



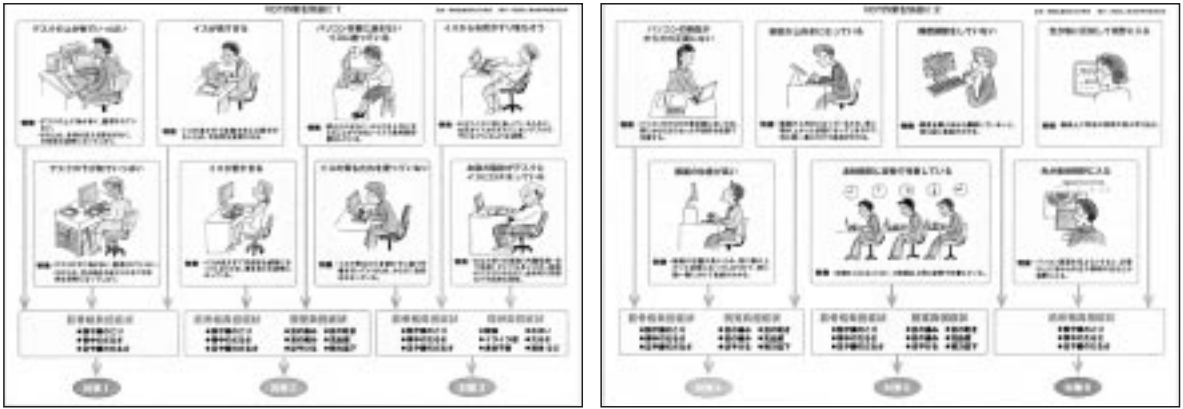
# 「ブレストケア」や「VDT作業対策」を テーマに講演や情報交換

毎年恒例となっている健康づくり懇話会の第13回総会が10月15日、都内のホテルで開かれた。今年の総会では、島田菜穂子東京通信病院放射線科医長(写真右下)が「ブレストケア 乳がん死ゼロを目指して」と題して講演を行ったほか、「VDT作業を快適に」と題して、このほど完成した2枚のパネルと6種類のリーフレットについての紹介を本会健康増進部の森恵美子健康運動指導士が行った。総会には、各事業所や健康保険組合で健康管理や健康づくりを担当している方々と、本会の成人保健事業の担当者ら約100人が参加し、活発な意見交換や交流を行った。

## 健康づくり懇話会総会が開催



冒頭 小池敬夫懇話会会長は、次のように挨拶した。「健康づくり懇話会は、職域の健康管理を担当する方々が急速に進展する労働衛生上の問題や、健康の保持増進のための諸問題に対処し、充実した健康管理や健康づくりを、新幹事の紹介、平



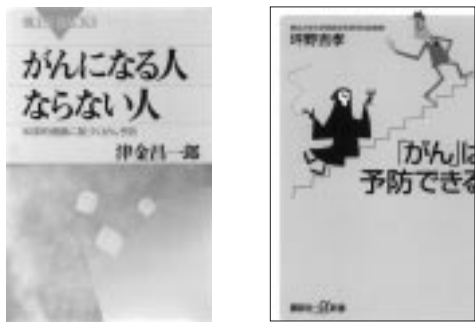
VDT症状対策用のパネル(上)とリーフレット(下)



成15年度の事業報告ならびに平成16年度の事業計画が報告された。「ブレストケア 乳がん死ゼロを目指して」と題して講演を行った島田医長は、乳がんの症状を解説し、「乳がんは乳房にアンテナをはることで、自分で発見できる唯一のがんである」と述べた。また、日本では乳がんの罹患率、死亡率とも急増しているが、「検診による早期発見が救命効果に直結する」として、「早期発見によって治療の選択肢が広がるだけでなく、精神的、肉体的、経済的な効果も得られる」と強調した。

「これらの資料はVDT症状の原因の1つとなる姿勢や環境の問題に着目し、阿部眞雄東海大学教授の指導のもとに本会が製作したものである。2枚のパネルでは、VDT作業時によく見られる姿勢や環境を取り上げ、そこから起こる症状(筋骨格系症状、視覚負担症状、精神負担症状)と、それらの症状に対応した6通りの対策を示している。さらに、このパネルで示された対策に対応した6種類のリーフレットで、それぞれの姿勢や環境から起こる症状の予防や、改善のためのストレッチをわかりやすいイラストで表し、一人一人に適した対処法を紹介している。本会では、これらのパネルやリーフレットを急増しているVDT症状対策用の資料として、今後の健診や保健指導の場で活用していきたいと考えている。

「がん」は予防できる  
坪野吉孝／著  
がんになる人 ならない人  
津金昌一郎／著



がんは「だれでもがかりうる病気」であり、その予防は国民誰もが望みである。二つした時に、日本の代表的疫学研究である坪野吉孝東北大学大学院教授と、津金昌一郎国立がんセンターがん予防・検診研究センター部長による一般向けのがん予防書が出版された。両書に共通するのは、世界各国で行われてきたがんについての調査・研究で明らかにされたことを、さまざまデータを示してわかりやすく解説している点である。そして両書とも、「がんの予防は夢ではなく、日常生活の中で、がん予防に科学的根拠がある」とされたことを実践することだ」と説いている。がん予防の正確な知識と、目からうろたえる情報満載のこの2冊の1読をお薦めする。「がん」は予防できる(講談社+新書 880円+税)「がんにならない人」(講談社ブルーバックス 980円+税)

### お知らせ

第198回ヘルスケア研修会  
今求められる健康教育 4  
従業員のOOLを高めるために  
「コーチング手法を取り入れて」  
11月24日(水)午後2時~4時  
東京・永田町「星陵会館」  
第198回ヘルスケア研修会が11月24日(水)午後2時から4時まで、東京・永田町の「星陵会館」で開催される。今、求められる健康教育

**FUKUDA DENSHI**  
学童検診業務の必携システム！  
ECP-4641  
医療用具承認番号:20800BZ00230000

- 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