

# 特集③ 受けてみませんか 目の健康アドバイス

るもい健康の駅では年に一度、目の検査、健康測定、生活習慣アンケートを受けていただける市内在住の40歳以上の方を募集します。

## 目のコホート研究

るもい健康の駅では、市民の健康維持増進、特に目の健康を守るため「目」の健康アドバイスを始めます。目の病気の中でも緑内障は特に、自覚症状のないまま進行し失明の恐れがあります。40歳以上の人口の5%が緑内障患者というデータも出ています。緑内障は、悪化防止しかできない病気なので早期発見が重要です。

るもい健康の駅では、市内在住の40歳以上の男女を対象に、年1回5年連続で無料の健診を受けていただける方を募集します。さらに詳しい内容を知りたい方は、るもい健康の駅までお問い合わせください。

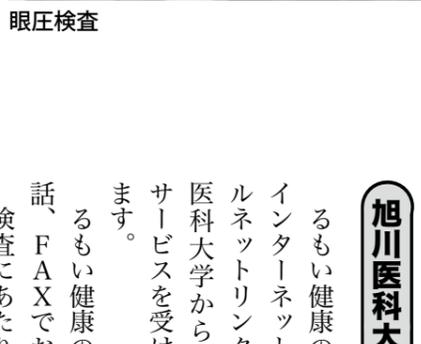
これを機会に、市民の健康意識がさらに高まり、健康の駅を活用した予防や健康づくりに取り組む方が増え、元気な市民がたくさん住みまわづくりを目指していきます。申し込みは随時受け付けていますので、ぜひご参加ください。



眼底検査



簡易視野検査



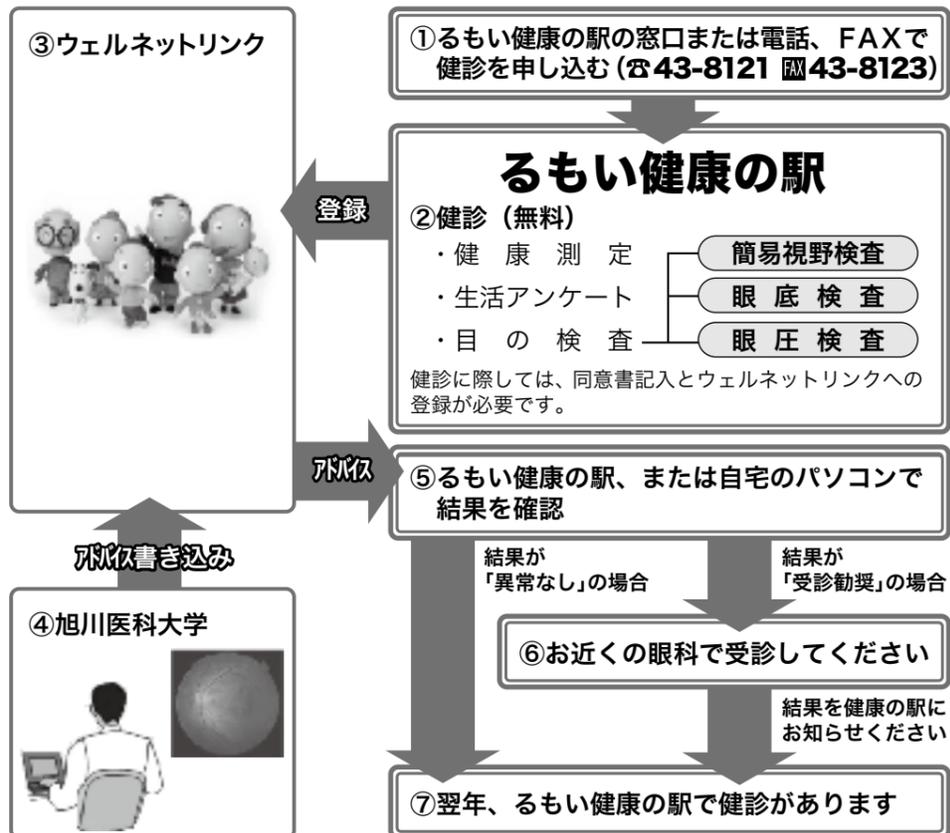
眼圧検査

## 旭川医科大学との連携事業

るもい健康の駅で眼底画像撮影とインターネット上のシステム「ウェルネットリンク」を活用して、旭川医科大学から遠隔健康アドバイスをサービスを受ける取り組みを実施します。

るもい健康の駅に直接または、電話、FAXでお申し込みください。検査にあたり、研究の意義をご理解いただいた上で同意書への記入をお願いします。その後、簡易視野検査・眼底・眼圧測定検査を受けていただきます。検査データは、「ウェルネットリンク」を介して旭川医科大学眼科医がチェックし健康アドバイスを書き込みます。参加者は、自宅もしくは健康の駅パソコンよりウェルネットリンクへアクセスし、検査結果を確認することができます。なお、検査データは個人を特定しない形で医学研究に活用させていただきます。

## 健診の順序



## 目の健診を受けて、研究協力をお願いします。

旭川医科大学は、皆さんの健康診断結果や通院履歴を自分自身がインターネット上で管理できる「ウェルネットリンク」を平成21年から運営しています。この「ウェルネットリンク」と、留萌市が運営する「るもい健康の駅」が結び付き、研究を行いながら留萌市民の健康増進をはかる「目のコホート研究」を今年1月から開始しました。この研究に協力していただける市民の方々には、毎年1回、「るもい健康の駅」で目の健診を受けていただきます。

また、運動習慣や食習慣に関するアンケートにもご協力いただきます。目の健診で有用なことは、目の病気の早期発見です。例えば、緑内障は見えなくなってから治療しても手遅れですので、健診での早期発見が大変重要となります。40歳以上の日本人の20人に1人が緑内障と推計されていますので、人ごとではない病気です。その他に、眼底出血や加齢黄斑変性症などが健診で見つかることもあります。

目の健診結果やアンケート結果は、旭川医科大学が研究データとして利用するとともに、「ウェルネットリンク」を介して皆さん一人ひとりに「目の健康アドバイス」をします。目に良い食生活や生活習慣がわかれば、留萌市民だけではなく、多くの方々の目の健康増進に貢献できます。皆さんは、目の健診を受けることが研究への協力となり、ご自身の目の健康をチェックすることで多くの方々の健康増進に貢献できます。是非、「目のコホート研究」にご参加ください。



国立大学法人旭川医科大学 学長  
吉田 晃敏



特集③ 40歳以上の20人に1人が緑内障といわれています。進行すると失明の恐れがあります。自覚症状が少ないため、「目の健診」が大切です。

コホートピア推進室  
☎56-1535  
(るもい健康の駅)