

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

(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) ● 「標準的な健診・保健指導プログラム」が確定

(2～3面(見開き))

- 連載 産業医訪問 第70回
- 話題 子ども、女性、メタボ克服など9分野で予防重視の「新健康フロンティア戦略」
- 連載 子宮がん検診をめぐる 第2回
- 連載 健康づくり・健康増進を支援するページ続・実践編 第2回

(4面) ● 「健康管理のトラブル」テーマに第212回ヘルスケア研修会

- 「タンデムマスによるスクリーニングの新しい対象疾患の治療指針」示される
- 連載 保健会館クリニックの顔 第8回
- お知らせ

# 「標準的な健診・保健指導プログラム」が確定

「標準的な健診・保健指導プログラム(確定版)」(プログラム)では健診項目について、「糖尿病等の生活習慣病」とりわけ内臓脂肪症候群(メタボリックシンドローム)の該当者・予備群を減少させるため、保健指導を必要とする者の確に抽出するための健診項目とする」として、「健診対象者の全員が受ける基本的な健診」と「医師が必要と判断した場合に選択的に受ける詳細な健診」とに分けて定めている(表1)。

このうち、尿検査については、尿糖と尿蛋白検査が一時は、必須項目から選択項目に落ちたが、関連学会などからの要望を受けて再度検討され、必須項目に加わった。いっぽう、血清クレアチニン検査は、必ずしも必要ではないとして削除された。

また血糖検査については、「確実に空腹時に採血できない」、「糖尿病の疑いがある者の正確に把握できない」などの指摘があり、より精度が高い検査としてヘモグロビンA1c検査が推奨されたが、検査料が高価であるため、両者のうちいずれかを実施することとされた。

尿酸検査については、「尿値に異常を争うことも危惧される」という理由で、健診のアウトソーシングについては、「精度管理が適切に行われないなど、健診の質が考慮されない価格競争となる」という理由で、尿酸検査は実施しないこととされた。

また、内臓脂肪の蓄積により心疾患等のリスク要因(高血圧、高血糖、脂質異常等)が増え、リスク要因が増加するほど心疾患等が発症しやすくなる。このため保健指導対象者の選定は、内臓脂肪蓄積の程度とリスク要因の数に着目することが重要になる」として、具体的な選定・階層化の方法が示された(表2)。

プログラムでは階層化について、「健診結果及び質問項目により、対象者を生活習慣病のリスク要因の数に応じて階層化し、リスク要因が少ない者に対しては、生活習慣の改善に関する動機づけを行い、リスク要因が多い者に対しては、医師、保健師、管理栄養士が積極的に介入し、確実に行動変容を促すことをめざす。さらに、現在リスクが

## 健診項目・保健指導対象者の選定方法などを具体的に示す

糖尿病や脳卒中、心筋梗塞など生活習慣病の予防と、国民医療費の伸びを抑制するため、2008年度から、国保や健保などすべての医療保険者に対して、40歳から74歳の加入者を対象にした「特定健診・特定保健指導」の実施が義務づけられる。厚生労働省では「標準的な健診・保健指導の在り方に関する検討会」(座長 久道茂宮城島病院事業管理者)で、具体的な実施方法について検討を重ねてきたが、このほど主要な見直しの議論が一通り終わり、その結果が「標準的な健診・保健指導プログラム(確定版)」としてまとめられた。今回は、検討会での論点を中心にその内容を紹介する。

め、質の低下に繋がることのないよう委託先における健診の質を確保することが不可欠である」として委託基準を定めるなど、健診が適切に実施される事業者を選定する必要性を強調している。

特定保健指導については、

表2 特定保健指導対象者の選定と階層化の方法

ステップ1	
腹囲とBMIで内臓脂肪蓄積のリスクを判定する。	
・腹囲 男性 $\geq 85$ cm、女性 $\geq 90$ cm $\rightarrow$ (1)	
・腹囲 男性 $< 85$ cm、女性 $< 90$ cmかつBMI $\geq 25$ $\rightarrow$ (2)	
* (1)、(2)以外の者への対応については、留意事項が設けられている。	
ステップ2	
検査結果、質問票より追加リスクをカウントする。	
①～③は内臓脂肪症候群(メタボリックシンドローム)の判定項目、④はその他の関連リスクとし、④喫煙歴については①から③のリスクが1つ以上の場合のみカウントする。	
①血糖*	a 空腹時血糖 100mg/dl以上 又は b HbA1cの場合 5.2%以上 又は c 薬剤治療を受けている場合(質問票より)
②脂質	a 中性脂肪 150mg/dl以上 又は b HDLコレステロール 40mg/dl未満 又は c 薬剤治療を受けている場合(質問票より)
③血圧	a 収縮期 130mmHg以上 又は b 拡張期 85mmHg以上 又は c 薬剤治療を受けている場合(質問票より)
④質問票	喫煙歴あり
*空腹時血糖とHbA1cの両方を測定している場合には、メタボリックシンドロームの診断基準として用いられている空腹時血糖を使用する。	
ステップ3	
ステップ1、2から保健指導レベルをグループ分け	
(1)の場合	
①～④のリスクのうち追加リスクが 2以上の対象者は 積極的支援レベル	
1の対象者は 動機づけ支援レベル	
0の対象者は 情報提供レベル とする。	
(2)の場合	
①～④のリスクのうち追加リスクが 3以上の対象者は 積極的支援レベル	
1又は2の対象者は 動機づけ支援レベル	
0の対象者は 情報提供レベル とする。	

表1 特定健診の項目

診察	質問(問診)		計測	
	身長	<input type="checkbox"/>		体重
脂質	肥満度・標準体重	<input type="checkbox"/>	腹囲	<input type="checkbox"/>
	理学的所見(身体診察)	<input type="checkbox"/>	中性脂肪	<input type="checkbox"/>
	血圧	<input type="checkbox"/>	HDL-コレステロール	<input type="checkbox"/>
肝機能	LDL-コレステロール	<input type="checkbox"/>	AST(GOT)	<input type="checkbox"/>
	ALT(GPT)	<input type="checkbox"/>	$\gamma$ -GT( $\gamma$ -GTP)	<input type="checkbox"/>
	$\gamma$ -GT( $\gamma$ -GTP)	<input type="checkbox"/>	空腹時血糖	<input checked="" type="checkbox"/>
代謝系	尿糖	半定量 <input type="checkbox"/>	ヘモグロビンA1c	<input checked="" type="checkbox"/>
	ヘマトクリット値	<input type="checkbox"/>	ヘマトクリット値	<input type="checkbox"/>
血液一般	赤血球数	<input type="checkbox"/>	血液一般	<input type="checkbox"/>
	尿蛋白	半定量 <input type="checkbox"/>	尿蛋白	<input type="checkbox"/>
心機能	12誘導心電図	<input type="checkbox"/>	心機能	<input type="checkbox"/>
眼底検査	眼底検査	<input type="checkbox"/>	眼底検査	<input type="checkbox"/>

必須項目  
 医師の判断に基づき選択的に実施する項目  
 いずれかの項目の実施でも可

保健指導の実施者については、「医師、保健師、管理栄養士であること。ただし、高齢者医療確保法施行後5年間に限り、一定の研修を修了していることが望ましい」とされ、具体的な研修プログラムについては今後示される予定だ。

健診項目や保健指導対象者の選定方法についても、「有効性、必要性について今後も検証を行い、実施して得られた知見に基づき、必要に応じて定期的に見直す必要がある」としている。

いっぽう、事業主の責任で行われる職場の健康診断とのすり合わせも並行して進められている。「労働安全衛生法における定期健康診断等に関する検討会」(座長 和田攻 東京大学名誉教授)では、雇入時健診及び定期健康診断で、腹囲の測定を追加することや血清コレステロール検査に代えて、LDLコレステロール検査を定めることなどが既に合意されている。

## 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あんない ◆◆

- 6月6日 岡 惺治(健康管理コンサルタント)
- 13日 三輪祐一(東京都予防医学協会総合健診部長)
- 20日 岡 惺治
- 27日 三輪祐一



産業医訪問

管工業健康保険組合 高山重光氏

1 あなたの産業医歴は？

私は1977年に東京医科大学と向き合える仕事をした... 産業界は健康増進を支援するべき...

2 あなたのやりたいこと、今、取り組んでいることは？

禁煙指導に関する情報は、禁煙指導士としての活動... 健康増進を支援するべき...



従来は我慢く寄せられ、健康や不安対策... 禁煙指導士としての活動...

子宮がん検診をめぐって 2 長谷川 壽彦

子宮がん検診の歴史 その2

専門医(細胞診指導医)の存在... 昭和57(1982)年老人保健法が成立し、国庫補助を伴う健康事業として...

子ども、女性、メタボ克服など9分野で「予防重視の『新健康フロンティア戦略』」

政府の「新健康フロンティア戦略」... 20歳から29歳でBMI18.5以下の女性が21.4%と達している...

筋力低下の治療の推進を図る... 20歳から29歳でBMI18.5以下の女性が21.4%と達している...

表 子宮がん検診の歴史

5 国庫補助の一般財源化... 平成9(1997)年に、老人保健法に...

監修：岡 惺治 (健康管理コンサルタント)

健康づくり・健康増進を支援するページ 続・実践編②

なぜかこの時期は眠くて眠くて... 日照時間延長、気温上昇、この季節は、からだのリズムも変わり、睡眠時間が減ります...



平松 裕子 健康増進部 保健師

満足な睡眠を得るには、1日の食事も大切なカギをにぎっています... 朝、眠気を覚ますために、あつあつだけ、毎起きるまで格闘してしま...

忙しい時期だからと、体調は万全にしておきたい... でも寝つきに苦労する人が多い... 睡眠不足の原因は、胃にやさしいメニューがおすす...

Jさんのプロフィール... 新規事業や後輩への指導を任せられるようになり、多忙な毎日が続いている34歳の男性...



吉田 重美 健康運動指導士

15~20分 飯後の目を設ける... 忙しい時に、そんな時間はないと思われがちですが、15分程度なら、移動の電車でも取れるのでは...

●目覚めのストレッチ (各ストレッチ15秒程度) ●布団の上で行う深部体温を上げるストレッチ (各ストレッチ15秒程度)

ぐっすり眠りたい! 34歳男性Jさん

Jさんのプロフィール

●目覚めのストレッチ

●布団の上で行う深部体温を上げるストレッチ

健康づくり・健康増進を支援するページ 続・実践編②... 睡眠不足の原因は、胃にやさしいメニューがおすす...

朝におすすめの果物... りんご、バナナ、グレープフルーツ... 朝、胃が消化活動をするため、よく消化し...

朝におすすめの果物

寝る前はこんなものを... 寝る2〜3時間前までに食事を済ませることが理想ですが、仕事で忙しいと遅くなることも多い...

15~20分 飯後の目を設ける... 忙しい時に、そんな時間はないと思われがちですが、15分程度なら、移動の電車でも取れるのでは...

●目覚めのストレッチ

# 「健康管理のトラブル」

## テーマに、第212回ヘルスケア研修会

### 安全配慮義務、過労死、過労自殺 などについて判例を中心に講演

近年、産業構造の変化や働き方の多様化などを背景に、過重労働による健康障害が増加し、労働災害による死亡者のうち約1割を脳・心疾患による過労死が占めるまでになっている。また、働き盛り世代の自殺者の急増も、大きな社会問題となっている。こうした中、さる3月28日、健康管理コンサルタントセンターと本会が主催する第212回ヘルスケア研修会が開催され、加藤労働衛生コンサルタント事務所所長の加藤雅治氏が「健康管理のトラブル―判例から学ぶ」と題して講演を行った。研修会には、産業界で健康管理に関わる関係者約120人が参加した(写真)。



加藤所長はまず、「安全配慮義務」について説明した上で、判例を示しながら「過重労働と脳心臓疾患(過労死)」「過重労働とメンタルヘルス(過労自殺)」「個人情報保護法と健康情報」といった問題を取り上げた。このうち労災民事訴訟の争点となることの多い使用者の安全配慮義務について、加藤所長は次のように解説した。「従来、安全配慮義務の考え方は有機溶剤特定化学物質粉塵などの『形のある有害物質』に対するものであった。しかし、2000年大手広告代理店の新入社員が過重労働によってうつ病になり自殺した事案に対して、最高裁が『使用者は業務の遂行に伴う疲労や心理的負担が過度に蓄積して、労働者の心身の健康を損なうことがないように注意す

る義務を負う』との判決を下した。これが、一歩踏み込んだ新しい安全配慮義務の定義となった。つまり、作業環境測定や定期健診を実施するだけでは十分な安全配慮義務を果たしたとは認められず、ストレスや疲労といった『形なき有害要因』への配慮も求められる、ということである。

さらに加藤所長は、使用者の安全配慮義務に対して、労働者には自己保健義務があるとして、「労働災害は労働者の協力なくして防ぐことはできない。仮に労働者が自己の健康管理義務を遵守しない場合はその損害の一端の責任を負うことはやむを得ない」と述べた。そして、業務上か業務外かを問題とし、補償が100%かゼロかである労災補償に対して、労災民事では必要に応じて過失相殺が認められると解説した。

また、過労死の問題については、大学病院の研修医の突然死に関する判例が取り上げられた。加藤所長は、「大阪高裁は、過重な研修だったとして死亡との因果関係を認め、大学側の安全配慮義務違反を認定した。しかし、本人のブルガダ症候群という素因に加え、研修医として自分自身の健康管理に配慮を欠いたとして2割の過失相殺を判断している」と解説し、「この判例は、それまで地位のほつきりしていなかった研修医を『労働者である』と明確にした。これ以後、研修医の身分保障が大きく変わったという点で、医学教育界に与えた影響は大きい」と指摘した。

その上で、突然死の一因として注目されているブルガダ症候群の素因をもつ労働者の健康管理について、産業界の責任が重くなってきたと述べ、「健診で失神発作などの既往歴を認めず、心電図のみにブルガダ波が認められる労働者などに対し、どこまで精密検査をすすめる必要があるかは難しい判断であり、産業界生学会での指針がまたれる」とした。

いっぽう過労自殺の問題については、派遣労働者や外勤勤務の過労自殺の事案などが示された。このうち、昼夜交代の過重労働による心身の負担のためにうつ病を発症し、自殺した派遣労働者に関する判例について加藤所長は、「この事案で東京地裁は、派遣先に『業務に伴う疲労や心理的負担が過度に蓄積して健康を損なわないように注意する

義務があった』とし、派遣元に対しては『業務軽減などを派遣先に要請することは可能だったのに、労働実態を把握せず、安全配慮義務を怠った』と指摘し、両社に安全配慮義務違反があったとした」と解説。そして、「派遣労働者の安全配慮義務を誰が負うのか」ということは大きな課題である。派遣形態で働く労働者が増える中、われわれは派遣労働者に対する健康管理、メンタルヘルス対策を考え直すべきであろう」と強調した。

講演後には会場の参加者との活発な質疑応答が行われ、充実した研修会となった。

### 「タンデムマスによるスクリーニングの新しい対象疾患の治療指針」示される

1977年にスタートしたわが国の新生児マススクリーニングは、先天性代謝・内分泌異常症を早期発見、早期治療し、発達障害を予防する目的で行われ、着実に成果をあげてきた。現在の対象疾患は6疾患である。

近年開発されたタンデム質量分析計(タンデムマス)を使用すると、従来法では検出できなかった有機酸や脂肪酸の代謝異常症など20種類以上の疾患を1回の検査でスクリーニングできるので、2004年度から厚労省科学研究共同安全開発事業の中に「わが国の21

世紀における新生児マススクリーニングのあり方に関する研究班(主任研究者 山口清次島根大学教授)で、その有用性と問題点が3年間検討されてきた。

他方、有機酸や脂肪酸代謝異常症の新生児スクリーニングが普及すれば、いろいろな疾患が発見され、適切に治療する必要がある。03年に厚労省補助金による特殊ミルク共同安全開発事業の中に「わが国の21

治療ガイドライン検討委員会が設置され、4年間慎重に討議されて、この度「タンデムマス導入にともなう新しいスクリーニング対象疾患の治療指針」が、特殊ミルク情報別冊として刊行された。

この指針は、スクリーニングで新たに発見される19疾患の概念、臨床所見、診断、治療と予後などが平易に解説され、治療経験の乏しい医師でも適切に患者に対応できる内容となっている。本書の編集に加わった北川照男日大名教授は、「タンデムマスで発見される代謝異常症の予後の向上に役立つガイドブックと信じている」と述べている。

「当外来は、健診や人間ドックなどで要精密検査・要受診と判定された方や、呼吸器の不調を訴えて受診される地域の方を対象としています。

そのため、より詳しい検査や治療が必要とされる方には、十分な説明を行うとともに速やかに専門医療機関を紹介していきます。また、経過観察が必要な方には、定期的な受診していたいただき、しっかりとフォローアップしていきます。」

忙しい合間を縫っての林医師の楽しみは、「競技スキー、ゴルフ、ヨットなど」。



呼吸器外来 林 永信 医師

肺や気管支など呼吸器疾患の診断、治療が専門で、学会指導医でもある林永信医師は、杏雲堂病院副院長

実施し、その方の状態を把握します。そして喫煙者には、喫煙習慣と呼吸器疾患の関連を説明し、禁煙を強く勧め

ます。その方の状態を把握します。そして喫煙者には、喫煙習慣と呼吸器疾患の関連を説明し、禁煙を強く勧め

ます。その方の状態を把握します。そして喫煙者には、喫煙習慣と呼吸器疾患の関連を説明し、禁煙を強く勧め

ます。その方の状態を把握します。そして喫煙者には、喫煙習慣と呼吸器疾患の関連を説明し、禁煙を強く勧め

### 保健会館 クリニックの 顔

呼吸器の疾患は、肺がん、COPD(慢性閉塞性肺疾患)、肺炎、肺結核、ぜんそくなど多岐にわたり、早急な治療を要するケースも。あることから、迅速かつ的確な診断が何よりも重要です。

そのため、より詳しい検査や治療が必要とされる方には、十分な説明を行うとともに速やかに専門医療機関を紹介していきます。また、経過観察が必要な方には、定期的な受診していたいただき、しっかりとフォローアップしていきます。」

そのための、より詳しい検査や治療が必要とされる方には、十分な説明を行うとともに速やかに専門医療機関を紹介していきます。また、経過観察が必要な方には、定期的な受診していたいただき、しっかりとフォローアップしていきます。」

そのための、より詳しい検査や治療が必要とされる方には、十分な説明を行うとともに速やかに専門医療機関を紹介していきます。また、経過観察が必要な方には、定期的な受診していたいただき、しっかりとフォローアップしていきます。」

### お知らせ

第213回ヘルスケア研修会  
産業看護の専門性  
倫理指針を基に考える  
5月30日(水)午後2時~4時  
東京・永田町「星陵会館」

### 第213回ヘルスケア研修会

第213回ヘルスケア研修会  
産業看護の専門性  
倫理指針を基に考える  
5月30日(水)午後2時~4時  
東京・永田町「星陵会館」

血圧脈波検査と心電図検査がひとつになって誕生

新登場 血圧脈波検査装置 **VaSera VS-1500E**

医療機器承認番号：21800BZX10162000

血管の硬さを示すCAVI、血管の詰まりを示すABI、2つの指標からなる血圧脈波検査と、国産心電計のパイオニアであるフクダ電子の心電図検査を融合させたバセラVS-1500Eの誕生です。生活習慣病・メタボリックシンドロームの病態把握と、治療の動機づけにお役立て頂けます。血管性疾患予防の時代ともいわれる21世紀に対応した、先進の一台です。

〒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  
 ● 医用電子機器の総合メーカー **フクダ電子株式会社**