

だれもが充実したいのちを燃やして生きることができるように!

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

2017(平成29)年12月15日 第525号

(公財)東京都予防医学協会
予防医学事業中央会東京都支部

編集・発行人 小野良樹

発行所 〒162-8402
東京都新宿区市谷砂土原町1-2
保健会館 電話 03-3269-1131

http://www.yobouigaku-tokyo.or.jp

毎月15日発行



今月の主な紙面

(1面) ● 東京都職域連携がん対策支援事業に協力—本会

(2・3面(見開き))

- 連載 エキスパートに聞く よぼう医学Q&A(2)
早期発見・治療のために知っておきたい
心房細動の最新情報
- 連載 産業医訪問(108)
- 連載 ホルモンからみた思春期のこころと体(9)

(4面) ● 第62回予防医学事業推進全国大会
健康寿命の延伸を目指して

- 新刊紹介
『労働安全衛生法に基づく保健指導実務マニュアル』
- 産業保健フォーラム IN TOKYO 2017が開催
- 新宿区女性のための健康セミナー「乳がん」の正しい知識

東京都職域連携 がん対策支援事業に協力

本会

実際に目で見て理解を深める 「がん検診見学会」を実施

かつては「不治の病」と言われたがんも、今日では早期に発見し、早期に治療することで、治る可能性の高い病気となっている。また、雇用延長や女性の社会進出、生活習慣の変化などを背景に、がんを持ちながら働く人が増えている。こうしたことから東京都では、東京都職域連携がん対策支援事業を立ち上げ、がん検診の受診率向上などのがん対策に取り組む「取組企業」を募り、その実践を支援している。本会ががん検診見学会の会場提供などこの事業に協力している。

がん検診の方法を 本会スタッフが紹介

がんは高齢者の病気と思われがちだが、都民のがん患者のうち約30%は25〜64歳が占めている。

本会では、早くから働く世代のがん対策の重要性に着目しており、東京都職域連携がん対策支援事業(支援事業)が始まった3年前から小野良樹理事長がアドバイザーを務めるなどして、支援事業に協力している。

支援事業の目的と 取組企業の役割

東京都の認定を受けてがん対策に取り組んでいる「取組企業」(細胞診、乳がん検診(マンモグラフィ検査)の各検査方法について、本会の検査技師や看護師が説明を行った。また、見学会の最後に行われた懇談会では、アドバイザーの小野理事長が、がん検診の現状について語り、参加者からの質問に答えた。

今年の見学会は9月7日に本会で開催され、胃がん検診

に即したがん対策の取り組みを実施する企業等を取組企業に認定し、取組企業の活動を支援することで、協力して職域におけるがん対策の促進を目指している。現在8企業が認定されている。

取組企業に申請するには、

- ①がん対策の取組計画が未実施か、または、がん対策の取組を実施しているが、取組内容に課題がある
- ②東京都が提示するがん対策取組モデルに即したがん対策の取組計画を1つ以上実施する
- ③本社または事業所が東京都内に所在する

の3つの要件をすべて満たす企業等であることが必要となる。認定された取組企業には、次のような特典が付与される。

- ①啓発用資材等、がん対策に関する各種の情報提供

一方、取組企業には企業の実態に合わせて、①がん検診の実施可能性の検討もしくは



がん検診の大切さを語る本会の小野理事長

検診受診率向上で 早期発見につなげる

支援事業について小野理事長は次のように語っている。「今や2人に1人ががんに罹る時代になりました。しかし、一方で、がんは早期に発見されれば治る可能性が高い病気です。」

多くの企業が本事業に参加し、がん検診や精密検査の受診率向上が図れるよう、また、がん患者が安心して働ける社会となるよう、本会は今後も東京都の取組に協力していきたいと思っています」



本会の健診センターで胃がん検診の方法について説明する本会の診療放射線技師

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、「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(氏名、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、厳重な管理の下に運用しております。送付名簿からの削除や変更を希望される場合には、お手数ですが、右記広報室までご連絡ください。

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。

お問い合わせ・
ご相談は事務局まで
(予約制・無料)

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

送付先の変更・ 送付中止について

送付先の変更・送付中止を希望される場合には、本会広報室までお知らせください。



Eメール
koho@yobouigaku-tokyo.jp
FAX 03-3269-7562
電話 03-3269-1131
でも承っております。

第2回

エキスパートに聞く よぼう医学 Q & A

早期発見・治療のために 知っておきたい

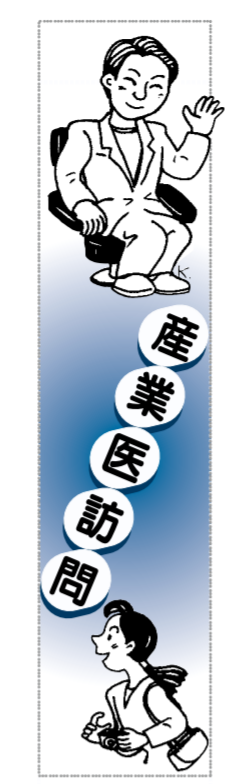
心房細動の最新情報



山根 禎一 氏
東京慈恵会医科大学循環器内科教授

1986年浜松医科大学卒業。東京厚生年金病院内科、東京医科大学大学院(難治疾患研究所)、土浦協同病院循環器センター内科、弘国ポールドー大学循環器病院内科を経て、2001年東京慈恵会医科大学循環器内科講師。06年同准教授、14年から現職。総合内科専門医。日本循環器学会認定専門医。日本不整脈心電学会認定不整脈専門医。

健康で見かけるとの多い心房細動。脳梗塞や心不全の原因となるため適切な管理や治療が必要だが、近年、カテーテル治療の自覚まいし進歩により、根治が望めるようになってきました。
山根 心房細動の有病率は増加しています。1割で年齢以上の有病率は約1割です。近年は高齢になるに従って増え、高齢になると心房細動の有病率は増加します。75歳以上の有病率は約1割です。
山根 心房細動は直ちに命に関わるものではありません。症状が軽微な場合、経過観察でよい場合もあります。
山根 心房細動は直ちに命に関わるものではありません。症状が軽微な場合、経過観察でよい場合もあります。



産業医訪問

朝日新聞東京本社 産業医 健康政策統括ディレクター 谷山佳津子氏

1 あなたの産業医歴は？

私は、1984年に慶應義塾大学医学部を卒業後、慶應義塾大学病院で内科の研修医になりました。そして翌年8月、当時交際していた今の主人(米国人)に留学していたので、私研修を中断して渡米しました。その後、向うで結婚し、86年に長男が生まれ、88年に帰国するまで主婦業に専念する毎日でした。
山根 帰国後、幼児を抱え、ようやく研修を続けていくか真剣に考えた結果、慶應義塾には戻らず、東邦大学大橋病院(第4内科)にお世話になることになりました。
大橋病院は家からも保育園からも近く、女性の先生もたくさんいて、皆さん家庭と仕事を両立して見せておられました。身近にキャリアモデルが多々、とても動きやすい環境でした。
山根 ちょうど同じ頃、当社で初代の産業医をされていた百瀬浩先生が手伝ってくれる人を探しているの聞き、産業医の仕事に魅力を感じてすぐに応募し採用されました。
そのお話を聞いて、当初は東邦大学に籍を置きながら週末に2日は非常勤産業医として働き、2002年からの代目的非常勤産業医になりました。
非常勤時代に、公衆衛生を



2 あなたのやりたいこと、今取り組んでいることは？

喫煙室は設置しましたが、完璧に排気計画を立てたつもりでも、やはり煙が漏れまを降していき活動に取り組みを始めています。03、04年頃の話を。
山根 2015年、私は産業界として大きく関わった最初の取り組みは、95年の禁煙外来の開設です。当時、東京本社の喫煙率は男女合計で約45%でした。その頃は自席でタバコが吸えない環境を作りました。04年頃の話を。
山根 2015年、私は産業界として大きく関わった最初の取り組みは、95年の禁煙外来の開設です。当時、東京本社の喫煙率は男女合計で約45%でした。その頃は自席でタバコが吸えない環境を作りました。04年頃の話を。
山根 2015年、私は産業界として大きく関わった最初の取り組みは、95年の禁煙外来の開設です。当時、東京本社の喫煙率は男女合計で約45%でした。その頃は自席でタバコが吸えない環境を作りました。04年頃の話を。
山根 2015年、私は産業界として大きく関わった最初の取り組みは、95年の禁煙外来の開設です。当時、東京本社の喫煙率は男女合計で約45%でした。その頃は自席でタバコが吸えない環境を作りました。04年頃の話を。

▶▶108◀◀

65歳以上では注意した方がいいです。それから心臓の機能が悪い人、高血圧や糖尿病のある人、過去に脳梗塞を起こしたことがある人です。
山根 脳梗塞発生のリスクをスコア化したものが「HEALTHSスコア」と呼ばれます。このスコアが低い人は、脳梗塞のリスクが高くなります。
山根 抗凝固療法というものは、薬物治療が必要な疾患に薬を使っている人が増えています。薬物治療が必要な疾患に薬を使っている人が増えています。
山根 薬物治療が必要な疾患に薬を使っている人が増えています。薬物治療が必要な疾患に薬を使っている人が増えています。

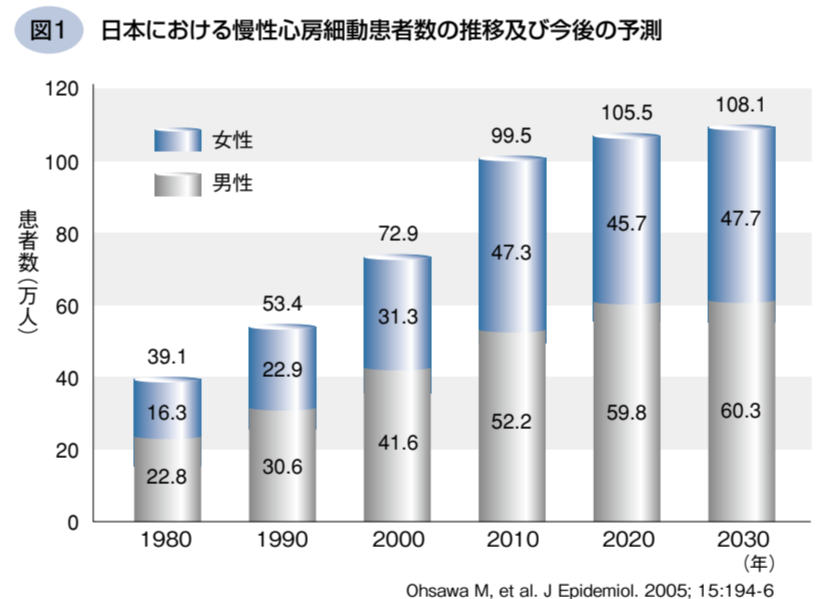


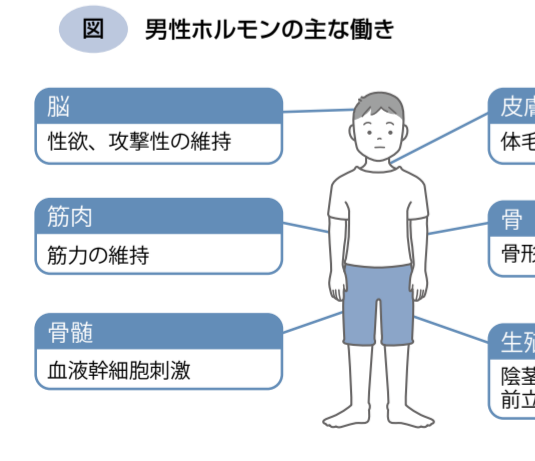
Table with 3 columns: Letter (C, H, A, D, S), Disease (Congestive heart failure, Hypertension, Age, Diabetes Mellitus, Stroke / TIA), and Score (1 point, 2 points).

*実際の診療では、65歳以上で1点、75歳以上では2点を加算する

ホルモンからみた 思春期のこころと体 鈴木真理 政策研究大学院大学 保健管理センター 教授

男性にも、女性にも 必要な男性ホルモン

男性ホルモンには、脂肪や骨密度を増やす作用があります。また、認知機能を高める作用があります。男性ホルモンの減少が糖尿病や肥満を増加させることが報告されています。また、テストステロンは高い方の健康維持に重要な役割を担っています。
山根 テストステロンは、脳の機能を低下させ、認知機能を低下させる可能性があります。認知機能が低下すると、生活の質が低下し、健康維持に重要な役割を担っています。
山根 テストステロンは、脳の機能を低下させ、認知機能を低下させる可能性があります。認知機能が低下すると、生活の質が低下し、健康維持に重要な役割を担っています。



山根 心房細動の治療には、抗凝固療法と薬物治療があります。抗凝固療法は、血栓の形成を防ぐために必要です。薬物治療は、心臓のペースを正常に戻すために必要です。
山根 心房細動の治療には、抗凝固療法と薬物治療があります。抗凝固療法は、血栓の形成を防ぐために必要です。薬物治療は、心臓のペースを正常に戻すために必要です。
山根 心房細動の治療には、抗凝固療法と薬物治療があります。抗凝固療法は、血栓の形成を防ぐために必要です。薬物治療は、心臓のペースを正常に戻すために必要です。

第62回 予防医学事業推進全国大会 健康寿命の延伸を目指して

健康づくりの推進テーマに 功労者の表彰や各種の講演

本会など全国の33支部からなる予防医学事業中央会(中央会)は、健診検査、調査研究、健康教育を3本柱に、予防医学活動を行う団体である。10月27日に千葉・千葉市で第62回予防医学事業推進全国大会(主催・中央会、ちば県民保健予防財団)が開催され、「健康寿命の延伸を目指して——未来を切り開く健康づくり」をテーマに学術講演や文化講演などが行われた。大会には、中央会の支部で健康教育や健康診断に携わっている担当者や専門家、市民ら約1000人が参加した。



大会で、主催者を代表して挨拶したちば県民保健予防財団理事長の藤澤武彦氏は、「本大会のテーマには、健康寿命を延ばすために健康づくりを常に心がけていきたいと私の思いが込められて」と述べた(写真)。

その後、千葉県知事の森田健作氏らによる来賓挨拶に続いて、予防医学事業の発展・向上に顕著な功績のあった人の表彰が行われ、感謝状が国立病院機構千葉東病院名誉院長の大家嘉則氏と本会の山内邦昭顧問に、中央会賞がちば県民保健予防財団常務理事の中野厚夫氏と本会の前

田正氏による記念講演「量子メスが切り拓く新たながん治療の可能性」、スポーツジャーナリストの増田明美氏による文化講演「健康づくりは目標づくり」、京都大学ウイルス・再生医科学研究所教授の戸口田淳也氏による特別講演「健康長寿社会をめざすiPS細胞研究の展開」などが行われた。

田秀喜理事に贈られた。大会ではこの他、放射線医学総合研究所臨床研究ラスタ長の鎌

新宿区女性のための健康セミナー 『「乳がん」の正しい知識』 本会の坂佳奈子部長が講演

10月26日、東京・新宿区の新宿区保健センターで女性のための講義型健康セミナー「健康長寿社会をめざすiPS細胞研究の展開」などが行われた。

坂部長は「乳腺科医師に聞く!「乳がん」の正しい知識——検診・診断・治療の実際」をテーマに、約1時間、マンモグラフィを中心とした乳がん検診の概要やマンモグラフィと超音波の違い、高濃度乳房問題、さらには乳がんの治療について語った。

また講演後は、ちまたに乳がん情報があふれる中「正しい知識を身につけたい」と望む参加者と、約30分にわたり活発な質疑応答が行われた。

お知らせ

第253回学校保健セミナー
今、学校が始まる「がん教育」!

1月23日(火) 15~17時
東京新宿区プラザ下ヒル市ヶ谷

第253回学校保健セミナー
1月23日に開かれる。

「今、学校が始まる『がん教育』」をテーマに東京女子医科大学がんセンター長の林和彦氏が講演する。

入場無料。定員先着200人(当日先着順)。

問い合わせは、本会学校保健部(電話03-3269-1131)まで。

第277回ヘルスケア研修会

健康経営と女性の健康

1月31日(水) 14~16時
東京・千代田区「星陵会館」
第277回ヘルスケア研修会が1月31日に開かれる。

「健康経営と女性の健康」のような対策が大切かをテーマに、荒木労働衛生コンサルタント事務所所長の荒木薬子氏が講演する。

参加費2000円。定員300人(当日先着順)。

おとこわり
第524号「日本タバコフリ学会学術大会」の写真は同学会前理事の国見祐治氏からご提供いただきました。

新刊紹介 BOOKS

『労働安全衛生法に基づく 保健指導実務マニュアル』

〔編集〕保健指導の手引き作成委員会

これまで保健指導に携わった方であれば「アセスメントは適切か、労働者のニーズに心えられるか」と専門職としての知識・技術に関する不安を感じた経験が少なからずあるだろう。また、保健指導は労働者

『チェックポイント表』を活用し、 自信を持って保健指導に臨もう!

じやすい。しかし、不安を糧に人は成長する。そんな不安解消のための一つのツールとして本書を、紹介したい。このように基本的な情報

本書には、集と保健指導の項目を把握する。事業場の特徴的な項目を把握することにより、データが示す心者である。基本的な情報収集が行なわれる。さらに、経験豊富な産業看護職に、情報収集や保健指導の項目を再確認する機会となり、時間内に保健指導を行う以上、有益な時間となるべきであり、その質の向上が求められる。



労働基準協会連合会、東京産業保健総合支援センター)は、過重労働対策やメンタルヘルス対策、病気の治療と仕事の両立支援等、労働者のことと体の健康確保が重要であるとの観点から、「この『からだ』しごと」かけ

に関する取り組みの事例発表などが行われた。また、健康測定(骨密度、転倒リスク、内部被曝等)や健康相談、展示などのコーナーが設けられた。本会では、健康相談コーナー(写真)と、講演の合間のリフレッシュ体験に協力し、参加者への指導を行った。

人間ドック (公財) 東京都予防医学協会 で 体と向き合う時間をつくりませんか

本会の人間ドックは5つの特色に加え、スピーディーで正確な検査を実施します。

5つの特色

- マルチスライスCTで高品質の健康チェック
- 受診者全員に保健相談を実施
- ワンフロアでスムーズな検診を実現
- 管理栄養士考案のお弁当ランチをご提供
- 大腸内視鏡検査などアフターフォローも充実

健康的な毎日を送れるよう、精度の高い検査と心をこめたサービスで、皆様の健康づくりをサポートいたします。

ご予約電話 **0120-128-177**
携帯電話からは **03-3269-2190**
(受付時間/月~金 9:00~17:00)

東京 予防医学 検索 ← クリック
<http://www.yobouigaku-tokyo.or.jp>

予約前後に健康保健組合様へのお手続きが必要な場合がございます。健康保健組合様の指示に従い、お手続きをお済ませください。