

予防医学を「日常」に——。

健康 かながわ

<https://www.yobouigaku-kanagawa.or.jp>

特集

正しく向き合うために

がんの現在地

教えて!「健診」のこと

【専門外来】の現場を知る

協会だより

●かながわ健康支援セミナー
「睡眠マネジメント」

予防医学を「日常」に――。

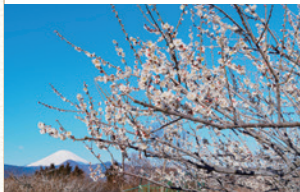
健康かながわ

WINTER
2024

VOL. 642

<https://www.yobouigaku-kanagawa.or.jp>

表紙の話



小田原梅まつり

今年54回を迎える小田原梅まつり(2/3～2/29開催)は、約35,000本の梅に囲まれる曾我梅林と、天守閣を背景に約250本の梅が咲き誇る小田原城址公園で開催されます。曾我梅林は歌舞伎の演目で有名な室町時代の伝記物『曾我物語』ゆかりの地で、見渡す限りの梅林の向こうには、富士山の姿を眺めることもできます。そもそも小田原では、北条氏の時代に梅の実を武家の食糧とするために植えられました。その後、小田原宿として栄えた頃には、旅人のお弁当の防腐や栄養補給にも梅の実が役立ったそうです。2月の下旬から下旬までが見頃です。歴史に思いを馳せながら、春のさがけを感じてみてはいかがでしょうか。

Renewal

「健康かながわ」が変わります！

本誌は次号(643号・4月15日発行)より、さらに皆様に愛される『健康かながわ』を目指してまいります。Web版での発信、SNSとの連動も展開していきますので、楽しみにしてください。今後とも『健康かながわ』をよろしく願いいたします。

INDEX

01 年頭のごあいさつ

代表理事 根本克幸

02 特集

正しく向き合うために

がんの現在地

06 Column 動いてすっきり! vol.1

スキマ・エクササイズ

「お腹引き締め効果を狙う!」

07 Column 知って得する vol.10

なんの数字?

「35.9%」

08 Column 教えて! 健診のこと Vol.11

【専門外来】の現場を知る

10 Column ドクターに聞いてみよう! カルテ3

「胃・大腸のポリープ」って?

11 Topics 活動報告

協会だより

- ◎2023年度第2回「かながわ健康支援セミナー」
- ◎第57回 全国予防医学技術研究会
- ◎ピンクリボンかながわ 鎌倉女子大 学園祭
- ◎第69回 神奈川県公衆衛生学会
- ◎令和5年度 神奈川県健康管理機関協議会
- ◎第68回 予防医学事業推進全国大会
- ◎禁煙・受動喫煙防止活動を推進する神奈川会議
- ◎「事業年報」発行のご案内

【著作権について】本誌記載の記事・写真・イラスト・レイアウトの無断転載・複写を禁じます。

【個人情報の取り扱いについて】当協会では、本誌を送付している皆様について、送付に必要な情報(氏名・住所・所属など)を送付名簿として保持しております。この個人情報は当協会の個人情報保護方針に基づき、厳重な管理のもとに運用しております。その上で、今後も継続して送付したいと考えております。送付名簿から削除・訂正を希望される場合には、健康創造室企画課(☎045-641-8505)までご連絡ください。

「健康かながわ」への意見・感想を募集してます

✉ kenkana@yobouigaku-kanagawa.or.jp



謹賀
新年

年頭のごあいさつ

あけましておめでとうございます
皆様におかれましては、健やかに新春を
迎えられたこととお慶び申し上げます。
平素より協会の事業運営にご理解を賜り
厚く御礼申し上げます。

昨年は、新型コロナウイルス感染症が
5類に移行しましたが、感染症の脅威が
日常生活と隣り合っていることを知らさ
れました。今後も感染症対策を継続して
まいります。

さて、日本では、高齢化社会を迎え、
健康寿命の延伸と生きがいのある生活の
実現が求められています。

国は、「第4期がん対策推進基本計画」
でがん対策の基本方針を定め、また、事

業者による化学物質の自律的な管理を目的
として改正された労働安全法関係政省令等
を順次施行しています。

令和6年度からは「健康日本21（第三次）」、
「第4期特定健診・特定保健指導」をスタート
させ、さらに、労働安全衛生法に基づく一
般健康診断等の見直し検討を進めています。

協会は、これらの施策を健康管理全般の
転換期と捉え、新たな課題と各事業分野の
充実に取り組んでまいります。

終わりになりますが、協会は理念に基づ
き、精度の高い健診検査を基本に、健康管
理の支援機関として、より良い健康社会を
実現させるため研鑽に努めてまいります。
皆様のご健勝とご多幸を祈念申し上げまし
て、年頭の挨拶とさせていただきます。



公益財団法人 神奈川県予防医学協会
代表理事

根本克幸

正しく向き合うために

がんの現在地

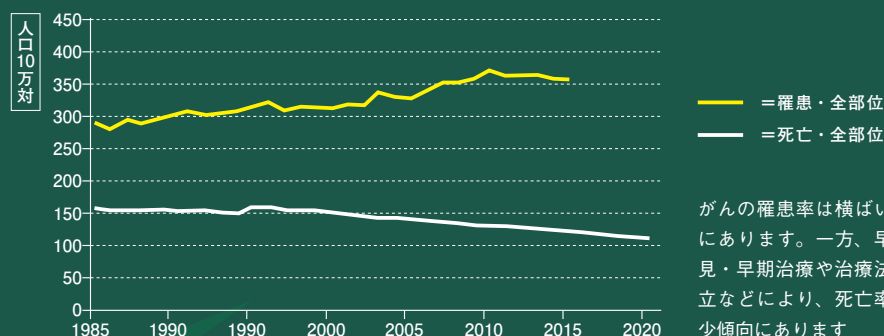
日本人の2人に1人は「がん」にかかるといわれています。
しかし最近では「がんは治る病気」ともいわれはじめました。
「がんは怖い」と恐れるのではなく、
予防と治療に必要なポイントを理解し、
適切な検査と治療をおこなうことが健康長寿につながります。
今回は当協会の小林理医師が、予防から治療まで、
がんとの向き合い方をお話します。

早期発見で治るがん
こわがらずにまずは検診を

国立がんセンターによると、
2019年に新たにがんと診断さ
れた人は約100万人（99万9、
075例）、2020年にがんて死
亡した人は約38万人です。

一生のうちにがんと診断される確
率は、男性65・5%、女性51・2%
で2人に1人ががんに罹患し、4人
に1人ががんで亡くなっています。
がんは罹患する人が減らない一方で、
死亡率は増えておらず（図1）、かつ
てのようない不治の病というイメ
ージは変わりつつあります。がんは

図1 【がんの罹患率と死亡率の推移】



資料：国立がん研究センター「高精度地域がん登録罹患データ」「人口動態統計死亡データ」



小林 理（こばやし おさむ）

がんの罹患率は横ばい傾向
にあります。一方、早期発
見・早期治療や治療法の確
立などにより、死亡率は減
少傾向にあります

1972年、東邦大学医学部卒業。横
浜市立大学附属病院 臨床研修医や
神奈川県立がんセンター 消化器外科
部長、神奈川県立がんセンター 総長
などを経て、2020年、神奈川県予
防医学協会 中央診療所所長に就任。
胃がんの予防診断・治療を研究。

診断された人が5年後に生存している割合を示す「5年相対生存率」は緩やかに上昇しています（図2）。

小林医師によると、「特にがん検診で見つかるような早期のがん、いわゆるステージ1〜2までのがんは生存率が高い傾向です（図3）。しかし症状がすでに出ており、検診以外で見つかるような進行がんの5年生存率は50%未満と低いのが現状です。つまり検診で見つかったがんは、ほとんどが治るといわれています」。

早期発見・早期治療のメリットは「入院しない」「臓器を取らない」など、身体への負担が少ない治療ができること。典型的な例として、胃がんや大腸がんがあげられます。

胃がんでは早期発見・治療ができた場合、胃の一部を切除すれば治せることが多く、一方で発見が遅れた場合は、がんを取り除くために胃を摘出する場合もあり、食事が満足に取れなくなる、後遺症が残るなどによりQOLに影響します。

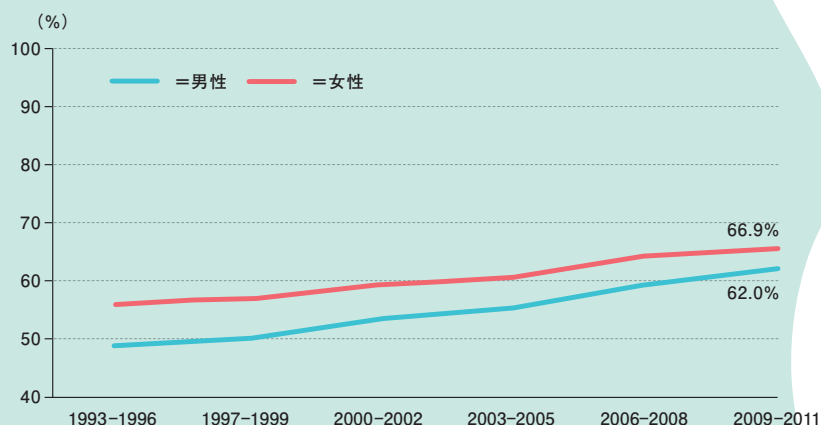
大腸がんについても、発見が遅れると、人工肛門になる場合や肝臓転移のリスクが高くなるなどが知られています。

身体的、精神的、経済的に負担の少ない治療をおこなうためにも、早期発見が何よりも大切なのです。「がん検診の受診率が50%を超えると、死亡率は下がるといわれています。国が2023年に定めた『第

4期がん対策推進基本計画』では、がん検診の受診率の目標を60%に引き上げることがうたわれています。一方でなかなか上昇しないのが現状です」（図4）

「不治の病というイメージは変わりつつある」

【図2】5年相対生存率 年次推移

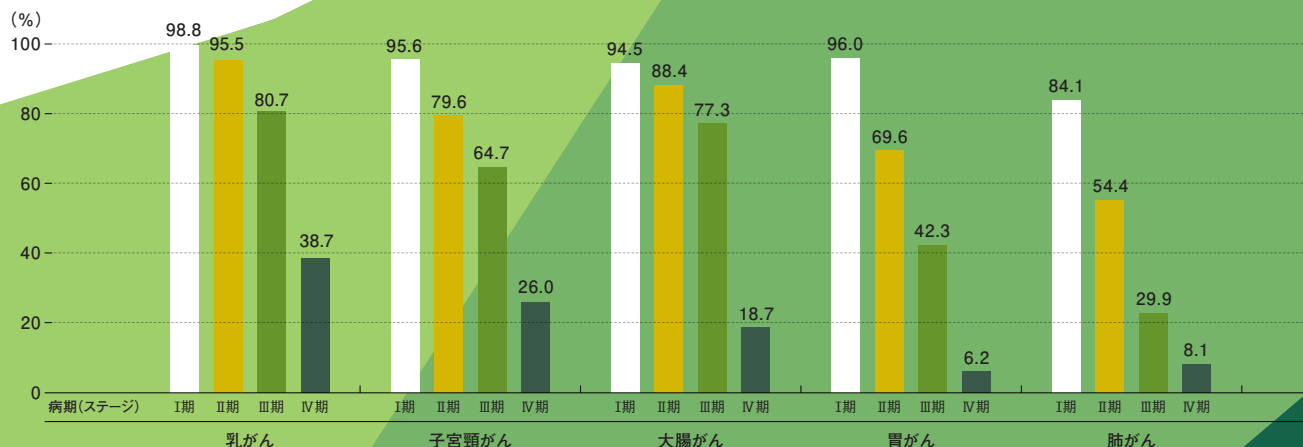


がんと診断された人が、治療によって5年後に生存している割合を示す5年相対生存率。2009年から2011年にがんと診断された人のうち、男性で62.0%、女性で66.9%（どちらも全部位）となっています

資料：国立がん研究センター「地域がん登録によるがん生存率データ」

【図3】ステージ別 5年相対生存率 男女計（全症例）

がんの進行度合いを示す「ステージ」ごとの5年相対生存率を見ると、ステージⅠやⅡであれば、生存率が高いことがわかります。このことから早期発見・早期治療によって、がんは不治の病ではなくなりつつあると見ることができます

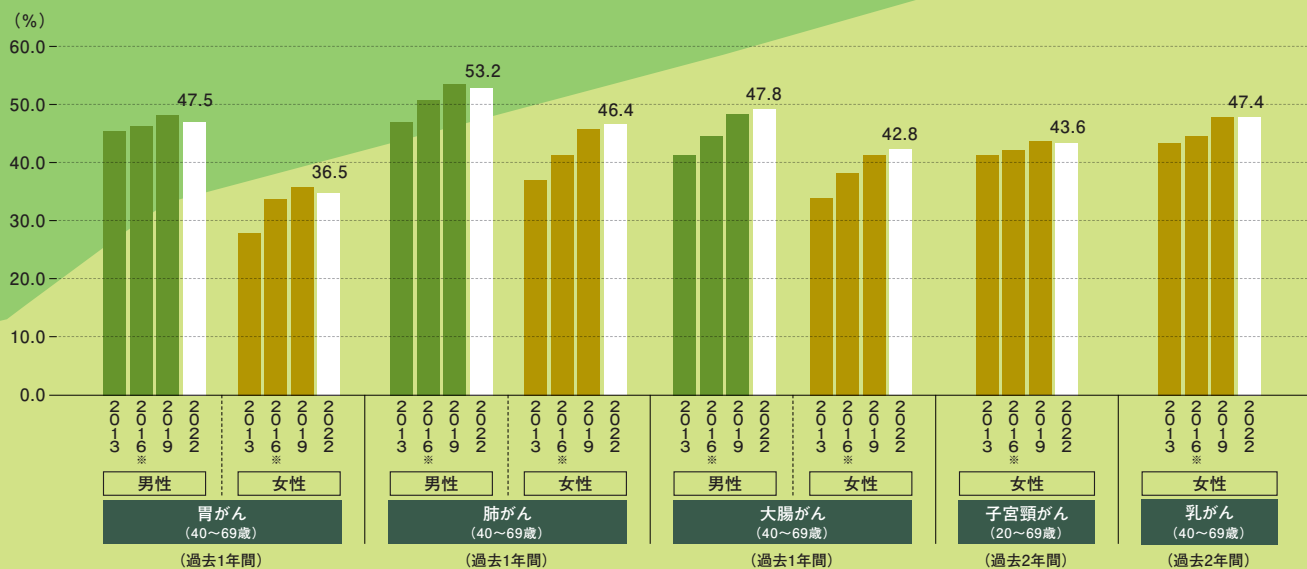


資料：がん研究振興団「がんの統計2023」

「まずは科学的な裏づけのあるがん検診を」

図4 【がん検診受診率の推移】

がん検診の受診率は全体として増加傾向にありますが、50%を超えるのは男性の肺がん検診のみ。政府の掲げる目標値60%に向けた取り組みが進んでいます



資料：厚生労働省「国民生活基礎調査」
※2016年は熊本県を含まない

根拠のある 5つのがん検診で早期発見

がんの早期発見のためには、検診が最も有効です。厚生労働省では、特に日本人に多い胃がん、肺がん、大腸がん、子宮頸がん、乳がんの5つのがんに対する定期的な検診を推奨しています。

「原則として胃がんは50歳以上・2年に1回、肺がんは大腸がんは40歳以上・毎年、子宮頸がんは20歳以上・2年に1回、乳がんは40歳以上・2年に1回の検診を国は推奨しています。これらの検診を行えば、全体の死亡率を下げる効果があると言われています」

そして検診の結果「要精密検査」や「要再検査」といわれたら、必ず二次検査を受けましょう。二次検査を受けて結果を知るまでが、がん検診です。

近年では血液、尿などでがんリスクを手軽に調べられる検査キットが開発されていますが、これらは有効性や質を確認する「精度管理」が明確ではありません。まずは科学的な裏づけのある基本のがん検診を受けることが求められます。

生活習慣の改善が がん予防につながる

がんの発症には、喫煙や飲酒、食事、運動などの生活習慣が深く関わっています(図5)。

「がんは糖尿病や高血圧、高脂血症などとともに生活習慣病の1つです。食事と運動を中心とした生活習慣に気をつけることが一番のがん予防になります。アメリカでは70年代に、フード大統領が生活習慣の改善を国民に厳しく訴えた結果、がんが一気に減少したというデータがあるほどです。がんの原因の6割は喫煙と食事といわれていますから、生活習慣を改善すればリスクは大きく減らせるのです」

近年では、細菌感染やウイルス感染などからもがんが発症することが明らかになってきました。たとえば胃がんではピロリ菌、子宮頸がんではヒトパピローマウイルスが、リスクを高める原因です。

「ピロリ菌を除菌すれば、胃がんになる危険性は3分の1程度まで減らせます。子宮頸がんについても、一時中断していたワクチン接種が再開されたことで今後は減少が見込める

正しく向き合うために。

がんの現在地

図5 【科学的根拠に根ざしたがん予防ガイドライン】

日本人のためのがん予防法(5+1)

確実に効果が
期待できるような

生活習慣 改善法

「禁煙」「節酒」「食生活」「身体活動」「適正体重の維持」という5つの改善可能な生活習慣に「感染」を加えたがんの予防法です



(国立がん研究センター「がん情報サービス」より)

でしょう。これからは生活習慣の改善とがん検診による早期発見に加え、感染によるがんを予防することも重要になってきます」

感染予防により特定の部位のがんリスクを減らすことができれば、その部位に限って検診の頻度、間隔を減らすことも可能だと小林医師はいます。

納得のいく治療法は 自分で選ぶ時代

それでもがんと診断された場合、どのような治療法を選択すればよいのでしょうか。

「がんの治療は進化しており、手術以外にも、比較的体への負担が少ない治療法がどんどん登場しています。まずは医師と十分に話し合い、これまでにエビデンスの確立されている放射線治療や薬物療法、ホルモ

ン療法や重粒子線治療など、しっかりと選ぼう」

前立腺がんや肺がんにおいては、放射線よりも強力な治療回数が増えて済む「重粒子線治療」が先進医療として認められています。

こうした新しい治療法について知りたい方は、「診療科のホームページなどで臨床試験などの情報が公開されている場合があるので、参考にするとよいでしょう」と小林医師は話します。

より適切な治療を選択するために、ときにはセカンドオピニオンを求めることも必要です。

「担当医に遠慮する患者さんもありますが、医師はセカンドオピニオンに慣れていますから気にする必要はありません。納得して治療を受けるためにも、最新情報を把握している医師に相談することが大事です」

がんは自分だけでなく、家族や友人など身近な人が罹患することも考えられる病気です。基本的生活習慣を改善し、年齢やリスクに合わせた定期的ながん検診と感染症のリスクを減らすことで予防は可能です。むやみにがんを恐れることなく、正しく向き合うことが大切です。

＼ 動いてすっきり！ ／

スキマ・エクササイズ

Vol.

1

「運動」となると身構えてしまう人でも
スキマ時間にできるお手軽エクササイズ！で
運動量を増やしましょう

今回は

座る時間が長く、体を動かす機会が
少ない方におすすめ！

約 3 分

「お腹引き締め 効果を狙う」

太ももを持ち上げて、左右の脚上げ。

ステップ／

1

足を腰幅に
広げて
まっすぐ立つ



ポイント

自然な呼吸で

背筋を伸ばした
姿勢で立ち上がりましょう

ステップ／

2

片足を90°に上げて
10秒キープ



↓
下げる



上げて10秒キープ
これを10回繰り返す



ポイント

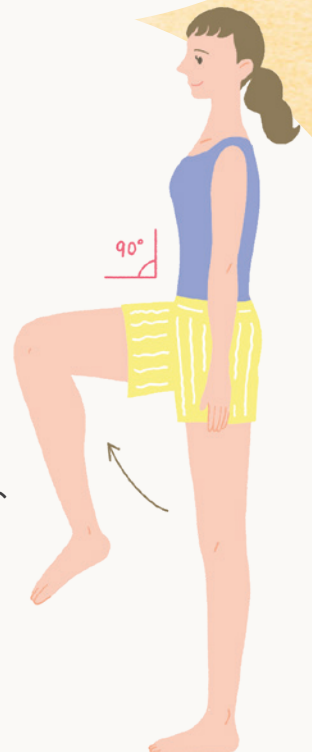
お腹を緊張させて

どちらの脚からでも構いません。
グッとお腹を凹ませ、軸脚の膝は
まっすぐ伸ばし、10秒数えます

ステップ／

3

反対側の脚も
同様に
10回繰り返す



ポイント

片脚立ちが難しい場合は、
何かにつかまってもOK

10秒キープは意外に大変です。
何かにつかまりながらいいの
で10回を目指しましょう



監修 小林辰也

当協会・健康運動指導士
人間ドックと連携した健康教育の企画・運営、
講演・講習会などの活動をおこなっています。

知って
得する



今

回注目した35.9%は、国立がん研究センターが発表した予防が可能と考えられるがんの割合を表す数字です。その内訳のトップ3(男女合計)は、感染16.6%、能動喫煙15.2%、飲酒6.2%です。

がんの発症要因は一つに限定できませんが、生活習慣や環境要因から起こり得るがんがあるのは明らかです。つまりピロリ菌の検査と除菌やヒトパピローマウイルス感染を防ぐHPVワクチン接種、喫煙・飲酒習慣などの見直し、がんの早期発見につながる検診によって、35.9%のがんは予防できると考えられます。今回の発表は「予防」について考えるいい機会になるかもしれません。

ちなみに同センターがおこなったがんによる社会の経済的負担額の研究では、感染による経済的負担は約4,788億円で、がん種別ではヘリコバクター・ピロリ菌による胃がんが約2,110億円、ヒトパピローマウイルスによる子宮頸がんが約640億円と推計されました。

がんになると社会の経済的負担はもとより、個人としても医療費の負担や治療

なんの数字？

Vol.

10

毎回、健康にまつわる数字を取り上げて、その数字を読み解いていきます。そこで見えてくるのは、どんな事実なのでしょう。

のための休業による収入減などが生じて、がんとお金の問題は密接であるのが研究データでわかります。

がんを100%予防するのは難しいのも事実で、さらなる備えとして罹患後のお金に関するサポート制度を知っておくと安心です。

たとえば、1カ月の医療費が自己負担限度額を超えた際に超過分が払い戻される「高額療養費制度」、治療による休業期間中の生活を保障する「傷病手当金」などがあります。

意外と知られていないのは、特定疾病に該当する40歳以上の方が利用できる「介護保険制度」です。介護保険は65歳以上で使える制度ですが、特定疾病に該当する回復が見込めない末期がんの場合、40歳～64歳でも利用でき自宅療養にかかる費用を軽減できます。また、抗がん剤による脱毛時に必要な「ウィッグ購入費の助成」をおこなう自治体もあるのでチェックを。

気持ちに余裕のある健康なときから、金銭的負担の予防策として各制度の利用条件など情報を集めておくのも大切ではないでしょうか。

医療ライター 北林あい

この数字って
なんじゃ？





教えて! **健診** のこと

[専門外来]

② 現場を知る

協会では健診後のフォローのために「専門外来」があります。二次検査から医療へとスムーズにつなぎ、健診を受診される方の健康をサポートしています。

結果を活かしてこそその健康診断

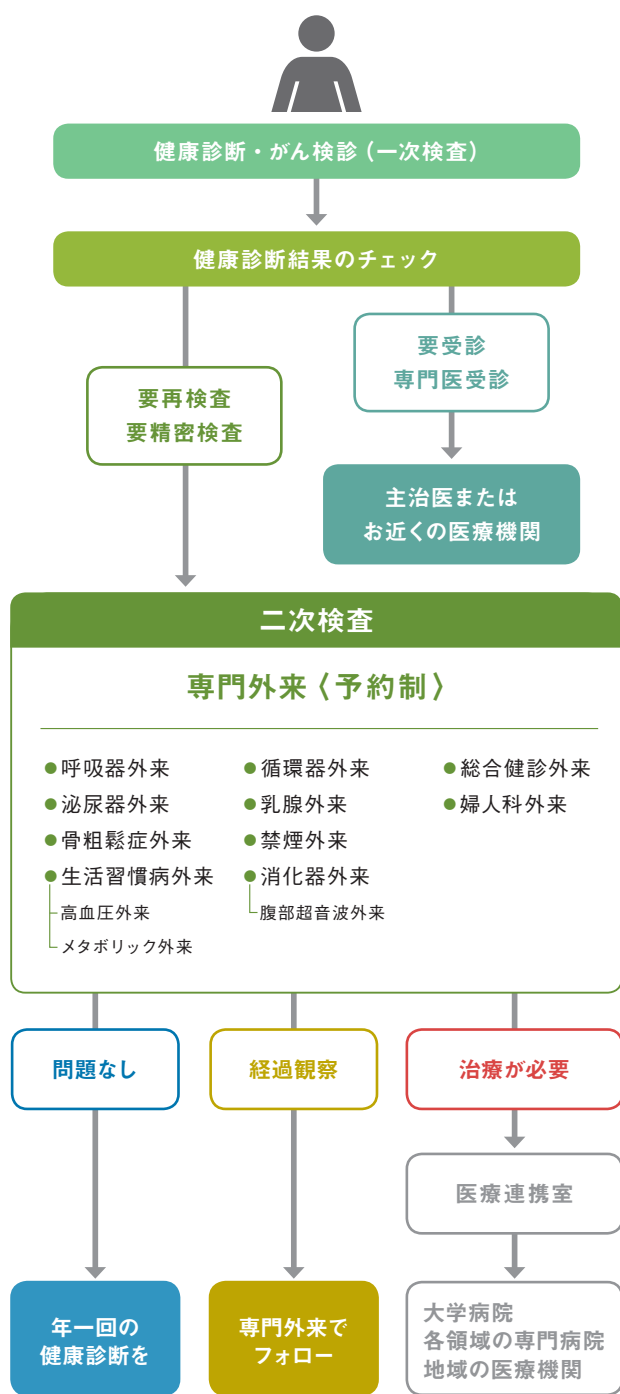
神奈川県予防医学協会は、人々の健康管理を幅広く支援する「総合健康支援機関」として、健康診断（一次検査）のみならず、専門外来、保健相談、健康教育といった健診後のフォローや支援する体制を整えています。

健康診断やがん検診の結果、「要再検査（要再検）」や「要精密検査（要精検）」と判定されることがあります。この2つの検査を二次検査といい、

担当しているのが、当協会の中央診療所にある「専門外来」です。要再検査とは、健康診断でおこなった検査の結果、異常な結果が見られたため、もう一度検査をして、異常が一時的なものか恒常的なものか、あるいは悪化傾向がみられるかを確認するものです。要精密検査は、さらに詳しい検査を追加して異常な結果の原因を探ったり、治療が必要かどうかを確認するためのものです。どちらも医療保険が適用され、二次検査を受けることで病気の早期発見につながることがあります。

要二次検査となっても受診しない人は、主に「必要性を感じない」「めんどうくさい」「どこで検査をすればよいかわからない」という理由が多いようです。健診を受けられる方は基本的には健康体であるため、そもそも病院へ行く習慣がなく、どこへ行けばいいのかわからず、二次検査を受けない人も少なくありません。そうした人にこそ当協会の専門外来を活用していただきたいと考えています。健康診断は二次検査までして意味があるのです。

当協会の専門外来には、消化器、呼吸器、循環器、乳腺、婦人科など、多くの診療科目があり、常勤の医師20人のほかに非常勤の医師も担当していま



す。基本的には当協会で健診を受けた方を対象に、予約制で受診していただきます。予約から受付、検査、さらに医師による結果説明までスムーズに二次検査をお受けいただけます。

当協会の専門外来では一部治療もこなっています。たとえば消化器外来では、ヘリコバクター・ピロリ菌の除菌をします。大腸内視鏡検査では2cm未満のポリプ切除術まで実施します。生活習慣病外来では、服薬治療だけでなく、栄養指導など生活改善のために保健師・管理栄養士などの専門スタッフがサポートします。

また、がんの精密検査は必要に応じてCT検査、腫瘍マーカー検査、組織診、細胞診を実施しています。さらに、がんかどうかの診断をおこない、がんの場合にはがんの専門病院などへの紹介や、外来によってセカンドオピニオンもおこなっています。

適切な医療へつなぐ医療連携室

専門外来を受診いただいた結果、より高度な医療が必要だと診断される場

合には、大学病院や専門性の高い病院へご紹介いたします。当協会の医療連携室では、医師が紹介状を出すと、紹介先の病院との連絡をとり、受診のお手伝いをします。

また、紹介する病院が個人でも予約ができるのか、予約がなくても受診できるのかを確認するなど、受診される方がスムーズに受診できるようサポートしています。

専門外来は、当協会の診断結果に表れた異変を見逃さず、早期発見するだけでなく、適切な治療につなげる役

専門外来の現場から



専門外来のご予約・お問い合わせ

☎ 045-641-8814



割を担っています。要再検・要精検と結果票にありましたら専門外来へおい



＼はてな／

その？

ドクターに
聞いてみよ～！

カルテ
③



あなたの『？』に、当協会のドクターがお答えします。
今回は、統括消化器検診部長の高木精一医師です。



検診で**胃にポリープ**があると診断されました。

ポリープは胃の粘膜の細胞が増殖して隆起した病変のことです。
主に「胃底腺ポリープ」と「過形成性ポリープ」の2種類があります。



このまま放っておいてもよいのでしょうか？

「胃底腺ポリープ」はピロリ菌に感染していない胃にできます。胃のポリープでもっとも多く発見され、がん化することはほとんどなく治療の必要はありません。
一方、「過形成性ポリープ」はピロリ菌に感染している胃にできることが多く、ピロリ菌を除菌すると、ポリープが縮小、消失することがあります。しかし、大きなポリープは切除が必要になることがあります。「過形成性ポリープ」は1年に1度、内視鏡検査で経過観察をおこなってください。



大腸にできる**ポリープ**も同じですか？

大腸ポリープでもっとも多く発見されるのは「腺腫」です。「腺腫」は放っておくと悪性になる可能性があります。発見したら切除しましょう。ほとんどは内視鏡で切除できます。ポリープを切除したら1年後に再検査をおこなってください。
当協会の消化器外来でも胃・大腸内視鏡検査を受けられます。ご予約の上、ご受診ください。



【消化器外来】ご予約・お問い合わせ先： ☎045(641)8814

あなたの質問に誌上でお答えします

健康診断について、ドクターに聞いてみたいと思うことをメールで教えてください。 kenkana@yobouigaku-kanagawa.or.jp

協会だより

TOPICS

1

かながわ健康支援セミナー

睡眠マネジメント

質の良い睡眠で生産性を高める技術

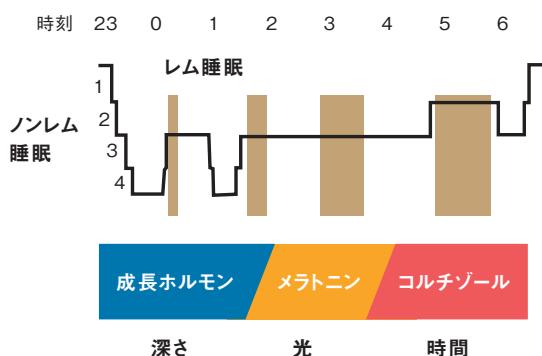
2023年度第2回かながわ健康支援セミナー（主催＝当協会）が、9月25日にオンラインにて開催されました。「睡眠マネジメント」の質の良い睡眠で生産性を高める技術をテーマに、ユークロニア株式会社代表・菅原洋平氏を講師に迎え、睡眠に関する正しい知識を解説していただきました。産業保健に関わる産業医や保健師131名の参加者が視聴しました。

仕事の効率に差が出る

睡眠改善の方法

睡眠の質を改善する方法の1つに、行動のきっかけとなる刺激を変えることで、その後の行動も変える「刺激統制法」があります。脳は場所と行為をセットで記憶するため、眠くなったら

【睡眠のリズム】



ベッドに入る「ベッド＝睡眠」の記憶を脳に覚えさせていきます。スマホはベッド以外の場所で閲覧するなど、眠くならないうちはベッドに入らない心がけが重要となります。

Webにて
全文を公開中



また、就寝時間ではなく日々の起床時間を揃えることで、睡眠の質を高めることができます。人は網膜に光が届いた16時間後に眠くなるので、起床時間が遅くなれば就寝時間も遅くなります。日々の起床時間差は3時間内に収めることを目標にしましょう。

睡眠時間に関しては、1日15分の早寝を1ヶ月続けるなどして「累積睡眠量」を増やしていきましょう。

「リズム」を整えて 質の良い眠りにアプローチ

睡眠リズムとホルモンの関係（上図）を見ると、眠りの前半は睡眠の深さに影響する成長ホルモン、中盤は光によって増減し活性酸素の除去に関係するメラトニン、後半は起床時間に関係するコルチゾールというホルモンが分泌されます。これらのホルモンを適切に分泌させるには、朝は起床から4時間以内に光を見る、昼は起床から6時間後に計画仮眠をとる、夕方は起床から11時間後に筋肉を使い体温を上げておく、夜は部屋を暗くして眠る前に起床時間を3回唱えると決まった時間に起きられるといわれています。朝昼夕夜の習慣のうち、どれか1つを2週間程度続けるとシンクロして他も整います。

TOPICS

2

第57回 全国予防医学技術研究会

令和5年度は 神奈川県で開催

岩手県から沖縄県まで全国34の支部と共に、国民の健康を守るためのネットワークを展開している公益財団法人予防医学事業中央会。当協会も神奈川県支部として、ともに予防医学の実践活動に努めています。

その活動の1つである「全国予防医学技術研究会」は、健診・検査技術・保健指導の研鑽や精度向上などを目的として、医師・保健師・看護師・臨床検査技師・放射線技師等の技術者が一堂に会し、日ごろの研究成果を発表します。第1回を1965（昭和40）年に東京都で開催して以来、年1回、各支部で持ち回りながら実施されてきました。今年度は、神奈川県が開催地となり、2024年3月7日～8日に、予防医学事業中央会と当協会の共催で「新たな予防医学技術の向上を目指して・予防医学事業における人材育成」のテーマの下、横浜市（関東学院大学関内キャンパス）において開催予定です。全国の皆様を迎えるべく、現在準備を進めております。

鎌倉女子大学 学園祭「みどり祭」に参加

ピンクリボンかながわは、鎌倉女子大学の学園祭において、11月3日に啓発イベントを実施しました。

サブゲート付近にマンモグラフィ検診車を展示し、内部見学と同時に乳がん検診の必要性を伝えました。大講義室前の啓発ブースには10団体が出展。病院・患者会の啓発・相談コーナーをはじめ、栄養学科の学生が提案する乳がん予防レシピの発表、人工乳房製造、医療用ウィッグ、プラセンタ製剤メーカーの自社製品や乳がん経験者が作った肌着の展示、ソシオエステの体験などのブースに、幅広い世代の方が訪れ説明に聞き入っていました。

午後からは大講義室でピンクリボンセレモニーがスタート。ピンクリボン自販機の設置や検診受診率向上の取り組みに貢献したキリンビバレッジ(株)、ライトアップや講演会など横須賀ロータリークラブ、ピンクリボンライトアップのポスターデザイン、SNS配信などをおこなった岩崎学園に感謝の盾が贈呈されました。また

マンモグラフィ
検診車の
展示&見学



ピンクリボン
セレモニー
感謝の盾
贈呈式



化粧品提供でアピアランスケア活動を展開するエフエムジー&ミッシヨン(株)、ピンクリボン号の運行をはじめ啓発活動を継続する湘南モノレール(株)へ感謝状が贈呈されました。続いて「健やかな未来に向けて今、私たちができること」をテーマにシンポジウムを開催。ピンクリボンかながわ代表の土井卓子医師と鎌倉女子大学の木下博勝教授を中心に、産官学の協力の必要性や各団体、学校、企業8組から取り組みなどが紹介され、熱いディスカッションが繰り広げられました。

「協会賞」を受賞

第69回神奈川県公衆衛生学会(主催 神奈川県公衆衛生協会)が、11月20日に横浜ワールドポーターズにおいて、「A」と公衆衛生」のテーマで開催されました。シンポジウムは会場とオンラインのハイブリット形式にておこなわれました。この会は、公衆衛生関係者の連携を促進し、保健・医療・福祉に関わる事項に積極的に取り組むことにより、県民の健康で文化的な生活の推進に寄与することを目的としています。

シンポジウムに先がけておこなわれた「令和5年度神奈川県公衆衛生協会研究奨励表彰」で、当協会の産業保健部・里見正宏医師(写真)による研究「横浜市等における新型コロナウイルス感染症の発生動向」が、「協会賞」を受賞し、表彰されました。

職場における
化学物質の
自律的な管理

神奈川県健康管理機関協議会(代表幹事 当協会)が、9月22日に松村パークホール(中区日本大通)で開催されました。同会は、企業の健康診断に関わる健康支援機関が会員となり(現会員数13機関)、より質の高いサービスの提供と労働衛生行政へ積極的に協力することを目的として活動しています。協議会では、神奈川県労働局の畑野俊・労働基準部健康課長より神奈川県下における労働衛生の現状についての情報提供がありました。

次いで、労働安全衛生総合研究所化学物質情報管理研究センターの山本健也・化学物質情報管理部長による『職場における化学物質の自律的な管理』の講演で、新たに導入された化学物質規制により、これまで以上に事業者の自律的管理に向けた取り組みが必要であることについて説明されました。

最後は、参加者同士による採血時のトラブル状況とその対応について意見交換がなされ、会は終了しました。

協会の 感染症対策に ついて

当協会は、新型コロナウイルス感染症対策として、健康診断に訪れる皆様が安心して受診いただけるように、検査機器等の定期的な消毒、室内の換気、職員の健康管理やマスク着用などを引き続き実施してまいります。



神奈川県予防医学協会は、「横浜健康経営認証」クラス AAA 認証事業所です。



予防医学を「日常」に——。

健康かながわ

WINTER 2024
2024年1月15日発行 第642号

発行人／根本克幸
発行所／公益財団法人神奈川県予防医学協会
〒231-0021
横浜市中区日本大通58 日本大通ビル
☎ 045-641-8501（代表）
✉ kenkana@yobouigaku-kanagawa.or.jp

編集・制作 株式会社クリード
頓所直人
デザイン 小田原宏樹
印刷 ONE-B 株式会社

「健康かながわ」は
当協会ホームページからも
ご覧いただけます。



<https://www.yobouigaku-kanagawa.or.jp>

次号 健康かながわ
643号は2024年

4月15日

発行予定です

TOPICS

6

第68回 予防医学事業推進全国大会

「小宮記念賞」と「奨励賞」を受賞

第68回 予防医学事業推進全国大会が、「after コロナ 国民が健康で活力ある生活を送る新たな社会を目指して」の大会テーマのもと、10月27日にホテル一畑（島根県松江市）で開催されました（主催Ⅱ予防医学事業中央会・島根県環境保健公社）。

記念式典では、当

協会の竹中志津子・臨床検査部参事が、中央会賞「小宮記念賞」を受賞。前日の大会記念レセプションでは、和田昌訓・放射線技術部一科長と高橋美佳・情報処



理部三課主任が「奨励賞」を受賞しました。

大会の記念講演は、『今そこにある健康く情報をいかに伝えるか』と題し、名越究教授（島根大学医学部環境保健医学講座）によりおこなわれました。来年度は長崎県にて開催予定です。

TOPICS

7

禁煙・受動喫煙防止活動を推進する神奈川県

「第17回 日本禁煙学会学術総会」がハイブリット開催

第17回 日本禁煙学会学術総会が、「禁煙推進の連携と協働」のテーマのもと、10月28日～11月26日に開催されました。今回の総会は、事前に配信されたオンデマンド動画を視聴後、11月11日・12日に講演・シンポジウムなどのオンラインディスカッションを開催。ビューイング会場も設置され、現地参加とオンラインで実施されました。

禁煙・受動喫煙防止活動を推進する神奈川県（事務局Ⅱ当協会）が共催として参加。当協会の玉井拙夫医師（消化器検診部部長）が、「FCTC（WHO タバコ規制枠組み条約）発効20周年を前に実現したこととこれからの課題」と題したシンポジウムで座長を務めました。

TOPICS

8

神奈川県予防医学協会

「事業年報」第55号を発行しました

当協会の事業報告書『事業年報（令和4年度版）』を発行しました。今号からは、SDGsへの取り組みの観点

から冊子を廃止し、HPにWeb版を掲載いたしました。つきましては、右のQRコードからご覧ください。

PDFはこちらから
ご覧になれます



要・精密検査 要・再検査を
そのままにいませんか？



神奈川県予防医学協会の

二次検査

健診結果に「要・精密検査」「要・再検査」とあったら、
二次検査を受診することが大切です。

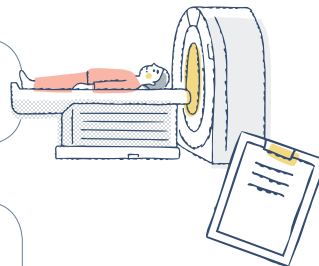
神奈川県予防医学協会では、二次検査も実施しています。

受診の流れ



1 | 電話にてご予約受付

2 | **来診** 「二次検査」を実施



3 | **来診当日** 結果説明
一部の検査は後日の説明となります。

問題がない場合

- 次年度の健康診断を受診

治療が必要な場合

- 当協会の専門外来にて治療
- 大学病院、各領域の専門病院、地域の医療機関に紹介

健康保険証をご持参ください。検査は保険適用されます。

ご予約・お問い合わせ

運営部

☎ 045 (641) 8814

月～金曜日（祝日を除く）
9時～12時、13時～17時