

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〉●第268回ヘルスケア研修会 今話題の感染症
- 〈2・3面(見開き)〉
  - 新連載 がん検診精密検査の受診率向上に向けて〈1〉大腸内視鏡検査
  - 連載 摂食障害 適切な支援のために〈9〉
  - 連載 健康増進部からの実践!! お役立ち情報〈17〉
- 〈4面〉●スマホ時代を賢く生きる
  - 困っていませんか!? 子どものスマホ
  - 新刊紹介 『働く女性と健康—多様な視点からのヘルスケア』
  - 新生児マス・スクリーニングの現状を 東京都の担当者らが視察一本会

## 表 最近話題になった蚊が媒介する病気

デング熱	海外で感染して帰国後治療を受けている患者は、毎年200人前後と結構いる。一昨年は海外渡航経験のない人が発症し、国内感染として話題になった。その時は公園でデングウイルスを持った蚊が採取され、駆除が行われたが、その後は現在に至るまで国内感染は見つかっていない。
ジカ熱	現在ブラジルなどで流行している。感染しても重症化することはまれであり、これまで特に顧みられることはなかった。最近、妊娠中の、殊に妊娠初期の感染で胎児が小頭症になる可能性が高いことが示され、問題になっている。
日本脳炎	脳炎の発症率は低いものの、発症すると致死率が高く、治癒しても半数以上に重い後遺症が残る。感染源はブタで、特に西日本ではブタのウイルス保有率が非常に高いため、予防接種が必要。

岡部所長は「こうした日常の衛生が感染症の予防の鍵となる」と述べ、最後に「今日の話を、皆さんが仕事をされる時のヒントになれば幸いです」と述べて講演を締めくくった。

## 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、厳格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きたいと思います。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。

## 第268回ヘルスケア研修会 今話題の感染症



ここ数年、毎年のように感染症の流行が国際社会の話題になる。幸い日本国内での流行に至らずに収束するケースが多いが、グローバル化した現代では、海外で起きている感染症も、単によその国の話では済まなくなってきた。7月13日に東京・千代田区で開催された第268回ヘルスケア研修会(主催・本会、健康管理コンサルタントセンター)では、川崎市健康安全研究所の岡部信彦所長を講師に迎え、「今話題の感染症、海外赴任時・国内発生時の対応」と題した講演が行われた。

### むやみに恐れず

### リスクに基づき適切な対処を

岡部信彦所長は、まず「現代のように他国とこれだけ人や物の行き来があれば、海外で発生した感染症が日本に侵入する可能性は十分にあり得るが、拡大の可能性があるかは別問題。また、海外で感染する可能性も十分にある。しかし、果たして感染しやすいのか、リスク低減が可能かはまた別問題だ」と述べた。

#### 対策の第一歩は リスクを知ること

そして、感染症対策を行う上で大切なのは正しくリスクを測ることだとして、次のように語った。

「国内への侵入の可能性だけでなく、その感染症の重症度、うつりやすさなども併せてリスクを考えていくべきだ。さらに感染経路、感染時期、罹りやすい年齢層や集団、流行地—こうしたことを考慮して危険の度合いを判断する。」

#### 予防の基本は 「手洗い」の徹底から

続いて岡部所長はSARS(重症急性呼吸器症候群)、鳥インフルエンザ、新型インフルエンザ、MERS(中東呼吸器症候群)、エボラ出血熱

など最近話題となった感染症の概要を解説し、正しい知識があれば、むやみに恐れることなく効果的に予防できることを示した。

#### 蚊が媒介する病気とその対策

蚊が媒介する感染と言えは日本脳炎が馴染み深い。最近ではデング熱やジカ熱など熱帯の感染症が国内で見つかり話題となっている(表)。

ほぼすべての感染症予防に効果がある。速やかにリスク分析を行うこと。そして、従業員に情報を提供し、常に標準予防策(最低限の予防)ができるように準備しておくことが必要だ。

岡部所長は、デング熱について「7~8割が不顕性感染で、症状が出るのは2~3割。そのうち1割程度が重症化してデングショック症候群やデング出血熱を引き起こす。そしてその1~2割が死亡するとされるが、日本の医療水準で対応すれば、致死率は10分の1から100分の1に減少するだろう」と解説。

日本でも流行するリスクはそれほど高くないと考えられるので、ジカ熱による小頭症が日本で発生する可能性は極めて低い」と指摘した。

また、「生まれてくる子どもにも障害をもたらすという点では、国内では風疹の方がはるかにリスクが高い。風疹はワクチンで防げるが、日本では1度も接種していない大人が少なくないため流行が起き、先天性風疹症候群(CRS)の子とも生まれてくる。ジカの心配もさることながら、こちらのリスクの方が現実的だ。風疹の抗体を持っていない人は、男性も女性もぜひ予防接種を受けてもらいたい」と強調した。

蚊が媒介する感染症の予防としては「蚊に刺されない」ことが重要であり、そのためには虫除けの使用、肌の露出を避ける、蚊の活動性が高い夕方と早朝に注意する。さらに蚊の発生を防ぐために水たまりを作らないよう、空き缶などに水がたまったままにしないというのが基本的な対策だ。

## 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: 江崎良晴 三輪祐一

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・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  
koho@yobouigaku-tokyo.jp  
FAX 03-3269-7562

お電話(03-3269-1131)でも承っております。

表 過食を伴う摂食障害の特徴

	神経性過食症	過食性障害	夜食症候群
年齢	思春期～青年期	青年期～熟年期	青年期～熟年期
性別	女性に多い	男女同じ	男性に多い
過食	あり	あり	夕食後に1日の摂取カロリーの25%以上を食べる
やせ願望	強い	なし	なし
嘔吐や下痢乱用	あり	なし	なし
体型	標準	肥満傾向	肥満傾向

過食を伴う摂食障害の特徴

この夜間の出来事は目覚めても覚えていません。そして、昨夜の食べ過ぎが原因で、食がなくて、昼食を抜いたりします。

成人男性の1日の摂取カロリーは約2300kcalです。必要があります。

神経性やせ症や過食症の女性には、真面目でがんばり屋が多いので、会社では有能社員です。

しかし、無月の持続によって、骨粗鬆症が進行して骨折を併発するなど、本人の将来の健康が損なわれる恐れがあります。

第9話

職場での摂食障害

部長は、仕事のコントロール権は高くありません。最近では同僚と仕事帰りに飲みに行くような余裕がなくなりました。



適切な支援のために

このような食べ方をすると、健康増進部からのお役立ち情報が役に立ちます。

のがん対策推進基本計画では2017年度までがん検診受診率50%、胃、肺、大腸は当面40%を達成するという目標を掲げ、受診率向上に向けた取り組みが行われている。



# がん検診精密検査の受診率向上に向けて 1 大腸内視鏡検査

鈴木康元 松島クリニック診療部長

大腸がん検診の目的は、当惑一貫して増加しており、同セクターの報告は14年には男性2万6177人(肺がんと比較して死亡数を減少させることにある。では、女性2万2308人(第1位)の合計4万8485人(肺がんに続いて第2位)が、大腸がん検診の普及を促している。

大腸がん検診のプロセス指標(東京都)

	あるべき値(許容値等)	男性	女性	男女計
受診率	目標値50%	17.0%	25.2%	21.3%
要精検率	7%以下	10.3%	7.3%	8.4%
精検受診率	70%以上	49.7%	50.2%	50.0%
精検未把握率	10%以下	41.3%	41.6%	41.5%
精検未受診率	20%以下	9.0%	8.2%	8.6%
陽性反応適中度	1.9%以上	3.5%	2.5%	3.0%
がん発見率	0.13%以上	0.36%	0.18%	0.25%

大腸がん検診は、大腸がん死亡率を下げることが証明されている。便潜血検査でスクリンが行われているが、大腸がん検診の本来の目的や大腸がん死亡率を下げることができない。中でも精検受診率は検査の成否に大きく影響していると考えられた。

大腸がん検診は、大腸がん死亡率を下げることが証明されている。便潜血検査でスクリンが行われているが、大腸がん検診の本来の目的や大腸がん死亡率を下げることができない。中でも精検受診率は検査の成否に大きく影響していると考えられた。

表 性・年齢別カルシウムの推奨量(mg/日)

	12~14歳	15~17歳	18~29歳	30~49歳	50~69歳	70歳以上
男性	1000	800	800	650	700	700
女性	800	650	650	650	650	650

図 カルシウム約100mgを含む食品と目安量



カルシウム約100mgを含む食品と目安量

骨を丈夫に保つ食事

健康増進部からの実践!!

お役立ち情報

健康増進部からの実践!!

お役立ち情報

大腸がん検診の精密検査として推奨されている全大腸内視鏡検査には「つらい」「苦しい」というイメージがあり、それが精検受診率の改善を阻む原因の一つになっている。



本会で行われた「二木会」での大腸内視鏡挿入法の実技指導の様相

大腸がん検診の精密検査として推奨されている全大腸内視鏡検査には「つらい」「苦しい」というイメージがあり、それが精検受診率の改善を阻む原因の一つになっている。

大腸がん検診の精密検査として推奨されている全大腸内視鏡検査には「つらい」「苦しい」というイメージがあり、それが精検受診率の改善を阻む原因の一つになっている。



本会の大腸内視鏡検査について 米山淳子(消化器内視鏡技師)

本会の大腸内視鏡検査は、師の指示でスコアの種類の経験豊富な熟練した専門医が検査を行っています。使用する機器はオリンパスの最新の装置です。

本会の大腸内視鏡検査について 米山淳子(消化器内視鏡技師)

# スマホ時代を賢く生きる 困っていませんか!? 子どものスマホ

## 健やかな成長のために 今考えたい予防と対策

ICT(情報通信技術)の急速な普及は、子どもにもさまざまな影響を及ぼしており、その適正利用のための基準作りが緊急課題となっている。こうした中、7月2日に東京・文京区でパネルディスカッション「スマホ時代を賢く生きる——困っていませんか!? 子どものスマホ」(主催・日本小児連絡協議会、共催・日本医師会)が開かれ、専門家が、多方面からICTと子どもの問題について語り、意見を交わした。



開会の挨拶で日本医師会の道永麻里理事は、ICTにより子どもたちに起きている問題について、文部科学省等に申し立ての要望を行っていることなど医師会として積極的に取り組む姿勢を示した。

厚生労働省研究班の全国規模の調査によると、中・高校生(8割)に当たる51万8000人がインターネット依存症の可能性が高いと報告されるなど、ネット依存は大きな問題となっている。

ICTの不適切な使用は、子どもの成長と発達や心身の健康に悪影響を及ぼし得ることを認識していただき、子どもの健やかな成長の確保について考えてもらいたい。

また、パネルディスカッションでは日本小児科医学会と共同でメディア委員会の内海裕美理事、山梨大学大学院総合研究部医学域社会医学講座の山縣然太郎教授、久里浜医療

センターの樋口進院長、慶應義塾大学医学部眼科学教室の坪田一男教授が登壇。①子ども

### 人・往来

めとする健康づくり支援活動の説明を受け、現場の取り組みを学んだ。

●東京工科大学の学生が本会で臨地実習

東京工科大学(学長・軽部征夫)では、医療保健学部看護学科の教育課程に基づき、産業看護現場の臨地実習を行っている。

●東京短期大学の学生が本会で臨地実習

東京短期大学(学長・沖永寛子)では、看護教諭を



●帝京短期大学の学生が本会で臨地実習

### 新生児マス・スクリーニングの現状を 東京都の担当者らが視察

本会

先天性代謝異常症の中には出生後早期に発見し、適切な

目を網羅している。

しかも、その内容は科学的データとエビデンスに基づいており、正確で信頼性のある内容がぎっしり詰まっている。

女性労働者及びその事業所、家族への著者の

思いは、サラサラと読み流すことほできない重さがあるが、だからこそ、それをサポートするヘルスケアアドバイザーも

共有し、共感していただきたい一冊である。

聖路加国際病院副院長・女性総合診療部部長

百枝 幹雄

00円+税)

### 新刊紹介

今、国策としても女性活躍社会をますます推進しようとしている。もちろん、これは大変好ましい方向への社会の進化であるが、その担い手である働く女性の健康がしっかりとサポートされているとは言えない状況が問題だ。



### 働く女性と健康

#### 多様な視点からのヘルスケア

(著) 武谷雄二

える上において、本書は必読書である。著者の武谷雄二氏は東京大学医学部産科婦人科学教室の主任教授として、産婦人科学のすべての領

域にわたる臨床と研究を統括する立場を務めた。すなわち、女性の健康問題について最も広く、かつ深い知識を有する医学者の一人である。その学識経験者が大学退官後、独立行政法人労働者健康

福祉機構の理事長を務めるべく、夜間労働、ストレス、メンタルヘルスのような労働環境、さらには家庭環境まで、女性労働者の健康問題について載っていない項目をあげることがほとんど不可能なくらい、必要な項目を網羅している。



治療を行うことで、急性期の重い症状や知能障害、発育障害などの発症を予防できるものがある。

また、2012年からはタレントマネジメント分析(タレントマネジメント)が導入され、スクリーニング対象疾患は、それまでの6疾患から

19疾患に増加している。

7月12日、東京都福祉保健局

少子社会対策部の担当者ら3人が本会を訪れ、

検査の現状や、個人情報保護の正確な運用を図るため

に本会が今年度から導入している直筆氏名の転写システムなどを視察した(写真)。

### お知らせ

第269回ヘルスケア研修会

9月28日(水) 14~16時  
東京千代田区「星陵会館」

第269回ヘルスケア研修会が9月28日に開かれる。

「保健機能食品制度——その正しい理解と利用法」をテーマに国立健康・栄養研究所情報センターの梅垣敬三センター長が講演する。

司会は本会の鶴田浩子管理栄養士。

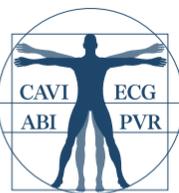
当日会場受付で参加費2000円を支払えば、どなたでも入場できます。

定員300人(当日先着順)。

## 血圧脈波検査装置

# VaSera

VS-3000シリーズ



不整脈など、波形の乱れが生じやすいデータでも適切な連続波形を選択し、計測することが可能です。



〒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

●医療機器専門メーカー **フクダ電子株式会社**

### CAVI Cardio Ankle Vascular Index (心臓足首血管指数)

#### ●動脈の硬さの評価

CAVIは大動脈を含む「心臓から足首」までの動脈硬化度を反映する指標で、動脈硬化が進行するほど高い値となります。また、測定時の血圧に依存しない、血管固有の硬さを評価します。

### ABI Ankle Brachial Pressure Index (下肢動脈の狭窄、閉塞)

#### ●末梢動脈疾患(PAD)の鑑別診断・重症度判定

ABIは、下肢動脈の狭窄・閉塞を評価する指標です。PADは、心血管疾患、脳血管疾患など、他臓器障害との合併が多く見られることから、早期発見が重要とされています。

