



## 島根県民みなさまの健康づくりに

～ 国保ヘルスアップ支援事業から ～

医学部 教授 名越 究

当講座では、令和3年度に島根県からの委託を受け「国保ヘルスアップ支援事業」を実施しています。生活環境の変化や高齢化の進展に伴って、疾病に占める生活習慣病の割合が増え、健康寿命の延伸が大きな課題になっている昨今、県民の皆さまの今とこれから先の健康に役立つ情報を提供し、生活の中で取り組んでいただくことを目指しています。

具体的には、県民向けに健康づくり（運動・食事）や生活習慣病の情報を発信する「しまねMAMEインフォ」と、医療等専門職向けに最新情報を届ける「しまねCOMMONS」のふたつのe-ラーニングシステムの運営、タブロイド紙への健康関係記事の提供や、健診受診推奨CMスポットの作成放映等を行っています。

「しまねMAMEインフォ」視聴者からは「すき間時間に最適」「わかりやすくなった」、「しまねCOMMONS」視聴の専門職からは「自分の時間で短時間で学べる点が良い」「適度な量で施設での研修に役立った」などの感想がありました。

今後もコンテンツや情報発信の媒体に工夫を加え、多くの県民の皆さん、専門職の皆さんにご活用いただくことにより、島根県の健康づくりに貢献していきたいと考えています。



県民向け健康  
教室「しまね  
MAMEインフォ」  
こちらから

専門職向けオンラ  
イン研修「しまね  
COMMONS」  
こちらから

