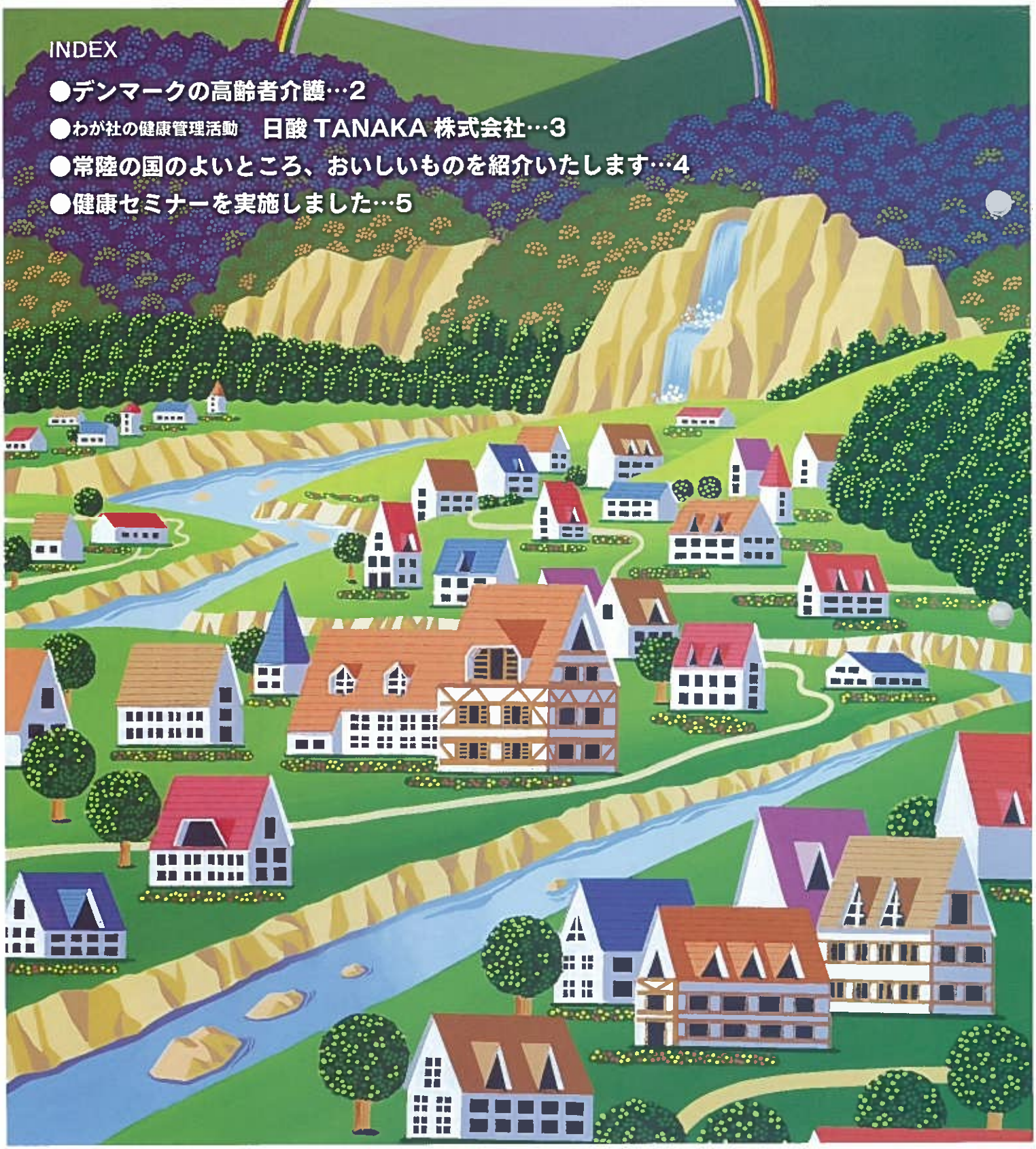
健康のひろば

健康に自信・職場に安心

2012 vol.1

財団法人　全日本労働福祉協会



INDEX

●デンマークの高齢者介護…2

●わが社の健康管理活動　日酸 TANAKA 株式会社…3

●常陸の国のよいところ、おいしいものを紹介いたします…4

●健康セミナーを実施しました…5

デンマークの高齢者介護

青森健診センター所長
菊池 弘明

わが国に介護保険制度が発足して、10余年が経過した。制度はデンマークにその範を求めて導入されたといわれている。

数年前、老人介護の専門家集団に同行してデンマークの高齢者介護の実態を見聞した。10日間ほどの日程で、高齢者介護センター、ナーシングホーム、老人住宅、リハビリセンター、補助器具・ナースコールセンター（これは市立消防署が兼ねる！）などを見学し、終盤には看護師に同行し、訪問看護の現場を体験するというスケジュールだった。

デンマークでは、医療費は入院も含めて無料、小学校以上の教育費も無料、大学以上の高等教育の場合は、学費無料のうえ、返還義務がない奨学金を国から支給される。さらに、高齢者の介護費用も無料のため、デンマーク人は、いざというときの出費に備えての貯蓄をする必要がないといわれている。

このように国民が不安を抱かずに日々暮らせる国であることから、デンマークは世界の幸福度ランキングで1位（日本は90位）になった（2006年、イギリス、レスター大学の調査）。

これらの費用の財源はむろん国民の税金である。国税と地方税を合わせた租税額の国民所得に対する負担率は69%、これに社会保障負担率2・7%を合わせた国民負担率は71・7%だ（2007年）。この中には、当然ながら消費税（25%）は含まれていない。最近の報道では「脂肪税」も設けられ話題になっている。このように、デンマークは世界で最も税負担の大きい国といわれているが、国民は医療費や教育費、福祉サービス等で再分配されるので、高負担を甘受しているといえる。

子どもは18歳になると親と別居するため、介護する状況にないし、多くの女性は男性と同様に働いているので（就業率は76%超）、女性も介護の人的資源として期待できない。このため、介護サービスは地方自治体の責任で、重要事項となっている。

高齢者福祉・介護は、三つの原則―①継続性、②自己決定、③自己資源の活用―に沿って行われている。この三原則は、高齢者をかけがえのない個人として尊重し、その主体性と自由を最大限保障し、一人ひとりの能力を高めて老後の生活をその人にとって意義あるものにしようという考えを反映している。

「継続性の原則」とは、高齢になっても、今までの生活の仕方を続ける（継続する）ことができるよう援助するということである。自分の家で（在宅）、また、住み慣れた地域で生活を継続できるように援助するため、在宅福祉の充実が必要となる。

「自己決定の原則」とは、高齢者本人が、どのようなサービスを受けるかを決定するということである。本人が望むことを本人が決定する。デンマークでは本人が納得しなければ何事も決められない。

「自己資源の活用の原則」とは、できる能力は最大限活用するということである。人に介助され続けていると、高齢者の場合、すぐに老いてしまう。また、自然と心も萎える。これを防ぐには、極力本人が使える力（自己資源）を保つ努力をしなければならない。要するに簡単に手助けしないということである。

在宅福祉・介護が推進された結果、以前は施設入所が一般的であったが、近年は在宅で、家族や友人との人間関係、これまでもってきた役割、日常生活のリズムを継続しながら最後まで住み続けられるように支援が行われ、住環境の面でも、ケアの質という面でも、施設と自宅との間に差がなくなってきている。

研修者の感想の中に、「一番の収穫は、日本の高齢者ケアの長所に気付けたこと。北欧から高齢者ケアを学んできたが、今後は、日本の長所を私たち自身が認め、日本の文化を踏まえた高齢者介護を自分たちの手で創る時代が訪れた気がする。」というものがあった。

介護保険制度が発足して10年足らずで、このような感想が述べられ、日本の介護レベルの向上について知ることができた。

一方、冒頭に記したように、デンマークでは消防署がナースコールセンターとして介護の一翼を担うなど、各職種の連携は見事であったが、日本では、このような連携は未だ不十分という感想もあり、今後の大きな課題と思われる。

デンマーク在住の日本人ガイドは、「〝デンマークは素晴らしい〟で終わるな。日本とデンマークは、文化・歴史が違う。日本の歴史に自信をもて。日本の家族制度のよさを再認識すべき。」と言っていた。いくら福祉や介護が充実しても、自殺者が多い（病気や経済的理由ではない！）ことや家族から離れて孤独を感じている老人が少なくないことが、高福祉政策を掲げるデンマーク政府の悩みであるという。

訪問先の高齢者が、これまでの人生での思い出の写真を部屋いっぱいに飾り、孤独に暮らしている姿を見るにつけ、日本では家族制度を見直しつつ介護を考える必要があることを痛感した。

▲カラフルな繁華街

人魚姫の像▶

プロフィール

菊池 弘明

青森健診センター所長、医学博士（弘前大学）、日本内科学会会員、日本医師会認定産業医

1936年、岩手県生まれ。弘前大学に35年間在職、うち26年間は医療技術短期大学部に所属し、コ・メディカルの教育に携わる。また、短大の主事・部長を18年間務め、2001年に短大の四年制化（医学部保健学科）にこぎつけた。医局時代の趣味は野球だったが、今はゴルフに転向。数年前から40数年の伝統を有する医師仲間によるゴルフコンペの会長も務めるなど、暇があればフィールドに出ている。

職歴

1967年　弘前大学大学院医学研究科修了
1967年　弘前大学医学部第一内科助手
1971年　弘前大学医学部第三内科講師
1976年　弘前大学医療技術短期大学部教授
1984年　弘前大学医療技術短期大学部主事（部長）
2001年　弘前大学医学部保健学科教授・学科長
2002年　㈶全日本労働福祉協会青森健診センター医師
2006年　青森健診センター所長
2010年　同協会評議員
2011年　同協会理事

良書のすすめ

井沢 元彦『逆説の日本史』（小学館文庫）
藤原 正彦『祖国とは国語』（新潮文庫）
浅田 次郎『鉄道員』（集英社文庫）

共著

土屋 純、菊池 弘明、国井 鏡『コ・メディカルのための病態生理アトラス』（文光堂）

わが社の健康管理活動

日酸TANAKA株式会社

労働者の健康管理について

長野工場

1 会社のご紹介

今年3月15日に創業95周年を迎える日酸TANAKA株式会社は、1917年の創業以来、各種切断機器、ガス制御機器の製造販売を行ってまいりました。2002年には工業ガスメーカーの大陽日酸株式会社との事業統合により、長年培ってきた切断とガス制御の技術に、工業ガスと溶接機材が加わることによるシナジー効果で、より広範囲で的確なソリューションを提供できる体制が整いました。

埼玉工場では造船などに使われるレーザ切断機をはじめ、各種切断機の開発・製造をしており、長野工場では高圧ガスをコントロールする高精度の調整器をはじめ、切断・溶接機器の開発・製造をしています。タイと中国にも工場を設立し、ローコスト化とグローバル対応に取り組んでいます。

2 作業環境管理

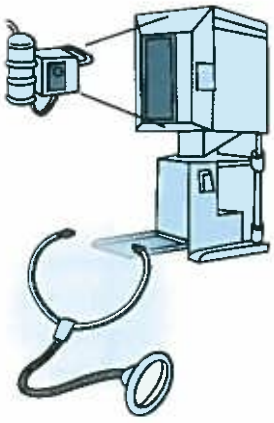
圧力調整器、切断・溶接機器の製造を担当する長野工場では、粉じん・有機溶剤・特定化学物質・騒音に対する保護具着用管理責任者を選任して保護具着用の徹底を行っており、6カ月ごとの作業環境測定ならびに毎月実施の構内安全衛生パトロールの結果は、安全衛生委員会で討議を行い作業環境改善に役立てています。

PRTR法に定められた特定化学物質の年間取扱量は入手したMSDSで把握し、各種生産活動によって発生した産業廃棄物は、処理業者の処理能力ならびに許可証を確認して委託契約を締結し、適正に処理を行っています。

3 健康管理

労働者全員が対象の定期健康診断結果における要精検者には、産業医または主治医等による検査を受けさせ、さらに産業医の指示による生活習慣改善の指導を行い、疾病の早期発見と予防のための適切な管理を実施しています。

また、特定業務従事者が対象の健康診断ならびに特殊健康診断（特別の項目についての健康診断・行政指導による健康診断）を実施して、要精検者には産業医の指示による再検査を受けさせ、健康管理に努めています。



4 無災害活動

2000年2月からスタートした長野工場の無災害記録は、2010年6月に200万時間を突破し、現在は310万時間を目標に推進しています。

会社概要　日酸TANAKA株式会社

本　社	埼玉県入間郡三芳町大字竹間沢 11
URL	http://nissantanaka.com/
事業内容	ガス圧力・流量の制御機器、吹管・火口、自動ガス切断機の製造・販売／レーザ・プラズマ・ガス切断機の製造・販売／溶断・溶接ガス、特殊ガス・標準ガスの販売／溶接機、溶接材料の販売
長野工場	長野県千曲市大字新田 823
新橋事務所	東京都港区西新橋 1-16-7
埼玉工場	埼玉県入間郡三芳町大字竹間沢 11

名所名跡
特産品
の
紹介コーナー

常陸の国のよいところ、おいしいものを紹介いたします

茨城県支部　事務課　安田 裕一

笠間稲荷神社

きつねの石像

「日本三大稲荷」の一つ

笠間稲荷神社は、茨城県笠間市にある神社です。創建は第36代孝徳天皇の御代、白雉2年（651年）といわれています。江戸時代には歴代藩主の厚い崇敬を受けて、社地・社殿などが寄進されました。昔、この地には胡桃の密林があり、そこに稲荷の大神様をお祀りしていたことから別称「胡桃下稲荷」とも呼ばれます。

日本三大稲荷の一つとされており、京都の伏見稲荷や九州の祐徳稲荷と並び称されています。

祭神は宇迦之御魂神です。御神名の「ウカ」は食物を意味し、「稲に宿る神秘的な精霊」を表します。五穀・食物を司る神であり、私達の大切な生命の根源を司る「いのち」の根の神様であることから、五穀豊穣、商売繁盛の神として、古くから厚く信仰され、関東はもとより日本各地から年間350万人の参拝客が訪れます。また正月三が日の初詣には80万人以上の参拝客が訪れ、初詣参拝者数で茨城県一位を誇ります。

私も子どものころから初詣は笠間稲荷神社に毎年行っていますが、参道には昔ながらのみやげもの屋が軒を連ねており、趣のある景観になっています。笠間市の特産品である笠間焼も大小さまざまなものが販売されていますので、子どもから大人まで楽しむことができます。また参道には多数のきつねの石像が配置されており、いろいろな表情をしたきつねを見ることができるのも、楽しみの一つとなっています。

茨城県にお越しの際は、笠間稲荷神社にお寄りになってはいかがですか？

B級グルメ

そばいなり寿司

みなさんは『いなり寿司』をよく食べますか？ 笠間市では「そばいなり寿司」というB級グルメが最近大人気で、行列ができるほどとなっています。お店によって違いがあるものの「そばいなり寿司」の中身は、常陸秋そば・舞茸・きゅうり・玉子を使った、笠間市独特の食べ物です。「いなり寿司はご飯じゃないとダメだ」とお思いの方がいらっしゃるかと思いますが、甘く煮た油揚げとそばのコラボもなかなか美味でございます。

健康セミナーを実施しました

財団法人 全日本労働福祉協会 保健師 中山 彩子

「リスクマネジメントと心の健康確保」・「職場のメンタルヘルス」

柏労働基準協会様と成田労働基準協会様の会員様向けに、それぞれ平成23年8月29日～31日、9月2日に健康セミナーを実施いたしました。8月30日、9月2日は当協会の産業医・佐々木時雄により「安全配慮義務とリスクアセスメント」を、8月29日、31日は、当協会の保健師・中山彩子により「職場のメンタルヘルス」をテーマとしました。

参加者の方々より、「事例が具体的でわかりやすかった。病気にかかった当事者と企業が根気よく取り組むことが必要なのだと実感できた。」、「声をかけ合い、社員が病気にならないようにサインを見極めたいと思う。」、「企業の労働災害の防止に役立つと感じた。」等のご感想をいただくことができ、改めて会社のメンタルヘルスを考えていただく機会となりました。

「健康診断の重要性」

品川労働基準協会様と大田労働基準協会様の会員様向けに、当協会の産業医・長濱さつ絵による『健康診断の重要性』をテーマとした健康セミナーを、それぞれ平成23年9月7日、10月4日に実施いたしました。

参加者の方々より、「そのまま職場で話せるような具体的な例が多く、助かった。」、「食事の指導等についてもコンビニやファミレスの食事の例等があげられ、身近なことが多くてわかりやすかった。」、「日常生活の見直しをしようと思うきっかけとなった。」、「ちょうど今年、健康診断の有所見者のフォローアップを考えていたので、役に立った。」等のご意見をいただきました。講演終了後の質疑応答では、二次検査の受診勧奨の方法についての悩みやご質問、ご意見等を多数いただき、活発な意見交換の場となりました。

「健診データで知る自分の健康」

東京都トラック協会品川支部様にて、「健診データで知る自分の健康」をテーマに、当協会の保健師・中山彩子による健康セミナーを平成23年10月18日に実施いたしました。

健康セミナーの内容としては、「健康づくりに生かすための健康診断受診術」、「安全配慮義務」、「定期健康診断に含まれる検査項目の説明、データ改善や関連疾患の予防について」、「脳疾患の予防と危険因子」、「心臓疾患の予防と危険因子」についての説明を行いました。

講演終了後の質疑応答では、脳疾患発症を防ぐための注意点や脳疾患に関するオプション検査、血圧の測定値の変動、腎機能の検査項目と異常値に対する対策等、多くのご質問をいただき、参加者の皆様の健康診断や生活習慣病の予防への関心の高さがうかがわれました。

「肩こり・腰痛予防のポイント」

四ツ葉油化様より、肩こりや腰痛の予防に関する健康セミナーのご依頼があり、当協会の保健師・中山彩子による健康セミナーを平成23年9月15日に実施いたしました。

健康セミナーの内容としては、「肩こりの原因」、「ストレスや冷えと肩こりの関係」、「肩こりの症状を伴う疾患」、「腰痛の原因」、「腰痛を伴う疾患」、「肩こり・腰痛予防のエクササイズ　職場で簡単にできるストレッチング」について説明を行い、エクササイズとスチレッチングについては、スライドの説明に基づいて、参加者の皆様に実践していただきました。

参加者の方々より、「職場での朝礼時にストレッチ体操を取り入れてみたい。」、「ちょっと体操しただけですごく肩や首が楽になった。」等のご意見をいただきました。

健康セミナーは、会員事業場の巡回健康診断をご利用いただいております労働基準協会様からのご依頼や紹介、または健康診断顧客からの直接依頼により実施しております。

講演会依頼のお問い合わせ

「健康診断の結果の見方に関する説明会を実施してほしい。」「生活習慣病予防についての話をしてほしい。」等、健康に関する講演会の依頼がございましたら、以下までお問い合わせください。

財全日本労働福祉協会　健康事業部　TEL 03-5767-1718　mail kenkou@zrf.or.jp