

げんきとちぎ

2021
No. 38

01 からだ新発見

・がん教育シリーズ ③

03 トピックス

・風しんの追加的対策の最終年です
・特殊健康診断の特定化学物質の追加について
・「令和2年度がん検診」から見るがん検診受診のすゝめ

04 事業団インフォメーション

・健診現場における新型コロナウイルス感染症対策について
・新型コロナウイルス感染症検査を開始しました
・乳がんの現状(定期的な乳がん検診が大切です!)
・人間ドックオプション検査で経膈超音波検査を開始しました
・令和元年度簡易専用水道検査全国技術発表会で技術委員長賞を受賞しました
・リレー・フォー・ライフ セルフウォークリレーに参加しました
・令和2年度普及啓発イベントについて

とちぎ健康の森の桜(宇都宮市)



公益財団法人 栃木県保健衛生事業団
Tochigi Public Health Service Association

コチラから
スタート!

からだ新発見

File Number

38

がん教育シリーズ③



けんた
(中学2年生)



やすの
(高校2年生)



ロボ先生

がんの発生と進行

ロボ先生から日本人のがんの現状について学んだ健太(けんた)と康乃(やすの)。
今回は、がんは人のからだのどこに発生し、どのように進行していくのかを3人と一緒に学んでいきます。



けんた

がんになる人は2人に1人って聞いたけど、がんは体のどこにできるの？

やすの

がんは細胞分裂の変異によるものだから…



ロボ先生

細胞が分裂するすべての臓器にがんができる可能性があるんだ。
がんができにくいところもあるんだよ。



Q

がんのできないところはあるのだろうか

心臓の筋肉
(心筋)

心臓の筋肉はほとんど細胞分裂しない

細胞の変異が起こらない

がん細胞ができにくい



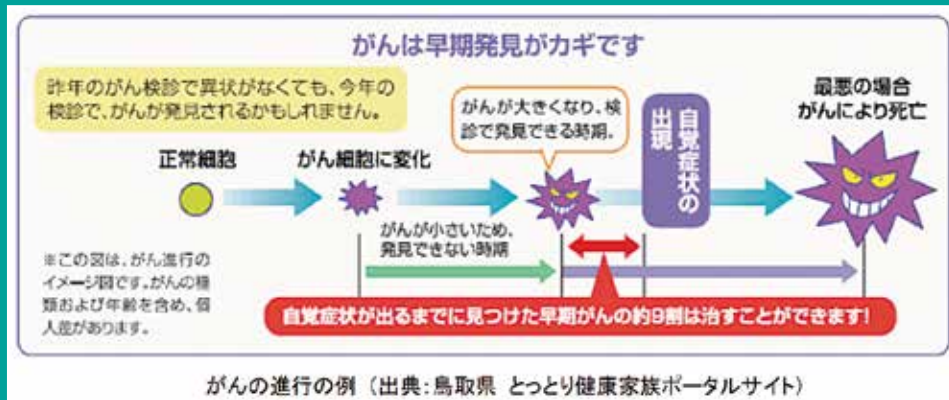
本シリーズは、文部科学省が作成した「がん教育推進のための教材」をベースにイラストを加えて読みやすく再構成しました。活用するに当たっては生徒の家庭状況や心理面についての配慮が必要です。また、扱うがんは「成人のがん」であり、「小児がん」について学ぶものではありません。

けんた

どのくらいのスピード(時間)で大きくなるの？



ロボ先生



1つのがん細胞が、がん検診で発見できる1cmの大きさになるまでは10~20年かかるんだ。
でもその後、2cmの大きさになるのは、たった1~2年！
それ以降は「進行がん」になって自覚症状が現れてくる。
がんは進行すればするほど治りにくくなって、今までどおりの生活ができなくなることがあるんだ。

けんた

やばっ！
自覚症状が出てからじゃ遅いじゃん！どうすればその前で見つけられるんだよ~？



やすの

がん検診でしょ！
ちゃんとがん検診を受けていれば早い段階で見つけられるってことでしょ？



ロボ先生

その通りだよ！
がんの種類によって差はあるけど、多くのがんは早期に発見すれば約90%は治すことができるんだ



やすの

がん検診を**定期的**に受けることが大切なのね~



けんた

お父さん、お母さんはちゃんとがん検診受けてるのかな？
聞いてみよう！



次回はがんの予防のために大切な健康習慣やがん検診の重要性について特集します。楽しみに！

1 風しんの追加的対策の最終年です

厚生労働省は、平成31年4月から令和4年3月までの3年間の措置として風しんの追加的対策（抗体検査・予防接種）を実施しています。

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には、過去に公的に予防接種が行われていないため、風しんの抗体保有率が他世代と比べて低く、自分が風しんにかかり、家族や周囲の人に拡げてしまうおそれがあります。

そのため、お住まいの市町より当該年代の男性に無料クーポン券が発行されています。

本クーポン券の使用期限は令和4年3月です。まだ風しんの抗体検査及び予防接種を受けていない対象の方はお早めに検査を受検しましょう。

当事業団では、集団健診（住民・事業所）及び人間ドックでの検査を実施しておりますので、是非ご利用ください。

※風しん抗体検査の受検ご希望の場合には、下記までお問い合わせください。

風しん抗体検査受検動員ポスター（厚生労働省作成）



2 特殊健康診断の特定化学物質の追加について

令和2年4月22日付け、基発0422第4号「労働安全衛生法施行令の一部を改正する政令等の施行等について」において、特定化学物質障害予防規則及び作業環境測定法施行規則の一部を改正する省令（令和2年厚生労働省令第89号）等が公布及び告示され、令和3年4月1日から施行されます。

新たに特定化学物質に追加される下記の物質については、労働者に神経障害等の健康障害を及ぼすおそれがあることが明らかになったことから、健康診断の実施が義務付けられます。

溶接ヒューム

・特定化学物質（第2類物質）に追加

【対象】金属アーク溶接等作業において加熱により発生する粒子状物質

塩基性酸化マンガン

・特定化学物質（第2類物質）に追加

（これまでは塩基性酸化マンガンは「マンガン及びその化合物（塩基性酸化マンガンを除く）」として特定化学物質から除外）

・物質名が「マンガン及びその化合物（塩基性酸化マンガンを除く）」から「マンガン及びその化合物」へ変更

【対象】マンガン及びその化合物と、これを重量の1%を超えて含有する製剤その他の物

※特殊健康診断の実施について、ご不明な点等がございましたら健診推進課までお問い合わせください。



3 「令和2年度がん検診」から見るがん検診受診のすゝめ

当事業団における令和2年度がん検診（住民健診）延べ受診件数は、新型コロナウイルス感染症の影響により、令和元年度実績比で約73%程度に留まってしまいました。この背景には緊急事態宣言を受けての年間110件強の健診中止による受診枠の減少や、健診再開後でも健診会場での感染リスクという面に不安を感じての受診控えなどが挙げられます。

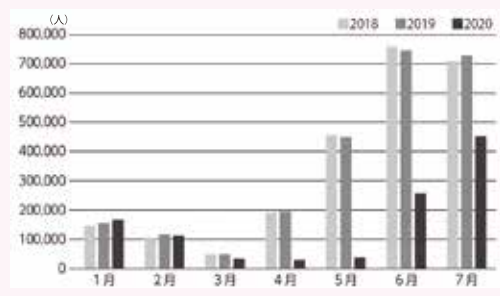
当事業団における令和2年度がん検診受診件数は延べ約240,000件を見込んでいます（令和3年1月末現在）。令和2年度計画件数では、年間約321,000件を計画しておりましたので、実際は81,000件のがん検診を行えなかったことになり、80件（*）近いがんの発見が遅れた可能性があるとも言えます。

がんの早期発見のためには、定期的な検診受診が必要です。

当事業団では、新型コロナウイルス感染症に対する感染防止策を徹底するため、日本対がん協会、結核予防会、予防医学事業中央会などの健診関連8団体が合同で取りまとめた「健康診断実施時における新型コロナウイルス感染症対策について」（令和2年5月1日作成 令和2年5月14日改訂）に準拠した健康診断を実施しています（詳細は4頁参照）。

健康診断会場では、時間割受付により混雑防止を図るなどとともに、検査ごとにスタッフ一人一人も感染防止策にしっかりと取り組んでおりますので、安心して健康診断を受診してください。 *「発見がん追跡調査報告書（平成30(2018)年度健診分）栃木県がん集検協議会 当事業団のがん発見率より試算

【参考】日本対がん協会全国29支部 がん検診受診者の月別推移（令和2年1月～7月）



お問合せ先 「健診推進課」TEL:028-623-8383 E-mail:kensui@tochigi-health.or.jp 「人間ドック課」TEL:028-623-8282 E-mail:dock@tochigi-health.or.jp

健診現場における新型コロナウイルス感染症対策について

当事業団は健康診断・人間ドック現場において、受診者の皆様が安心して受診いただけるように下記のとおり感染症対策を徹底しています。

現場スタッフ全体の取組み

健診現場に従事するスタッフは、出勤前の検温や体調確認、健診中の手洗い・消毒及びマスク・保護眼鏡の着用等の感染対策を徹底しています。



受付時

密集対策として時間帯を分けた受付を行うほか、受診者の皆様にも検温や手指消毒、マスク着用等のご協力をお願いするなど感染防止に努めています。



各検査時

● 問診・血圧測定

飛沫感染防止対策として、スタッフと受診者の間にパーテーションを設置しています。

パーテーションは組み立て式の衝立に透明のビニールを被せ使用しており、使用後のビニールは医療廃棄物として処分をしています。



● 各検査終了毎

受診者毎（各検査終了後）に全ての検査機器や前処置に使用した器材、机等の接触物を消毒します。



● 検診車内

検査実施中、検診車内は換気扇を常時運転して空気の入れ替えを行います。

受診者の皆様には検診車への乗降時、手指の消毒をお願いしております。

また、密集を避けるため、検診車の乗車人数を定数の1/3～1/2に制限して検査を行います。



● 内視鏡検査（人間ドック）

内視鏡検査時は、受診者の方はマスクを外さなければなりません。

受診者・スタッフ双方が安全な環境で検査が実施できるよう、飛沫感染防止対策として受診者の方の口をガーゼで覆って検査を行います。



当事業団では厚生労働省ほか関係省庁の通知、関連学会の見解等を踏まえて適切な感染症対策を行い、安全な受診環境のもと健診事業を実施しています。

新型コロナウイルス感染症検査を開始しました

当事業団では、令和2年9月1日より企業や団体向けに新型コロナウイルス感染症検査事業（高感度抗原定量検査・PCR検査）を開始しました。

いずれの検査も**無症状者を対象**として、唾液検体を用いて行います。高感度抗原定量検査は即日、PCR検査は翌日に結果報告いたします。

新型コロナウイルス感染拡大に対し、企業・団体が定期的な自主検査を行うことで、「安心・安全の見える化」へつなげることが可能です。

◆新型コロナウイルス感染症検査事業

(1) 検査項目

①『**高感度抗原定量検査**』（検査試薬：富士レボ株式会社「ルミパルスSARS-CoV-2 Ag」、検体：唾液）

※高感度抗原定量検査陽性の場合、確認検査としてPCR検査を実施

②『**PCR検査**』（検査試薬：株式会社島津製作所「Ampdirect2019-nCoV検出キット」、検体：唾液）

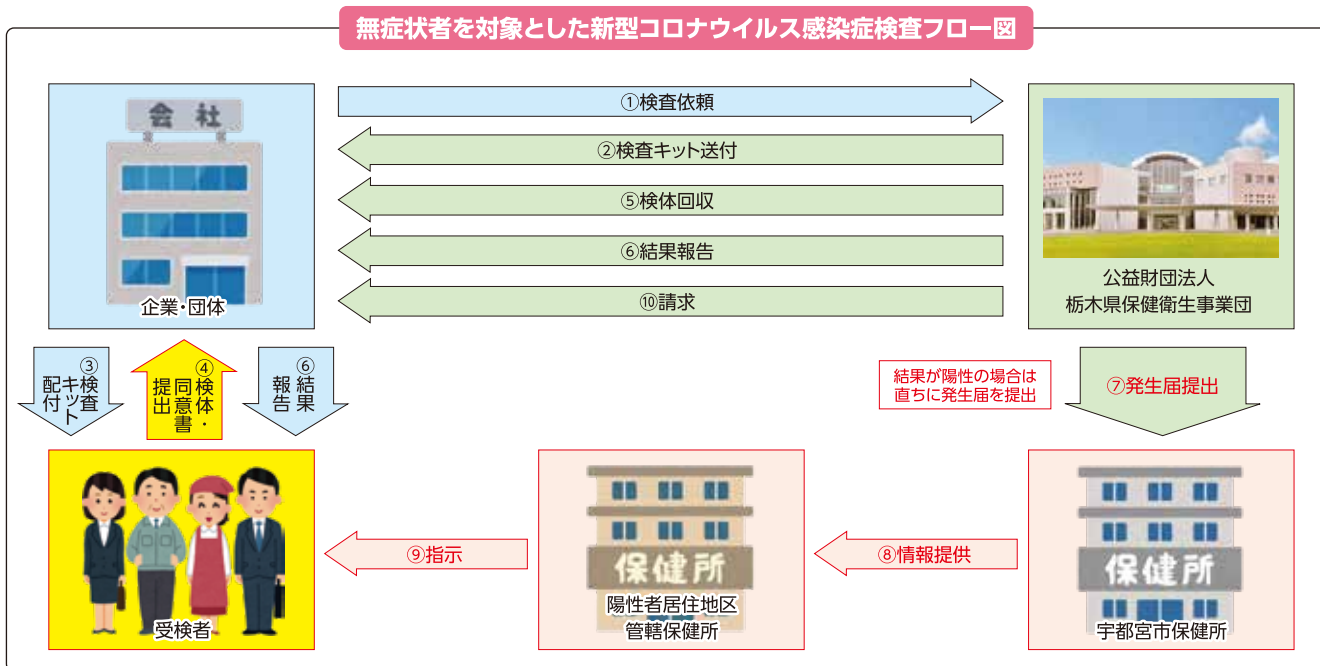
(2) **対象者**： 県内企業や各種団体などのうち、検査を希望する無症状者

(3) **料金**： ①抗原定量検査 9,500円/1件(消費税別) ②PCR検査 22,500円/1件(消費税別)

(4) 検査所要時間及び処理数

項目	検体回収	結果報告	最大処理数
①高感度抗原定量検査	午前中	当日17:00までに報告	100件/日
②PCR検査	午前中または午後	翌日 17:00までに報告	50件/日

(5) 検査の流れ ※赤字：陽性者がいた場合のみ実施



①検査依頼	「新型コロナウイルス感染症 検査申込書」・「受検者名簿」を提出	⑦発生届提出	当事業団より宇都宮市保健所へ「発生届」を提出
②検査キット送付	「検体採取容器・採取説明書・ラベル」を送付	⑧情報提供	宇都宮市保健所より陽性者居住地区管轄保健所へ情報提供
③検査キット配付	②のキットを受検者に配付	⑨指示	陽性者居住地区管轄保健所より陽性者へ連絡
④検体・同意書提出	「検体採取容器(ラベル貼付済)」・「申込書兼同意書」を提出	⑩請求	団体担当者様あてに請求書を送付
⑤検体回収	検体回収予定日に、指定の場所へ検体回収		
⑥結果報告	抗原検査は回収当日、PCR検査は翌日に陽性者の有無等の結果を報告 ※結果書類については、2,3日中に団体担当者様あてに提出		

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

乳がんの現状(定期的な乳がん検診が大切です!)

乳がんは現在、日本人女性が最も多くかかるがんであり、9人に1人の女性が罹患すると言われています。

しかし、乳がんは**早期に発見し、治療すれば9割以上が治る**病気でもあります。

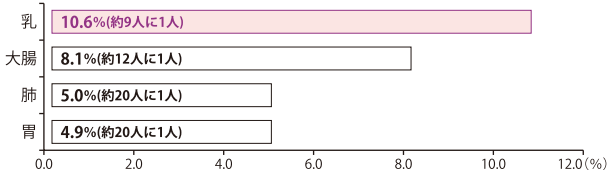
日本では、**40歳以上の女性に対して2年に1回、問診とマンモグラフィによる検診**が推奨されています。

当事業団では、マンモグラフィに加えて超音波も併用した検診を行っています。

がんの早期発見に大切なのは、何も症状の無いうちから定期的に検査を受けることです。自分のため、家族のためにも、2年に1回、乳がん検診を受診しましょう。

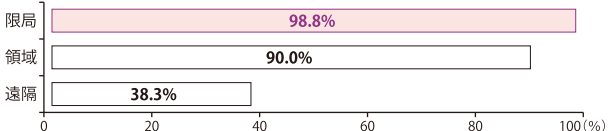
日本人女性の生涯がん罹患確率(上位4種)

最新がん統計(国立がん研究センター)



乳がんの5年相対生存率

がん診療連携拠点病院等院内がん登録2010-2011年5年生存率集計 報告書(国立がん研究センター)



乳房のセルフチェック

【見てチェック】

◇**乳房に気になるところはありますか?**

- ・左右違うところがある
- ・ひきつれ、くぼみがある
- ・赤く腫れている
- ・皮膚が厚く毛穴が目立つ

◇**乳頭に異常はありますか?**

- ・ただれている
- ・引っ張ったように違う方を向いている
- ・以前に比べ引っ込んでいる
- ・少しつまむと分泌物がある



詳しくは当事業団ホームページ「乳房のセルフチェック」を参照して下さい。

【触ってチェック】

◇**しこりや部分的に硬いところはありますか?**

◇**前に触ったときと違うところはありますか?**



! 乳がん検診は自覚症状の無い方を対象としているため、乳房のしこりやくぼみ、乳頭から血の混じったような分泌液などの症状を見つけた際は、**定期検診を待たずに専門医の診察を受けましょう。**

人間ドックオプション検査で経膈超音波検査を開始しました

人間ドックのオプション検査として、令和2年10月から経膈超音波検査を開始しました。

経膈超音波検査は腔内に超音波検査機器を挿入し、子宮や卵巣を調べる検査で、内診だけでは発見が難しい子宮筋腫や子宮内膜症、卵巣のう腫、卵巣腫瘍等の早期発見に有効です。

検査時の痛みもほとんどなく、月経周期に異常がある方や、閉経後しばらく子宮頸がん検査を受けていない方にはおすすめです。

なお、この検査は子宮頸がん検査とセットでお申し込みください。

実施人数には制限がございますので、事前にお電話にてご予約をお願いいたします。

【子宮頸がん検査 + 経膈超音波検査 料金】6,000円(消費税別)

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

令和元年度簡易専用水道検査全国技術発表会で技術委員長賞を受賞しました

令和元年12月19日～20日に大田区産業プラザPiO(東京都)で行われた、一般社団法人全国給水衛生検査協会主催の「簡易専用水道検査全国技術研究発表会」にて、当事業団の発表が技術委員長賞を受賞しました。

「簡易専用水道検査における危険因子と安全対策への取り組み」と題し、安全衛生マネジメントシステムの観点から、検査における業務上の危険因子や改善策を紹介するとともに、今後の安全上の課題についても提言したことが高く評価されました。



事業団インフォメーション

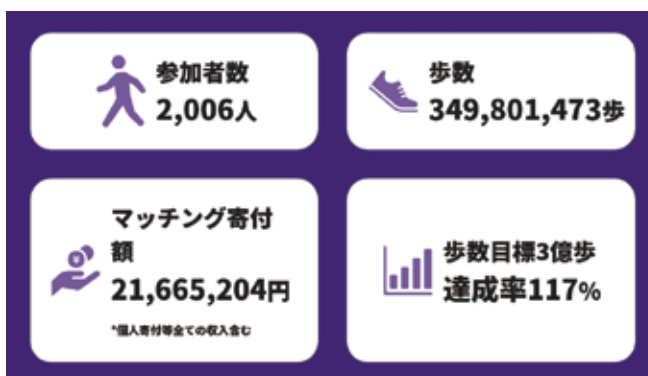
リレー・フォー・ライフ セルフウォークリレーに参加しました

「リレー・フォー・ライフ」は、がんサバイバーやその家族を支援し、地域全体でがん征圧を目指すチャリティ活動ですが、令和2年は新型コロナウイルス感染症の拡大により、例年全国約50か所で開催されていたイベントのほとんどが中止となりました。

そのような状況の中、全国の有志の実行委員会（栃木県を含む9の実行委員会）が立ち上がり、令和2年10月24日から11月23日にかけて「リレー・フォー・ライフ セルフウォークリレー」がオンラインで開催されました。

このイベントは、スマートフォン専用の歩数計アプリを用いて、いつでも・どこでも「歩いた歩数をカウント」することで参加できます。集められた歩数を個人や企業が買い取り、その寄付金によって日本対がん協会の「がん相談ホットライン」の運営を支援します。

当事業団もとちぎ実行委員会の一員としてイベント運営に携わったほか、職員の参加を募り、がん患者の方やその家族の支援に向けて思いをつなげました。



セルフウォークリレー最終結果(全国集計)

令和2年度普及啓発イベントについて

例年実施しております「複十字シール運動街頭キャンペーン」「がん征圧街頭キャンペーン」「がん検診啓発セミナー」について、国内の新型コロナウイルス感染症の拡大状況を受け、参加者及び関係者の健康・安全面を考慮し、令和2年度の実施を中止いたしました。

令和3年度の各種イベントの実施につきましても、引き続き国内の感染状況を注視しながら検討をしております。

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3年4月から令和3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(5~8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)	・健診受診勧奨(5、6月)、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)	・健診受診勧奨(5、6月)、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。