



(特集：特別講演・ランチョン企画 (第31・32回合同年次学術集会より))

## 序文 (巻頭言) : 「健康と食に対する思想とワクチン接種の技術指導」

大島 茂

### Preface: Philosophy of Health and Food and Technical guidance on vaccination

Shigeru Ohshima

**Summary** At the 31st and 32nd Joint Scientific Meeting of the Society of Analytical Chemistry and Biochemistry (Hideo Araki and Ikuya Nakane, Chairpersons), Dr. Yoichi Nagamura, President of the Japan Food Safety Association, gave a special lecture titled “A Certain Approach to Extending Healthy Life Span” as a “Japan Food Safety Association Joint Project. In the luncheon program, Dr. Kusano, Associate Professor at the Yokkaichi University of Nursing and Medical Care, gave a lecture on “How to safely administer intramuscular injections,” including actual points to keep in mind. The contents of these lectures will be discussed in this issue.

**Key words:** Special Lecture, Extending healthy life Span, Luncheon Program, Intramuscular injection lectures

第31・32回生物試料分析科学会合同年次学術集会 (荒木秀夫・中根生弥 集会長) では「日本食品安全協会合同企画」～健康寿命延伸に対するある考え方～と題して一般社団法人日本食品安全協会理事長 長村洋一先生より、特別講演をしていただいた。また、ランチョン企画において、「安全な筋肉注射の施行方法についての解説」を四日市看護医療大学看護医療学部准教授草野先生より実際の注意点を含めてご指導をいただいた。それらの内容について取り上げることとした。

特別講演では、食と健康に焦点をあて、長村先生の長年の研究生活の経験から例をあげていただき、長村先生の考えを説明していただいた。さらに“医者いらず”という言葉から生活の楽しみ、標語、論文を例に挙げ、このコロナ禍に

健康のありがたみを感じるとともに、これからの超高齢化社会を迎える時代の心構えを紹介いただいた。食と健康に加えて、“良い人間関係は、我々をより健康に、より幸福にする。”との心の持ち方、そして食、心の持ち方と共に、適度な運動をすることで健康寿命が延びることなどを解説いただいた。

健康寿命の延長を考える一方で、COVID-19は2019年から全世界で大流行した。感染状況は少し良くなってきたものの、収束の兆しは見られない。感染予防策として特效薬がない現在、ワクチン接種が一番の対応策である。行政をあげて国民が免疫を獲得するため、医師・看護師を含めて医療従事者、臨床検査技師なども打ち手になるところもある。今後、打ち手不足に直面した時に、その問題を解決すべく、必要な知

四日市看護医療大学 看護医療学部 臨床検査学科  
〒512-8045 三重県四日市市萱生町1200  
E-mail: oshima@y-nm.ac.jp

Yokkaichi Nursing and Medical Care University  
1200 Kayou-cho, Yokkaichi, Mie 512-8045 Japan

識・技術を草野先生より丁寧に解説していただいた。

このコロナ禍において巣ごもりなどによるの運動不足や食生活の乱れなど、偏った生活リズムへの警鐘と考える。現環境下で食と健康と運動とメンタルをバランスよく保ち、健康寿命を延ばす参考になれば幸いである。withコロナと

いう局面は当分終わりそうに無いですが、少しでも早く、日常を取り戻し、健康な毎日を送れる日々が来ることを切に願い、序文とさせていただきます。

本投稿内容に関する著書の利益相反：なし