

1げんきとちぎ

2021
No. 39

職員の家族(ペット)シリーズ

ベガ(♀)

01 からだ新発見

・がん教育シリーズ④

04 トピックス

・「改正電離放射線障害防止規則」の改正について ・新型コロナワクチン接種の協力について

05 事業団インフォメーション

- ・令和3年度健康診断における内容の変更について
- ・ICT活用特定保健指導事業の実施について
- ・令和2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
- ・胃がん検診におけるコロナ対策について
- ・超音波診断装置を更新しました
- ・人間ドックの昼食メニューが新しくなりました
- ・事業団職員によるFM普及啓発告知収録(エフエム栃木RADIO BERRY)
- ・令和3年度 がん征収募金記念品が決定しました
- ・令和2年度 募金活動報告



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

こちらから
スタート!

からだ新発見

File Number

39

がん教育シリーズ④



けんた
(中学2年生)



やすの
(高校2年生)



ロボ先生

がんの予防・がん検診の意味

ロボ先生からがんの発生と進行について学んだ健太(けんた)と康乃(やすの)。
今回は、がんにならないためにできることと、がん検診の種類や意味などを3人と一緒に学んでいきます。



けんた

がんにならないために、できることは何かあるかな？



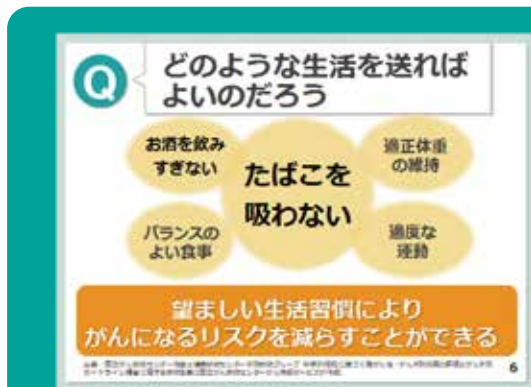
ロボ先生

がんの原因を振り返ってみよう！
どれか1つが原因になるということではなく、いくつか重なり合った時に、その可能性が高まるんだ。
少しでも原因が減るように、できることから始めよう！



やすの

「生活習慣」は具体的に何をすればいいの？



ロボ先生

たばこを吸わないこと(他人のタバコの煙も!)、お酒を飲みすぎないこと、バランスのよい食事をとること(野菜や果物を食べる)、それと適度な運動をすること、適正体重を維持すること、この5つの習慣を実践することでがんになるリスクが低くなるよ。



けんた

は〜い!お父さんのお腹がまずいから言わないと!



ロボ先生

がんの原因で「生活習慣」以外のものはどうすればいいと思う？



けんた

えっと〜…



やすの

はいっ！
細菌やウイルスの感染対策をしっかりすること！あとはやっぱりがん検診を受けることでしょう！



ロボ先生

正解！
感染している場合も早期治療で治すことができるね！



けんた

さすがねえちゃん！



ロボ先生

ところで、ふたりは「がん検診」について何か知っていることはある？



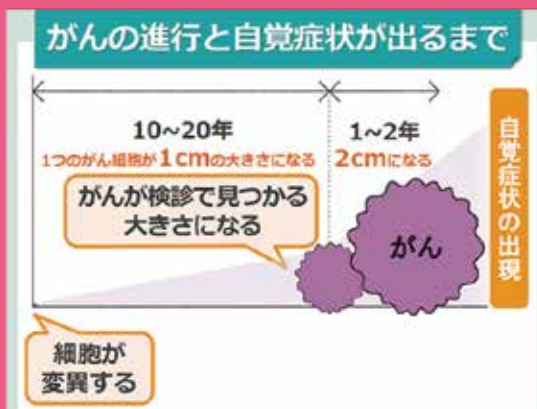
けんた

確か、がんは早期に発見すれば約90%は治るんだよね。



やすの

そうそう、そして早期に発見するには、症状がなくても定期的ながん検診を受けることが大切、だったね。



ロボ先生

ふたりともよく分かってる！
じゃあ、がん検診の種類は知ってる？



けんた

全然知らないや〜



ロボ先生

がん検診にはこんな種類があるよ。



やすの

みんなちゃんと受けてるのかなあ？

けんた

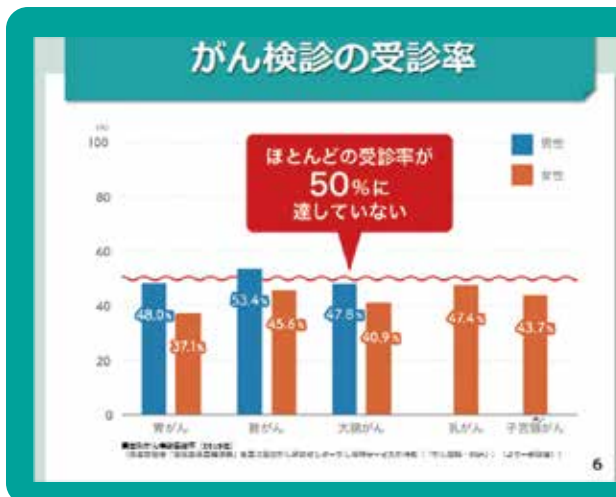
へえ～、こんなにあるんだね。



ロボ先生

いい質問ですね！

これはがん検診を受けた人の割合だよ。ほとんどのがん検診の受診率は50%に達していないんだ。



やすの

がん検診の大切さをみんな知らないのかな？

けんた

そうなんだ！なんで受けないんだろう？



ロボ先生

がん検診を受けない理由を調査した結果があるんだ。これは次回説明するね。



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。

次回はがん検診を受けない理由や精密検査の重要性について特集します。お楽しみに！

1 「改正電離放射線障害防止規則」の改正について

「電離放射線障害防止規則」と「電離放射線障害防止規則第3条第3項並びに第8条第5項及び第9条第2項の規定に基づく厚生労働大臣が定める限度及び方法を定める件」が改正され、令和3年4月1日から施行・適用されています。

今回の改正内容は下表のとおりです。なお、「電離放射線健康診断」の検査方法や項目等に変更はありません。

当事業団では各種特殊健康診断を実施しております。ご用命に際し、ご不明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。

放射線業務を行う事業主の皆さまへ

令和3年4月1日から、
「改正電離放射線障害防止規則」が施行されます

厚生労働省では、「電離放射線障害防止規則」（以下「電離則」）と「電離放射線障害防止規則第3条第3項並びに第8条第5項及び第9条第2項の規定に基づく厚生労働大臣が定める限度及び方法を定める件」（以下「告示」）を改正し、令和3年4月1日から施行・適用します。

今回の改正では、眼の水晶体の被ばく限度の見直しなどを行っています。

事業者の皆さまは、改正後の電離則および告示に基づき、労働者の電離放射線障害防止のための措置を講じるよう、よろしくお願います。

今回の改正内容	
1 放射線業務従事者の眼の水晶体に受ける等価線量の限度の引き下げ	(電離則第5条)
2 線量の測定および算定方法の一部変更	(電離則第8条・告示第3条)
3 線量の測定結果の算定・記録・保存期間の追加	(電離則第9条)
4 電離放射線健康診断結果報告書様式の項目の一部変更	(電離則様式第2号)
5 上記1に関する経過措置	(改正電離則附則)

厚生労働省・都道府県労働局・労働基準監督署
(令和2年4月)

※下線部は改正内容

- 放射線業務従事者の眼の水晶体に受ける等価線量の限度の引き下げ**
事業者は、放射線業務従事者の眼の水晶体に受ける等価線量が、5年間につき100mSvおよび1年間につき50mSvを超えないようにしなければなりません。
- 線量の測定および算定方法の一部変更**
放射線業務従事者などの管理区域内で受ける外部被ばくによる線量の測定は、1cm線量当量、3mm線量当量および70μm線量当量のうち、実効線量および等価線量の別に応じて、放射線の種類およびその有するエネルギーの値に基づき、線量を算定するために適切と認められるものについて行うことが必要です。
また、眼の水晶体の等価線量の算定は、放射線の種類およびエネルギーの種類に応じて、1cm線量当量、3mm線量当量または70μm線量当量のうちいずれが適切なものによって行うことが必要です。
- 線量の測定結果の算定・記録・保存期間の追加**
放射線業務従事者の眼の水晶体に受ける等価線量は、3か月ごと、1年ごとおよび5年ごとの合計を算定・記録・保存することが必要です。
- 電離放射線健康診断結果報告書様式の項目の一部変更**
上記1に伴い、受診労働者数の欄中「眼の水晶体の等価線量による区分」の欄に関する項目が、「20mSv以下の者」、「20mSvを超え50mSv以下の者」および「50mSvを超える者」に変わります。また、全区分の欄に「検出限界未満の者」の項目が追加されます。
- 上記1に関する経過措置**
一定の医師[※]については、眼の水晶体に受ける等価線量の限度を以下のとおりとします。
● 眼の水晶体に受ける等価線量の限度
・令和3年4月1日～令和5年3月31日の間 1年間につき50mSv
・令和5年4月1日～令和8年3月31日の間 3年間につき60mSvおよび1年間につき50mSv
※放射線業務従事者のうち、過剰その他の適切な放射線防護措置を講じてもおおのその眼の水晶体に受ける等価線量が5年間に100mSvを超えるおそれのある医師であって、その行う診療に高度の専門的知識経験を必要とし、かつ、そのために後任者を容易に得ることができないもの。

このリーフレットに関するご質問などについては、
最寄りの都道府県労働局、労働基準監督署へお問い合わせください。

健診推進課お問合せ先 TEL:028-623-8383 E-mail:kensui@tochigi-health.or.jp

2 新型コロナワクチン接種の協力について

当事業団が入居しているとちぎ健康の森に、令和3年6月16日から新型コロナウイルスワクチン接種の県営大規模接種会場「とちぎワクチン接種センター」が開設されました。

当事業団は接種センターにスタッフ（医師1名・看護師2名）を派遣することで協力しております。

安全に接種を行うため、従事する看護師に対して、6月8日・14日に内部研修を実施しました。臨床から離れて数年経過している看護師は、改めて解剖学から学び安全に接種できる部位や注意事項を再度認識しました。また、実技研修では、筋肉パットを使用し、従来の穿刺部位ではなく現在推奨されている穿刺部位を確認しながらスタッフ内で研修を行いました。

今後も、精度の高い健診・検査を推進し公衆衛生の向上に寄与するとともに、公益財団法人として社会貢献の役割を果たし、県民の皆様の健康保持増進に努めてまいります。



令和3年度健康診断における内容の変更について

①H.ピロリ抗体検査の試薬および基準値の変更について

H.ピロリ抗体検査には、既感染や除菌群が紛れ、基準値以下でもピロリ陽性と診断される「陰性高値」の問題がありました。令和3年度からこれに対応した試薬に変更し、基準値も変わりました。

②B型肝炎ウイルス検査の試薬の変更について

B型肝炎ウイルス (HBV) 検査では、まれに肝機能正常、若年、肝線維化進行なしの無症候性キャリアから、突然肝がんと診断される症例があり、問題とされてきました。そこでHBV感染のスクリーニング検査で確実にHBVキャリアを拾い上げるため、令和3年度から高感度の測定法に変更しました。

③ALP検査の試薬および基準値の変更について

肝機能検査の項目であるALPおよびLDHの測定法については、厚生労働省および一般社団法人日本臨床化学会の通知に基づき、令和3年度より現在のJSCC法からIFCC法に変更しました。それに伴い、ALPの測定値は現行の約1/3になるため、基準値を変更しました。

④胸部X線検査の所見名の変更について

近年、医療の発展によりペースメーカーなどの様々な体内植え込み型の治療機器が増えています。

そこで、人間ドック学会「胸部エックス線健診判定マニュアル」を参考に所見名を見直し、令和3年度から体内植え込み型治療機器を装着されている方の胸部X線所見は、全て「医療機器装置」と表記することとしました。

⑤検体の郵送対応廃止について

国立がん研究センター・社会と健康研究センターの「郵送による検体回収について」を受け、喀痰細胞診検査および大腸がん検査(便検査)の郵送対応は、採取後の容器から検体が漏れる危険性があることから、令和3年度より廃止しました。直接のお持ち込みは引き続き対応いたします。

ICT活用特定保健指導事業の実施について

働く世代の方々が時間や場所の制約にとらわれずに、きめ細やかな特定保健指導が受けられるように、令和元年度からICTを活用した特定保健指導事業を実施しています。

この事業は、栃木県が実施する「ICT活用特定保健指導モデル事業」を活用して、当面3年間の予定で実施します。スマートフォンの専用アプリに特定保健指導対象者ご自身が体重や血圧、歩数、食事記録等を入力し、その情報を保健指導担当者と共有し、保健指導に活用します。



令和2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

令和2年12月4日に行われた「令和2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、令和2年度は全国116機関が参加し実施されました。

結果は「S」が84機関(72.4%)、「A」が31機関(26.7%)、「B」が1機関(0.9%)となりました。

今後も高い精度の維持と信頼性確保のために、日々研鑽に努めてまいります。



胃がん検診におけるコロナ対策について

従来、胃がん検診ではバリウムを現地でミキサー調剤し、下剤を服用する飲料水はウォーターサーバーで用意していました。しかし、新型コロナウイルス感染拡大により、重なった紙コップを取る時やウォーターサーバーの蛇口コックを手で触れることでの感染が懸念されたため、その対策として受診者ごとに用意することが求められました。

バリウムは4人分に小分けしたボトルを採用し、下剤を服用する飲料水にはペットボトルを用意することとしました。この飲料水には、水溶性食物繊維である難消化性デキストリンを10g(500ml/本)含んだ伏見製菓の「PROJECT F」を採用しました。難消化性デキストリンには整腸作用があるため、便通の改善によるバリウムの排泄を促す効果が期待されます。

下剤を服用する飲料水のペットボトルについては、現在3市町(大田原市、栃木市、茂木町)で採用されており、今後他の市町へも採用していただけるように提案していきます。



超音波診断装置を更新しました

令和3年1月に、人間ドックで使用している超音波診断装置を更新しました。

装置は日立製作所社製の『ARIETTA 850』で、有機ELモニターを搭載し、また全領域に焦点を合わせることができるeFocusing機能を備えています。さらに、BodyPart Select Applicationが搭載され、検査オーダーと連動しプローブの自動変更が可能となりました。新たな機能の追加で、検査精度の向上だけでなく、作業効率も向上し、受診者様への負担軽減につながりました。なお、現在保有している機種と同機種であることから、操作は慣れており、読影時の画像比較も容易になりました。



人間ドックの昼食メニューが新しくなりました

令和3年4月から、人間ドックで提供する昼食メニューが新しくなりました。

受診者様からの「昼食メニューの種類をもっと増やして欲しい」というご要望にお応えし、従来から好評だった2つのメニューに、新たに「バラちらし重」「ローストビーフ重」「ロースかつ膳」が加わり、5つのメニューからお選びいただけるようになりました。人間ドック終了後のご褒美としてお楽しみください。



バラちらし重



ローストビーフ重



ロースかつ膳

事業団インフォメーション

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

事業団職員により健康に関する呼びかけを実施するため、ラジオ告知収録を行いました!

実際に健診や検査に携わるスタッフの声を届けることで、より説得力を持った内容の告知放送になるよう心掛けて収録しました。

放送は7月から来年3月までです。ぜひ視聴してください!



令和3年度 がん征圧募金記念品が決定しました。

(毎ピンクリボン非接触キーホルダー、干支とちまるくんピンクリボンピンバッチ・ストラップ)

五年にちなんだ、牛の着ぐるみの「とちまるくん」のピンクリボンピンバッチ・ストラップができました!また、新しく非接触キーホルダーを作製しました。

このバッチやストラップは、がん征圧募金にご協力いただいた方に、500円を目安に1つ、記念品としてお渡ししています。

お問合せ先
管理部 健康情報課
tel:028-623-8181

新デザイン決定!



令和2年度 募金活動報告

令和2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、結核やがんに関する正しい知識の普及に役立っています。

■ 複十字シール募金(全国): 181,736,480円
(うち栃木県:1,612,288円)

募金使途

- ・教育広報費..... 49.7%
- ・国際協力費..... 30.8%
- ・結核予防事業助成費..... 19.4%
- ・結核等の調査研究費..... 0.1%



シールぼうや

■ がん征圧募金(栃木県): 2,872,585円

募金使途

- ・普及啓発広報費.....30.2%
(新聞・テレビ・ラジオ)
- ・普及啓発資材購入費.....37.9%
(パンフレット・ポスター等)
- ・普及啓発イベント関連費.....18.3%
(がん検診啓発セミナー等)



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。

令和3年度 普及啓発イベントの実施について

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、新型コロナウイルス感染症の状況を鑑み、令和3年度の実施を見送ることいたしました。なお、今年度は宇都宮プレックス試合冠スポンサーと栃木県庁昭和館のライトアップを新たに計画しています。

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10月から令和4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)、栃木県糖尿病予防・重症化防止強化月間、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)、栃木県糖尿病予防・重症化防止強化月間、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)

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。