

月刊「健康づくり」最終特別号によせて
～ご愛読いただき、ありがとうございました～



公益財団法人健康・体づくり事業財団は、国民の皆さまに向けた健康・体づくりの普及啓発を目的に、昭和53年に設立され活動を行っております。その中でも小誌・月刊「健康づくり」は、国民の皆さまに正しい健康情報をお伝えしていく大きな柱として、財団設立時から48年間・576号を発行してまいりました。

今号の「特別企画・月刊『健康づくり』のあゆみ」にその変遷を記しております。ページをめくると、昭和、平成、令和と、時代の流れやその時々々の健康課題を見ていくことができます。いまでは身体活動・運動やスポーツが健康づくりに欠かせない要素となっていますが、創刊当時は、脳卒中など疾病に関する知識や、働きすぎによるメンタル不調など、社会がかかえるさまざまな問題が多く誌面を埋めていました。1988年に国の健康づくり施策「アクティブ80ヘルスプラン」が発表されると、「栄養・運動・休養」が健康づくりの三本柱となり、ようやく身体活動・運動が重要視され、それに伴い健康運動指導士・健康運動実践指導者の養成事業が始まりました。小誌でも運動に関する連載を始めるなど、身体活動・運動の健康への効果や正しい運動の方法などの普及に努めてまいりました。

21世紀になり健康日本21の施策が始まると、当財団のもう一つの広報誌「トリムジャパン」との合併を機に、対象となる読者層が一般の方から、健康づくり・スポーツ行政担当者、運動指導者など健康づくりを支援する専門職に変わってまいりました。地域においてどのように健康づくりを推進していけばよいのか、国民の皆さまに運動・スポーツを実践していただくにはどのようにしたらよいのかという視点で、国の施策や身体活動・運動の疫学的なエビデンス、最新のトレーニング科学の成果を紹介し、認知症・フレイルなどの超高齢社会となったわが国特有のさまざまなテーマに積極的に取り組んでまいりました。また、年に1回は座談会を組み、現場の運動指導者から政策立案者の方まで立場の違う皆さまにご登場いただき、貴重なご示唆をいただきました。

小誌は、情報入手する手段がテレビや新聞、専門誌だった時代から、いち早く、必要な健康情報をわかりやすく提供してきたと自負しております。そして今日、インターネットをはじめとする多様なメディアにより、誰もが情報を気軽に入手できるようになりましたが、一方では玉石混交の情報が氾濫しております。当財団は、引き続きエビデンスに基づいた正確な情報を新たな広報誌などを活用してお届けし、皆さまの健康・体づくりに寄与してまいりたいと考えております。今後とも、ご支援のほどよろしくお願い申し上げます。

公益財団法人健康・体づくり事業財団
理事長 下光 輝一