

# いちぎとちぎ

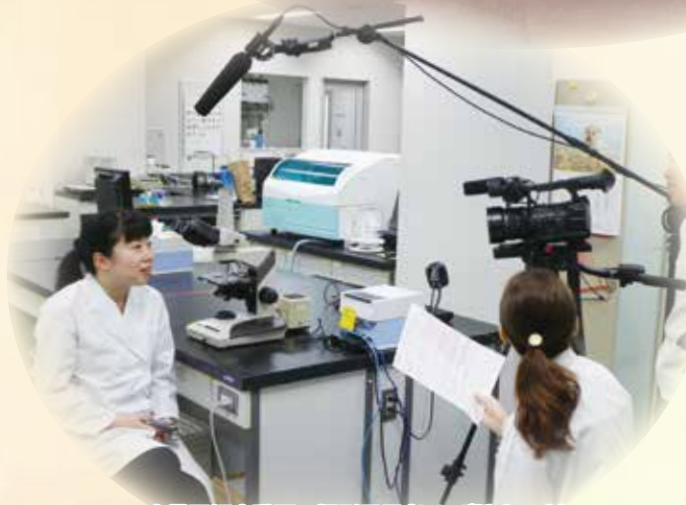
2019  
No. 35



働く車大集合!! (5月5日 ツインリンクもてぎ)



職員によるFM普及啓発告知収録  
(エフエム栃木 RADIO BERRY)



事業団紹介動画の撮影風景 (とちぎ健康の森)



復十字シール運動開始にあたる知事表敬訪問  
(7月29日 栃木県庁知事室)

## 01 からだ新発見

- ・子どもの生活習慣病と健康づくり  
～生涯の健康づくりのために子供の頃から正しい生活習慣を～

## 04 事業団インフォメーション

- ・アレルギー検査を開始しました
- ・事業所健診におけるICカード健診用機器の追加整備を行いました
- ・前立腺がんの基準値及び結果書コメントの変更について
- ・新しい検診車の紹介
- ・X線検査装置を更新しました【人間ドック】
- ・胃内視鏡室をリニューアルしました【人間ドック】
- ・平成30年度簡易専用水道検査外部精度管理調査で「S」ランクを取得しました

## 03 トピックス

- ・風しんの追加的対策の実施について
- ・とちぎの子ども育成憲章について

- ・簡易専用水道検査の結果書様式が変更になりました
- ・集団健診に関する意見交換、セミナーを開催しました
- ・精度管理室を新設しました
- ・平成30年度 募金活動報告
- ・がん検診啓発セミナーの開催について
- ・令和元年度 がん征圧募金記念品のデザイン決定!



# からだ新発見

File Number

35

## 子どもの生活習慣病と健康づくり

～生涯の健康づくりのために子供の頃から正しい生活習慣を～

公益財団法人予防医学事業中央会

山根 則幸 専務理事

### 1 はじめに

今から10年以上前にメタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)という概念が、一般的用語として広く使われるようになりました。この言葉は肥満に加えて高血圧、高脂血(脂質異常)、高血糖(糖尿病)等を合わせてもっている状態をいいます。当時、国の施策として「特定健診、特定保健指導」が導入された時期に広く国民にも理解されるようになりました。

これらの病気は、動脈硬化の危険因子が原因で引き起こす中高年に多い病気として扱われてきました。それらは、長い間の不規則な生活や不適切な生活が引き起こし、大人特有の病気と考えられてきました。

ところが近時では予防医学事業中央会の各県支部の「小児生活習慣病予防健診」の結果から「コレステロールが多い」「血圧が高い」「太りすぎ」等を指摘される子供達は少なくありません。

予防医学事業中央会では1984年から子供達の健康状態の変化を確認(調査票等)しながら健康状態の変化を観察(問診と検査データ)して、将来成人の健康づくりに役立てるために「小児生活習慣病予防健診システム」を立ち上げ、2019年度までの実績を集計してきました。当初全国で1万人/年間で始まった健診も2000年には15万人/年間で越えて、現在は20万人/年間のデータが集まっています。

こうした長年にわたるデータの評価や解析は、データ収集に協力を頂きました皆さんや、多くのそれぞれの専門家の皆さんの協力を得て実施しています。そして、新しい知見等を勘案した上で機会を見て報告させていただき、学校保健に携わる方々や保護者の皆様にお役立てできるようなデータにまとめられと考えています。

### 2 小児生活習慣病予防健診システム

現在私達が運用している「小児生活習慣病予防健診システム」には、幾つかの視点があります。今回(これまでに)私達が使用しているシステムと基準値を示します。システムの全体像は小児生活習慣病予防健診のシステムの一部(図1)のとおりです。

- 健診は事前のお知らせと共に「子供の生活習慣病と健康作り」等のパンフレットを配布して本人、家族を含めて啓発健康教育の実施。
- 生活習慣病予防健診調査票を配付。
- 生活習慣病予防健診調査票の回収。身体計測、肥満度算出、血圧測定、血液検査(総コレステロール、HDL-C、LDL-C、貧血)の実施。
- 総合判定:基準値に従い総合判定して必要により指導区分を決定。
- 必要により、集団指導や個別指導を行う。

判定は小児生活習慣病予防健診システムのロジックと基準値(図2)及び小児生活習慣病予防健診管理スコア表(図3)のとおりです。

図1:小児生活習慣病予防健診のシステムの一部

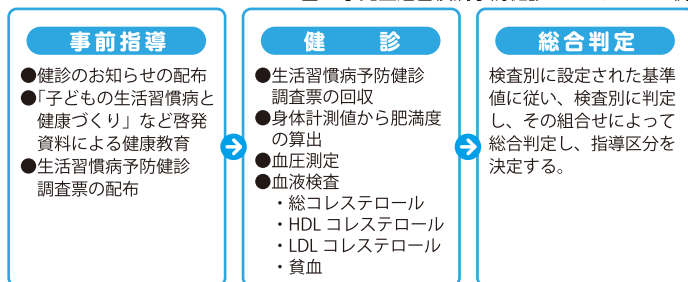


図2:小児生活習慣病予防健診のシステムのロジックと基準値

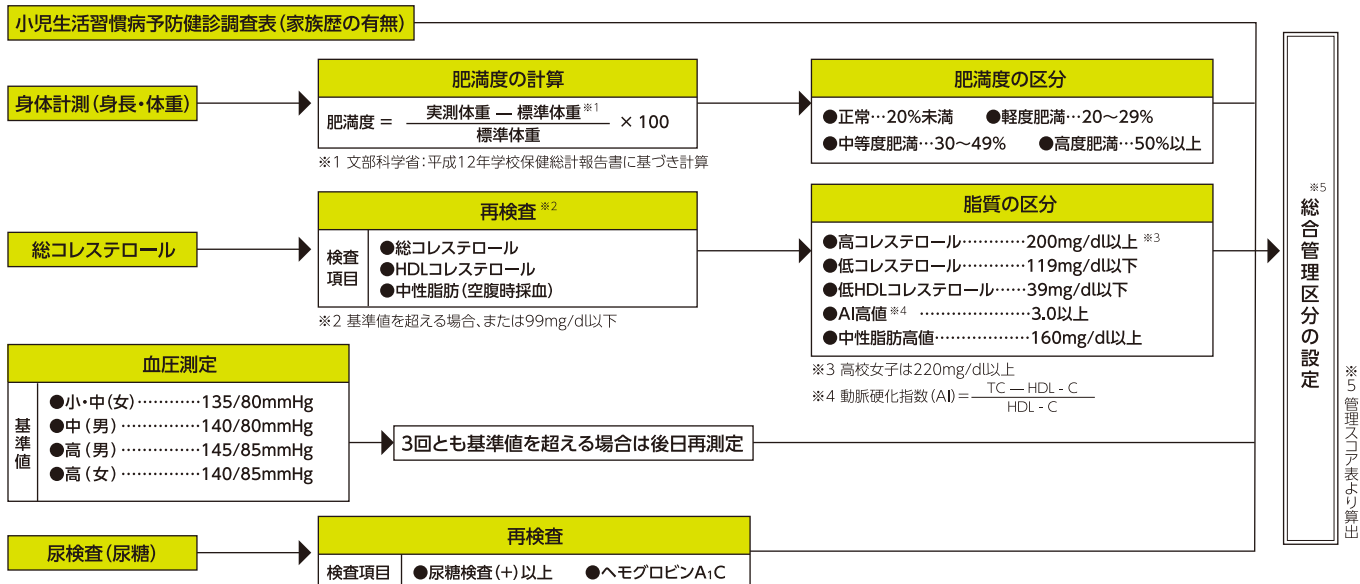




図3:小児生活習慣病予防健診管理スコア表 (平成5年4月改訂)

01 家族歴	
●両親ともに冠動脈の虚血性病変あり	4点
●両親・兄弟いずれかに冠動脈の虚血性病変あり	3点
●祖母・伯(叔)父・伯(叔)母いずれかに冠動脈の虚血性病変あり	2点
●両親・兄弟いずれかに脳卒中あり	2点
●祖母・伯(叔)父・伯(叔)母いずれかに脳卒中あり	1点
●両親・兄弟いずれかに糖尿病あり	3点
●両親・兄弟いずれかに高脂血症あり	1点

注) 家族歴は加算するのではなく、いずれか該当するものの中から最も高いスコアのものだけを選ぶ

02 肥満	
●高度肥満	3点
●中等度肥満	2点
●軽度肥満	1点

注) 文部科学省・平成12年学校保健統計報告書に基づき計算

03 血清脂質	
●総コレステロール280mg/dl以上	6点
●総コレステロール240mg/dl以上	3点
●総コレステロール200mg/dl以上 (高校女子は200mg/dl以上)	1点
●総コレステロール119mg/dl以下	1点
●総コレステロール 99mg/dl以下	2点
●動脈硬化指数 <sup>*</sup> 3.0以上	2点
●中性脂肪(空腹時採血)200mg/dl以上	3点
●中性脂肪(空腹時採血)160mg/dl以上	1点

\*動脈硬化指数=総コレステロール-HDLコレステロール/HDLコレステロール

注) 上記のうち、動脈硬化指数や中性脂肪のスコアは1次検査で総コレステロールが基準値を超えた場合のみ、2次検査で中性脂肪やHDLコレステロールを測定して算出する。

04 糖尿病	
●糖尿病あり	6点

注) ただし、1次検査で尿糖(+)は1点。

05 管理区分	
●A.(医学的管理)	6点以上
●B.(定期的経過観察)	3~5点
●C.(食生活注意)	2点
●D.(管理不要)	1点
●N.(正常)	0点



この基準値などの作成については、本会の中に「小児期からの生活習慣病予防学術委員会」を設置して小児科、運動、栄養学等のそれぞれの専門の立場からの先生の意見を参考にして議論をまとめてまとめたものです。

### ③小児生活習慣病予防健診は、なぜ必要か

生涯健康を維持するためには、子供の今の時期がとても重要です。大人になってからの生活習慣病は、子供の頃から予防することがいかに大切かを再認識していただきたいからです。

- ①肥満になると、動脈硬化につながる高血圧、高脂血症(脂質異常症)、糖尿病等の病気にかかりやすくなる。また、子供の肥満は大人の肥満に移行しやすい。
- ②本態性高血圧(原因となる病気がない高血圧)は将来脳卒中や心筋梗塞のリスクが高くなるにもかかわらず子供の高血圧では軽度で無症状。このため本人も気がつかないままです。
- ③高脂血症(脂質異常症)という、病気の状態にある子供達が見られるようになっている。
- ④ある時期にコレステロール値の高い状態の人は、その後も高い状態が続く傾向がある。

### ④おわりに

予防医学事業中央会では、「小児生活習慣病予防健診」の実施を全国の支部を通じて提唱をしています。その目的は、子供達が健診を受けることで、自分の生活習慣病に罹るリスクを知ってもらい、母親や父親、家族の皆さんも含めて、生活習慣を正しく理解してもらうことにあります。

この健診を受けることにより、食習慣、運動習慣等の生活習慣、心の健康課題等の多くの健康教育の必要性について理解をしてもらうことが大切です。近時ではがん教育の推進を図るために、がんのメカニズムや予防の知識、早期発見の為に検診受診、治療法、がん患者への理解まで対象学年ごとに教材が作成されて教育が始まりました。

タバコの問題につきましても「がん対策基本法」に基づき対策が進められていきます。

生涯を健康で過ごす為にも小児期からの正しい生活習慣を身につけて健康管理の基礎を築いていくことがとても重要なことと考えます。

参考文献:「子供の生活習慣病と健康づくり」(小児期からの生活習慣病予防学術委員会編)  
「小児生活習慣病予防健診実施報告書」(平成5年~11年)(予防医学事業中央会編)

## 1 風しんの追加的対策の実施について

厚生労働省は、風しんの追加的対策として、2022年3月31日までの間に限り、昭和37年4月2日から昭和54年4月1日までの間に生まれた男性に対し、予防接種法に基づき、風しんの抗体検査と定期接種を行うこととしました。

風しんの予防接種は、現在、予防接種法に基づき公的に行われていますが、公的な接種を受ける機会がなかった昭和37年4月2日から昭和54年4月1日の間に生まれた男性は、抗体保有率が他の世代に比べて低く(約80%)なっています。

ワクチンの効率的な活用等のため、市町が主体となり対象者に風しんの抗体検査を実施し、結果が陰性だった方に対して風しんの定期予防接種を行います。抗体検査の受検については、医療機関での受検のほか、国民健康保険の被保険者等に対しては、特定健診等の機会を、事業所で健診を受ける方に対しては、事業所において定期に実施する健康診断の機会を活用し抗体検査を実施すると示されています。

これを受け、当事業団の集団健診(住民健診、事業所健診)及び人間ドックにおいても風しんの抗体検査を実施しています。

受検を希望される場合は、“風しんにおける抗体検査及び予防接種クーポン券”(住民登録されている市町から風しん抗体検査の案内とクーポン券が送付されます。)を確認していただき、住民健診では市町、事業所健診では勤務先、人間ドックでは当事業団人間ドック課の担当者(TEL:028-673-8282)へお問い合わせください。



風しんの追加対策リーフレット(厚生労働省作成)

風しんは、感染者の飛まつ(唾液のしぶき)などによって他の人にうつる、感染力が強い感染症です。妊娠早期の妊婦が風しんに感染すると、出生児が先天性風しん症候群(眼や耳、心臓に障害がでること)になる可能性があります。大人になって感染すると無症状～軽症のことが多いですが、まれに重篤な合併症を併発することがあります。また、無症状でも他人に風しんをうつすことがあるので感染を拡大させないためには社会全体が免疫を持つことが重要です。

## 2 とちぎの子ども育成憲章について

### ～大人の責任と役割～ 憲章の理念を実践しましょう！

栃木県では、“子どもを育てための大人の基本理念や行動指針”として、平成22年2月に「とちぎの子ども育成憲章」を制定しました。この憲章は、県民が力を合わせて子どもたちを健全に育てていくために、大人が具体的に取る姿勢を分かりやすく示しています。是非、子どもたちが夢や希望を持ち心豊かでたくましく成長するために、私たち大人が積極的に子どもたちと関わっていきましょう。なお、毎年7月は「青少年の非行・被害防止全国強調月間」、11月は「子供・若者育成支援強化月間」となっております。

【栃木県県民生活部 人権・青少年男女参画課】

※当事業団は、「とちぎ教育の日」事業に協賛しています。

## アレルギー検査を開始しました

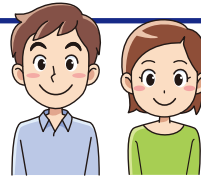
当事業団では人間ドックのオプション検査として、「アレルギー検査」を開始しました。少量の血液で48種類のアレルギーの原因とされる項目が分かります。測定項目は食物系(24種類)・通年性(11種類)・季節性(13種類)の48種類で、特定原材料7品目(加工食品への原材料表示義務)卵・乳・小麦・落花生・エビ・カニ・ソバも含まれています。

国民の約2人に1人が何らかのアレルギー疾患を持っていると言われています。また、一般的には加齢と共にアレルギーの原因となる物質が変わることや、アレルギーを起こさなくなることもあります。ご自身の持つアレルゲン(アレルギーの原因となる物質等)を知り、アレルギー症状発症の予防や健康維持のひとつとして、数年に一度はアレルギー検査を受診されることをお勧めします。

### アレルギー検査のご案内

1度に**48種類**<sup>\*1</sup>のアレルギーの原因がわかります

\*1 一部、ミックス項目を含みます。



☑ **少量**<sup>\*2</sup>の血液で検査ができます。

\*2 血清で0.5mLとなります。

☑ **特定原材料7品目**  
(加工食品への原材料表示義務)

**卵・乳・小麦・落花生・エビ・カニ・ソバ**  
すべて検査できます。

アレルギー検査についてのお問い合わせは人間ドック課まで

TEL:028-623-8282 E-mail:dock@tochigi-health.or.jp

## 事業所健診おけるICカード健診用機器の追加整備を行いました

ICカード健診機器の追加整備を行ったことにより、現在受託しております企業様全般を対象に、ICカード健診をご利用可能な体制が整いました。

ICカード健診では、ICカード・ハンディターミナル・タブレット・PCを使用し、各端末やコンピュータ上で受診項目の管理を行います。このため、各項目の受診人数をリアルタイムで把握することができ、人的ミスによる未受診・過受診を防止します。

また、身長・体重等の検査数値は受診票に記入せず、検査機器からICカードへ自動入力されるため、検査データの信頼性向上(誤記入防止)、検査時間の短縮が見込めるとともに、プライバシーの保護にも繋がります。

今後も、当事業団ではより精度の高い健診・検査をご提案いたします。

※ICカード健診については実施条件がございますので、詳細については担当者よりご案内いたします。



IC健診についてのお問い合わせは健診推進課まで

TEL:028-623-8383 E-mail:kensui@tochigi-health.or.jp

## 前立腺がんの基準値及び結果書コメントの変更について

栃木県がん集検協議会前立腺部会からの提言および依頼により、2019年度から以下のとおり変更されました。

1) PSA値の表記が小数点第1位から小数点第2位となり、基準値も変更されました。

2) 「前立腺がん検診ガイドライン2018年度版」(日本泌尿器科学会編)に基づき、集団健診の前立腺がん検診結果書にコメントが印字されるようになりました。

■基準値 (単位:ng/mL)

	～2018年度		2019年度～	
	異常認めず	要精密検査	異常認めず	要精密検査
64歳以下	0.0～3.0	3.1～	0.00～3.00	3.01～
65～69歳	0.0～3.5	3.6～	0.00～3.50	3.51～
70歳以上	0.0～4.0	4.1～	0.00～4.00	4.01～

コメント

★男性円形脱毛症(AGA)治療薬を服用中の場合、PSA値が約50%低下するといわれています。検診結果の2倍値が基準値より高い場合は、主治医または専門医にご相談ください。



## 新しい検診車の紹介

### 【胃肺併用検診車(あすなる2号)】

胃の撮影装置と胸部の撮影装置をそれぞれ1台ずつ搭載した併用検診車を整備しました。

健診のスタイルに合わせて撮影装置の切り替えができるので、今後色々な健診での活躍が期待されます。

また、胃の撮影装置にはFPD(フラットパネルディテクタ)を採用しており、これまでのデジタル胃検診車の撮影装置よりも画質が向上しました。



### 【胸部検診車(あおば1号、あおば14号)】

昨年に引き続き、蓄電池搭載の胸部検診車を2台整備しました。健診中に必要な電力を蓄電池から供給しており、発電機による排気ガスが出ないため環境に優しく、また騒音もありません。

うち1台(あおば14号)は車椅子のまま乗降が可能なリフトが付いており、移動に車椅子を利用される方が多い特別支援学校や老人介護施設での健診に活躍します。



## X線検査装置を更新しました【人間ドック】

検査精度の維持・向上を目的とし、胃X線撮影装置3台、胸部X線撮影装置1台、X線骨密度測定装置1台を更新しました。高画質・低線量はもとより、検査の安全性や受診者への検査環境に配慮したものとなりました。

### 【胃X線撮影装置】Raffine-i(キヤノンメディカル社)

逆傾斜を-30°で止め深い角度付けを防止する機能を備え、併せて寝台に自動肩あてを装備したことで肩当てが密着し、より安心して検査を受けていただけるようになりました。

### 【胸部X線撮影装置】CALNEO Smart C77(FUJIFILM社)

コンパクトな撮影部で車いす等での座位撮影もよりスムーズにでき、小柄な方でも抱えやすいものとなりました。

### 【X線骨密度測定装置】ALPHYS A(日立社)

コンパクトなデザインで足元のスペースが十分に確保され、無理のない姿勢で容易に測定することができるようになりました。



Raffine-i



CALNEO Smart C77



ALPHYS A

## 胃内視鏡室をリニューアルしました【人間ドック】

胃内視鏡検査のご要望は年々増加傾向にあり、胃がん検診指針の改定により内視鏡が推奨されたことも踏まえ、胃内視鏡室の拡充と改修を行い、より良い環境で受診いただける環境を整えました。

これまでより多く胃内視鏡検査のご要望にお応えできるようにはなりますが、実施可能な人数に限りがありますので、早めのご予約をお願いいたします。

### 【胃X線検査から胃内視鏡検査への変更差額】

・経口 / 6,000円 ・経鼻 / 9,000円 ※ともに消費税別

胃内視鏡検査についてのお問い合わせは人間ドック課まで

TEL:028-673-8282 E-mail:dock@tochigi-health.or.jp



## 平成30年度簡易専用水道検査外部精度管理調査で「S」ランクを取得しました

平成30年11月9日に行われた「平成30年度簡易専用水道検査外部精度管理調査（主催：一般社団法人全国給水衛生検査協会、後援：厚生労働省）」において、当事業団は前年度に引き続き「S：優秀（100点）」の評価をいただきました。

簡易専用水道検査登録機関は当該調査を1年に1回受けることが義務付けられており、平成30年度は全国129機関が参加し実施されました。

今後も高い精度の維持と信頼性の確保のために日々研鑽に努めてまいります。

### 平成30年度調査結果

S：98機関(76.0%)  
A：27機関(20.9%)  
B：4機関(3.1%)



## 簡易専用水道検査の結果書様式が変更になりました

当事業団の簡易専用水道検査の結果書においては、従来より独自の様式を採用しておりましたが、令和元年4月1日検査分より、厚生労働省告示第262号に準拠した新様式へと変更になりました。

幾つかの部分で判定区分が異なる他（判定基準については変更ありません）、水質検査の記録の有無や、水槽の清掃日の記載などの項目を新たに設け、分かりやすかつ設置者様などの管理の一助となれるよう工夫して作成しましたので、日々の管理に活用いただければ幸いです。



## 集団健診に関する意見交換、セミナーを開催しました

### 【平成30年度住民健診担当者意見交換会】

平成31年3月7日にとちぎ健康の森にて、次年度の住民健診実施にかかる意見交換を目的とした「平成30年度住民健診担当者意見交換会」を開催しました。

胃がんリスク検診や子宮がん検診HPV検査の現状と課題についての情報提供、栃木県がん集検協議会精度管理部会による発見がん追跡調査実施報告のほか、高齢者に向けた運動機能等測定事業（モデル事業）についての結果報告等がありました。

【参加者：20市町35名】



### 【平成30年度産業保健セミナー】

平成31年3月14日にとちぎ健康の森にて、第4回とちぎ産業保健セミナーを開催しました。今回は講師として全国健康保険協会栃木支部および株式会社昭特製作所（神奈川県）へ依頼し「健康経営取組事例紹介」についてご講演いただきました。今後も産業保健に携わる方々に、様々なテーマで有益な情報を届けられる様なセミナーを開催していきます。

【参加者：22団体26名】



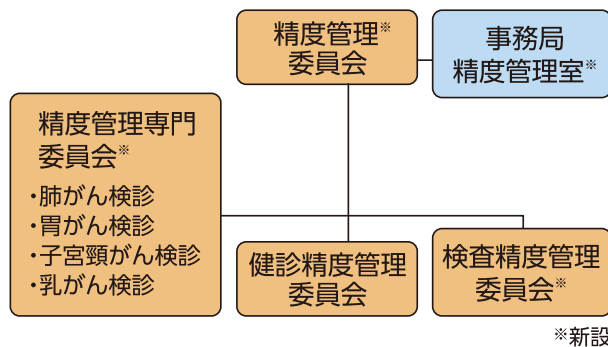
## 精度管理室を新設しました

当事業団では、平成31年4月に「精度管理室」を新設しました。

これまで健診や検査についての精度管理は、それぞれの分野で委員会やグループ単位で行ってきました。しかし、全体の精度管理を総括し、各委員会等の活動状況を管理する仕組みが無かったことから、健診・検査等に関する全ての事項を対象とする「精度管理委員会」（委員長：理事長）を設置しました。

そして、その委員会の事務局として「精度管理室」が新設され、各委員会等の活動状況を整理し、月一回精度管理委員会に説明・報告を実施するなど、精度の維持向上に貢献しています。

併せて健診以外の検査を所掌する「検査精度管理委員会」や4つのがん検診の撮影や判定などを所掌する専門医師を外部委員として迎えた「精度管理専門委員会」も設置しました。



## 平成30年度 募金活動報告

平成30年度複十字シール募金・がん征圧募金額は下記の通りでした。ご協力ありがとうございました。お寄せいただいた募金はがんや結核に関する正しい知識の普及に役立てています。

■ 複十字シール募金(全国)：201,010,308円  
(うち栃木県：2,013,931円)

### 募金使途

- ・教育広報費……………49.5%
- ・国際協力費……………20.5%
- ・結核予防事業助成費…16.9%
- ・調査研究事業費等…0.4%
- ・諸経費……………12.7%



シールちゃん

■ がん征圧募金(栃木県)：2,689,455円

### 募金使途

- ・普及啓発広報費……………32.5%  
(新聞・テレビ・ラジオ)
- ・普及啓発資材購入費……………33.1%  
(パンフレット・ポスター等)
- ・普及啓発イベント関連費…20.8%  
(がん検診啓発セミナー等)
- ・事務経費……………13.6%



とちまるくん©栃木県

今年度も募金活動を実施します。ご協力をよろしくお願いいたします。



シールちゃん

シールぼうやのLINEスタンプも販売中です！  
友人や家族とのメッセージにぜひご利用ください！  
(売上金は募金として扱われます)

シールぼうや 検索

QRコードからもアクセスできます。



シールぼうや

## がん検診啓発セミナーの開催について

がんに関する知識の普及及びがん検診の受診率向上を図るため、今年度も「がん検診啓発セミナー」を実施します。今年度は、鹿沼市と共催いたします。

### 【開催日時】

令和元年11月4日(月・休)13:30~15:30(開場12:30)

### 【開催場所】

鹿沼市民文化センター(大ホール)

### 【定員】

1,200名  
※当日は入場整理券が必要となります。  
(当日に席の空きがあれば入場整理券のない方も入場可能)

### 【入場整理券配布場所】

鹿沼市役所健康課、  
鹿沼市民文化センター、  
鹿沼市民情報センター

### 入場無料

鹿沼市以外の方も参加できます！

### ◆特別講演◆

明るくさわやかに生きる～  
アグネスが見つめた命

講師：アグネス・チャン氏  
(歌手・エッセイスト・教育学博士)



## 令和元年度 がん征圧募金記念品のデザイン決定!

今年度も、亥年にちなんで猪の着ぐるみの「とちまるくん」のピンクリボンピンバッジ・ストラップができました!

このバッジやストラップは、がん征圧募金にご協力いただいた方に、500円の募金を目安に1つ、記念品としてお渡ししています。  
詳しいお問合せ先：管理部 健康情報課 tel:028-623-8181

### ■ ピンバッジ

### ■ ストラップ



とちまるくん©栃木県

## お知らせ 健康に関する情報を発信中!

当事業団では、各種メディアを利用して健康に関するメッセージや情報を随時発信しております。

広報媒体	令和元年10月から令和2年3月までの主な内容
ラジオ(エフエム栃木)	・20秒告知：結核・がん・生活習慣病等、各種健康に関する普及啓発(10月～3月) ・60秒告知：乳がん月間(10月)
新聞(下野・読売)	・乳がん月間、がん検診受診率50%達成に向けた集中キャンペーン、全国労働衛生週間、健康長寿日本一とちぎ推進月間(10月)、糖尿病予防キャンペーン、子宮頸がん受診率向上について(11月)、特定健診・特定保健指導受診率向上について(12月)、女性の健康週間(3月)
テレビ(とちぎテレビ)	・乳がん月間、がん検診受診率50%達成に向けた集中キャンペーン、全国労働衛生週間、健康長寿日本一とちぎ推進月間(10月)、メンタルヘルス、糖尿病予防キャンペーン、子宮頸がん受診率向上について(11月)、がん検診精密検査、特定健診・特定保健指導受診率向上について(12月)、女性の健康週間(3月)

健やかな未来のために

公益財団法人 栃木県保健衛生事業団

〒320-8503 栃木県宇都宮市駒生町3337-1 (とちぎ健康の森3F)  
TEL:028-623-8181(代表) / FAX:028-623-8586

## 食品環境検査所

〒329-1194 栃木県宇都宮市下岡本町2145-13(栃木県保健環境センター内)  
TEL:028-673-9900(代表) / FAX:028-673-9955

ホームページもご覧ください。

<https://tochigi-health.or.jp>

### 【個人情報の取扱いについて】

本誌を送付させて頂いている皆様のお名前、団体名、事務所名、住所等は、当事業団の個人情報保護方針に基づき、厳重な管理のもとに運営しております。個人情報の訂正及び削除をご希望される場合には、お手数ですが健康情報課(028-623-8181)までご連絡ください。