

# 年頭のぞい挨拶



一般財団法人 北陸予防医学協会  
理事長 永田 義邦

皆様方には良き新春を迎えられたこととお慶び申し上げます。日頃から当協会の事業にご理解を賜り厚く御礼申し上げます。昨年は多くの難題を乗り越えて開催されたオリンピックをテレビ観戦し、世界最高峰の迫力ある競技は脳裏に強く残りました。また、パラリンピックの選手は何らかの障がいがありながらも心身健康で競技に全力を出し切る光景に感動いたしました。

一方、政府の新型コロナウイルス感染症対策のワクチン接種要請に応じて当協会も5月中旬から11月まで、総数約10,000人の接種希望者に対応すべく毎日約170人接種の特別態勢を組織し、感染症対策に協力させていただきました。

こうしたコロナ禍が続く中で当協会の健康診断事業は皆様のご協力をいただきながら感染対策に万全を尽くし、休業することなく実施することができました。しかし、日本対がん協会の統計によると、がん集団検診5項目の受診者数は新型コロナウイルス感染症拡大前の2019年より30.5%減少したと発表されています。2020年の上半期(1~6月)は同期比で約17.4%減の回復にとどまり、県内でも県がん対策推進協議会は「健診項目に差はあるが全体的に受診率の減少」と発表しており、現在も以前の水準に戻っていない実態が明らかになっています。これはコロナ禍による検診控えが続いていることや、検診の受け入れ態勢の抑制などが原因とみられます。検診控えは全国の病院における2020年のがん診断数が2019年より9.2%減っていることも日本対がん協会の調べで分かっています。がんは発見が遅れると進行し

て生存率が下がります。先延ばしされた方は早期発見・早期治療のためにも早めに受診をお願いいたします。

政府は近年、健康経営・働き方改革で健康医療対策を強力に推進してきましたが、コロナ禍でコロナビフォーアフター(Before-after)に考え方や生活様式も変わり、改めて健康の大切さが認識され「健康」は重要なキーワードです。

世界的な持続可能な開発目標SDGsについても17分野の中に医療・保健の項目があり「あらゆる年齢のすべての人々の健康的な生活を確保し、福祉を促進する」の目標に集約され、「WHO憲章」の伝染病根絶などの理念とも共通します。

労働安全衛生法の健康診断においても、職場で扱う物質の中には健康に影響を及ぼす恐れのあるものがあり、これらに対して、有機溶剤・じん肺など特殊健康診断を行っています。健康を維持するための検査は、持続可能な社会を作り上げることにつながりSDGsの医療・保健目標に通じます。

また、IT化への対応については、現在分散されている個人の医療情報はDX(Digital Transformation)の取り組みを加速させることによって、アプリなどを通して情報が点から面で繋がり、医療の活用効果を高め、自分の身体を守るセルフメイケーションの意識をより高めることができます。

当協会はこのような健康づくりへのサポート体制をさらに整え、今年も皆様の健康を願い取り組んでまいります。

高速道路を運転中に、フッと眠くなり、もう少しでガードレールにぶつかりそうになってハッと目が覚める。いびきが大きくなって、嫁さんの睡眠をしょっちゅう妨げる。これがSASの治療を受ける前の私で、CPAP治療で全くこのようになることがなくなりました。

SASが注目を浴び始めたのは、1994年頃からで、大きな飛行機事故、列車事故、自動車事故の背景に、パイロットや運転手のSASがあることが報告されたからです。

1994年に、群馬県警と耳鼻科開業医が調査した結果、66件の居眠り運転事故のうち、21件の原因が運転手のSASでした。国交省は、平成27年に「自動車運送事業者における、睡眠時無呼吸症候群対策マニュアル」を発表していますが、その中に、トラック運転手の場合、男性の7~10%、女性の3%が中等症以上のSAS、すなわちCPAP治療の適応があるSASであることが書かれています。

SASのスクリーニング検査を実施する前に、自覚的な眠気の強さを調べるテストをする場合があります。しかし眠気の自覚症状がない方にも重症のSASが多く見つかっていることより、国交省は自覚症状の有無にかかわらず、全ての運転員が3年~5年に一度はSASスクリーニング検査を受けることを推奨しています。また人数

が多いとか、予算がない等の理由で一度に受診が難しい場合は、リスクの高い人から優先順位を決めて実施することも推奨しています。表1に優先順位の高い方を示しました。

SASスクリーニング検査は、機器を家に持ち帰り、睡眠中の呼吸の状態と血液中の酸素飽和度(コロナで有名になりました)を測定するものです。テープでセンサーを貼り付け、本体のボタンを押して検査をスタートさせ、いつも通り休んでいただくだけです。

スクリーニング検査で精密検査が必要と診断されれば、病院に一晚入院して脳波等の電極をつけて確定診断を行うことにな

ります。最近では、自宅でも精密検査ができるようになりました。現在当協会でもその準備を進めています。

SASの治療の中心は、CPAP療法です。これは気道が閉塞し呼吸が中断されるとセンサーが感知して、強制的に空気が送り込まれ、閉塞した気道を押し広げて無呼吸を改善するものです。CPAP療法が適用される基準は、AHI(睡眠1時間あたりの無呼吸、低呼吸指数)が20以上ですが、私の場合はCPAPをつけて寝ると、AHIが1未満になります。これは普通の人よりも少ない値ですので、普通の人よりもよい睡眠がとれることとなります。

肥満の方は、気道周囲に脂肪が溜まって、それによってSASが生じることが多いので、減量するとSASが改善される場合があります。

SASを放置すると、よい睡眠がとれないだけでなく、心臓や脳の疾患の発症につながる場合もあり、運転中の事故のリスクを高めることとなります。

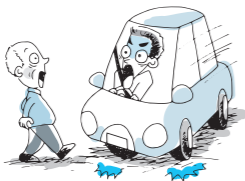
ぜひ事業所としてSASの早期発見、早期治療のプログラムを作成していただきたいと思えます。今回、当協会ではSASの新しいスクリーニング機器を4台購入しました。この冬の時期に、業務涉外課の課員や医療技術部の課員が事業所に説明に回る予定です。どうぞご活用ください。

## SAS(睡眠時無呼吸症候群)を治療すると、 普通の人よりもよい睡眠がとれる

一般財団法人 北陸予防医学協会 管理医師 山上 孝司

表1 SASスクリーニング検査の優先順位の高い方

- 事故が多い
- ヒヤリハットが多い
- 集中力が欠如している
- 不規則勤務
- 長距離走行
- 夜間勤務が多い
- 頭痛がある
- 高速道路を多く走行する
- 高年齢
- 肥満
- 健診で異常が多い

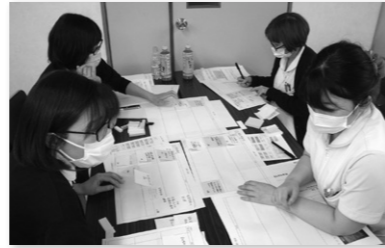




## Report 当協会の業務改善プロジェクトのご紹介

協会では今年度、品質保証部門が中心となって業務改善プロジェクトを推進しています。業務改革や業務標準化の活動が円滑に進むためのマネジメントを回して、これからもより良い労働衛生サービスを提供し、ニーズに応えていきたいと思っております。

- 4月 ITコーディネーターを招き、役職員を対象に「生産性向上のための業務改善とIT活用」研修会を開催。社内意識の高揚を図りました。リーダークラスからベテラン職員まで11グループに分かれて、業務プロセスの問題点を抽出し(KJ法)、基礎資料を作成。
- 5月～9月 外部コーディネーターが部門ごとに業務分析と改善ニーズについてのヒアリングを実施。リストアップできた課題を分類・整理。上流工程からの業務指示、ルール、システム上の不都合等、日々の仕事の改善点など、全体と部分の問題点の関係を明確化していきます。
- 10月 前半のプロジェクト活動のまとめとして報告会を開催。外部コーディネーターからシステム上の問題点や現場で起きている仕事の属人化などに厳しい評価も。  
下期は、新システム導入準備のためのプロジェクトを推進しています。



## 第50回 日本消化器がん検診学会 東海北陸地方会に参加して

医療技術部 放射線科 診療放射線技師 小山 卓

第50回日本消化器がん検診学会東海北陸地方会が令和3年9月25日(土)に開催されました。今年は静岡県浜松市での開催予定でしたが、新型コロナウイルスの影響により初めてのWEB開催となりました。

大腸がん検診に関する発表が複数あり、その一つに「便潜血検査で発見される大腸がんは、症状を契機に発見される症例より予後が良い」という発表から、一人でも多くの方に検診で便潜血検査を受けていただきたいと思いました。

また、胃X線検査の演題では胃炎、胃がんの症例検討、胃X線像のカテゴリー判定について等の発表がありました。渋谷大助理事長の講演では、胃がん罹患率上昇が著明となり、その対策として1962年に日本消化器がん検診学会が設立されたこと、「がん検診の手技・判定・区分の標準化」の重要性が再認識されたこと、読影医が不足しているためAIの活用・技師による読影補助も必要になってきていること等の話がありました。

技師の知識や技術は、正確な診断に繋がるため日々の精度管理は非常に重要となり、当協会では質の向上を目指すことを目的に積極的に研修会や学会へ参加し、定期的な勉強会を開催しています。さらなる精度向上を目指しています。

ご縁があり渉外課の職員として働かせていただくことになりました。慣れないことばかりでご迷惑をおかけすると思いますが、事業所の方々とよい関係を築けるように誠心誠意努めさせていただきます。適したご提案ができるよう日々勉強していきますので、今後ともよろしくお願いいたします。



業務渉外課  
石森 準也

新職員を  
紹介します



企画調整課  
古川 智絵

令和3年6月に入社いたしました。現在は周りの方々から助けられてばかりですが、これからは少しでもみなさんの力になれるよう、正しい知識と経験を身につけていきたいと思っています。そして、ご利用者様から安心し、信頼していただけるような職員になれるよう頑張っていきます。趣味は水泳です。よろしくお願いいたします。

広報紙に関するご意見・ご要望等は、健康推進課 宮崎・保井までご連絡ください。  
TEL 076(436)1281 FAX 076(436)1240

## 高岡総合健診センター紹介

# みなさまの健康づくり 私たちがお手伝いいたします

高岡市金屋本町にある「一般財団法人 北陸予防医学協会 高岡総合健診センター」は2009年6月に完成、7月より健診業務を開始し、現在まで約12年の間働くみなさま、地域のみなさまの疾病予防、健康保持・増進を目的とし質の高い総合健診を提供できるよう努めてまいりました。

当センターは高岡鋳物発祥の地である金屋町にあり、建物の外観は伝統ある町並みとの調和を配慮した建物となっております。施設は1階が駐車場、2階が健診フロアとなっており、雨や雪の日でも足元を気にせずお越しいただけます。

### 総合健診科

健康診断の内容につきましては定期健診や生活習慣病健診、人間ドック、特定健診や肺がんCT検診、胃がん内視鏡検診、マンモグラフィによる乳がん検診など、みなさまお一人おひとりに合ったオプションをお選びいただけます。もちろん何を受けたらいいのかわからない方にはスタッフが丁寧にご説明させていただきますので、何なりとお問い合わせください。

そして健康診断以外にも働く方のストレス相談や運動・食事・休養についての個別指導なども実施しており、働く人の心と身体の健康づくりをサポートしております。

現在22名の職員が在籍しており、日々の健診業務に励んでおります。健診を受診される方の中には不安な気持ちで受診される方もいらっしゃるかと思います。少しでも不安な気持ちが軽減されるよう、気持ちよく健診を受けていただけるように笑顔を大切に経営理念「誠心誠意」をモットーにみなさまをお迎えいたします。

新型コロナウイルス感染はまだ油断できない状態です。今後も引き続き感染予防策に取り組み、安心・安全で質の高い健診とサービスの向上にスタッフ一同努めてまいります。

### 事務課

事務課は高岡センター内で現在6名の職員が日々の業務に励んでおります。事務課の業務内容としては健診のご予約、申込み受付、健診の日程調整、予約管理、健診準備品の作成・発送、みなさまからのお問い合わせの対応など日々の健診がスムーズに実施できるようサポートしております。

健診のご予約はお電話での申込みの他、WEBでのご予約も可能です。当協会ホームページでご予約空き状況の確認ができます。ぜひご利用ください。

事務課スタッフはみなさまと直接お会いする機会は少ないのですが、お会いするときは笑顔をモットーに、また電話での対応は親切・丁寧に対応するように心がけております。健診に関することをご不明なことがありましたら何でもご相談ください。

今後とも高岡総合健診センターをよろしくお願いいたします。



## お知らせ 第39回 健康セミナーを開催します

令和4年2月21日(日)午後、スッキリ・ラボ代表の小松 易氏をお招きし、「仕事を上手に整理して、残業ゼロの職場を作るには」と題し健康セミナーを開催を予定しております。詳細が決まりましたらご案内させていただきます。みなさまの参加をお待ちしております。