

Hip Joint news

(公財) 日本股関節研究振興財団会報

URL <https://www.kokansetu.or.jp>

E-mail info@kokansetu.or.jp

第 10 号 令和元年 7 月

発行 公益財団法人

日本股関節研究振興財団

〒154-0011

東京都世田谷区上馬 1-13-11

電話 03-3421-6552

FAX 03-3421-6716

健康寿命の延伸とフレイル予防

公益財団法人日本股関節研究振興財団顧問
衆議院議員

医療法人社団永生会理事長

安藤高夫



私は、東京都八王子市を中心に、急性期から在宅に至るまで切れ目のない医療・介護を提供することを目指している医療法人社団永生会の理事長を務めております。八王子市は現在進行形で高齢者人口が増えており、今後も長期にわたって増えていくと予想されています。

私は、東京都八王子市を中心に、急性期の段階、心と体の働きが弱くなってきた状態のことを指します。フレイルには、ロコモティブシンドロームを含む「身体虚弱（フィジカル・フレイル）」だけでなく、「社会的虚弱（ソーシャル・フレイル）」、「心理的虚弱（メンタル・フレイル）」も含まれます。

最近の傾向として気になっていることは、転倒・転落による骨折で来院される高齢者が非常に増えていることです。特に大腿骨頸部骨折などの骨折を契機に閉じこもりとなり、社会から孤立して心身の機能が低下し、寝たきりとなって、肺炎を含めたさまざまな合併症にかかったりしてしまったり、QOLが悪化の一途をたどってしまう事例も多々あります。超高齢社会となった日本において、厚労施策の大きな目玉の1つが「健康寿命の延伸」ですが、フレイルを予防しようという動きは、介護予防という観点もあわせもって、都道府県、市町村においても取り組みが始まっています。

フレイルを予防し、健康寿命を延伸するためには、栄養（食・口腔機能）・運動・社会参加の3つすべてを自分の生活サイクルに組み入れていくことが大切です。例えば「栄養」については、バランスの良い食事だけでなく、口腔機能の維持も重要です。オーラルフレイルとも呼ばれますが、噛む機能が低下すると、食べられる食品が減り、低栄養になると、免疫力が下がるため、病気に罹りやすくなってしまうます。また、飲み込む機能が低下すると、食べ物などが気管に入る誤嚥を起こして肺炎になってしまうこともあります。日頃から、嚥下体操や唾液腺マッサージなどを行い、口腔機能の維持に努めると良いでしょう。「運動」は、ちょっとした運動であっても継続して行うことが重要です。筋力の低下を防ぐことで、転倒・転落による骨折

のリスクを減らすことができます。「社会参加」の機会の低下は、フレイルの最初の入り口となりやすいとされています。趣味の集いやボランティアなどへの参加だけでなく、友人とおしゃべりや共食などの機会をつくるのもとても良いです。各都道府県医師会や郡市医師会でも、フレイル予防やロコモティブシンドロームというテーマでさまざまなイベント等を行っていると思いますので、ぜひ参加してみてください。さて、別府諸兄先生が理事長を務めている日本股関節研究振興財団の設立目的の1つに「股関節を中心とする運動器の健康寿命の延伸を図ることにより、国民の公衆衛生の向上及び健康と福祉の増進に寄与する」ということが入っています。股関節の機能の低下は、身体だけでなく、社会的にも心理的にもフレイルを引き起こします。そういう意味では、人間の中心は股関節です。股関節から日本の医療や介護を変えましょう。

皆さまは「フレイル」という言葉をご存知でしょうか。フレイルとは「虚弱」という意味で、健常から要介護へ移行する中間

皆さまは「フレイル」という言葉をご存知でしょうか。フレイルとは「虚弱」という意味で、健常から要介護へ移行する中間



財団応援ステッカー

2019 年度股関節海外・国内研修助成交付者決定

厳選な審査の結果、股関節海外研修交付者は以下の 3 名、
股関節国内研修交付者は以下の 4 名に決定いたしました。

股関節海外研修交付者



加古川市民病院
岩佐賢二郎先生



徳島大学
後東知宏先生



大坂産業大学
花之内健仁先生

股関節国内研修交付者



神戸大学
亀長智幸先生



市立釧路総合病院
下段 俊先生



東京慈恵会医科大学
羽山哲生先生



弘前大学
原田義史先生

第 20 回股関節市民フォーラムを開催いたします。

**女性！50 歳以上の骨折は命取り！
～いつまでも元気で歩くために～**

リハビリテーションの権威である久留米大学
医学部整形外科学教室主任教授 志波直人先生
を迎えて、特別講演を行います。
その他、講演・実技・体験ブース展示等も予定
しております。
是非、ご参加ください。



参加費無料

日時：2019 年 11 月 17 日(日) 13:40～16:20

場所：コンgresクエア日本橋 2 階ホール B

東京都中央区日本橋 1-3-13 東京建物日本橋ビル 2 階

※東京メトロ銀座線・東西線・都営浅草線日本橋駅 B9 出口直結

定員：一般市民（先着 150 名・参加費無料）

問合せ・申込：TEL&FAX 03-3421-6552 E-mail：info@kokansetu.or.jp

股関節クレジット募金

お手持ちのクレジットカード（VISA・MASTER・JCB・AMEX・DINERS）から、「毎月継続」、「今回（1回）」の2種類より、簡単に募金を行えるようになりました。パソコン、タブレット、スマホより、当財団「股関節クレジット募金」ページにアクセスしていただく募金です。

是非、未来の股関節研究、ひいては股関節疾患を患っている患者様のために、募金いただければ幸いです。

「股関節クレジット募金」ページ URL

https://www.kokansetu.or.jp/rakuraku/donation_credit.html

「股関節クレジット募金」ページ QR コード



HJFJ 人工関節ステッカー 無償にて配布中！！

元々は、人工股関節の手術を受けた患者様からのご要望で、海外の空港での金属探知機ゲートでエラー音になるので、「外国語での説明が難しい」とのご相談が寄せられたため、人工股関節患者であることがわかるように当財団で人工股関節のイラストと英語表記のあるステッカー

「**HJFJ 人工股関節ステッカー**」を2018年より配布を開始いたしました。

当初より、多くの人工膝関節の手術を受けた患者様からも同様の要望が寄せられておりましたので、新たに人工膝関節のイラストと「人工関節」の日本語・英語・スペイン語・中国表記を追加し「**HJFJ 人工関節ステッカー**」としてリニューアルいたしました。

☆具体的な活用方法

- ヘルプマークに貼る
- 各種証明書に貼る
- ※パスポートその他
- 所持品に貼る
- ※ネームプレート、キーホルダー、ワッペン等

☆入手方法

下記のお問合せ先より、「HJFJ 人工股関節ステッカー希望」とご連絡ください。

公益財団法人日本股関節研究振興財団

TEL03-3421-6552、FAX03-3421-6716

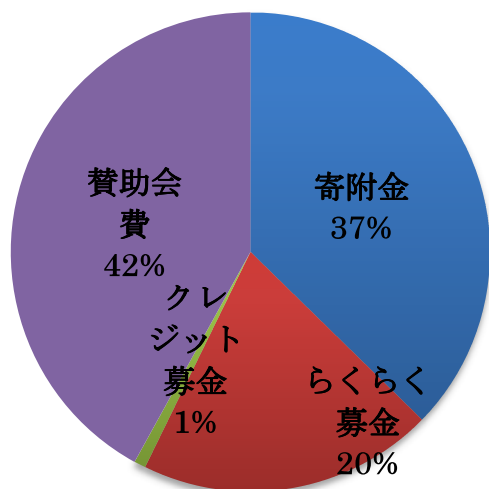
E-mail info@kokansetu.or.jp

財団 HJFJ 人工股関節ステッカーページ URL

<https://www.kokansetu.or.jp/personal/hjfjsticker.html>



「寄附金・らくらく募金・賛助会費決算報告」

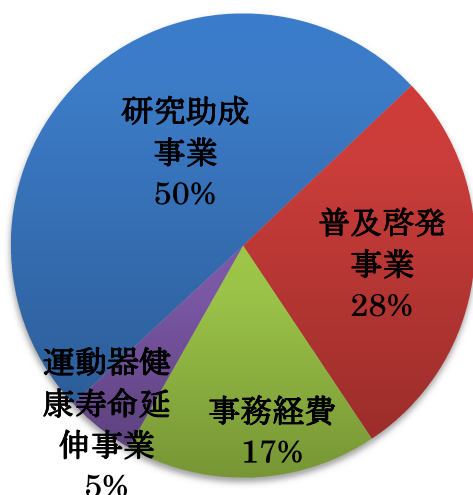


平成 30 年度に当財団が皆様からお預かりした寄附金・らくらく募金・賛助会費・クレジット募金の総額は、1,547,0000 円でした。そのうち 7,714,000 円が助成金として股関節の研究のため、4,289,000 円が普及啓発事業のため、754,000 円が運動器健康寿命延伸事業のため、2,713,000 円が事務経費となり、財団の活動に大きく貢献する結果となっています。

収入	金額 (円)
寄附金	5,774,000
らくらく募金	3,084,000
クレジット募金	119,000
賛助会費	6,493,000
合計	15,470,000

※1,000 円以下四捨五入

※普及啓発事業の主な事業は、市民フォーラムです。
運動器健康寿命延伸事業の主な事業は、運動器健康寿命延伸体操(ロコモン体操)講習会です。



事業名	金額 (円)
研究助成事業	7,714,000
普及啓発事業	4,289,000
運動器健康寿命延伸事業	754,000
事務経費	2,713,000
合計	15,470,000

※1,000 円以下四捨五入

役員名簿

理事長	別府諸兄 (聖マリアンナ医科大学名誉教授)
専務理事	泉田良一 (江戸川病院 慶友人工関節センター長)
理事	飯田寛和 (関西医科大学総合医療センター 人工関節センター長・理事長特命教授)
岩本幸英 (九州労災病院 院長)	
大久保康一 (藤崎病院 副院長・整形外科部長)	
白土英明 (船橋整形外科病院 院長)	
清家輝文 (編集工房ソシエタス 代表)	
富森浩二 (帝人ファーマ(株)在宅医療事業本部 担当部長)	
内藤正俊 (福岡山王病院 病院長)	
中島義雄 (ナカシマホールディングス 常務取締役)	
樋口富士男 (柳川リハビリテーション病院 病院長)	
本間生夫 (東京有明医療大学 学長)	
一青勝雄 (順天堂大学医学部整形外科科学講座客員教授)	
下西惇夫 (元帝人(株) 事業管理部長)	
東郷良尚 (公財)日本ユニセフ協会 副会長)	
秋山治彦 (岐阜大学 教授)	
石井千恵 (清心会藤沢病院 本部長)	
大野誠 (日本体育大学大学院 教授)	
黒田龍彦 (旭化成(株)ヘルスケア研究開発センター部長)	
谷眞人 (日比谷見附法律事務所 弁護士)	
富田直秀 (京都大学 教授)	
秦野るり子 (江戸川大学 教授)	
別府裕美子 (メディカルフィットネス研究所代表)	
間島直彦 (愛媛大学 教授)	
山本謙吾 (東京医科大学 教授)	
米倉芳枝 (前滋賀天産物研究所監査役)	
(令和元年7月現在) (敬称略・五十音順)	