

平成 28 年 9 月 1 日
公益社団法人 日本整形外科学会

大賞賞金40万円。誰もがやってみたくなるロコモ予防のアドバイスを募集。

「ロコモアドバイス大賞」スタート！

平成 28 年 9 月 1 日(木)～11 月 30 日(水)まで

公益社団法人日本整形外科学会(理事長:丸毛啓史、所在地:東京都文京区本郷 2-40-8)は、このたび、ロコモティブシンドローム啓発の一環として、一般の方から、医療や介護従事者から、実体験や知識などに基づいたロコモ予防のアドバイスを広く募集いたします。

平成24年4月よりスタートした厚生労働省「健康日本 21(第二次)」では、平成34年までにロコモの認知率80%を目標に置いています。これまでに日本整形外科学会では様々なロコモ啓発の取り組みを推進し、平成28年の認知度調査におけるロコモの認知度は47.3%となりました。性年代別にみると女性70代では70%以上の認知度を示すなど高齢者の方を中心として年々認知度は上昇しておりますが、まだ道半ばというところです。

このたび日本整形外科学会では、ロコモ啓発の一環として、幅広い年代層の方からロコモ予防のアドバイスを募集する「ロコモアドバイス大賞」を実施いたします。最優秀作品は大賞として賞金40万円を贈呈します。当施策をきっかけとして様々な方々の間でロコモが話題となり、さらなるロコモの認知理解が進むことを目指します。医療従事者が高齢者に向けて、お子様がお母さんに向けてなど、思わず「やってみたくなる」ようなロコモ予防のアドバイスを期待します。

【ロコモアドバイス大賞 概要】

「思わずやってみたくなる！ロコモ予防を推進するアドバイス」を募集

ロコモティブシンドローム(略称:ロコモ、運動器症候群)を予防・改善するための運動、食生活、その他暮らしの中での工夫等の「ロコモ予防アドバイス」を広く募集します。個人でできること、家族や職場でみんなですると良いこと、企業や団体ですると良い取り組みなど、テーマや実践の対象は自由です。150文字以内であれば何字でもかまいません。

<例>

例1)●アドバイスの対象(実践してもらいたい相手):

企業の管理職や社員の方々

アドバイス:私の会社では、朝礼時、所長の話を書く際に、必ずみんなで片脚立ちをしています。そのおかげで所長の挨拶が短くなり、足腰も鍛えられ一石二鳥と喜んでいる社員も多いです。ぜひ、お勧めです。

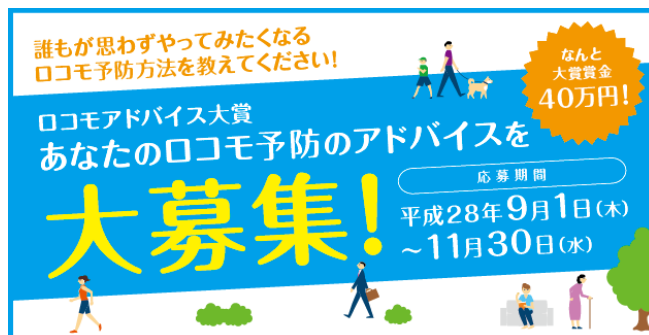
(91文字)

例2)●アドバイスの対象(実践してもらいたい相手):忙しくて運動する時間のない人

アドバイス:テレビを見ながらスクワット 歯磨きしながら片脚立ち ながらロコトレで元気な足腰を維持しよう!(46文字)

例3)●アドバイスの対象(実践してもらいたい相手):たんぱく質の摂取が少ない人

アドバイス:ロコモ予防のために毎日牛乳にきな粉を入れて飲むことをお勧めします。豊富なたんぱく質をがぶ飲みできます!(51文字)



上記以外にも、高齢の方に対して運動を続けるためのコツや始めやすい栄養摂取の方法を含んだアドバイス、若い女性に対してしっかり筋肉がついてキレイに痩せるための運動と栄養のアドバイス、また、小中学生に対して日光を浴びながらしっかり運動をすることの大切さを教えてあげるアドバイス、運動を続けられない人に対して思わずやる気になるようなスローガンや標語や川柳など、様々なアドバイスを募集。

【募集要項】

- 募集期間：平成28年9月1日(木)～平成28年11月30日(水) 17:00 必着。
- 応募資格：どなたでも応募できます(一般の方からも医療や介護に関わる方からも、実体験や知識から広くアドバイスを募集)。
※20歳未満の方は保護者の同意が必要です。
- 応募方法：WEBサイト、FAX、郵送にて受け付けています。
 - WEB サイト：日本整形外科学会ホームページ(<http://www.joa.or.jp>)内に設置している専用応募フォームに必要事項をご記入のうえご応募ください。
 - FAX・郵送：応募必要事項をご記入の上、ご応募ください。
 - ・FAX 宛先 03-3818-2337 ロコモアドバイス大賞係宛
 - ・郵送宛先 〒113-8418 東京都文京区本郷 2-40-8 日本整形外科学会ロコモアドバイス大賞係宛
- 応募必要事項：郵便番号／住所／氏名(20歳未満の方は保護者氏名も)／年齢／性別／メールアドレス／電話番号(日中に連絡が付きやすい番号)／アドバイスの対象(実践してもらいたい相手)／アドバイス内容(150字以内)／ペンネーム※発表時に匿名希望の場合
- 審査：ロコモ予防・改善への期待効果、アドバイスの独創性、誰でもどこでも取り組める汎用性、アドバイス実践の継続性等の視点から評価します。
- 賞金/賞品：大賞(現金40万円・1名) 特選(商品券5万円分・5名) 優秀賞(商品券2万円分・5名)
- 結果発表：平成29年3月上旬予定
- 留意事項

- 大賞・特選・優秀賞の受賞者へは直接電話/メールにて通知します。
- 審査結果は公益社団法人日本整形外科学会ホームページで発表します。
- 入選作品は、作者名(またはペンネーム)を公表します。
- 応募作品の著作権は公益社団法人日本整形外科学会に帰属します。応募作品は返却しません。
- 応募作品は、ホームページや新聞、出版物等に作者名(またはペンネーム)とともに、掲載させていただくことがあります。
- 賞金/賞品該当作品がない場合もございます。
- 審査詳細については非公開となります。
- 大賞受賞者からはマイナンバーを確認させていただきます。(賞金受取のため)
- 応募にあたっての通信費、郵送料は応募者のご負担となります。
- 弊学会が応募者から頂戴する個人情報は、賞金の発送および応募者数等の実態データ把握のためにのみ利用し、弊学会及び当該目的のための業務委託先の厳重な管理の下、保管及び利用をさせていただきます(法令等により開示を求められた場合を除く)。なお、ご本人様の同意がない限り、これらの目的以外での応募者の個人情報の利用等は一切行いません。

○お問い合わせ先：公益社団法人日本整形外科学会ロコモアドバイス大賞係 メールアドレス：locomoadvice2016@joa.or.jp

※応募者からのお電話でのお問い合わせはご遠慮いただいております。

チラシ(表面)



チラシ(裏面)



WEB サイト(専用応募フォーム画面)





公益社団法人

日本整形外科学会

The Japanese Orthopaedic Association



長生きを支える、足腰づくり。

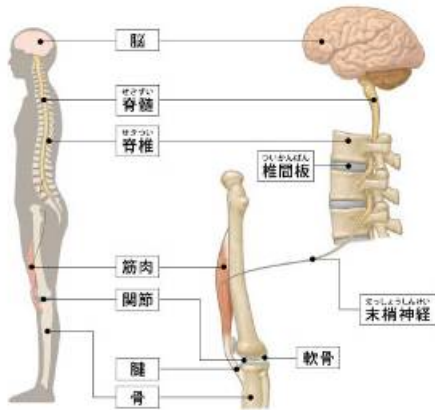
ロコモ チャレンジ!

注釈)ロコモティブシンドローム(略称ロコモ)・・・運動器の障害による移動能力の低下のために、移動機能の低下をきたした状態。進行すると介護が必要になるリスクが高くなります。(略称:ロコモ 和名:運動器症候群)

移動能力・・・立ち座り、歩行、階段昇降など、生活において必要な基本的な運動能力

運動器・・・身体活動に関わる骨・筋肉・関節・神経などの総称。

<運動器図解>



左の図は運動器を図解したものです。運動器とは身体活動を担う筋・骨格・神経系の総称であり、筋肉、腱、靭帯、骨、関節、神経(運動・感覚)、脈管系などの身体運動に関わるいろいろな組織・器官によって構成されており、その機能的連合が運動器です。筋・骨格・神経系の組織・器官にはそれぞれに独自の作用・機能がありますが、それらが密接に連動・連携して運動器としての役割を發揮しています。

出典:公益社団法人 日本整形外科学会 HP

<公益社団法人日本整形外科学会について>

日本整形外科学会は1926年(大正15年)、に設立され、平成23年4月1日に公益社団法人日本整形外科学会となりました。その目的は「整形外科学及び運動器学について調査、研究を行い、整形外科学及び運動器学の進歩普及に貢献し、もって国民の健康、疾病の予防、スポーツ医学等を通じた国民の心身の健全な発達、障害者の支援、高齢者の福祉の増進及び公衆衛生の向上に寄与すること」です。本学会は、疾患の予防・診断・治療、運動器の機能の維持・改善をめざしています。このため、必要な診断能力をもち、適切な医療を提供することができる専門医を育成しています。日本整形外科学会は、公益社団法人として今後一層、整形外科学、運動器学の発展に寄与してまいります。

<ロコモ チャレンジ! 推進協議会について>

ロコモティブシンドロームを、医療・企業・行政の枠を超えて社会的に取り組むテーマであると考え、広くロコモを啓発し、ロコモに負けない社会をつくるため、日本整形外科学会では、任意団体「ロコモ チャレンジ! 推進協議会」を立ち上げました(委員長:大江隆史、所在地:東京都文京区本郷2-40-8)。

「ロコモ チャレンジ! 推進協議会」では、ロコモティブシンドロームに関する正しい知識の普及と予防意識の啓発を行います。協議会では、会員企業・団体を募り、連携のうえロコモ予防を社会運動化していきます。

■活動内容:

- ロコモティブシンドロームの予防・啓発のための広報活動
- 「ロコモ チャレンジ!」のワード、ロゴマーク使用の認証管理
- 「ロコモ チャレンジ!」公式WEBサイト(<http://locomo-joa.jp>)の運営・管理
- 会員企業・団体と連携した広報活動 等

【メディア向け:本件に関するお問い合わせ先】

「ロコモアドバイス大賞」広報事務局(博報堂内、担当:二荒 宮川)

TEL:03-6441-4610

メール:office@locomo-joa.jp

公益社団法人日本整形外科学会事務局 ロコモアドバイス大賞係(担当:宮川)

TEL:03-3816-3671 ※電話でのお問い合わせはメディアの方のみ

メール:locomoadvice2016@joa.or.jp