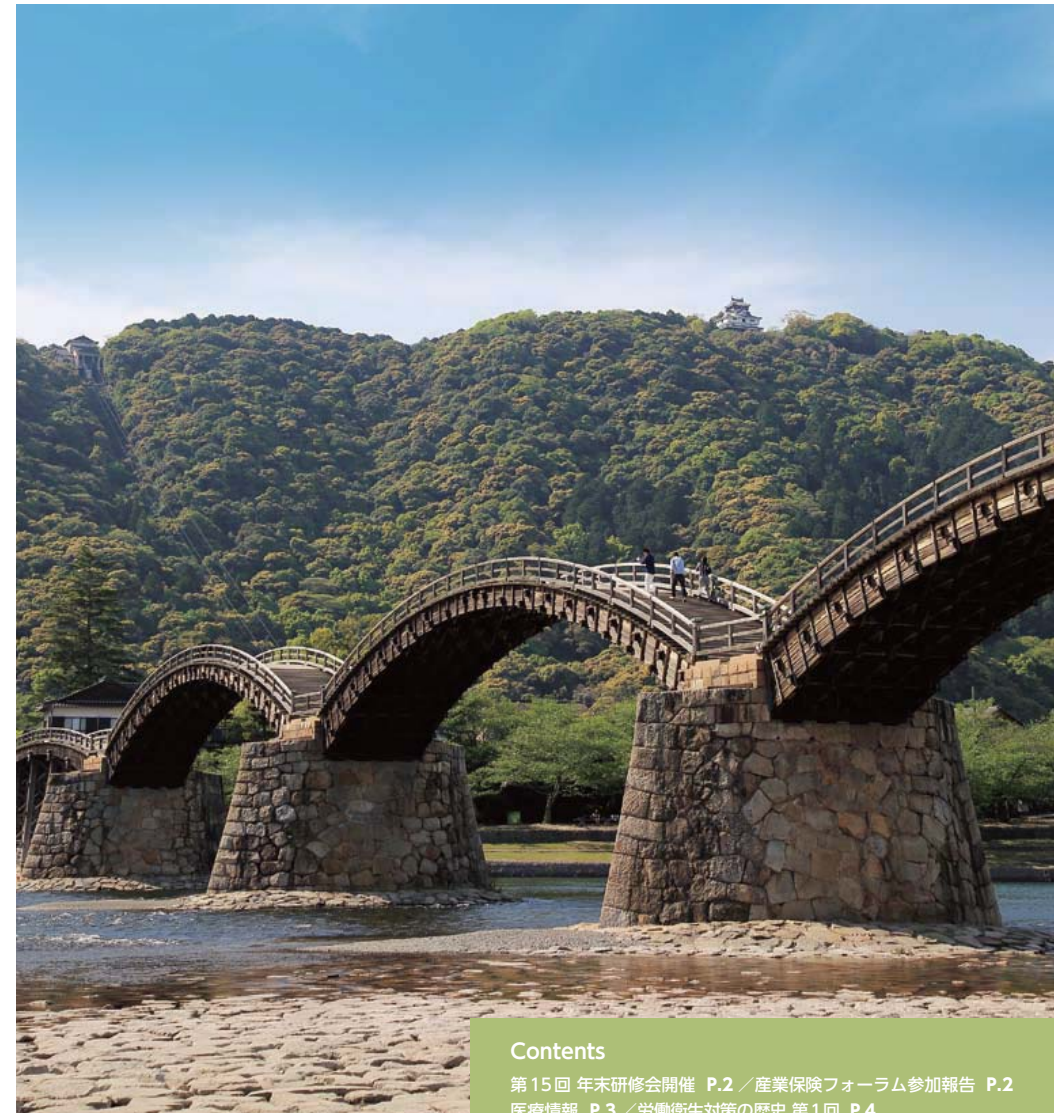


あおぞら

2016.02
vol. 2



錦帯橋

Contents

第15回 年末研修会開催 P.2 / 産業保険フォーラム参加報告 P.2
医療情報 P.3 / 労働衛生対策の歴史 第1回 P.4
福島県内の避難指示解除区域における個人被ばく線量測定 P.5
現場の風 P.6 / 新人研修 P.6 / 渉外部の紹介 P.7
世界の橋シリーズ P.8 / キーワードから読み解く P.8
今日から役立つ健康クイズ P.8

世界の橋

錦帯橋

DATA | 所在地：日本・山口県／開通：1673年
全長：193.3メートル／高さ：13.03メートル（最高部）



山口県岩国市を流れる川幅およそ200メートルの錦川に架かる、4つの橋脚を持つ5連の木造橋です。錦帯橋は過去に洪水で流失したことがあり、改良が施されてきました。中央の3連は迫持式（せりもちしき）といわれるアーチ構造で、継ぎ手や仕口といった組木の

技術によって造られています。重力に逆らわない自然な形で強度が高く、洪水にも流されない頑丈な造りになっています。経年劣化により2001年から2004年にかけて大規模な架け替え工事が行われ、その技術の高さが改めて評価されました。

キーワードから 読み解く

Wi-Fi (ワイファイ)

駅やコンビニなど、街のあちこちで見かけるようになった「Wi-Fi」というステッカーや表示。

Wi-Fiとは、無線でインターネットに接続する一般的な呼び方で、無線LANとも呼ばれます。無線LANはケーブルの代わりに電波で機器同士が通信できる技術のことで、Wi-Fiはその方式のひとつです。

Wi-Fiのメリットは、データ通信（インターネットやメールの送受信など）にほとんどお金がかからない点にあります。駅やコンビニのほか、ホテルや飲食店、空港などの公共機関で、誰でも利用することができます。

Wi-Fiは海外では観光地を中心に多く、日本でも外国人観光客を呼び込むため、観光地での整備が進められています。

観光地としての日本は年々人気が高まっており、2014年度は約1,300万人の外国人観光客が訪れました。東京五輪が開催される2020年には2,000万人訪れることを目標に掲げており、Wi-Fi整備はそのための一手段というわけです。



Q

今日から役立つ 健康 クイズ

バナナに含まれる成分（ブドウ糖などの糖質）は、
食べてすぐエネルギーになる？



▶ 答えと解説は P.7 へ

第15回 年末研修会開催

平成27年12月12日、フクラシア東京ステーションにて第15回年末研修会を開催しました。

例年通り、各部・各委員会より今年一年の課題や成果、新しい出来事等について報告がありました。特に今回は平成28年より本格運用が開始されるストレスチェック制度とマイナンバー制度が大きな議題となりました。

ストレスチェック制度については、メンタルヘルス分科会より導入の背景と今後の展開の説明があり、実務運用については活発な質疑があり関心の高さを伺わせました。

マイナンバー制度については、ビデオ視聴とともに株式会社エムシーオフィスの栗原先生より個人情報保護に関する講義、理解度テストをして頂き、個人情報の大切さや重要性について改めて理解を深めることが出来ました。

平成28年を見据えて新たな制度に対する取り組みを職員一同が再確認し、よりよい健診の提供を心に刻んだ一日となり、盛況のうちに終了しました。



産業保健フォーラム参加報告

2015年11月25日、ティアラこうとう（江東公会堂）にて「産業保健フォーラムIN TOKYO 2015」が開催されました（主催：東京労働局他）。本フォーラムは、労働者の心と体の健康保持・増進、労使における健康確保に関する意識の高揚等を目的として平成8年度より開催され、今年度で20回目を迎えました。

当会は後援団体の会員機関として第1回大会から実行委員を務めており、当日の健康測定コーナーも担当しています。

今年度のフォーラムは、労働安全衛生法の改正により施行されたストレスチェック制度に係る情報源となるよう、特別講演・事例発表・パネルディスカッションのいずれもメンタルヘルス対策・ストレスチェック導入をテーマにしたものとなりました。

当日は約1,000名の方が来場し、特別講演等が行われた大ホールでは参加者の方々が熱心に耳

を傾け、メモを取る方もおりました。

健康測定コーナーでは骨密度測定・内部被ばく測定・簡易体力測定・腰痛セルフチェック・健康相談を行い、多くの方に体験していただきました。各測定や健康相談を受けた方からは、「職場の健康管理と自分自身の健康について、改めて考え直す良い機会だった」との声も聞かれました。

今後も事業場の皆様の健康確保・労務管理の取り組みに役立つフォーラムの一員として協力していきたいと思っております。



医療情報

学校健診が変わる！？「座高測定」と「ぎょう虫検査」、そして「四肢の状態」

「学校保健安全法施行規則の一部を改正する省令」が平成26年4月30日に公布され、学校で行われる健康診断のうち、「座高測定」と「ぎょう虫検査」が平成28年4月1日より必須項目から削除されることとなりました。

そして、「四肢の状態」を必須項目として加えるとともに、四肢の形態及び発育並びに運動器の機能の状態に注意することを規定することが盛り込まれました。

なぜ必須項目から外れたのか？

「座高測定」は戦時中に内臓の発育等を確認するために始まり、戦後も上半身と下半身の長さのバランスを見ることで子供の発育状態が測定できるうえ、机や椅子の高さを決めるのにも役立つとして続けられていました。

文部科学省の有識者会議において、身長と体重のデータを活用すれば、座高は省略できると提言し、施行規則の一部が改正されました。

「ぎょう虫検査」においては、衛生環境の向上に伴い、子供の寄生虫感染率は激減し、過去10年の検出率は1%以下でした。

しかし、沖縄県など南の地域は今でも検出率が高いため、それらの地域においては、今後も検査の実施や衛生教育の徹底などを通して、引き続き寄生虫の対応に取り組む必要があります。

「四肢の状態」検査の対象となる生徒とは？

学校医がより効果的に健康診断を行うため、小学校、中学校、高等学校及び高等専門学校においては全学年（中等教育学校及び特別支援学校の小学部、中学部、高等部を含む）が対象となります。幼稚園及び大学においては必要と認められた方が対象となります。

学校の健康診断で関節や筋肉、骨などに異常がないかを調べる検査を導入し、健康課題の早期発見に努める方針です。

忙しい人ほど気をつけよう！突然やってくる「痛風」

「痛風」は突然、足の親指のつけ根などから激しい痛みが襲われ、わずかな風の感触でも激痛が走ります。なかには足の甲やアキレス腱のつけ根に痛みが起こることもあります。

「痛風」の原因とは

「痛風」は体内の新陳代謝によってできる尿酸の量によって起こります。尿酸の体内量はほぼ一定に保たれており、一日に作りだされた量とほぼ同量が毎日排泄されます。ところが、体内の尿酸量が増えてしまうと高尿酸血症になります。血液中に溶けきれない尿酸が結晶となって関節に沈着し、「痛風」の発作を起こします。

尿酸値が高いと「腎障害」「尿路結石」も…。

尿酸値が高いと必ずしも「痛風」になるわけで

はありません。尿酸値が高い方でも「痛風」を発症していない人も多くいます。

尿酸の結晶は、関節だけでなく腎臓にも沈着しやすいため、尿酸の結晶が腎臓内で徐々に蓄積されます。その結果、腎臓の機能を低下させる「腎障害」や、膀胱や尿道などの尿の通り道に結石が出来ると「尿路結石」にもなります。

健康診断で要チェック！！

毎年受ける健康診断で尿酸値を確認し、アルコール控えてバランスの良い食事、適度な運動、ストレスを溜めないことに意識し、必要であれば「忙しい」を理由にせず、かかりつけ医を受診しましょう。

労働衛生対策の歴史

半田有通 一般社団法人日本ボイラ協会事務局長 前厚生労働省労働基準局安全衛生部長

“有害業務対策に注目して”

労働衛生対策の始まり
～工場法の時代

現在の有害業務対策の基本は、三管理。即ち、産業環境管理、作業管理、そして健康管理である。過去を顧みて、ここに到る流れを概観してみたい。

労働保護行政の出発点というべき工場法が公布されたのは、明治44年3月。しかし、同法が施行されれば、生産性を損ない、我が国産業の衰退をもたらしかねないとの理由から、事業者からの反対や行政からの危惧が表明され、実際に施行されたのは、5年後の大正5年9月であった。

同法の主眼は、「事故防止」を念頭に置いた「安全対策」にあったようであるが、労働衛生行政も同時に始動した。

この時代、問題となったのは、深夜労働であり、長時間労働。工場法では、保護職工（15歳未満の者及び女子）の就業時間制限（一日12時間以内）、深夜業の禁止が規定されていた。今でいえば、「一般労働条件」であるが、当時は、こうした劣悪な労働条件が「亡国病」と恐れられた結核が蔓延する一因と捉えられており、その防止を念頭に置いた対策であった。

その後、昭和4年、工場法第13条に基づき、工場危害予防及び衛生規則（内務省令第24号）が公布され、工場医の選任、年1回の健康診断などが定められた。現在の産業医、一般健康診断の原型といってよいだろう。

では、いわゆる「有害業務対策」はどうか。鉛、水銀による中毒は古くから知られていた。鉱夫の間では、その症状から「よろけ」と呼ばれて恐れられていた病気があったが、文明開化、殖産興業

の進展に伴って、新たな「職業病」が登場してきた。

黄燐マッチ工場の燐中毒は、若い職工の顎の骨が腐ってしまうような、悲惨な症状を引き起こした。また蓄電池工場の少年工が鉛中毒で死亡する災害も発生した。

昭和に入って重工業化が進む中で、新たな職業病が問題となった。人絹（レーヨン）工場では、酸アルカリによる手の指の腐蝕症や結膜炎、角膜炎が発症した。さらに、二硫化炭素中毒による精神神経症も問題となった。

このような有害物対策としては、大正10年に公布された黄燐燐寸（オウリンマッチ）製造禁止法がある。これは、有害物質の使用を禁じた初めての法律であった。

先に述べた昭和4年の工場危害予防及び衛生規則では、工場医が健康診断を行う際には、職業病に留意することが定められたほか、有害物作業における防塵、防毒マスクのような呼吸用保護具、保護手袋の使用なども定められた。現在に至る、健康管理、作業管理の原型を見ることができる。

しかし、呼吸用保護具は、当初は、作業員にもなかなか受け入れられなかった。

予防対策とともに、不幸にして被災した労働者を救済する制度の整備も始まり、大正11年には、健康保険法が公布された。現在は、私傷病を救済する健康保険と労災を救済する労災保険に分かれているが、最初の健康保険法では、この二つは、ひとつの法律、制度の下に置かれていた。

この後、労働衛生対策は、戦時体制の下で停滯を余儀なくされるが、戦後、作業環境管理対策、健康管理対策が整備されていく。今回は、戦中、戦後の様子を見てみたい。

福島県内の避難指示解除区域における
個人被ばく線量測定

（公財）原子力安全研究協会では、「福島県内における住民の被ばく線量把握」に関する事業を環境省から受託し、帰還された住民の外部被ばく線量ならびに内部被ばく線量の測定を行っています。本事業は、帰還後の個人被ばく線量を把握し測定結果について丁寧に説明することにより、住民の方々のご自身の放射線被ばくについて理解した上で不安低減につなげて頂くことを目的としています。

このうち、ホールボディカウンタ（WBC）による内部被ばく線量の測定については、（一社）労働保健協会様のご多大なるご協力のもとに実施させて頂いています。福島県内の各自治体においてはWBC測定の体制が整備されているところですが、受診の順番が回ってこない、検査に行くにも遠くて足が確保できないといった声も聞かれたところでした。避難指示が解除された地域に車載型

のWBCを配備しての継続的なWBC測定は、労働保健協会様のご協力なくしてはなしえないものでした。おかげさまで、平成27年度は福島県川内村で1回（120名程度）、田村市で3回（各回20名程度）の測定を実施することができました。田村市では平成28年1月に4回目の測定を行う予定です。

田村市では2年間に渡り継続的に参加頂いている方も多く、次第に世間話など普段の暮らしぶりのお話もして頂けるようになりました。ご自宅に帰還できたことを嬉しそうにお話くださる方もいて、だんだんと震災前の生活に戻りつつあることが伺えます。しかしながら、同時に放射線に関する様々な疑問や不安、思いも合わせてお聞かせ頂けます。今後も、帰還した方々やこれから帰還を考えている方々の一助となるように、精一杯取り組んでいきたいと考えております。



車両搭載のホールボディカウンタ（FASTSCAN）
約2分間で、体内に残留している放射性物質の量を調べることができます

○杉浦 紳之（すぎうらの ぶゆき） 公益財団法人原子力安全研究協会理事

平成3年東京大学大学院医学系研究科修了（医学博士）、日本原子力研究所、東京大学、近畿大学、放射線医学総合研究所を経て、平成27年6月より現職。専門分野は放射線防護、放射線生物。福島事故直後に、政府の原子力災害対策本部の放射線アドバイザーとして福島に入る。以降、自治体職員、住民に対する放射線リスクコミュニケーション活動を継続している。

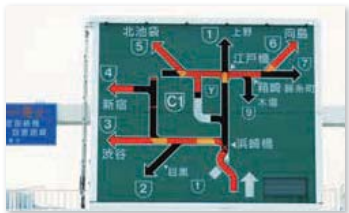
現場の風

『今日雨が降るなんて言っていたかなあ・・・受診用の傘も用意しなきゃ・・・』

早朝、ぶつぶつと呟きながら車で協会の駐車場へ向かう。

4時半に起きる事にはすっかり慣れたが、目覚めて時計を見る瞬間の緊張感にはやはり慣れない。6時から6時半は機材を積んだワゴン車やレントゲン車が出庫するピークだ。11m程もある大型車両を運転する事も珍しい事ではない。健診現場への到着が遅れる事は許されないという責任感の中、現場到着から健診開始までの道のりが頭の中を巡り、それは首都高の道路状況を示す看板のようだ。

あ、事故渋滞・・・ウソでしょ・・・。



今日の実施先の健診ご担当者様は必ず先頭で受診する。準備中、気が付くと受付の机に受診票がポンと置いてあり、受付を開始するとふらっと来られる。『ずるいなあ、職権乱用だろー。』と既に待っていた同僚の方々から文句を言われても『うるさい、何が悪い。』と笑顔で一喝。多分そうではない、先頭で受診する事によって、私共スタッフの対応や技量、受診順路等をご自身で最初に確認しておられるのだと私は思う。

お客様の元へお伺いして行う巡回健診はお客様のご協力があってこそ。

選ばれる健診機関になる為に、日々勉強と反省を重ね、今日も笑顔でお伺い致します。



健診部
小林健吾



新人研修

2015年度新人研修を11月6日・7日の2日間蓼科で行いました。今年度は10名を対象に就業規則・健診業務・各種法令規則・個人情報保護法・安全衛生教育と多岐にわたった研修内容でした。

はじめは慣れない講習に緊張していた新人達も、研修が進むにつれて、各講義が実践に即した、今自分達が本当に必要で身につけなければならない内容であると感じて熱心に聞き入っていました。最終日の最後に、受講した一人ずつが、これからの意気込みを力強く発表し、研修会を終えました。

受講者からは「今日の研修で得た事



を今後の自分の仕事に生かしてゆきたい」「改めて働く心構えを強くした」等の意見もあり、2日間を通して、健診機関の一員としての自覚を改めて強くした非常に有意義な研修でした。

渉外部の紹介

私ども渉外部は、外回りを主とした11名の渉外部員とその渉外部員を事務的に社内でする事務グループ5名の計16名で構成しています。

平均年齢は44歳ですが、皆ガッツあふれるグループです。

渉外部の業務は、新規のお客様へのプレゼンテーション、既存のお客様との打合せ、健診計画書の作成、健診結果・請求書の納品と大部分がお客様と向き合っの業務となりますので、日々緊張感を持って業務に従事しております。

健康診断の実施時期としては4～6月、9～11月がピークとなります。この時期は各担当間で健診日程の取り合いが始まります。各担当はお客様の希望に添った日程を押さえるため、昨年実績からおおよその日程を仮押さえし、お客様との打合せに臨みます。お客様には会議室等健診会場の予約調整等をお願いし、会場が決まった時点で日程決定となります。その後は健診当日を中心に受診者情報の授受、受診票納品日、結果報告書納品日等のスケジュール調整を行い、同時に健診内容の詳細の打合せが続きます。

事業所の総務の方と打ち合わせた内容が、正しく健診部の担当や情報管理部の担当に伝えられたか、又健診当日において、突発的な問題が起きてない

か、健診が終わるまで、気が抜けません。

健診が終了し、結果報告書納品を終えると一段落ですが、お客様は次年度に何を望んでいるのか、新しい提案は出来ないか等気持ちは来年の実施に向けてスタートしています。

健診に関する法律改正、予防のための新しい検査、時には流行の検査項目等も敏感に情報を集め、お客様に新しいご提案を行うために、何が重要かと考えている間に1年があつという間に過ぎていく、これが渉外マンの日常です。

私たちは、働く人の健康を守る、家族の健康を守る、子どもたちの健康を守る、そのために健康診断を気持ちよく受けただけの環境をご提供することを目標として日々精進しております。

これからもお客様に頼りにされる労働保健協会渉外部として頑張ります！



編集委員 大塚 益功・田村 節子・斉藤 淳一・土橋 圭・守屋 貴輝・板橋 良彰

A

今日から役立つ 健康クイズ



バナナに含まれるブドウ糖・果糖・ショ糖・でんぷんなどの糖質は、体内でエネルギーに変わる速さが異なるため、即効性と持続性を併せ持つ、優れた糖質の供給源と考えられています。消化しやすいブドウ糖・果糖は食べてすぐに、消化しにくいショ糖・でんぷんなどはゆっくりエネルギーに変わっていきます。つまり、バナナは長時間、エネルギー源になります。マラソンや登山といった、持久力を必要とする運動の前に食べておくと効果的です。