

平成 30 年度 定時総会 特別講演の開催

平成 30 年 5 月 30 日(水) ANA クラウンプラザホテル新潟において、平成 30 年度 定時総会終了後、特別講演として首都大学東京・名誉教授、放送大学・客員教授、アニコムホールディングス株式会社・顧問医師の星 且二先生から「ペットとの暮らしが健康寿命を延ばす」と題するご講演をいただきました。

講演では、公衆衛生のエキスパートとして多摩市をはじめ全国地方自治体などと共働し、寿命とさまざまなファクターとの関連を大規模調査に基づく「健康寿命」に関する研究成果について解りやすく解説していただきました。

先生は「健康長寿」の必要な要素としては、①美味しく食べて小肥り、②コレステロールが少し高め、③前向きに生きようとする力の3つが挙げられること(①、②は予想外に感じられた)。高齢者の就労率の高い県は『ピンピンコロリの高齢者(寿命が尽きるまで元気で健康的な生活を送る)』が多く、前向きで自立度の高い高齢者の暮らしこそが、健康長寿のポイントと指摘された。

また、住居環境では、断熱、結露予防及び有機溶剤不使用建材で建築された寒さ改善の暖かい住宅が循環器疾患予防につながること、「高齢者が自立し、自分らしい生活を送る主役となるには、例えば『嫁に財布を渡さない』、『1年に1度は新しい場所へ旅行してみる』等、高齢者自身が心身ともに健やかであることが必要と強調された。

後半では、ペットと人間の健康度維持の関連について人の健康は、動物の健康にも依存しており、特に女性でその影響力が大きいこと、又、ペットの健康のためには、飼い主が健康である必要があり、特に女性の飼い主が健康であることの方が、男性に比べてペットの健康維持に大きく寄与していると解りやすく解説された。



講演される首都大学東京・名誉教授の 星 且二先生