

若者への啓発

佐藤 公一

ロコモティブシンドロームの普及・啓発活動で SLOC ホームページのアップデートは内部にいる我々も目を見張る物があります。講演会などで使えるスライドも充実しているのは是非アクセスして下さい。昨年 5 月に日整会総会で発表されたロコモ認知度は 44.4%で一昨年の 36.1%から 8%アップしましたが健康日本 21（第二次）で目標とされた「平成 34 年に認知率 80%」の為には 20 歳代、30 歳代へのアプローチも必要です。中高年の方は足腰の痛みで整形外科を受診したり健康番組などを見たりして「ロコモ」を知る機会も多く、70 歳以上女性のロコモ認知度は既に 65.7%、「言葉も意味もよく知っていた」と「言葉も知っていたし、意味も大体知っていた」を合わせたロコモ理解度も 35.7%ですが、20 歳代女性では認知度 33.7%、理解度は 11.1%にとどまります。SLOC も若者に人気の Facebook でロコモのイベントや啓発記事を発信しています。私も気がつけば「いいね！」を押していますが、今のところ「いいね！」が十数件と寂しい状態なので診療所のスタッフに Facebook で SLOC を検索するように伝えて「シェア」や「いいね！」を押してもらいましょう。SLOC 以外に「ロコモチャレンジ！推進協議会」は若者にターゲットを絞った「Try 40cm」というキャンペーンを開始しました。YouTube を使って街中の高さ 40cm 前後の椅子やソファ、ベンチからの片脚・立ち上がり動画を音楽と共に流し、一般人にそれをまねた動画投稿をさせる狙いです。SLOC も片脚立位 20 秒の動画投稿計画もあり目が離せません。SLOC 通信 I で二階堂理事が熱く語った想いが次々と現実化されています。