

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!

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。

よぼう医学

THE NEWS OF HEALTH SERVICE

(平成8年5月20日第三種郵便物認可)

2005(平成17)年10月15日 第391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
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 「世界ハートの日」が開催
- 2~3面(見開き)
話題「がん医療の現場から」第203回ヘルスケア研修会より
連載『いびき』よもやま話 最終回
連載「おことばですが...保健指導反省記」第6回
健康づくり・健康増進を支援するページ 対策編 第6回
- 4面 「過重労働者への健康支援」テーマに第43回健管協
全国労働衛生週間 10月1日から7日
台湾・韓国海外研修レポート 本会
お知らせ

「世界ハートの日」が開催

今年のテーマは 「健やかな体重、健やかな体型」

世界心臓連合は、2000年より、毎年9月の最終日曜日を「世界ハートの日」と定めて、世界の死因の第1位である心血管疾患予防の啓発活動を世界各国で開催している。今年のテーマは「健やかな体重、健やかな体型」。この日に先立ち、世界保健機関(WHO)は心臓病や脳卒中の危険因子となる太りすぎや肥満が、約60億人の世界人口のうち10億人を超え、このまま増加を続けると、2015年には15億人に達するとの推計を発表した。わが国でも日本心臓財団が今年からの活動に参加し、その一環として9月12日、東京国際フォーラムでプレスセミナーを開催した。セミナーでは、松澤佑次住友病院院長による講演や、世界心臓連合が27カ国、1万6476人を対象に実施した「国際間における肥満意識調査」の結果報告などが行われた。

「ウエストサイズストーリー」と心臓病」と題して基調講演(座長 篠山重威世界心臓連合理事)を行った松澤院長は、まず「世界では途上国を含め、BMI30を超える肥満者が増加している。日本ではそこまでの肥満者は少ないものの、軽度の肥満でも心血管病や糖尿病を発症する人が多く、男性や60歳台以降の女性でBMI25以上の肥満者が増加している(図)。こうしたことから、わが国では、働き盛り世代の男性、更年期以降の女性が肥満対策のターゲットとなる」と述べた。



篠山重威 世界心臓連合理事

降の女性が肥満対策のターゲットとなる」と述べた。そのうえで松澤院長は、肥満の女性が肥満対策のターゲットとなるのは皮下脂肪型肥満ではなく、内臓脂肪蓄積型肥満、体型で言えば、洋ナシ型ではなく、リンゴ型である。ウエスト周囲径の太さが、こうした疾患のリスクを調べる目安になる」と説明し、次のように述べた。

「脂肪細胞がいろいろな生理活性物質を分泌していることが判明し、その一つであるアディポネクチンに、糖尿病や高脂血症、動脈硬化、がんなどを防ぐ働きがあること、内臓脂肪が蓄積すると血中アディポネクチンが減少し、それらの病気が発症しやすくなることなどがわかってきた。こうしたメカニズムが解明されたことを背景に、高血圧、高脂血症、糖尿病など動脈硬化性疾患のリスクを複合している病態を『メタボリックシンドローム』とし、ウエスト周囲径を取り入れた国際的な診断基準が確立された」と述べた。

わが国でも今春、日本動脈硬化学会、高血圧学会、糖尿病学会、内科学会など8学会によってメタボリックシンドロームの診断基準が示された(表、本紙388号既報)。

最後に松澤院長は「ウエスト周囲径は、メタボリックシンドロームの重要なマーカーとなる。セルフコントロールしやすいウエスト周囲径の測定を重視して、生活習慣病の予防につなげてほしい」と述べた。

また、リスク集団の80%が腹部肥満と心血管疾患のリスクの関連について説明されていないと答え、一般集団の大部分は、過剰な脂肪がどこについているかよりも、体重がどのくらいであるかを重視していることなどがわかった。これらの調査結果は、日本ではリスクがあると思われる患者の早期発見や治療が適切に行われていない可能性があること、また患者の健康を守るための教育と行動が必要であることを示唆している。

このようにメタボリックシンドロームという診断基準が確立されたことにより、生活習慣病の治療や保健指導法が根本的に変わった、と松澤院長は強調する。

「従来は、高血圧では血圧を下げる治療、糖尿病には血糖値を下げる治療と、個別に対応してきたが、これからは『上流』にある内臓脂肪の蓄積を減らすことにより、それに基づいて起こる『下流』の疾患を一網打尽に治療することが可能となる。内臓脂肪を減らすには、運動がポイントになる。適切な運動は、内臓脂肪を減らし、

合が行った「国際間における肥満意識調査」の結果について、次のように報告した。「この調査は、世界27カ国の一般市民、心血管疾患のリス

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 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
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案内

- 11月 2日 三輪祐一(東京都予防医学協会総合健診部長)
- 9日 岡 惺治(健康管理コンサルタント)
- 16日 三輪祐一
- 23日 祝日につき休み
- 30日 第204回ヘルスケア研修会につき休み
- 12月 7日 岡 惺治
- 14日 三輪祐一
- 21日 岡 惺治
- 28日 年末年始につき休み

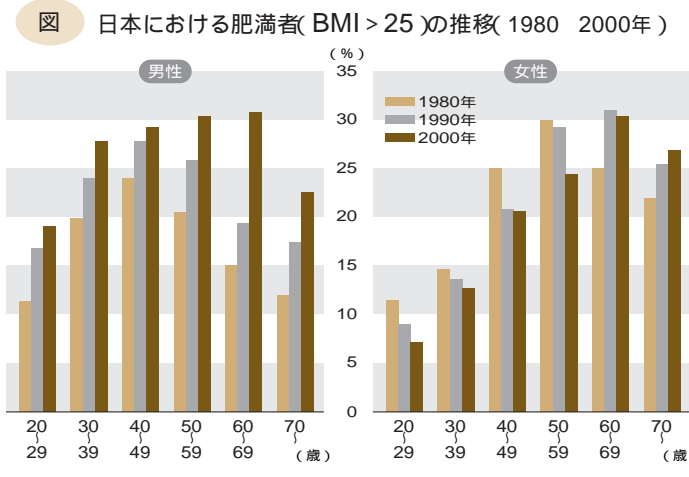


表 メタボリックシンドロームの診断基準

内臓脂肪蓄積	
ウエスト周囲径	男性 85cm 女性 90cm (内臓脂肪面積 男女とも 100cm ² に相当)
上記に加え以下のうち2項目以上	
高トリグリセライド血症 150mg/dl かつ/または 低HDLコレステロール血症 < 40mg/dl	収縮期血圧 130mmHg かつ/または 拡張期血圧 85mmHg
空腹時高血糖 110mg/dl	

*CTスキャンなどで内臓脂肪量測定を行うことが望ましい。
*ウエスト径は立位、軽呼吸時、臍レベルで測定する。脂肪蓄積が著明で臍が下方に偏位している場合は肋骨下縁と前上腸骨棘の中間の高さで測定する。
*メタボリックシンドロームと診断された場合、糖負荷試験が求められるが診断には必須ではない。
*高TG血症、低HDL-C血症、高血圧、糖尿病に対する薬剤治療を受けている場合は、それぞれの項目に含める。

「過重労働者への健康支援」 テーマに第43回健管協

今後の展望や課題、現場の 取り組みをめぐって討議

経済のグローバル化、シブシブと急速な技術革新とそれに伴う産業構造の変革などを背景に、雇用環境は終身雇用から成果主義へと変化してきた。労働現場では業務の質や量が大きく変化し、過重労働やストレス増大による過労死などが社会問題になっている。このため、過重労働やメンタルヘルス対策の推進を目的に労働安全衛生法の改正が準備されつつある。こうしたなか、「過重労働者への健康支援」と題して9月17日、第43回健康管理研究協議会総会が開かれた。特別講演とシンポジウム、総合討議では活発な議論が交わされた(写真)。

特別講演1「最近の労働安全衛生の動向について」では厚生労働省労働基準局の武末文男氏が法改正の概要について次のように解説した。

「今回の法改正では、長時間労働者に対する面接指導制度が創設される運びである。この制度は労働時間に着目した健康確保対策で、目的は過労死・過労自殺などの未然防止とリスクの早期発見、早期治療である。

概要は、月の時間外労働が100時間を超える労働者に対して、産業界による個別の面接指導を義務化するものである。また、月80時間程度の時間外労働がある労働者に対しても、必要な措置をとることを努力義務としている。

面接指導制度を創設するにあたっては、国は、産業界に

対する面接指導の研修の実施や面接指導マニュアルの提供、地域産業保健センターにおける小規模事業所に対する無料の面接指導の実施、などの支援を行うことになっている。この改正法案は衆院議決の特別国会で再提出・成立の見通しで、細部を整備した後、来年4月から施行の予定である。

特別講演2では、「法律家が見た課題」を弁護士山田長伸氏が実際の労災認定判例などをふまえながら、過労死や過労自殺を防ぐための今後の課題として、「まず、健康診断を実施し適切な事後指導を行うことが重要だ。その際、メンタルヘルス対策としての問診の工夫が必要だ。第2には、労働時間管理と長時間労働者に対する面接指導を徹底すること。第3には、労使一体となって継続的・計画的に

取り組みが不可欠で、そのために安全衛生委員会の活用が有効だ。第4には、労働者、管理監督者双方に対する健康教育の重要性である。第5には、産業保健スタッフの活動を充実することだ」と述べた。

続いて行われたシンポジウム「こころの過重労働 職場現場の対応と工夫(司会:堀江正知産業医科大学教授、五十嵐千代富士電機リテイリング・ヘルスケア推進部)では、産業医、看護職、衛生管理者、労働者の立場から、佐藤裕司(富士通あきる野テクノロジーセンター)、増澤清美(NTT東日本東京健康安全管理センター)、前田啓一(ニコン相模原製作所)、中桐孝郎(連合雇用法制対策局)の4氏が、それぞれの現場での取り組みや役割、課題などを発表した。



看護職の増澤氏は、多様な雇用形態を採用している事業所での長時間労働対策の実践を紹介し、そこでの看護職の役割は、社員個人には身近な医療専門職として労働と健康の調和を目的とする保健支援を行い、健康的で生産性の向上につながるような職場環境づくりをめざすことではないかと述べた。

続いて前田氏は、所属企業での過重労働対策を具体的に紹介しながら、それらを実施しているなかで生じてくるさまざまな矛盾や問題を指摘した。そのうえで、衛生管理者としての今後の課題として、過重労働をさせない効果的な施策の必要性や、各職場での健康配慮の定着などが重要だ、と述べた。

最後に中桐氏は、9月から労働政策審議会安全衛生分科会の審議がスタートしたことをつまみ、審議会では国際基準に準拠して労働安全衛生法全般の見直しを検討される予定で、労働者側としてのよう

な内容を盛り込もうとして

施設居住者、障害者の無料健康診断も積極的に実施している。検査センターは豪華に整備され、ふかふかの肘つき椅子、順番を待つ受診者に対する機器による番号表示、卓上空調機、足裏マッサージ器、コピーのフリーサービスなど、受診者に対して行き届いた心配りがなされていた。

今回の研修旅行で見学した各施設の発展は目をみはるものがあり、われわれも、より一層の精度向上と受診者サービスに努力しなければならぬことを痛感した。

鈴木健 本会検査研究センター

お知らせ

第13回産業保健サービスに関する国際学会

12月1日(木)～3日(土)
栃木県総合文化センター

第13回産業保健サービスに関する国際学会が12月1日(木)から3日(土)まで栃木県宇都宮市の栃木県総合文化センターで開かれる。「根拠に基づく産業保健サービス」をテーマに、基調講演、演題発表、展示などが行われる。学会長は武藤孝司獨協医科大学公衆衛生学講座教授、連絡先(学会事務局)は獨協医科大学公衆衛生学講座(02882-872133)。

胃がん検診ガイドライン
公開フォーラム

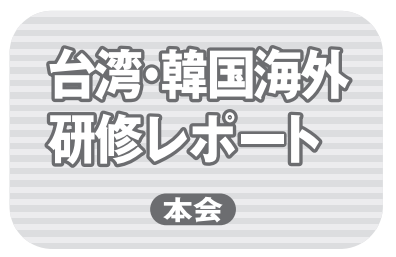
12月1日(木)午後1時～4時
東京・築地 国際交流会館

昨年のが国における業務上疾病の被災者は7609人で、20年前に比べるとその数は半減した。しかしいっぽうで、健康結果に何らかの所見のある労働者の割合は増加を続けている。また、労働時間の長短二極化にともなう、業務によるストレスなどで精神障害を発症するケースも年々増加しており、平成16年度には130件が労災認定された。



全国労働衛生週間 10月1日から10月7日

日から7日に実施された平成17年度全国労働衛生週間で、「働き過ぎではありませんか」をテーマに、労働者の健康の



本会は、勤続20年の職員を対象に永年勤続顕彰の意味も含めて、台湾・韓国海外研修を行っている。

台湾、韓国には、台湾衛生保健基金会、台湾寄生前防協会、韓国健康管理協会などの

予防医学を目的とする団体があり、いずれの団体も本会とは30年以上にわたる友好関係があり、お互いの発展のための情報交換や技術協力を行ってきた。

今回、平成17年度海外研修団として、総勢7名の職員が、8月21日から28日の8日間にわたりこれらの施設を訪問し、台湾、韓国における予防医学活動の状況を見学した。

台湾衛生保健基金会は、日本のシステムを本手に大規模な学校検尿を行っていたが、政策の変更により中止となり、現在は新生児代謝異常症検査を中心に、年間20万件の

新生児検査を行っている。そのなかで、アミノ酸代謝異常症検査は、タンデム質量分析計を用いたバーコードシステムを導入して、結果・報告をオンラインで処理しており、世界でもトップレベルの水準にあった。また、電圧室に設置した自家発電装置による停電対策も確立していた。

韓国健康管理協会は、中央組織のもとに、全国に14の支店があり、われわれも、より一層の精度向上と受診者サービスに努力しなければならぬことを痛感した。

鈴木健 本会検査研究センター

いるのか、過重労働対策やメンタルヘルス対策も含めた対応策を示した。

http://cansreen.ncc.g.jp/ を参照のしよ

学童検診業務の必携システム!

ECP-4641
医療用具承認番号:20800BZZ00230000

医療と健康をつなぐテクノロジー

- 学童省略4誘導、標準12誘導、心音図を自動解析
- 心電・心音図検査を60人以上/時間のスピードで処理
- 不整脈自動延長機能を搭載(学校保健法施行規則に対応)
- 内蔵フロッピー装置、ICカード装置で収録データの再生可能
- 成人病検診にも活用可能

※解析プログラムは学校心臓検診二次検診対象者抽出ガイドラインに対応
※検診業務に対応する専用パネル採用

フクダ電子ホームページ
http://www.fukuda.co.jp

お客様窓口
(03)5802-6600

●医用電子機器の総合メーカー
フクダ電子株式会社
本社 東京都文京区本郷 3-39-4 TEL (03)3815-2121(代) F113-8483