



しんどさんこばなし

新どさんこ研究所  
山岸所長が訪れる

# 北海道を元気にしたい。 地域に笑顔あふれる 健康のイノベーションを



新どさんこ

#09

玉腰 暁子さん

北海道大学大学院医学研究科公衆衛生学・教授。名古屋大学大学院医学系研究科准教授、国立長寿医療センター治療管理室長、愛知医科大学医学部特任教授を経て、2012年より現職。16年7月より北海道大学COI「食と健康の達人」拠点研究リーダー。名古屋市出身。

## 健康であるために

### 産学官十地域住民で研究

「北海道で暮らし始めてから、春が来るうれしさを知りました」。名古屋市から札幌市に拠点を移し、この春で丸6年になる玉腰暁子さん。北海道大学で医学部の学生たちを指導しながら、北大が採択された文部科学省および国立研究開発法人科学技術振興機構がすすめる革新的イノベーション創出プログラム(COI)の「食と健康の達人」拠点で研究リーダーを務める。

COI「食と健康の達人」拠点とは、一人ひとりの健康状態に合わせた最適な「食と運動」により、女性や子ども、高齢者に優しい社会の実現を目指す研究拠点。産学官と地域が一つになって取り組む研究開発を牽引するのが玉腰さんだ。「大学を卒業したころ、どうしても子どもの健康に関わりたいと思っていました。たごく、子どもが元気じゃなきゃ、社会が元気にならないでしょ」と笑顔を見せる玉腰さん。自身も三男一女を育て上げたパワフルなワーキングママだ。

## プロジェクトをまとめて

### 研究結果を暮らしに生かす

「北海道全体にわたる健康問題は、喫煙率の高さや塩分摂取量の多さ、運動不足など。冬が長い分、運動不足は仕方のない面もありますよね。でもそこをなんとかできれば」と話す。現在、いくつかの市町村と連携して、体操教室を開いたり、住民が自らの健康を測定する仕組みを作ったり、実践的なプロジェクトを進めている。「北海道に限らず、今は少子化の半面、子育ての環境が厳しい時代。育児に行き詰まるお母さんも増えています。子どもの元気には、お母さんの元気が不可欠」と、自治体と一緒に母子の健康づくりに取り組んでいる。「子どもから高齢者まで、地域で元気に自分らしく暮らすお手伝いができる」。そんな玉腰さんの元気の源は、「名古屋で暮らす夫との話らいの時間かな」。玉腰さんの明るい笑顔は、北海道の元気な未来を照らしている。



健康に気をつけた  
食事をしている  
北海道民は31%  
北海道民の食行動意識はこちら  
<http://shindoken.com>

新ど研

新どさんこ研究所

インタビューー

新どさんこ研究所 所長

山岸 浩之

Hiroyuki Yamagishi

2014年北海道博報堂入社。

コミュニケーション戦略局長兼マーケティング部長として、北海道の様々なクライアントの戦略立案やリサーチを担当。

