



結核しずおか

39号2016年9月23日

発行・編集

公益財団法人 静岡県結核予防会

〒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.ha@gaea.ocn.ne.jp

HP www.jata-shizuoka.org



巻頭言

日頃から、静岡県結核予防婦人会の活動にご理解とご協力を賜り、厚くお礼申し上げます。

平成 27 年 6 月より当婦人会長に就任し、早くも一年が経ちました。また、この婦人会組織は、結成以来 57 年の歴史を重ねており、諸先輩方の功績の重さを感じつつ、日々過しております。

近年は、全国的に結核患者の発生数が減少傾向にあります。若者の結核感染、結核の国際化、多剤耐性結核の出現など新たな課題も多々生じております。この時代に婦人会としてどのような結核予防活動をしたら良いか考えあぐんでいた時、ショッキングなニュースが飛び込んできました。『結核の集団感染が発覚～塾の講師・家族や同僚・生徒合わせて 56 人～』というのです。またかとはっかりしてしまいます。最近、渋谷区警察署からの発生、医療機関からの発生など集団施設で感染が広がるケースが相次いでいます。その時々での処置の遅れから被害が拡大しています。

その背景にあるのは、結核に対する認識の甘さではないでしょうか。結核は「過去の病気」と捉え、医療機関を始め一般の方も結核への警戒心が薄れていると思われれます。それを思うと、私たちの果たすべき「結核予防活動」はまだまだ色々あるのだと再認識しました。

さて、今年 3 月、公益社団法人全国結核予防婦人団体連絡協議会の定期総会に出席しました。その折、ストップ結核パートナーシップアジアフォーラムに参加されていたカンボジアやネパールなど、結核の高蔓延国と言われる東南アジアの方々とは交流する機会がありました。その国々は、戦後日本が辿った結核罹患率の大幅な減少には、国の力だけでは不可能であり、各地域の婦人会を中心とした町ぐるみの結核集団検診推進や啓発活動が大きく貢献したとその活動を高く評価し、その方法を現在取り入れているそうです。また、複十字シール募金が各国の結核患者支援や結核予防活動に寄与していることと合わせて、感謝の意を表して下さいました。

なお、フォーラムでは「女性は一家の健康、地域の健康の担い手」というメッセージを採択し、結核対策における住民の主体的取り組み、女性関連の結核予防・ケアに対し、行政と民間セクターとの効果的協力の推進が重要視されています。

当婦人も過去から学び、新たな活動を模索し、関係機関のお力添えのもと、健康で明るい社会づくりに励んでまいりますのでよろしくごお願い致します。



静岡県結核予防婦人会 会長 長野 蝶子



結核予防婦人会熱海支部の活動を紹介します

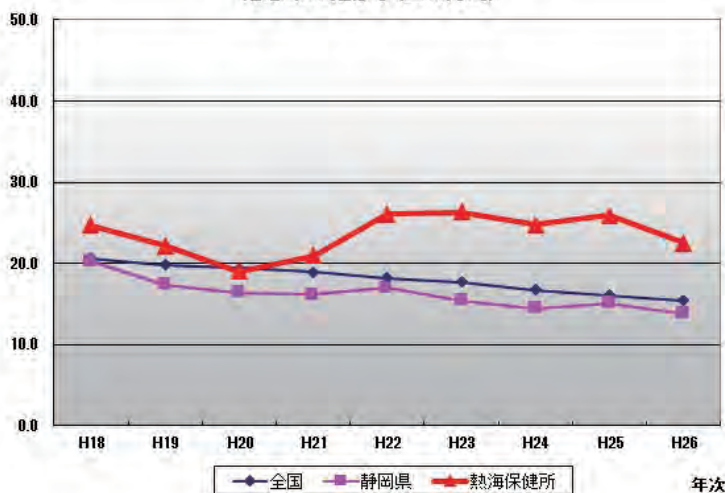
熱海市役所 健康づくり課 保健師 井ノ口 壮二郎

静岡県の結核の罹患率は全国を下回っているのに対し、熱海保健所管内ではここ数年、県や全国平均を大きく上回る罹患率となっています。現在、結核患者の半数以上は70歳以上と言われており、高齢化率が40%を越える熱海市は結核が発病しやすい地域であると言えるのではないのでしょうか。また、喫煙も結核のリスクを高めることが分かっていますが、習慣的喫煙率も高く、特に女性の喫煙率が非常に高い熱海市では、結核の早期発見のため胸部検診を受診するよう市民に伝えていくことが喫緊の課題となっています。しかし、熱海市の胸部検診受診率は20.4%（平成27年度）であり、多くの市民が受診できていないのが現状です。このような状況を危惧し、結核予防婦人会熱海支部では、熱海市から結核が少しでも減らせるよう日々活動しています。

現在、結核予防婦人会熱海支部では支部長を含め、36人の会員が活動しています。毎年結核予防週間には、結核予防の普及啓発のための街頭キャンペーンを実施し、結核の早期発見・早期治療の重要性について市民に呼びかけています。同時に複十字シール募金への協力をお願いするなど精力的に活動しています。他にも熱海市健康づくり推進委員と共に、健診受診キャンペーンを実施し、少しでも多くの市民が自分の健康に関心を持ち、健診を受けてもらえるよう呼びかけています。



罹患率の推移(人口10万対)



キャンペーン中、市民の方に「健診は何月までやっている」「肺炎球菌の予防接種は対象なの」など結核以外のことについても質問を受けるときがあります。会員の皆さんは定期的に勉強会を行い、結核に関する知識だけではなく、熱海市の健診や健康増進について幅広く学んでいるため、スラスラと答えられる方が非常に多いです。

皆さん楽しく和気藹々と良い雰囲気の中で活動をされています。今後も行政と婦人会で協力し合い熱海市の結核予防及び健康増進に力を注いでいきたいと考えています。



複十字シール運動にご協力をお願いします

運動期間 8月1日～12月31日

静岡県募金目標額 1400万円



公益財団法人結核予防会が実施します複十字シール運動は、複十字シールを媒体とした募金活動です。結核・肺がん・COPD(慢性閉塞性肺疾患)などの呼吸器疾患をなくし、健康で明るい社会を作ることを中心に、世界各国で行われている運動です。静岡県は1400万円を目標に実施します。

皆様の温かい善意の募金は、結核予防思想の啓発活動、発展途上国の結核対策援助等の諸事業に充当させていただきます。

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。

もしかして結核…?! さあ、どうする…?

うわぁ!!
今回のポスターは
迫力満点…



2016年、公益財団法人結核予防会製作のACジャパンの広告ポスター、CMが出来上がりました。

日本の医療の矛盾に苦悩しつつも懸命に日々を送る研修医の姿を描いた漫画「ブラックジャックによろしく」の主人公、斉藤英二郎をメッセージ発信者に起用し、「日本だけがなぜ」と題し、世界でもトップクラスである医療技術を誇る日本において、未だ『結核』という過去の病気が蔓延している現実を突きつけます。

さあ、みなさん、彼の訴えをしかと受け止める準備できていますか…?

協力：(公社)ACジャパン



世界の結核⇔日本の結核⇔静岡県の結核

<2014年統計> 年間新規登録患者数 世界：約960万人 日本：19,615人 静岡県：510人
結核死亡者数 世界：約150万人 日本：2,099人 静岡県：53人

アジアはまだまだ結核で苦しんでいる……!

日本だって、年に二千人もの人が結核で命を落としているんです!



現在でも、日本では、1日に50人の患者が発生し、5人が命を落としている重大な感染症です。グローバル化が進む中、『結核』の問題は、日本だけにとどまりません。新しく結核を発症した患者さんの56%が東南アジアと西太平洋地域で発症し、アフリカがこれに次いでいます。世界の『結核』を減らさなければ、結果的には、日本の『結核』も減らないことになります。この考え方は、静岡県の『結核』も同様です。感染の可能性を絶つためには、『結核』を県レベル、国レベル、世界レベルの相互のベクトルから捉えることが重要です。『結核』はひとごとではないのです。



あとを絶たない、結核の集団感染!!



結核が過去の病だなんて、本当に思っているんですか!?

発表時期	発生場所	施設	感染源とみられる患者	感染者数(人)	発症数(人)	備考
2016年2月	仙台市(宮城県)	事業所	男性会社員/55歳	32	-	
2016年2月	和泉市(大阪府)	市消防本部	-	16	-	職員12人・家族4人感染
2016年3月	笠間市(茨城県)	茨城県立中央病院	女性入院患者/80代⇒その後、閉居性肺炎で死亡	11	5	看護師やその家族への感染
2016年3月	東大阪市(大阪府)	建設業人材派遣会社作業員寮	住人男性/50代⇒肺結核にて死亡	33	-	
2016年4月	渋谷区(東京都)	警視庁渋谷署	2月に肺結核にて死亡した留置男性/60代と思われる	38	11	警視庁員・警視庁医・同僚留置男性への感染
2016年5月	古河市(茨城県)	病院	-	16	3	入院患者・看護師への感染
2016年5月	佐賀県西部	医療機関	-	10	4	80代入院患者1名死亡
2016年5月	新宿区(東京都)	日本語学校	11月に結核と診断された外国籍男性/20代	43	9	
2016年6月	船橋市(千葉県)	-	8月に結核と診断された住居男性/20代	29	6	男性家族・友人・勤務先への感染
2016年6月	江津市(島根県)	事業所	-	12	4	
2016年7月	北九州市(福岡県)	病院および高齢者施設	-	22	-	感染者の内1人死亡
2016年8月	船橋市(千葉県)	学習塾	男性講師/30代	56	15	
2016年8月	船橋市(千葉県)	遊技場	-	8	6	
2016年8月	市原市(千葉県)	医療機関	-	13	4	
2016年8月	千歳市(北海道)	病院	病院勤務女性	14	3	

ここ最近の日本国内における集団感染事例です。2016年2月から毎月1~2件のペースで、日本各地、様々な施設や環境において発生しています。感染者の内、発症者・死亡者は数名ではありますが、これを、多いと捉えるか、少ないと捉えるか…危惧すべきは、『結核が、確実に現代社会においてなお、根強く存在し、その対処方法を誤れば、広がり、最悪の場合、死に至る』という事実です。ご自身の職場で!! 学校で!! 訪問先で!! 相次ぐ感染。いつ当事者になってもおかしくない現状がそこにはあります。

『結核』はひとごとではないのです。



レッツ、結核シュミレーション!

どうして、無関心で、いられるんですか!?

『結核』の現場で起こりうる現状を、架空の物語に仕立てました。『僕』になったつもりで、もしくは、近くの誰かを『僕』に見立てて、ぜひ、シュミレーションしてみてください。

ここに記載の物語はフィクションです。実在の人物及び団体とは一切関係ありません。主人公と同様の状況にある方が、必ず『結核を発症する』ということではありません。ご了承ください。



<僕のプロフィール>
性別：男性
年齢：26歳
身長：175 cm
体重：60 kg
職業：老健施設職員

ごくごく普通の青年の僕。仕事は、夜勤もあるため、シフトが色々で、睡眠や食事の時間が不規則ということもあって、たいへんなときもあるけれど、やりがいがある。趣味のバンドではボーカルを務め、週末には、ライブハウスでライブ。その後、バンド仲間たちと居酒屋で打ち上げ、盛り上がり2次会でカラオケボックスへ。ついつい終電を逃してしまい、マンガ喫茶で朝まで過ごすなんてことも多い。でも、充実した毎日だったんだ。

ある日の勤務時、悪寒を感じて早退した。熱っぽいし、咳も出る。早く治すために、かかりつけ医へ。『風邪だね』の一言。風邪薬をもらって帰宅。早めに就寝。翌日、少々のだるさを感じつつも出勤。その後、万全の体調への改善は見られなまま勤務し続け、2週間ほど経ってしまった。症状は一向に変わらない。というより、咳なんかはひどくなっている気がする。僕は、再度、別の医療機関で受診することを決めたんだ。

専門の呼吸器科での診断に僕は耳を疑った。『結核』。…『結核…。って何それ?』その後、即入院が決定し、突然の休職、人との交流も限られ、毎日の投薬治療などなど…孤独な闘病生活が始まった。

実は、これ、何も珍しい話ではないのです。みなさんも、『僕』の現状を容易に想像することができたのではないのでしょうか?ごくごく普通の日常の中に、『結核』になりうる要因が転がっています。今回の場合、要因はどこに隠れていたのか、考えてみましょう。一般における認識不足のみならず、医療従事者の知識不足により、受診の遅れや発見の遅れも起こっています。身近に存在しないのではなく、身近に隠れていて見えないだけ。そう、『結核』はひとごとではないのです。

総務課 近藤 みのり



わが国の結核の現状は、平成27年の最新データによりますと新たに結核患者として登録された人は18,280人で、1,956人が亡くなっており、世界の中では依然として結核の中まん延国として位置付けられていることから、引き続き十分な注意が必要です。結核の罹患率（人口10万対）で2015年は14.4であるが、2020年までには、10以下（低まん延国）を目指しますので、国民一人一人に理解と協力が得られるように知識を深め、結核対策の推進に一丸となって取り組むことが必要であります。



普及啓発イベントのお知らせ

- 9/18 (日) 9:00～13:00 富士市 2016 健康まつり 富士市フィランセにて
- 9/18 (日) 10:30～15:30 静岡市ふれあい健康増進館ゆらら
- 9/24 (土) 13:00～15:00 結核予防週間キャンペーン アピタ静岡店
- 10/ 9 (日) 静岡元気応援フェア 2016 ツインメッセ静岡
- 10/20 (木) 富士宮市役所
- 10/29 (土) 伊豆市社会福祉大会

※ 各地の健康まつりやイベントにて普及・啓発活動を実施中

● 県・各市町の健康まつりなどで、当会職員の参加（普及啓発活動・追加住民検診）、各種パネルの貸し出しやシールぼうやの派遣をしています。 → お問い合わせは、総務課 鈴木まで

吉林副知事を表敬訪問



秋原理事長と吉野会長は「結核への危機感が薄らいでいる」と懸念を述べ、

「結核は、結核予防の『複十字シール運動』が大切」と述べた。

「複十字シール運動」は、結核による全国の死者数は年間約2千人、両会が策めた2015年度の募金額は約1400万円です。使用してもらって、啓発につなげたい。今年には団体の安野光雅さんが描いたサンタクロースや獅子舞のイラストを使っている。

秋原理事長と吉野会長は「結核への危機感が薄らいでいる」と懸念を述べ、

「結核は、結核予防の『複十字シール運動』が大切」と述べた。

「複十字シール運動」は、結核による全国の死者数は年間約2千人、両会が策めた2015年度の募金額は約1400万円です。使用してもらって、啓発につなげたい。今年には団体の安野光雅さんが描いたサンタクロースや獅子舞のイラストを使っている。



複十字シール運動開始にともない、8月1日（月）静岡県結核予防婦人会長野野会長・鈴木副会長と当会の萩原理事長・染瀬常務理事・シールぼうやは吉林副知事に表敬訪問を行いました。この様子は8月3日の静岡新聞朝刊に掲載されました。

健康診断のすすめ

ご自分のがらだ、大切に扱っていただけますか？

みなさん、子宮頸がん検診を受けましょう！

「子宮頸がん検診はなんで受けなきゃいけないの？」と考える方もいらっしゃるかと思います。ではなぜお勧めするかといいますと子宮頸がんは、女性なら誰でもかかる可能性のあるがんだからです。ところでみなさん子宮頸がんになる原因って知っていますか？

発生する可能性が一番高いと言われているのが、ヒトパピローマウイルス（HPV）の感染によるものだと言われています。このウイルスは、性交渉時に感染すると言われておりますので、性交渉の経験がある女性は子宮頸がんのリスクがあると言っても過言ではありません。性体験の低年齢化が進むことにより、若年層の子宮頸がんの発生率が増えてきているのも事実です。

初期には、自覚症状がないため一番の対策は「定期的に検診を受けること」となります。検診によって早期発見することで子宮も生命も失わずに治療していくことが出来るのです。

業務課 北谷内 里美



なぜ・なぜ・なあに？

～女性に多い骨粗鬆症(こつそしょうしょう)～



『骨粗鬆症』(こつそしょうしょう)、一口では言えない早口言葉みたいなこの病気。みなさんも、一度は耳にしたことがあるのではないのでしょうか？

『粗』：粗いの意味。

『鬆』：『す』とも読む。『す』の入った大根、『す』の入ったプリンなど、穴が空いてスカスカな様子。



「す」が入ったプリン
スカスカ...。
おいしくない。

この2文字から想像できるように、『骨粗鬆症』は、骨のカルシウムが抜け、骨全体がスカスカになり、骨折しやすくなったり、背中や腰が曲がってきたり、また、その痛みがあったり、身長が縮むなどの症状が現れます。年齢を重ねれば、誰しも、骨の量は減っていきます。ただ、その減少は、体質や生活習慣に大きく影響を受け個人差があるのです。人生の中で、最大骨量は、20代～30代の時期に完成します。成長期の骨の形成は、将来に大きく影響します。

高齢化が進む日本国内においては、約1,300万人が罹っていると推測され、その8割が女性であり、65歳以上の女性では、その約半数が罹っているともいわれています。この理由は、①骨が細いこと ②閉経により、骨をつくる女性ホルモンの分泌量が減少することなどがあり、男性と比較し、その危険因子が多いからといえます。

『骨粗鬆症』の危険因子には、人種や遺伝、ホルモンバランスなどの自身でコントロール不可能なもの、生活習慣などの自身でコントロール可能なものがあります。

その進行を止めることは難しくとも、誰しも、骨を丈夫に保ち、できる限り長く、元気に生き生きとした生活を送りたいもの。その危険因子の数を減らすことが予防に繋がります。ぜひ、ご自身の生活習慣を今一度見直してみてください。そして、骨密度測定による、定期的なご自身の骨チェックをしましょう！

<骨粗鬆症の危険因子>



コントロール不可能	コントロール可能
<ul style="list-style-type: none"> ・加齢 ・性(女性) ・人種(白人や黄色人種) ・過去の骨折歴 ・遅い初経 ・家族の骨折歴 ・卵巣の摘出 	<ul style="list-style-type: none"> ・カルシウム、ビタミンD、ビタミンKの摂取不足 ・リンや食塩の過剰摂取 ・運動不足 ・極端な食事制限によるダイエット ・喫煙 ・アルコールやコーヒーの多飲 ・日光浴不足
など	など

業務課 川嶋信宏

骨強化・骨粗鬆症予防メニュー

健康レシピ

手軽に簡単!

小松菜とフルーツのスムージー

材料 2人分	
小松菜	1房
りんご(皮ごと)	1/2個
バナナ	1本
プレーンヨーグルト	50g
豆乳	200ml
レモン汁	少々
はちみつ	お好みで



おまけに
整腸作用も♡

作り方

小松菜は3～4cm幅、りんごとバナナは1口大くらいに切って、材料を全てミキサーにかけたら出来上がり!



Point 小松菜

ほうれん草によく似ていますが、ほうれん草よりショウ酸が少なく生で食べることができ、カルシウムは、ほうれん草の約3.5倍と豊富あります。店頭での選ぶコツは、葉の緑色が濃く鮮やかで、根が白く長いものが良いといわれています。

Point 豆乳

大豆にはカルシウムが多く含まれており、カルシウムを骨に定着させるのに重要なマグネシウムも多く含まれています。さらに、骨からカルシウムが流出するのを防ぐ効果がある、女性ホルモンのかわりに作用をする「大豆イソフラボン」も含んでいます。

Point バナナ

カリウムが強い骨を作るのに役立ちます。

総合健診課 上西昌子

結核予防会の本 出版案内



結核を中心とする疾病の予防に関する正しい知識を広く県民の方に普及するために、公益財団法人結核予防会が編集・出版している専門書やパンフレットなどの案内をしております。



好評発売中

結核に関する新情報！日々の業務に欠くことができない雑誌
「保健師・看護師の結核展望 107号」



この雑誌は、
定期購読を
利用することが
出来ます。

定価 2,052円(税込)

「行政」「業務」「事例研究」「わたしたちの仲間」「相談」の各欄に分け、結核に関するすべての動き、情報、研究、調査、業務等を網羅しており、保健師・看護師の業務に欠くことの出来ない雑誌です。

今回の特集は、「結核医療の基準の改正（平成28年）」
「DOTS 実施率の全国調査」
「在宅医療における高齢結核患者の支援」です。
また、患者中心の総合的支援ケアと題して座談会を掲載いたします。



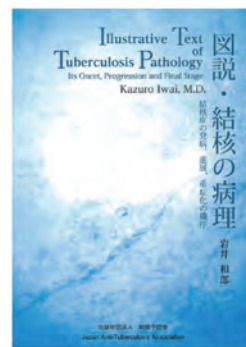
最近注目されている1冊

「図解・結核の病理 結核症の発病、進展、重症化の機序」

結核予防会結核研究所名誉所長 岩井 和郎 著

- 序章 結核菌と結核症の歴史
- 第1章 結核病理の基礎知識
- 第2章 結核症の病理形態学
- 追補 抗結核剤による空洞性病変の変化

オールカラーで、英語対訳付き(CD-ROMの付録付き)です。



定価 5,400円(税込)

普及啓発資料にお役立てください！

パンフレット「結核の常識 2016」

健康まつりなどのイベントの配布資料にぜひご活用ください。
在庫がある限り無料でご提供いたします。
結核の常識は、一般向けに作られた、とても分かりやすいパンフレットです。

9月24日から9月30日は結核予防週間です。
あなたと身近な人を結核から守るために、この機会に、結核について正しく知ってみてはいかがでしょうか！
また、結核予防会では、結核の基礎知識を掲載したパネルを貸出しております。ご希望の方は、右記のご連絡先までぜひお問い合わせください。

お問い合わせ先

公益財団法人静岡県結核予防会

総務課 までご連絡ください。

TEL : 054-261-2512 FAX : 054-261-9474

HP では最新情報を掲載しております。

どうぞご利用ください。

HP : <http://www.jatahq.org>



編集後記

リオオリンピックでの熱い闘いと共にかげ抜けた夏が終わりました。さて、少しばかり気は早いですが、いよいよ4年後、2020年の開催国は東京！厚生労働省では、このオリンピックイヤーに合わせ、1年間に新たに結核と診断される結核患者数を10万人当たり10人以下、いわゆる日本を低まん延国とする目標を定め、対策を強化することを決定しています。そのためには、国民のみなさまのご協力が不可欠です。当会としましては、今後とも、結核対策に励み邁進していく所存です。何卒、よろしくお願いいたします。

