

健康に自信・職場に安心

健康のひろば



■INDEX

- メタボリックシンドロームの予防対策の評価 2
- わが社の健康管理活動 株式会社 ディスコ 4
- 名所名跡、特産品の紹介コーナー 5
青森県 十和田市・黒石市
- お仕事紹介 ～保健師は何をしているの?～ 6
- 健康診断と健康障害防止キャンペーン 東北支部 7
- 次世代育成支援対策推進法が改正されます! 8

メタボリックシンドロームの 予防対策の評価

財団法人 全日本労働福祉協会
常務理事

川 口 毅



◆かわぐち たけし◆

平成20年4月からこれまで労働安全衛生法にもとづいて行われてきた職場の定期健診に高齢者医療法による特定健診項目が上乘せされ、その結果に基づいて健康保険組合による特定保健指導事業が新たにスタートした。このことは健康診断後の生活習慣病の事後指導の実施主体が事業主から健康保険組合に変わったということだけでなく、これまで行ってきた健康診断や事後指導のための保健指導が予防医学の観点からどのような効果を生み出してきたのかという反省と問題点を含んでいる。これまで厚生労働省が行ってきた老人基本健康診査や労働安全衛生法による定期健康診断は血圧や血液検査などにより生活習慣病の早期発見・早期治療ということで、健診の結果に基づいて健診で把握された人々を医療機関に紹介するという形でしかなかったということは事実である。このことの反省を保健関係者が正しく理解せずにメタボリックシンドロームのような低い基準(例えば血圧は最高血圧130mmHg以上または最低血圧80mmHg以上など)で医療機関に紹介すれば開業医はこんなの必要ないといって門前払いをくわすか(その場合受診した人は健診に不信感をもつ)、不必要な検査や治療を行う(医療費の増加につながる)など、新しい健診そのものの意義がなくなるおそれがある。すなわち、特定健診でターゲットとしているメタボリックシンドロームとは基本的に病気ではなく病気の予備群(漢方でいう未病の状態)であり[メタボリックシンドローム的な考え方ということ]が正しいということを医師はじめ健診や健康教育、保健指導にかかわる人たちは十分に理解しなければならない。

今度の制度がスタートして約8ヶ月を過ぎた現在、これからの取り組みについての留意点をあげると、まず第一点は、今度の新しい制度の中で特定健診、特定保健指導については健康保険組合という実施主体が出てきたが労働者の健康の保持増進にかかわる事業主の

プロフィール：

昭和42年3月	昭和大学医学部卒業
53年3月	医学博士
57年8月	労働省労働基準局労働衛生課主任 中央じん肺審査医
62年9月	環境庁企画調整局環境保健部保健業務課長
平成元年9月	厚生省大臣官房統計情報部衛生統計課長
3年6月	埼玉県衛生部長
5年7月	昭和大学医学部公衆衛生学教室教授
18年4月	(財)全日本労働福祉協会常務理事

一義的責任は変わっていないことを再度明確に確認する必要がある。

第二点は、地域保健・産業保健を問わず中高年者を対象とした健康診断の目的は何かということを含めて医療機関への紹介ということだけで済ませており、結果として医療費の増加につながっていたことも否めない。今度の新しい制度はこの問題点に果敢に取り組み特定健康診断と特定保健指導をつなぐことによって、予防的な事後管理を行うという仕組みを新たに打ち出したという意味で画期的なものといえる。しかしながら、この趣旨・目的を特定健診や特定保健指導事業の実施者など関係者だけでなく国民にも広く知らしめることは最も大事な点であるにもかかわらず、その戦略が十分でない。かえって健康を金儲けの材料とする怪しげなサプリメントや健康運動器具の販売業者や一部のスポーツセンターなどがはびこりかねない状況となっている観がある。一部の医療経済学者の試算によると、もし今度の特定健康診断を従来のように単に医療機関への紹介ということで実施した場合には現在33兆円の国民医療費は約5億円増加することになると警鐘を発している。また、受診勧奨値が明示されたことより

「機械的な指導をすべきでない」という厚生労働省の指導が無視され、不必要な受診と治療を招くことで、医療費適正化を目標の対策が逆に医療費膨張と有害な結果を招くおそれがあるとの指摘もある。次に第三点として、保健指導のための基準値の見直しを今後の事業の展開にあわせて行う必要がある。

すなわち、現行の基準によると特定保健指導の対象は腹囲男85cm女90cm以上又はBMI25以上の者、すなわち肥満者に限定されているため「肥満ではないがリスクの高い者」の保健指導がなおざりにされるおそれがある。たとえば女性で胴回りが89cmであれば空腹時血糖が125mg/dlの人であっても特定保健指導対象外となるが、医学的には近い将来に糖尿病を発症する可能性が極めて高い予備群と考えられる。特定保健指導の対象にならなくても「通常」の保健指導を行うことはむろん可能だが、保険者の評価指標には「特定」保健指導以外は含まれないため、いきおい保険者はこうした特定保健指導対象外の者を後回しにするおそれが高い。

肥満はたしかにリスクではあるが、それを過度に重視することは肥満者への偏見を助長するのみならず、逆にやせ者に誤った安心感を与えるおそれがある。ましてや肥満を罪悪視して極端な減量を強いることは、最近死亡例も発生したように危険でさえあるという指摘がある。

現在、標準的健診プログラムがとりいれた基準値の多くは国内関連学会によるものであるが、その妥当性をめぐっては専門家の間でも議論があるといわれる。その原因として、エビデンスの多くが外国からの輸入であり日本人独自のエビデンスが不十分であることが考えられる。事業の開始後はすみやかに大規模コホート等により基準値の見直しと改訂を行い、見逃しのない保健指導を実現する必要がある。

第四点は特定健診・特定保健指導の効果の評価、特に医療経済効果の評価を行う仕組みを入れることである。これまでの健康診断をはじめ各種の保健活動については例えば健診の受診率やイベントへの参加率や実施回数など（プロセス評価という）が行われてきたが、死亡率減少や有病率や罹患率の低下、要介護率の減少さらに医療費の減少など（アウトカム評価という）の評価はほとんど行われてこなかった。特に特定健診・特定保健指導の実施主体を健康保険組合にする今度の

制度においては医療経済効果の評価は不可欠である。特定健康診査も保健指導も医療費適正化計画の一環として実施されるが、どのような対象者にどのような保健指導を行うことにより、どれだけの期間にどれだけの医療費削減効果があったについてのエビデンスは不十分である。特定健康診査・保健指導の市場規模は2800億円にのぼる(日本政策投資銀行)という推計もあるが、それだけの投資にみあう医療費抑制効果が長期的に得られるのか実証的な検証が必要である。また被保険者が全国に散在する健保組合等の保険者のため、特定保健指導事業者は各都道府県に組織される保険者協議会が集合契約をむすぶことが多くなるが、現時点では事業者ごとの保健指導の経済評価は制度的には行われておらず、健全な市場競争が期待しにくい状況にある。今後、多数の参入が予想される特定保健指導事業者ひとつひとつについて、その医学的効果のみならず経済的効果の測定を共通的に実施し、保険者や保険者協議会の事業者選択のための資料を提供することが肝要である。

第五点は健診後の保健指導を推進するためのマンパワーの養成や施設の認定など長期的視野に立った検討が必要である。例えば特定健診・特定保健指導を行う施設や医師についても産業医などのようにプライマリケアを担う健康診断認定医(又は健康管理医や家庭医など)制度をつくる必要がある。また市町村や健康保険組合に対してもこれらの事業を安易に業者に丸投げしないようにきちんとした指導が必要である。最近ではメタボリックを売り物にした健康運動施設やサプリメントなど1兆円産業を目指して科学的根拠に乏しい(いい加減な)健康産業が横行している。特に特定健診機関や特定保健指導機関の質の担保をするための第三者を含む評価組織をきちんと作っていく必要がある。

第六点は生涯にわたる健康管理の視点から地域、職域、退職後の一貫した健康管理の責任者と法的体制を整備する必要がある。例えばメタボリックシンドロームの根幹となる肥満対策についても幼少児期の食習慣が大きく影響しており、人の食習慣の基本形は3歳までに形成されるといわれている。これまで地域、職域、学校など縦割り行政の中でいろいろ取り組まれてきたが生涯にわたる健康管理の一義的責任は誰かを明確にするための例えば公衆衛生基本法のような法的整備が必要である。



わが社の健康管理活動

株式会社 ディスコ

1. 会社の紹介

ディスコは、デジタル機器に使用される半導体や電子部品の製造に欠かせない精密加工装置やその装置に併せて使用する精密ダイヤモンド砥石を開発・製造しているメーカーです。

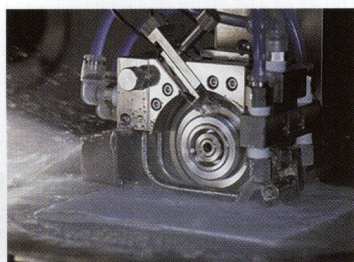
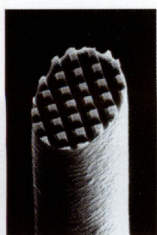
私たちがこだわる単位は、わずか1ミクロン。

ディスコの高度な※「Kiru」「Kezuru」「Migaku」技術によって出来た無数の半導体チップが、身の回りの多くの製品やシステムの小型化、軽量化、多機能化を実現しています。半導体業界の半導体研削切断装置では世界トップシェアで、私たちの技術が一步進化することで、多くの可能性が一步実現に近づくのです。

最先端の技術で世界中の快適な社会と暮らしの実現に貢献していくことが私たちのミッションと考えています。

※「Kiru」「Kezuru」「Migaku」

あえてローマ字で表記しているのは、この3つの技術がいつの日か世界標準となり、日本語のままでも通用するレベルにまで高めたい、そんな強い想いが込められているからなのです。



2. 健康診断および健康管理

●健康診断（定期健康診断、特殊健康診断）

出張者が多いため健康診断は年4回に分けて実施しています。35歳以上の人は、人間ドックを受診することも可能ですし女性希望者は、婦人科検診（子宮がん・乳がん検査）を受けることが可能です。今年4月からは全従業員を対象に腹囲の測定を行い、若年層にも自分の健診結果に興味関心を持って

もらい、早い段階で生活習慣の改善を促しています。

●フィットネスジム

いつでも使えるように社内にフィットネスジムを開設しインストラクターも常駐しています。筋トレだけでなく、個人個人にあわせたトレーニングメニューの作成を行っているだけでなく、ヨガやパワーマックス（音楽に合わせた筋トレ）などの集団プログラムを行っています。また、お昼休み時間に肩こりやポッコリお腹解消のための体操を行うなど従業員の健康管理の一助を担っています。



インストラクターの中には、管理栄養士の資格を持った者がいるので、運動と栄養の両面からフォローを行っています。

●メンタルヘルス

月に1回、嘱託心療内科医が来社しており従業員は、直接医師に相談できるだけでなく社内にいる産業カウンセラーにもいつでも相談できる体制を整えています。

その他、一般向け・管理者向けにセミナーを実施するなどメンタルヘルス体制を強化しています。

3. 健診結果と今後の課題

健康診断の結果では、東京都の平均と比較して血中脂質の値が高い傾向にあります。自覚症状がないので如何に自分の健康状態を理解してもらい生活習慣の改善につなげていくかが課題です。

名所名跡、特産品の紹介コーナー

青森県 十和田市・黒石市

青森県支部 看護師 菊地 さおり

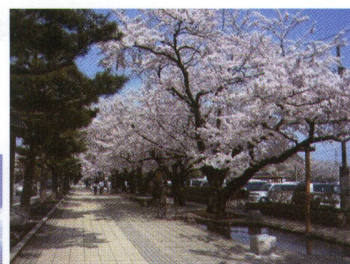
皆さんは「日本の道百選」をご存知ですか？
私の住んでいる青森県では2つの町並みが選ばれています。

観光スポット その1・十和田市官庁街通り

十和田市「官庁街通り」は、碁盤の目状に整然と区画された十和田市のシンボルロードです。長さ1.1km幅36mの道には、春には桜、冬にはイルミネーションが彩りを添える通りです。

この通りに昨年4月、まちづくりプロジェクトの拠点施設として「十和田市現代美術館」が開館しました。特徴は、個々の展示室を「アートのための家」として独立させ、敷地内に建物を分散して配置し、それらをガラスの廊下で繋げている点です。また、通り全体をひとつの美術館に見立て、多様なアート作品をまち全体で展開していくという点も大きな特徴でしょう。

開館してすぐに「開館記念展」を見てきました。芸



▲官庁街通りの桜並木



◀十和田市現代美術館
『フラワーホース』
(チェ・ジョンファ/韓国)

術というものにあまり触れることがなかった私ですが、県内に美術館ができたことで、身近に感じる事ができた一日でした。それにしてもこの馬、すごいと思いませんか？

観光スポット その2・黒石市こみせ通り

黒石市「こみせ」の町並み(通称こみせ通り)は、黒石市中町にある木造のアーケード状の通りです。昔商店街だったこの通りは、買い物に来た人を日差しや吹雪から守る為に、自分たちの敷地内にアーケードを作っ



▲つゆやきそば

◀こみせから見る町並み

たといわれる人情溢れる通りです。

この黒石市は、一昨年から私も住んでいるまちで、「やきそばのまち黒石」として全国でも注目を浴びてきているため、是非紹介したいと思います。中でも「つゆやきそば」。皆さんはご存知ですか？焼きそばなのに汁があって、でもラーメンじゃないんです。テレビの旅番組で欽ちゃんが食べていたことからブームに火が付き、今ではカップラーメンまで販売されています。麺にしみ込んだソース味、そして醤油味スープのミックスした風味。私は、騙されたと思って食べてからこの味の虜になりました。「百聞は一見に如かず。」皆さんも是非ご賞味ください。

この「つゆやきそば」は市内のいたる所で食べることができます。こみせ通りでは「津軽黒石こみせ駅」や「レストラン御幸」で食べることができます。

【黒石のやきそば】と【黒石つゆやきそば】のお店を紹介している公式ページ
http://www.k-cci.or.jp/contents/sightseeing/yakisoba/k_yakisoba_info.html

「保健師(Public Health Nurse)」と言われても、「どんな仕事をしているの？」と大半の方が思われるのではないのでしょうか？

保健師という職業は国家資格であり、保健師助産師看護師法において、『厚生大臣の免許を受けて、保健師の名称を用いて、保健指導に従事することを業とする者』と定められています。と、言われてもなかなかピンときませんよね。

歴史をひも解いてゆくと、保健師は昭和初期より地

域社会の中で、伝染病の予防活動に大きな力を注ぎ、海外からの復員者・引揚者が日本に持ち込んだチフスやコレラなどの伝染病の予防や乳幼児の保健活動を実施し、産業の世界では労働者の結核予防や労働衛生対策などを行ってきました。

そして、現在、保健師は私達の生活の中での様々な場面で活躍しています。日本国民は生まれてから死に至るまで何かしらの形で、保健師と関わっているのではないのでしょうか？

☆ライフステージと保健師のお仕事☆

妊娠中・幼児期

妊婦の栄養指導や新生児の育児指導、離乳食指導、乳幼児の予防接種、定期検診の実施など。

学童期・思春期・青年期

学生の定期健康診断や感染症（インフルエンザや麻疹・風疹など）の予防活動、メンタルヘルスへの関わりなど。

成人期

職場での定期健康診断や労働災害、長時間勤務、メンタルヘルス対策、海外渡航時の感染症予防など。

老年期

住民健診やがん検診、健康相談、健康教室や訪問指導など。



*全ライフステージにて難病や結核・感染症、エイズ対策、メンタルヘルス（精神保健）などの保健業務を行っています。

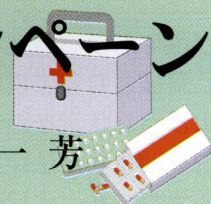
*保健師は必ず看護師資格も有しており、医療現場でも多数活躍しております。

全日本労働福祉協会では、健診センターや巡回健診の現場、事業所などにて様々な保健師活動を行っております。今後、保健師に出会った時は、気軽に声を掛けてみて下さい。

健康診断と健康障害防止キャンペーン

東北支部

事務局次長 村岡 一芳



山形県内における、平成19年健康診断の結果によると、有所見率が60%と過去最悪となり、全国平均より10.1%も高い状況にあるとのことです。
 (注 有所見率は、毎年全国平均を上回っておりました。)

この結果を受け、山形県産業保健推進センターでは、関係機関の協力を得、「健康診断の実施と事後措置の徹底による健康障害防止キャンペーン」を展開することになりました。

特に、血圧、肝機能、血中脂質、心電図の有所見率が高く、作業関連疾患、生活習慣病から脳・心臓疾患への影響が危惧されているとの状況にあるとのことです。

この結果の要因について、国民健康・栄養調査、栄養素摂取量、栄養素の支出額、酒類の摂取・支出状況、運動習慣と非運動行動、通勤形態、乗用車保有台数、そのほか多岐にわたり、細かに分析されておりますが確定的な結論は出していないようです。

四季折々のおいしい豊富な食材に恵まれ、通勤や日常生活においては、すべてマイカー使用が大多数の山形県民ならではの「多食、運動不足」も原因の一つであると言えます。

原因はいろいろあるでしょうが、有所見の結果が出た以上、本人が自覚し事後措置の徹底と原因解消のための対策を実践しなければ、健康で快適な老後の生活は期待できないのではないのでしょうか。

このキャンペーンを機にもう一度自分の生活習慣を見直し、健康障害の解消へスタートしましょう。

『健診を受けて、守ろう自分のからだ』



毎年9月に馬見ヶ崎川河川敷で行われる「いも煮会」

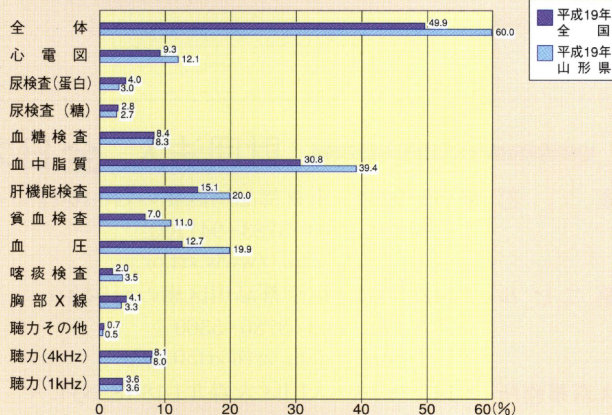
最後に、受診者からのお言葉をご紹介します。(原文のまま)



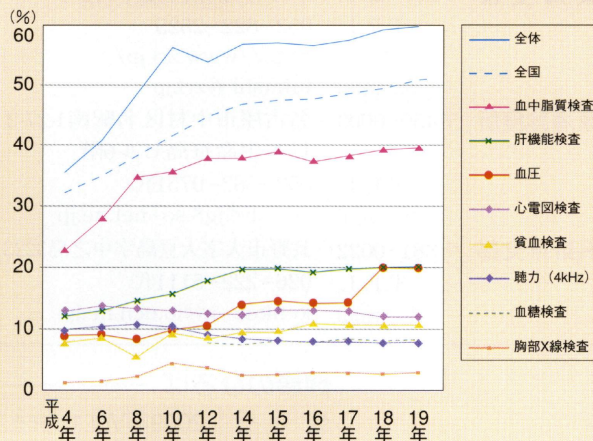
- 検診していただいた先生へ感謝のことばです。
- 昨年の検診の際に胃の異常を見つけていただきありがとうございました。結果にもとづき、9/7に山形県立中央病院で胃癌の全摘手術を行いました。
 - かげさまで現在は良好です。予防の為、月に一度、抗ガン剤を腹に注入しています。副作用があり、二週間位つらい状況です。
 - 検診により助かりまして、ほんとうにありがとうございました。感謝しています。合掌

このようなうれしいお言葉を励みに、なお一層受診者の期待に応えるよう職員一同努力を続けてまいりますのでよろしくお願いいたします。

○実施項目別 有所見率



○主な実施項目別 有所見率の推移 (山形県)



次世代育成支援対策推進法が改正されます！

我が国における急速な少子化の進行等の現状にかんがみ、次代の社会を担うすべての子どもが健やかに生まれ、かつ、育成される環境の整備を図ることが喫緊の課題となっています。

このような状況を踏まえ、地域や職場における、総合的な次世代育成支援対策を推進するため、児童福祉法等の一部を改正する法律が、平成20年12月3日に法律第85号として公布され、次世代育成支援対策推進法の一部が改正されます。(以下「改正法」という。)

改正法(一般事業主関連部分)のポイント及び施行日については、以下のとおりです。



改正法のポイント

1. 行動計画の公表及び従業員への周知の義務化

仕事と家庭の両立を支援するための雇用環境の整備等について事業主が策定する一般事業主行動計画の公表・従業員への周知が、101人以上の企業は義務(※101人以上300人以下の企業は平成23年3月31日までは努力義務)、100人以下の企業は努力義務となります。(平成21年4月1日施行)



次世代育成支援対策推進法とは？

急速な少子化の流れを変えるため、次世代育成支援対策推進法では、地方公共団体が地域行動計画を策定・公表するとともに、企業においても、従業員数に応じて、従業員の仕事と子育ての両立を支援するための一般事業主行動計画を策定し、都道府県労働局にその旨を届け出ることが義務づけられています。



行動計画を策定するメリットは？

行動計画を策定・実施し、一定の要件を満たすと、厚生労働大臣の認定を受けることができます。

認定企業になると、**次世代認定マーク(愛称：くるみん)**を商品等につけることができ、企業のイメージアップや優秀な人材の確保等が期待できます。



財団法人 全日本労働福祉協会

本 部 〒142-0064 東京都品川区旗の台6-16-11
TEL 03-3783-9411(代)
URL <http://www.zrf.or.jp/>

第二ビル 〒142-0064 東京都品川区旗の台6-33-9
TEL 03-3786-5360
E-mail data_zrf@zrf50.com

大森事務所 〒143-0016 大田区大森北1-18-18 NJビル
TEL 03-5767-1711

東海支部 〒457-0044 名古屋市南区柵下町2-4
TEL 052-822-2525
URL <http://www.zrf.jp/>
E-mail fukushi@zrf.jp

東海診療所 〒450-0003 名古屋市市中村区名駅南1-27-2 日本生命笹島ビル6階
TEL 052-582-0751(代)
E-mail zrf-cli@jg8.so-net.ne.jp

長野県支部 〒381-0022 長野市大字大豆島字中之島3223
TEL 026-222-5111(代)
E-mail kenkou-n@io.ocn.ne.jp

東北支部 〒990-0853 山形市西崎49-6
TEL 023-643-6778
URL <http://www.zrf-touhoku.jp/>
E-mail zennichi@poem.ocn.ne.jp

茨城県支部 〒319-0209 笠間市泉1615-1
TEL 0299-37-8855
E-mail zrfiba@vega.ocn.ne.jp

群馬県支部 〒370-0018 高崎市新保町1560-1
TEL 027-350-1777
E-mail zrf-gun@earth.ocn.ne.jp

青森県支部 〒030-0921 青森市原別1-2-35
TEL 017-736-8955
URL <http://www.zrf-aomori-kenshin.jp/>
E-mail zrfaom01@giga.ocn.ne.jp

三重県支部 〒514-0006 津市広明町112-5 第3いけだビル2階
TEL 059-222-1081

健康のひろば

発行 2009年Vol.1 (非売品)
編集及び 財団法人 全日本労働福祉協会
発行者 健康事業部 健康企画課

発行所 財団法人 全日本労働福祉協会
〒142-0064 品川区旗の台6-16-11
TEL 03-3783-9411(代) FAX 03-3783-6598
URL <http://www.zrf.or.jp/>