

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。

よぼう医学

THE NEWS OF HEALTH SERVICE

2009(平成21)年6月15日 第432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1-2
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) ● これからのたばこ対策
- (2・3面(見開き))
 - 新連載 どう読む? 健康情報 第1回
 - 連載 産業医訪問 第81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 第14回: 医師/保健師/管理栄養士/健康運動指導士のコラム
- (4面) ● 「歴史に学び、未来をひらく小児医療」テーマに 第112回日本小児科学会学術集会
 - 歯の衛生週間 6月4日~10日
 - 新刊紹介/『学校安全と子どもの心の危機管理』
 - 東京思春期保健研究会総会・講演会が開催
 - お知らせ

これからのたばこ対策

世界保健機関が政策勧告 分煙から完全禁煙への転換を

5月31日は、世界保健機関(WHO)が定めた「世界禁煙デー」。世界各国で、たばこの規制に向けた取り組みが行われた。わが国でも厚生労働省が、世界禁煙デーから始まる1週間を「禁煙週間」と定め、記念シンポジウムなど喫煙の危険性および禁煙の重要性を普及啓発する活動を展開した。しかしその一方で、わが国も締約国となっているWHOの「たばこの規制に関する世界保健機関枠組条約」で定められた受動喫煙防止のための法制化は、まだ行われておらず、職場や公衆の集まる場所での禁煙化が徹底されていらないなど、諸外国に比べて、わが国の喫煙対策の遅れが指摘されている。今月は転換期にある喫煙対策の現状に注目する。

たばこは、肺がんをはじめ喉頭がん、食道がん、胃がんなど多くのがんや、虚血性心疾患、脳血管疾患、慢性閉塞性肺疾患など多くの疾病流・早産など妊娠・出産に関連した異常、低出生体重児などの危険因子であり、たばこが原因で死亡する人は年間約20万人を超える。

また、たばこの先から立ちのぼる副流煙には、喫煙者が直接吸い込む主流煙よりも濃度の高い有害物質や発がん物質が含まれており、これらの

煙にさらされること(受動喫煙)で、周囲の人もまた大きな健康被害を受けている。

世界保健機関(WHO)では、こうしたたばこによる健康被害をなくすことを目的として、1988年から毎年5月31日を「世界禁煙デー」と定め、各国の政府・自治体・団体などに適切な喫煙対策を実践するよう呼びかけている。

さらに2005年にはWHOの提唱で、たばこの消費等が健康に及ぼす悪影響から現在および将来の世代を保護することを目的とした「たばこの規制に関する世界保健機関枠組条約」(FCTC)が発効。わが国も同条約に批准し締約国となっている。

FCTCの第8条では受動喫煙の防止がうたわれており、07年の第2回締約国会合では、第8条を履行するための具体的な取り組みを定めた「たばこの煙にさらされることか

ら保護に関するガイドライン」(ガイドライン)が採択されている。

ガイドラインには、受動喫煙防止対策として、100%禁煙以外の措置は不完全であること、すべての屋内の職場や公衆の集まる場所は禁煙とすべきであること、受動喫煙から保護するための立法措置には責任および罰則を盛り込む必要があることなどが明記されている。

しかし、FCTCの締約国として、ガイドラインで定められた受動喫煙を防止する法律の制定には至っておらず、法による罰則規定のないわが国の喫煙対策は諸外国に比べて大幅に遅れているとして、その強化が求められている。

こうした中、神奈川県では本年3月、国に先んじて、「公共的施設における受動喫煙防止条例」を制定。来年度から施行される。同条例では一部に分煙措置を残すものの、公共の場での原則禁煙が実現し、違反

者には過料が科せられる。今後、国や他の自治体への波及効果も大きいとして注目を集めている。

一方、産業保健の分野では96年に、旧労働省より「職場における喫煙対策のためのガイドライン」が示され、職場に喫煙コーナーや喫煙室を設置して空間分煙を図ることが推奨された。

その後、03年に健康増進法等の施行を受けて、受動喫煙を確実に防止する観点から、喫煙コーナーではなく、喫煙室を、また喫煙室には空気清浄装置ではなく排気装置を設置することなどの修正が加えられた。

しかし、厚生労働省の「07年労働者健康状況調査」では、受動喫煙を受けていると答えた労働者は65%と依然として高率で、対策の効果が十分得られていないと言われている。この結果であった。

こうして、わが国では、03年に施行された健康増進法により、施設での分煙化が促進され、近年では、タクシーの禁煙化や自治体による路上喫煙を禁止する条例の制定、JRなど公共交通機関における駅構内の全面禁煙などの取り組みも急速に広がりをみせ、公共の場において受動喫煙にさらされる機会を減らしている。

一方、産業保健の分野では96年に、旧労働省より「職場における喫煙対策のためのガイドライン」が示され、職場に喫煙コーナーや喫煙室を設置して空間分煙を図ることが推奨された。

その後、03年に健康増進法等の施行を受けて、受動喫煙を確実に防止する観点から、喫煙コーナーではなく、喫煙室を、また喫煙室には空気清浄装置ではなく排気装置を設置することなどの修正が加えられた。

しかし、厚生労働省の「07年労働者健康状況調査」では、受動喫煙を受けていると答えた労働者は65%と依然として高率で、対策の効果が十分得られていないと言われている。この結果であった。

わが国の職域や公共施設禁煙化の取り組みをけん引してきた大和造業産業医科大学教授は、先月開催された日本産業衛生学会のシンポジウムで、既に05年に厚生労働省安全衛生部長から「喫煙室の設置が困難な場合や喫煙室があっても十分な対応が困難な場合においては、全面禁煙とすることを勧奨する」との通達が出されていることを紹介した。

さらに大和教授は、たばこ煙中の粉じん濃度やガス状物質等の測定結果から、「排気装置付きの喫煙室を設置しても、屋内では受動喫煙を完全に防ぐことは困難であることが確認された。FCTCのガイドラインにも示されているように建物内を完全禁煙にし、たばこを吸いにくい環境をつくることで禁煙への動機づけを行い、やめたい人に適切な禁煙治療を推進していくことが、今後の喫煙対策の方向性である」と強調した。

わが国の喫煙対策は、喫煙室の設置などによる「分煙対策」から、世界的な流れである「公衆の集まる場所や建物内の完全禁煙」へと大きな転換期を迎えている。



この結果であった。わが国の喫煙対策は、喫煙室の設置などによる「分煙対策」から、世界的な流れである「公衆の集まる場所や建物内の完全禁煙」へと大きな転換期を迎えている。

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、厳重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。

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：江幡良晴 三輪祐一

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
(財)東京都予防医学協会
電話 03-3269-1141

お問い合わせ・ご相談は事務局まで(予約制)

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
thsa-koho@msj.biglobe.ne.jp
FAX 03-3269-7562

お電話(03-3269-1131)でも承っております。

中山健夫
京都大学大学院医学研究科社会健康医学系専攻
健康情報学分野教授

どう読む?
健康情報



あふれる情報の中で暮らす現代人。特に、医療や健康をめぐる情報は、玉石混濁とされる。情報は質を見極め、正しく読み解き、適切に活用するためのコツについて、この分野の第一人者である京都大学大学院の中山健夫教授に連載いただく。

私たちは日々さまざまな「情報」をいろいろな場面で利用して暮らしています。中でも健康医療に関する情報は、もっとも身近で大切なものの一つです。

健康・医療の情報 その活用に向けて



私たちが日々さまざまな「情報」をいろいろな場面で利用して暮らしています。中でも健康医療に関する情報は、もっとも身近で大切なものの一つです。

高い情報とも言えます。個人から社会レベルの意思決定の支援を想定し、具体的健康情報は、医学、公衆衛生学、情報学、行動科学などを基盤としています。中でも人間を対象とした病気の健康関連現象の解明に貢献してきた疫学（Epidemiology）や「根拠に基づく医療（Evidence-based Medicine: EBM）」が、欧米で急速に発展しつつあるヘルスコミュニケーションなど深い関係にあります。



産業医訪問
株式会社リコー人事部
総括産業医
森田哲也氏

1 あなたの産業医歴は?

私は、1984年に産業界に入り、そこに就職しました。その後3カ月間産業界の基礎講座を受講して、その年の7月から九州大学医学部の診療内科に入りました。2年間研修が終わわり、3年目は、トンネル掘りに従事してじん肺になった人が相次いでいる地域があり、その地域の病院で1年間勤務しました。

2 あなたのやりたいこと、今取り組んでいることは?

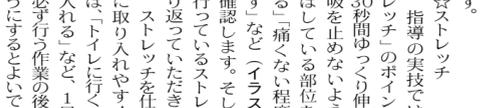
当社で最初に取り組んだのは、保健師や看護士などの産業保健スタッフを確保・活用することでした。人事の担当者には健康管理は薬医だけでなく、大変な仕事でした。また当社では、35歳以上の社員は全員人間ドックを受け



「健康情報」は健康や医療に関する情報の質、利用状況やその理解、行動や健康への影響を研究し、健康・医療に関する問題解決を支援する情報のあり方を追求する新しい学問分野です。情報を作る視点で捉え、より高いレベルの健康やQOLを実現する環境整備をめざして、実践に取り組んでいます。その対象は医師をはじめとする医療者、患者、介護者、支援者などの医療サービスの利用者全般を含み、また



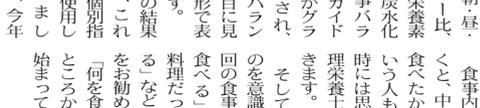
健康運動指導士のコラム
集団指導編
VDT作業を快適に



今月は「VDT (Visual Display Terminal) 作業からくる筋骨格系疲労」について、腰痛対策を目的とした運動指導を紹介いたします。対象はB市職員希望者、定員100人、時間60分、会場大会議室。



「百聞は一見にしかず」編
昨日、何を食べた?



「百聞は一見にしかず」編。朝食を食べてから、昼食を食べてから、夕食を食べてから、何を食べたか、何を食べたか、何を食べたか、何を食べたか。

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 ⑭

アドバイザー
岡 惺 治
(健康管理コンサルタント)

医師のコラム
チームワーク



清水英佑

社会経済生産性本部のアンケート調査によれば、上にはメンタルヘルス対策に力を入れている企業は、2002年の33.3%から08年には63.9%と6年間で2倍となっている。しかも約9割の企業が今後さらに充実させるという。

保健師のコラム
歯周病と生活習慣病



小林那菜

保健相談にきた50歳の男性。歯周病と糖尿病の両方がある。歯周病は、歯の周りの歯肉が腫れ、出血を繰り返している。糖尿病は、血糖値が高く、尿糖が出ている。



栄養士のコラム
「百聞は一見にしかず」編
昨日、何を食べた?

今回は、食事記録の活用方法を紹介します。食事記録は、健康管理の重要なツールです。食事の内容を記録することで、栄養バランスを確認し、健康増進に役立ちます。



前回面談、今回面談



歯の衛生週間 平成21年6月4日～10日

歯の衛生週間

かみしめる 生きる喜び
6月4日～10日

6月4日から10日は「歯の衛生週間」。歯の衛生に関する正しい知識の普及啓発と、歯科疾患の予防に関する適切な習慣の定着を図り、早期発見・早期治療を徹底することによって、歯の寿命を延ばし、健康の保持増進をめざす目的

で行われている。「かみしめる 生きる喜び 歯とともに」を標語に、今年も、講演会や映画会、口腔診査と歯科保健指導、相談などさまざまな普及啓発活動が展開された。今年の重点目標は「住民主体による8020(ハチマルニイマル)運動の新たな展開」。

「8020運動」は、80歳になっても自分の歯を20本以上保とう、という厚生労働省と

日本歯科医師会によるキャンペーンである。この運動のさらなる推進と、地域に根ざし、生涯を通じて歯の健康づくりを効果的に進めるために、住民参加型の運動を展開した。

なお、健康管理コンサルタントセンターと本会が主催する第226回ヘルスケア研修会では、生活習慣改善と定期的歯科検診をテーマにした講演を7月8日に開催する予定である(詳細は、下段「お知らせ」参照)。

「歴史に学び、未来をひらく小児医療」

テーマに第112回 日本小児科学会学術集会

現代社会のニーズに応える 傷害予防など多様なシンポジウムや講演

第112回日本小児科学会学術集会(会頭 吉岡章 奈良県立医科大学学長)が4月17日から19日、奈良市で開催された。学会の110余年の中で、小児医学と医療は長足の進歩をとげ、多くの疾患の診断と治療と予防が可能となり予後とQOLの改善をもたらした。しかし、最近の社会の変化は子どもたちに負担としわ寄せをもたらしており、未来を築く子どもたちのために「先人の知恵と経験を基に、より明るい未来を子どもたちに与えることができるとの思いで本学会を企画し、日本の医療・福祉の発祥の地である奈良市で開催したと、開催にあたり吉岡会頭は力強く述べた。

1960年以降、わが国の1歳から19歳の子どもの死因の第1位は「不慮の事故」であるが、その予防対策は決して十分ではない。こうした状況を踏まえて企画された総合シンポジウム「Injury prevention (傷害予防)への科学的アプローチ」の発生数・重症度を減らすには、5人の専門家が講演を行った。



このうち、子どもの傷害予防工学カウンスシル(IPCC)代表の山中院長は、「真の傷害予防のためには、製品や環境の改善が優先課題となる。そのためにも、わが国でも傷害情報を継続して収集する傷害データベースシステムが不可欠」と強調。その上で「医療機関は傷害の起こった時間・場所に最も近いところにあり、傷害の発生時の情報を収集するのに最も適した場である。小児科医は予防につながる情報を収集する責務がある」と説いた。

また、CIPECデジタルヒューマン研究センターの西田佳史研究チーム長は、「傷害予防への工学的アプローチ」と題する講演を行い、①

- 事故・傷害情報
- の収集
- ② 事故事例の分析・知識化
- ③ 知識を傷害予防策として具現化
- ④ 着

実な対策の実施

⑤ 対策効果の評価」といった安全知識循環ループを一貫できる社会システムの構築が求められると述べ、事故状況や傷害のデータを予防に繋げるための工学的アプローチを紹介した。

学術集会ではこの他、分野別シンポジウム「現代のいじめ問題に小児科医はどのように取り組みべきか」「発達障害のある子どもと家族の支援」「小児科領域における新型インフルエンザへの備え」、国際シンポジウム「虐待医療の進歩と課題」、教育講演「学校におけるアレルギー疾患のガイドライン」「思春期の性問題」などが行われた。

東京思春期保健研究会総会・講演会が開催

去る5月23日、東京思春期保健研究会の平成21年度総会・講演会が東京・赤坂の山王病院「山王ホール」で開催された。

総会では、平成20年度の事業が報告され、平成21年度の事業計画などが審議された。続いて行われた講演会では「今、求められる学校における性感染症予防教育」と題して、研究会の幹事である齋藤益子東邦大学医学部教授が講演を行った。

齋藤教授は、「HIV感染など性感染症が増加し続けていることを認識し、人間教育の一環として性教育を行うていくことが大切」と強調した。

齋藤教授は、まず「今日では生きるための教育、『生と性の教育』が求められている」と述べた。そして、最近の調査結果を示しながら、子どもたちの日常生活の実態、性に対する認識や価値観、保護者の意識、性感染症の最近の動向などを解説した。

その上で、発達段階に応じた性教育の進め方を具体的に示し、各段階での工夫や学校との連携のポイントなどを紹介した。

お知らせ

- 第226回ヘルスケア研修会
- 生活習慣改善と定期的歯科検診
- 7月8日(水)午後2～4時
- 東京・永田町「星陵会館」

学校安全と子どもの心の危機管理

藤森和美 / 編著



事件や事故、犯罪などに子どもたちが巻き込まれるケースが後を絶たない。こうした状況に対応するために、今年度から学校保健安全法が施行された。

本書は、子どもの心のケアの専門家らが、学校現場で緊急事態が起きた際に教師や保護者が何をすべきかをまとめた手引き書である。

「学校安全とは」「死」をどうやって伝えるか、「死の局面に際して」「いじめの危機を痛めていくとき、大人は管理」「不登校」「虐待」「性暴力被害を受けた子どものケア」「性の安全と健康」「非行問題」「いじめ予防のストレス・マネジメント」といったテーマに沿って、それらにどう対処するか、図表を盛り込んだ副題に「教師・保護者」「スクールカウンセラー・養護教諭」指導主事のために」とあるように、子どもに関わるすべての人に一読をお薦めしたい。

(誠信書房、B5判、2415円)

みわかりやすい解説がなされている。

「子どもの安全が脅かされる。大人が怯えて固くなる。大人が不安を募らせ慌てふためく。子どもが心と身体を痛めていくとき、大人はなにをすべきか? 大事なことは、大人が子どもに向き合う本気の勇気を持つことなのである」と藤森和美氏は語る。

副題に「教師・保護者」「スクールカウンセラー・養護教諭」指導主事のために」とあるように、子どもに関わるすべての人に一読をお薦めしたい。

(誠信書房、B5判、2415円)

Cardio Ankle Vascular Index

キャビイ CAVI

検査が機能アップして使いやすくなりました

さらに心電パッケージを追加することで、心電図検査も可能になります。

血圧脈波検査装置

VaSera™ VS-1500N

医療機器承認番号：21800BZX10162000

コンパクト
カラー液晶

院内
システム
対応

R-R検査

心電
パッケージ
追加可能
(オプション)

〒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**