

えひめ Ehime Health Report

健康だより

CONTENTS

“やりっぱなし検診”よ、さようなら	1
腹部超音波検査のご紹介・がん検診Q & A	2
水の定期検査のすすめ・複十字シール募金・がん征圧募金	3
子宮頸がん啓発活動・医局員紹介・協会ル〜キ〜ず	4
受賞者紹介	5
インフォメーション	6



健診笑顔バス出発式（松山市保健所）



“やりっぱなし検診”よ、さようなら

財団法人 愛媛県総合保健協会

附属診療所長 西村 一孝



愛媛県総合保健協会附属診療所の歴史は古く、結核予防会愛媛県支部の時代に結核の診断と治療を目的に設置されたと聞いております。現在は、各種健康診断、じん肺などの職業病、また慢性閉塞性肺疾患、心臓病などの健診と治療に取り組んでいます。

井町前所長から引き継いで2年目となり、今年度の当職員（230名少々）の健康調査で特定保健指導や産業医面談指導が必要な職員は、48名に上り、全体の28%強が指導を要するとの結果に驚かされました。そこで48名全員に個別面談を行い更に驚かされたのは、要指導、要治療と報告されているのに医療機関を訪れた職員は極めて少数であったことです。当協会では健康に関心があると思っていた職員がこの程度の認識であれば、今まで住民を対象に健診を行ってきた結果報告を住民がどのように健康に役立てておられるのか、はなはだ疑問に思えてきました。

住民の健診後、要指導、要治療の結果を受け取ってもどこに相談すべきか、また治療の内容も心配、費用の面も心配といった不安をできるだけ解決できる相談窓口が求められています。職員の話でもどこの病院に行けばよいのか、どう相談すべきかで悩んで、結局そのままにしていた例を多くみております。

これからの健診機関は、健診し報告すればそれで終わりの時代から、結果を分析し健康な生活を送るためにその結果をどう結びつけるか、指導のための窓口の設置が急がれます。

当附属診療所の役割も今後相談窓口を設置し、要指導、要医療の報告を受け取った住民の皆さんが安心して生活が続けられるようお手伝いをしたいと願っています。いつでも健康相談に応じますのでご相談ください。（予約必要）

腹部超音波検査のご紹介

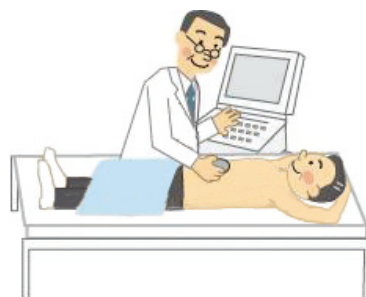
<どんな検査ですか？>

超音波検査は、人の耳に聞こえないくらい高周波の音波を出し、体の中で反射して戻ってくる時間差を利用し画像にして観察しています。放射線を一切使わず、痛みや危険性もなくリアルタイムに表示できる手軽な検査です。



<どうやって検査するのですか？>

- 検査ベッドに仰向けに寝て両手を頭のほうへ挙げ、息を吸ったり吐いたり、お腹を膨らませたり、体の向きを変えたりします。臓器や消化管のガスを移動させ、観察しやすくするために大切な事です。
- お腹を出しやすい服装が良いです。上腹部を出し、超音波の通りを良くするためのゼリーを塗り、超音波を送受信するプローブというものを体にあてるためです。
- 絶飲食で検査をします。飲食後では胆嚢の収縮やガスの影響により、胃の後ろにある膵臓の画像がきれいに観察できなくなります。



<何が分かるのですか？>

検査の対象臓器は肝臓・胆嚢・腎臓・膵臓・脾臓です。
各臓器の腫瘍性の病気、結石、他にのう胞や脂肪肝なども分かります。



がん検診 Q & A

Q

28歳の女性です。マンモグラフィ検診を受診したいのですが、各市町で実施されている乳がん検診は、40歳にならないと受診できないと言われました。
どうすれば良いのでしょうか？



A

乳がんにかかる女性のピークは40～50歳であるため、市町で実施されている対策型のマンモグラフィによる乳がん検診の対象は、40歳以上となっています。

このマンモグラフィの特長は、乳がんの初期症状の1つである微細な石灰化を写し出すことができることです。

しかし、乳腺の発達している20～30歳代の方は石灰化があっても乳腺と重なって適切な診断ができないことがあります。そのため任意検診として超音波（エコー）での検査をお勧めしています。

水の定期検査のすすめ

安心して「水」を飲むために、必要なことはなんでしょう？ 私たちは健康のために、運動したり、食事に気をつけたりしますが、本当に健康かどうかは、専門家の診断が必要となります。

「水」も安心して飲むためには、専門家による定期的な診断（＝水質検査）が必要となります。

水道水は、水質基準項目や水質管理目標設定項目等の水質検査を定期的に行うことで、常に健康状態が管理され、安全で衛生的な水として提供される必要があります。



井戸水や沢水は、常に同じ状態ではなく、気象や環境の変化によって影響を受け、水質が変化することがあります。

そのため、安心して「水」を飲むためには、水道水と同様に定期的な水質検査を行い、水の健康を維持管理する必要があります。



水の健康は定期的な水質検査で維持管理しましょう。

出典：水そして飲料水「西日本地区給水衛生検査協議会」

複十字シール募金・がん征圧募金にご協力ありがとうございました。

平成23年度複十字シール募金・がん征圧募金の募金額は次のとおりでした。
募金は結核予防・がん予防の普及啓発活動に役立たせていただきます。

複十字シール募金：4,635,834円

がん 征 圧 募 金：1,608,511円

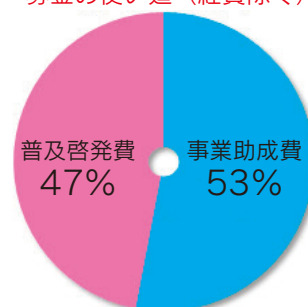
日本では年間約2万5千人が結核に罹患し、約2,000人が死亡しています。愛媛県でも約600人が罹患し約20人が死亡しています。結核は他人事ではない現代の病気です。

複十字シール募金は、結核に関する正しい知識を持っていたくために、講演会や広報活動に使われています。その内訳は、右図のとおりです。

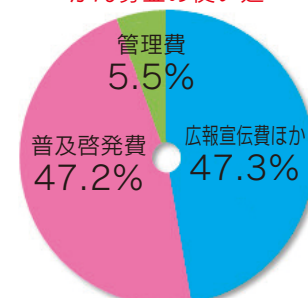
平成23年の全国での全死亡者に対するがん死亡の割合は28.5%となっており、3.5人に1人が、がんで死亡しています。愛媛県では4,550人（愛媛県の人口の0.3%）が、がんで亡くなっています。愛媛県でのがんの死亡数は、緩やかではありますが上昇傾向にあります。

がん募金は、早期発見し、職場への早い復帰が出来るよう講演会や広報活動に使われています。その内訳は、右図のとおりです。

平成23年度 複十字シール募金の使い道（経費除く）



平成23年度 がん募金の使い道



子宮頸がん啓発活動 LOVE49

6月30日(土)、坊っちゃん広場(いよてつ高島屋前)において、子宮頸がん啓発活動の一環でパンフレットの配布を行いました。子宮頸がんは若い女性に増えています。「自分の体は自分で守りたい」そんなあなたはすぐに検診へgo! (優秀な細胞検査士が異常細胞を早期にみつけてくれること間違いなし)

日本では20歳以上の女性が子宮頸がん検診を受診できますが、受診率80%前後の欧米と比較すると20数%と著しく低いのが現状です。今から検診へgo!!



医局員紹介

協会には5人の常勤医師がいます。まず診療所長の西村先生、協会の常務理事も務める前愛媛病院院長です。専門は呼吸器内科で肺がん検診はもとより、愛媛県内のじん肺対策にも取り組んでいます。

次に参与の池谷先生、前職は県立医療技術大の学長でした。県の産婦人科医会会長でもあり、子宮がん検診を主に担当しています。

副診療所長は最上先生、放射線科医です。乳がん検診や肺がん検診の読影などを担当しています。マラソン、トライアスロンが大好き。

医監の北井先生、内科医の立場で人間ドックを担当しながら、胃がん検診の読影もしています。

最後にこの原稿を書いている、医長の藤本。5人の中では最年少ですが、実は協会では最古参です。大学では公衆衛生学や地域での健康づくりの研究を行っていました。フィールド健診が大好きです。

このように協会の医師の守備範囲は広く、何でもご相談にのります。困ったことなどありましたら、お気軽に声をかけてください。



池谷参与 北井医監 西村所長 藤本医長 最上副所長

“協会ル〜キ〜ず” みなさまよろしくをお願いします



さかい ゆみ
佐海 由美

所属：健診部 医学検査課
趣味：スポーツ観戦(バレーボール)
好きな言葉：日々精進
尊敬する人：両親

海に囲まれ、ゆったりとした時間 心安らぐ町‘マンボウ’がシンボルの西予市三瓶町出身です。以前、八幡浜医師会に勤めていて、伊方町、八幡浜市の健診を担当していました。

縁あって、2011年10月から愛媛県総合保健協会の一員となり、今年度は、今治、西条、松山市と多くの健診会場に携わりました。まだまだ、気配り目配りが足りない私ですが、先輩方的確な指導に助けられ、受診者様の「ありがとう」の言葉や元気な笑顔にふれ、この仕事をさせていただき有難いと思う日々です。

つい先日、とある健診会場で腹囲測定を担当していた私は、「オメデタですか？」と妊婦に間違われてしまい、まずは自己管理からと身をもって痛感しました。

今後は、「毎年健診を受けたい」「来年も会いたいな」と思われるスタッフを目指し、日々精進していききたいと思います。よろしくお願いします。



おおいずみ りょうすけ
大泉 良介

所属：事業部 情報管理課
趣味：音楽鑑賞
好きな言葉：謙虚
尊敬する人：アインシュタイン

事業部 情報管理課の大泉良介と申します。おもに地域健診の事前データの処理や資料の打ち出しなどをしています。

私は大学卒業後、昨年の8月から採用していただき、ようやく1年が経ちました。まだまだ日々の忙しさについていくのに精いっぱい、上司や先輩方に助けていただきながら業務に励んでいます。

しかしながら、勤務して1年が経った現在、一人前の仕事はもちろん、それ以上の仕事を目指さなければなりません。そのために、日々の業務から仕事の技術、感覚や考え方など身に付けるべきものが多くあります。そして、皆から頼られるような立派な職員に成長したいと考えています。

8月からは、現在の業務に加えて、別の業務にも関わらせていただくこととなり、気持ちを新たに、より一層気を引き締めているところです。

今後ともご指導ご鞭撻の程よろしくお願いいたします。

慶 祝

受賞おめでとうございます。



蔵原一郎先生 医療法人蔵原放射線科院長

日本対がん協会賞受賞（個人の部）

平成24年9月14日（香川県）平成24年度がん征圧全国大会

昭和36年4月に松山赤十字病院放射線科部長として就任した当時から、常に「予防第一。早期発見・早期治療が、がん治療の鉄則」という強い信念のもと、がん検診の重要性を説き、検診に従事する放射線技師の指導や読影医師の育成に尽力。（財愛媛県がん予防協会設立時（昭和41年）には、胃がん検診車の導入に貢献するなど、県下におけるがん検診事業の先駆者として現在も活動しています。

また、昭和42年から今日までの47年間、愛媛県胃集団検診読影委員会委員として後進の指導と検診精度の向上に努める傍ら、現在も松山市医師会胃集検読影委員会委員長を務め、更に当協会においては、胃がん検診精度管理委員会委員長及び肺がん検診精度管理委員会委員に就任し、検診の精度向上と併せて、診断・治療・予防など愛媛県下のがん検診事業の進歩や発展に著しく貢献しています。



仙波匡彬常務理事

予防医学事業中央会賞受賞

平成24年10月12日（高知県）第57回予防医学事業推進全国大会

昭和44年に当協会の前身である（財）愛媛県がん予防協会に採用され、主に業務課において健診業務に従事し、永年にわたって業務の効率化や精度管理の向上に努めてきました。

平成10年の統合後は、事業部副部長、同部長を歴任し、平成18年からは事務局長、平成19年からは常務理事（兼）事務局長として、強力なリーダーシップと卓越した見識を発揮し、健診業務の拡大等に尽力し業績を残しています。

また、予防医学事業中央会では、常任企画委員として永く各支部への情報発信などにも積極的に参画し、平成14年度には予防医学事業全国統計実務研修会、平成19年度には予防医学事業推進全国大会、平成23年度には全国業務研修会を開催するなど、予防医学運動の全国展開にも大きく貢献して参りました。



インフォメーション



がんと向き合うラジオに出演

南海放送「がんと向き合うラジオ」に、当協会附属診療所 西村一孝 所長が出演し、健康診断とがん検診に関する情報提供を行いました。

日時 2012年6月18日(月)
場所 南海放送ラジオ
出演 西村 一孝
(愛媛県総合保健協会
附属診療所長)



住友生命松山支社主催「子宮頸がん啓発セミナー」

住友生命松山支社は、お客様を対象にした子宮頸がん啓発セミナーを開催し、当協会保健部 佐伯健二部長が、子宮頸がんの基本的な知識と検診の大切さなどについて講演を行いました。

日時 2012年7月10日(火)
場所 住友生命三番町ビル
講演 「子宮がんから自分を守るために」
講師 佐伯 健二
(愛媛県総合保健協会 保健部長)



住友生命宇和島営業部主催「乳がん啓発セミナー」

住友生命宇和島営業部は、乳がん検診の必要性和予防意識を高めていただくため、お客様を対象にした乳がん啓発セミナーを開催し、当協会理事 川上壽昭 参加が講演を行いました。

日時 2012年7月20日(金)
場所 住友生命ビル3階
講演 「乳がん検診について」
講師 川上 壽昭
(愛媛県総合保健協会 理事・参加)



松山市健康診査受診率向上プロジェクト「健診笑顔バス」出発式

松山市の健康づくり事業に賛同した団体と企業が協働し、今年度から様々な取り組みを実施しています。その一環として、健診啓発のラッピングを施した「健診笑顔バス」の出発式が行われ、協定企業を代表して当協会の仙波匡彬常務理事が挨拶を行いました。

日時 2012年9月1日(土)
場所 松山市保健所前駐車場
区間 松山中心部から旧北条市を運行



「2012 健康フォーラム in うわじま」の開催

宇和島保健所管内で初の結核に関するフォーラムを開催し、160名の参加をいただきました。保健所からの活動報告と、当協会附属診療所の西村一孝所長から「高齢者結核の予防と治療」と題して講演を行いました。

日時 2012年9月15日(土)
場所 南予地方局宇和島庁舎
7階大会議室
講演 西村 一孝
(愛媛県総合保健協会 附属診療所長)



NHK「えひめおひるのたまご」に生出演

10月の乳がん月間を前に、当協会附属診療所 最上 博副所長が、乳がんの現状について説明を行いました。月に一度の自己検診とマンモグラフィ検診を定期的に受診することが大切であることを伝え、最後に無料クーポンの利用を視聴者の方に呼びかけました。

日時 2012年9月20日(木)
場所 NHK松山放送局
出演 最上 博
(愛媛県総合保健協会
附属診療所 副所長)



複十字シール運動キャンペーン「街頭募金」の実施

複十字シールの意義や目的を伝え、結核予防パンフレット・ポケットティッシュ等を配布しながら、結核予防への普及啓発のための募金を呼びかけました。

日時 2012年9月23日(日)
場所 いよてつ高島屋前
(松山市駅北口付近)



「リレー・フォー・ライフ 2012 in えひめ」の開催

今年で3回目となる、がん患者・家族支援イベント「リレー・フォー・ライフ」が、松山城を望む城山公園ふれあい広場にて開催されました。当協会からは2チームが参加し、今回も24時間タスキをつなぐことができました。

結～つなごう この24時間を次の24時間へ～

日時 2012年10月13日(土)
正午～14日(日) 正午
場所 城山公園 堀之内地区
ふれあい広場



■平成24年度 人間ドック健診予定表

男性、女性とも受診できます。

標準コース、
エグゼクティブコース

レディースコース、
(ご夫婦なら男性は次のコースも受診可)
標準コース、エグゼクティブコース

女性だけの受診日です。

セレブリティコース
(レディースデイ)

レディースコース
(レディースデイ)

11月

日	月	火	水	木	金	土
				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	26	27	28	29	30	

12月

日	月	火	水	木	金	土
						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	26	27	28	29
30	31					

2013年 1月

日	月	火	水	木	金	土
		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	26
27	28	29	30	31		

2013年 2月

日	月	火	水	木	金	土
					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	26	27	28		

2013年 3月

日	月	火	水	木	金	土
					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	26	27	28	29	30
31						

この日程は、やむを得ず変更となる場合があります。ご予約の際は、事前にご確認ください。

お問い合わせ先

TEL 089-987-8201

■乳がん検診・子宮頸がん検診のお知らせ(当協会)

検査時間

- ・乳がん検診 月～金曜日 15時～18時
- ・子宮頸がん検診 金曜日 15時～18時

- ①無料クーポン対象者
(市町発行のクーポン券をお持ちの方は受診できます)
- ②松山市住民の方
(乳がん40歳以上、子宮頸がん20歳以上の方)
個人負担あり但し、前年度未受診者に限ります。

お申し込み先 ☎0120-636-489

■編集後記

シリアの内戦ではたくさんの民間人が犠牲になりジャーナリストの山本美香さんも取材中に銃撃され亡くなった。尖閣問題では中国各地で発生した反日デモにより民衆が日本企業を襲った。このような話が多い中、当協会の胃がん精度管理委員会 委員長である蔵原放射線科院長蔵原一郎先生が、当協会の上部団体である日本対がん協会から、9月14日に香川県で開催された『平成24年度がん征圧全国大会』で日本対がん協会賞を受賞された。これは私にとっても大変うれしいことであつた。

えひめ健康だよりは、装いも新たに盛りだくさんの内容で、多くの方に愛読していただけるよう、これからも努めて参りますので、よろしくお願いいたします。

(編集長)

■当協会へのご質問等は、下記までお問い合わせください。

- ・施設健診のことは TEL 089-987-8202 ・ FAX 089-987-8251
- ・ドック健診のことは TEL 089-987-8201 ・ FAX 089-915-6057
- ・水質等環境検査のことは TEL 089-987-8206 ・ FAX 089-987-8256
- ・その他お問合せ先 TEL 089-987-8200 ・ FAX 089-987-8250

財団法人 愛媛県総合保健協会

〒790-0814 愛媛県松山市味酒町1丁目10番地5

<http://www.eghca.or.jp>



総務部・環境部のみ



【個人情報の取り扱いについて】

本誌を送付させて頂いている皆様のお名前、団体名、事業所名、住所は、当協会の個人情報保護方針に基づき、厳重な管理の下に運用しております。個人情報の訂正および削除を希望される場合には、お手数ですが企画広報係(089-987-8208)までご連絡ください。