

## 精密総合健診（人間ドック）

### 動 向

平成26度の人間ドックの受診者数は、9,811名（男性5,935名、女性3,876名）で昨年度より172名減少した。ここ数年、健康保険組合の財政難による補助の削減などにより、選択する健診のコースが多様化してきている。

当協会では、人間ドックで自分の健康状態を見直し、自分の食生活を振り返る機会にさせていただきたいという思いを込め、人間ドックのランチメニューを一新した。生活習慣予防、健康寿命の延伸のために、減塩、食物繊維、脂質適量のランチを食べていただくことで食事の量や味付けを“実体験”として確認し、自宅でも実践できるようにした。人間ドックのランチを、健康づくりを考える1つのツールとして使っていただきたい。

また、特定保健指導対象者、初回受診、保健相談・栄養相談希望者に対して、保健師や管理栄養士が面談を行い、健康づくりのサポートも行っている。

人間ドック受診日はご自身の健康と向き合う日として、より有意義に過ごしていただくために、充実したサービスの提供に努めていきたい。

### 方法と結果

年度別受診状況では、平成19年度をピークに減少傾向にある（表1）。日本人間ドック学会での集計でも、全国の人間ドック受診者数も横ばいからやや減少している。

受診者数の背景をみると男性に比べ女性受診者数の減少率が大きい。一方、70歳以上の受診者数は増加傾向が続いており、5年以上の継続受診者は引き続き男女とも多い（表2）。

総合判定区分内訳（表3）をみると、「異常なし」、「心配なし」を合わせたスーパーノーマルは男性0.9%、女性3.0%とわずかである。治療中も含めさらに検査や受診が必要な再検以上の区分の受診者は男性63.7%、女性53.6%で例年過半数を占めている。

がんの新規発見を臓器別にみると（表4）、前立腺がんが7名、大腸がん4名、肺がん2名、食道がん、胃がん、腎臓がん、胆嚢がんが各1名だった。人間ドック学会のがん検診アンケートによると、男性は胃がん、大腸がん、前立腺がん、肺がんの順に多く、女性では乳がん、大腸がん、胃がん、子宮がん、肺がんの順であった。全国統計と比較すると当協会では前立腺がんの発見率が高く、大腸がんや乳がんが低めの傾向がみられる。PSAによる前立腺がん検診は男性受診者5,935名中2,163名（36.4%）が受け実施率は毎年増加しており、特に50代以降は半数以上が実施している（表5）。PSAはオプション検査だが実施率の高さと当日に結果説明をしている

ことが、がん発見率の高さにつながっていると考えられる。一方、胃がんの発見が平成25年度に続きは少なかったが、さらに今後の動向をみたい。

年代別の検査データ平均値（表6）では例年と大きな変化はみられないが、リウマチ因子は平成26年10月から検査試薬が変更されたためか、若干低めの値になっている。白血球数は喫煙率が高い壮・中年男性でやや高く、貧血検査は男性で加齢とともに数値が低下するが、女性では50歳代で反転増加する。腎機能の指標eGFR（推算糸球体濾過量）は、男女とも加齢に伴う低下が著明である。生活習慣関連項目（肥満度、腹囲、トリグリセライド、尿酸、AST、ALT、 $\gamma$ -GTP、空腹時血糖、HbA1c、血圧）においては、ほぼ全ての年代で女性よりも男性の方が高値で要観察以上の割合も多い（表7）。最も有所見率が高いのは脂質異常で男性50.6%、女性38.9%であった。特に男性は40・50歳代を中心に肥満度、中性脂肪や $\gamma$ -GTPが高く、4割以上に脂肪肝がみられている。アルコールの影響のほか車利用や遅い夕食など不規則な生活環境、ストレスによる生活習慣悪化が原因と考えられる。女性はLDLコレステロールの上昇が更年期を境に顕著になり、平均値でも男性を上回るようになる。

画像診断系の結果では、胸部X線・CT検査における有所見率は年度により若干増減がみられるが、要再・精検の率は1.5%前後で変わらない（表7、9）。胃部検査の結果はX線検査と内視鏡検査を合わせて集計している。胃内視鏡検査の実施数が増えてきており、慢性胃炎が増加するなど所見の出方にも変化がみられる（表7、11）。腹部超音波検査では（表8）、各臓器（胆のう、肝臓、腎臓、膵臓）とも女性に比べ男性で有所見率が高く、特に脂肪肝は男性41.6%にみられ女性16.1%に比べ2.5倍であった。その他、胆のうポリープ（16.6%）、腎石灰化（24.7%）、腎のう胞（17.6%）、肝のう胞（14.5%）、大動脈石灰化（25.3%）が頻出所見である。安静時心電図所見内訳（表10）は例年とほぼ同じ傾向であり、各所見とも男性に多い傾向がみられる。

平成27年度から個人対応と事後フォロー充実のため構築したシステムを導入している。健診後の再精検や受診の勧奨やその状況確認を徹底することで、受診率向上とより正確な状況集計が期待できる。また健康意識の高い個人受診者に対しては、希望者に会員制を導入した。個々のプロフィールや生活環境・健康観などを考慮して、より充実した個人対応を目指したい。

関係の集計表は123頁に掲載