

# 1げんきとちぎ

2020  
No. 36



第37回 全国情報統計研修会(8月30・31日 栃木県総合文化センター)



リレー・フォー・ライフ・ジャパン2019とちぎ  
(9月14・15日 壬生町総合公園陸上競技場)



複十字シール運動街頭キャンペーン  
(9月28日 宇都宮市 ベルモール2F スカイブリッジ広場)



がん検診啓発セミナー(11月4日 鹿沼市民文化センター)

## 01 からだ新発見

・がん教育シリーズ ①

## 03 トピックス

・「情報機器作業における労働衛生管理のためのガイドライン」が策定されました  
・栄養成分表示が義務化されます  
・禁煙区域の拡大について

## 04 事業団インフォメーション

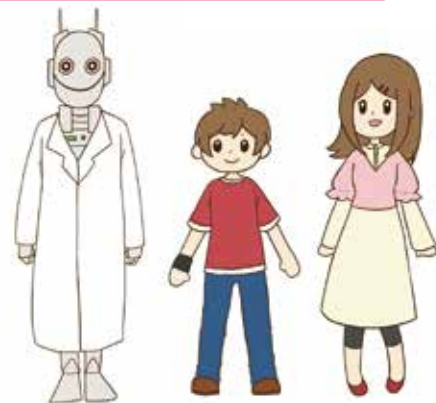
・腸内細菌検査(検便)の検査方法が変わります  
・風しん抗体検査の実施状況について  
・人間ドックオプション検査でサインポスト遺伝子検査を開始しました  
・AI技術研究会について  
・プライバシーマークを更新しました  
・第37回全国情報統計研修会を開催いたしました  
・「リレー・フォー・ライフ・ジャパン2019とちぎ」に参加しました  
・事業団紹介動画を制作しました  
・令和元年度複十字シール運動街頭キャンペーンを実施しました  
・がん検診啓発セミナーを開催しました



# からだ新発見

File Number

36



ロボ先生

けんた  
(中学2年生)

やすの  
(高校2年生)

※本シリーズで扱うがんは「成人のがん」であり「小児がん」について学ぶものではありません。

## がん教育シリーズ①

「がん教育」は中学校で令和3年度(2021年)から全面実施(高等学校は2022年から年次進行で実施)されることになりました。

本シリーズは、文部科学省が作成した「がん教育推進のための教材」をベースにイラストを加えて読みやすく再構成しました。

活用するにあたっては生徒の家庭状況や心理面についての配慮が必要です。

### がんという病気

中学校の宿題で“がん”について調べることになった健太(けんた)。本で調べても全く分からない健太は、姉で高校生の康乃(やすの)と一緒に、AIロボットの家庭教師ロボ先生に教わりながら、がんについて理解を深めていきます。

皆様もがんについて正しく理解し、何ができるか、けんた、やすの、ロボ先生と一緒に考えていきましょう!



けんた  
むむむ...

ロボ先生  
どうしたの?めずらしく本を開いてるけど...



やすの  
ほんとだ、めずらしい!でも、さっきからずっと同じページじゃない?

けんた  
うるさ~い!宿題で“がん”について調べてるんだけど、難しくて全然分からないよ~ がんって何?なぜがんになるの?ロボ先生、おねが~い、教えて~

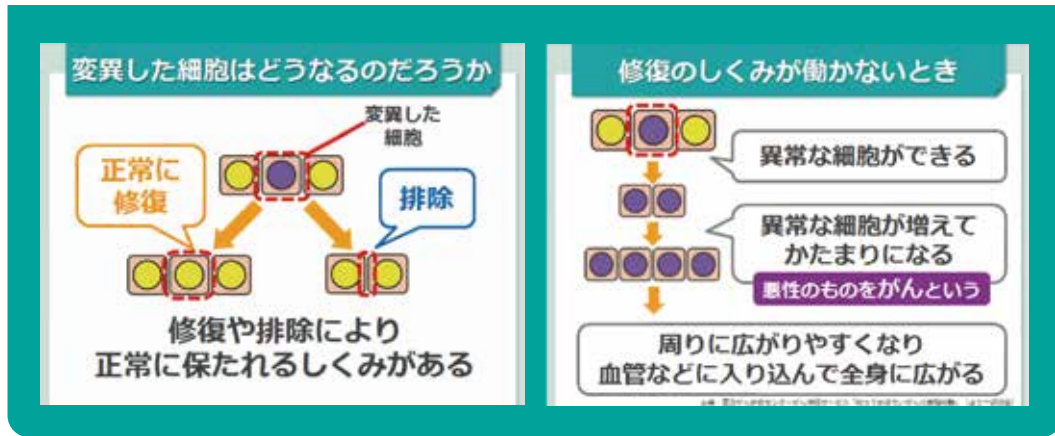


ロボ先生  
まずは「がんのしくみ」から見てみよう!

がんのしくみ

わたしたちの体の細胞は毎日分裂し新しくなっている 約37兆個

細胞分裂するとき **変異** が起こることがある



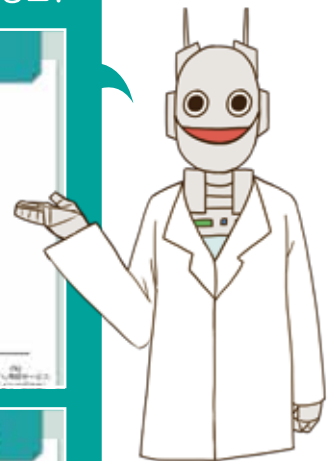
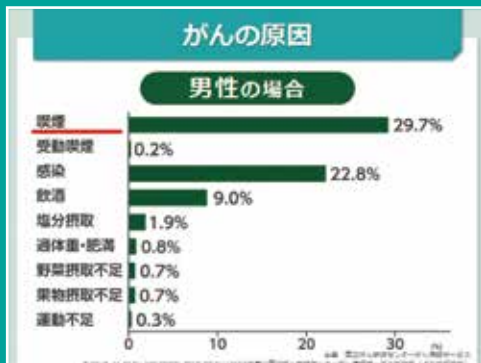
やすの  
なるほど～



けんた  
へえ～、異常な細胞のかたまりの中で、悪性のものを“がん”というんだね。細胞の話だと、自分では何もできないのかな？

ロボ先生

「がんの原因」を見てみると、何かできそうなことが見つけれられるかもヨ！



**がんの原因**

わかっている原因は大きく3つにわけられる

- 細菌・ウイルス
- 生活習慣
- 遺伝的原因

**原因のわからないがんもある**

がんには原因のわかっているものとわからないものがある

小児がんも生活習慣や細菌・ウイルスとは関係なく発症するものが多い

小児がん＝白血病、脳腫瘍など

けんた  
原因が分からないものもあるんだね。あ、生活習慣の改善なら自分にもできそう！



けんた  
は～い・・・

やすの  
健太は「野菜摂取不足」からだね！ちゃんと野菜を食べましょ～！



今回はがんの現状や発生、予防について特集します。お楽しみに！

## 1 「情報機器作業における労働衛生管理のためのガイドライン」が策定されました

「VDT作業における労働衛生管理のためのガイドライン」が廃止となり、新たに「情報機器作業における労働衛生管理のためのガイドライン」(2019年7月12日付け基発0712第3号)が策定されました。

旧ガイドラインは従来、ビデオ表示端末を日常的に使用する労働者を対象として作成されましたが、昨今の技術革新に伴い、スマートフォンやタブレットなどの携帯用情報機器を含めた情報機器作業を行う労働者の作業形態に対応するため、新ガイドラインに見直されました。

「情報機器作業健康診断」は行政指導に基づく特殊健康診断に指定されており、情報機器を使用した作業に常時従事する労働者に対して1年以内ごとに1回の受診を推奨しています。

検査では視力検査のほか、作業者の健康状態に応じて必要な調査及び検査を行います。

※検査実施には条件がございます。受検ご希望の場合は担当者よりご案内させていただきます。

旧	VDT 作業時間	作業の種類
A	1日4時間以上	単純入力型、拘束型
B	1日2時間～4時間	単純入力型、拘束型
	1日4時間以上	対話型、技術型、監視型、その他の型
C	1日2時間未満	単純入力型、拘束型
	1日4時間未満	対話型、技術型、監視型、その他の型

新	作業区分の定義
拘束性のある作業 (注1)	1日に4時間以上情報機器作業を行う者であって次のいずれか： ・常時ディスプレイを注視、または入力装置を操作 ・休憩や作業姿勢の変更に制約
それ以外 (注2)	上記以外の情報機器作業対象者

注1:作業時間または作業内容に相当程度拘束性あると考えられるもの(全ての者が健診対象)  
注2:上記以外のもの(自覚症状を訴える者のみ健診対象)

情報機器作業健康診断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

## 2 栄養成分表示が義務化されます

2015年4月に食品表示法が施行され、この新法に基づく対応への完全移行に向けての猶予期間を経て、2020年4月からあらかじめ包装された一般消費者向けの加工食品についての栄養成分表示が義務化されます。

これに伴い、2020年3月31日までに製造されたものは旧基準による表示が認められますが、4月1日以降は新基準による表示を行う必要があります。

### 表示の内容

熱量、たんぱく質、脂質、炭水化物、食塩相当量の5つを必ず表示しなければなりません。

### 表示の方法

・必ず「栄養成分表示」と表示します。

・表示の順番が決まっています。

⇒ 熱量、たんぱく質、脂質、炭水化物、食塩相当量の順で変更は出来ません。

・食品単位は100g、100mL、1食分、1包装、その他の1単位のいずれかを表示します。

・表示する値は、実際に食品を分析した結果または計算値、参照値を表示します。

※表示面積が概ね30cm<sup>2</sup>以下の食品や酒類など、**栄養成分表示が省略可能な場合**もあります。

その他にも食品表示の新基準では、アレルギー表示や栄養強調表示、機能性表示の方法が定められています。

なお、基準に従った表示をしない場合や表示に虚偽がある場合には、食品の回収等の食品事業者に対する措置が行われ、それに応じない場合には罰則も設けられています。

### 栄養成分表示 (〇〇あたり)

熱量	.....〇〇〇kcal
たんぱく質	.....〇〇〇g
脂質	.....〇〇〇g
炭水化物	.....〇〇〇g
食塩相当量	.....〇〇〇g

### 食品表示法とは？

食品表示法は、それまであった「食品衛生法」「JAS法」「健康増進法」の3つの法律を一元化し、消費者と食品の製造・流通にかかわる事業者の双方にとってより分かりやすい食品表示制度を作るために施行された法律です。

食品表示法施行による大きな変更点としては、「1 栄養成分表示の義務化」、「2 アレルギー表示の変更」、「3 機能性表示食品制度の新設」、「4 全ての加工食品(輸入品を除く)に原料原産地の表示」などが挙げられます。

## 3 禁煙区域の拡大について

2018年7月に健康増進法が改正され、2019年7月より学校・病院・児童福祉施設・行政機関等については原則敷地内禁煙となりました。

2020年4月には多くの利用者がいる施設、旅客運送事業船舶・鉄道、飲食店等の施設においても屋内原則禁煙となります。

全面施行後にこのことに違反すると、罰則の対象になることもあります。

2019年7月1日～ 原則**敷地内禁煙**  
学校・病院・児童福祉施設、  
行政機関等



2020年4月1日～ 原則**屋内禁煙**  
事業所、飲食店、宿泊施設、  
美容室等



## 腸内細菌検査(検便)の検査方法が変わります

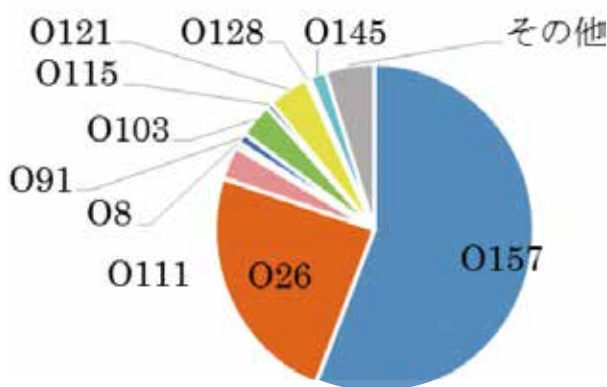
2020年4月から食品取扱従事者の衛生管理と健康管理の向上を目的に、腸内細菌検査(検便)の方法を従来の培養法から赤痢菌、サルモネラ属菌、腸管出血性大腸菌由来の遺伝子を同時にスクリーニングするPCR法に変更します。

このPCR法では、O157以外の腸管出血性大腸菌のスクリーニングも可能になります。腸管出血性大腸菌は、毒性の強い「ペロ毒素」を産生します。O157が有名ですが、その他に約180種類もの血清型があり、強い感染力を持っています。感染すると、激しい腹痛、水様性の下痢、血便の症状などが見られます。

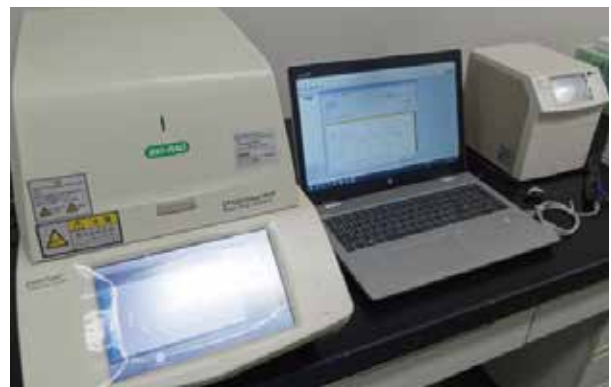
### 検査の必要性

食品取扱従事者等が食中毒の原因菌に感染していても、下痢や嘔吐などの症状がでない場合があります。このような方を「無症状病原体保有者」といい、保菌した状態で調理をすることによって食中毒が発生することがあります。これを防ぐためには、定期的に腸内細菌検査(検便)を受けることが必要になります。検便によって、「無症状病原体保有者」を早く見つけて対処することで食中毒の発生防止につながります。

また、厚生労働省の「大量調理施設マニュアル」では調理従事者は月に1回以上、文部科学省の「学校給食法に基づく学校給食衛生管理基準」では学校給食従事者は月に2回以上の検便を行うことが定められています。



腸管出血性大腸菌(EHEC)血清型別検出割合  
(国立感染症研究所「2018年病原微生物検出情報」)



PCR検査機器

## 風しん抗体検査の実施状況について

2019年4月より開始した厚生労働省による「風しんの追加的対策」において、2019年度の当事業団における「風しん抗体検査」受検者数は約1,500名(内ワクチン接種対象率:約24.4%)となりました。

全国の実施状況としましては、当初見込んでいた受検者数(330万人)を大きく下回り、9月までで約87万人の受検に留まりました。

このことから厚生労働省は、未受検者に対し受検を再勧奨するとともに、今年度末に使用期限を迎えるクーポン券についても1年間の利用延長を行うこととしました。

当事業団では引き続き住民健診・事業所健診・人間ドックでの検査が可能となっております。風しんクーポン券をご利用の場合は検査費用が無料となりますので、健診の機会に是非ご利用ください。

※検査実施には条件がございます。受検ご希望の場合は担当者よりご案内させていただきます。

風しん抗体検査受検奨励ポスター(厚生労働省作成)



## 人間ドックオプション検査でサインポスト遺伝子検査を開始しました

サインポスト遺伝子検査は、約2mLの血液から12項目、61種類の遺伝子を測定し、先天的な生活習慣病リスクを調べることができる検査です。

肥満、体内老化、動脈硬化、コレステロール、アレルギー、アルコール、高血糖、ロコモ（筋力低下）、血栓、高血圧、もの忘れ、非アルコール脂肪性疾患について、そのリスクをレベル化し、一人ひとりの体質に応じたお勧めの運動習慣や栄養素、避けるべきライフスタイルなどを一冊にまとめた結果報告書をお返しいたします。

ご自身の体質を知ること、日頃の生活習慣を見直してみませんか？

なお、検査は完全予約制となっております。受検を希望される場合は、前日までにお電話にてご予約をお願いいたします。

### このような方におすすめです！

- なかなかダイエットが成功しない
- 自分に合ったライフスタイルを知りたい
- 将来の生活習慣病が心配
- 健康のために何か始めたい



サインポスト遺伝子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

## AI技術研究会について

近年、人工知能(AI:Artificial Intelligence)の発展が著しく、多方面で活用されています。医療分野でも研究・活用が盛んに行われており、代表的な例として医用画像からがん等の所見を自動で判別するAIが挙げられます。

当事業団では令和元(2019)年9月より毎月「AI技術研究会」を開催し、長年の健診で蓄積された膨大な画像データ・症例データを活用し、AIの仕組みや様々なアルゴリズムなどについて基礎から学習し、将来のAI技術の有効的な活用に向けて理解を深めています。



## プライバシーマークを更新しました

令和元(2019)年9月25日、一般財団法人医療情報システム開発センタープライバシーマーク認定審査室から合格の通知があり、無事、プライバシーマークを更新いたしました。

当事業団は、平成17年7月に栃木県内の健診機関としては初めてプライバシーマーク認定事業者となり、2年前、一般財団法人日本経済社会推進協会から「プライバシーマーク制度貢献事業者」として表彰され、今回8回目の付与適格決定になりました。

これからも、個人情報マネジメントシステムの維持向上を図り、お客さまからお預かりした大切な個人情報を安全かつ確実に活用してまいります。



## 第37回全国情報統計研修会を開催いたしました

令和元(2019)年8月29日(木)～30日(金)に栃木県総合文化センター(宇都宮市)にて「第37回全国情報統計研修会」を開催いたしました。当事業団と公益財団法人予防医学事業中央会本部が共催し、全国28支部の92名が参加しました。

本研修会では、健診結果処理・システム部門における業務上の課題や今後の展開など各支部に共通するテーマについて討議、意見交換を行ったほか、予防医学事業中央会本部からの助言や健診・検査等の最新の情報提供を受けました。

この研修会の成果を有効活用し、今後の健診・検査事業などに活かしてまいります。



## 「リレー・フォー・ライフ・ジャパン2019とちぎ」に参加しました

令和元(2019)年9月14日(土)～15日(日)に「リレー・フォー・ライフ・ジャパン2019とちぎ」が壬生町総合公園陸上競技場(わんぱく公園内)にて開催されました。

がん患者や経験者、家族らがリレー方式で24時間歩き、患者を支援する当チャリティーイベントは今年で8回目を迎え、50チームが参加し、がん闘病者や対がん運動への思いを込めました。

「RFLで、歩こうつながよう、とちぎの輪」のスローガンの下、参加者全員の心が改めてがん患者や経験者、その家族の支援に向けて一つになったように感じられました。

当事業団も実行委員として運営に携わる他、普及啓発活動の一環として、がんに関するパネルの展示などのブース展示を行いました。



## 事業団紹介動画を制作しました

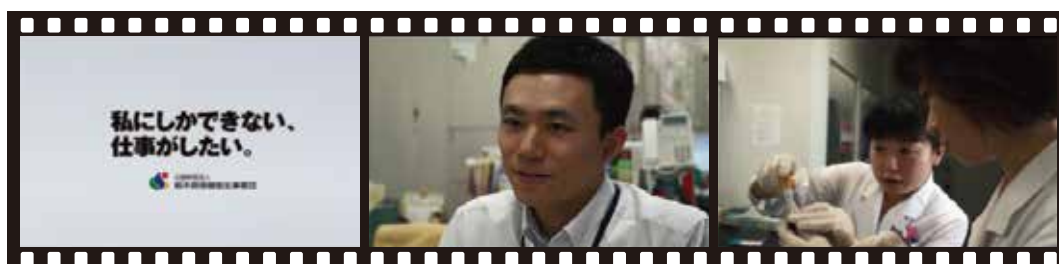
当事業団のことをより多くの方に知っていただくために、事業団紹介動画を制作しました。

事業団のこれまでの歩みや事業について触れているショートバージョンに加え、事業団で働く若手職員へのインタビューを収録したロングバージョンの2パターンの構成となっています。

制作した紹介動画は当事業団ホームページにて公開中です。ぜひ、ご覧ください。

事業団ホームページで公開中!

トップページ >> 採用情報  
(QRコードからもアクセスできます)



# 事業団インフォメーション

## 令和元年度複十字シール運動街頭キャンペーンを実施しました

複十字シール運動は、結核を中心とした胸の病気をなくして、健康で明るい社会をつくるための運動です。

今年度もこの運動の一環として、結核予防週間(9月24日～30日)に合わせて、栃木県結核予防婦人連絡協議会と共催で「複十字シール運動街頭キャンペーン」を実施しました。

県民の皆様が結核についての理解を深めていただくため、結核に関するパネルの展示やリーフレット・グッズを配布したほか、募金活動を行いました。



令和元(2019)年9月28日(土)  
ベルモール2F スカイブリッジ広場



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



シールぼうや

QRコードからもアクセスできます。

## がん検診啓発セミナーを開催しました

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に、「がん検診啓発セミナー」を令和元(2019)年11月4日(月・祝)鹿沼市民文化センター(大ホール)にて鹿沼市・上都賀郡市医師会・栃木県医師会と共催し、約750名の方が来場しました。

基調講演では「恋する医療、愛する介護」と題し、上都賀郡市医師会前会長 奥山 明彦氏に講演いただきました。

そして、歌手・エッセイスト・教育学博士のアグネス・チャン氏による特別講演では、ご自身のがんの経験も交えて、分かりやすい説得力のあるお話をいただきました。

また、ロビーに設置した展示ブースでは、がん征圧募金の呼びかけや乳がん触診モデルによる自己触診体験等を実施し、多くの方ががんに関する知識の普及啓発を行いました。



## 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2年4月から令和2年9月までの主な内容
ラジオ(エフエム栃木)	・20秒告知:各種健康に関する普及啓発(7月、8月)、食品衛生月間(8月) ・60秒告知:結核予防週間(9月)、がん征圧月間(9月)
新聞(下野・読売)	・禁煙週間(6月)、食品衛生月間(8月)、がん征圧月間(9月)、がん征圧募金(9月)、健康増進普及月間(9月)、結核予防週間(9月)
テレビ(とちぎテレビ)	・禁煙週間(6月)、食品衛生月間(8月)、がん征圧月間(9月)、健康増進普及月間(9月)、結核予防週間(9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。