デジタル版
2025年
07月24日号
Vol. 168

成岡マネジメントオフィス事務所通信

NMO OfficeLetter

# 京丹後市で第１回世界長寿サミット開催される！

６月16日から４日間、京都府京丹後市において「第１回世界長寿サミット」が開催された。会場は峰山町の京都府丹後文化会館。最終日の19日にはこの大会会長である京都府立医科大学の夜久学長が、健康で長寿を推進する心構えを唱えた大会のサミット宣言を採択し、閉会した。

＜解説＞実行委員会は、京都府立医科大学と丹後地域の複数の市町村で構成。テーマは「幸福で健康な長寿社会」。サミット宣言の骨子は、①絆を育みコミュニケーションを絶やさない　②植物性たんぱく質や植物繊維の豊富な食事を仲間と共に楽しむ　③規則正しい生活と運動習慣を日々の暮らしに取り入れる　④感謝の気持ちを持ち、生きがいを感じる毎日を大切にする　この４項目だ。従来から京都府立医科大学は、この京丹後地域特に峰山町を中心に、長い期間大規模の調査活動、研究を行ってきた。この地域は世界でも指折りの長寿で健康な地域。域内に、府立与謝野海病院という中核医療施設もあり、追跡調査が行いやすい。また、京丹後市には他の地域では珍しい「健康長寿福祉部・長寿福祉課」という部署がある。京丹後市には、全国平均の約３倍の100歳以上の高齢者がいることで知られている。特に、男性の世界一長寿でギネスブックにも掲載された木村さんが暮らした場所として知られている。京都府立医大の調査結果でも、食生活は地元食材を使った伝統的な日本食が特徴。豆、魚介類、野菜、果物など多くのたんぱく質と植物繊維を摂取できる食生活が大きいことが判明している。あとは、運動習慣が根付いていて、歩く速度が早く、下半身の筋力が強いことが調査で判明している。京都府立医大でも、大規模な実態調査を行い、これらの地域が特徴的な傾向を示していることが、健康で長寿の秘訣ではないかと結論付けている。観光や産業ではない、「健康と長寿」という理想的な生活パターンを地域の売りにして、今回多くの学者、識者、行政関係者などを集めた世界的なサミットを開催した。この「健康で長寿」というソフトを地域のブランドにしたことが、今後過疎に悩む地域にひとつのヒントを与えていると思われる。行政、大学、地域が一体となったブランド価値の創出としての、格好のモデル地域になっている。残念なのは、まだこれが過疎地の対策として有効な結果に結びついていないことだ。今後の展開に注目が集まる。健康寿命が男性で73歳と言われており、人勢100歳までに相当の期間、時間がある。この約20年間を健康で暮らせるかどうかは、人生の最終章において非常に大きな要素になるはずだ。

BUSINESS MANAGEMENT&COORDINATION
株式会社成岡マネジメントオフィス
〒616-8104　京都市右京区太秦下刑部町170
プレサンスロジェ太秦天神川駅前613
TEL:075-366-6611　FAX:075-366-6100　info@nmo.ne.jp

Copyright (C) Naruoka Management Office. All rights reserved.