



結核しずおか

19号2006年9月15日

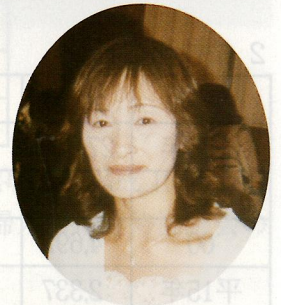
発行

財団法人 結核予防会静岡県支部
〒420-0915
静岡市葵区南瀬名町6-20
TEL 054-261-2512
FAX 054-261-9474
Eメール tb-shizu@topaz.ocn.ne.jp
発行責任者 山田勝平
印刷 三協印刷株式会社



巻頭言

地域に根ざす健康づくり



私たちの川根本町は、平成17年9月に、中川根町と本川根町が合併して生れた新しい町です。高齢化率38.5%と高齢化の進む町ですので、当然住民の結核罹患のリスクは高く、予防啓発、早期発見は町の重要な健康課題です。

合併に伴い、保健師の間では、結核検診の高い受診率を維持していくことと、検診に際し、サービス低下を来たさないようにすることを何回も話し合い、確認しあって夜間検診の継続や遠隔地の住民の送迎など、小さな町だからこそできるサービスをしていこうと決めました。

6月からスタートした、結核レントゲン検診は、平成17年4月の結核予防法改正に伴い、対象者を40歳以上とし、肺がん検診と同時実施しています。婦人会、保健委員の皆さんのPRもあり、住民の意識も高められ、指定された場所と時間を守り、速やかに検診が行われています。この地域に住む人の素朴な人柄が感じられるのは、都合で受診できなかった方からの電話です。「すみません、今日検診に行けなかったのですがどうしましょう。」とまるで悪いことでもしたかのようです。「明日も同じ会場でやっていますから大丈夫ですよ。」と言うと「ありがとうございます、必ずいきますから・・・。」こちらの方がありがたいと言いたくなってしまいます。旧本川根地区の検診が7月で終わりました。受診率97.5%です。残りの2.5%の方は、現在旧中川根地区で昼夜の検診が行われており、そちらで受診してもらっています。合併前より検診日数が増え、どこの地区でも受診できることからさらに受診率は高くなりそうです。

また、生後6か月未満のBCG予防接種も、接種率100%です。これからも地域の実情に即したサービスを心がけ、心も身体も健康な人がいっぱいの中川根本町を目指していきたいと思えます。

榛原郡川根本町役場

総合支所保健福祉課係長 池本 祐子

(尚幸土百 遊断見點點書業)

全国・静岡県の結核の統計

平成17年度末現在の本県の結核登録患者数は、前年に比べて128人減少し、1,725人になりました。また、平成17年における新登録患者数は、前年と比較し139人減少し、735人になりました。

新登録患者の年齢構成別では、60歳以上の割合が約72%と高く、免疫力が低下している高齢者の方は、定期健康診断や日ごろの健康チェックが大切になります。

結核の統計

(静岡県健康福祉部疾病対策室資料より抜粋)

1 結核登録患者

(人)

区分	年末現在登録患者数				年内新登録患者数			
	全国		本県		全国		本県	
	患者数	10万人対	患者数	10万人対	患者数	10万人対	患者数	10万人対
昭和36年	1,615,099	1,717.1	38,692	1,391.1	419,424	445.9	12,235	439.9
50	726,862	649.6	16,695	504.6	108,088	96.6	2,751	83.1
平成15年	77,211	60.5	1,854	48.9	31,638	24.8	852	22.5
16	72,079	56.4	1,853	48.8	29,736	23.3	874	23.0
17			1,725	45.5			735	19.4

平成16年における罹患率（治療が必要な者・・・10万人対）による各県の状況

罹患率の低い県・・・山形県 7.4 山梨県 10.3 長野県 10.5 岩手県 10.8 福島県 11.9

罹患率の高い県・・・佐賀県 24.0 福岡県 25.0 兵庫県 25.6 東京都 28.6 大阪府 37.8

静岡県 20.7 (35番)

2 結核死亡者数

(人)

年次	全国	本県	死因順位・(全国)
昭36年	27,916	652	7位
40	22,366	560	7
60	4,692	126	16
平15年	2,337	61	25
16	2,328	57	25
17			

3 新登録患者年齢構成

(静岡県…%)

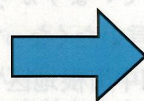
区分	年齢別構成						
	~19歳	20代	30代	40代	50代	60代	70歳~
昭36年	20.0	15.9	18.3	13.2	13.4	12.6	6.6
60	2.9	5.8	6.4	10.3	17.4	22.3	34.9
平15年	0.7	6.7	6.9	4.3	8.6	13.9	58.9
16	1.4	7.3	6.9	3.7	8.0	13.3	59.4
17	1.2	6.3	6.1	4.8	9.8	13.2	58.6

肺がん喀痰検査を受けましょう!!

タバコを吸う方へ

原因は？ 肺がんの最も重要な危険因子は喫煙です。

- ① 1日に吸うタバコの本数が多い
- ② 喫煙している年数が長い
- ③ 喫煙開始年齢が低い



肺がんが発生しやすい

また、非喫煙者と比較して喫煙者の死亡率は高く、禁煙の重要性が示されました。

タバコの害を考えると、もうひとつの問題があります。それは「間接喫煙」です。家族の中にタバコを吸う人がいる場合、同居している非喫煙者は明らかに肺がんになる率が高いということが指摘されています。閉めきった部屋での会議や酒場などでも、同様なことが起こることはいうまでもありません。

(業務課課長補佐 石上幸治)



平成 17 年度静岡県結核予防婦人会理事会及び総会の開催報告



平成 18 年 6 月 30 日(金)に(社)静岡県看護協会第 1 研修室において理事会及び総会が開催されました。理事会では平成 17 年度収支補正予算及び 17 年度事業報告並びに収支決算、18 年度の事業計画及び収支予算、役員の変更について審議し、原案のとおり承認されました。

また、理事会終了後、次の事項について支部長、事務局担当職員合同会議を開催しました。

- (1) 最近の結核の発生状況等について(静岡県疾病対策室から)
- (2) 平成 18 年度複十字シール募金運動について
- (3) 第 10 回結核予防関係婦人団体中央講習会出席者の概要報告(三島支部から)
- (4) 活発な活動を展開している浜松市支部から活動状況の報告

総会では、平成 17 年度収支補正予算及び 17 年度事業報告並びに収支決算、18 年度事業計画及び収支予算、会則の改正について審議し、原案どおり承認されました。

総会終了後、静岡地方気象台 防災業務課調査官 阿部正雄様から「地震・津波のしくみと防災対策」と題した講演をいただきました。

役員の変更について

会長、副会長及び監事の任期が満了するため結核予防婦人会会則第 12 条の規定に基づき次の方が選任されました。

会 長	土 屋 貞 代	前副会長(県地域女性団体連絡協議会会長)
副 会 長	高 橋 と み	重任
副 会 長	山 田 ひ さ	(静岡市支部)
監 事	杉 田 文 子	重任
監 事	寺 島 みゆき	(藤枝支部)

なお、前会長の村松みさ様は、昭和 49 年 7 月から県結核予防婦人会副会長兼専務理事を、平成 10 年 6 月からは会長に就任され、結核予防会活動に献身されました。また、(社)全国結核予防婦人団体連絡協議会の理事、監事をされるなど全国的な活躍をされました。

結核予防婦人会会則改正の主なものについて

改正前	改正後
第 3 条 本会は、各種婦人団体と力を合わせて結核の撲滅に協力し、・・・。	第 3 条 本会は、 <u>各種団体</u> と力を合せて結核の撲滅に協力し、・・・。
第 5 条 本会は、公衆衛生の発展に寄与する婦人をもって組織する、	第 5 条 本会は、公衆衛生の発展に協力する <u>女性を中心に組織するが、趣旨に賛同して参加する場合</u> にあっては性別を問わない。
	12 条 7 項 役員の変更にあたり、必要な場合は委員会を設置することができる。(追加)

なぜ・なぜ・なあに

結核予防会静岡県支部 乳がん検診開始



当予防会は、今年度から検診車による乳がん検診(マンモグラフィ)を始めました。主に住民検診を対象とし、静岡市では前期日程で、24会場のべ49日1278人、また伊東市は、3会場で278人の実績で、後期日程も8月下旬より始まりました。

さて、今回の「なぜ・なぜ・なあに」に話題を移します。乳がん検診車にもデザインされているピンクリボンについてお話しします。



ピンクリボンは、アメリカの乳がん亡くなられた患者さんの家族が、「このような悲劇を繰り返さない」との願いを込めて作ったリボンからスタートした乳がん啓発運動のシンボルマークであり、乳がんに対する理解と支援のシンボルです。乳がん患者が増えつつあった1980年代から始まりました。また、ヨーロッパのほか全世界に、このピンクリボン運動は広まっています。運動のシンボルマークであるリボンのデザインは、運動団体によりいろいろです。しかし、リボンの願いはひとつ「乳がんが悲しむ人をなく

す」ことです。欧米では、行政、市民団体、企業などをまきこみ運動が盛んになり、マンモグラフィ検診の普及、治療法の向上と併せて、1990年代から乳がんによる死亡率が低下しています。素晴らしいことです。日本ではここ数年、運動が盛んになってきましたが、残念ながら、罹患率、死亡率ともに右肩上がりです。特に40歳代中頃の方に乳がんが多くなっています。本人はもちろん、家庭の中心である妻や母また娘を乳がんが亡くすことのないよう願っています。乳がん検診の普及は、それを確実に実現できる一助になると信じています。



ピンクリボンと別にレッドリボンもあります。レッドリボン(赤いリボン)は、エイズで亡くなった方に対する追悼の気持ちとエイズに苦しむ人々への理解と支援の意思を示しています。このレッドリボン運動は、世界的な運動として発展しており、国連合同エイズ計画のシンボルマークにも採用されています。先進国では減少傾向ですが、残念ながら日本では、増加傾向にあります。後進国では、貧しいため治療薬が買えず、合併症である結核が増えている現状です。国としてだけでなく、個人でもできることをお手伝いしていただきたいと思います。

(検診課 診療放射線技師 鈴木貞子)

あなたの内臓脂肪大丈夫ですか？!

内臓脂肪の蓄積をベースに高血糖、高脂質、高血圧など動脈硬化の危険因子を2つ以上もつ状態をメタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)といいます。

健康診断で「異常なし」と診断されても、あなたが肥り気味で「血圧がやや高め」、「血糖値が少し高め」と言われたら要注意です。

自覚症状はほとんどありませんが、一つひとつの異常は軽くても、複数の危険因子が重なると、動脈硬化が急速に進み、脳卒中や心筋梗塞などの循環器病を発症しやすくなります。

メタボリックシンドロームの芽を摘むことが生活習慣病予備軍の治療とも言われています。

内臓脂肪の蓄積は、腹囲(おへその上の周囲径)の測定が簡単な目安になっています。

下記の判断基準をもとに、あなたの健康状態をチェックしてみてください!!

メタボリックシンドローム診断基準

〈必須項目〉 おへその上周囲径
男性 85cm 以上・女性 90cm 以上

+

下記3項目のうち2項目が当てはまる人はメタボリックシンドローム

血中脂質
中性脂肪 150mg/dl 以上または HDL コレステロール 40mg/dl 未満

血圧
収縮期血圧 130mmHg 以上または拡張期血圧 85mmHg 以上

血糖値
空腹時血糖 110mg/dl 以上

◎内臓脂肪を少なくするには、減量がもっとも効果的!!

従来は明らかに肥満した人へ減量を勧めることが多かったのですが、1kg減量することによる効果は肥満者でもそうでなくても違いはありません、痩せすぎでない限り現在の体重からいくらかでも減量すれば大きな効果が期待できます。

《 運動で基礎代謝を高めましょう、無理せず、楽しく続けられる運動を 》

- 日常生活でこまめに体を動かす(一日10,000歩)
- 定期的な運動(軽く一日30分位休まずできる運動)
- 筋力トレーニング(軽いレジスタンス運動)

《 食生活をチェックしましょう 》

<input type="checkbox"/> おかずは脂身のついた肉が多い	YES →	脂身の少ない肉、魚を食べましょう
<input type="checkbox"/> 揚げ物をよく食べる	YES →	焼き物、煮物にしましょう
<input type="checkbox"/> 食べるのが人より早い	YES →	満腹感を感じる前に食べ過ぎてしまいます意識して、しっかり噛んで食べましょう
<input type="checkbox"/> スナック菓子、ケーキなど脂の多い菓子が好き	YES →	脂の少ない和菓子(おせんべい・お饅頭)のほうがカロリーをおさえられます
<input type="checkbox"/> 砂糖の多い飲み物をよく飲む	YES →	お茶や低カロリータイプのものにしましょう
<input type="checkbox"/> お酒をたくさん(1日2合以上)飲む	YES →	お酒もエネルギー源です1週間に7合までにしましょう

総合健診課主任看護師 青木由香子



複十字シール運動にご協力を

運動期間 8月1日～12月31日

結核などの胸の病気を撲滅するため、複十字シールを通じて事業資金を集めるために積極的に募金活動を行っています。

皆様の温かい善意の募金は、結核予防思想の啓発活動、検診車購入資金、さらには発展途上国の結核対策援助等の諸事業に充当しています。

今年も複十字シール募金へのご協力をお願いいたします。



DOUBLE-BARRED CROSS SEALS 2006

JAPAN ANTI-TUBERCULOSIS ASSOCIATION



結核をなくそう！2006-2007 日本 結核をなくそう！2006-2007 日本 結核をなくそう！2006-2007 日本

18年度複十字シールの紹介

シールの国の優雅な音楽隊

本年度の複十字も安野光雅さんに依頼し

「シールの国の優雅な音楽隊」です。

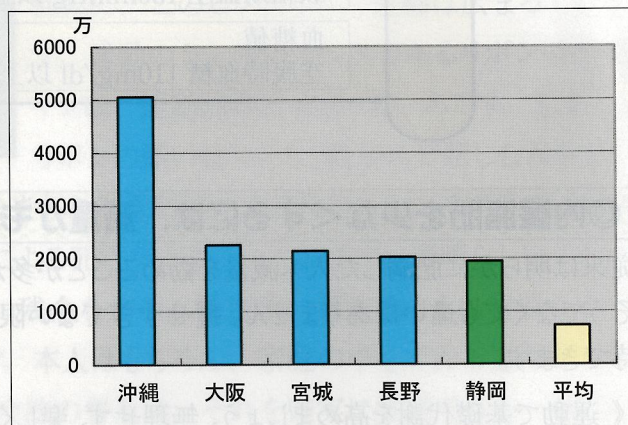
オーケストラによる優雅な音楽の世界が描き出されています。今にも美しい調べが聞こえてきそうな美しいデザインです。

平成17年度募金実績

19,356,647 円

組織募金 17,300,007 円

郵送募金 2,056,640 円



お問い合わせは

財団法人結核予防会静岡県支部

電話：054-261-2512 (代)

住所：〒420-0915 静岡市葵区南瀬名町6-20

E-mail tb-shizu@topaz.ocn.ne.jp

URL <http://www.jatahq.org> (財団法人結核予防会)



第3回しずおか健康創造21 ポスター・標語コンクール

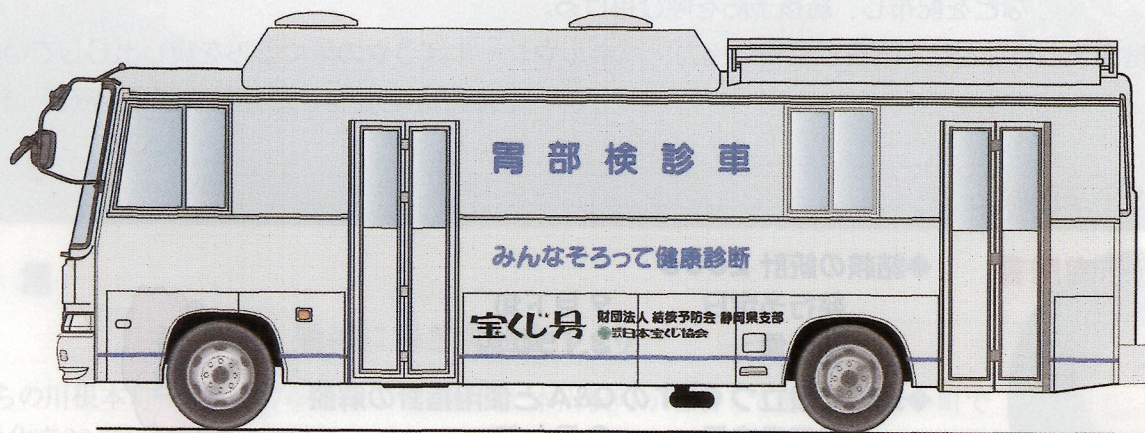
最優秀賞 静岡市立蒲原東小学校 4年 長野 汐里

赤、黄、緑、おいしく守る 食信号

胃部デジタル検診車「宝くじ号」 近く完成

日本宝くじ協会の公益事業への助成等による自治宝くじの普及宣伝のための補助事業により最新鋭の胃部デジタル検診車が整備されました。

当支部では4台目の胃部検診車となりますが、デジタル検診車としては初めてです。9月15日に到着後、機器類を整備の上10月から順次出張検診で活躍を始める予定です。デジタルのメリットは集団検診での撮影後その場で画像を確認しますので、従来の撮影でせっかく撮った写真を現像等のミスで読影ができなくなる事がなく、DVDに保存しますのでデータの保存管理の面でもメリットがあります。さらに内装はカーテン等の配置を工夫することでプライバシーにも十分配慮した設計となっております。車体が小型になったことで、検診会場が狭いために今まで実施が困難だった市町や事業所のご要望にもお応えできるのではないかと思います。この検診車の導入にあたり、胃がん検診の精度の向上と検診体制の充実を図り、より高度に、より受診者の近くに地域の人々の健康維持のため、検診業務に取り組みますのでご利用をよろしくお願ひします。



Key Point

<<< キーポイント

あなたの胃はだいじょうぶ !!

日本人の胃がん死亡率が減っていると言われるのは、日本における胃がんの早期発見・早期治療の進歩が著しい証拠であると考えられています。

誰もが望む健康、しかし気づかぬうちに自分の体に目に見えない大敵がしのびよります。健康に自信がある人でも、年に一度は検診を受けて、現在の健康状態をチェックすることが健康を守り、これからの幸せな生活につながっていきます。また日本対がん協会の統計から、ここ数年受診者数280万人中ががん発見率は0.13%で、約3600人が罹患していました。その内亡くなられた人は半分でした。成人40才代からの死亡率を見ますと、男性は肺がんに次いで2位、女性は乳がんに次いで2位となっており常に他のがんと比べ上位にあります。

(員 藤原) 藤原 幸子 (員 藤原) 藤原 幸子

藤原 幸子 藤原 幸子
藤原 幸子 藤原 幸子

平成18年度静岡県結核予防大会開催のお知らせ

静岡県結核予防婦人会との共催により、静岡県の後援並びに市町の協力を得て、今年は、結核予防週間に合わせて開催します。

- 1: 日時 平成18年9月22日(金) 13時～15時40分
- 2: 会場 静岡県総合社会福祉会館 7階大ホール
- 3: 内容 結核予防功労者表彰
講演 (財)結核予防会結核予防研究所 顧問 穴戸 眞司先生



結核予防週間キャンペーンの実施

当支部では、静岡県、静岡市、静岡県結核予防婦人会と協力して実施します。

- 1: 実施日 平成18年9月23日(土)
- 2: 場 所 アピタ静岡(静岡市駿河区石田)
- 3: 内 容 パネルの展示や、シールぼうやとともに結核予防のパンフレット、ポケットティッシュなどを配布し、結核予防を呼び掛ける。

各地区の健康まつりなどに、当支部職員の協力、パネルやシールぼうやの着ぐるみを貸し出ししています。

お問い合わせは、静岡県支部 総務課 鈴木まで

図書案内

発行予定図書

◆結核の統計 2006

発行予定日 9月下旬
予 価 3,150円

◆現場で役立つQFTのQ&Aと使用指針の解説

発行予定日 9月上旬
予 価 840円
内 容 B5判・32頁前後
QFT(クオンティフェロン)

注
目



結核患者との接触者で感染が疑われる場合には、ツベルクリン反応検査に代わってQFTを行うことが望ましいとしている。ただし、対象者が多く経費を考慮しなければならない場合には、まずツ反応を行い、10mmまたは20mm以上の者にQFTを行う。
この検査はBCG接種の影響を受けずに結核感染の診断ができる。

編集後記

ねんりんピック静岡2006が開催されます。「ねんりんピック」は正式名称「全国健康福祉祭」と言い、静岡県開催は19回目となります。内容的には、60歳以上の高齢者を中心とした、スポーツ、文化、健康と福祉など幅広いイベントが開催される一大祭典です。

開催期日は、平成18年10月28日(土)から31日(火)で県下18市町の会場で交流が展開されます。私も元気をもらいに出かけようと思います。(山田)

題字：田中隆(元支部職員) 表紙撮影：村木弘知(元県職員)