

くかながる

公益財団法人 神奈川県予防医学協会 予防医学事業中央会神奈川県支部 全国労働衛生団体連合会会員

編集・発行人=根本 克幸 発行所 = 〒231-0021横浜市中区日本大通58 日本大通ビル 045(641)8501(代表)

http://www.yobouigaku-kanagawa.or.jp ⊠kenkana@yobouigaku-kanagawa.or.jp

### 公益財団法人 神奈川県予防医学協会 理事長(代表理事)に

## 根本克幸が就任



知らせします。また前理事長の 事長に就任いたしましたのでお 根本克幸(前専務理事)が新理 土屋尚は会長に就任しました。 会では、令和2年7月29日付で、 と福祉の向上に寄与することを これからも県民の健康の増進 神奈川県予防医学協

協会職員一丸となり、 くお願いいたします。 いりますので、今後ともよろし の提供ができるよう研鑽してま より質の高い健康支援サービス

連合会、(公財)東京都予防医学協会、 尽力。また現在、(公財)予防医学事年に専務理事に就任し、協会活動に 評議員、18年理事、25年常務理事、28任。当協会役員としては平成15年に 業中央会、(公財)全国労働衛生団体 運営部長、業務部長、事業局長等を歴 16年業務部担当部長をはじめとして はこれまでの予防医学活動が認めら 会の理事を務めている。平成27年に (公財)横浜市寿町健康福祉交流協 根本克幸は昭和52年に入職。

外部の人との接触が避けられない従業員の予防策の考え方

発病

宿主

感染経路

病原体の存在

要注意の行動・行為

名刺交換

感染の可能性をできるだけ少なく (従業員と顧客の両方のため)

体調管理、日々の体調確認、 持病の管理 など

距離を保つ、手洗い消毒措置、 必要時のマスク、手袋の着用など

流行の時期には営業、互いの 訪問を最小限に。顧客と話し合う

### 場における ナウイルス対

## 治療のできない新型コロナ 依然として効果的な予防と

の具体的なポイントについて寄稿いただいた。

者で、産業医でもある㈱健康企業代表の亀田高志先生に、職場での感染症対策

新型コロナウイルス 職場の対策マニュアル』(エクスナレッジ刊)などの著

わゆる3密を避けるなど感染防止に取り組んでいることだろう。

本号では『【図

依然として感染拡大の収束がみえない新型コロナウイルス。各職場では、

後措置

の抑止を目指すものに留ま薬がない。治療薬は重症化 る。 デシベル以外の抗ウイルス 今のところ効果と安全性 確認されたワクチンやレム (COVID-19)には新型コロナウイルス感染

は、

らウイルスを排出し、その 熱等の症状が出る2日前か 染が多数に及び、しかも発 つの密を避け、手洗いを行る。そのため、いわゆる3 ピークは発症前日だとされ い、マスクを着用し、 インフルエンザと異な 症状が出ない不顕性感

れると混乱するばかりでな 働く人が、断片的で安易な 医学的な知識を持たない 体検査のような報道に触 思い込みで行動する結

策を関係者の理解のもとに といった基本的な感染防止の距離を保ち、換気を行う 地道に続けるしかできない。

## 解を持ってもらうことから 働く人に正確な見通しと理

がバラバラな新規患者数を でも大々的に報じる。発症 発はエビデンスがない段階 習慣的に報道する。増減に 喜一憂することになる。 テレビをはじめマスコミ PCR検査までの日数 ワクチンや特効薬の開

果を招く可能性がある。 職場の対策の第

## **感染症の3つの要素**

微生物学や感染症学では

べく多くの人たちに正確な関係者、責任者を共に、なる かであるが、それまでは、 な形になるか、未だに不確 ると考える専門家が多い。 免疫の形成には数年を要す 割が抗体を持つような集団 るようになるか、国民の7 ワクチンや効果の確認され 見通しを伝えることである。 た治療薬が一般に使用でき

職場で共有することが肝要 としてそうした見通しを、 な意味合いではなく、 ことになるだろう。 自粛とその緩和を繰り返す いわゆる終息がどのよう

療を含めて、

電話で相談で

の管理、それを考慮した治

新型コロナの重症化の

症の原則を学ぶ。 宿主の3つの側面から感染 手洗いやマスク、 ②感染経路

このような対応ができれ

が進むと思う。解したほうが働く人は理解 カルディスタンシング、換 気といった対策はよく知ら 要素のどれにあたるかを理 れているが、各々が3つの

正確性、適切さが欠けていしている人は多いが、その スクの着用にせよ、習慣に また、手洗いにせよ、

ない人が多い。 も無症候でも相手に感染さ く、自身が感染しないよりマスク着用効果の誤解が多 周知したい点である。また ので、この点も教育が必要 た触ったりという人が多 ごに付けていたり、べたべ せないため、という感覚が 康教育や保健指導の場面で すると思うが、その点は健 流すことを含めて30秒は要 ることが少なくない。 正しい手洗いには流水で マスクをあ

かかりつ

的早い段階から高齢、 スク要因については、 定期健康診断等の見直しを重症化の防止のために一般

される秋冬に向けて、これ 段階で、既に毎日千人以上本稿執筆中の8月初めの ことを勧めたい。 いる。さらなる流行が懸念 の新規感染者が確認されて

# の対応ルールの徹底

らの対応を丁寧に行って

く必要がある。

飲み会・乾杯

らに報告し、 く人に期待されることは、 何らかの症状を感じた働けられない面がある。 や産業医、産業保健スタッ え、職場の関係部署や上司 速やかに自宅待機に切り替 しても、働く人の感染は避 に及ぶ以上、 無症候性キャリアが多数 どれだけ努力 かかりつけ医

素の宿主の状態を良くするい以上、先の感染症の3要でいる。感染が避けられな 場合の対応やいわゆる持病 る発熱などの症状があったけ医を持たない。次に触れ 導を行うことが大切である。含めて、可能な限り保健指 その3割が重篤となり、 糖や高血圧などの所見を放事業場が少なくない。高血 肺疾患、がん、慢性腎疾患な圧症、糖尿病、タバコ、慢性 結果を見直し、 ことが、重症化の阻止に少 大で半数が死亡するとされその3割が重篤となり、最 基づく就業上の措置が不確 置していたり、 措置は経験的には不十分な どが明らかにされてきた。 しでも役立つ。これまでの 合に1週間後に重症化 かであったりする。 新型コロナを発症した場 多くの働く人はかかりつ 般定期健康診断の事後 禁煙指導を 就労区分に の感染防止に努めたい。 行うことも肝要である。 スタッフからの電話などを機の際も産業医、産業保健 感染したことによる自宅待 業員のフォローアップと感 ために、感染が疑われた従 留めることができる。その スと同様の職場復帰支援を け医と連携して、他のケー や全身倦怠感といった後遺重症化した場合の呼吸苦 も考えておきたい点である。 用いたフォローアップ体制 ライバシーの確保と職場内 染が判明した後の情報共有 ば、職場内の感染を最小に の際には主治医、 症が知られているが、復職 埋のルールも改訂して、個 か必要になる。健康情報管

症状が伴う場合や家族が

ハの同意を基本として、プ

スへの目配りも 個人と職場のメンタルヘル

働く人も少なくない。 勤務や新しい日常を通じて も生じている。さらに在宅 われる人への誹謗中傷など くない。テレワークを通じ でも新たな問題に直面する トレスに悩む働く人は少な たハラスメントや感染を疑 仕事だけでなく、 平時とは異なる不安やス 家庭など

いくのがいいと考える。 の窓口を周知し、専門家へ 付けることなく、健康相談個人的な問題と安易に片 援といった対応も、備えて の紹介や社会資源活用の支

したので、ご参考になれば人へのガイドの例を図に示 の接触が避けられない働く て、営業などで外部の人と 最後に現実の対応とし

職場の対策マニュアル』より引 (『【図解】新型コロナウイルス

フに対応を相談していくこ

义

感染症の3つの要素

### 事業場における労働者の 健康保持増進のための指針」改正

わ

### 2020年4月1日から適用

### 労働者の高齢化を見据えた ポピュレーション 健康増進無関心層の取り組みや アプローチ 事業場の風土醸成 運動の習慣化等 〈健康保持増進計画の策定〉 職場の実態に応じた 健康 〈労働者の健康状態の把握〉 づくりを進めるため、事業 健康指導等を行うため、定期 者の健康保持増進を積極的 健康保持増進 労働者の健康 健康診断や必要に応じて行 に推進する旨の表明、目標 計画の策定 う健康測定等で生活習慣や 状態の把握 設定、活動内容、評価・見 健康状態のチェックを実施 直しに関する事項等を決定 THPの 進め方 生活習慣改善 健康指導等 職場環境の活性化 〈生活習慣改善・職場環境の活性化〉 〈健康指導等〉 実践活動

各個人 (または集団) で健康状態を参考

業場における労働者の健康 するための取り組み。 にわたる健康づくりを推進 基づく、労働者の心身両面 保持増進のための指針」 厚生労働省が策定した「事 」の略で、

障害を防止するだけでなく 評価→改善」を行い、

昭和63年に

ヘルスプロモーション・プ THPとは トリ 夕 ル

定→健康指導→実践活動→進計画に基づいて「健康測

から集団

企業の特性

合

動 を

の健康指導でしたが、今回康測定』を前提とした個人

業場が策定する健康保持増

踏まえて指針の見直しが行われ、 指針公示第7号) 産業構造の変化や高齢化の進展、 持増進のための指針(THP指針)」に基づき、 人の心とからだの健康づくりを推進している。近年の 厚生労働省では、 Ļ 「事業場における労働者の健康保 4月1日から適用された。 3月31日に改正 働き方の変化などを

## 改正の背景

同

リンピック競技大会の開催 年東京オリンピック・パラ (平成30年) で、「2020 第13次労働災害防止計画 広く国民のスポー

ている。直近では平成27年次にわたって改正が行われて出手針は公示後、数 への普及・定着を目指したとなるのは中小規模事業場 平成19年の改正以来となる。 のストレスチェック制度導入 に伴う改正で、大幅な改正

ることを目指している。
働く人が心も体も健康で

でい

働く

への関心が高まることを 3月2日)と連動本計画(平成29年 持増進のための指 (昭和63年健康保 持増進のため指針 る」と明記された。 康増進を推進す スポーツ庁と連携 など、運動実践を 見直しを検討する 針公示第1号) 通じた労働者の健 る労働者の健康保 して、スポーツ基 こた事業場におけ 0) づくりの取り組みが推奨さ とに健康状態をチェック は健康診断の結果などをも し、企業特性に応じた健康

内容は事業場の実態に合わせて実施。 運動指導、保健指導等の健康指導の

ほか、健康教育や健康相談等に関す

第 128 回労働政策審議会安全衛生分科会資料より作成

る内容を含む

置し、見直しに向は検討委員会を設 このため厚労省で が高い面があった。そこでは時間や費用などハードル場がこの内容で取り組むに流れがあった。しかし事業 従来は、①健康保持増進れています」という。 成④健康状況に応じて運動 事業場の規模や特性に応じ 価・改善―という定型的な 指導・保健指導・メンタル ③産業医による指導票の作 計画の策定②健康測定(生 て柔軟に対応できるように ヘルスケア・栄養指導⑤評 活状況調査·医学的検査等)

切で、それが指針改正の趣 続的に進めていくことが大 業保健活動をしっかりと継 これまで取り組んできた産 別なことを行うのではな 産業保健スタッフが何か特 「この指針改定によって 健診結果を有効活用し、

2020年の東京

の背景の1つは このように見直

オリ・パラ(20

日常的な健康づくり活動を通じて、各

個人の生活習慣を改善

り組みを推進してポーツや運動の取

機に、事業場でス 21年に延期)を

> **動皆の増加を踏まえ、若い会を迎えるなか、高年齢労こと。もう1つが超高齢社** 頃からの健康づくり活動の働者の増加を踏まえ、若い 充実・強化があげられる。 一の指針改 へ ② 事 横浜健康経営認証

## 改正のポイント

の募集を開始

人」から「集団」(ポピュレ正のポイントとして、①「 クルでの実施(図参照) 業場の特性に合った健康保 いう3点があげられる。 持増進措置③PDCAサイ ションアプローチ) 厚労省は、今回

透・産業医は今回の改正に ついて「従来のTHPは『健 事務所オークス所長の竹田 労働衛生コンサルタント

> 経営の推進体制 要件を満たし、

制の整備、従 クラスAの ているもの

クラスAA:

健康課題に即した取り組み 業員の健康課題の把握及び

を行っているもの

社・本店、支社・支店、営市内の事業所(市内に本 表のとおり。 業所などを有する事業所 は一定の要件を満たす横浜 でNPO法人、公益法人な 認証取得のメリットは下

3つのクラス

進」「取組の評価」の視点イクル状況を「経営者の理営の取り組みのPDCAサービの取り組みのPDCAサービの取り組みのPDCAサービの取り組みのPDCAサービの取り組みのPDCAサービの視点を から評価し、 分で認証. クラスA:健康経営宣言 している。 次の3つの

等の明文化及びその意思を

〈実践活動〉

今回の改正に至っ

けた議論を行

見直しをしている。

に健康づくり活動を実施

大学と連携し、平成30年7局・健康福祉局、横浜市立支援するため横浜市経済 ている。 横浜市金沢区鳥浜の当協会 沢ウエルネスセンター」月、「LINKAI横浜 集団検診センターに発足 する健康経営の普及啓発を 「LINKAI横浜金 を

中小企業などの健康経営のした企業集積地域における 普及促進が目的である。 ナウイルスの感染拡大によ た。また、今年は新型コロによる甚大な被害を受け (横浜市金沢区) を中心と L I N K A I 経営環境は極めて厳 同地区は台風15号 横浜金 沢

- ・横浜健康経営認証マークを使用できます。
- ・横浜市ホームページ等を通じて認証事業所を紹介します。
- ・健康経営の取組のステップアップや継続を目的として、保健師、栄養士等による訪問、相談等が利用できます。 (原則、クラスA・AAを対象とし、1認証事業所あたり最大2回まで)
- ・横浜市中小企業融資制度で金利優遇や保証料助成があります。(クラスAA・AAAが対象)
- ・体組成計等の健康測定機器の貸し出しを利用できます。
- ・よこはまウェルネスパートナーズに登録され、関連情報や、企業間交流の機会を得ることができます。
- ・一部の横浜市公共調達において優遇されます。

康経営認証事業所として認取り組む事業所を、横浜健 え、戦略的に実践する「健 性などを高める投資である 証している。 くりを経営的な視点から考 及させるため、健康経営に 康経営」の概念を幅広く普 と捉え、従業員らの健康づ みが、将来的に企業の収益 の健康保持・増進の取り組 応募できるの 従業員など

> ージを参照いただきた 新たな取り組みで

## LINKAーをサポ

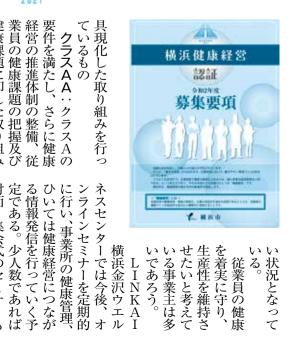
当協会では横浜市の推進

なっている。応募手続きや 15日~10月14日(必着)と 募集期間は令和2年7月 の結果を評価し、次の取り健康課題に即した取り組み 組みにつなげているもの いては横浜市ホーム 認証期間などの詳細

Aの要件を満たし、さらに

クラスAAA:クラスA

問い合わせはLINKAI®無償で提供する。 無償で提供する。 定である。少人数であれば yobouigaku-kanagawa い合わせはLINKAI®



従業員の健康 いであろう。 生産性を維持さ い状況となって いと考えて

て

### 認証事業所のメリット

- ※上記のメリットは変更になる場合があります。

※新型コロナウイルス感染症の拡大により、例年開催している認証式の開催については未定です。

### 資料提供:日本ペップトーク普及協会

せられている るぞ」といわ 気持ちが萎え 光景が浮かび れると、坂道 楽しんでこ てしまう。 ダッシュをさ これると、全い」と送り出

と次に踏み出しやすくなる。

ネガティブな状況を前

る、頑張れ」と背中を押す

カテゴリーは、時代ととも

す。

顔が見える連携を目指

して、ともに学びましょう。

準備できるようになりま

対応策を知ると落ち着いて

容/児童虐待の4つの

きるようになり、具体的な く力を養うと早期発見がで

変化しています。実態はそ にそれぞれの様相や法律が この経験は人生の糧にな

いことを伝える。最後に

## る気を引き出す魔法

神奈川学校保健研究会

質疑応答もあり、充実した例会となった。 聴に参加。会として初めての試みであったが、 のテーマで講演を行った。17人の会員がオンライン視 き「ペップトーク―やる気を引き出す魔法の言葉―」 般社団法人日本ペップトーク普及協会代表理事)を招 ラインセミナーで開催された。講師に岩﨑 由純先生(一 神奈川学校保健研究会の7月例会が7月18日、オン

える生徒のやる気を引き出 チのこと。教育現場でも使 行う激励のショートスピー 前に監督やコーチが選手に アメリカでスポーツの試合 すトーク術だといわれてい ペップトークは、「短く ペップトーク」とは、

りその気にさせる話であ 葉を使い、人の魂を揺さぶ てわかりやすく肯定的な言 育定的な言葉が大切かとい と岩﨑由純先生。なぜ **いからだ。否** 現実化しやす うと、思考は ④ポジティブ語( せる。 メージを喚起さ ③表現力/明確 かつ簡潔な表現 で前向きなイ

を使う。 ば効果的だ。 中の一押し、の流れになれ 変換→してほしい変換→背 は、事実の受容→とらえ方 していた試合が中止になっ メージさせる肯定的な言葉 ど「してほしいこと」をイ ブな言語) /成功や勝利な やる気を引き出すトーク 例えば目標に

むためにどこまで理解して

神奈川学校保健研究会

オンラインセミナー

時/9月26日(土)

れほど変わらないのに着眼

点や対応が異なると、親子

聞くと脳内で 定的な言葉を

動に結びつれ、それが行

メージが作ら

マイナスイ

く。例えば、

けたら走らせ 試合前に「負

た場合、指導者は悔しがる

生講14日

00 16 ...

生徒の思いを冷静に受け入

張った証拠だ」と前向きに れる。 とらえ、「頑張った事実を 大事にしよう」と、してほ 次に「その悔しさは頑 **申し込み**/当会ホームペー に養護教諭ができること」

ター理事)

人子どもの虐待防止セン

思えますが果たしてそうで

しょうか。

見えなかったものに気づ

(小児科医·社会福祉法 師/五月女 友美子先

の関係までまるで大きく変

わってしまっているように

テーマ/「虐待防止のため

浮かび力を発揮できる。 力を尽くして歓喜する姿が ペップトークに必要な要

聞き手にプラスの印象を与 ②ポジティブストローク ①ラポール (信頼)/ 素は次の4つ。 に共感し認めて信頼を築く。 相手

の仕方にもコツがある。 やる気を引き出すには質

える前向きな言葉と接し方。

問

くさい」は「やりがいがあきにとらえるには、「面倒

やる気を促すトークを る」など、日頃から物事を 肯定化する習慣をつけたい。

は言葉で変化する

行動

ろうとしたのか」「次に進 すく、前進しやすいように、 すのはNG。 ミスをした生徒を問いただ 「どうしたいのか」「何をや 意見をいいや

(ポジティ

に仲間や先生を頼っても 指導者は、 抱えている。改善を図る際 改善するべき欠点や弱点を はなく努力の過程を褒める 能を認めたうえで、結果で ば先生が手を差し伸べる。 め、それでも解決しなけ なければ仲間に助けを求 したい。 いが、まずは自主性を尊重 いるのか」と問いかけよう。 自分で考えても答えが出 人は誰しも完璧ではなく 個々の素質や才

努力して得られる幸せ(エ ら報酬目当てに頑張ること こと。 ウダイモニア)は、脳にとっ より共に喜ぶのが正解だ。 がある。成功体験は褒める る内発的な行動で得た成功 に報酬を与えると、次回か (アンダーマイニング効果) 興味があるからやってい

たちは経験したことのない

生活様式の変化の中で、

コロナ禍による働き方や

ストレスにさらされていま

す。先が見えず感染や病態

も充分に解明されない不安

在宅勤務による以前と

力・傾聴力・斟 となる (図)。 て最高のご褒美 指導者が質問

くりょく/情報をもとに汲酌力(しんしゃ み取る力)・表現力を磨き、 生徒のわかる気・できる の気にさせたらペップト 気・やる気を引き出し、そ

ます。今回は、思考転換シー

を維持する方法をご紹介し トレスに対処し、心の健康

ト、を取りあげます。

といった不快な感情を感じ

たちは「怒り」や「不安」

ストレスを感じた時、

るものです。

その時に、



With コロナ時代のセルフケア

尾崎健 公認心理師・臨床心理士

出来事「夏休みの旅行計

司だ」と考えた時の「怒り」 変化を具体的に実感するた いるでしょうか? 感情の時に、感情はどう変化して づかないこともある」とか ときはどんな時か?」を考 の度合いを10とすると、「上 下を無視するとはひどい上 お勧めします。 めに数値化してみることを もしれません。そう考えた と、「上司も人間だから気 えてみるのです。そうする に正しいか? 正しくない づいたら、「その思考は常 い」という思考が浮かぶか い体調が悪いのかもしれな 「周りが目に入らないくら 司も人間だから気 例えば「部

は違ったストレスに悩まさ

れる人も出てきました。

ここでは、さまざまなス

る」と考えられた くらいでしょう い10に対してどの ら「怒り」の度合 づかないこともあ レスが低減できた 変えることでスト 感じるなら思考を か? 6くらいと

フォーマット化し たものが〝思考転 を

換シート〞です。

ここまで理解で

う。この過程 といえるでしょ

思考転換シート 記入例						
ストレスを感じた出来事	その出来事があった時に思い浮か んだ思考や考え	その思考は常に正しいか? 正しくない時はどんな時か?				
朝、上司に挨拶したら 返事がなかった	部下の挨拶を無視するとは ひどい上司だ 何か機嫌を損ねることでも してしまったに違いない…	人間だから気づかないこともある 体調が悪くて気づかなかったのかも そうと決まったわけではない もし、そうなら誠意を持って謝ろう				
その時の気分・感情	怒り 10 不安 10	怒り 6 不安 5				

事を返すのが常識なのに ものでしょう?「部下を無 と考えている。その思考が とか「挨拶したら、その返 視するとはひどい上司だ」 う。その時の思考はどんな の感情を抱いたとしましょ して、「怒り」や「不安」 かった」という出来事に対 司に挨拶をしたら返事がな できます。 快な感情を低減することが え、思考を変えることで不 「怒り」の感情のもとだと いえるでしょう。それに気 んな思考が浮かんだかを考 例えば、職場で「朝、 トを記入し、ストレスの低 事例について思考転換シー 画について話をしている 減を実体験してみましょ

向上のためのさまざまなコン ク・ストレスアカデミーを設 その後、株式会社ライフワー 立し、働く人のメンタルヘルス 士を目指して大学院へ進学。 公認心理師/臨床心理士 企業で働いた後、臨床心理

サルティングを提供している。

を勧められた。もう入金し禍の時期に!、と強く中止と、上司から、このコロナ お世話だと感じる」 てしまっているし、大きな 執筆者紹介 | 尾崎健|

### 快適 WORK のススメ

労働衛生コンサルタント事務所オークス 所長・産業医 竹田



### 自宅の作業環境を整える

? ?

新型コロナ対策で在宅勤務が推奨され、十分な準備もなく在 宅勤務をスタートされた会社も少なくないと思います。労働時 間管理をはじめとした労務管理や、業務の進捗確認や評価をど のように行うか、整理する必要もありますが、本来仕事をする 場として考えていなかった自宅の職場環境を整えることも必要 になります。

在宅勤務を行うと、パソコンを使って作業することに加え、 上司への報告や会議、取引先との商談などもオンラインで行う ことになります。就業時間中はほとんどディスプレイを見続け ることになり、さらに同じ姿勢での長時間の作業となります。 国は、昨年7月に旧VDT作業ガイドラインに代わり「情報機 器作業における労働衛生管理のガイドライン」を出しましたが、 このガイドライン等をもとに自宅などでテレワークを行う際の 作業環境整備のポイントをまとめて公表しています\*。

室温や相対湿度、照度、机や椅子などを注意事項に加え、作 業姿勢や作業時間などの作業管理についても取り上げらえてい ます。これらのことは会社内と違い、職場の上司や同僚による 相互確認や衛生管理者や産業医の巡視での確認はできませんの で、すべて本人任せとなります。職場という概念が変わる中で、 作業環境を適切に維持していくためには(快適作業環境の形成 のためには)、従業員自身が実践できるような教育を行うこと がとても重要になっていきます。

もちろん、仕事をすることを想定していなかった自宅には、 仕事をするスペースがなく十分な対応ができないという話もし ばしば聞きます。しかし、コロナ後も在宅勤務の活用は続くで しょうし、働き方の変化、自宅での過ごし方の変化にあわせて、 徐々に自宅内の環境を整えていくことが必要になります。

\*https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage\_01603.html

い就学や就職、結婚、妊娠・が、他の世代にはみられなの思春期・若年成人を指す 代とは、 代特有の悩みを抱えて出産、子育てなど、この の資料によると年間 が盛り込まれた。AYA世 イフステージ別のがん対 小児がんやAYA世代、 計画」では、これまで取 児がんやAYA世代、壮一げられることのなかった 国立がん研究センター 高齢期といった、 15歳から39歳まで 策 ラ

は「今後の自分の将来のこと者が最も悩んでいること کے YA世代のがん患者は妊孕をあげている (表1)。A で、3番目に「 がん医療に関する実態調査能力のこと。AYA世代の 性の問題を大きな悩みとし える大きな課題の1つが一 この世代のがん患者の抱たにがんと診断されている。 や生殖機能に関する問題」 もを妊娠するために必要な 孕性(にんようせい)の喪失」 「妊孕性」とは、子ど 2 番目 が「不妊治 妊 生殖器にがんが発症するの巣や子宮、精巣などのて抱えていることがわかる。 ないケースが出てくる。ま

と、手術で切除せざるを得

したとしても、抗がん剤やどほかの臓器のがんに罹患たこの世代に多い乳がんな 殖医療技術を用いて、妊するため治療開始前に、 響を及ぼし、機能不全を生 よって、これらの臓器に影 放射線療法を行うことに じさせる場合もある。 がん治療後、妊娠・ 孕 生 産

結、体外受 約5万円。 みると、精 の場合は精子凍結などがあ凍結、卵巣組織凍結、男性 げられる。 性温存の方法として、 して注目されている。 これらの妊孕性温存はい ームページなどで調べて れも保険適用外。 場合は卵子凍結や受精卵 存を行うことを 精子の採取・凍結: 受精・受精卵の凍卵子の採取・凍 のがんサポート医療」といい、 病院の 女 妊性 孕

若い世

代の

4

人に1

が朝食を欠食(食育白書)

農林水産省は6月16日、

神奈川

小児・AYA世代のがん患者の方が、将来に希望を持 てがん治療に取り組めるよう、昨年8月から妊孕性 神奈川県では、 将来子どもを産み育てることを望む

AYA世代発症のがんサバイバーの抱える悩み (複数回答 n=132)

1位: 今後の自分の将来のこと(57.6%)

2位:不妊治療や生殖機能に関する問題(45.5%)

3位:仕事のこと(40.9%)

んようせい)温存治療費の一部助成を開始した。

017年に策定され

がん対策推進基

ŋ

4位:後遺症・合併症のこと(34.8%)

5位:体力の維持、または運動すること(29.5%) ※AYA世代とはAdolescent and Young Adult(思春期および若年成人)の略で、15歳から39歳までの世代を指す

(小児・AYA世代のがん医療・支援のあり方検討会2017/12/1資料より)

### 妊孕性温存治療費の一部助成

・温存治療実施日に神奈川県内に住所を有する 40歳未満の方

がん治療により生殖機能が低下する、または 失うおそれがあると医師に診断された方

• 指定医療機関で温存治療を受けた方

※そのほか、所得要件等や申請書類などもある ので、詳細は県ホームページで確認を 神奈川県 妊孕性温存 検索

かなり大きい。

るもので、経済的な負担で は、がん治療とは別にかなっている。これらの費品

超岗版多类群之地

ん治療とは別にかかいる。これらの費用

取・凍結:約60万円程度と結:約40万円。卵巣の採

対象費用 温存治療に係る費用のうち医療保険適用外費用

助成対象費用の1/2 (上限:男性2万5千円、

### 主な未達成項日

型コロナウイルスの影響を

裕美子と看護部主任のまた情報処理部主任の 見本慎一が功績賞を受賞。

砂織が奨励賞を受賞

されていたが、

6月に総会・表彰式が開催 受賞者が決定した。例年、 17日開催され、全衛連表彰 2年度第2回理事会が6月

目標	策定時 (2015年度)	現状値 (2019年度)	目標値 (2020年度)	
食育に関心 を持つ割合	75.0%	76.2%	90%以上	
朝食を欠食する 子どもの割合	4.4%	4.6%	0%	
朝食を欠食す る若い世代	24.7%	25.8%	15%以下	

以下「全衛連」)の令和 全国労働衛生団体連合会

(放射線技術部

が 功

を紹介している。一方、「第3 なって取り組んでいる事例 おいて若い世代が中心と 消費に至る「食の循環」に 20年度を最終年度とし 次食育基本計画」 るが、未達成も多く

いて数値目標を設定してい判断する割合-の4つにつ基礎的な知識を持ち、自ら 継がれてきた伝統的な料理る割合③地域や家庭で受け 2回以上ほぼ毎日食べてい を組み合わせた食事を1日 合①食品の安全性について や作法等を継承している割 る割合②主食・主菜・副菜 **課題も残ることがわ** に関連し、①朝食を欠食す 第3次 画では若い世代 4つにつ かった。 自ら

を特集し、

食料の生産から

を中心とした食育の推進」

の白書では

「若い世代

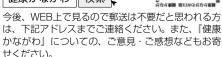
(食育白書)』を公表した。 『令和元年度食育推進施策

にすることとしていたが、020年度までに15%以下する若い世代の割合は、2 性の欠食率は31・5. いた。しかし、朝命ては数値目標を達成 も多く、 朝食を食べるために必要な 標を大きく上回っていた。性の欠食率は31・5%と目 姿が浮き彫りとなっ れること」 こととして「朝早く起きら よりも睡眠時間を優先す 朝食の準備をする」をあげる人が最 高合は、2 対食を欠食 特に男

全衛連表彰

『健康かながわ』は、 当協会のホームページからも ご覧になることができます

健康かながわ 検索



⊠kenkana@yobouigaku-kanagawa.or.jp

よこはま 発祥の地めぐり

### 消防救急 発祥の地

助成する制度を実施して

万5千円、女性20万円)を の2分の1(上限:男性2

す必要があり、詳細は県かにも所得要件などを満た

ホームページもしくは県

る (表2)。

助成対象はほ

対象者

-日本の近代消防 ゆかりの場所-

を有する40歳未満の方を対

**妊孕性温存治療費用** 

存治療実施日に県内に

そのため神奈川県では温



槽』(写真上)が遺構としてわれていた『旧居留地消防隊ます。また傍には、1972 留地がなくなった後もこの 組織されました。 1 8

ます。

代消防ゆかりの場所」 辺 **ん橋通り沿いの横浜都市発展年に「居留地消防隊」が、現居留地の防火対策のため、** 

### 個人情報の取り扱いについて 当協会では、本紙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

められ、放射線技術部長のめたとして顕著な功績が認めたとして顕著な功績が認めたとして顕著な功績が認めたとして顕著な功績が認めい。

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。