

第35号

いしかわ 成人病予防センター だより

【新春号】

いしかわ成人病予防センターだより

第35号〔2013年新春号〕

発行日 平成25年(2013年)1月発行
金沢市鞍月東2丁目6番地
電話(076)237-6262
FAX(076)238-9207
郵便番号 920-8201
郵便振替番号 00750-7-16352
E-mail smile@kenshin-ishikawa.or.jp
URL http://www.kenshin-ishikawa.or.jp/

明けまして

おめでとうございます。

本年も石川県成人病予防センターをよろしく願いいたします。



謹賀新年
2013



公益財団法人石川県成人病予防センター
理事長 素谷 宏

あけましておめでとうございます。

近年がん検診の方法に新しい手技が採用されつつあります。しかし必ずしも集団検診に適しているとは限りません。なので新しい手技の導入には慎重でなければなりません。

①胃がん検診のABC検査と内視鏡検査の組み合わせ

ヘリコバクターピロリ菌検査とペプシノゲン検査の組み合わせで抽出されたハイリスク群に対してレントゲンは使わずに内視鏡検査のみで胃がんの有無を調べる検診方法です。

原理的には良い方法ですが当センターは有効性が証明されているレントゲン検診を長年施行し安定した実績がありますのでこの新しいABC検診の採用予定はありません。

②四〇歳代の超音波検査とマンモグラフィによる乳がん検診

現在日本で行われている大規模な無作為比較試験が最終段階に来ており、近く有効性について判明するのでその結果を見て採用するかどうかを検討します。採用となれば四〇歳代の視触診検診はなくなり超音波検診とマンモグラフィ検診となるでしょう。センターではその時に備えて機器の整備とマンパワーを養成しつつあります。

③子宮頸がん検診の液状化細胞診

器械による標本作製はそのできばえについては人の手による塗抹方法より格段に優れており、センターではすでに受診者の約過半数に当たる七〇〇〇人で実用化しております。

この自動化された塗抹標本は保存も可能で将来行われるであろうヒトパピロウイルス検査にも使うことができます。今年はその市町に採用されるように勧めていきたいと考えております。

今年公益財団法人として二年目を迎えます。

今まで通り「正確で早い結果通知の検診(健診)」にいつそう磨きをかけていきますのでよろしく願いいたします。

第42回

日本消化器がん検診学会東海北陸地方会 東海北陸消化器がん検診の会・総会

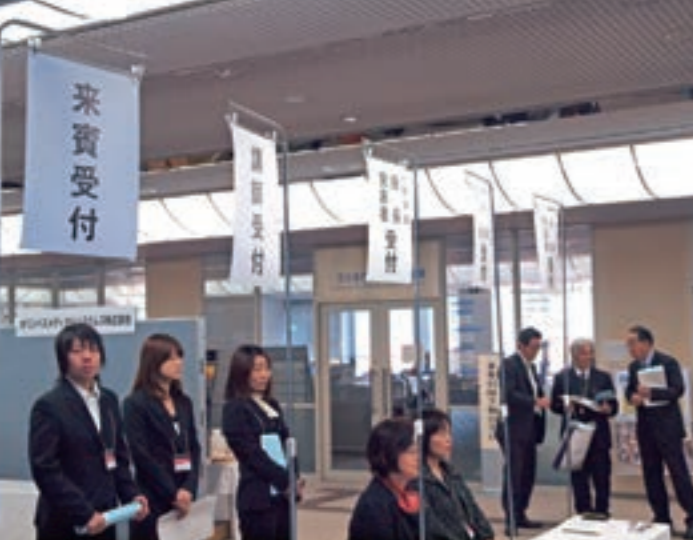
石川県地場産業振興センターにて開催

第42回日本消化器がん検診学会東海北陸地方会並びに東海北陸消化器がん検診の会・総会が石川県地場産業振興センターにて開催されました。

メインホールであるコンベンションホールにて、午前の部では一般演題として「逐年検診で発見された進行胃癌の2例」などが紹介され、現状や今後の課題について討論が行われました。午後の部では特別講演とシンポジウムを行い、特別講演では国立がん検診研究センターが「科学的根拠に基づいた消化器がん検診」と題して、がん検診の有効性は、対象とするがんの死亡率が検診を受けない群に比べて、受けた群で減少するかどうかで判断することや、

大腸がん検診は便潜血検査について対策型検診として推奨すべき確固たるエビデンスがあり、内視鏡に関する任意型検診として推奨する根拠は確立しているが、胃がん検診では期待される胃内視鏡検査にはいまだエビデンスが不十分であり、有効ではあるが効果が実証されておらず、研究として行う位置づけであることが紹介されました。

シンポジウムでは、消化器がん検診の現状や今後の課題・取り組みについて、医師・保健師・行政の立場から討論しました。
なお、来年度は静岡県浜松市にて開催されます。





理事長 素谷 宏

「対策型胃がん検診の間接撮影写真読影ノート」を編集して

（平成16年～平成22年 発見胃がんフィルムの3年遡り再読影）

公益財団法人石川県成人病予防センター

近頃胃がん診断に関して大病院ではレントゲン撮影は医師の仕事ではなく放射線技師の仕事になりつつあります。これは放射線技師にとっては撮影技術の向上とともにフィルム読影能力の向上をもたらすことにつながり悪いことではありません。

一方若手医師はもっぱら内視鏡検査を受け持ちレントゲン撮影は全くやらないというよりできない状況になっています。若手医師がレントゲン撮影から手を引くと、出来上がったレントゲンフィルムや画像についての読影能力が著しく低下してきます。CTや胸部単純写真なら面倒な体位変換撮影もなく撮影技術の差による異常所見の描出に優劣の差は少ないでしょうが胃レントゲンフィルムや画像では撮影技術（造影剤、その流し方、体位、空気量、圧迫操作等々）によって雲泥の差がきます。撮影技術の経験と知識がもろに読影能力に影響してきます。

1. 内視鏡機器が改良され使い易くなった
2. 生検ができる
3. 直接粘膜を観察するから確実に？で見逃しが少ないはず？
4. 内視鏡手術が広く行われるようになった

しかし、世の中の流れをみると医師は内視鏡重視の方向に向かっています。

「3.の内視鏡の方がレントゲンに比べてがん見逃しが少ない」は迷信にすぎません。見逃しについては内視鏡もレントゲンも同じ程度というデータが発表されています。しかし、世の中の流れをみると医師は内視鏡重視の方向に向かっています。

「過去フィルムで見逃されたがんにつながる所見はどれくらい？」
例えば今年発見された進行がんは過去フィルムにちゃんと描出されている場合があります。早期がん、進行がんに関係なく、今年見つかったがんは今年でできたものではなく、少なくとも数年前にはすでにがん病巣として発病していることは「がんの時間学」の教えるところであります。フィルム読影でがんにつながる所見の見逃しはどれほどの頻度で起こっているのでしょうか。最も厳しい判定をあえてするなら

「継続受診で発見された胃がん239例の過去フィルムを再読影してみると早期がん進行がん合わせて123例の過去フィルムに何がしかの異常所見が認められた。これは51.5%に相当します。そのうち早期がんは176例中82例（46.6%）に、進行がんは63例中41例（65.0%）の過去フィルムに何がしかの異常所見が認められた。」
ということがわかりました。



この傾向は胃がん検診の領域にも見られるようになってきました。ABC検査によるハイリスク群の抽出と内視鏡検査の組み合わせ検査がそれです。

この検査はヘリコバクター菌感染と萎縮性胃炎についてハイリスク群をABC群にわけて内視鏡検査でがんのあるなしを判定するもので原理的にはおおむね正しいといえますが対策型検診（集団検診）には費用やマンパワーや事故発生の危険性の点で不向きであります。

当センターの胃がん検診は対策型検診一本でありますので今後ともレントゲン検査を採用していきます。そして今まで通り撮影は放射線技師に、読影は医師読影委員会にと役割分担していきます。しかし撮影と読影

平成三年度の当センターのレントゲン検診の結果は

■胃がん	早期がん	33例
	進行がん	13例
計		46例
■良性疾患	隆起型	502例
	胃ポリープ	69例
	胃粘膜下腫瘍	22例
	胃腺腫	2例
	胃潰瘍（瘢痕を含む）	272例
	陥凹型	2例

これらの良悪性は内視鏡検査による生検で診断されたものです。このようにがん検診のいわば副産物として良性疾患も多数見つかっています。

「いろいろで精密検査である内視鏡検査段階で指摘されなかつたがんはどれくらい？」
過去検診のフィルム読影で要精検の判定を出しているにもかかわらず内視鏡検査の段階で異常なしとされたケースが15.1%（239例中36例）もあります。現在内視鏡検査は最終判定検査法として位置づけられています。人がおこなう以上内視鏡検査にも見逃しが珍しくないことを物語っていました。

私は以前から不思議に思っていたことがあります。それはレントゲンでチェックされた場所と異なる遠く離れたところにがんが見つかるケースがあることです。これを「他部位チェックがん」といっています。多数の受診者の中からその部位をチェックされてもいない胃がんがなぜ見つかるのでしょうか？不思議です。

1. 異常所見としてだれもがチェックする妥当な他部位チェック。
2. 再読影しても病変部位にはチェックすべき所見が描出されておらず、占拠部位とは異なる部位の別のはっきりした異常（と思われる？）所見をチェックした場合。不名誉な他部位チェック

は車の面輪であります。放射線技師は両方を修練することはたやすいことですが撮影修練の場がない医師の読影能力向上には一層の自己修練が必要となってきます。特に近年ベテランの読影医師が高齢のためリタイアされるケースが多く全国的にフィルム読影医の払底があらちこちで耳にするようになりました。当センターは幸いにして比較的スムーズに新旧交代が進んでいると思います。そして経験不足の読影医に対するフィルム読影のノウハウを短期間で効率的に伝えていくことが重要になってきました。

幸いなことにセンターには今まで撮りためた発見がんのフィルムが大切に保存されています。それらは3年遡り過去検診フィルムも同時にファイルされています。またとない宝物であり教科書でもあります。

3年前にこのフィルムの再読影を思い立った動機は自分の異常所見のとり方に問題はないか、他部位チェックしていないか、見逃しはないか、を検証するためでした。この3年間は継続受診で見つかったがんは必ず過去フィル

正診	231例（67.2%）
正診＋他部位チェック（2人の読影医の不一致）	7例（2.0%）
やむを得ない他部位チェック	30例（8.7%）
不名誉な他部位チェック	76例（22.1%）
合計	344例

不名誉な他部位チェックは正解所見を見逃した76例であります。この76例の正解所見はどの撮影体位に多かつたのでしょうか。それは前壁像、振り分け像、そしてシャッキイ像に描出されている正解所見を見逃していたケースが多かつたのです。これは心すべき教訓だと思えました。

「ではどのような所見にがんの当たり確率が多いのでしょうか？」
平成22年度のチェック所見で胃がんを言い当てた割合を調べました。多い順にあげますと

・陥凹性病変	14／430（3.1%）
・レリーフ集中	14／570（2.5%）
・顆粒状変化	5／290（1.7%）
・隆起性病変	17／1144（1.5%）
・レリーフ乱れ	8／678（1.2%）
・異常ライン	7／349（1.2%）

この「読影ノート」は発見された胃がんのカタログです。今後類似の所見に遭遇した際の確にチェックしていただきたいという思いで編集されました。今後さらに教育的な症例が出てきたらこれに加えて改定していきたいと考えております。ここはもっとこうしたらいいというご感想などございましたらご遠慮なくセンターにお寄せください。改訂版に反映させていただきます。

2012. 9月【がん征圧月間】

- 9/ 1 (土) 小松市にここに健康まつり in すこやかセンター
動脈硬化・肺年齢・一酸化炭素濃度各測定実施
- 9/ 5 (水) 「健康増進普及月間」新聞広告掲載
- 9/ 8 (土) ピンクリボン全国大会 in 京都
- 9/15 (土) ピンクリボン乳がん検診啓発事業
マンモグラフィ無料検診 in イオン示野店
片桐先生のセミナーあり
- 9/21 (金) 能登町職員組合女性部研修会
「女性がんについて知り、女性の健康力を高めよう」講師：橋本担当
子宮がん、乳がんの基礎知識について一緒に勉強したヨ...
- 9/26 (水) ピンクリボン乳がん検診啓発事業ライトアップ実施
～9/30 (日) 3カ所です！金沢駅「鼓門」金沢城「石川門」しいのき迎賓館
おら〜キレイ ピンクは乳がんだぜよ、知っている？
- 9/29 (土) ピンクリボン乳がん市民公開講座 in 北國新聞会館 20階ホール
「みんなでたたかろう乳がん〜乳がんチーム医療最前線〜」88人参加
吉野、村田西医師、看護師、薬剤師、体験者 山口さん皆様お疲れ！
- 9/30 (日) ピンクリボンメッセージウォーク 2012 550人参加
井上あずみさんと越川選手も 3km コース参加
マンモグラフィ無料検診、協賛企業ブース展開、スイーツ販売あり
台風で途中に雨が降ったけど沢山のご参加ありがとうございました...

2012. 10月

- 10/14 (日) 金沢地域ミニ健康フェア in 浅野町公民館
動脈硬化測定、乳がん予防コーナー実施
- 10/20 (土) 第21回県民健康祭シニアライフフェア in 産展1号館
- 10/21 (日) 動脈硬化測定実施 開始とともに長蛇の列.....
タニタ食堂の栄養士さん、西村元一先生の講演あり、大盛況!!!

2012. 11月

- 11/ 7 (水) 「小児がんの子どもたちに夢と未来を」チャリティーコンサート
アフラックに健康づくり協議会共催する 早見優キレイでした
センターから手拍子隊 11名参加 募金も沢山ありがとうございました
- 11/24 (土) 東海北陸消化器がん検診学会開催 in 地場産業振興センター

2013. 3月

- 3/24 (日) ピンクリボン乳がん検診啓発 ドクター南雲講演会予定



能登町女性職員研修



ピンクリボン乳がん市民公開講座



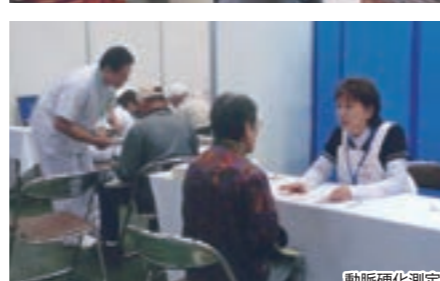
ピンクリボン乳がん市民公開講座



金沢地域ミニ健康フェア



金沢地域ミニ健康フェア



動脈硬化測定



東海北陸消化器がん検診学会

石川県成人予防センター 啓発活動のあれこれ

2012. 4月

- 4/ 9 (月) 「子宮の日」新聞広告掲載
- 4/13 (金) 胃がん検診啓発ポスター作成、市町・関係機関配布
- 4/14 (土) 第33回金沢健康づくりフェア in 健康プラザ大手町
15 (日) 動脈硬化測定、乳がん予防コーナー実施 相変わらず大人気で〜
- 4/21 (土) 大腸がん啓発イベント in 金沢駅地下もてなしドーム・ホテル金沢
22 (日) セミナー、食談、平山みきトークショー、無料検診等盛り沢山の内容、
 Mascottは「モットー腸知郎」に決定
「けんしんくん」も大人気で！検診受けてヨ...

2012. 5月

- 5/12 (土) 金沢地域ミニ健康フェア in 押野公民館 動脈硬化測定実施
「けんしんくん」子供に引っぱり張りの人気者...
- 5/13 (日) 母の日乳がん検診啓発キャンペーン in イオン御経塚店
石川よろこびの会員も参加

2012. 6月

- 6/ 1 (金) 広報こまつ 6月号に大腸がん体験者の小坂先生貴重な体験を掲載し
受診の大切さを訴える
- 6/ 2 (土) 第61回金沢百万石まつり踊り流し参加 (総勢 66人)
「けんしんくん」も踊ったよ〜 浴道からカメラのフラッシュヨ...

2012. 7月

- 7/13 (金) 津幡中学でタバコの害について沼田直子医師の講演後、
教師及び生徒の一酸化炭素濃度測定 タバコの怖さわかったかな？
- 7/21 (土) 志賀町保健推進員研修会「乳がん自己検診法」講習
講師：女性がん部 東課長担当 月1回自己検診実行してね！
- 7/23 (月)~ ANA ホテルランチ&マンモグラフィ無料検診開始 9/11まで
美味しいランチを食べてマンモ無料券ゲット 60人

2012. 8月

- 8/ 4 (土) 金沢市女性の健康づくりイベントで子宮頸がん検診実施 in フォーラス
スタッフみ〜んな女・女・金医大女性外来医師のセミナーもあり
暑い日でしたが若い人が関心を持って来てうれしかった ####



健康づくりフェア



健康づくりフェア



大腸がん啓発イベント



大腸がん啓発イベント



百万石まつり踊り流し参加



百万石まつり踊り流し参加



金沢駅東広場もてなしドーム
8月から10月の3ヶ月間、街頭キャンペーンを実施。



7/15(日) イオンタウン金沢示野
学校法人北陸学院と合同キャンペーンを実施しました。



9/4(火)~9/27(木) クスリのアオキ



9/16(日) 障害者ふれあいフェスティバル
けんしんくんが県内ゆるキャラ大集合に参加しアピール。



9/21(金) 金沢駅東広場もてなしドームでのがん検診受診率向上キャンペーン
【参加団体】アフラック石川県アソシエイツ会、(財)石川県予防医学協会、石川よろこびの会、金沢衛生管理者研究会、ジブラルタ生命保険(株)、大三建設(株)、東京海上日動火災保険(株)、北陸学院が医学・北陸学院短期大学部、(株)北陸銀行、ユニー(株)の総勢50名によるがん検診受診率向上街頭合同キャンペーンを行いました。



9/30(日) かなざわピンクリボンプロジェクト
メッセージウオーク2012
しいのき迎賓館広域緑地



10/2(火) イオンかほく店
石川県石川中央保健福祉センター、かほく市健康福祉課との合同キャンペーンを実施しました。



10/7(日) 能登町大運動会
内浦総合運動公園



10/9(火)~10/30(火) アビタ金沢店



10月~11月 学園祭
金沢大学医学部、石川県立看護大学、北陸学院大学・北陸学院短期大学部にて、がん検診受診をアピール。



10/27(土) 病院フェスタすず
珠洲市総合病院



10/21(日) いしかわ健康フロンティアフェスタ 石川県文教会館
【ブース出展】石川県予防医学協会、石川県栄養士会、BCSG石川、NPO法人禁煙ネット石川、石川県食生活改善推進協議会、(公財)北陸体力科学研究所 【講演会】ヨーコセッターランド氏、堀越理恵子(タニタ食堂)氏
主催：石川県健康福祉部健康推進課、いしかわ健康づくり応援企業等連絡協議会



いしかわ健康づくり応援企業等連絡協議会 がん検診対策プロジェクト室の活動報告

6月7月 6月、7月の実施キャンペーン

- 6/13(水)~7/27(金) イオン(かほく店、御経塚店)
- 7/15(日) イオンタウン金沢示野

8月9月 8月の実施キャンペーン

- 8/ 1(水)~10/31(水) 金沢駅東広場もてなしドーム

8月の参加イベント

- 8/ 4(土) イオンタウン金沢示野

9月の実施キャンペーン

- 9/ 4(火)~9/27(木) クスリのアオキ(金沢市)
(みずき店、疋田店、小坂店、長田店、鞆月店、藤江店、畝田店、桜田店)

9月の実施イベント

- 9/21(金) 金沢駅東広場もてなしドームでの合同キャンペーン
- 9/27(木) 金沢勤労者プラザ/第5回いしかわ健康づくり応援企業等連絡協議会

9月の参加イベント

- 9/ 1(土) にこにこ健康まつり(小松市)
- 9/30(日) かなざわピンクリボンプロジェクト・メッセージウオーク2012/金沢しいのき迎賓館

その他の参加イベント

- 8/ 6(月) キャラクターコンテンツセミナー/いしかわ総合スポーツセンター
- 9/16(日) 障害者ふれあいフェスティバル/石川県産業展示会館4号館

10月11月 平成24年度石川県内各保健福祉センター協力がん検診受診率向上キャンペーン

- 10/ 2(火) イオンかほく店/主催：石川県石川中央保健福祉センター、協力：かほく市役所健康福祉課
- 10/ 6(土) 牛&ワインまつり/協力：能登北部保健福祉センター
- 10/ 7(日) 能登町大運動会/協力：石川県能登町役場健康福祉課
- 10/14(日) 金沢ミニ健康まつり/主催：金沢・健康を守る市民の会
- 10/27(土) 病院フェスタすず/主催：珠洲市総合病院
- 10/29(月) イオン加賀の里店/主催：加賀市健康課

10月の実施イベント

- 10/21(日) いしかわ健康フロンティアフェスタ/石川県文教会館
「もっと野菜で、もっと健康に」~伸ばそう健康寿命~をテーマにしました。

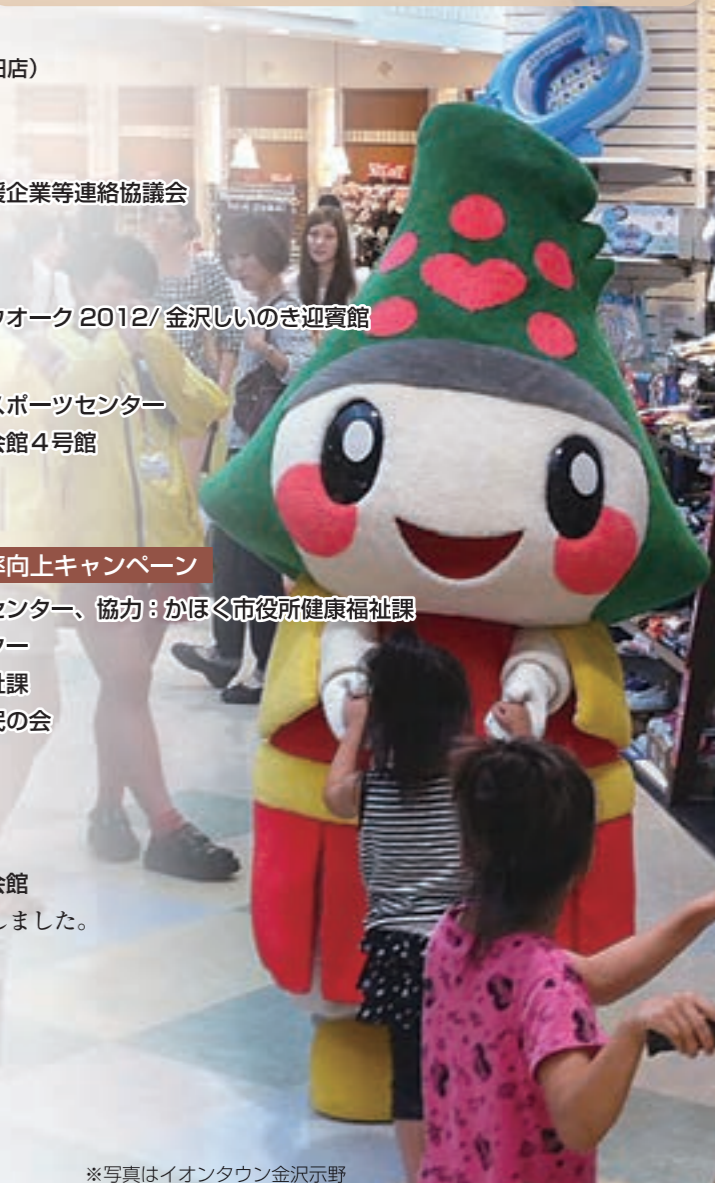
10月の実施キャンペーン

- 10/ 9(火)~10/30(火) アビタ金沢店

大学祭参加キャンペーン

- 10/26(金) 北陸学院大学・北陸学院短期大学部「栄光祭」
- 10/28(日) 石川県立看護大学 大学祭
- 11/ 3(土)・4(日) 金沢大学医学部「医学展」

いしかわ健康づくり応援企業等連絡協議会では、政府のがん対策推進基本計画が挙げられている、がん検診受診率50%以上を目指すため、昨年8月から(公財)石川県成人病予防センター内に県の委託事業として「がん検診対策プロジェクト室」を発足させています。がん検診対策プロジェクト室では、がん検診受診率の向上を図るために数々のイベントに参加したり、県内各市町でのキャンペーンも実施し、集団検診の情報を伝え、検診会場に足を運んでもらうこと、またがん検診対象年齢に満たない若年者には将来を見据えての適切な情報を伝えていくことにも力を入れて活動してきました。そんなプロジェクト室の24年度6月から11月までの活動をここに紹介いたします。



※写真はイオンタウン金沢示野

いしかわ健康づくり応援企業等連絡協議会会員 72企業・団体

衛野産業	小松市	国際ソロチミスト金沢-くるりゆり	金沢市
アトム運輸	金沢市	衛サークルトサンクス	東京都
アフラック	東京都	ジブラルタ生命保険(株) 金沢エリア	金沢市
アフラック石川県アソシエイツ会	金沢市	衛ジョセキ	金沢市
いしかわ大腸がんサポーターズ	金沢市	衛住友生命保険 金沢支社	金沢市
(社)石川県医師会	金沢市	衛ゼスト	金沢市
NPO法人石川県ウォーキング協会	金沢市	衛損害保険ジャパン	金沢市
(社)石川県栄養士会	金沢市	損保ジャパンひまわり生命保険(株) 金沢LC支社	金沢市
石川県立大学法人看護大学	かほく市	大三建設株式会社	金沢市
社団法人石川県サッカー協会	金沢市	衛中日新聞社北陸本社	金沢市
(株)石川県社会福祉事業団	金沢市	東京海上日動火災保険(株) 金沢支店	金沢市
石川県商工会連合会	金沢市	衛東京スター	金沢市
石川県食生活改善推進協議会	金沢市	東邦メディカル株式会社	野々市市
石川県腎友会	金沢市	衛ナカノ自動車	金沢市
(公財)石川県成人病予防センター	金沢市	衛西川電機工業所	金沢市
(財)石川県予防医学協会	金沢市	日成ビルド工業(株)	金沢市
(公)石川県理学療法士会	小松市	日本健康運動指導士会石川県支部	小松市
(独)石川県産業保健推進センター	金沢市	日本産婦人科医学会石川県支部	金沢市
石川よろこびの会	金沢市	BCSG石川	金沢市
栄研化学(株)金沢事務所	金沢市	衛ビーイングホールディングス	金沢市
衛エイム	金沢市	プリストルマイヤーズ(株)	金沢市
NPO法人おいおい健康塾	金沢市	NPO法人 プレイサークル運営委員会	東京都
おしゃべりヒーリング石川	白山市	ベニー美容室	金沢市
おやし食堂	輪島市	衛ホクク地水	金沢市
オリンパスメディカルシステムズ(株)	金沢市	税理士法人 北陸会計	金沢市
衛がく北陸	小松市	北陸学院大学・北陸学院短期大学部	金沢市
桂記車株式会社	金沢市	北陸がんプロフェッショナル養成プログラム	金沢市
学校法人金沢医科大学	内灘町	(公財)北陸体力科学研究所 ダイナミック	小松市
金沢衛生管理者研究会	金沢市	北陸放送(株)	金沢市
衛金沢倶楽部	金沢市	(財)北陸がん研究振興財団	金沢市
かなざわピンクリボンプロジェクト	金沢市	衛北陸銀行	金沢市
からだ回復処 和屋	かほく市	衛北陸新聞社	金沢市
キンピレッシュ(株)北陸支社	金沢市	衛ヤクルト北陸	野々市市
NPO法人禁煙ネット石川	金沢市	ユニー(株)	金沢市
衛クスリのアオキ	白山市	医療法人社団勝木 かわたメディカルセンター	小松市
衛健工舎イアワ	金沢市	声城クリニック	小松市

平成24年9月20日現在 ※五十音順(「株式会社」等法人格を示す語の読みを含めず)

特定保健指導を受けてみませんか？

保健指導課 技師 作本 真理亜

特定保健指導には、積極的支援・動機づけ支援という2つのタイプがあり、いままですセンターで受けられた方全員が、途中で脱落、中断されることなく終了されています。(石川県の積極的支援中断率44.3%、動機付け支援中断率90%)*3
平成22年度特定保健指導を申し込まれた方の体験例をご紹介します。

1年後の健診結果も改善され、とても満足していらっしやいました。生活習慣を振り返る機会として、特定保健指導を受けてみませんか？

*3 平成23年度石川県生活習慣病検診等管理指導協議会における課題検討結果報告

まずは、お食事や運動など生活習慣を振り返りましょう。ご自分のできそうなことから改善し、内臓脂肪を減らして生活習慣病を予防しましょう。

行動計画を立ててみよう!!

① Aさん(積極的支援) 《目標》 6カ月後に67.8kg
《行動目標》 食事の量を減らす(ご飯2杯→1杯)
・野菜を中心とした食事に変える
・缶コーヒーを減らす、または微糖にする
・週3回散歩とストロシを実施する

	基準値	前回の健診時	1年後の健診時
身長	cm	163.8	162.9
体重	kg	70.9	62.0
BMI	18.5=24.9	26.4	23.4
腹囲	男性 85cm未満 女性 90cm未満	91.6	80.0 ↓ 改善
中性脂肪	空腹時 150mg/dl未満	219	85 ↓ 改善
HDL コレステロール	40mg/dl~	36	43 ↑ 改善
AST(GOT)	~30IU/dl	26	13
ALT(GTP)	~30IU/dl	46	14
γ-GT(γ-GTP)	~50IU/dl	40	23
血圧	収縮期 130mmHg未満 拡張期 85mmHg未満	108 69	116 63
血糖	空腹時 ~99mg/dl 随時 ~139mg/dl	97	94
HbA1c	5.1%	6.0	5.7 ↓ 改善
LDLコレステロール	~119mg/dl	138.2	109.9 ↓ 改善
心電図	異常なし	異常なし	異常なし
腹部エコー	異常なし	脂肪肝(中等度)	異常なし

《検診結果》
・腹部エコーで中等度の脂肪肝だったのが異常なしになり、肝機能の値も改善した。
・内臓の脂肪を落としたことにより、血液中の脂質・糖代謝が改善した。
《感想》
・身体が軽くなったし、人前に出ることが嫌ではなくなった。
・保健指導を受け、毎日記録シート(体重)を記入するので体重の変化も目でグラフから確認できるので励みになった。
・記録シートを記入する必要性からがんばれた気がする。



- 「できている」「頑張ればできそう」「できない」のどれか1つを選んで、○を付けてみましょう。
- 「(頑張れば)できそう」の中から目標を立てましょう。

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25
体重管理	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25
運動習慣	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25
食習慣	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25
飲酒週間	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25
休養	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25
喫煙	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25

メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)

予備群・該当者の状況

平成20年4月から、高齢者の医療の確保に関する法律により、医療保険者に対して、糖尿病等の生活習慣病に関する健康診査(特定健診)及び特定健診の結果により健康の保持に努める必要がある者に対する保健指導(特定保健指導)の実施を義務づけることとされ、当センターでも実施しています。

当センターが23年度に受託した8市町国民健康保険加入者の特定健診を受けられた方の状況をご紹介します。
受診者数は8,338人。性別をみると、男性3,568人(42.8%)、女性4,770人(57.2%)と女性が多く、年代別でもいずれの年代も女性の方が男性より多く受診しています。

そのうちメタボリックシンドローム該当者及び予備群の割合は27.9%で、全国(*1)26.4%(平成22年度速報値)に比べ1.5ポイント多かったです。(表1)
性別で見ると、メタボリックシンドローム該当者・予備群ともに男性が女性より多く、また、メタボリックシンドローム該当者は年齢を重ねるにつれ高くなる傾向にあります。(図1)

(*1)厚生労働省・平成22年度特定健診・特定保健指導の実施状況(速報値)についてより

メタボリックシンドローム予備群・該当者の状況(表1)

性別	年齢階級	受診者数	メタボリックシンドローム該当者		メタボリックシンドローム予備群		メタボリックシンドローム該当者及び予備群	
			人数	率	人数	率	人数	率
男	40~49	481	94	19.5	97	20.2	191	39.7
	50~59	579	140	24.2	118	20.4	258	44.6
	60~69	1,720	445	25.9	294	17.1	739	43.0
	70~79	788	217	27.5	154	19.5	371	47.1
	計	3,568	896	25.1	663	18.6	1,559	43.7
女	40~49	526	9	1.7	24	4.6	33	6.3
	50~59	855	57	6.7	58	6.8	115	13.5
	60~69	2,440	235	9.6	161	6.6	396	16.2
	70~79	949	138	14.5	82	8.6	220	23.2
	計	4,770	439	9.2	325	6.8	764	16.0
計	8,338	1,335	16.0	988	11.8	2,323	27.9	

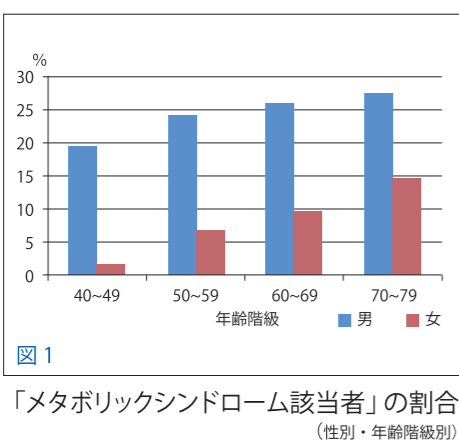
「メタボリックシンドローム該当者」

腹囲が男性85cm、女性90cm以上で、3つの項目(血中脂質・血圧・血糖)のうち2つ以上の項目に該当する者。

項目に該当するとは、下記の「基準」を満たしている場合、かつ/または「服薬」がある場合。*2

「メタボリックシンドローム予備群」

腹囲が男性85cm、女性90cm以上で、3つの項目(血中脂質・血圧・血糖)のいずれか1つに該当する者。
*2 高中性脂肪血症、低HDLコレステロール血症、高血圧、糖尿病に対する薬剤治療をうけている場合は、それぞれの項目に含める。



*2 8学会の基準(空腹時血糖による該当者のみ規定)に加え、国民健康・栄養調査における基準(HbA1c)での検査結果での判定も加え、追加リスク1つを予備群と規定)に基づき判定。なお、国民健康・栄養調査におけるHbA1cの判定基準値(空腹時血糖110mg/dlに相当する値)は5.5%となっているので、HbA1cのみ検査した場合のメタボリックシンドローム判定としてはこの値を用いる(特定健康診査・特定保健指導の円滑な実施に向けた手引きVer.1.8(2.3.1階層化))

項目	血中脂質	血圧	血糖
基準	・高中性脂肪血症 150mg/dl 以上 かつ/または ・低HDLコレステロール血症 40mg/dl 未満	・収縮期血圧 130mmHg 以上 かつ/または ・拡張期血圧値 85mmHg 以上	・空腹時血糖 110mg/dl ・HbA1c(JDS値) 5.5% 以上



各検診車の整備状況について

胃検診のデジタル化に向けて

(胃部検診車「第1けんこう号」の導入)

消化器呼吸器検診課主任 水口 理恵

胃デジタル検診車の「第7けんこう号」が初めて当センターに導入されてから早3年目！受診者の方々も、始めはひとまわり大きくなった車体のデジタル検診車に少し驚いた方もおられるかとは思いますが、おかげ様でその後も順調に8号車、1号車と年1台のペースでデジタル車が納車され、大変ありがたい気持ちの一方、急激なデジタル化の流れに伴い進化する日々の業務の変化に困惑しておりました。しかし、それもデジタル検診車2台目となる8号車が納車される頃にはその業務の基盤も整い、技師・読影医ともにデジタル化の利便性を実感しつつ、更なる胃検診の技術・精度の向上に努力しております。

具体的に技師におきましては撮影中でも車内にて撮影済みの画像をモニター上に呼び出して、任意に確認可能であったり、その場で即画像の白黒反転処理ができたりと、技術向上の面ではもちろん、画像データの保管・管理においても従来のフィルムに比べ現像等の処理が省け、時間短縮はもちろん保管場所の省スペース化に目に見えた進化がありました。また、読影医師におきましても、当センター

の専用ビューアーにて過去に受診された画像データを即座に呼び出し可能となった事は読影精度の向上にきわめて有効であると思われれます。とは言え、当センターの胃部デジタル検診車は、在中する胃検診車総台数の半数以下にすぎず、胃検診オールデジタル化に向けて今後も引き続き期待・努力するところであります。

胃がん検診車

事務局参事 坂上 輝幸

最新鋭の胃部デジタル検診車を整備しました。名称は「第1けんこう号」です。

平成24年2月に当センターは、財団法人日本自転車振興会（JKA）の補助を受け新たに胃がん検診車を整備しました。

この検診車は、当センターで3台目になる最新鋭のデジタルX線装置を搭載し、撮影のやり直しや現像時のトラブルを回避でき、精度の高い画像診断により受診者に良質なサービスを提供することが可能で、プライバシー保護に努め、受診者の安全性にも配慮し、段差のない車内となっております。また、車体は「尿素SCR」と呼ばれる燃費性能に優れた排ガス除去装置を搭載しており、環境にも配慮した検診車です。

子宮頸部がん検診車

女性がん検診課長 東 節子

平成24年3月30日待望の子宮頸部がん検診車が納車され、4月から集団検診にフル稼働しています。バスのデザインも一新し、マンモグラフィ検診車等と同じ水玉のデザインで、色は子宮頸部がん啓発リボンのテール&ホワイトから明るいグリーン色です。検診車の大きさも今までよりやや小型化し小回りがききます。

検診車の後方の受診者が出入りするドアもインダグ式で大きく開き、ステップの幅も広げ、上部の屋根部分には電動式開閉テントを取り付け、雨にも濡れずに出入り出来るように配慮されています。待合室のスペースも広くなり衣類の着脱がスムーズに出来るほか、診察台も今までの固定式から現在病院等で使用されている自動で診察台が上下し受診者の脚を載せる部分も自動開閉する最新鋭の診察台を搭載しました。受診者には大変好評を得ています。

また、待合室から診察室まではバリアフリー化を図り、全年齢層に安全で安心して受診していただけるよう配慮し、清潔感にあふれる内装で明るく受診者にはやさしい検診車に仕上がっています。石川県内の各市町や企業に伺いますので、ぜひ受診していただき早期発見に努めていただければ幸いです。



子宮頸部がん検診車「やすらぎ号」

循環器健診車

生活習慣病健診課技師 杉本 亜矢

検診車の老朽化に伴い、平成24年9月28日に新しい循環器健診車「そよかぜ号」が納車され、石川県内の市町・企業での循環器健診で活躍しています。車体はマイクロボスを改装し、今までよりやや小型化し小回りできるようになりました。また、ボディカラーは赤と白を配色し、胃がん検診車や子宮がん検診車等と同様の水玉のデザインで、検査の待合スペースを設け、明るくくつろげる車内になって



循環器健診車「そよかぜ号」

います。車内では、心電図検査、眼底検査、超音波検査、診察等が行えるようになっており、各検査室はカーテンで仕切られプライバシーに配慮した設計になっています。健診車内では様々な検査が可能で、健診スペースの限られた会場で活躍するものと思います。新しく清潔感のある「そよかぜ号」が県内の市町・企業の皆様のところへ伺いますので、ぜひ、多くの方に健診を受けていただき、健康で生き生きとした生活を送っていただけるようにお手伝いが出来ればと思っています。



胃部デジタル検診車「第1けんこう号」

今年度の稼働計画は、月平均10日間、年間約5,000人の受診者数を目標に県内各市町や企業へ伺って検診しています。毎年胃がん検診を受け早期発見に努めましょう。

マンモグラフィ読影講習会開催

平成24年12月2日(日) 金沢市駅西健康ホール「すこやか」

平成24年12月2日(日) 金沢市駅西健康ホール「すこやか」において、マンモグラフィ読影講習会を開催しました。この事業は石川県からの委託事業で、乳がん検診の効果的な実施のため、マンモグラフィ読影医師の資質の向上を目的に県内各医療機関において実際にマンモグラフィの写真を読影している先生方に集まっていただき開催した講習会です。

当日は、福井県済生会病院乳腺外科部長笠原善郎先生の「乳癌検診をめぐる最新の情報について(ガイドラインの変更点)」講義のあと4グループに分かれそれぞれ所見ごとの研修を実際のフィルムを見ながら講習し、情報の共有及び読影技術の向上に向け研修を行いました。



石川よろこびの会

石川よろこびの会 会長 松井 外貴彦

あけましておめでとうございます。

あらたな年を迎えて、私自身の感覚でいえば、あつと言う間に過ぎた一年でした。政治も社会も不安定、加えて天災がつきつきと襲い、世紀末の様に感じるここ数年、それでも確実に季節は廻る不思議は、昔から繰り返されてきた事だと思えます。

さて、当会の活動は、高齢化の中にありながら、ボランティア精神と、少しの楽しみを織り交ぜ、年間通してのがん体験の語り部活動等をはじめ、四月の総会、長町を歩く会、百万石踊り流しへの参加、ぶどう狩、能登演劇堂及び祭り会館見学、日帰りバス旅行、松ヶ枝福祉会館における懇話会等と、役員の方々の協力を得ながら無事に今年の行事を終えることができました。がんという病を持ちながらも、集う人々の笑顔は絶えることがありません。新たな一年もパワーあふれる笑顔で過ごせますよう願っています。



2012年 百万石踊り流しに参加

お問い合わせ・入会申し込みは…

公益財団法人 石川県成人病予防センター内

石川よろこびの会事務局

〒920-8201 金沢市鞍月東2丁目6番地
TEL. 076-237-6262 (代表)・FAX. 076-238-9207
URL <http://www.kenshin-ishikawa.or.jp/>
E-mail smile@kenshin-ishikawa.or.jp

結核予防の理解へ 複十字シール運動をPR 竹中副知事を表敬訪問

結核予防を呼びかける活動である「複十字シール運動」が8月1日から12月31日まで実施されました。運動開始初日の8月1日に県結核予防婦人会の藤多典子会長と結核予防会石川県支部の山田正人事務理事をはじめ担当者で県庁を訪れ、竹中博康副知事に運動への理解と募金の協力をお願いしました。



2012年 複十字シール運動表敬訪問

結核予防週間 街頭啓発活動実施 しいのき迎賓館広場にて

9月24日から30日までの結核予防週間最終日の30日に、金沢市しいのき迎賓館広場にて、結核やがんのリーフレットやポケットティッシュを「がんばろう東北」と印字してあるクリアフォルダーに入れて配布しました。会場では「ピンクリボンウォーク」の行事が催されており、来場者に結核は過去の病気でないことをアピールしました。



2012年 街頭啓発活動

センターのロゴマーク決定しました



公益財団法人 **石川県成人病予防センター**
日本対がん協会石川県支部・結核予防会石川県支部

マークコンセプト 石川県のイニシャル「i」と成人病予防センターのイニシャル「S」との間のシルエットをモチーフにデザイン。イメージは駆けつけ寄り添う天使や看護師の如く、熱心に検診する技術の如く、石川県と太陽の如く。

検診医となつて



理事 正司 政夫

昨年4月からご縁があり、石川県成人病予防センターの検診医として働いています。

私はこれまで能登地方の中核病院で、消化器外科医として30数年に亘り地域医療に携わってきました。病院が僻地に立地する故、人材や医療設備が著しく不足する状況にあって、市民の様々なニーズに、職員と共に工夫を重ねながら対応してきました。

こうした勤務医の体験を通して、組織の危機に際し、働く仲間の団結の重要性を痛感してきました。私の検診との出会いは病院に赴任して2年位して、胃集検読影委員会にオブザーバーとして出席した事に始まりますが、いつの間にか読影委員になり、その後、甲状腺・乳がん専門委員にも委任されました。読影は診療の忙しい時期に重なることが多く、閉口することも少なくありませんでしたが、何とか続けることができたのは、検診に対する関心が薄れなかったからでしょうか。検診医への道はこの延長線上にあり、少しはお役に立てるかもとの思いで決心致しました。

先日当地で第42回日本消化器がん検診学会東海北陸地方会が開催され、その特別講演「科学的根拠に基づく消化器がん検診」とシンポジウム「消化器がん検診の現状と将来」を拝聴することができました。ここで精度管理の重要性を再認識するとともに、検診結果の科学的根拠の実証には様々な困難を伴うこともわかりました。また、シンポジウムでの撮影技術・読影力の低下、受診率向上のための電話による受診勧奨、ソーシヤル・マーケティング手法の導入の話題は興味深いものでした。活発な質疑応答がなされ学会は成功裡に終了しましたが、総じて、机上のデータに基づいた報告は多いが、実際に受診する人の立場で検討したものはなく、私は健(検)診現場と学会発表との乖離を強く感じた一日でした。

そこでこの機会に精度管理と受診率について考察し

センターの新入社員紹介

たいと思います。精度管理について私の読影で考えました。実際に読影していると、相当の時間読影していてもそれ程疲労を感じない時と、まだ始めてそんなに時間が経っていないのに拘らず、やたらと疲労困憊の状態になる時とがあります。これには体調が影響する事もありますが、むしろ、撮影像の良し悪しに負うことの方が多いのではないのでしょうか。精度管理向上に、良質な撮影像が最も基本となることは自明であり、読影力の低下が指摘されている昨今、撮影法の統一やさらなる撮影技術のスキルアップが強く望まれるところです。

次いで受診率の向上について考えてみます。国は国民の健康保持のため、健康増進法や労働安全衛生法で健(検)診を定めています。受診率、精度管理、保健指導などの問題が山積しています。低い受診率を向上させるための調査や広報活動などを行い、無料クーポン券などの対策で一定の成果を見たものの、目標に達していないのが現状です。何故、受診率の停滞が続いているのでしょうか。私は原因の一端が健(検)診の現場にあるのではと感じています。私は主として胃がん、乳がんの検診を担当していますが、時には職域健診も行っています。初仕事は一般健診でしたが、終了後、受診された人達が、この流れの中で、果たして満足して帰ってくれたのか心配になりました。それは健(検)診は多人数を対象とする故、ある程度制約を受けるのはやむを得ませんが、受診された人に対する尊敬や思いやりが若干希薄に見えたからです。この様な光景は何もここだけに限られたものでなく、全国的な傾向と思われるのですが、受診する人があつての健(検)診であることを忘れてはならないと考えます。私は受診された方を努めて一対一の対話をするようにしています。そこでは健(検)診の意義、がんに関する話、保健指導などなど……を行っています。先日発表した「電話の生の声」の勧奨が受診率の向上に有意であったと報告されていましたが、私は施行側の積極的なフェース・トゥ・フェースの姿勢が、受診する方との信頼関係の構築にはとても大切な事と思つています。そして、また一方で、良好な受診環境を整えることも是非必要な事であり、人と物の調和があつて、初めて、受診する方からの信頼が得られ、受診率の向上に結び付くのではないかと思つています。

放射線技師となつて



技師 松本 佳那子

初めまして、平成24年4月から放射線技師として、皆様の仲間入りをさせて頂いたことになりました。松本です。以前からバスでの検診業務に興味があり、内定をいただいたときはとても嬉しく思い、本当に感謝しています。

入社してからは、見ることに、することすべてが初めての経験で不安なこともありましたが、先輩方の温かく熱心なご指導のおかげで楽しい毎日を送っております。これからも石川県民の検診を担う業務に就いたことに責任と誇りをもって、先輩方を見習い、日々努力・成長していきたいと思っております。どうぞよろしく願ひいたします。

編集後記

石川県成人病予防センターは、県民の健康増進に向け今まで以上に寄与することを目的に昨年の4月から公益財団法人としてスタートしました。今後も安全で安心して検診(健診)を受診していただけるように、また啓発活動等を通じて最新のがん情報などを提供していきたいと思っております。宜しくお願いいたします。(編集委員会)