

OMRC mail magazine

温泉医科学研究所 HP <http://www.onsen-msrc.com/>

メールマガジン編集担当の主任研究員:後藤康彰です。
このメールは、温泉医科学研究所のメールマガジン登録をいただいた方、
温泉入浴指導員、温泉利用指導者講習会にご参画いただいた方、アンケート、
名刺交換をいただいた皆様にお送りしております。

<目次>

- 1.【研究情報】第50回日本社会保険医学会学会賞受賞
日本人の入浴習慣は動脈硬化性疾患発症予防に寄与するか
千田麻紀子・後藤澄子
- 2.【活動報告】早坂信哉温泉医科学研究所長が日本公衆衛生学会奨励賞を受賞
- 3.【お知らせ】第5回(平成24年度)温泉入浴指導員養成講習会募集開始
(日本健康開発財団)
- 4.【コラム】毎日男女2人限定:「古総湯」の吉番札争奪戦
(山代温泉:加賀市)

=====

- 1.【研究情報】第50回日本社会保険医学会学会賞受賞
日本人の入浴習慣は動脈硬化性疾患発症予防に寄与するか
千田麻紀子・後藤澄子

=====

11月8(木)~9(金)に石川県金沢市で開催された、第50回日本社会保険医学会で、
標記研究が学会賞を受賞しました。
470 演題のうち、受賞したのは16演題。入浴関連の研究では、はじめてのはず。

この研究は、せんぽ東京高輪病院で、健診受診者を対象に「入浴習慣と健診結果を比較」したもので、私も研究デザインとデータ分析を担当した思い入れの強い研究です。

その結果、「毎日湯船に浸かる入浴をする群」では、収縮期・拡張期血圧、空腹時血糖、中性脂肪、腹囲、GOT、GPT、アディポネクチンが、良好な結果を示しました。つまり、「毎日湯船に浸かる入浴」が、メタボリックシンドローム、ひいては動脈硬化性疾患発症の予防に関連し、推奨すべき生活習慣の1つであることが考えられました。

金沢・・・とくれば、加賀温泉郷に立ち寄らない手はありません。
翌11月10日(土)、山代温泉でささやかな研究のウチアゲを行いました。
・・・そのあたりはのちほどのコラムにて。

(後藤康彰)

第50回日本社会保険医学会 HP: <http://www.jasm50.jp/>

=====

2. 【活動報告】 早坂信哉温泉医科学研究所長が日本公衆衛生学会奨励賞を受賞

=====

温泉医科学研究所長の早坂信哉が、10月24日～26日に山口県で開催の第71回日本公衆衛生学会総会で「日本公衆衛生学会奨励賞」を受賞しました。
受賞研究は「介護における安全な訪問入浴の実施と健康関連因子としての浴槽入浴習慣に着目した研究」。

日本人にとって入浴は重要な生活習慣だが、その効果や関連する体調不良発生状況について、これまで疫学・公衆衛生的な研究はあまり行われていませんでした。今回、介護分野での入浴関連の体調不良発生状況から、一般住民における入浴習慣がもたらす心身への影響まで10余年にわたって一貫して研究を重ねてきたことや、入浴習慣の重要性そのものが評価されたものです。

早坂所長の話

日本人にとって浴槽に浸かるという生活習慣は重要なものですが、これまではあまり医学的疫学的な調査がなされてきませんでした。自分自身が医療の現場で直面した「どの程度の体調までなら、患者さんは安全にお風呂に入ることができるのか」という素朴な疑問がきっかけとなり、入浴をテーマにライフワークとして長らく研究して参りました。このテーマの重要性や

地道な研究の積み重ねを認めていただき、由緒ある賞を受賞できて大変光栄に思い、また本当にうれしく思っております。

研究結果のポイントは次回のメルマガにて報告いたします。

=====

3. 【お知らせ】 第 5 回(平成 24 年度)温泉入浴指導員養成講習会募集開始 (日本健康開発財団)

=====

本講習内容は、厚労省の「温泉利用プログラムを安全かつ適切に指導する能力に係る講習実施要領」に準拠しており、これまで 4,579 名が修了しています。

開催日程は、平成 25 年 1 月 24 日(木)～1 月 25 日(金)の 2 日間。
会場は、BumB 東京スポーツ文化館(東京都江東区)を予定しています。

定員は 30 名で申し込み受け付けは、1 月 18 日(金)までとなっています。
今回は土日に勤務されている入浴等の関連企業の方も参加いただける日程としております。
詳細は、ホームページをご覧ください。<http://www.jph-ri.or.jp/guide/individual.html>
(日本健康開発財団)

=====

4. 【コラム】 毎日男女 2 人限定:「古総湯」の壱番湯札争奪戦 (山代温泉:加賀市)

=====

日本社会保険医学会のウチアゲ・・に、山代温泉を訪問しました。
山代温泉は金沢から車で 1 時間ほど、開湯 1300 年を誇る石川県加賀市の温泉地です。

温泉街は、共同浴場「古総湯」、「新総湯」を中心に、「湯の曲輪(ゆのがわ)」と呼ばれる街並みが形成される風情豊かなもの。多くの文人墨客が訪れる等、歴史の中で独自の文化が育まれたそうです。

訪問を決めたのが直前だったので、facebook で「見どころ教えてください」とお願いを。

..こたえてくださったのは、温泉入浴指導員の天王地さん。

朝6時にオープンする「古総湯」では、朝一番に入浴すると(男女各1名)、「壺番湯札」をもらえるとのこと。

翌朝5時30分に宿を出て、「総湯」に到着。が、すでに5人の地元の常連さんが。

だめだったか..と思いきや。彼らのお目当ては「新総湯」。

見事?日付の入った「古総湯壺番湯札」をゲットしました。

入浴心得には、「霊湯に感謝をささげましょう」

熱めのお湯にゆったり浸かって立ちのぼる湯気を眺めながら、

「ふああああ。ごくらくごくらく」

と唱えました。...え?ちがう?

この日は、11月6日に解禁したズワイガニ漁後の最初の日曜日。

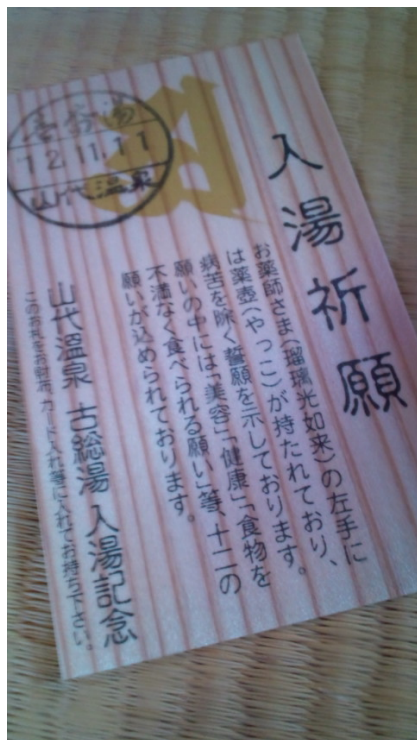
開催された「食い初めかにまつり」にも大勢の観光客が詰めかけていました。

..しかし。古総湯の休憩室で朝寝をむさぼっているうちにカニは完売。

カンニンしてえな..自業自得。

山代温泉 HP: <http://www.yamashiro-spa.or.jp/>

(後藤康彰)



※このメールは、温泉医科学研究所のホームページでメルマガ配信登録をいただいた方、温泉利用指導者・温泉入浴指導員受講者で、メルマガ配信を希望された方、名刺交換をさせていただいた方、アンケートをされた方にお送りしております。

配信がご不要な方は、お手数ですが下記 URL にアクセスしていただき、「メルマガ解除」をお願い申し上げます。

解除 URL: <http://r34.smp.ne.jp/o/Pg/204668/9h4bJ1H7ci0D/out?stop=lg>

■発行: 温泉医科学研究所

<http://www.onsen-msrc.com/>

■編集: 主任研究員 後藤康彰

mailto: ygoto@onsen-msrc.com

(c)Japan Health & Research Institute. All rights reserved