



# 結核しずおか

43号 2018年9月27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-shizuoka@gaea.ocn.ne.jp

HP www.jata-shizuoka.org



## 巻頭言

本年4月1日に賀茂保健所長に就任した本間善之です。併せて静岡県保健所長会の結核担当となりました。

保健所長は2回目で、佐賀県小城保健所長として平成5～8年まで勤務して以来、22年ぶりに結核対策の第一線に戻りました。以下に結核対策について前回勤務経験と今回とを比較して、感じたことをお話ししたいと思います。

一番のトピックが平成18年の法改正により、結核予防法が感染症法に統合され、2類疾患に分類され、命令入所などの諸規定が、感染症法並びとなったことです。

前回の保健所勤務の平成5年当時、結核罹患者数、死亡者数は減少傾向にありましたが、その減少率は鈍化し、現在も完全撲滅は達成できず、国際比較において、先進国中、罹患率、死亡率は比較的高い、いわば、中蔓延国の状態で推移しております。

DOTSも本格的に導入され、一定の成果を上げていますが、治療未達成による多剤耐性結核例も存在しており、現在の経済成長の長期停滞と経済格差の出現がその一因ではないかと感じております。

また結核予防法及び関連法が想定していた就学、就業形態に基づく定期検診の網から漏れてしまうような、塾などや各種学校、非正規雇用等が一般化し、結果として、集団感染事例の温床となっている点にも危惧を感じております。

更に高齢者において、はっきりとした結核既往がないにもかかわらず、排菌性結核、粟粒結核を初発症状として、そのまま結核死に至る届出例も経験しております。

貧困と結核、古くて新しい常識を私たち保健所職員一同、改めて肝に銘じて、結核対策、結核感染症の撲滅を目指したいと考えております。関係機関の皆様、よろしく願いいたします。



# 特別養護老人ホーム りんどう

ふじのくに健康づくり推進事業所宣言をして。



## 特別養護老人ホームりんどう

ご自宅において、生活の継続が困難になった要介護者（介護認定が要介護3以上）に、食事や入浴など日常生活に必要な介護サービスを提供する施設です。（定員180名）

りんどうは、「より家庭的な雰囲気の中で自由に生活する」をモットーに、一人ひとりの想いを尊重し、あたりまえの生活をあたりまえに過ごしていただけるよう、寄り添うケアを実践します。

特別養護老人ホームりんどう

ショートステイりんどう

りんどうデイサービスセンター

居宅介護支援事業所りんどう羽鳥

居宅介護支援事業所りんどう

居宅介護支援事業所コスモス



ワークセンターりんどう

## 社会法人わらしな福祉会りんどう 事業内容

この大きな施設を支えている職員は124名と多く、平均年齢も45.6歳です。年2回の健康診断を結核予防会で実施しています。その中で全国健康保険協会様の勧めで、ふじのくに健康づくり推進宣言「メタボをなくそう」の目標を立てて、毎年全国健康保険協会様の特定保健指導を施設で実施しています。施設事務所に体重計を設置したり、全国健康保険協会様からの保健指導で、生活習慣改善の助言・指導を受けることで職員の健康に対する意識を高めています。



## ワークセンターりんどう

（障害者就労継続支援A・B型事業所）

就労継続支援A型事業所は、雇用契約に基づく『働く場』を提供します。障がいがある方で、『一般企業への就職を目指す方』・『企業就労は困難であるも自立した生活を目指す方』に対して、必要な知識及び、能力の向上に必要なサポート（支援）をする通所型の福祉サービスです。

「働きたい!!」でも…不安・悩み・課題がある…「りんどう」にはこんな仲間が集まって、夢に向かって歩んでいます。「職場見学・職場体験」いつでもご相談ください。

# 結核

# 知っておきたい

# 7つの

# !?



## その①

### 世界の人口の約 1/4 が感染!?

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。世界的規模では、死亡原因のトップ10のひとつとなっています。

4人に1人が感染という現実…家族、友達など周囲の状況を想像してみてください。もちろん自身も含め、感染の可能性は決して低くないことがわかるはずです。



## その②

### 結核はいまどきの病気!?

「再興感染症」:かつて存在した感染症で公衆衛生上ほとんど問題とならなくなっていたが、近年再び増加してきたもの、あるいは将来的に再び問題となる可能性がある感染症のこと。「結核」はいま、まさに「再びの感染症」として注目されつつあります。

「亡国病」と呼ばれていた結核。治療方法が確立されてからは順調にその患者数を減少させてきました。しかし、その向上による油断からか、現在、備えや知識が失われつつあり、爆発的に流行する可能性は未だ十分にあります。過去は過去。「結核」は過去のものではなく現在進行形の病気と考えましょう。



結核!?



## その③

### 結核は身近に潜んでいる!?

結核は咳やくしゃみなどの空気感染により人から人へうつります。その感染原因の特定は難しいところではありますが、高齢者および外国人の患者割合の増加、ホームレスや日雇い労働者の多い大都市圏などでの増加が特徴としてあげられます。知らず知らずの内に、感染源となる方と接触する機会が多ければそのリスクは高まります。また、換気が悪く、狭い場所では結核菌が滞留することが多く、カラオケボックスやライブハウス、漫画喫茶などの利用が多い若者の感染も要注意です。



## その④

### 医療従事者が結核を知らないなんて…!?

たいへん忌々しきことですが、体調の異変を感じて、医療機関を受診しても、「結核」と診断されるのに、数か月を要したり、病院に数件通うという事態が起きています。医者に「結核」の専門知識がなく、診断を瞬時に行えないことがあるのです。また、医者本人が「結核」に罹患しているにもかかわらず、気づかず、診療を行い集団感染へと繋がるケースもあります。患者本人が「結核」を疑う必要があるのかもしれませんが。感染症は、医療従事者のみならず、その他一般に広くある程度の知識を普及することが大切です。



## その⑤

### 結核菌は潜伏が大好き!?

「結核」は「結核菌」により起こる病気です。せき・たん・発熱など風邪に似た症状がつづき、体重減少・食欲不振・寝汗などの症状、ひどくなると、だるさ・息切れ・咯血や呼吸困難などがあり、最悪の場合、死に至ることもあります。ただ、感染しても必ずしもすぐに発病するわけではなく、多くの場合、自身の免疫力により「結核菌」の増殖は抑えられ休眠状態になります。この潜伏期間は数十年におよぶ場合もあります。高齢や病気になって体力や免疫力が衰えたとき…「結核菌」が復活する可能性があるため要注意です。



## その⑦

### DOTSでめざせ STOP TB!?

いざ「結核」になってしまった場合、症状の程度により入院が必要な場合もありますが、公的負担により、6~9か月の投薬治療で治ります。ただし、症状が消えても、途中で服薬をやめると、薬の効かない耐性菌になってしまうこともあるため、患者の服薬には、医療従事者による確認や支援が行われています。これを「DOTS (Direct Observed Treatment, Short-course:直接監視下短期化学療法)」といいます。家族、様々な医療スタッフ、行政機関の協力があり、結核の治癒が実現します。

結核は日本の重大な感染症です。

結核予防週間 9/24~9/30

初期の結核の風邪症状は似ていますが、

ビックリ!? なんてしてる場合じゃない!!

来たる 2020 年!

東京オリンピック・パラリンピックを低まん延国で!

世界的に問題になっている結核。そのような中で、日本は、未だ結核の罹患率 13.3 (2017 年数値) の中まん延国です。先進国のほとんどが、低まん延国の中、これは危惧すべき事実です。厚生労働省は、2020 年の低まん延国化に向け、対策を強化する方針を示しています。定まった目標をかかげることは、実現への第一歩!

みなさまも普及啓発をする際は、意識してみてください!

総務課 近藤みのり

## 結核のない世界をつくるために!!

### 川勝知事を表敬訪問



静岡県結核予防会の萩原理事長・又平常務理事と静岡県結核予防婦人会長野会長・井出副会長・原副会長とシールぼうやが8月30日に川勝知事を表敬訪問いたしました。

萩原理事長から、8月1日から開始されている複十字シール運動は、結核や肺がんなど呼吸器系の疾患をなくして健康で明るい社会を作るため、これらの病気に対する知識の啓発と予防意識の高揚を図るとともに、事業資金を集める活動であること、また、わが国の結核の現状は、平成29年中に新たに結核患者として登録された人は16,789人で、人口10万人当りの罹患率は13.3、静岡県の結核の状況は、新たに結核患者として登録された人は424人で、人口10万人当りの罹患率は11.5であり、全体としては減少傾向ではあるが、減少幅は小さくなっており、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を伝えました。また、厚生労働省は、東京オリンピック・パラリンピックの開催される2020年までに、罹患率を10以下を目指すことを宣言し、官民の連携を持って推進することが約束されていることも伝えました。

結核予防婦人会の長野会長からは、結核の特徴として高齢者の割合が高いため、この年代の結核検診の受診数を増加させ、孫の世代に結核菌を残さない健康で明るい社会を作るよう、県内の婦人の力を集約させて結核予防の普及啓発の充実を図る旨と、全国2位の複十字シール運動の実績を伝え、川勝知事にさらなる協力をお願いしました。



### 結核をなくすための 複十字シール運動に

静岡県募金目標額 710万円

ご協力をお願いします。

公益財団法人結核予防会では「結核のない世界」をつくるため、複十字シール運動による募金活動を実施しています。静岡県は710万円を目標に実施します。

皆様の温かい善意の収益金は、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緒事業に充当させていただきます。

### ● 結核予防週間 9月24日から9月30日

今年の結核予防週間は、『遺したいものは、それですか?』をスローガンに実施します。この一週間を、「結核の制圧」に向けて、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・啓発イベント実施の報告とご案内

- 6/16 (土) おやま健康フェスタ 小山町総合体育館
- 6/24 (日) 杏林堂薬局 美と健康の体験フェスタ2018 アクトシティ浜松展示イベントホール
- 9/16 (日) ゆらら健康まつり 静岡市健康増進館ゆらら
- 9/16 (日) 2018健康まつり 富士市フィランセ (結核の常識の掲示)
- 9/24 (月) 結核予防週間キャンペーン アピタ静岡店



- 10/27 (土) 伊豆市社会福祉大会 修善寺生きいきプラザ
- 11/11 (日) 伊東市健康フェスタ 伊東市健康福祉センター



● 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)、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



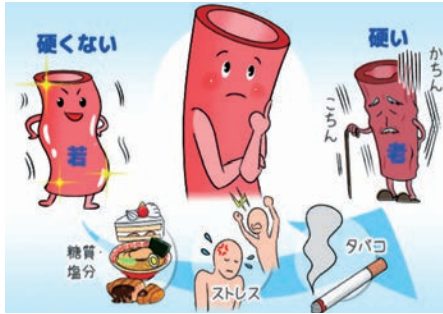
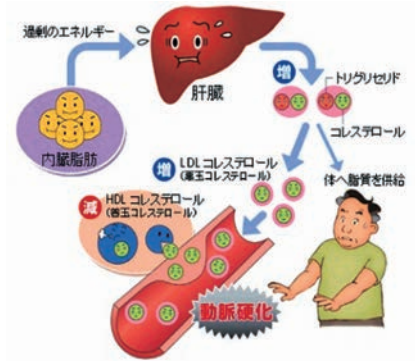
# なぜ・なぜ・なあに？

## 血管は若返る！

～生活習慣・食生活を改善、健康寿命を延ばす～

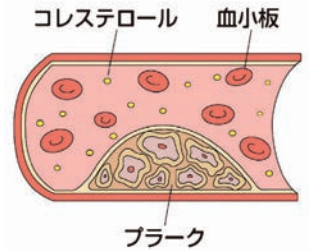
今回のなぜ・なに・なあには血管のお話をさせて頂きたいと思います。

現在の日本人死因上位ベスト10位に入る病気である心臓病や脳卒中などの病気に大きく関わる原因となるのが血管です。全身に栄養を送るという重要な役割を担う血管は、「最大の臓器」とも呼ばれております。人の血管は50代後半ぐらいから老化すると言われてはいますが、これはあくまで平均値。



喫煙やストレスなどの問題ある生活習慣が原因で、実年齢はまだ若いのに、血管だけは老人並みという人が非常に増えているという話もあります。では、この血管の老化とは、実際どのような状態を言うのでしょうか。

これは、血管に弾力性や厚みがなくなり、しなやかだった血管が硬いゴワゴワの状態になることをいいます。



血管が硬くなると血液の流れが悪くなり、コレステロールなどが血管の壁に付着して、プラークと呼ばれるお粥状の塊となります。このプラークがどんどん大きくなると、やがては血液の通り道を塞ぎ詰まらせてします。また、そのプラークが破裂し、血管を詰まらせてしまうケースもあります。プラークが破裂して傷口ができる

と、そこに止血役の血小板が集まり、傷を修復します。ですがその一方で、血の塊(血栓)もできてしまいます。

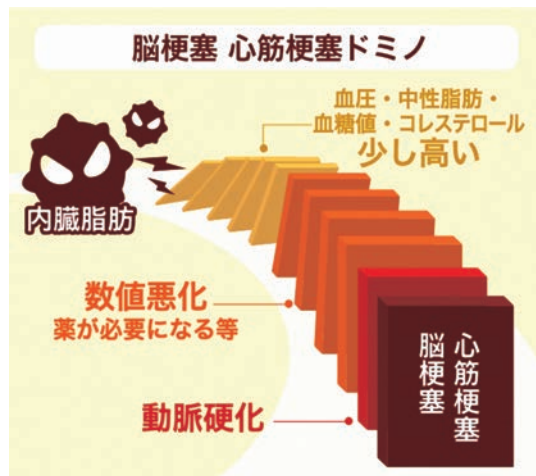
この血栓がその場で血管を詰まらせることもあるし、血流に乗って心臓や脳や肺に運ばれ、そこで血管を詰まらせます。これが寝たきりや突然死を招く心筋梗塞、脳卒中、肺栓塞症を起こすのです。ですから、血管の年齢は健康や寿命に直結します。

血管の老化は気づかないうちに進行し、ある日突然命を奪う「サイレントキラー」でもあるのです。本当におそろしいですね。

では、この様にならないためにはどうすればよいのでしょうか。

最大のポイントは、食生活を改善して血液をサラサラに保つことです。

現代人はハンバーガーなどをはじめとするいわゆる「ファーストフード」を食べる機会が多く、これが、心筋梗塞などの虚血性心疾患が激増した要因のひとつです。つまり、血液がドロドロになってしまったというわけです。動脈硬化や血栓を起こしやすい人には、共通の生活パターンが認められます。血液は、暮らしぶりや食生活を反映する鏡のようなものです。血栓による突然死や心筋梗塞、重い後遺症を残しがちな脳梗塞などを引き起こさないために、低塩、豊富な野菜・果物、雑穀類、十分なカルシウム、体に良い脂質の摂取が基本となっています。血管が詰まっている人は、血圧管理と体重管理も必要となるでしょう。ぜひ今日から予防のための生活を心がけていきましょう。



**とり過ぎ注意**

コレステロールの多くは肝臓で合成されます。動物性の脂肪を多く含む食品は、合成を促進します。とり過ぎに注意しましょう!

**とり過ぎ注意**

コレステロールを増やす食品 (飽和脂肪酸を多く含む)

**とり過ぎ注意**

コレステロールを多く含む食品

**積極的にとりましょう**

コレステロールを減らす食品 (多価不飽和脂肪酸を多く含む)



# 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。

## 新刊情報

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 111号」

「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ができない雑誌です。



- 今回の特集は、「①医療基準の改正について」  
「②小児結核診療の手引きについて」  
「③潜在性結核感染症治療の普及を目指して」です。



また、業務ではDOTSの取り組み以外に外国人向けの結核診療DVDを紹介します。

この雑誌は、定期購読を利用することができます。 定価 2,052円(税込)

### 「結核の統計 2018」

平成29年の結核登録患者情報調査年報集計結果が網羅されており、外国出生結核患者に関するグラフィックなど、内容が充実しております。

平成29年日本の新登録結核患者数は16,789人。また、人口10万人対罹患率は13.3となりました。

定価 3,240円(税込)



## 普及啓発・教育資料にお役立てください！

### パンフレット「結核の常識 2018」

健康まつりなどのイベントで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、結核の常識は、イベントでの配布以外に看護学部入学生の健康指導、行政の保健衛生ご担当者の研修時などに活用いただいております。



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、下記の連絡先までぜひお問い合わせください。



### 注文・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  
E-mail tb-shizu.ha@gaea.ocn.ne.jp  
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>

題字：田中 隆(元当会職員) 表紙撮影：村木 弘知(元県職員)