

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

2007(平成19)年7月15日 第411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

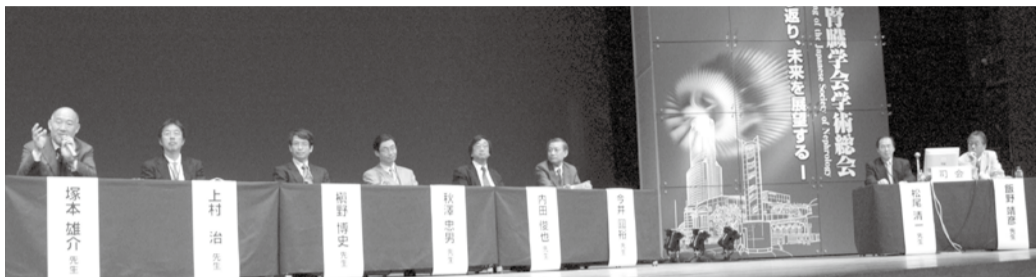
発行所 〒162-8402

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)



慢性腎臓病(CKD)は、末期腎不全の予備軍であり、心血管系疾患の大きな危険因子でもあり、近年の治療法の進歩によって、末期腎不全への進行抑制や合併症の予防が可能となってきた。このため、CKDを早期発見して適切な治療に結びつけるための取り組みが世界規模で展開されている。5月25日から27日の3日間わたって、浜松市のアクティシティで開催された第50回日本腎臓学会学術総会(総会長 菱田明浜松医科大学教授)では、CKD対策に関するシンポジウムや特別企画などが多数行われ、簡便な検査で腎機能を予測する推算式や、かかりつけ医療のための「CKD診療ガイド」などが示された。

## 慢性腎臓病(CKD) 対策を主眼に 第50回日本腎臓学会学術総会

### 腎機能の推算式や診療ガイドを示し、腎不全や合併症予防を図る

表 CKDのステージと診療計画

病期ステージ	重症度の説明	推算GFR値 mL/min/1.73m <sup>2</sup>	診療計画
	ハイリスク群	≥ 90 (CKDのリスクファクターを有する状態で)	CKDスクリーニング CKDリスクを軽減させる治療
1	腎障害(+) GFRは正常または亢進	≥ 90	上記に加えて CKDの診断と治療の開始 併発疾患の治療 CKD 進展を遅延させる治療 心血管疾患リスクを軽減させる治療
2	腎障害(+) GFR軽度低下	60 ~ 89	上記に加えて 腎障害進行度の評価
3	腎障害(+) GFR中等度低下	30 ~ 59	上記に加えて CKD合併症を把握し治療する(貧血、血圧上昇、二次性副甲状腺機能亢進症など)
4	腎障害(+) GFR高度低下	15 ~ 29	上記に加えて 透析・移植を準備する
5	腎不全	< 15	透析または移植の導入(もし尿毒症の症状があれば)

#### ●GFRの推算式

$$GFR (mL / min / 1.73m^2) = 0.741 \times 175 \times Age^{-0.203} \times Cr^{-1.154}$$

女性はこれに×0.742

慢性腎臓病(CKD)は、腎臓の機能が徐々に低下し、最終的に腎不全に至る。このため、早期発見と適切な治療が重要である。第50回日本腎臓学会学術総会では、腎機能の推算式や診療ガイドの発表が行われ、腎不全や合併症の予防を図ることが期待されている。

慢性腎臓病(CKD)は、腎臓の機能が徐々に低下し、最終的に腎不全に至る。このため、早期発見と適切な治療が重要である。第50回日本腎臓学会学術総会では、腎機能の推算式や診療ガイドの発表が行われ、腎不全や合併症の予防を図ることが期待されている。

内田教授は、「CKDの診療では、数多くの進行因子を一つずつ押さえ込むことで進行抑制が期待されるが、そうした集約的治療の実施は容易ではない。ガイドは、すべてのCKD患者がベストの治療を受けられるよう、医師が何をすべきかを提言した」と解説し、「ガイドには、専門医のコンセンサスが得られる範囲で具体的な実践的な内容を盛り込んだ。今後はエビデンスを整え、ガイドラインに昇格させたい」と展望した。

### 平成19年度 理事会・評議員会 を開く ー 本会 ー

東京都予防医学協会の平成19年度第1回理事会および第1回評議員会が6月29日、東京・市谷のルーテル市ヶ谷センターで開かれた。理事會、評議員会の開催にあたり、あいさつを行った北川照男本会理事長は、18年度の事業をほぼ予定通り達成できたことを報告し、関係者の理解と協力に謝意を表するとともに、「予防医学に関連する社会環境の変化に適切に対応して、今後も効果的な予防医学事業を進め、利用者の期待に応えたい」と述べた。

この後、理事會は北川理事長を議長に、評議員会は國井渉評議員を議長に選出し、18年度の事業報告と収支決算報告などを審議し、いずれも満場一致で承認された。

小児CKDの実態調査、運動・栄養指導と薬物治療のエビデンスの構築などを今後の課題に挙げた。学術総会ではこのほか、特別企画「CKD対策を進めるために―地域での取り組みから学ぶ―」、シンポジウム「CKDと心血管疾患」、国際シンポジウム「CKD対策―世界の挑戦―」などが行われた。

### 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あんない ◆◆

9月 5日 岡 惺治 (健康管理コンサルタント)  
12日 三輪祐一 (東京都予防医学協会総合健診部長)  
19日 岡 惺治  
26日 第215回ヘルスケア研修会につき休み

10月 3日 岡 惺治  
10日 三輪祐一  
17日 岡 惺治  
24日 三輪祐一  
31日 三輪祐一

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

#### ● 今月の主な紙面 ●

- (1面) ●慢性腎臓病(CKD)対策を主眼に  
第50回日本腎臓学会学術総会  
●平成19年度理事会・評議員会を開くー本会
- (2~3面(見開き))  
●連載 産業医訪問 第71回  
●話題 「産業看護の専門性」テーマに  
第213回ヘルスケア研修会から  
●連載 子宮がん検診をめぐる 第4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4回
- (4面) ●世界禁煙デー記念シンポ「無煙環境を考える」  
●「特定健診・特定保健指導」対策で講演や討論  
中央会全国運営会議  
●連載 保健会館クリニックの顔 第10回  
●「健診・保健指導に関する企画・運営・技術研修」  
が開催  
●お知らせ



産業医訪問

杏林大学医学部教授 高島 豊氏

1 あなたの産業医歴は？

私は慶應大学医学部の学生時代に、公衆衛生学研究会の活動で毎年夏休みに北海道の無医地区に行っておりまし...



健康開発センター長だった近藤東郎先生が教授として大学に赴任されました。

2 あなたのやりたいこと、今取り組んでいることは？

三つ子産自までと言いきり、移ってから、産業医としては、予防学協会、西武百貨店とごが合併して、特殊健診...

「産業看護の専門性」テーマに 第213回ヘルスクエア研修会から

健康増進コンサルタントとして、労働の実態に精通し、最新の科学的知見に基づいて労働条件と労働環境の客観的な評価を行う...

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④

「痩せ」のタイプ 生体環境、また心身の病状やストレス(体相へのコンプレックスなど)によるものが考えられます。



小林 明美 本会・健康増進部 保健師

「1日の疲れは入浴でとりましょ 40度くらいのお湯に、10分から15分 ゆつりとつかりますよ。好みの入浴剤やハーブを入れて、自分なりのペースを楽しむのもいいですね。」

「痩せ」で疲れやすい... 23歳女性Yさん



「もっと食べて、ふくらみ体型になりたい、体力をつけたい」と思っているYさん。周囲からは、ほっそりした体型をうらやましがられていますが、本人にとっては深刻な悩みです。

Yさんのプロフィール

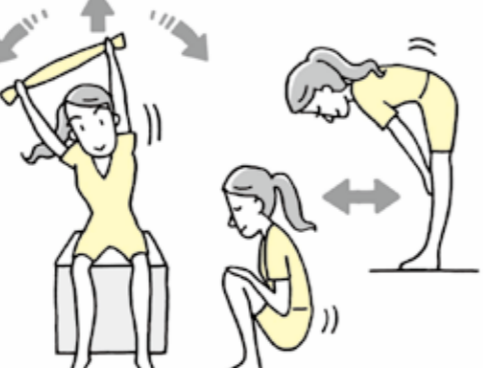
BMI 18の23歳女性。身長161cm、体重47kg。仕事は事務職。残業はないが、それなりにストレスはある。食が細く、外食しても1人前の量を食べてきた。週末はなるべく家でゴロゴロして過ごしている。運動習慣はない。



鈴木 由紀子 本会・健康増進部 健康運動指導士

「休養といっても、休養には2つの種類があります。ゴロ寝や睡眠から体を休ませる「消極的休養」と、軽い運動をして全身の血行を良くし、疲労回復を促す「積極的休養」です。両方とも心身の疲労回復には欠かせない大切な休養です。」

●疲れをとるためのおすすめの運動



「疲れたら休ませてください。デスクワークなどで長時間イスに座り、同じ姿勢をしていると、疲れが溜まってきます。筋肉は姿勢(からだ)を支えるため、長時間固まると、次第にこわばっていきま...

「疲れたら休ませてください。デスクワークなどで長時間イスに座り、同じ姿勢をしていると、疲れが溜まってきます。筋肉は姿勢(からだ)を支えるため、長時間固まると、次第にこわばっていきま...

子宮がん 検診をめぐって 4

がん検診の有効性評価に関する研究班報告 その1

わが国に於けるがん検診 場合、多種類の疫学的手法を用いて、がん検診の有効性を評価する。がん検診の有効性を評価する...

2 子宮がん検診の有効性評価

子宮がん検診は頸がんとは異なり、子宮がん検診の有効性を評価する。子宮がん検診の有効性を評価する...



石元 三千代 本会・健康増進部 管理栄養士

「消化を助ける ビタミンB群補給 蛋白質の摂り方(例) 朝食、昼食、夕食の例」



朝食、昼食、夕食の例

「消化を助ける ビタミンB群補給 蛋白質の摂り方(例) 朝食、昼食、夕食の例」

「消化を助ける ビタミンB群補給 蛋白質の摂り方(例) 朝食、昼食、夕食の例」

# 世界禁煙デー記念シンポジウム 「無煙環境を考える」

## 公共の場や企業の受動喫煙対策、 禁煙支援の取り組みを紹介

世界保健機関が定める世界禁煙デーに合わせ、5月31日、世界禁煙デー記念シンポジウムが東京・千代田区のサイエンスホールで開催された。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、喫煙と健康の問題についての正しい知識と喫煙防止対策の重要性の普及啓発活動を推進している。今回の記念シンポジウムでは「無煙環境を考える」をテーマに、たばこ問題に取り組む医師や専門家、先進的なたばこ対策を行っている企業の立場から講演が行われた。またパネル討論では、大和浩産業医科大学教授を座長に、会場の参加者も交え活発な討論が交わされた(写真)。

記念シンポジウムでは、世界禁煙デーにあつたつての厚生労働大臣メッセージが発表され、厚生労働省の山本英紀室長補佐が政府における主なたばこ対策を報告した。

続いて行われた講演では、まず大和浩産業医科大学教授が「受動喫煙のない社会の実現のために」と題して、公共の場の禁煙導入および受動喫煙の状況について講演を行った。粉じんデータの濃度測定という客観的データに基づき、分煙では受動喫煙対策が不完全であることを解説。たばこ対策に関して、同業他社の取り組みの比較をし、自主改善を促すことが必要と強調した。

続いて国立保健医療科学院の遠藤治室長が「たばこの煙の有害性と諸外国の動向」と題し、低タール・低ニコチンのたばこへの誤解や、ニコチン摂取量のデータに実際の喫煙状況が反映されていないことなどの問題点を挙げた。

その後行われたパネル討論では、座長の大和教授が、受動喫煙対策の必要性について、「受動喫煙対策を進めて最終的に吸いにくい環境を作ることが必要」と結んだ。

本会では今年1月より敷地内禁煙を実施、4月からは保健会館クリニックに禁煙外来を開設した。小野良樹クリニック所長は、「徐々に禁煙治療の成果が現れている」と語る。世界禁煙デーを機に禁煙を始めた本会部長の一人も「予想以上に順調に禁煙が続き、体調も良好。禁煙に取り組みやすい環境の重要性を実感している」と話す。

この研修会は、特定健診・特定保健指導を効果的、効率的に運営するために必要な「健診・保健指導」事業の企画・運営および評価、保健指導の知識や技術に関する研修などを実施できる担当者養成を目的として開かれたもの。地方公共団体、医療保険者、関係団体の研修指導者を対象とし、約300人が参加した。

予防医学事業中央会からは、神奈川県予防医学協会の亀ヶ谷律子保健師と本会健康増進部の加藤京子保健師が参加した。



次いでジョンソン・エンド・ジョンソンの岡田信彦部長が「メディカルカンパニーにおける禁煙の取り組み」と題して、同社の所定労働時間内禁煙について紹介した。岡田部長は、所定労働時間内禁煙導入までに1年の準備期間を設け、そ

をめぐっては、今年4月に「がん対策基本法」が施行されたことを受けて、がん予防・検診研究センターの検診成績などを示しながら、わが国の今後のがん検診のあり方が説明された。

運営会議ではこのほか、特定健診・特定保健指導対策について、神奈川県支部、福島県支部の現状が紹介され、中央会が進めている広域ネットワーク健診の取り組みの経過と今後の推進計画が報告された。

また、その後の意見交換会では、活発な情報交換や和気あいあいの交流がなされた。

「健診・保健指導に関する企画・運営・技術研修」が開催

お知らせ

効果的ながん検診のあり方  
事業所と健康保険組合のためにも

### 「特定健診・特定保健指導」対策で 講演や討論

#### 中央会全国運営会議

予防医学事業中央会(中央会)の平成19年度第1回全国運営会議が5月28日、東京・市谷のグランドヒル市ヶ谷で開かれ、本会など全国の支部から約80人が参加した。

運営会議では、最初に厚生労働省生活習慣病対策室の山本英紀室長補佐が、「標準的な健診・保健指導プログラム(確定版)をめくって」健診機関に期待するもの」と題して講演した。

山本室長補佐は、来年度より導入される特定健診・特定保健指導の実施方法について、健診項目、保健指導対象者の選定と階層化の方法、保健指導の内容などを中心に解説し、次のように述べた。

「今回の医療制度改革は、生活習慣病を予防することにより、医療費の伸びを抑制することを目的としている。そのため、平成25年度から健康保険組合などの医療保険者に對して、健診実施率、保健指導実施率、メタボリックシン

ドロームの該当者・予備群の減少率などの達成状況に基づいて、後期高齢者医療支援金の加算・減算が行われる。医療保険者と健診・保健指導を委託される健診機関には、効果的な健診・保健指導を行い、結果を出すことが求められている。

続いて行われた国立がんセンターの森山紀之センター長による講演「これからどうなるがん検診―国のがん対策

をめぐって」では、今年4月に「がん対策基本法」が施行されたことを受けて、がん予防・検診研究センターの検診成績などを示しながら、わが国の今後のがん検診のあり方が説明された。

運営会議ではこのほか、特定健診・特定保健指導対策について、神奈川県支部、福島県支部の現状が紹介され、中央会が進めている広域ネットワーク健診の取り組みの経過と今後の推進計画が報告された。

また、その後の意見交換会では、活発な情報交換や和気あいあいの交流がなされた。

また、その後の意見交換会では、活発な情報交換や和気あいあいの交流がなされた。

### 保健会館 クリニックの 10 顔



甲状腺・家族外来  
岩間彩香 医師

会館クリニックで、小児と成人のための甲状腺専門外来を担当している。

「当外来では、甲状腺機能に異常のある方、将来その可能性がある方などの診断や治療、経過観察を行っています。また、バセドウ病や橋本病の患者さんとその血縁の方を同時に診察して、ご自身やお子さんのことを家族外来を月1回開いています。

診療では、まず症状や家族歴をお聞きし、甲状腺の触診、血液検査などを行っています。とくにお子さんの場合は、甲状腺ホルモンの過剰・不足による成長に影響することもあるため、身長や体重、発達の状況をじっくりお聞きします。

甲状腺疾患は、長く経過を診ていく必要があることが多いですが、ほとんどの場合、日常生活上の制限は必要なく、まったく普通に生活できます。そのため外来では、間違った情報によって、ご自身やお子さんのことと不安になっておられる患者さんに、正しい知識を身につけて、状態を客観的に把握していただけるよう、その方に合った情報提供を行うよう心がけています。

岩間医師の趣味は、「クラシック音楽を聴くこととオーディオ」とのこと。

一般小児科と甲状腺を専門とする岩間彩香医師は、東京女子医科大学で臨床や研究に携わり、現在は保健

診療では、まず症状や家族歴をお聞きし、甲状腺の触診、血液検査などを行っています。とくにお子さんの場合は、甲状腺ホルモンの過剰・不足による成長に影響することもあるため、身長や体重、発達の状況をじっくりお聞きします。

甲状腺疾患は、長く経過を診ていく必要があることが多いですが、ほとんどの場合、日常生活上の制限は必要なく、まったく普通に生活できます。そのため外来では、間違った情報によって、ご自身やお子さんのことと不安になっておられる患者さんに、正しい知識を身につけて、状態を客観的に把握していただけるよう、その方に合った情報提供を行うよう心がけています。

岩間医師の趣味は、「クラシック音楽を聴くこととオーディオ」とのこと。

岩間医師の趣味は、「クラシック音楽を聴くこととオーディオ」とのこと。

岩間医師の趣味は、「クラシック音楽を聴くこととオーディオ」とのこと。

## 血圧脈波検査と心電図検査がひとつになって誕生

### 血圧脈波検査装置

# VaSera<sup>TM</sup> 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。

新登場

参加費2000円。定員先着400人。

9月26日(水)午後2時~4時  
東京・永田町「星陵会館」

第215回ヘルスケア研修会が9月26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。「効果的ながん検診のあり方―事業所と健康保険組合のためにも」をテーマに、国立がんセンターがん予防・検診研究センターの森山紀之センター長が講演する。司会は、本会の山内邦昭専務理事。

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人。

〒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**