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!

私たちは地域・職域・学校など、 生活のいろいろな場面で 「健康寿命」をのばす運動を 実践しています。



2008 (平成20)年6月15日 第421号

(財)東京都予防医学協会 (財)予防医学事業中央会東京都支部

発行人 北川照男:編集人 山内邦昭

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



国や自治体、

発生は時間の問題」とされる新型インフルエンザ。その世界的な大流行に備えて、

の自粛を勧告できる

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

毎月15日発行 年間購読料 300円 (1部30円)



今月の主な紙面

〈1面〉●新型インフルエンザの大流行に備え 感染症法・検疫法が改正

〈2・3面(見開き)〉

- ●連載 科学的根拠に基づいた 日本人に推奨できるがん予防法 第3回
- ●産業医訪問 第76回
- ●連載 健康づくり・健康増進を支援するページ 保健指導シリーズ:医師のコラム・保健師のコラム・ 管理栄養士のコラム・健康運動指導士のコラム 第3回
- 〈4面〉●日本小児科学会学術集会が開催
 - サミットに向け保健医療サービスの改善求める 署名活動一ジョイセフ
 - ●連載 保健会館クリニックの顔 第16回
 - ●近 泰男氏が藍綬褒章受章

新型インフルエンザの発生と被害

新型インフルエンザは、鳥インフルエンザウイルスが、鳥 から人への偶発的な感染を繰り返すうちに、人から人に 効率よく感染するウイルスに変異することで発生する。 人類が免疫を持たないウイルスなので世界的大流行(パ ンデミック)になる可能性が高い。

ひとたび新型インフルエンザウイルスが発生すれば、大 量高速輸送の発達した現代では、1週間程度で世界中 に広がる恐れもある。

スペインインフルエンザなど20世紀に3回出現した新型 インフルエンザは、いずれも感染が呼吸器に止まる弱毒 型のウイルス由来のものであった。現在、非常に毒性の 強いH5N1型鳥インフルエンザウイルスが鳥の間でパ ンデミックになっており、その変異が警戒されている

新型インフルエンザのパンデミックで予測されるわが国 の死者数は210万人(豪·Lowy研究所)。当初1年の 経済損失はGDP20兆円(4・1%)減少(第一生命総

時に外出を控 間分)などの取り組みが必要 料・日用品の備蓄(最低2週 の自衛策となる の対応などを挙げている。 の収集、業務 関する情報の収集と共有②食 職場における対策ガイドラ イン」を示し 個人の対策 危機管理体制 厚生労働省 、①新型イン (本紙41 業務継続に 発生直後と感染拡大時 としては、 制の確認、 ンフルエンザに る。そのために スることが最大 /号既報) 運営体制の検 に関する検討な は「事業者 発生前の準備 流行 情報

新型インフルエンザの大流行に備え

険疫法が改正

今回の感染症法、

検疫法の

策が迅速に図られるよう行わ の発生時に、そのまん延防止 改正は、新型インフルエンザ

Ų

都道府県知事は入院を勧

Ų

等)」を追加。2類感染症 フルエンザ等感染症 は異例のことであり、この問 対策が両法に盛り込まれるの についても、 ようである。 題の大きさがうかがえる。 れたものだ。 ルエンザを追加した 法改正のポイントは、 新型等の感染が疑われる人 感染症の類型に にH5N1型鳥イン 感染者とみなし 未発生の感染症 (新型 次の

感染症法改正で追加された疾患と分類 (網掛け部分) 改正法をもとに編集部で作成

感 1 エボラ出血熱、クリミア・コンゴ出血熱、痘・染類 米出血熱、ペスト、マールブルグ病、ラッサ熱 エボラ出血熱、クリミア・コンゴ出血熱、痘そう、南

急性灰白髄炎、結核、ジフテリア、重症急性呼吸器 症候群、鳥インフルエンザ(H5N1)

コレラ、細菌性赤痢、腸管出血性大腸菌感染症、腸 チフス、パラチフス

E型肝炎、A型肝炎、黄熱、Q熱、狂犬病、炭疽、鳥 インフルエンザ (H5N1を除く)、ボツリヌス症、マラ リア、野兎病 この他、すでに知られている感染性 の疾病で、動物やその死体、飲食物、衣類、寝具など を介して人に感染し、上記と同程度に国民の健康に 影響を与えるおそれがあるもの

インフルエンザ(鳥インフルエンザ及び新型インフル エンザ等感染症を除く)、ウイルス性肝炎(E型肝炎及びA型肝炎を除く)、クリプトスポリジウム症、 後天性免疫不全症候群、性器クラミジア感染症、梅 毒、麻しん、メチシリン耐性黄色ブドウ球菌感染症 この他すでに知られている感染性の疾病(4類感

染症を除く)であって、上記と同程度に国民の健康 に影響を与えるおそれがあるもの 新型インフルエンザ:新たに人から人に伝染する能力 を有することとなったウイルスを病原体とするインフル エンザで、一般に国民が免疫を獲得していないことか ら、当該感染症の全国的かつ急速なまん延により国民

の生命及び健康に重大な影響を与えるおそれがあると

再興型インフルエンザ:かつて世界的規模で流行し たインフルエンザで、その後流行することなく長期間 が経過しているものとして厚生労働大臣が定めるも のが再興したもので、一般に現在の国民の大部分が 免疫を獲得していないことから、当該感染症の全国 的かつ急速なまん延により国民の生命及び健康に 重大な影響を与えるおそれがあると認められるもの

> 状況がある。 難となっている の封じ込めが困 流行が続き、

わ

食情料報

科などの備蓄を報の収集と共有、

が国でも4月下

新型インフ

エンザ対策の

限 ・2類と新型等の感染者に対 ・新型等を健康診断、 入院の対象とする 就業制

告できる。 きは入院させることができる

新型等の感染が疑われる人 都道府県知事は外出 勧告に従わないと 場所の交通の制限、 たり、 止

内の期間を定めて、 封鎖ができる。 汚染された疑いがある 汚染され 72時間以 遮断がで

が附則として盛り込まれた。

こうした法改正の背景に

未曾有の被害 生した場合に から新型イン 死率が高い。

か予測される。 は、世界規模で

世界各地で

要量の備蓄に努めることなど クワクチン(下コラム)の必 ルエンザ薬とプレパンデミッ 認に取り組むこと、抗インフ

である。

た高い。このH5N1型。特に40歳未満では致

ルエンザが発

患者 遮断

可能

新

れたり、汚染された疑いがあ る建物の立ち入りの制限、 禁

層

どでも感染したおそれのある

H5N1型

全身感染を

の鳥インフルエ

人の停留ができる この他、

研究開発の促進、

早期の承

率100%、

人では60%を超

える非常に毒性の強いタイプ

国がワクチンなど

ンザウイルスで、 起こす強毒型の

鳥での致死

治療薬やワクチンの必要量の備蓄などが努力規定として盛り込まれた。

危険度に応じた1~5類の感染症の類型に、「新型インフルエンザ等感染症」を新設。 フルエンザ対策の強化を柱に、「感染症の予防及び感染症の患者に対する医療に関す る法律(感染症法)」と検疫法が改正され、5月12日に施行された。 改正感染症法では、 類感染症に相当する感染症とみなして、感染者や感染の疑われる人の隔離や入院、 家庭での取り組みが急務となっている。こうした中、 交通の制限や遮断などの措置ができるようになった。 新型イン 国は2年以内に限り、

等を1類感染症とし、 定めることができる 都道府県知事は政令に基づ 新型等の病原体に汚染さ 政令を 新型

どの他、 う検疫感染症とする 特定感染症指定医療機関

める医療機関でも感染者の隔 離ができる 第1種感染症指定医療機関な 検疫所長が適当と認

医療機関の他、 新型等を隔離、 宿泊施設な も少なくない。 あり、この数は 過ぎない」と指 感染者383人、 (8年5月 摘する専門家

停留等を行 が、「把握できていない例も 中心に、15カ国に広がって 世界保健機関によると、 は氷山の一角に 28日現在) だ 東南アジアを 死者24

健康管理相談をお引き受け

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。

新型インフル

エンザ等感染症

感染の拡大が懸

鳥が発見され、 で感染死した野

忍されている。

進めることが不可欠だ。 個人、社会全体で事前準備を や自治体のみならず、企業や

認められるもの

県、北海道など 旬以降、秋田

小限にし、

社

一機能を維持す

カギは、

いか

と健康被害を最

るかである。

そのためには国

お問い合わせ・ご相談は(予約制) 電話 東京(03)-3269-1141 健康管理コンサルタントセンター

ンフルエンザの H5N1型鳥イ

そ

前業

も不可な

備

事務局 東京都新宿区市谷砂土原町1の2 (財) 東京都予防医学協会

◆◆◆ コンサルテーションのごあんない◆◆◆

岡 惺治(健康管理コンサルタント)

第220回ヘルスケア研修会につき休み 9日

岡 惺治 16日

23日 三輪祐一(東京都予防医学協会総合健診部長)

30日 三輪祜- 《8月は夏休み》

9月 3日 出 惺治 10日 三輪祜一

17日 出 惺治

第221回ヘルスケア研修会につき休み 24日

プレパンデミックワクチン

新型インフルエンザになる可能性の高い鳥インフルエンザ ウイルスから作るワクチンで、事前に製造、備蓄が可能。 発症は阻止できないが、重症化や死亡のリスクの減少が 十分期待できる。国民の70%以上に事前接種しておけ ば、大流行の発生を回避できる可能性もある(発生後に 作るパンデミックワクチンは、効果は高いが、出荷まで半 年以上かかるので最初の流行には間に合わない)。 このため経済界では、希望する国民全員に事前接種を認 めるよう政府に働きかけを行っている。

日本は2千万人分を備蓄し、今年度中に1千万人分追加 の予定。また、臨床研究として約6千人に接種し、有用性 が確認されれば1千万人に事前接種する計画も進行中。

と がん たばこ

喫煙者は5

学

喫煙と全がん罹患リスクとの関連

医

たがんの何 23 % が禁

付された

であること 禁煙が有む

やめた 1.4%

繰り返すが、 れば、 極めて効 喫煙者 となる。

気持ちのズレ

塩分

日本人に推奨できる

国立がんセンター がん予防・検診研究センター 予防研究部部長

1.37

1.00

喫煙状態別の累積罹患リスク(40歳から74歳まで)

喫煙者 非喫煙者 禁煙者 男性(割合) (20%) (25%) (55%) がん\$ 19.3% 24.4% 29.1% 5.7% 肺がん # 1.3% 3.6% 女性(割合) (85%) (3%) (12%) がん\$ 14.9% 16.9% 18.9% 肺がん# 1.1% 1.9% 3.1%

\$非喫煙者に対するがん罹患相対リスク:男性喫煙者1.6倍、男性 禁煙者1.3倍、女性喫煙者1.3倍、女性禁煙者1.15倍と仮定して、 2000年の年齢階級別がん罹患率推計値より計算 #非喫煙者に対するがん罹患相対リスク:男性喫煙者4.4倍、男性

ラ

働

人たちへ

保健指導とは

禁煙者2.7倍、女性喫煙者2.8倍、女性禁煙者1.7倍と仮定して、 2000年の年齢階級別がん罹患率推計値より計算

1.47 0.6% 22.4% 1.00 24.3% 23.4% 52.3% 92.8% 吸わない やめた 吸う

1.46 2.2%

氏 **▶▶**76**∢**∢

度業度訪問

産業 医社

谷能

合か

外国に赴任した社里点的に取り組んで

2

あなたのやり

取り組んでいることは?

す。

その場足踏み

膝つき腕立てふせ 30秒向

管理栄養士

食品の

コ ラ ム

小川ルミ子 本会·健康增進部

ための方法を模索

・腿を高めに上げませるの場足踏みに慣れ ③ステ

中に取り

*腰痛予防のため、膝を曲げて行う運動を紹介します。

添加物の安全率

物でも、同様に厳 います。他の添加 います。他の添加

世定添加物量も算 が定められています (図)。 一般的な喫食量 一般的な喫食量 を)から、1日の と)から、1日の

で質問です。次号のテーマンイズです。次号のテーマンででで、次号のテーマングラース」にちなんができる。 しみに) (解答・解説は次号をお楽 しみに) Q 野菜ジュースは野菜の代

同いかとは、 互いにとまどう るのは無理

加物) についてお伝えた 今回は、食品添加物 添加物についての内閣府 ★添加物は悪者!?

食品に使うことのできる添加物 の量は、動物実験で、国際的な 機関が無害と確かめた量(無毒 性量) の通常1/100です。これ は毎日食べつづけても安全な量

(ADI)です。さらに、使用量は、 この量より少なくなるように法 律で定められています。 日本食品添加物協会ウェブサイトより

の改正などによっ て、食中毒の予防 より、発がん性の まり、発がん性の

使用基準に 定められる量

毒性試験でのよ

無毒性量

1日の摂取許容量 (ADI)

指 ズ

保

アドバイザー

岡 (健康管理コンサルタント) 惺治



また、企業で重要な役割を担い、残業で重要な役割を担い、残 を減量することも簡単では ない。それぞれの人たちが 個別の事情を抱えながら仕

埋忠洋一

報われ

大の病歴など 大の病歴など 大の病歴など 大の病歴など されている。 たとえば、 たとえば、 ルスの障害によるものであるのである。 る。慢性疲労や過労による

燃え尽きたり

原を守ること、さらに、よしている人たちも多い。 している人たちも多い。 りよい労働生活や人生を送康を守ること、さらに、よ

がりたい。 が利耗してしまわないことを がある。

S産業医) (日本経団連顧問医、

題は、おそらく医療費の削題は、おそらく医療費の削りがに異なる。産業保健師やかに異なる。産業保健師やかに異なる。産業保健師やかに異なる。産業保健

せん。

前回にも触れましたが、

本会・他 ・ は 本会・他 を は を を を のな態度や発言をした。 たのは、過度なストレスが原因だったのでしょう。初対面のでしょう。初対面のでしょう。初対面のでしょう。初対面の たかもしれません。 音を聴けたのは幸運 私たちはあらかじめ、さま ら面談準備をし、実際に臨 みます。しかし現場では、 みます。しかし現場では、 なます。しかし現場では、

に提供しようとすることととと、逆に私たちが来談者

、なかなかイメージ通り んなことがしばしば起こ まったくズレてしまう、

結局、ご家族にも参考に なるような資料を後日、自 なるような資料を後日、自 終了となりました。 幸いにも、Aさんは笑顔 で退室されました。 には に提供し がまった

あり、何を求めてやってく 来談者の問題が本来どこに 今回の面談を振り返り、 るのかを見極めることの難あり、何を求めてやってく そうしても息が合わて、ここともあります。でもまに気持ちよく面談を冬く なんとか来談 おにったい とうしても息が合わ 者に気持ちよく面談を終え ていただきたいと願い、私 に立った相談ができるよう 保健師も来談者も人間にはいかないものです。

有し、改善策を思索・模索、 士が同じ問題に気づき、共 の対話の中で初対面の者同 の対話の中で初対面の者同

★添加物使用には訳がある ★添加物使用には訳がある 大きもそも、添加物はなぜ をもそも、添加物はなぜ をもそも、添加物はなぜ をがあります。また、色彩 をがあります。また、色彩 ころ安全上問題ないとされ出されていますが、今のと

るためにも使用されていま 傾向があります。危険情報がん性などを誇大に伝えるがん性などを誇大に伝えるています。

は消費者が関心を持ちやす 報の拡大解釈がないかな 報の拡大解釈がないかな

グ ツリヌス菌 (食中毒菌)の 良くする)は、もともと、ボ る発色剤 (ハムなどの色を ハムなどに使用されてい 高い食品でもあります。塩になる食品とは、加工度の食品が加物の使用量が気

ので、加工度の高い食品に会で、脂肪分のとりすぎなど分、脂肪分のとりすぎなど

渡邊史子 本会·健康增進部

管理法の改正などによっ増殖を防ぐために使用され とが必要ではないでした。 生活の安全性は、 す。このよう の安全性は、いろいろこのように、食品や食りぎないことも必要で

を良くするだけではなく、 を良くするだけではなく、 を良くするだけではなく、 イズの正解は○。添加物のというわけで、前回のク

あなたの産業医歴は? ープ健康推進室室長リ ッ ク ス 株 式

う

現状と未来」など多数のシ 校教育の接点」「思春期医 テーマに、「小児医療と学 児医学・医療の進歩と社会 された。学術集会では「小 日本医科大学教授)が開催 学術集会(会頭 福永慶降 第111回日本小児科学会 京・東京国際フォーラムで 日の3日間にわたって、東 うした中、4月25日から27 りが急務となっている。こ るための新たな仕組みづく 化、複雑化し、それに応え 情勢の変化によって、小児 る。一方、社会環境や医療 善し、患児や家族のQOL 多くの小児疾患の予後が改 医療に対するニーズは多様 への調和をめざして」を (生活の質) も向上してい ンポジウムやセミナーなど

別な支援を必要とする子ど 難を改善するための支援のあ ム「小児医療と学校教育の接 を背景に行われたシンポジウ 部科学省調べ)といった現状 に伸ばし、 生活や学習上の困 人ひとりの可能性を最大限 小中学校の通常学級で「特

の理解をいかに広げて 遅れを指摘。「発達課 校現場での取り組みの 別支援教育の実施状況 る講演で、昨年から全 に連携をとるかなどが いくか、専門家といか 題を持つ子どもたちへ を紹介し、自治体や学 国の学校で始まった特 校の立場から」と題す 会の中尾繁樹主任主事 「特別支援教育―学

今後の課題である」と

このうち神戸市教育委員一急速な変化を踏まえ、「小児

の大きな役割」と強調した。 り、その側面を援助する医療 育」と題して講演した杉山登 を繋ぎ、見守ることが医療側 が求められる。成人まで情報 「発達障害の治療は教育であ センター保健センター長は、 志郎あいち小児保健医療総合 子どもを取り巻く環境の また、「発達障害と学校教

春期医療への対応」では、思 kitatodaの平岩幹男代表、 理」をテーマに、office2: 玉浩子教授、大阪府立呼吸器: 女智子副科長、帝京大学の児 神奈川県立汐見台病院の早乙 喘息死と適切な薬剤自己管 春期の「不登校」「性」「肥満」 方、シンポジウム「思

居悟主任部長がそれぞれ講演

の問診表」を紹介した。 題委員会が作成した「21世紀 めに学会の学校保健・心の問 小児科医が積極的に関わり助 題を抱えた子どもや保護者に 台医療センター医長は、「問 について講演した田澤雄作仙 科医ができる学校教育支援」 問題解決の手がかりとするた 言することが重要だ」と述べ、 つながる」と説いた。

長は、「思春期の性の問題は について講演した早乙女副科 妊娠中絶や感染症の問題など また、思春期の性の実態、

る認識を医療者が再確認し、 が望ましい。性の健康に関す 題であり、さまざまな機会を 通じて援助手段が取れること 適切な手段が提供できるよう 人生の質に関連する重要な課 学術集会ではこの他、 玉.

のかたわら、乳がん検診の普

をとっています。

地下鉄各線「永田町」「

国会 は、

会場の「星陵会館」

に基づいた説明を行う体制

すく、多くはその状況に満足 していない。受容的に子ども もたちのQOLは低くなりや 際を紹介し、「不登校の子ど は、不登校の背景や介入の実 題への小児科医の対応のあり たちの声を聞くことが解決に 校について講演した平岩代表 ディスカッションが行われた。 携などをめぐって、活発な このうち、思春期の不登 家庭や学校、社会との連 セミナー「成長曲線」、会頭

日本小児科学会学術集会が開催

産業振興等の分野で、公衆の 利益のために貢献した人に贈

計画および母子保健の普及 男氏が、わが国における家族 り、藍綬褒章を受章した。 に多大な貢献をした功績によ で、本会の理事でもある近泰 財団(ジョイセフ)の理事長 会ならびに家族計画国際協力 の受章を祝う会が都内のホテ この度、日本家族計画協 また6月4日には、近氏

ルで開かれた。 | 町の 「星陵会館」 で開かれる。 市保健医療センターの小堀悦 授が講演する。司会は、藤沢 時から4時まで、東京・永田 修会が9月24日 (水) 午後2 大学心身科学部の佐藤祐造教 て「運動する人、しない人 (仮)」をテーマに、愛知学院 ―健康への効果を検証する 第221回ヘルスケア研 保健指導シリーズ6とし

近

藍綬褒章を受章

第221回ヘルスケア研修会

保健指導シリーズ 6 運動する人、しない人

9月24日(水)午後2時~4時 東京・永田町「星陵会館」



思春期の子どもとその問 第一線での取り組みを報

異常症の診断と治療」、教育 際シンポジウム「先天性代謝

講演「鉄と貧血」、市民公開

る」などが行われた。 講座「子どもたちの食を考え

改善求める署名活動 サミットに向け保健医 |療サービスの

はじめとする政治問題を主要 ある家族計画国際協力財団 テーマに、北海道の洞爺湖地 本会のきょうだい団体で

的成長など国際社会が直面す

地球環境や世界経済の持続

キャッチフレーズに、貧困を に、生きるチャンスを。」を (ジョイセフ) など4団体で 「me too―すべての人 | るため、貧しい国への支援を |り効果的な支援を実施する 野における、より多くの、よ て、次のような請願書を作成 長国である日本政府のリー 行う運動を推進しており、G ように働きかけを行う」とし ダーシップのもとで、保健分 8サミットにおいても、「議 署名、活動の詳細はウェブ ください。

拡大し、成果を上げるため

C乳幼児死亡率の削減、妊産 的とした政策について、G 策、保健システム強化を目 婦の健康の改善、感染症対

8による合意を導いてく

乳腺外科を専門とする坂

B保健分野支援の資金規模を A支援の量と質に関する約束 に必要な調整を実現して

を守ってください。

診の経験を積み、今年1月 や女性専門外来で診療、検 本会に着任した。日常診療 医師は、東京厚生年金病院 日に検査を実施し、その結果 ません。そのため、外来の当 を抱えている方も少なくあり だったらどうしよう、と不安 受診者の中には〝乳がん

フリカ、世界経済、不拡散を一平等などの保健問題を解決す一かけている。

主な原因とする医療機会の不

し、署名活動への参加を呼び

サイト (www.metoo2008.

7月7日から9日までの3日

環境・気候変動、開発・ア

今年はわが国が議長国で、

れるG8サミット。

調を行う場として毎年開催さ 員長が自由に議論し、政策協 王要8カ国の首脳とEUの委

> 師らの読影指導に携わる他、 モグラフィ精度管理中央委員 会の読影指導認定医として医 及に力を注ぐ坂医師は、マン 「クリニックの乳腺外来に 般女性への啓発活動にも取

> > が必要な場合には、速やか

た、より詳しい検査や治療

先着400人。

参加費2000円。

ことを心がけています。ま

かりやすい言葉で、受診者

診療では、できるだけわ

が納得されるまで説明する

のところ。

見附」駅下車、徒歩10分以内

議事堂前」「溜池山王」「赤坂

査が必要とされ のある方、乳が の気になる症状 は、乳房にしこ りや分泌物など た方などが受診 ん検診で精密検 に専門病院を紹介していま

にご相談いただきたいと思 90%が治りますし、治療の になることがあれば、気軽 負担も軽くて済みます。気 乳がんは、早期なら約

して努力を重ねている」と ルフ。「公式戦出場をめざ きという坂医師の趣味はゴ 目標を達成するのが大好

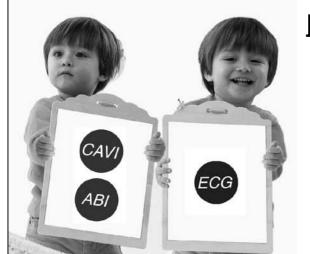
訪れ、本会の施設や事業を視

一行は4月15日に本会を

本会を訪問・視察 ●韓国健康管理協会研修団が

団一行20人が4月14日から19 韓国健康管理協会の研修

血圧脈波検査と心電図検査がひとつになって誕生





血圧脈波検査装置 VaSeraVS-1500E

血管の硬さを示すCAVI、血管の詰まりを示すABI、2つの指標からなる血圧脈波検査と、国産心電計の パイオニアであるフクダ電子の心電図検査を融合させたバセラVS-1500Eの誕生です。生活習慣病・ メタボリックシンドロームの病態把握と、治療の動機づけにお役立て頂けます。血管性疾患予防の時代 ともいわれる21世紀に対応した、先進の一台です。



〒113-8483 東京都文京区本郷3-39-4 TEL(03)3815-2121(代) http://www.fukuda.co.jp/ お客様窓口… ☎(03)5802-6600/受付時間:月~金曜日(祝祭日,休日を除く)9:00~18:00 ●医用電子機器の総合メーカー **フグラ 電子株式会社**