

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

2006(平成18)年6月15日 第399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)



## 「地方の時代の産業保健」をテーマに

この4月より改正労働安全衛生法が施行され、過重労働やメンタルヘルス対策として医師による面接指導制度が導入された。また、2008年度施行をめざして、40歳以上の被保険者、被扶養者に健康診断と保健指導の実施を義務付ける内容の法案が検討されるなど、産業保健を取り巻く状況は大きな変化を見せている。こうしたなか、5月9日から12日までの4日間にわたって、宮城県仙台国際センターで、第79回日本産業衛生学会(会長 佐藤洋東北大学大学院教授)が開催され、「地方の時代の産業保健」をメインテーマに、多数の講演やシンポジウム、フォーラムなどが行われた。

### 第79回 日本産業衛生学会

## 地方の現状や今後の課題などを鼎談

学会のメインテーマを受け、行われた鼎談(座長 佐藤教授、広瀬俊雄仙台錦町診療所・産業医学センター所長)では、都市部に比べて第1次産業の比率が高く、支店や営業所など分散事業所が多い、地方における産業保健活動の現状と課題について、講演と討論が行われた(写真)。

まず塩飽邦憲島根大学教授が「地域共同産業保健活動の成果と課題」と題して、島根県佐田町の商工会を中心とした共同健診を紹介した。

塩飽教授は、この取り組みにより、零細企業の共同による自立的な産業保健組織が確



立されたことを成果とする。つばつ、農村地域での自動車の普及や建設業での機械化による肥満関連疾患の増加という課題もあるとして、「1998年頃から労働者の作業関連疾患としてのメタボリックシンドローム対策に取り組んでいる」と述べた。

続いて、竹下達也和歌山県立医科大学教授が「観光資源を活用した産業保健の可能性」と題して、職域における高ストレス群を対象とした熊野古道ツアーの健康影響とくにストレス抑制効果の評価について報告した。

竹下教授は、「熊野古道ツアーにより、精神的健康度の向上および収縮期血圧の低下が観察されたことは、豊かな

自然に触れたことや、ウォーキングなどの複合効果と考えられる」と述べ、古道ツアーには、人間性、とくに自然との親和性の回復や地域社会活性化、ストレスの緩和、生活習慣病予防などの効用が考え

また、特別講演では、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が、「科学的根拠に基づく日本人のがん予防 現状と将来」をテーマに講演し、日本人を対象とした疫学研究の必要性を強調した。

このほか、現在の産業保健の重要なテーマであるアスベスト問題、個人情報保護法、メンタルヘルスマタボリックシンドロームなどに関する話題が、シンポジウムやフォーラムとして、また一般演題でも多数取り上げられ、活発な討議が交わされた。

## 東京都医師会の新役員決まる 新会長に鈴木聰男氏

東京都医師会の新しい役員が、5月18日に開かれた第255回(臨時)代議員会で選出された。これは、さる4月1日、日本医師会会長に選ばれた唐澤祥人前会長の辞任に伴うもので、役員任期は平成19年3月31日まで、日医代議員、日医予備代議員の任期は20年3月31日まで。

新たに選出された役員は次の各氏である(敬称略)。

会長 鈴木聰男、副会長 内藤裕郎、理事 江本秀斗、司倉 整、日医代議員 小松英昭、山本光興、日医予備代議員 江本秀斗

## 「東京から肺がんをなくす会」の指導医 成毛韶夫 元国立がんセンター 中央病院副院長 が逝去

成毛韶夫元国立がんセンター中央病院副院長が5月20日、心筋梗塞のため逝去された。72歳。

また、本会が国立がんセンター胸部グループなどと協力して運営している「東京から肺がんをなくす会」の創設者の一人として、会の検診を指導し、発見患者の治療にも携わってきた。



成毛元副院長は、肺がんのリンパ節転移部位を分類する「成毛マップ」の作成や胸腔鏡手術の第一人者として、肺がん治療の分野で世界的に大きな業績を残した。

「挑戦なくして道は開けない」を信条として、困難と思われる手術も数多く担当し、成功させてきた。

その高い技量と気さくであたたかい人柄は、組織の枠を越えて多くの人々に尊敬され、慕われた。ご冥福をお祈りする。

### —— 今月の主な紙面 ——

- 1面 「地方の時代の産業保健」をテーマに第79回日本産業衛生学会 成毛韶夫元国立がんセンター中央病院副院長が逝去 東京都医師会の新役員決まる
- 2~3面(見開き) 連載 産業医訪問 第66回 新刊紹介/『乳がん検診』がよくわかる本 連載 たばこ問題とその規制対策 第3回 連載 健康づくり・健康増進を支援するページ 実践編 第3回
- 4面 2006年世界禁煙デー記念シンポジウムが開催 本会のがん検診精度管理中央委員会が発足 川崎病発見の川崎富作博士に第1回日本小児科学会賞 新連載 保健会館クリニックの顔 お知らせ

中路教授は、青森県の平均寿命が都道府県ランキング最下位で、自殺死亡率も高いことに触れ、「その原因としては、高喫煙率、肥満(高力ロリー摂取、運動不足)、アルコール多飲などが指摘されているが、産業保健の不備も無視できない要因である」として、事業所の担当者、産業医、精神科医の連携によるメンタルヘルス対策の取り組みを開始している」と述べた。

この後の討論では、過疎化と就業人口の高齢化、インフラストラクチャーの不足、経営者の意識の問題など、地方が抱える産業保健活動の問題点と今後のあり方について意見が交わされた。

### 個人情報取扱について

日ごろより、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。そのうえ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。

### コンサルテーションのご案内

- |                           |                        |
|---------------------------|------------------------|
| 7月 5日 岡 惺治(健康管理コンサルタント)   | 9月 6日 岡 惺治             |
| 12日 第208回ヘルスケア研修会につき休み    | 13日 三輪祐一               |
| 19日 岡 惺治                  | 20日 岡 惺治               |
| 26日 三輪祐一(東京都予防医学協会総合健診部長) | 27日 第209回ヘルスケア研修会につき休み |
- 以後8月は夏休み

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





ユニカミノルタ ビジネス エキスパート株式会社 産業医 梶原隆芳氏

1 あなたの産業医歴は?

私は1998年に産業医科... 卒業後は産業医としての体系的な修習を目的として産業保健修習1年間の産業医修習を受けました。

2 あなたのやりたいこと、今取り組んでいることは?

当社には全国に7ほどの事業所がありますが、今のところ常勤産業医は私一人です。現在は2003年の本社が、経営統合化により新しい現場を回る機会が多いです。

新刊紹介

「乳がん検診」がよくわかる本

坂佳奈子/著



乳がんの早期発見に貢献したいという願いが伝わります

聖路加国際病院放射線科医長 角田博子

乳がんが日本女性のがんのなかで第1位罹患率を上げてきたり一般の女性にもよやく乳がんに対する関心が広がってきています。

しかも、内容をよく読んでみると、検診の内容や画像診断のやり方など、よくわかる本が、手に入るまでです。

安を感じたらどうしたらいいのかわからない医学用語も、ひとひらと書かずにわかるように解説してあるのは感銘を受けました。

この本はそんな疑問から女性たちを解放してくれそうです。毎日実際に乳房不安を抱えてクリニックを訪れる女性たちの診療に携わってある体験から、引き出された内容が、また、乳がん検診を受ける医療機関の紹介が行われているのも心強い限りです。

よくやく乳がんに対する正しい知識が広まりつつあるなかで、それでも日本の乳がん検診の受診率はまだまだ極めて低いのが現実です。

この本が、多くの女性にあってほしいのが、検診を受けるきっかけになることを願ってやみません。(小学館・1470円)

健康づくり・健康増進を支援するページ 実践編

監修: 岡 惺治 (健康管理コンサルタント)

起床時には朝日を浴びましょう。私たちがただには、睡眠や体温のリズムを調節している体内時計(サーカディアンリズム)があります。



志水さおり 本会健康増進部 健康増進士

体内時計は約25時間周期のリズムを刻んでいます。朝、太陽の光が目に入ることで24時間周期のリズムに入ります。

仕事のスケジュール変更は避けられません。朝食は起床後、体内時計のリズムは夜遅くまで進みます。

朝食は体内時計調節のために、最も重要な役割を果たしています。1つ目の役割は、睡眠中に低下した体温を回復し、身体活動を再開することです。

朝食は体内時計調節のために、最も重要な役割を果たしています。1つ目の役割は、睡眠中に低下した体温を回復し、身体活動を再開することです。

朝食は体内時計調節のために、最も重要な役割を果たしています。1つ目の役割は、睡眠中に低下した体温を回復し、身体活動を再開することです。

朝食は体内時計調節のために、最も重要な役割を果たしています。1つ目の役割は、睡眠中に低下した体温を回復し、身体活動を再開することです。

不規則生活

不規則な生活が続くと、からだのリズムが乱れて自律神経のバランスが崩れやすくなります。



不規則な生活は、健康づくりに重要な睡眠や食事といったリズムを乱してしまいます。ウエブデザイナーという仕事は、パソコンに向かっている時間が多いため、不規則な生活になりがちです。

不規則な生活は、健康づくりに重要な睡眠や食事といったリズムを乱してしまいます。ウエブデザイナーという仕事は、パソコンに向かっている時間が多いため、不規則な生活になりがちです。

不規則な生活は、健康づくりに重要な睡眠や食事といったリズムを乱してしまいます。ウエブデザイナーという仕事は、パソコンに向かっている時間が多いため、不規則な生活になりがちです。

「アプローチ」

不規則な生活は、健康づくりに重要な睡眠や食事といったリズムを乱してしまいます。ウエブデザイナーという仕事は、パソコンに向かっている時間が多いため、不規則な生活になりがちです。

不規則な生活は、健康づくりに重要な睡眠や食事といったリズムを乱してしまいます。ウエブデザイナーという仕事は、パソコンに向かっている時間が多いため、不規則な生活になりがちです。

不規則な生活は、健康づくりに重要な睡眠や食事といったリズムを乱してしまいます。ウエブデザイナーという仕事は、パソコンに向かっている時間が多いため、不規則な生活になりがちです。

不規則な生活は、健康づくりに重要な睡眠や食事といったリズムを乱してしまいます。ウエブデザイナーという仕事は、パソコンに向かっている時間が多いため、不規則な生活になりがちです。



松村えり子 本会健康増進部 健康増進士

朝食は体内時計調節のために、最も重要な役割を果たしています。1つ目の役割は、睡眠中に低下した体温を回復し、身体活動を再開することです。

朝食は体内時計調節のために、最も重要な役割を果たしています。1つ目の役割は、睡眠中に低下した体温を回復し、身体活動を再開することです。

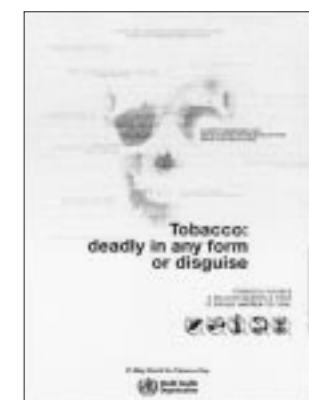
朝食は体内時計調節のために、最も重要な役割を果たしています。1つ目の役割は、睡眠中に低下した体温を回復し、身体活動を再開することです。

朝食は体内時計調節のために、最も重要な役割を果たしています。1つ目の役割は、睡眠中に低下した体温を回復し、身体活動を再開することです。

朝食は体内時計調節のために、最も重要な役割を果たしています。1つ目の役割は、睡眠中に低下した体温を回復し、身体活動を再開することです。

たばこ その問題と 規制対策

大島 明 大阪府立成人病センター 調査部部長



2006年世界禁煙デーのポスター「たばこ:どんな形や装いで命取り」

受動喫煙による健康障害のエビデンス

本においては、健康増進法の第25条に受動喫煙防止が盛り込まれ、2003年3月1日から施行されている。2005年12月27日に発効した「たばこの規制に関する法律」(健康増進法改正)により、受動喫煙防止の場所以外の喫煙禁止が定められた。

1998年、平山博士が26万人の計画調査で、喫煙者の支持する非喫煙者の女性の肺がんリスクが、非喫煙者の支持する喫煙者の女性に比べて約1.5倍高まるというデータをまとめた。その後、受動喫煙による健康障害に関する多くの症例対照研究やコホート研究が行われ、1993年には米国環境保健庁(EPA)の報告書が、そして2004年には国際がん研究所(IARC)のモナコ報告が、受動喫煙による肺がんリスクを明らかにした。



山村昌代 本会健康増進部 健康増進士

呼吸法のポイント 息をゆっくり長く吐き出しながら上体を前に倒す(腕の力は抜いたままにする)。



息を吸いながら上体を起こす。



# 2006年世界禁煙デー 記念シンポジウムが開催

## 「やめたい人を手助けする 禁煙支援」で講演やパネル

世界保健機関が定める世界禁煙デーに合わせて5月31日、「世界禁煙デー記念シンポジウム」が、千代田区のサイエンスホールで開催された。わが国は「たばこの規制に関する世界保健機関枠組条約」に批准しており、厚生労働省では世界禁煙デーからの1週間を禁煙週間と定め、喫煙の危険性および禁煙の重要性についての普及啓発活動を推し進めている。本シンポジウムでは「やめたい人を手助けする禁煙支援」をテーマとし、行政、医師、禁煙力カウンセラーなどの立場から、禁煙の重要性と禁煙支援の意義について講演が行われた。またパネル討論では、たばこ健康問題NGO協議会の島尾忠男会長を座長に、会場も交えた活発な討論が行われた(写真)。



記念シンポジウムでは、開会挨拶として、2006年世界禁煙デーにあたっての厚生労働大臣メッセージが発表された。続いて厚生労働省健康局の村重直子たばこ対策専門官が「たばこ規制枠組条約と今後のたばこ対策」と題して、わが国が行っているたばこに関する情報提供、未成年者の喫煙防止対策などの取り組みを紹介した。また、今年2月に締結国11国が参加した「たばこの規制に関する世界保健機関枠組条約第1回締約国会議」の概要を報告した。講演では、まず一ノ瀬正和(大阪山立医科大学教授)が「高齢者にしよるたばこ病COPD」と題して、COPD(慢性閉塞性肺疾患)の疾患概念、診断、治療効果について解説した。次に大阪府立健康科学センターの増尾志津子禁煙力カウンセラーが、「禁煙支援の輪を広げよう」と題して、喫煙者のたばこ依存レベルに応じた禁煙支援の方法について紹介した。最後に行われた日本大学の

高橋敦彦総合健診センター医師による講演「禁煙治療の現場から」では、たばこはニコチン依存症という病気であることがあらためて確認され、また禁煙外来の治療の流れ、禁煙を継続するコツなどが解説された。その後のパネル討論では、受動喫煙の危険性や喫煙者心理に配慮した禁煙指導のポイント、職場での禁煙活動を効果的に行う方法などについて多岐にわたって討論された。

### 保健会館 クリニックの 顔



甲状腺専門外来  
ももたになほこ  
百 尚子 医師

本会の保健会館クリニックでは、一般外来のほか、専門外来や地域住民の健診・検診などを実施している。このうち専門外来では、13科の外来と小児相談室を設け、それぞれの専門医が診療にあたり、本シリーズでは専門外来を担当する医師の横顔を紹介する。

わら、本会の妊婦甲状腺機能検査の指導にも力を注いでこられた。

クリニックで甲状腺の専門外来を担当する百尚子医師は次のように語る。

「甲状腺疾患は同じ疾患でも個人差が大きく、とくにバセドウ病には、きめ細かな医療が必要で、しかも、きちんとした情報がないためか、無用な心配や誤解をしておられる患者さん、少なくありません。そのた

め外来では、資料を活用して十分説明し、たうえ、その方にあった治療や指導を行っています。さらにバセドウ病教室なども開催するようにしています。

また2004年からは、小児科専門医とともに、甲状腺疾患をもつ母親とその子どもを診療する家族外来が始まりました。出生前から成人まで総合的に診ていける体制となりました。

診療や研究、専門医への指導などに飛び回っておられる百尚子医師、「動植物のお世話で心をリセットしています」とのこと。

百尚子医師は、甲状腺疾患の診断や治療、研究の分野で世界的にも著名な方である。長年専門病院や大学病院で診療にあたるかた

## 川崎病発見の川崎富作博士に 第1回日本小児科学会賞

日本小児科学会では、今春川崎病の発見者であり、その治療と研究の第一人者である川崎富作博士に、第1回日本小児科学会賞を授与した。

先ごろ開催された第109回日本小児科学会学術集会(会頭 小泉晶一 金沢大学大学院教授)では、川崎博士による学会賞受賞記念講演「川崎病初期認識の日本の相異論」が行われた。

川崎病は、1967年に川崎博士がこの病気を最初に報告したことから、国際的にも Kawasaki Disease として広く知られる病気である。

1970年には厚生省(現

厚労省)に川崎病研究班が発足し、以後2年ごとに全国調査が実施されるなど、国内外でさまざまな研究や調査が行われてきたが、いまだにその原因は不明である。また、近年、川崎病の患者数は確実に増加し、わが国では既往児の割合が小児の200人に1人に達する。

川崎病は主として4歳以下の乳幼児に起こる急性熱性発疹性疾患である。高熱が続き、目の結膜の充血、いちご状の舌、全身の発疹などの特徴的な症状が現れるほか、冠動脈瘤など心臓に障害を起こすことがある。

解決されていない。受賞記念講演では、日赤中央病院 現日赤医療センター)の小児科医であった川崎博士が川崎病を発見し、報告するまでの取り組みや、国内外での「新しい疾患」として認知されるまでの経緯、その後の研究や調査の歩みなどが、当時のエピソードを交えて紹介された。

川崎博士は、今なお日本川崎病研究センターの理事長として、川崎病の原因究明と予防法の確立に向けた取り組み、罹患児とその家族への支援、後進の育成など活発な活動を展開している。

### お知らせ

第208回ヘルスケア研修会  
泌尿器疾患と健康管理  
尿管血反応とPSAの問題  
7月12日(水)午後2時~4時  
東京・永田町、星陵会館  
第208回ヘルスケア研修会が7月12日(水)午後2時から4時まで、東京・永田町の「星陵会館」で開かれる。「泌尿器疾患と健康管理」尿管血反応とPSAの問題」をテーマに、長尾慶治順天堂大学付属順天堂医院泌尿器科医局長が講演する。司会は江崎長晴松翁会診療所所長。会場の「星陵会館」は、地下鉄各線「永田町」国会議事堂前、「溜池山王」赤坂見附 駅下車、徒歩10分以内のところ。参加費2000円。定員先着400名。

## 本会の がん検診精度管理 中央委員会が発足

わが国における死因のトップであるがんの死亡率減少をめざして、がん検診の見直しが進んでいる。老人保健事業として市町村が行っているがん検診のうち、子宮がん、乳がん、大腸がんについては、すでに検診の新指針が示され、検診の質に関する事業評価も始まっている。

こうしたなか本会では、がん検診の環境整備を行うとともに、2004年9月には乳がん検診精度管理委員会を立ち上げ、精検結果の把握や読影医に対するフィードバックを徹底するなど、がん検診の

質の向上をめざした取り組みを行ってきた。

その一環としてこのほど、本会のがん検診事業の精度管理の考察とがん検診システムを専門とする常勤医師と関連部署のスタッフからなり、がん検診の精度管理について実質的な討議を行う。

中央委員会の発足にあたって小野委員長は、「より効率的に精検結果を把握する方法の検討や、追跡調査の徹底、精検施設との連携の強化などを進め、さらに質の高いがん検診の実施をめざしたい」としている。

また、「この中央委員会のもとには、子宮がん、乳がん

## 血圧に依存しない動脈硬化指標

$$PWV = (\text{動脈の硬さ}) + (\text{測定時血圧})$$

測定時の血圧が高くてもPWV(脈波伝播速度)は上昇します。CAVIは「スティフネスパラメータβ」を用いた、測定時の血圧に依存されない「血管固有の硬さ」を評価する指標です。

### 血圧脈波検査装置

# VaSera™ VS-1000

CAVI ABI BPB

3つの指標で動脈硬化の診断をサポート。

医療機器承認番号：21400BZZ00132000



## CAVI Cardio Ankle Vascular Index

ASO患者(左足狭窄例)

四肢の血圧バランスから虚血部位が一目でわかる  
**BPBalance**  
を搭載!

●四肢の血圧の状態を図で示すことにより、虚血部位が視覚的にわかります。

