

NPO法人 生活習慣病防止に取り組む市民と医療者の会



小象の会

会報 特別号(20号)
2015年12月15日

創立10周年記念号

主な内容

- | | |
|---|--------------------------|
| 2ページ 「この10年を皆様に感謝します」 創立10周年あいさつ 篠宮理事長 | 9ページ 事務局紹介 小象の会 Q & A |
| 3ページ 「小象の会に期待する」 各界から寄せられた励ましの言葉を紹介 | 10ページ 小象の会設立のころ |
| 5ページ 小象の会の活動 | 11ページ 会員から |
| 6ページ 児童生徒への啓発活動 | 13ページ 小象の会のこれから 役員の抱負 |
| 8ページ クリエイティブな活動 | 14ページ 小象の会の理事・監事 |
| | 15ページ 小象の会の概要と活動実績 |



この10年を皆様に感謝します

理事長 篠宮 正樹



小象の会が設立され10年が経ちました。これほど永く続けられたのは、会員の皆さまの誠意と努力の賜物であると嬉しく思っております。心より御礼申し上げます。

私が子どものころは車も多くはなく、夜中に物は売られていませんでした。ところが便利と横着ができる世の中となり、そのせいで子ども達が生活習慣病になっていると思いました。そこで金塚先生と栗林先生と私の3人が発起人となり、生活習慣病防止に取り組む市民と医療者の会を立ち上げ愛称を「小象の会」としました。吉田尚先生のご示唆でNPOという形を選びました。平成17年(2005年)9月にNPOとして認証されました。それ以降、講師を招いての講演会を主催し、出前講演をし、厚労省の班研究で中高生の生活習慣病健診を行いました。そのうち小中学校から子ども達への講話や市民への講演に招かれることが多くなりました。ロッテ球場でのキャンペーンも始まりました。企業に対して禁煙の取り組みを働きかけ、タバコ病への啓発も始まりました。私達の身体もこの世界もとても素晴らしく出来ている。それを訴えることで身体を大事にしようという啓発活動をしてきました。童話も2冊刊行できて、ともに千葉県課題図書に選定されました。

この間多くの方々のご協力が得られ、会員も順調にふえました。市民と医療者の双方から構成されていることが小象の会の特徴です。実に様々な職種の会員に個人個人の得意技で助けていただいていることで、これまで運営が円滑にできました。

人の役に立ちたいと思って始めたことが、その人たちが喜んでくれることで、自身の大きな生き甲斐になっていることに気づきました。一人一人ではできないことも皆で力を合わせると、可能になることも実感しています。

小象の会の活動を通していろいろな人と接することや勉強することで、命のつながりを実感しました。私たちが大きな歴史のつながりのなかにいると感じました。それは生き物のつながりであり、ひいてはすべての自然との深いつながりの結果として、私たちがいることをかみしめています。そのつながりが人々を元気にするのです。市民と医療者を繋ぐ言葉の大切さが今後のひとつの方向かと思っています。

これからも皆さんがご自分の自己実現のために「こんなことがやりたい」という声をあげていただき、その思いを皆で実現していきたいと願っております。この10年を皆様に深く感謝します。これからもよろしくお願い申し上げます。



イラスト 命のリレー 山口まさよし

小象の会に期待する

今後も市民の目線に立った活動を

公益社団法人千葉県医師会会長 田畑 陽一郎



この度、「生活習慣病防止に取り組む市民と医療者の会（小象の会）」が設立10周年を迎えられ、記念の会報が発行されるにあたり千葉県医師会を代表して一言お祝いを申し上げます。

糖尿病、高血圧症、高脂血症、肥満などは、かつて成人病と呼ばれていましたが、食生活や運動不足、喫煙、飲酒などの生活習慣に起因することから「生活習慣病」と改められました。生活習慣病は健康長寿の最大な阻害要因であり、国民医療費を押し上げる大きな要因となっております。

殊に糖尿病や肥満は小児期からの偏食や運動不足が要因と考えられ、小中学生や若者の患者が増えているのが実態です。

しかし個々の生活様式、ライフスタイルに関わる問題を医師が診療時間内に解決することは難しい問題です。小象の会はこれまでに行政や学校、市民団体と連携し、直接会員が県民や市民、小中学生の元に出向き、生活習慣病対策の重要性を訴えてこられました。市民目線、感覚を取り入れた活動は、多くの人々の意識向上につながっているものと確信しております。

今後も市民目線に立った活動に引き続きご尽力いただくと共に、地域の人々に信頼され、独創性あふれる活動を期待申し上げます。この10周年を契機に会のますますのご発展と理事長をはじめ関係者の皆様のご健勝、ご活躍を祈念申し上げ、お祝いの言葉といたします。

千葉県そして日本の健康長寿のために大いに貢献を

千葉大学大学院医学研究院 細胞治療内科学講座（旧第二内科）教授 横手 幸太郎



小象の会が発足10周年を迎えられましたことに、心よりお祝い申し上げます。

「80歳以上の人口が1000万人を超えた」ということが、先日、マスコミで報道されました。日本人がますます長生きになっていることを示す良い例だと思います。考えてみれば、私の親の世代である現在70～80歳以上の方々は、戦後の復興期に食べ物で十分ではない小児・青年時代を過ごされてきました。私が子供の頃、両親から当時の思い出話を聞くにつけ、「なんて可哀想な年代なのだろう…」と思ったものです。ところが、生物学的には、“満腹”に食べるより、“腹七～八分目”にすることによって長寿遺伝子が活性化され、より長命になることが示されています。さらに、運動不足は認知症が発症するリスクを高めるという研究結果も明らかにされています。そう考えると、折角世界一の長寿国になった日本ですが、現在の“飽食”かつ“運動不足”になりやすい生活スタイルが続くとしたら、その中で産み出される若者たち、つまり、将来の高齢者は元気に長生きができるのだろうか？といささか不安を覚えざるを得ません。

生活習慣病の治療や予防は、医師・保健師など、医療の専門家が主体となって、患者さんや一般市民の方々へ一方向性にご提供するものという意識がこれまでは強かったように思います。その活動自体も、市や町による健診など、公的なものが中心でした。10年前、千葉に発足した小象の会はそのような既成概念を打破し、医療従事者だけでなく多様な職種やお立場の方が集い、文字通り“市民と医療者”が手を携えて生活習慣病の防止に取り組む、という画期的なものでした。年に2回の生活習慣病予防治療フォーラムを軸に、プロ野球場での啓発活動、小学校への出張指導、マスコミを含めた広報などなど、地道でありながら意欲的な活動を実践・継続し、数多くの成果を挙げ、県内外から高い評価を得る団体へ発展されたと認識しています。

この10周年を契機として、さらに10年、20年先を見据え、千葉県そして日本の健康長寿のために大いに貢献して下さることを祈念しています。

予防のための活動を積極的に

千葉市病院事業管理者 前千葉大学学長 齋藤 康



病気を治療することの大切さは十分わかりますが、予防するということはそれ以上に大切なことです。予防するための道具はよく整備されている時代になりました。これで検査をすれば病気を予防できるかという点必ずしもそうではありません。予防しようとする病気が何か、そのために自分は今どのような検査値で、その意味はどのようなことでどんなことをしていけばいいのかをよく理解しなければなりません。小象の会は篠宮理事長を中心に会員が一丸となってこのテーマに積極的に取り組み、幅広く活動してこられました。

活動のご努力に敬服しますとともに、この成果に心からお祝い申し上げます。これからもさらにご発展されますことを祈念して、お祝いの言葉とさせていただきます。

活動の広がり、発展を祈念します

株式会社千葉日報社 代表取締役社長 萩原 博



小象の会10周年おめでとうございます。豊かな社会に特有の生活習慣病を予防するという難事業に、医師と市民が手を取り合って活動を続けられてきたことに、心からの敬意と一市民としての感謝を申し上げます。

私が現役の記者時代、小象の会を千葉日報紙面で紹介したことがご縁で私も会の一員に加えさせてもらいましたが、初代理事長の金塚東先生、現理事長の篠宮正樹先生、多くの理事等の皆様の真剣な姿勢に心を打たれました。特に篠宮先生が子どもたちの自尊感情を育てる大切さ、私たちの「命」のかけがえなさを出発点に、学校等で直接子どもたちや保護者、教員を対象にした講演を続けておられるアプローチはユニークで素晴らしいと思います。

今後とも活動の広がり、会の一層の発展を祈念しております。

予防のための活動を積極的に

千葉県糖尿病協会 会長 本山 昭一



NPO法人生活習慣病防止に取り組む市民と医療者の会（小象の会）創立10周年おめでとうございます。10年一昔と言いますが、過ぎてしまうと昨日のように思われます。設立までのご努力そして、これまで運営にご尽力されました、初代理事長の金塚東先生、現理事長の篠宮正樹先生を始め関係各位に衷心より敬意を表します。

小象の会と千葉県糖尿病協会は車の両輪のような関係と考えています。小象の会は医療者の立場から生活習慣病に取り組む、一方千糖協は糖尿病患者の立場から取り組んでいます。多数の会員が両方に入会しています。

以上の関係から、今後の活動に両者協力して相乗効果が発揮できないか、考えてみたら如何でしょう。

10周年を一つの節目に、今後益々のご発展を祈念します。

小象の会の活動



講演会（フォーラム）の主催

年2回小象の会の総力を挙げて取り組んでいる事業です。NPO法人としての認証記念大会での講演を皮切りに、2015年6月の第18回生活習慣病予防治療フォーラムまで累計19回、平成22年（2010年）9月の5周年記念大会における海堂尊氏等の講演も含めると合計20回の講演会（フォーラム）を開催しています。会員相互の交流・研鑽と一般市民に対する啓発を目的として大学医学部の教授や各方面で活躍する医師、その他多彩な方々を講師にお招きしております。テーマは、動脈硬化と心臓病、脳卒中予防、コレステロールと中性脂肪、遺伝子診療、子供の食育、ロコモティブシンドローム、たばこ対策、がん対策など多岐にわたっています。講演の要約は全て会報に収録されておりますので、興味を持たれた方はバックナンバーでお読みいただければ幸いです。なお近年、年度後半に行うフォーラムは、特別企画と銘打って一般市民の啓発に主眼を置き、多数の参加者を収容できる千葉市民会館を会場として開催しています。多数の方のご参加をお待ちしております。（副理事長 中野英昭）



QVCマリンフィールドでの啓発活動

多くの方々に生活習慣病の予防知識を広めるため、ロッテ球団の協力を得て、QVCマリンフィールドでの啓



発活動を行っています。5周年を機に、できるだけ多くの来場者に立ち寄ってほしいという思いで、千葉県の公認キャラクター チーバ君にも参加してもらうようになりました。チーバ君は想像以上に集客力を発揮して、撮影に子供はもちろん大人も多くの行列ができました。啓発活動では、チラシを配布するほか、手軽な脚年齢測定や医師による健康相談なども行い、盛り上がっています。ここ1, 2年は、野球ファンの皆さんにも認知され、声を掛けてくれます。啓発活動がおなじみになったことを感じ、これぞ「小象の会」設立の目的だったと思っています。継続は力です。皆様のご協力を！（理事 櫛方絢子）

出前講演・講座

小象の会には医療を中心に、様々な分野で活躍している、経験、才能豊かな役員、会員がいます。会の目的である、広い意味での生活習慣病の知識の普及のためには、講演会などを開催して集客を図るほか、ニーズに応じて、学校、企業、団体に出向き、講演、講座、アドバイスなどを行う必要があります。テーマは生活習慣病に関わる幅広い範囲について、小象の会役員、会員が自ら講師を勤めるほか、小象の会以外の団体と共催するなど、様々な要請に対応しています。篠宮理事長による小中学校での講演活動のほか、最近では内田理事による喫煙の健康被害の問題などテーマも広がっています。（理事 小倉明）



児童生徒への啓発活動



子どもたちへの講話

10年以上前から子ども達の中で「家族は私の努力を分かってくれる」、「私は幸せである」と思えないという自尊感情の低下があると報告されてきました。自分を大切に思えなければ病気を予防しようとは思わないでしょう。しかし人間の身体は実に素晴らしくできていますし、世の中にも素晴らしいことがたくさんあります。そこで小中学校をまわって、眼の錯覚などを用いて身体の不思議を体験し実感してもらうと「生まれてきて良かった。自分を大切にしたい」という感想文をたくさん戴くようになりました。(理事長 篠宮正樹)



高校生健診

平成19年(2007年)～20年に厚生労働省研究班の事業として、千葉県内の3高校で4回の生活習慣病健診を小象の会の多くの会員のご協力で実施。ボランティアのみを対象とした健診でした。男子の10%に腹部エコーで内臓脂肪蓄積と脂肪肝があり、血圧高値・高脂血症・肝機能異常がありました。運動し朝食を摂りテレビゲームの時間の短い群で、採血データも良好でした。結果を英文論文1報(田所直子監事)と和文論文2報(栗林伸一副理事長・田所直子監事)、研究班の高校生への提言として刊行しました。(理事長 篠宮正樹)



童話の刊行



本会では、成人ばかりでなく子ども達にこそ日々の生活習慣の重要性を認識して貰いたいと考えて活動しています。金塚前理事長から、より親しみやすい形で理解して貰うための書籍の発行というアイデアが出されました。これを受けた中野副理事長のプロデュースにより、児童生徒への講話で活躍している医師(篠宮正樹現理事長)と小川未明文学賞優秀賞受賞作家(小倉明理事)とのコラボレーションという形でそれが実現しました。5周年記念事業として、自費出版ではなく全国的な出版社からの刊行を目指し、第1作の「未来マシンにようこそ」が汐文社の協力を得て平成22年(2010年)9月に刊行されました。

さらに第2作目の「はるかなる絆のバトン」が平成25年(2013年)10月に刊行されました。これまで篠宮理事長が小中学校で講話をしてきた、生まれてきたことの不思議さと身体がいかに素晴らしくできているかをテーマとしました。子ども達の興味を引くストーリーと分かりやすい医師の解説で構成され、巻末では小象の会のPRも行っています。いずれも千葉県の読書感想文課題図書に選定され、多くの児童に読まれるとともに、全国の公共図書館、学校図書館に購入されています。あまり前例のない医師と作家とのこのようなコラボレーションが成功したのは、なにより、篠宮・中野・小倉の三者により創造的な討議を繰り返したことによるものと言えます。(副理事長 中野英昭)

童話の寄贈

小象の会より県内小中学校、図書館、市役所などへ上記童話の寄贈を行いました。平成22年(2010年)千葉県へ「未来マシンにようこそ」を200冊、平成23年千葉県被災地各市へ「未来マシンにようこそ」を182冊、平成25年度千葉県へ「はるかなる絆のバトン」を200冊、平成26年度館山市へ「はるかなる絆のバトン」、市原市へ「未来マシンにようこそ」および「はるかなる絆のバトン」各43冊、さらに恐竜で有名な福井県勝山市へも童話を各2冊寄贈しました。(理事 小田部譲)



会報の発行

会の様々な活動を、刊行物の形で幅広く伝えていきます。ホームページやブログのような即時性はありませんが、病院、医院をはじめとする公共施設に配置して、幅広い県民の皆様にご覧いただいています。読みやすく、親しまれる誌面を目指し、全面カラー化に踏み切り、生活習慣病防止に役立つ様々な知識・情報を提供しています。特に毎年2回開催される「生活習慣病予防・治療フォーラム」での話題の講演内容を、コンパクトに分かりやすくまとめ、提供することに力を入れています。年2回発行し今回で20号になりました。(理事 小倉明)



ホームページの開設と運営 www.kozonokai.org



平成17年（2005年）7月にホームページを開設し、柳澤葉子理事の献身的なご努力によりきわめて豊富な内容で継続的に運営されております。ホームページを開いて頂ければお分かり頂けるように多岐にわたり、本会の概要、創設以来の活動、関連医療情報等々が体系的に盛り込まれたものですので、是非一読されますようお願いいたします。

具体的な内容は、次のとおりです。

ホーム（トピックス、お知らせ、ニュース）、会の概要（設立趣旨、会の概要、会員紹介、事業計画、入会のご案内、リンク）、予定、子供と健康（小象の子供たち、医療と教育）、会報（バックナンバーが閲覧できます）、医療情報（メディア紹介、新聞等の掲載記事一覧、糖尿病を正しく知ろう、メタボリックシンドローム、スポーツ医と運動指導士、お勧め体力テスト、腹部超音波検査による内臓脂肪型肥満の診断、会員ブログ）、ニュース（設立以来の本会に関連するニュースがすべて掲載されています）。（副理事長 中野英昭）

小象ブログの管理運営

小象ブログは柳澤理事の努力によって、小象の会の活動を親しみやすくするとともに、健康や生活習慣病の知識を生活の中から分かりやすく伝える役割を果たしています。ブログの管理犬「まりん」が時々登場して、楽しく柔らかな雰囲気を作ってきました。まりんが空にのぼってしまった後、現在は猫の「なん」がその後を継いでいます。ブログの話題は、身近でありつつ、最新の医学的知見に立ち、主婦であり医師である、柳澤理事の感覚が光っています。（理事 小倉明）



関連団体との連携・協力



千葉県糖尿病協会とともに、毎年の「県民のための糖尿病教室」を共催し、小児がんの子ども達を支援するNPO法人「ミルフィーユ小児がんフロンティアーズ」と連携協力を行っています。千葉県民一人ひとりの生涯を通じた継続的な保健サービスの提供体制を整備する「健康ちば地域・職域連携推進協議会」が設置され、「健康ちば21」の次期計画の策定作業を進めるために本協議会の作業部会「健康ちば21計画策定作業部会」があります。この協議会と委員会は、地域保健関係機関、医療保険者、職域保健関係機関、健診機関、保健医療関係団体、学識経験者、県民代表から構成され、小象の会は県民代表として参加し協力しています。

（副理事長 高橋金雄）

5周年記念事業

小象の会が設立し5周年を記念して「5周年記念フォーラム」を平成22年（2010年）9月26日（日）京葉銀行文化プラザ音楽ホールにて、「生活習慣病防止－みんなで考え 共に行動を！」をメインテーマに開催されました。特別講演は医師であり、小説家である海堂尊氏による「医療の未来とAi」と題して講演いただきました。海堂尊氏と千葉大学医学部の同級生である横手幸太郎教授に司会を頂きました。パネルディスカッションは、「生活習慣病防止－みんなで考え 共に行動を！」テーマに、元TBSアナウンサーの山本文郎氏に司会をしていただきました。



海堂尊氏

山本文郎氏

山本氏から市民・患者の代表として、病気への思いや闘病生活について語られた後、行政、教育界、小象の会の代表者によるディスカッションが行われました。そして、理事、会員による講演と5年間の事業活動についてスライドやビデオを盛り込み報告がされ、プログラムに、より細かな「小象の会の概要と5年間の活動実績」が報告されました。参加者には童話作家である小倉明理事と篠宮正樹副理事長の共著による児童・生徒への啓発用童話「未来マシーンにようこそ」が進呈され盛りだくさんのフォーラムとなりました。尚、今フォーラムには千葉市の共催と、千葉県をはじめ17の関連団体の後援、そして製薬会社をはじめ多くの企業の皆様には多大なご支援ご協力を頂きました。（理事 釘持登志子）



学術発表

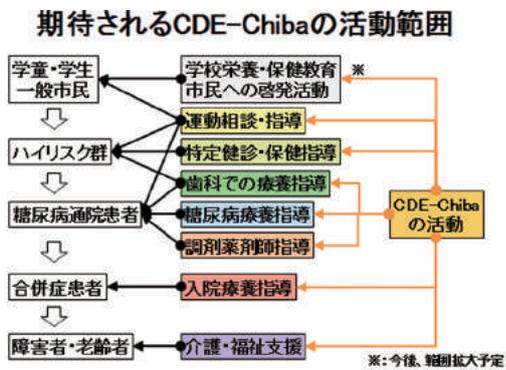
平成19年（2007年）第28回日本肥満学会にて「高校一年生における腹部内臓脂肪蓄積の実態とそれに及ぼす要因について」を報告。厚労省の生活習慣病対策総合研究事業の一環として、小象の会が主体となって実施した高校生に対する生活習慣病健診の結果をまとめたもの。また、毎年のプライマリケア学会では田所直子監事が、広く一般市民、子供たちへの生活習慣病予防啓発活動を医療者と市民が一体となって実施している当会のユニークな活動を報告。千葉大学細胞治療内科学例会では、私が1年の活動と今後の予定について毎年報告しています。（理事 柳澤葉子）



クリエイティブな活動

小象の会には、会員の発案、努力によって始められ、それが発展・定着し、今や小象の会を特徴付けているさまざまな活動があります。

糖尿病療養の友、CDE-Chiba に期待しよう！



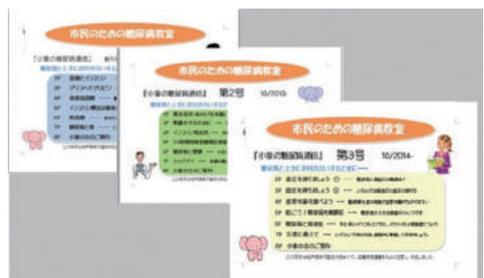
千葉県糖尿病療養指導士 / 支援士（CDE-Chiba）制度は「千葉県糖尿病対策推進会議」が平成24年（2012年）度に設立した制度で、小象の会も深く関与しています。

糖尿病の療養には患者さんと医療者の協働が必要です。CDE-Chibaには、①患者さんの療養のサポート役のほか、②療養上の正しい知識や技術の伝達役、③糖尿病診療レベル向上の担い手、④医師と患者さんの意思疎通の仲介役、⑤地域医療連携の担い手など、多くの役割が期待されています。

CDE-Chibaは現在約800名ですが、今後も増え続け、千葉県の糖尿病療養に不可欠な存在となることでしょう。（副理事長 栗林伸一）

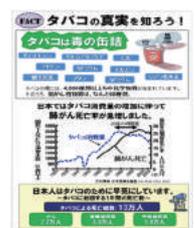
小象の糖尿病通信

小象の会の活動の柱の一つである一般市民への情報提供のツールとして、平成24年（2012年）から発行。千葉県糖尿病協会が主催し、小象の会も共催している『市民のための糖尿病教室』で年に1回配布しています。柏戸病院で毎月発行している糖尿病通信から小象の会で6回分を選択、糖尿病患者さんの生活習慣改善に役立つ情報、合併症や治療薬についての解説などを掲載しています。今後も、困難な自己管理に悩む糖尿病患者さんにできるだけ読みやすく役立つ冊子をお届けできるよう継続していく予定です。（理事 柳澤葉子）



禁煙啓発活動

喫煙は、がん・心臓病・肺気腫等の疾病の原因となります。また、受動喫煙についても肺がんや心臓病のリスクとなる事が明らかです。喫煙では吸う人も吸わない人も共に被害者となるのです。小象の会では市民の健康を守るために、平成25年（2013年）2月の第13回小象の会フォーラムで、喫煙問題をテーマに取り上げました。その後も企業に出向いて、あるいは医療関係者を対象として、喫煙の害を訴える禁煙啓発活動を続けています。小象の会は、今後とも禁煙推進に向けて積極的に取り組んでまいります。（理事 内田大学）



第13回小象の会フォーラムで望月友美子先生（独立行政法人国立がん研究センターがん対策情報センターたばこ政策研究部長）が「世界のたばこ対策の現状と将来」を講演（右上）

千葉県医師会雑誌平成25年11月号に「FACT タバコの真実を知ろう！」を掲載

事務局の紹介

小象の会は、専任の事務局職員を持たず、事務所も持たずに、幅広い活動を行っています。それを可能にしているのは、ボランティアでこの活動を支えているメンバーのおかげです。刊行物の発送、保管、スケジュール管理、データ整理、会議のテープ起し、会場設営など、会の運営のためのあらゆる事務作業に活躍してもらっています。



小象の会が設立10周年を迎えたことは、びっくりするほどあっという間でした。このNPOは正式名称のとおり、医療者だけでも市民だけでも進めていくことは出来なかったと思います。両者が一緒になって進められたことが10周年を迎えられた大きな源です。初めの小さな輪がどんどん広がり、皆が健康で楽しい生活を送ることが出来るように、少しでもお役に立てればと思い、事務のお手伝いをしております。 篠宮 たまき



事務局といっても私は総会やフォーラムの受付のお手伝いをする程度で難しい仕事は何も出来ていませんが、会のみなさまと一緒に楽しくお勉強をさせていただいております。 小田部 真紗子



西船内科に勤務している御縁で、5年ほど前より会員名簿の管理や会報の発送などを担当させていただいております。会員の皆様の多岐にわたる職種や経歴が小象の会の幅広い活動を支えているのだと日々感じております。沢山の力に支えられ、小象の会がまさに大きな象となっていく様子を近くで見ることができるのを幸せに感じつつ、今後も微力ながらお手伝いをさせていただければと存じます。 佐藤 郁子

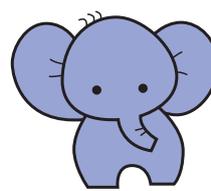
小象の会 Q&A

Q なぜ「小象の会」なの？

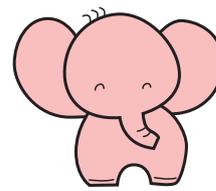
A 正式なNPOの名前は「生活習慣病防止に取り組む市民と医療者の会」といいます。この名前の中には、生活習慣病をなくすには社会全体が変わらなければならないという考えがあります。そして、大人だけではなく、子どものころからの生活習慣がとても大切です。愛称の「小象の会」は子どもが正しい生活習慣を身につけるとともに、やがて小象が大きな象になるように、良い生活習慣が社会全体に広がるように願って付けられました。

Q 小象の会の公認キャラクターを教えてください

A 小象の会にも、ふなっしーにまけない、ちょっと有名な公認キャラクターがいます。しかも、男の子と女の子の2頭の小象です！男の子は「歩(あゆむ)くん」女の子は「はなちゃん」です。



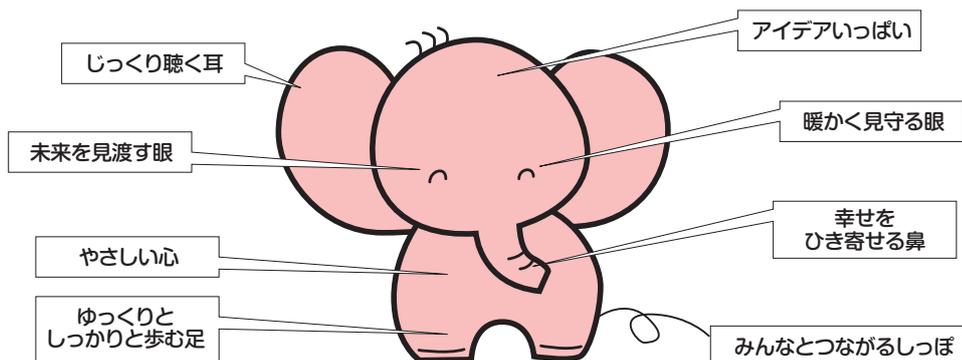
歩くん



はなちゃん

Q 公認キャラクターのすごいパワーって？

A 歩くんにもはなちゃんにもすごいパワーがありますよ。分かりやすいように図解してみましょう。



小象の会設立のころ

小象の会設立に関わった方々に、当時の思い、エピソードを聞いてみました。



前理事長 顧問 千葉中央メディカルセンター糖尿病センター 金塚 東

“小象の会”の正式名称、‘…市民と医療者…’は、市民と医療者が共に活動し、学ぶことを込めて付けられました。毎年、QVC球場で子ども達へのメッセージと市民と医療者によるボランティア活動がされます。前ロッテ球団代表にお会いしご協力をお願いしたところ、二つ返事で快諾していただき活動が実現しました。私たちの活動は市民の深い理解に支えられ、市民と医療者の協働により活動が進められています。“小象の会”は、私の設立時の想定を超えて発展し生活習慣病防止の一翼を担っていくでしょう。

副理事長 三咲内科クリニック 栗林 伸一

金塚氏、篠宮氏との会合にて、生活習慣病の芽が子ども達まで蔓延していること、一旦染み付いた生活習慣を個人の力だけで変えるのは難しいこと、医療者と市民の間には強いコミュニケーション・ギャップがあること、誤った健康情報や民間療法が巷に溢れていることの共通認識に至りました。

そこで、常に正しい医療情報を発信し、信頼できる医療者-市民関係を構築すること。さらに医療者、市民、学校、行政、産業界、国が壁を越えて強く連携して活動する組織が必要との結論が導かれました。11年前のことです。

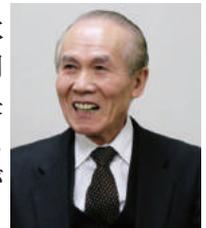


前監事 なかむら医院 中村 真人

設立10周年おめでとうございます。千葉駅ビルで開催された、設立の会が昨日の事のように思い出されます。金塚先生、篠宮先生、栗林先生を初めとした優れたリーダーと、多くの協力者のお陰で、小象も二回りは大きくなったように思います。私も、平成元年から千葉社会保険病院で運動療法部長を務めた関係もあり、設立にお誘い頂き、足年齢などに少しはお役にたてたように思います。少子高齢化の波の中で、全ての年代に於ける生活習慣病・運動器障害など小象に求められる役割はますます大きくなっているように思います。皆様の、さらなる頑張りを期待します。

前理事 城西国際大学非常勤講師 田部井正次郎

平成17年の正月、以前からお世話になっている金子仁元監事から小象の会の事務を手伝って欲しいとの話がありました。早速、準備会に出席しNPO法人設立の書類を整え6月に設立総会を開き、知事に申請しました。9月の設立認可後の私の担務は月次決算と年間の事業計画と予算・決算事務と総会への報告など。篠宮たまき先生の緻密な金銭納管理のおかげで、事務はスムーズに運びました。会の活動を通して、自身の生活の上で食事・運動・休養・ストレスのバランスが意識できるようになり、深く感謝しております。



元監事 金子仁

小象の会が10周年を迎える。こんなに喜ばしいことはありません。医師と一般人が協力しあっている会こそ今後の医療活動にとって重要なことです。このような会が各地に数多くできることを希望します。私は40代から糖尿病で、千葉大学附属病院に通い、担当医の金塚先生と知りあい、小象の会の設立に市民として参加、事務局で働きました。そこには篠宮先生、栗林先生、田部井氏もいて会は活性化しています。私はいまだに月1回病院に通い、同じ会員の内科医柳澤葉子先生にお世話になっています。



会員から

小象の会には幅広い分野の会員がいます。会員から寄せられた祝辞、提言、意見を掲載しました。



小象の会が、設立10周年を迎えられたこと心よりお祝い申し上げます。私は昨年12月に開催された千葉県学校保健学会の際、学会長である篠宮先生にご挨拶させていただいたことがきっかけで会員となりました。医療者1年目の身ですが日々”食”、”栄養”を専門とし人と向き合う毎日を過ごしています。小象の会では生活習慣病と密接に関わる”食”、”栄養”も頻回にテーマとしています。明日職場の同僚へ、患者さんへ話してみようと思える話題に溢れています。

千葉大学医学部附属病院 臨床栄養部 管理栄養士 鶴岡裕太



およそ10年前、私の主治医の篠宮先生（現理事長）から、「小象の会」の設立趣旨の説明を受け、一も二もなく入会させていただきました。会員番号1番です！それ以来、「小象の会」の地道な活動に感動を覚えつつも、私も私自身の病と闘って参りました。お陰様で、大変安定しております。もっと早くに「小象の会」のようなものと出会っていれば、更に「未病」の考えを取り入れることができていたに違いありません。私と同じような境遇にある人間は、世界中に数多くいます。「小象の会」の輪が、全日本、全世界へと広がって行くことを切に望みます。

亜細亜大学大学院アジア・経営戦略研究科講師 (株)心弦社代表取締役社長 田中則明

設立10周年おめでとうございます。しかし残念ながらこの10年の間に日本において「生活環境」が改善してきたとは私には感じられません。摂取カロリー過多は容易に、運動量を増やしたくても困難、という今の環境では誰しもが「生活習慣病」へまっしぐらです。特に小児の「生活環境」の変化としては摂取カロリー過多の問題以上に、やせ願望による拒食やネグレクト・貧困に伴う栄養不足の増加が気になります。このような変化に伴い、小象の会の活動はますます多面化し重要性も増していくと思います。微力ながらお手伝いできれば幸いです。

三咲内科クリニック 看護師 飯田直子



小象の会の創立10周年、誠におめでとうございます。生活習慣病防止を市民と医療者双方で様々な取り組みをされ、すばらしいNPO活動と感服致します。教育現場に対して、未来ある子どもたちに生命の神秘や自尊感情の重要性をご講演されたり、ともに課題図書になった、童話「未来マシンにようこそ」と「はるかなる絆のバトン」をご出版され、千葉県内の数市に寄贈されたりと、学校現場の人間として心から感謝致します。今後も、教育と医学の両輪で「命の大切さ」を子どもたちに伝えていきましょう。

千葉大学教育学部附属中学校 養護教諭 高柳 佐土美

県内各市町村は、住民の健康を守るために医療関係者の協力を得て、多くの施策を実施しています。これらの中で現在「がん検診」やメタボに着目した「特定健診」の受診率向上が、大きな課題となっています。受診者が増えれば、がんの早期発見や生活習慣病発症リスク者を多く見つけることができ、県民の健康長寿に寄与すると考える。小象の会と県・市町村が力を合わせて、受診率向上による生活習慣病予防の「大県民運動」を展開し、県民が健康で安心した生活が送れるように願っています。

前習志野市副市長 島田行信



小象の会設立10周年、おめでとうございます。小象の会との出会いは、発足と同じ年に、現理事長の篠宮先生にお声掛けいただき、船橋での高校生生活習慣病健診に参加させていただいたのがきっかけでした。この会は、会の趣旨に賛同して集まった方々の思いが結集し、さまざまな活動に繋がっていらっしやいます。多方面にわたる幅の広い講演会を開催し、駅やロッテ戦での啓発活動、童話出版など、子供たちの視点からの活動を繰り返し、継続されていることは素晴らしいことだと思います。生活習慣病対策は時代の先端を行くものです。次の10年に向けて、皆様方のご健勝と会のご発展をお祈り申し上げます。



千葉県医師会理事 いけだ病院 松岡かおり



「小象の会」は、医師、コ・メディカル、その他異業種が交流し、資格の壁を越え、伸び伸び活動できる、他に例を見ない素晴らしい組織です。命の大切さ、人への思いやりをベースに現在、講習会、出版、出前授業やQVCマリンフィールドなどでの活動を通じ成果を上げています。今後も、産学官それに民のコラボによる活動へと幅を広げ、平和で健康な社会の実現に向け期待が高まります。私も会員の一人としてお役に立てればと思っています。

元ちば県民保健予防財団 常務理事 櫻井義人

十年ほど前、篠宮先生と意気投合して「先生シヨonz」を結成したことを、昨日のように思い出します。今春校長を定年退職して、現在、就労支援・地域貢献の料理店「龍桂林」を開店いたしました。加えて大学での講義、新聞等の書評、県での新任校長研修などを担当しております。勿論「課題を持つ子どもと教員を目指す大学生との富士登山」も11年目になりました。百席の店内で医食同源の会食を兼ねたトークセッションを展開しております。このベースは、すべて小象の会との出会いにあるのです。本会の益々の多方面への寄与を願っております。



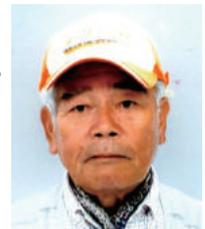
文教大学非常勤講師 大久保俊輝



設立10周年おめでとうございます。篠宮理事長をはじめ理事や会員の皆様の熱心な活動に敬服申し上げます。本会で継続的に行われてきた様々な生活習慣病予防の啓発活動は、多くの市民の健康を救い、健康へ導いたことと存じます。活動を継続することの難しさと大切さは、私が専門とする運動分野においても同様です。継続するからこそ効果があり、難しいからこそやりがいと楽しさがあります。一人でも多くの市民が本会に賛同し、継続的に会員としてご健康でご活躍されることを心より祈念いたします。

浦和大学総合福祉学部／三咲内科クリニック 健康運動指導士 長阪裕子

20数年間、近所の町を歩いていたら知人から「ウォーキングの仲間に入らないか？（歩き＝ウォーキングと勝手に考えていたときでもあった）」。「歩くことを意識しよう」と知人。道端の小さな花木、季節のうつりかわりをはじめ、仲間づくり、ボランティア活動、また日本をはじめ、世界の町の観光をかねて参加するようになりました、12年かけて地球1周、その後は8年で1周した数値になり、いま3週目をまわっています。歩くことで生きがいを感じている1人です。



千葉県ウォーキング協会 平山 健治



小象の会のこれから 役員抱負



私はNPO法人「小象の会」の理事となり、2年目を迎えました。当会は、一貫して生活習慣病撲滅活動を着実に展開しております。我が国は世界的にも長寿国で、本邦の医療の発展と予防医学の啓発が功を奏して、いつでも、どこでも、皆健康で生き生きした生活を手に入れることが出来ます。私は、国民が安心して受けられる現在の医療環境を維持して行く事と、特に小児の生活習慣病撲滅啓発活動に寄与して行くことを、これからのNPO法人「小象の会」に期待いたします。

理事 梅宮 敏文

現在の会員の状況について正確には把握していませんが、医療従事者の方が圧倒的に多く一般市民は少ないと思います。これからの「小象の会」のあり方を考えると、市民会員の増加を図ることが必要ではないでしょうか。生活習慣病の防止活動を推進するには、現在健康な多くの市民の方に会員となっていただき、生活習慣病についての啓発をしていく、さらにこれら会員が自身の周囲の人たちにその輪の拡大を図っていく。こんな地道な活動が大切だと思います。生活習慣病は罹病しても当初は痛くもかゆくもないのでなかなか難しい面がありますが、私自身も常にこの意識を持って活動したいと思います

監事 蛭田 隆

以前のフォーラムで、メディカルスタッフのグループワーク運営についてご紹介しました。講演会で知識を得るだけでなく、ディスカッションと発表が知識や行動の定着に役立つという主旨で申し上げました。このことは健康維持のための行動に共通すると思います。今後の小象の会では、医療者だけでなく、参加者全員が話し合い、行動を共にする機会をさらに作ることができればと考えます。すでにQVCマリンフィールドイベントなどでその一端は行われています。それをさらに広げていくことを提案します。

理事 田代 淳

生活習慣の基礎は子供のときに形成されます。小象の会では、これまで、講演会、中高生の生活習慣病健診、児童生徒への講話、出前講演、教委等との連携協力、啓発用童話の発刊等を行い、子供の健全育成⇒適正な生活習慣の形成に努めています。小中高校（児童生徒、教諭・養護教諭・学校栄養士、教育委員会、PTA）との連携・協力を今まで以上に強化し、教諭等の講演会・セミナーへの参加意欲、講話・出前講演の開催に重点的に取り組むことが、生活習慣病の発生防止につながっていくと考えています。

理事 古市 雅雄

多くのさまざまな人たちがそれぞれの立場で支えるNPO
 支え続けながら変化（脱皮）と不変のミッションの間を行き来するNPO
 ミッション（志）を時には大きく時には小さく実現させる柔軟性あるNPO
 柔軟性が他者との連携・連帯を大切にする発信力を生むNPO
 発信力による仲間集めを進めるNPO
 仲間には専門家もアマチュアもいて楽しく活動するNPO
 心身ともに楽しく働くには口が働き頭が働き身体が働くことが大切です。

理事 高橋 信一

会員に若いひとたちを！フォーラム・講演会に子どものセッションを取り入れ招待も発表もあつたらいいなと思います。小・中・高校生と学年も視点も異なれば発表の内容も違って興味深いものになるのではないのでしょうか。また健診のない高校卒業から30歳代、その世代にもメッセージを伝えたいです。さらに会員に食を支える人たちも！今後外国産食材も更に増えてより食生活の多様化が進みます。様々な分野から知恵を集めて正しい「健康」をめざしましょう。

監事 田所 直子

小象の会の理事・監事

平成27年(2015年)12月1日現在



理事長 篠宮正樹



副理事長 栗林伸一



副理事長 高橋金雄



副理事長 中野英昭



理事 内田大学



理事 梅宮敏文



理事 小倉明



理事 小田部譲



理事 櫛方絢子



理事 釵持登志子



理事 高橋信一



理事 田代淳



理事 古市雅雄



理事 柳澤葉子



監事 田所直子



監事 蛭田隆

小象の会の概要と活動実績

取りまとめ・執筆 副理事長 中野英昭

< 会 の 概 要 >

I 名称

本会は、特定非営利活動法人（NPO法人）として平成17年9月26日に認証された団体で、正式名称は「生活習慣病防止に取り組む市民と医療者の会」です。

本会では、生活習慣病の防止のためには小児期から成人までの生活のあり方を重視しております。「小象の会」という愛称も、子供たちが本来のあるべき生活スタイルを取り戻し、健康に成長することを願って付けました。そして我々会員の活動が徐々にしかし確実に広く社会全体に浸透し、本会そのものが大きな象のように成長することも願っております。

II 設立目的

小象の会の設立目的は、要約すれば正式名称どおりですが、定款第3条（目的）の記述に従えば、

「この法人は、糖尿病・高血圧・高脂血症・肥満症など生活習慣病の発生と進行を防止するため、市民と医療者が相互に交流し関連団体と連携して、各種の調査・広報・啓発普及活動を行うと共に、病気の予防・抑制のための生活改善の指導など実践的事業を通じて健康の増進を図り、以って千葉県民はじめ広く国民の福祉の向上に寄与することを目的とする。」ということです。

III 事業内容

小象の会の事業としては、定款第5条（事業）で次のとおり定めています。

- 1 生活習慣病、食事、運動等に関する調査及び情報の収集・提供事業
- 2 病気、食事、運動等に関する講演会・セミナー・イベントの企画及び開催事業
- 3 関連団体との連携・協力事業
- 4 上記各号に係る一切の事業

IV 組織等

1 役員

| | | |
|------|-------|---|
| 理事長 | 篠宮正樹 | 西船内科院長、日本動脈硬化学会評議員、元済生会船橋済生病院院長 他 |
| 副理事長 | 栗林伸一 | 三咲内科クリニック院長、日本糖尿病学会評議員、日本病態栄養学会評議員、千葉県糖尿病対策推進会議委員 他 |
| 副理事長 | 高橋金雄 | 元千葉県臨床衛生検査技師会会長、元安房医師会病院事務部長 |
| 副理事長 | 中野英昭 | 元千葉県出納長 |
| 理事 | 内田大学 | ほたるのセントラル内科院長 |
| 理事 | 梅宮敏文 | 千葉大学医学部、元千葉県臨床検査技師会会長 |
| 理事 | 小倉 明 | 元千葉県文書館長 |
| 理事 | 小田部譲 | 元古河電工技師長 |
| 理事 | 櫛方絢子 | 千葉県薬剤師会理事 |
| 理事 | 釵持登志子 | 元君津中央病院医療技術局次長 |
| 理事 | 高橋信一 | 元千葉県水道局管理部長 |
| 理事 | 田代 淳 | 松戸市立病院内科健康管理室長 |
| 理事 | 古市雅雄 | 元千葉県監査委員事務局長 |
| 理事 | 柳澤葉子 | 柏戸病院内科 |
| 監事 | 蛭田 隆 | 元千葉銀行取締役東京支店長 |
| 監事 | 田所直子 | 渡辺医院院長 |

2 顧問

| | |
|------|-----------------------|
| 小倉敬一 | 元全国保健所長会会長 |
| 金塚 東 | 千葉中央メディカルセンター糖尿病センター長 |
| 齋藤 康 | 元千葉大学学長 |
| 渡辺 武 | 元千葉県医師会会長 |

3 会員の概要

| | | |
|------|-----|----------------------|
| 総数 | 280 | (平成27年10月31日現在) |
| 正会員 | 243 | (医療者141名 市民91名 団体11) |
| 賛助会員 | 37 | (個人31名 団体6) |

4 会計の状況

| | | | | |
|-------|--------|----------|------|----------|
| ・予算規模 | 平成17年度 | 1,216千円、 | 18年度 | 1,785千円、 |
| | 19年度 | 4,520千円、 | 20年度 | 6,630千円 |
| | 21年度 | 5,732千円、 | 22年度 | 8,229千円 |
| | 23年度 | 5,308千円、 | 24年度 | 4,131千円 |
| | 25年度 | 5,666千円、 | 26年度 | 5,159千円 |
| | 27年度 | 5,063千円 | | |

| | | | | | |
|------|-----|----|-------------|----|-------------|
| ・会費等 | 入会金 | 個人 | 1,000円、 | 団体 | 10,000円 |
| | 会費 | 個人 | 2,000円(1口)、 | 団体 | 20,000円(1口) |

| | | | | |
|------|--------|----------|------|----------|
| ・寄付金 | 平成17年度 | 0円、 | 18年度 | 50千円、 |
| | 19年度 | 2,787千円、 | 20年度 | 1,538千円、 |
| | 21年度 | 1,850千円、 | 22年度 | 2,360千円、 |
| | 23年度 | 1,930千円、 | 24年度 | 2,290千円 |
| | 25年度 | 1,820千円、 | 26年度 | 1,300千円 |

・寄付企業一覧

アークレイマーケティング(株)・アステラス製薬(株)・アストラゼネカ(株)・エーザイ(株)・MSD(株)・大塚製薬(株)・小野薬品工業(株)・科研製薬(株)・協和発酵キリン(株)・興和創薬(株)・サノフィ(株)・(株)三和化学研究所・塩野義製薬(株)・ジョンソン・エンド・ジョンソン(株)・(株)スズケン・第一三共(株)・大日本住友製薬(株)・大鵬薬品工業(株)・武田薬品工業(株)・田辺三菱製薬(株)・千葉県ヤクルト販売(株)・DIC(株)・テルモ(株)・トーアエイヨー(株)・日本イーライリリー(株)・日本ベーリンガーインゲルハイム(株)・ノバルティス ファーマ(株)・ノボボルディスク ファーマ(株)・バイエル薬品(株)・ファイザー(株)・富士フィルムファーマ(株)・持田製薬(株)

5 事務局

篠宮歯科医院 〒260-0808 千葉市中央区星久喜町946番地の7
 電話 043-263-1118 Fax 043-265-8148 e-mail: naika@2427.jp

< 活動実績 >

V 事業実績

1 講演会の主催

累計 18回

- 認証記念大会 平成17年10月22日 特別講演 村田光範和洋女子大学教授「こどもの食育をめぐる」
 第1回生活習慣病予防治療フォーラム 平成18年6月10日 特別講演 高橋久仁子群馬大学教授「フードファディズム」
 第2回 同フォーラム 平成18年10月14日 特別講演 篠田基行会員(元国際武道大学学長)「運動療法」
 第3回 同フォーラム 平成19年6月16日 特別講演 河合勝幸日本糖尿病協会インターネット委員「糖尿病と地中海式食生活」
 第4回 同フォーラム 平成19年12月1日 フォーラム全体の主題を「次の世代の健康を祈って」として、金塚理事長から本会の活動報告を行った後に各地域における「小児期からの生活習慣病対策」の取り組みについて報告し、それに基づき参加者全員による討論を行った。①船橋市での取り組みについて篠宮正樹副理事長から ②館山市での取り組みについて渡邊侑子会員(館山市役所管理栄養士)から③市川市での取り組みについて小林靖幸会員(小林医院)
 第5回 同フォーラム 平成20年6月7日 特別講演 三島修一会員(国立国際医療センター国府台病院内科医長)「生活習慣改善を妨げる家族内交流不全—新しい交流を恢復するには」
 第6回 同フォーラム 平成21年11月15日 特別講演 宮本俊明新日本製鐵(株)君津製鐵所主任医長「中高年世代、企業・職場の健康管理」
 第7回 同フォーラム 平成21年6月6日 特別講演 松久保隆東京歯科大学教授「噛むことの大切さ」

- 第8回 同フォーラム 平成21年11月14日 特別講演 横手幸太郎会員（千葉大学教授）「加齢とともに」
- 第9回 同フォーラム 平成22年6月5日 特別講演 神山潤東京ベイ市川浦安医療センター長「身体はいちばん身近な自然」
- 第10回 同フォーラム 平成23年6月4日 特別講演 杉原茂孝会員（東京女子医科大学東医療センター小児科教授）「小児のメタボリックシンドロームと2型糖尿病」
- 第11回 同フォーラム 平成23年11月19日 特別講演 藤木哲郎会員（習志野保健所長）「保健所の役割 予防の視点からーヘルスプロモーションについて」
- 第12回 同フォーラム 平成24年6月9日 特別講演 小林欣夫会員（千葉大学大学院医学研究院循環病態医科学教授・循環器内科長）「動脈硬化と心臓病」
- 第13回 同フォーラム 平成25年2月9日 第1回特別企画（喫煙をテーマに、千葉市民会館で） 内田理事「たばこに起因する病気の様々」、望月友美子独立行政法人国立がん研究センターがん対策情報センターたばこ政策研究部長「世界のたばこ対策の現状と将来」
- 第14回 同フォーラム 平成25年6月8日 特別講演 曾根博仁会員（新潟大学医学部血液・内分泌・代謝内科学講座教授）「運動で伸ばす健康寿命」、パネルディスカッション「CDE-Chibaを取得して」栗林副理事長、高野聡美会員（文教通り歯科クリニック歯科衛生士兼管理栄養士）、鈴木あい会員（三橋病院薬剤師）、八木橋雅子氏・渡辺美貴氏・菅野りえ氏（千葉労災病院ドクターエイド）、長阪裕子会員（三咲内科クリニック健康運動指導士）
- 第15回 同フォーラム 平成26年2月2日 第2回特別企画（生活習慣病としてのがんをテーマに、千葉市民会館で） 鈴木健彦千葉県健康福祉部保健医療担当部長「千葉県がん対策推進計画について」、藤澤武彦ちば県民保健予防財団理事長「がんを早期に発見するためには」（がん検診で、治療できる早期がんを発見しよう）、中川原章千葉県がんセンター病院長「がんは生活習慣病です」（がんを知り、がんに負けない生き方）
- 第16回 同フォーラム 平成26年6月7日 特別講演 小林英一千葉大学医学部脳神経外科講師「脳卒中を予防する」、特別発言 佐伯直勝千葉大学医学部脳神経外科学教授「脳卒中予防としての脳ドックの役割」、田代淳会員（松戸市立病院内科健康管理室長）「メディカルスタッフのためのグループワーク運営について」
- 第17回 同フォーラム 平成27年2月15日 第3回特別企画（ロコモティブシンドロームと生活習慣病をテーマに、千葉市民会館で） 村永信吾亀田総合病院リハビリテーション事業管理部長「ロコモティブシンドローム」、大西俊一郎会員（旭中央病院糖尿病代謝内科医長）「医者だけで糖尿病は治療できません」、釧持理事「動けるからだ食事」
- 第18回 同フォーラム 平成27年6月13日 特別講演 野村文夫千葉大学医学部附属病院マススペクトロメトリー検査診断学・遺伝子診療部特任教授／ちば県民保健予防財団学術顧問「遺伝子診療の最前線ーアールコールと肝を含めて」、篠宮理事長「コレステロールと中性脂肪の話」

2 会報誌の発行

第19号まで

- 創刊号 平成18年4月12日 発足に当たっての金塚理事長挨拶、栗林副理事長＜マスコミ情報とフードファディズム＞、吉田顧問＜小象の会事始＞、渡辺顧問＜小象の会 発足にむけて＞、平山健治会員＜ウォーキングと私＞、池田伊公子会員（三咲内科クリニック健康運動指導士）＜充実したウォーキングタイムを＞、田部井理事＜市民から見た「小象の会」の活動について＞
- 第2号 平成18年10月10日 篠宮副理事長＜おかげさまで1年が経ちました＞、小倉顧問＜小象の会に期待する＞、小林靖幸会員＜子どもの生活習慣病＞、釧持理事＜小象の耳より情報 聞いたらやってみよう！＞、金子監事＜素人と患者の立場から＞
- 第3号 平成19年4月10日 栗林副理事長＜確認しよう、家庭や社会における自分の存在＞、小林靖幸会員＜朝ごはん、食べてる？＞、柳澤理事＜生活習慣病と闘う皆様へ＞中村理事＜開業医でも出来る運動療法工夫＞、藤原優子会員＜小象の耳より情報 今日から始められる！？食事療法＞
- 第4号 平成19年10月10日 高橋理事＜長年にわたる小児肥満に取り組んで（館山市の場合）＞、鈴木弘祐会員（千葉県医師会副会長）＜ダイエットへの挑戦＞、河合勝幸（有）クラグ・イスポノフィーロ社長＜地中海風料理が糖尿病に最適＞、櫛方理事＜開局薬剤師の仕事＞、小倉明会員＜患者の感情＞、大久保俊輝会員＜地域と教師の活力を引き出す学校経営＞

- 第5号 平成20年4月10日 金子監事<生活習慣病 患者としての哲学も！>、篠宮副理事長・金子監事<千葉大学学長に当会の齋藤康顧問が就任のお知らせとお祝いの言葉>、千葉県がんセンター中川原章研究局長<遺伝子で体質を知る時代がすぐ目の前に>、高橋芳恵会員（千葉駅前クリニック管理栄養士）<生活習慣病を予防する食事～特定健康診査合格への近道、食卓での工夫～>
- 第6号 平成20年10月10日 柳澤理事<落語「寿限無」の願いは昔も、今も・・・>、三島修一会員（国立国際医療センター国府台病院第一内科医長）<生活習慣改善を妨げる家族内交流不全～新しい交流を回復するには>、田所直子会員（渡辺病院院長）<生活習慣病予防 高校生を対象に調査>、篠宮副理事長<“ツール・ド・ちば”に出てみたい！>
- 第7号 平成21年4月10日 田部井理事<食生活を変えることは可能か>、新日本製鐵（株）君津製鐵所宮本俊明産業医<会社が行う健康管理と自分が行う健康管理>、千葉県臨床検査技師会渉外部武田哲司氏<AIDS撲滅、メタボ予防キャンペーン>、渡辺晨会員（元千葉県庁職員）<数病息災の記>
- 第8号 平成21年10月10日 中村理事<中高年のものぐさと運動器障害！>、柳澤理事<糖尿病と新型インフルエンザ>、石森看護師<守ろう！咳エチケット>、千葉県立東金病院生活習慣病療養指導室・外口徳美致会員<なぜ糖尿病漫談なのか？>
- 第9号 平成22年5月20日 中野理事<NPO法人について>、当会からのお知らせ<9月26日に京葉銀行文化プラザで開催予定の5周年記念フォーラムについて>、横手幸太郎会員（千葉大学大学院医学研究院細胞治療内科学教授）<メタボリックシンドロームとヘルシーエイジング>、お祝い<旭日双光賞・櫛方理事、厚生労働大臣賞・釵持理事>、篠宮副理事長<高校生の生活習慣病予防に関する提言>
- 第10号（5周年記念号） 平成23年4月28日 金塚理事長<小象の会5周年にあたって>、東京ベイ浦安市川医療センター神山潤センター長<身体はいちばん身近な自然>、5周年記念フォーラムにおける挨拶・祝辞（千葉市長代理栗原一雄同市健康部長、渡辺顧問）・5年間の軌跡報告（田部井理事）・健診結果に基づく高校生へのメッセージ（田所直子会員）・インタビュー（千葉ロッテマリーンズ瀬戸山隆三社長）・童話「未来マシンにようこそ」の発刊に寄せての執筆者対談（篠宮副理事長と小倉明会員）・講演萩原博会員（千葉日報社東京支社長）・特別講演（海堂尊氏、司会は横手幸太郎千葉大学教授）・パネルディスカッション（司会は、山本文夫フリーアナウンサー、井上肇会員（千葉県健康福祉部理事）、細谷裕子千葉県学校栄養士会会長、栗林副理事長）等の要約と写真
- 第11号 平成24年3月10日 小田部理事<甘いはいちまい…それって大丈夫？>、杉原茂孝会員（東京女子医科大学東医療センター小児科教授）<小児のメタボリックシンドロームと2型糖尿病>、藤木哲郎会員（習志野保健所所長）<保健所の役割 予防の視点から>、理事変更についてのお知らせ、金塚前理事長挨拶、篠宮新理事長挨拶、ホームページリニューアルのお知らせ、3・11地震の県内被災地への童話の贈呈に関する報告
- 第12号 平成24年12月12日 小倉理事<たった一行でいい>、小林欣夫会員（千葉大学大学院医学研究院循環病態医学教授）<動脈硬化と心臓病>、柳澤理事<心筋梗塞を予防しよう>
- 第13号 平成25年5月1日 蛭田監事<生活習慣病と私>、たばこ対策フォーラムの開催結果について、内田理事<たばこに起因する病気の様々>、国立がん研究センター望月友美子たばこ政策研究部長<世界のたばこ対策の現状と将来>
- 第14号 平成25年10月1日 内田理事<小象の会で生活習慣病と闘う>、曾根博仁会員（新潟大学医学部血液・内分泌・代謝内科学講座教授）<運動で伸ばす健康寿命>、篠宮理事長（小象の会総会・第14回フォーラム開催）、栗林副理事長<パネルディスカッション：CDE - Chibaを取得して>、櫛方理事<ロッテ球団との連携による啓発キャンペーン>、柳澤理事<熊本宣言2013>、萩原博会員（千葉日報社社長）<スマートな小象に変身中>、会からのお知らせ<小象童話2冊目「はるかなる絆のバトン」を発行>
- 第15号 平成26年2月1日 釵持理事<体と心の栄養を！>、栗林副理事長<企業への出前講演「禁煙を勧める活動」に対するアンケート結果から>、千葉県臨床検査技師会梅宮敏文会長<糖尿病とチーム医療～臨床検査技師がチームとして参画できること>、株式会社タニタ谷田千里代表取締役社長<企業の社会貢献活動>、千葉県薬剤師会適正使用委員会畑中範子委員長<スポーツファーマシスト活動について>、千葉県立保健医療大学宮本佳代子准教授<栄養の実践>、<童話「はるかなる絆のバトン」への反響、感想>
- 第16号 平成26年6月1日 高橋信一理事<健康談義と病気との共存>、がん対策フォーラム開催結果につ

いて、千葉県健康福祉部鈴木健彦保健医療担当部長<千葉県がん対策推進計画について>、ちば県民保健予防財団藤澤武彦理事長<がんを早期に発見するためには>、千葉県がんセンター中川原章病院長(現佐賀医療センター好生館理事長)<がんは生活習慣病です…ガンを知り、がんに負けない生き方>

第17号 平成26年12月1日 今号よりカラー化し、誌面構成も刷新

小象ニュース(篠宮理事長、千葉大学るのはな同窓会賞受賞など)、平成26年度通常総会開催、田代淳会員松戸市立病院健康管理室長<メディカルスタッフのためのグループワーク運営について>、千葉大学医学部附属病院脳神経外科小林英一講師<脳卒中を予防する>、千葉大学脳神経外科学佐伯直勝教授<脳卒中予防としての脳ドックの役割>、梅宮理事<「臨床検査技師」一筋、36年>

第18号 平成27年6月1日 小象ニュース(第18回千葉県学校保健学会を共催など)、会員投稿写真(ライトアップされた千葉ポートタワー)、大西俊一郎会員(旭中央病院糖尿病代謝内科医長)<医者だけで糖尿病は治療できません>、釧持理事<動けるからだと食事>、亀田総合病院リハビリテーション事業部村永信吾事業管理部長<ロコモティブシンドローム>

第19号 平成27年10月1日 小象ニュース(通常総会開催、ロッテ球場における啓発活動盛況)、会員投稿写真(イラン風景)、通常総会の結果報告、篠宮理事長<コレステロールと中性脂肪の話>、ちば県民保健予防財団野村文夫学術顧問・千葉大学特任教授<遺伝子診療の最前線—アルコールと肝を含めて>、新役員自己紹介(田代淳理事、古市雅雄理事、田所直子監事)、篠宮たまき会員(篠宮歯科医院院長)<生活習慣病と歯周病>

⑨ 毎号掲載の「今日までそして明日から」、会員だより(自己紹介コーナー)、役員・会員の活動報告等は、割愛してあります。

3 児童・生徒を対象とした活動

| (1) 高校生の生活習慣病健診 | 累計 | 4回 |
|---------------------------|------|----|
| ・平成19年 4月12日 (船橋市立船橋高校) | 186名 | |
| ・平成19年 12月20日 (千葉県立若松高校) | 250名 | |
| ・平成20年 4月10日 (千葉県立鎌ヶ谷西高校) | 150名 | |
| ・平成20年 12月18日 (船橋市立船橋高校) | 101名 | |

高校生のメタボリックシンドローム基準策定のために厚生労働省研究班の調査に協力し、700名弱の高校生の生活習慣病健診を実施した。社会に巣立つ直前の高校生の1割にメタボリックシンドロームがあると推測されることを明らかにした。

この健診結果に基づいて作成した「高校生のための生活習慣病予防の提言」を平成22年3月に受診した高校生に配布した。

| (2) 中学生の生活習慣病健診 | 累計 | 174名 |
|------------------------|------|------|
| ・平成25年7月25日 (習志野第一中学校) | 174名 | |

厚生労働省班研究の調査に協力して習志野第一中学校の生徒174名に生活習慣病健診を実施した。全国で幼稚園から中学校までの計1,563名が同様の健診を受け、「小中学生の生活習慣(早寝・早起き・朝ごはん)と自尊感情」と題した報告書をまとめた。小中学生において早寝・早起き・朝ごはんが自尊感情と関連していることが結論付けられた。

| (3) 児童・生徒への講話 | 累計 | 55回 |
|---------------|----|-----|
|---------------|----|-----|

船橋市立三山東小学校、船橋市立夏見台小学校(3回)、千葉市立松ヶ丘中学校、船橋市立坪井小学校(3回)、習志野市立秋津小学校、香取市立八都小学校(2回)、船橋市立高根小学校、船橋市立豊富小学校、船橋市立大穴中学校、船橋市立薬園台南小学校、船橋市立船橋高校、船橋市立芝山西小学校(2回)、船橋市立金杉小学校、鎌ヶ谷市立西部小学校、船橋市立高根台第三小学校、香取市立湖東小学校(2回)、千葉県立市川東高校、千葉県立旭農業高校、船橋市立芝山東小学校、木更津市立八幡小学校、船橋市立二和小学校、木更津市立畑沢小学校(2回)、木更津市立木更津市第二小学校(2回)、船橋市立坪井中学校、船橋市立前原中学校、匝瑳市立匝瑳第一中学校、匝瑳市立匝瑳第二中学校(以上平成17~21年)

匝瑳市立野栄中学校、船橋市立八木が谷北小学校、南房総市立岩井小学校(以上平成22年)、船橋市立薬園台南小学校、船橋市立芝山中学校、子供たちを招いてのお茶会を開催(平成23.7.30JCN千葉ニュースで報道)、木更津市立畑沢小学校、木更津市立西清小学校、船橋市立南本町小学校(以上平成23

年)、木更津市立西清小学校(以上平成24年)、木更津市立金田小学校、船橋市立湊町小学校(保護者も含めて)、浦安市立明海中学校、習志野市立第一中学校、千葉日本大学第一中学校・高校(保護者も含めて)、船橋市立金杉台中学校(保護者も含めて)(以上平成25年)、船橋市立葛飾小学校(平成26年)、船橋市立中野木小学校、白井市立南山小学校(以上平成27年)

<注 下線は、2回以上実施のもの。>

4 ホームページ等の開設・運営

(1) ホームページ(アドレス www.kozonokai.org)

平成17年7月に開設。小象の会の紹介、活動予定、活動内容の解説等のほか、生活習慣病に関する情報なども掲載。

(2) ブログ(小象の会ホームページから入ってください)

平成19年6月に開設。生活習慣病に関するさまざまな知識や生活習慣改善に役立つ情報、小象の会の活動報告などを、ホームページよりも気軽に読める記事として紹介。

5 出前講演(役員・会員による講演)

累計 138回

習志野ロータリークラブ、東京都中学校副校長会、千葉県生涯大学校、福岡動脈硬化フォーラム、船橋市学校保健研究会、生活習慣病講演会(三共)、若葉健康フェア、ヤクルト健康教室(3回)、新世紀ちば健康プラン推進協議会、千葉県医師会生活習慣病講演会、市川市小児生活習慣病調査結果に関する講演会、千葉県医師会学校保健講習会、船橋市社会福祉協議会、船橋市食生活サポーター講演会、船橋市公民館共同開催健康講座、読売新聞ちば健康塾イン船橋、千葉県歯科医師会講演会、船橋市養護学校PTA講演会、フクダ電子アリーナわくわく健康づくりプロジェクト(2回)、ヘルシー船橋フェア、健康診断の生かし方・メタボリックシンドローム対策、船橋市立小学校校長会、メタボリックシンドローム講演会、メタボリックシンドロームの基礎知識、生活習慣病講演会(船橋市)、保健師に対する生活習慣病講演会(館山市)、第40回脂質代謝異常症例検討会(経団連会館)、千葉市医師会学術講演会、メタボリックシンドロームを予防するために(木更津市)、船橋市立小栗原小学校・生活習慣病講演会、千葉県臨床工学講演会、市民参加型公開講座「体験して防ぐ生活習慣病」、船橋市立夏見台小学校、読売新聞医療ルネッサンス[かかりつけ医]、船橋市西部保険センター、木更津市・糖尿病医会、千葉県下公立病院職員に、船橋市歯科医師会、富津市役所で保健師に、鎌ヶ谷市養護教諭会、千葉県臨床検査技師会、両国クラブ講演会、東京歯科大市川総合病院栄養士会、保険医協会講演会、鎌ヶ谷西高校で教職員に、東葛南部小児初期診療勉強会、君津保健所で「小児期からの生活習慣病予防の具体的アプローチ」、健康づくり教室2008「生活習慣病を知る」(さわやか千葉県民プラザ)、肥満治療学会、臨床脂質研究会、岡田泰子会員主催のサークルあみっぴーで「生活習慣病予防は子どもの時から」、平成20年度学校保健講習会「小児期からの生活習慣病予防対策」、333C地区ライオンズクラブ保健講習会「メタボリック症候群と生活習慣病の改善」、船橋市中央公民館「生活習慣病のお話」、千葉敬愛高校、鎌ヶ谷市学校保健会、船橋ヘルシーフェア、船橋市立金杉小学校「生活習慣病とタバコ」、千葉県生涯大学校南房総校舎全校集会「小児生活習慣病予防について」、船橋市立二和小学校(保護者と教職員向け)、習志野市薬剤師会講演会「糖尿病腎症について」、香取市立山倉小学校保護者に、木更津市糖尿病懇話会、柏市栄養士会、旭農業高校「思春期のやせと生活習慣病予防」、銚子市、千葉日報の政経懇話会「共感が生活習慣病予防=次世代育成の要です」、千葉県立保健医療大学、船橋市立行田東小学校で保護者と教職員に、船橋市立薬円台南小学校で保護者と教職員に(以上平成17~21年)

千葉県糖尿病対策推進会議講演会、千葉県栄養教諭会総会、食生活サポーター養成講座、学童期からの生活習慣病予防授業~運動編~、食育ヘルシー講座(以上平成22年)、千葉大学医学部学生に講義、糖尿病対策推進会議講演会、健康千葉宣言表彰式で市民に、野田市保健所で市民に、千葉県医師会医学会で、小児生活習慣病研究会、東総脳卒中フォーラム、養護教諭を対象に、第6回生活習慣病談話会(金沢)、千葉大学医学部学生に講義(以上平成23年)、船橋市養護教諭会、君津木更津養護教諭、日本肥満治療学会ワークショップ、臨床栄養指導医教育プログラム、船橋・習志野合同薬剤師会、本中山自治会、NPO法人ナルク市川、千葉市保健福祉局で、千葉大学環境衛生学講義(平成24~27年まで4回)、「薬と健康の週間」、ちば県民の集いで、食育指導者研究会、君津生涯学習フェスティバル、君津地方教育研究会で養護教諭に、千葉市中央区血糖値改善教室、千葉県学校保健研究会、柏市立柏第二中学校

保護者に講演、NPO法人ミルフィーユ小児がんフロンティアーズ保護者の会、第13回出雲生活習慣病懇話会（以上平成24年）、習志野市立第一中学校PTAに、君津・木更津保健所で養護教諭・食生活改善推進委員に、千葉県主催「しっかり運動、早ね早起き朝ごはん」講演会、市原保健所で食生活改善推進委員に、いすみ市食生活改善会総会、市原養護教諭会、企業で小象の会の活動について講演、本中山自治会で、未病システム学会、千葉県こども病院で保護者に、船橋市食生活サポーター養成講座、千葉県臨床検査技師会「チーム医療を考える」講習会、千葉県立保健医療大学（以上平成25年）、食育指導者研究会、千葉県産業保健看護研究会、船橋市糖尿病教室、糖尿病予防教室、南埼玉生活習慣病講演会（以上平成26年） 星薬科大学認定薬剤師講習会、一宮町立保育所研修会、市川市養護教諭会、葛南地区教育委員会連絡協議会、香取保健所、佐倉厚生園病院祭、健康ちば推進県民大会、「明日の糖尿病治療を考える会」、市原市若手医師の会、NPO法人ミルフィーユ小児がんフロンティアーズ公開講座（以上平成27年）、船橋市糖尿病教室、ハートリスク研究会（以上平成28年）

<注 下線は、2回以上実施のもの。>

6 関連団体との連携・協力

累計 118回

千葉県糖尿病協会・歩いて学ぶ糖尿病・青葉の森ウォークラリー（平成27年まで毎年、10回）、千葉県糖尿病協会の市民のための糖尿病教室を共催（平成26年を除き毎年、8回）、24年からは柳澤理事作成の糖尿病通信を印刷配布）、船橋子育て応援メッセにブースを出展（3回）、ふなばし健康まつり（3回）、千葉市新世紀ちば健康プラン推進協議会に参画（4回）、厚生労働省「小児生活習慣病」班会議（5回）、医師と歩こう2006（健康日本21）（有明）、千葉県栄養改善大会に協賛（平成26年まで毎年、9回）、第8回糖尿病懇話会、日本糖尿病協会「糖尿病シンポジウムinちば」、ハートリスク研究会（浦安ブライトンホテル）、ふなばし健やかプラン21「医療フォーラム:糖尿病」イトーヨーカ堂八千代店「生活習慣病」フェア、実地医家のための会「子どもたちにどう語りかけるか」、千葉県肥満症治療セミナー、生活習慣病予防を本音で語る会（5回）、千葉県糖尿病対策推進会議（6回）、イオン津田沼店「生活習慣病」フェア、千葉県臨床糖尿病医会東葛支部会、千葉県民のための糖尿病予防教室（船橋市）、船橋市役所健康づくりセミナー、東邦大学臨床検査談話会、千葉県健康づくり教室、船橋市教育委員会・同医師会共催の講演会で講演、健康ちば21（千葉県健康増進計画）の推進のための部会に委員として参加（平成24年まで、10回）、健康ちば推進県民会議へブース出展、千葉県口腔保全大会「デンタルヘルスちば21からみたメタボリックシンドロームと食の関係」、保険医協会東葛飾支部研究会で講演「糖尿病と歯周病の深い関係」、千葉県脱メタボキャンペーン地域大会「脱メタボ！健康生活と運動療法」、東総動脈硬化研究会で講演、船橋市立医療センターで講演「医療連携パス構想について」、学童期からの生活習慣病予防プロジェクト会議に参加（2回）、千葉駅頭でのAIDS撲滅・メタボ予防キャンペーンに参加（2回）、千葉県医師会勤務医部会で講演「地域医療連携について」、健康ちば宣言一周年シンポジウムで館山の取り組みについて発表、船橋市内科医会で講演「医療連携パス構想について」、全県共用型地域医療連携パス例示モデルに関するシンポジウムで糖尿病について発表、万有製薬医薬部で講演「糖尿病治療の現状」、船橋地域の医療連携を考える会で講演、船橋市薬剤師会講演会「薬局をキーステーションとする生活習慣病予防戦略」、学童期からの生活習慣病予防対策・企画評価委員会（千葉県健康福祉部（2回）、館山市メタボ撃退大作戦！で講演、東葛南部糖尿病医会、千葉県医師会の学校医講習会で「高校生の生活習慣病予防健診について」発表、健康ちば宣言記念講演「健康を支えます！ちば宣言」、勝浦市夷隅郡医師会講演会「小児期からの生活習慣病予防活動の実践」（平成17～21年）

千葉県口腔保健大会（平成 22年）、東葛糖尿病医会、日本動脈硬化学会（札幌）でシンポジウム発表、千葉市新世紀ちば健康プランにブース出展（以上平成23年）、健康ちば推進県民大会（平成24～26年まで、3回）、学校保健課題解決支援事業連絡協議会、健康ちば地域・職域連携推進協議会（3回）、糖尿病予防のための市民公開講演会で本会の活動を紹介、千葉県学校保健学会（以上平成25年）、第3回日臨技首都圏支部医学検査学会、日本糖尿病協会の第33回関東甲信越糖尿病セミナーを共催、平成26年度「全国検査と健康展 in CHIBA」、（以上平成26年）、認定NPO法人ミルフィーユ小児がんフロンティアーズ第5回公開講座（平成27年）

<注 下線は、2回以上実施のもの。>

7 市民への啓発活動 ロッテ球団との連携による啓発活動 累計 23回

千葉マリスタジアムにおける試合開始前のブーステント内での啓発、血圧・腹囲測定、啓発用パンフレットの配布及び球場内の電光掲示板を利用したのキャンペーンメッセージ等。平成20年7月6日から本会独自の啓発用パンフレット（小中高生向け・お父さん向け・スポーツマン向け・ファミリー向け等々ターゲットを絞って作成）を配布。平成21年度から血圧測定・スパイロメータ（肺活量計）による肺年齢測定・片足立ちブロックによる脚年齢測定・落下する棒をつかむ簡単な敏捷性テスト・脂肪1kgの見本の展示などテントでの活動の本格化。平成22年度から千葉県臨床検査技師会のご協力により血糖値の測定を実施。

QVCマリスタフィールドになってから初めての啓発活動で（平成23年6月26日）千葉県のマスコットのチーバ君も参加。以降、平成23年に2回、24年に2回、25年に3回、26年に2回、27年に3回実施。

8 学会、研究会等における紹介 累計 30回

千葉県医師会学術大会（3回）、千葉県動脈硬化セミナー、千葉大学医学部細胞治療内科学例会（平成27年まで、7回）、日本プライマリ・ケア学会（名古屋）、日本動脈硬化学会市民公開講座、千葉県プライマリ・ケア研究会世話人会、千葉県医師会医学会学術大会シンポジウム学校とNPO協力プログラム見本市へ出展、千葉県医師会学術講演会、千葉県プライマリ・ケア研究会、全国臨床糖尿病医会、肥満治療学会で研究発表（2回）、臨床脂質研究会で研究発表、新世紀千葉21プラン推進会議で小象の会の活動について報告、プライマリ・ケア関連学会連合学術会議（京都）で「高校生の生活習慣病予防健診について」発表、日本肥満学会シンポジウム（浜松）で「高校生健診の結果（運動の重要性）について」発表、千葉日報主催「千葉教育大賞」に応募、公開プレゼンテーションで本会の活動を紹介、日本プライマリ・ケア学会で高校生健診について発表（平成17～21年）、日本プライマリ・ケア学会（札幌）で発表（平成23年）、第3回日本プライマリ・ケア連合学会（福岡）で小象の会の活動報告、日本臨床栄養学会食育・健康シンポジウムで活動報告（以上平成24年）、日本動脈硬化学会シンポジウムで講演（平成28年）

<注 下線は、2回以上実施のもの。>

VI 小象の会に関する話題

- 1 駐日デンマーク大使のフレディ・スヴェイネ氏が本会に入会（既に帰国・離任）。
- 2 本会会員の久保俊輝氏が校長として指導された船橋市立三山東小学校が、第14回コココーラ環境教育賞（読売新聞協力・環境省後援）を受賞。
- 3 「かかりつけ医」のあり方をテーマにして、平成19年6月22日に開催された読売新聞主催・千葉県医師会後援の「医療ルネッサンス千葉フォーラム」に本会の篠宮正樹副理事長と本会会員の岡田泰子NPO法人子ども劇場千葉県センター理事長がパネリストとして参加。その詳細な内容が、7月26日の読売新聞全国版に掲載。
- 4 NHK千葉FMの「ひるどき健康メモ」に、平成19年5月15日は本会副理事長の篠宮正樹医師「小児生活習慣病」が、9月11日には本会会員の関谷貞三郎医師「フードファディズム」が、20年2月12日には関谷医師「寒冷時期の血圧・心臓病の注意点」出演。
- 5 本会の釘持登志子理事（管理栄養士）及び織田朋子会員（管理栄養士）の2名が、平成19年10月25日に千葉県栄養改善功労者知事表彰を受賞。
- 6 平成19年11月17日に本会の篠宮正樹副理事長が、京都で開催された日本臨床栄養学会で、第1回臨床栄養社会活動賞を受賞。
- 7 本会が、「高校生の内臓脂肪蓄積について」で、中村真人理事が「中学生の運動能力と骨量及び生活習慣病との関連性について」で、平成19年度千葉県医師会学術奨励賞を受賞。
- 8 本会のマスコット小象の名前が、平成19年12月1日のフォーラムの際の会員の投票結果に基づいて、平成20年1月10日の理事・監事協議会で、ブルーが「歩君」、ピンクが「はなちゃん」に決定。
- 9 本会会員の田所直子医師他の学術論文「高校生の検診における内臓脂肪の蓄積」が学会誌「肥満研究」に受理。
- 10 本会の顧問の齋藤康先生が千葉大学学長に就任。
- 11 千葉マリスタジアムにおける平成20年7月6日、9月20日の啓発活動で本会独自の啓発用パンフレッ

- ト（小中高生向け・お父さん向け・スポーツマン向け・ファミリー向け等々ターゲットを絞って作成）を配布。
- 12 平成20年9月5日に本会会員の石井國男千葉県栄養士会副会長が、平成20年度全国栄養改善大会で栄養改善事業功労者として厚生労働大臣賞を受賞。
 - 13 栗林伸一副理事長他の学術論文「高校1年生におけるアディポサイトカイン；腹囲身長比、糖・脂質代謝パラメーターとの関連」が学会誌「肥満研究」に受理。
 - 14 平成20年10月31日篠宮正樹副理事長がラジオ日本「ザ・ホットライン～東京わがままモーニング」の「おとなの時間」というゲスト・コーナーに出演。話題は、生活習慣病、メタボリックシンドローム、子供達への講演、小象の会等々。
 - 15 平成21年春の叙勲において本会の櫛方絢子理事（元千葉県薬剤師会副会長）が旭日双光章を受章。
 - 16 平成21年4月22日の千葉日報の「忙人寸語」で本会が紹介されると共に、同年11月26日に篠宮副理事長が同紙主催の政経懇話会で「共感が生活習慣病予防＝次世代育成の要です」のテーマで講演。
 - 17 平成21年8月5日の産経新聞（全国版）に本会の紹介記事が掲載。
 - 18 平成19～20年度4回に亘り700名弱の高校生に対して実施した生活習慣病健診の結果に基づいて作成した「高校生のための生活習慣病予防の提言」が千葉県医師会雑誌7月号に掲載され、かつ、東京都医師会雑誌12月号にも転載。併せて、平成22年3月には同提言を受診した全高校生に配布。
 - 19 平成21年9月2日 鈕持登志子理事が札幌市で開催された第56回日本栄養改善学会で厚生労働大臣賞を受賞。
 - 20 平成22年5月30日千葉ロッテスタジアム啓発活動より千葉県臨床検査技師会の協力を得て血糖値の測定を開始。
 - 21 平成22年6月5日の第9回生活習慣病予防治療フォーラムで船橋市立坪井小学校の児童が「睡眠列車の旅」と題して発表、翌日の千葉日報に掲載。
 - 22 平成22年9月1日に千葉市政だよりで、2日に千葉日報2頁全面使用の特集記事で、5日に千葉県民だよりでそれぞれ9月26日の小象の会5周年記念フォーラムの広報を実施。
 - 23 平成22年9月に篠宮副理事長と小倉明会員共著の啓発用童話「未来マシーンにようこそ」が汐文社から発刊。
 - 24 海堂尊氏の特別講演、山本文郎アナウンサー司会によるパネルディスカッション、萩原博氏の講演、小象の会会員からの各種活動報告などを内容とする、「小象の会5周年記念フォーラム」を京葉銀行文化プラザ3階音楽ホールにおいて開催。
 - 25 田所直子ほか当会会員による論文“Visceral fat accumulation in Japanese high school student and related atherosclerotic risk factors.”がJournal of Atherosclerosis and Thrombosis 2010;17 (6) :546-557.に掲載。
 - 26 平成22年11月11日に5周年記念フォーラムの共催団体の千葉市に童話「未来マシーンにようこそ」200冊を寄贈。11月12日の千葉日報と11月14日の朝日新聞に報道されると共に翌年3月24日に同市から感謝状が授与。
 - 27 平成22年11月13日篠宮理事長がBS朝日の番組「医療の現場」（鳥越俊太郎）に出演。話題は糖尿病性神経障害。
 - 28 平成23年4月1日から千葉市中央区富士見一丁目の千葉県観光物産センタービル地階に会議室、各種の作業場として使用するため、小象の会事務局分室をオープン。平成24年3月31日で閉鎖。
 - 29 平成23年4月に「未来マシーンにようこそ」が千葉県学校課題図書に選定。
 - 30 旭市・香取市・浦安市・我孫子市・習志野市・山武市・九十九里町など東日本大震災の県内被災市町の避難所、小中学校、図書館用に合計182冊の童話を寄贈。
 - 31 平成23年4月に童話「未来マシーンにようこそ」が千葉県学校課題図書に選定。
 - 32 平成23年6月4日の総会・理事会で金塚東理事長が退任し、理事・顧問に、篠宮正樹副理事長が後任の理事長に就任、新体制決定（1～2頁参照）。
 - 33 平成24年3月25日に本会が、「ちばコープ地域かがやき賞」奨励賞を受賞。
 - 34 小象の会では、千葉県糖尿病療養指導士／支援士（CDE-Chiba）認定制度について協力に推進、応援。なお、第1回認定試験は平成24年11月18日、第2回は平成25年11月10日、第3回は平成26年11月30日に実施。多数の指導士／支援士が誕生。毎年のCDE-Chibaフェスティバルに参加・協力。

- 35 第2作目の童話「はるかなる絆のバトン」を汐文社から発刊。執筆は科学的コメントを篠宮理事長が、物語を小倉理事が担当し、監修を千葉大学教育学部藤川大祐教授に、推薦文を千葉大学齋藤康学長に依頼。
- 36 平成25年12月5日には千葉市の全小中学校への童話贈呈式を同市長室で行い、その模様が12月10日付の千葉日報で報道、平成26年3月24日に同市から感謝状授与。この童話は12月14日付の読売新聞夕刊のbook review「本棚」で紹介。
- 各市（平成26年3月13日に習志野市、同3月27日に館山市、同7月24日に市原市）小中学校にこの童話を贈呈。各学校の生徒、教員から礼状多数あり。
- 37 平成25年2月に喫煙をテーマに実施した第1回特別企画フォーラムを受けて武田薬品工業（平成25年5月9日）、アルフレッサ（平成25年5月23日）の2社で、たばこの害についての講演とたばこ対策に関するアンケートを実施。
- 38 平成25年秋の叙勲において本会の高橋金雄副理事長（元安房医師会病院事務長）が瑞宝単光章を受章。
- 39 平成26年1月12日に内田大学理事がBSジャパンの「教えてドクター！（家族の健康）」に出演。
- 40 篠宮理事長が永年にわたる活動が評価され平成26年6月14日千葉大学ゐのはな同窓会賞社会貢献賞を受賞。
- 41 千葉日報に平成26年10月3日付で篠宮理事長の紙上鼎談「千葉県の生活習慣病対策」が、同月10日付「ちばオピニオン 私論・直言」で篠宮理事長の「自尊感情を育てて生活習慣病を予防する」という常日頃の主張を掲載。
- 42 平成26年12月7日に千葉県立保健衛生大学で第18回千葉県学校保健学会を共催。篠宮理事長が学会長を務めると共に「自尊感情を育てて生活習慣病を予防する」、小倉理事が「言葉と表現の魅力」井上富美子会員が「小児がん患児・経験者が病後、直面する問題」、内田理事が「たばこは毒の缶詰」、と題して講演。
- 43 田代淳会員が平成27年4月3日に文化放送「糖尿病予防キャンペーン」に出演。
- 44 篠宮理事長が平成27年5月31日の千葉日報医療現場からの提言に「医学的な体重管理」掲載
- 45 内田大学理事が平成27年6月1日～5日までTBSラジオ「明日も元気」に出演。
- 46 柳澤葉子理事が平成27年11月2日NHK-FMちば「昼どき健康塾一血糖を上げにくい食事」に出演。
- 47 千葉日報に平成27年11月20日付で栗林副理事長の紙上鼎談「生活習慣病・糖尿病対策に CDE-Chiba」を掲載。
- 48 篠宮理事長が平成27年11月21日の健康ちば推進県民大会（於 千葉市生涯学習センター）で「人は百年働く車 ～だから手入れが大事です～」を講演。
- 49 篠宮理事長が平成27年11月29日の千葉日報医療現場からの提言に「標語で覚える生活習慣病予防と改善」掲載。
- 50 小象の会設立10周年記念フォーラムを平成28年2月14日に千葉文化センター3階アートホールで開催。落語（鈴々舎馬るこ）講演（加賀美幸子千葉市男女共同参画センター名誉館長・元NHKアナウンサー、横手幸太郎千葉大学大学院医学研究院細胞治療内科学教授）と萩原博会員（千葉日報社長）を交えてパネルディスカッション

NPO法人「小象の会」会員募集



小象の会では会員を募集しています。小象の会に入会して、一緒に生活習慣病を防止するNPOのさまざまな活動に参加しませんか。個人会員は入会金1,000円、年会費一口2,000円、法人会員は入会金10,000円、年会費一口20,000円となっています。詳しくは小象の会事務局に電話又はFAX、メールでお問い合わせください。

お問い合わせ・連絡先 小象の会 事務局

〒260-0808 千葉市中央区星久喜町946-7
電話：043-263-1118 FAX：043-265-8148

E-mail : naika@2427.jp

小象の会ホームページ：<http://www.kozonokai.org>

小象の会役員

| | |
|------|--|
| 理事長 | 篠宮正樹 |
| 副理事長 | 栗林伸一 高橋金雄 中野英昭 |
| 理事 | 内田大学 梅宮敏文 小倉明 小田部譲 櫛方絢子 釘持登志子 高橋信一 田代淳 古市雅雄 柳澤葉子 |
| 監事 | 田所直子 蛭田隆 |
| 顧問 | 小倉敬一 金塚東 齋藤康 渡邊武 |