

# 健康日本21（第三次）「アクションプラン研修会」

私たちの研究班は、令和4年度より健康日本21（第三次）の目標達成に向けて取り組むべき施策（アクションプラン）について検討を続けてきました。本研修会では、10名の研究班員が各領域の健康づくりをどのように進めればよいか、分かりやすく説明いたします。参加しやすいオンライン研修会ですので、奮ってご参加ください。

研究班長 辻 一郎

## 第1回：生活習慣の改善

令和6年10月4日（金） 13:00-16:00

- ・ 栄養・食生活 村山 伸子（新潟県立大学 人間生活学部）
- ・ 身体活動・運動 井上 茂（東京医科大学 医学部）
- ・ 喫煙 片野田耕太（国立がん研究センター がん対策研究所）

## 第2回：健康寿命の自治体格差、疾病の予防・重症化予防

令和6年11月5日（火） 13:00-17:00

- ・ 健康寿命の自治体格差 横山 徹爾（国立保健医療科学院 生涯健康研究部）
- ・ 歯・口腔の健康 相田 潤（東京医科歯科大学 大学院医歯学総合研究科）
- ・ 循環器病 岡村 智教（慶應義塾大学 医学部）
- ・ 糖尿病 津下 一代（女子栄養大学 栄養学部）

## 第3回：休養・睡眠、社会とのつながり、こころの健康

令和6年12月6日（金） 13:00-16:00

- ・ 休養・睡眠 栗山 健一（国立精神・神経医療研究センター 精神保健研究所）
- ・ 社会とのつながり 近藤 尚己（京都大学 大学院医学研究科）
- ・ こころの健康 西 大輔（東京大学 大学院医学系研究科）

- ・ 開催方式：Zoomによるオンライン研修会
- ・ 対象者：保健医療関係者・行政職員など 各回 350名程度（先着順）
- ・ 参加費：無料
- ・ 申込み：各回毎に研究班HP上のフォームより受け付けます

→ <https://kenkounihon21-3rd.net>

**第1回は8月19日（月）10:00より申込みを開始します（外部リンク）**

主催・お問合せ先：

厚生労働行政推進調査事業費（循環器疾患・糖尿病等生活習慣病対策総合研究事業）  
「次期健康づくり運動プラン作成と推進に向けた研究」班事務局  
研究代表者 東北大学大学院医学系研究科公衆衛生学分野・客員教授 辻一郎  
電話 022-717-8120, メールアドレス [thkpbh-office@umin.ac.jp](mailto:thkpbh-office@umin.ac.jp)

