

わたしたちは、予防医学を通じて
人々の「生涯健康」、「健康寿命の延
伸」をめざし、健康と福祉の向上に
努めることにより、社会に貢献し
てまいります。

よぼう医学

THE NEWS OF HEALTH SERVICE

● 今月の主な紙面 ●

(1面) ● 年頭に寄せて

(2・3面(見開き))

- 新連載 現代日本における
ウイメンズヘルスの課題 第1回
- 新連載 大腸がん検診の今 上
- 連載 健康づくり・健康増進を支援するページ
健康相談ビフォー・アフター 第7回:保健師/
管理栄養士/健康運動指導士からのアドバイス

(4面) ● 歩いて知ろう 大腸がん予防

- 精神障害者と働くための理解と対応
第252回ヘルスケア研修会
- 連載 予防医学相談室より 第8回
- 産業保健フォーラム IN TOKYO 2013が開催



東京都医師会 会長

野中 博

新年明けましておめでとうございます。
東京都医師会は昨年4月より公益社団法人として活動を開始し、そして6月に新執行部が発足しました。本年も役員一同気持ちを新たに協力し、都民の生命と健康を守る地域医療を通じて、人生を支える医療の充実を目指します。本年もよろしくご指導をお願いします。



義を改めて十分認識する必要があります。

わが国の社会保障制度、特に医療を取り巻く環境には問題が山積してはいますが、今こそ1961(昭和36)年以来継続する国民皆保険制度の意

昨年例年になく猛暑であり、そのため豪雨や台風、そして竜巻による被害が全国各地で発生しました。被災された多くの皆様にお見舞いを申し上げます。一日でも早い復興を祈念いたします。それらの被災現場からは、東日本大震災と同様に復興のために黙々と活動される姿が各地で拝見され、改めて日本人の互いを思いやる心と絆に誇りを覚え

わが国の社会保障制度、特に医療を取り巻く環境には問題が山積してはいますが、今こそ1961(昭和36)年以来継続する国民皆保険制度の意義を改めて十分認識する必要があります。

この国民皆保険制度は国民の連帯の精神を基にした制度であり、いわゆる国民の絆を礎としています。わが国の社会保障制度には財政難など多くの課題がありますが、やはり病気を抱えた方々にはあくまで受難者と捉え、そ病や障害を抱えてもその進展

この国民皆保険制度は国民の連帯の精神を基にした制度であり、いわゆる国民の絆を礎としています。わが国の社会保障制度には財政難など多くの課題がありますが、やはり病気を抱えた方々にはあくまで受難者と捉え、そ病や障害を抱えてもその進展

年頭に寄せて

謹んで新年のお慶びを申し上げます。

また、日頃より各分野の第一線で活躍の皆様には東京都の保健福祉医療行政に多大なご貢献をいただいております。ことに改めて御礼申し上げます。

また、東日本大震災からの

きつており、人類史上経験のない状況での都市経営という観点から、変化する保健医療福祉のニーズを的確に捉え、より有効な予防施策の充実が必須となります。そうした中、皆様方からのご支援を受けたいと考えております。2020年にあつて東京都の公衆衛生、社会福祉の向上に取り組んでまいり所存ですが、目標の達成のためには東京都予防医学協会をはじめとする皆様方のご理解、ご協力が不可欠です。今後とも東京都の保健医療行政に変わらぬ支援のほどよろしくお願い申し上げます。



東京都福祉保健局 技監
前田 秀雄

新興再興感染症についても常に警戒が必要ですが、国の特別措置法の施行を受け、東京都新型インフルエンザ等対策行動計画を昨年11月に策定しました。感染症対策は社会

復興が進む中、自然災害の脅威を再認識させられる年でもあり、10月16日には台風26号による大島土石流災害

単にスポーツイベントが開催されるということではなく、スポーツを通じた健康づくりの推進やバリアフリーの

風26号による大島土石流災害
国は高齢化が進みます。これを防ぐ予防、これらの医療の役割が適切に発揮され、初めて都民の社会参加や自己実現が可能となり、人生を支える医療が展開されるのです。多くの医師が協働すれば多くの命が救われ、そして多くの医療・介護の従事者と協働すれば地域の生活者の人生を支えることができます。この理念を大切にして、東京都医師会は「医療は都民・国民のものであり、医師と患者が共に歩み、そして生きる喜びと明日への希望を抱くように心温まる医療を提供し、地域保健医療・在宅医療等を推進し、国民から期待され信頼され尊敬される医師像を構築する」ことの実現に向かってこれからも活動します。本年もよろしくご指導ご鞭撻のほどお願いいたします。

謹んで新年のご挨拶を申し上げます。

少子高齢化が進み、国民一人ひとりの健康をいかに維持し、増進していくかが問われています。

子どもは予防医学を通じて、都民一人ひとりの生涯にわたる健康づくりのお手伝いを続けてまいります。

今年もどうぞよろしくお願い申し上げます。

現代日本における ウイメンズヘルスの課題

百枝幹雄

聖路加国際病院 副院長
女性総合診療部長



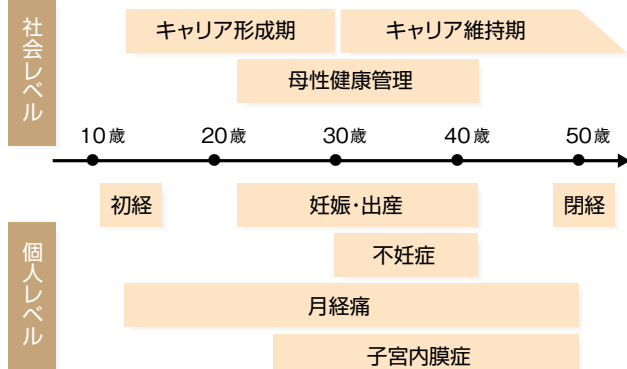
女性特有の健康問題の予防対策は女性自身のQOLの向上のみならず、少子化対策やワーク・ライフ・バランスの観点からも重要な課題だ。そこで、第一線の専門医として臨床に携わり、女性疾患に関する予防啓発活動にも力を注いでおられる

今回から、女性の健康問題の中で、特に現代日本において課題となる4つのテーマを取り上げます。4つのテーマは、月経痛、子宮内腺症、高年妊娠、職場の母性健康管理です。これらのテーマが現代日本で問題となる背景には、女性の社会進出があります。もちろん、女性の社会進出はジェンダー・ギャップを重視する第一歩として重要なことであり、女性が社会的に活躍する国でなければ今後の発展はあり得ません。しかし、その影で女性の健康、特にリプロダクティブヘルス(性と生殖に関する健康)の問題への対応は遅れています。

この問題に対処しない限り、ジェンダー・ギャップが0(ゼロ)になっても国は減るどころか、むしろ増えることになる。この問題に真剣に取り組んでいくことが、女性の健康と社会の発展のためには不可欠な課題だ。

第1回目の今回は、月経痛の問題を取り上げます。皆さんは仕事柄、学校での月経痛の強い生徒への対応、職場では生理休暇の問題など、月経痛の問題に遭遇することも多いのではないのでしょうか。しかし、月経痛は場の問題としてだけでなく、社会的にも大きな問題です。2000(平成12)年度に厚生科学研究として行われた全国調査によると、20~40代の女性のうち33%が「月経痛のために鎮痛剤を要する」と答えました。これを絶対数で見ると、毎月約100万人の女性が月経痛のために鎮痛剤を飲んでいることになる。これは驚くべき数字です。月経痛は強さや頻度、時期などによって異なりますが、一般的には、月経痛が強い場合は、背景に次回取り上げられる子宮内腺症をはじめとする疾患が隠れている可能性があります。適切な治療を受けることで、月経痛の強い女性も安心して生活できるようになります。

図 現代日本の女性のライフステージと健康問題



月経痛を放置せず適切に治療することで、個人的には仕事や勉強への影響、すなわちキャリア形成へのインディキヤップがなくなり、社会的には真のジェンダー・ギャップが解消される可能性があります。皆さんも、月経痛の強い女性を見たら、たかが月経痛と放置することなく、月経痛に対する誤った認識を正し、また産婦人科受診への抵抗感を除いて、できるだけ早く産婦人科を受診するようにおススメいたします。

梅田さんは、「1年で3kgも太り、尿酸値も悪くなってきた」と話して始めました。「前回の相談時は、一人暮らしで接待が多々、外食も多いとおっしゃっていましたね」と尋ねると、「そうですね。お酒が好きで結構飲んでしまっています。実は、前回の相談の後に結婚して、生活スタイルも改善したと思っていたんですけど、」



横山亜希子
本会健康増進部 保健師

「Mも尿酸値も正常範囲内でしたが、外食が多いとのことだったので、食事やお酒の量を気を付けて欲しい」と、梅田さんに伝えました。「8.0mg/dlでも多いのか」と梅田さん。高尿酸血症はメタボリックシンドローム(メタボ)と深く関係しており、食生活や運動習慣が長年、栄養相談や運動指導を受けているにもかかわらず、尿酸値が7.0mg/dlを超えると尿酸の結晶化が起こると言われており、尿路結石や腎障害を引き起こすこともあります。そして最近では、30代の男性の約30%は、高尿酸血症であるという報告もあります。

「8.0mg/dlでも多いのか」と梅田さん。高尿酸血症はメタボリックシンドローム(メタボ)と深く関係しており、食生活や運動習慣が長年、栄養相談や運動指導を受けているにもかかわらず、尿酸値が7.0mg/dlを超えると尿酸の結晶化が起こると言われており、尿路結石や腎障害を引き起こすこともあります。そして最近では、30代の男性の約30%は、高尿酸血症であるという報告もあります。

「8.0mg/dlでも多いのか」と梅田さん。高尿酸血症はメタボリックシンドローム(メタボ)と深く関係しており、食生活や運動習慣が長年、栄養相談や運動指導を受けているにもかかわらず、尿酸値が7.0mg/dlを超えると尿酸の結晶化が起こると言われており、尿路結石や腎障害を引き起こすこともあります。そして最近では、30代の男性の約30%は、高尿酸血症であるという報告もあります。

「8.0mg/dlでも多いのか」と梅田さん。高尿酸血症はメタボリックシンドローム(メタボ)と深く関係しており、食生活や運動習慣が長年、栄養相談や運動指導を受けているにもかかわらず、尿酸値が7.0mg/dlを超えると尿酸の結晶化が起こると言われており、尿路結石や腎障害を引き起こすこともあります。そして最近では、30代の男性の約30%は、高尿酸血症であるという報告もあります。



月経痛は放置するな

月経痛は放置せず適切に治療することで、個人的には仕事や勉強への影響、すなわちキャリア形成へのインディキヤップがなくなり、社会的には真のジェンダー・ギャップが解消される可能性があります。皆さんも、月経痛の強い女性を見たら、たかが月経痛と放置することなく、月経痛に対する誤った認識を正し、また産婦人科受診への抵抗感を除いて、できるだけ早く産婦人科を受診するようにおススメいたします。

月経痛は放置せず適切に治療することで、個人的には仕事や勉強への影響、すなわちキャリア形成へのインディキヤップがなくなり、社会的には真のジェンダー・ギャップが解消される可能性があります。皆さんも、月経痛の強い女性を見たら、たかが月経痛と放置することなく、月経痛に対する誤った認識を正し、また産婦人科受診への抵抗感を除いて、できるだけ早く産婦人科を受診するようにおススメいたします。

月経痛は放置せず適切に治療することで、個人的には仕事や勉強への影響、すなわちキャリア形成へのインディキヤップがなくなり、社会的には真のジェンダー・ギャップが解消される可能性があります。皆さんも、月経痛の強い女性を見たら、たかが月経痛と放置することなく、月経痛に対する誤った認識を正し、また産婦人科受診への抵抗感を除いて、できるだけ早く産婦人科を受診するようにおススメいたします。

月経痛は放置せず適切に治療することで、個人的には仕事や勉強への影響、すなわちキャリア形成へのインディキヤップがなくなり、社会的には真のジェンダー・ギャップが解消される可能性があります。皆さんも、月経痛の強い女性を見たら、たかが月経痛と放置することなく、月経痛に対する誤った認識を正し、また産婦人科受診への抵抗感を除いて、できるだけ早く産婦人科を受診するようにおススメいたします。

月経痛は放置せず適切に治療することで、個人的には仕事や勉強への影響、すなわちキャリア形成へのインディキヤップがなくなり、社会的には真のジェンダー・ギャップが解消される可能性があります。皆さんも、月経痛の強い女性を見たら、たかが月経痛と放置することなく、月経痛に対する誤った認識を正し、また産婦人科受診への抵抗感を除いて、できるだけ早く産婦人科を受診するようにおススメいたします。

大腸がん検診の今

監修 小野良樹
本会健康支援センター長

わが国の大腸がんによる死亡者数は年々増加を続けて、2011年には約4万7000人上っています。大腸がんは早期発見、早期治療により大部分が治ることで、国は大腸がん検診の受診率の向上を目標として、がん検診推進事業などの対策に取り組んでいます。しかし、受診率は依然として低く、精密検査を受けずにいる人が少なくないため、検診による死亡率減少効果の妨げとなっている。この連載では、大腸がん検診の現状と課題について特集する。

大腸がんは、長さ約2mの大腸(結腸、直腸、肛門)に発生するが、日本人ではS状結腸と直腸に多いことが多く知られている。大腸がんは、長さと約2倍、死亡率は男女共に罹患率の約半分である。

大腸がんは早期発見、早期治療で90%以上が治る。定期的大腸がん検診を受けることが重要である。大腸がん検診の方法として、便潜血検査と大腸内視鏡検査の死亡率減少効果が認められている。また、東京都「Tokyo健康ウォーク」イベントの大腸がん検診の向上に取り組んでいる。

大腸がんは早期発見、早期治療で90%以上が治る。定期的大腸がん検診を受けることが重要である。大腸がん検診の方法として、便潜血検査と大腸内視鏡検査の死亡率減少効果が認められている。また、東京都「Tokyo健康ウォーク」イベントの大腸がん検診の向上に取り組んでいる。

大腸がんは早期発見、早期治療で90%以上が治る。定期的大腸がん検診を受けることが重要である。大腸がん検診の方法として、便潜血検査と大腸内視鏡検査の死亡率減少効果が認められている。また、東京都「Tokyo健康ウォーク」イベントの大腸がん検診の向上に取り組んでいる。

大腸がんとは?

大腸がんは、長さ約2mの大腸(結腸、直腸、肛門)に発生するが、日本人ではS状結腸と直腸に多いことが多く知られている。大腸がんは、長さと約2倍、死亡率は男女共に罹患率の約半分である。

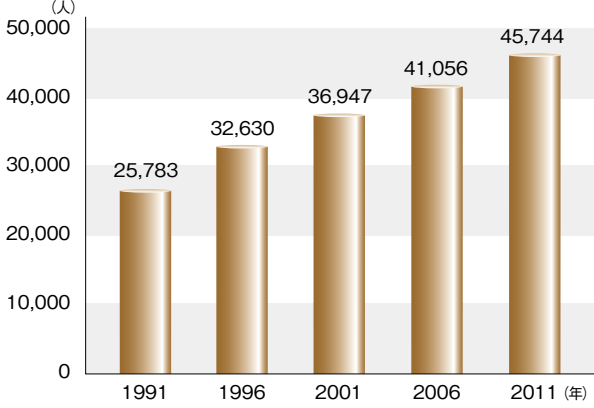
大腸がんの原因

日本人と欧米人の生活習慣を比較した研究から、大腸がんの原因の一つとして、動物性脂肪の多い欧米型の食生活があげられている。また、直系の親族に大腸がんが増える傾向がある。高齢になるほど罹患率と死亡率は高くなる。罹患率と死亡率は共に、男性が女性の約2倍、死亡者数は男女共に罹患率の約半分である。

女性のがん死亡原因の第1位

わが国の大腸がんによる死亡者数は年々増加を続けて、2011年には20年前の約2倍になっている(図)。また、がん種別の死亡原因では、女性が1位、男性が3位を占めるに至っている。

図 大腸がんによる死亡者数



出典:国立がん研究センターがん対策情報センター

近年では、身体的負担が少なく、受けやすい検査としてカプセル内視鏡が登場し、保険適応になるが課題となっているが、果たして精密検査受診率の向上につながるのだろうか。

近年では、身体的負担が少なく、受けやすい検査としてカプセル内視鏡が登場し、保険適応になるが課題となっているが、果たして精密検査受診率の向上につながるのだろうか。

表 梅田さんの食事記録

朝食	野菜ジュース(1杯)
昼食	和定食
夕食(会食)	懐石風のコース、ビールや焼酎(4杯)
夜食(帰宅後)	たい茶漬け(1杯)、ビール(2~3杯)

梅田さんは、「1年で3kgも太り、尿酸値も悪くなってきた」と話して始めました。「前回の相談時は、一人暮らしで接待が多々、外食も多いとおっしゃっていましたね」と尋ねると、「そうですね。お酒が好きで結構飲んでしまっています。実は、前回の相談の後に結婚して、生活スタイルも改善したと思っていたんですけど、」

梅田さんは、「1年で3kgも太り、尿酸値も悪くなってきた」と話して始めました。「前回の相談時は、一人暮らしで接待が多々、外食も多いとおっしゃっていましたね」と尋ねると、「そうですね。お酒が好きで結構飲んでしまっています。実は、前回の相談の後に結婚して、生活スタイルも改善したと思っていたんですけど、」

梅田さんは、「1年で3kgも太り、尿酸値も悪くなってきた」と話して始めました。「前回の相談時は、一人暮らしで接待が多々、外食も多いとおっしゃっていましたね」と尋ねると、「そうですね。お酒が好きで結構飲んでしまっています。実は、前回の相談の後に結婚して、生活スタイルも改善したと思っていたんですけど、」

梅田さんは、「1年で3kgも太り、尿酸値も悪くなってきた」と話して始めました。「前回の相談時は、一人暮らしで接待が多々、外食も多いとおっしゃっていましたね」と尋ねると、「そうですね。お酒が好きで結構飲んでしまっています。実は、前回の相談の後に結婚して、生活スタイルも改善したと思っていたんですけど、」



健康づくり・健康増進を支援するページ 健康相談 ビフォーアフター

新婚生活で尿酸値が上昇!?

梅田さん 36歳 男性



梅田さんは、「1年で3kgも太り、尿酸値も悪くなってきた」と話して始めました。「前回の相談時は、一人暮らしで接待が多々、外食も多いとおっしゃっていましたね」と尋ねると、「そうですね。お酒が好きで結構飲んでしまっています。実は、前回の相談の後に結婚して、生活スタイルも改善したと思っていたんですけど、」



山村昌代
本会健康増進部 指導士

梅田さんは、「1年で3kgも太り、尿酸値も悪くなってきた」と話して始めました。「前回の相談時は、一人暮らしで接待が多々、外食も多いとおっしゃっていましたね」と尋ねると、「そうですね。お酒が好きで結構飲んでしまっています。実は、前回の相談の後に結婚して、生活スタイルも改善したと思っていたんですけど、」

梅田さんは、「1年で3kgも太り、尿酸値も悪くなってきた」と話して始めました。「前回の相談時は、一人暮らしで接待が多々、外食も多いとおっしゃっていましたね」と尋ねると、「そうですね。お酒が好きで結構飲んでしまっています。実は、前回の相談の後に結婚して、生活スタイルも改善したと思っていたんですけど、」

梅田さんは、「1年で3kgも太り、尿酸値も悪くなってきた」と話して始めました。「前回の相談時は、一人暮らしで接待が多々、外食も多いとおっしゃっていましたね」と尋ねると、「そうですね。お酒が好きで結構飲んでしまっています。実は、前回の相談の後に結婚して、生活スタイルも改善したと思っていたんですけど、」

梅田さんは、「1年で3kgも太り、尿酸値も悪くなってきた」と話して始めました。「前回の相談時は、一人暮らしで接待が多々、外食も多いとおっしゃっていましたね」と尋ねると、「そうですね。お酒が好きで結構飲んでしまっています。実は、前回の相談の後に結婚して、生活スタイルも改善したと思っていたんですけど、」

相談を終えて

結婚して幸せそうな梅田さんですが、健診のデータが悪化していることを気にしていました。今回の相談を通じて、奥さんの協力も得て、食生活を改善することが期待されます。運動についても、1人きりではなく、奥さんと2人で実施することで、より継続しやすくなるのではないのでしょうか。夫婦で協力し合いながら、いつまでも仲よく元気な生活を送っていただきたいです。(横山)

精神障害者と働くための理解と対応

第252回 ヘルスケア研修会

障害者雇用促進法では、事業主に事業規模に応じて一定の割合以上の身体障害者及び知的障害者の雇用を義務づけている。2018年度からは、新たに精神障害者が加わるため、事業所には精神障害者と共に働く環境を整えることが求められている。

こうした中、第252回ヘルスケア研修会(主催・健康経営コンサルタントセンター、本会)が11月27日、東京・千代田区で開催され、東京都立中部総合精神保健福祉センターの菅原誠科長が「精神障害者と働くための理解と対応」と題して講演した。

菅原科長は、精神障害者に対する理解や受け入れ態勢が広がらないため就労できず、生活保護受給率が高い状況など精神障害者をめぐる問題について、データを示して解説した。

その上で、うつ病や統合失調症、発達障害といった精神疾患の特徴や周囲が病気に気づくポイントなどを示し、就労支援のあり方について次のように語った。

「まず、職場側が精神障害者一人ひとりの障害特性を理解し、それに応じた援助をしていくことが必要だ。抽象的な言葉では指示がうまく伝わら

早期の発見で9割以上が治るとされるが、死者数は年々増え続けている大腸がん。こうした状況に歯止めをかけるよう呼びかける啓発イベント、Tokyo健康ウォーク2013(主催・東京都、プレイブサクル運営委員会)が去る11月24日、東京・立川市の昭和記念公園とその周辺で開催された。参加した約2000人の都民らは、チェックポイントで出題される大腸がんに関するクイズを解きながら、ウォーキングを楽しんでいた。本会では参加者が無料で受けられる大腸がん検診などに協力した。



秋晴れの朝、6時と13時の園を出発した参加者は、多摩コースに分かれて昭和記念公園の自然を満喫しながら思い思いのペースでゴールを目指した(写真上)。

Tokyo 健康ウォーク

歩いて知ろう 大腸がん予防

自然豊かな多摩をめぐり 検診や運動の大切さ学ぶ

ウォーキングの終了後には、大腸がんの体験者でもあるフリーアナウンサー原元美紀氏の進行でトークショーが行われ、タレントの高田延彦氏や前田典子氏と共に、国立がん研究センターがん予防・検診研究センターの斎藤博部長が登壇。クイズの答えや大腸がん予防について解説し、「40歳以降は毎年、大腸がん検診を受けて欲しい」と訴えた。

会場では、40歳以上の希望者約650人を対象に便潜血検査による大腸がん検診が行われた(写真下)。また、COPD(慢性閉塞性肺疾患)のリスクをチェックする肺機能検査のコーナーが設けられ、本会の検査技師が希望者に検査を実施した。

去る11月27日、東京・江東区で、Safe Work TOKYO産業界保健フォーラム IN TOKYO 2013が開催された。会場には、産業界関係者や労働者、関係機関の約1000人が参加し、健康づくりや労働安全に関する講演やパネルディスカッションが行われた。

Safe Work TOKYO 産業保健フォーラム IN TOKYO 2013が開催



8 予防医学 相談室より

今回は、とりわけ女性に受けて欲しい検査として、骨密度検査と甲状腺刺激ホルモン(TSH)の検査について紹介します。

超音波によって手軽に測定できます。閉経期以降の女性にはもちろん、若いうちから骨の状態を確認するため、骨密度検査は、

人間ドックのオプション検査② **骨密度/甲状腺**

甲状腺ホルモンの検査は、甲状腺ホルモンに過不足がないかを調べるため、5〜10年に一度、受けることをおすすめします。特に、ダイエットをしている、BMIが18以下の、やせ傾向の女性は、将来骨密度が低下して骨折しやすい可能性があります。甲状腺ホルモンは多過ぎると全身の代謝が高まり、不足すると低下して、体に悪影響が出ます。

適切な治療で骨量の低下を食い止めることができるので、異常な低下が指摘された場合は、放置しないで、専門医を受診しましょう。

本会の保健会館クリニックにおすすめの甲状腺専門外来があります。三輪祐一

第241回 学校保健セミナー 「やせ過ぎの児童生徒を見かけたら」

2月14日(金) 15時〜17時 東京・新宿区「ランドヒル市ヶ谷」

第241回 学校保健セミナーが2月14日(金) 15時から17時まで、東京・新宿区「ランドヒル市ヶ谷」で開催される。

「やせ過ぎの児童生徒を見かけたら」思春期やせ症アップデート2014」をテーマに、政策研究大学院大学の鈴木真理教授が講演する。入場無料。定員先着200人。

問い合わせは本会学校保健部(電話03-3269-1131)まで。

第254回ヘルスケア研修会が3月19日(水) 14時から16時まで、東京・千代田区の「星陵会館」で開かれる。「糖尿病治療の新しい知見―食事療法を中心に」をテーマに、順天堂大学医学部の河盛隆造特任教授が講演する。司会は本会の鶴田浩子管理栄養士。

参加費2000円。定員先着400人。

第254回ヘルスケア研修会 糖尿病治療の新しい知見

3月19日(水) 14時〜16時 東京・千代田区「星陵会館」

健康管理相談をお引き受けします

当センターの会員が事業所、学校、各種団体の健康管理をアドバイスいたします。 担当：江幡良晴 三輪祐一

健康管理コンサルタントセンター 事務局 東京都新宿区市谷砂土原町1-2 (公財)東京都予防医学協会 電話 03-3269-1141

お問い合わせ・ご相談は事務局まで(予約制)

送付先の変更・中止について

送付先の住所変更・購読中止の場合には、変更内容を明記の上、本会広報室までお知らせください。

Eメール thsa-koho@msj.biglobe.ne.jp FAX 03-3269-7562

お電話 (03-3269-1131) でも承っております。

個人情報の取扱いについて

日頃より、東京都予防医学協会の機関紙「よぼう医学」をご愛読くださりありがとうございます。本会では、現在「よぼう医学」を送付させていただいている皆様について、送付に必要な情報(名前、住所、所属、役職など)を送付名簿として保持しております。

これらの個人情報の収集、保存、利用につきましては、本会の個人情報保護方針に基づき、厳重な管理のもとに運用しております。その上で今後も継続して送らせていただいたいと考えております。送付名簿から削除を希望される場合には、お手数ですが、広報室(電話03-3269-1131)までご連絡ください。