

健康ぐんま

第37号
KENKO-GUNMA
2005 Summer



「南牧の火とぼし」
写真提供/ひまわりの会 藤井稔栄

群馬県における地域リハビリテーションの推進 山口 晴保 | 2・3

ノロウイルスの食中毒(感染症) 長井 章 | 4・5

健康づくり実践市町村紹介【玉村町】 | 6・7

群馬のウォーキングコース【中之条町・大間々町】 | 8・9

子宮頸がん予防とヒトパピローマウイルス(HPV) 永山 雅之 | 10

健康づくり財団 健診・検査の実績 | 11

心身の健康づくり事業 | 12

楽しく学べるエコムーブ号 | 13

財団からのお知らせ | 14-16

地域リハ推進指針

平成15年8月には群馬県地域リハビリテーション協議会が立ち上がり、この調査結果を基に、「群馬県地域リハビリテーション推進指針」を策定しました。この推進指針では、地域リハ推進の基本方針として以下の4点を掲げました。

- 1 障害者や高齢者が必要なりハを提供され、地域住民の健康増進や介護予防に結びつくことを目的とする。
- 2 連携と支援の体制づくりとして、①各圏域の地域リハ推進協議会：圏域内のリハ関連機関や各種団体が連携し、リハ専門職・関連職が地域リハの理解を深め、協力する目的で、保健福祉事務所が中心となつて設置、②広域支援センター：地域リハ推進協議会の運営、講演会や実地指導などを交えたリハ専門職・関連職への支援、相談への対応、啓発活動などを行う、③県支援センター：広域支援センターの活動を後方支援するとともに、広域支援センター間の連携体制を整える、を設置する（図1）。
- 3 広域圏におけるリハ専門職を有する施設を地域リハ支援施設とし、広域支援センターとともに支援活動を展開し、地域に根ざした協力体制を確立する。
- 4 できるところから始め、順次拡大を図る。

各地域での活動

この推進指針に基づき、平成16年10月より県および広域支援センターが指定され、地域での活動が始まりました（図2）。群馬県には他県にあるような県総合リハビリテーションセンターがないので、群馬リハネットが県支援センターに指定さ

れ、群馬大学医学部保健学科に本拠地を置いて、講師バンクづくりなどの活動を始めています。

他県では広域支援センターを単一の病院が引き受けて域内で孤軍奮闘になる例が見られますが、本県では、藤岡圏域が、「多野藤岡地域リハビリ研究会」という団体が広域支援センターを運営しているように、圏域内の病院・老健施設・保健福祉事務所・市町村などが一体となって連携を深めています。また、伊勢崎圏域は「伊勢崎佐波医師会」が指定を受け、圏域内の二つのリハ病院が協力して事業を展開しています。単独施設を指定した圏域でも、保健福祉事務所や地区医師会などと連携して、圏域内の協力体制を整えながら活動を始めていますので、孤軍奮闘はありません。なお、未指定の3圏域については平成17年度の指定を目指しています。

各広域支援センターでは、圏域内のリハ専門職や訪問看護・通所介護などに関わるスタッフなど、リハ関連職への講演や実地指導を企画・実施しています（参加無料）。また実地指導なども行いますので、支援のリクエストを各支援センターにお寄せ下さい。

群馬リハネット

URL <http://www.grn-net.com/>



図2 群馬県の地域リハビリテーション支援センター

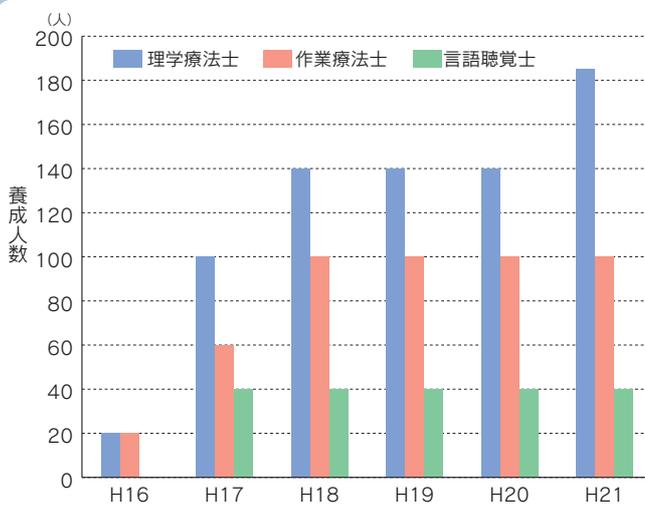


図3 群馬県のリハ専門職養成状況（各年4月の卒業予定者数）

●ノロウイルスにより7人死亡

昨年、広島県福山市の特別養護老人ホームの入所者7名が、死亡するという痛ましい事故が発生しました。その原因を調べたところ、あまりなじみのない「ノロウイルス（以下NVという）」が入所者12人中9人から検出されました。その後、各地で発生が続き大きな社会問題に発展したことは記憶に新しいところですが、平成16年の原因別食中毒患者数（図1）でもトップを示しています。

このNVは、古くはSRSSV（小型球形ウイルス）と呼ばれた食中毒起因ウイルスです。法が改正する以前は原因不明の食中毒事件として扱われていた事もあります。

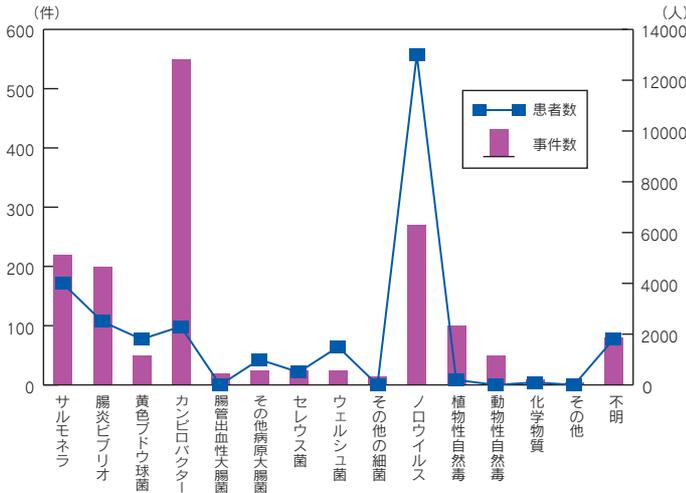


図1 食中毒の原因 (H16 全国)

ノロウイルスの食中毒(感染症)

群馬県保健・福祉・食品局 食品安全会議事務局
食品監視課長 長井 章

●NVで特筆すべきこと

ウイルスによる人の胃腸炎には、ロタウイルス、アデノウイルス、NV、コロナウイルス等が知られていますが、特にNVに際だつ事と言えば、①少量のウイルス(100個以下)でも感染が起き得ること。②少量でも感染力が強いので、感染した人の便、嘔吐物から直接感染する可能性はもちろんのこと、手指、下着類、触れたドアノブ等からの間接的な感染も考えられます。③NVの遺伝子は簡単に変異するので、人から人へ感染しながら変異し、微妙に異なつたウイルスが、同時多発的に感染を拡大してい

●カキが犯人なのか?

NVは、人の腸以外では増えないと言われてます。では、なぜ二枚貝等(カキ等)が犯人扱いを受けるのでしょうか。人の腸管で増殖したNV(水様便中に、約10億個程度排出)は、便とともに下水・河川・海へと流れて行きます。二枚貝等は、プランクトンを捕食するため、大量の海水を体の中に取り込み過剰しており、NVもこの時取り込まれ(濃縮されるのみで増えない)、これを人が食べ、また同じサイクルを連綿と繰り返すわけです。従って、カキ等二枚貝が生息する海域がNVでどれだけ汚染されているかで体内のウイルス量も変わってきます。

くということになり、このことから、なかなか効果的なワクチンが作りにくく、予防が難しいと言つことになります。④症状(嘔吐下痢)が消えても2週間位、ウイルスを便中に排出することが考えられます。症状の消えた人でも、その感染力は依然として持続していることになります。⑤下痢の症状が無くてもウイルスを便中に排出している事が考えられるので、常に感染の危険性があります。⑥消毒用アルコールや逆性石けんでは、殺滅できませんし、低温でも生き続けられることから、感染防御の面で細心の注意が必要になります。加熱処理する際には、食品の中心温度を85℃で1分以上する必要がありま。吐物や便の処理は、次亜塩素酸ナトリウム液(塩素濃度1,000ppm、市販の10%次亜塩素酸ナトリウム100倍希釈液)で5、10分間浸すことが必要です。NVに効果的な一般に入手できる薬剤としては台所用塩素系漂白剤(次亜塩素酸Naと界面活性剤の混液・塩素濃度200ppm程度)があげられます。

す。ですから、貝は、ある意味では被害者でもあるわけです。

● **感染経路は、水、食品からだけでなく人から人への感染に**

感染様式としては①二枚貝等の貝類の生食②便等による食品への二次汚染③人から人への感染等が考えられますが、感染様式の主流は、世界的に食物・水系によるものから人から人への感染へと移行しているとも言われています(図2)。日本においては、食中毒としてのNV対策が主流となつていますが、今後は、集団居住施設(老人ホーム等)や病院等の健康面で一層



図2 ノロウイルスの感染経路

のケアが必要な方たちに対する配慮が必要と思われ、この事からも施設の特長性を考慮した感染拡大防止策等の検討が必須と考えます。

なお、興味のある方は、アメリカにおける特別養護老人ホーム等のコンドミニアム体制に関するマニユアル「特別養護老人ホーム等長期滞在型ケア施設の管理マニユアル」
http://www.cdph.state.co.us/hf/download/Norovirus_guidelines.pdf をご覧下さい。

● **即効的な治療法は？**

NVに感染後、発症までには、約24〜48時間かかるようですが、約50%の人に嘔吐がみられ、下痢・腹痛等の症状もありますが、発熱は軽度です。NVの即効的な治療法やワクチンはありません。休養と整腸による体外排出と脱水症状を改善するための水分補給に頼っているのが実情かと思われます。

● **終わりに**

昔からの食習慣、言い伝えから、夏場にカキを食べる風習はありませんでした。このおかげかどうか疑わしいのですが、夏場にはカキが原因と思われるNVによる食中毒の発生はほとんど見られておりません(図3)。しかし、現実には通年にわたってNVは二枚貝に存在しています。従って、NVによる人への感染の危険性は季節を問わずある事になります。特筆すべきは、冬場にNVによると思われる感染性胃腸炎が多発している事で、この事はとりもなおさず人の生食文化の問題にあると言えましよう。

こんな事から付け加えてお話をするならば、調理関係者のもとより、カキ好きの人たちには、そのリスクを承知の上での調理、喫食すべきだ

と申し上げたいと思います。

また、人から人への感染を考えた場合、カキ等の食品も汚染源の一つですが、症状の無い感染者によるNV汚染がより問題となり、年間を通して発生する危険性が生じていますので、長期滞在型ケア施設や集団給食施設等においては、従事者一人ひとりが健康に留意し、万一、嘔吐・下痢症状が生じた場合、または症状がおさまった後もNVを排出している可能性を考え、慎重に行動することが、感染拡大を防ぐ唯一の手だてであることを認識すべきだと思います。また、正しい手洗いの励行、マスク、使い捨て手袋の使用・着用をはじめとした基本事項は無論のこと、入所者等への配慮、汚物の適正処理、外来者のチェック等々をはじめ、自主的に検査機関での定期的なウイルス検査を受検する事も考慮すべきと考えます。

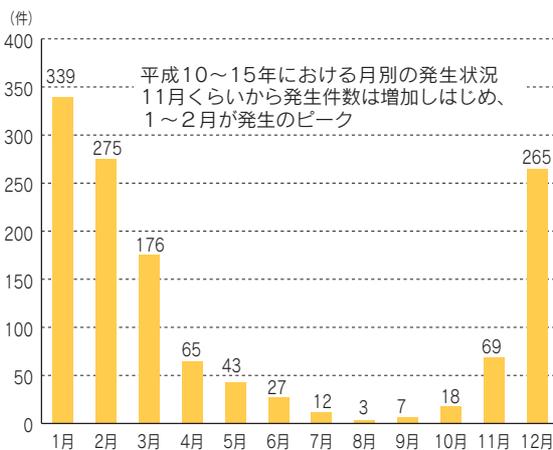


図3 平成10~15年全国における月別のノロウイルス食中毒発生状況

用語解説

* **ノロウイルス(NV)**

1968年にアメリカのオハイオ州Norwalkで発見され、ノーウォークウイルスと呼ばれた。2002年に国際ウイルス学会の分類委員会でノロウイルスという新たな属名で呼ぶことが決定されたが、その名前の由来はNorwalkの最初の3文字に複合語を作る場合に使われる連結辞0によりVirusと結びつけひとつにしたものである。

玉村町



町の花【バラ】

ひとり いち 一人スポーツで 健康なまちづくり



玉村町は、群馬県の南端で、東西のほぼ中央に位置し、本県の主要都市である前橋、高崎、伊勢崎、藤岡市に囲まれています。近郊都市への通勤圏になっているため、ベッドタウンとして若い世代の人口が多く、数年前までは出生率や年少人口割合が県下で最も高く、一番若い町と言われてきました。しかし、平成15年度の出生率9.6、高齢化率12.1で玉村町でも、徐々に少子高齢化が進んでおります。今年1月に同じ伊勢崎管内だった伊勢崎市、境町、赤堀町、東村が合併し、新伊勢崎市が誕生しましたが、わが玉村町は当面自律でいくことになりました。今後、自律で町を支えていくためにも、町民一人ひとりが健康で長生きができるように、今年度「はつらつ玉村21」を策定し健康づくりに取り組んでいきます。



▲パパママ教室

少子化対策 こうのとり助成事業

玉村町では、少子化対策の一環として、平成16年度より不妊治療を受けている夫婦を対象に、その治療費の一部を助成する事業を行っております。さらに、不妊治療による精神的負担を軽減するために、助産師による相談や訪問も実施しております。

事業を開始してから、すでに28件の申請がありました。今後も多くの方に利用してもらうため、事業の周知に努めていきます。

おとうさん！子育てヨロシク！パパママ教室

母親学級に来るほとんどの家庭が核家族で、しかも実家が町外の人が多く、一番身近な子

育ての協力者はおとうさんです。そこで、町では母親学級の受講者に夫婦で参加してもらってパパママ教室を開催しております。妊婦体験、沐浴、マッサージュ法など将来のパパが実習しています。若い夫婦のほのぼのとした表情に我々スタッフも思わず笑顔がこぼれてしまいます。

「はつらつ玉村21」策定中です！

21世紀に向け、玉村町民が健康でいきいきとした生活が送れるように「はつらつ玉村21」を策定します。策定に先がけて、昨年度、20～60歳代の男女1,200人を対象にアンケート調査を実施しました。今年度はそのアンケート結果等をもとに、関係団体の代表や一般町民からなる「はつらつ玉村21」策定懇談会を設置し、「栄養・食生活・歯の健康」「身体活動・運動」「たばこ・循環器・がん」の3つの専門部会に分かれて協議し、町民だれでも、すぐ実行できる計画を策定していくつもりです。

元気に長生き 筋力向上トレーニング・機能訓練

国による今年度の介護保険制度改革では、「新予防給付」「地域支援事業」を創設し、予防重視型システムへの転換を図るとされ、介護予防事業の重要性が指摘されております。

玉村町でも、介護予防事業実施への要望が高まり、群馬大学医学部保健学科の指導・協力のもとに、「高齢者筋力向上トレーニング事



▲高齢者筋力向上トレーニング

業」を開始しました。まず、長寿会の合同研修会で、転倒骨折予防について、群馬大学の遠藤先生に講演をしていただきました。その後、「筋力向上トレーニング教室」の参加者を募集しましたところ、申し込みが多数あり、今年度は、老人福祉センター、保健センター、公民館の3か所で実施することになりました。また歯科衛生士による「口腔ケア」や栄養士による「低栄養」についての講話も行っています。

さらに、高齢者の閉じこもりを防ぐために、平成11年度より各地区公民館を会場に機能訓練事業を開催しております。作業療法士による体操や歯科衛生士の口腔指導、参加者全員で遊びリレーションや手芸等を行い、毎回笑い声につまれています。



▲機能訓練

「ふれあい朝市」に参加 玉村町食生活改善推進協議会

正しい食習慣、バランスのとれた食事は、毎日健康に過ごすための基本です。全国的に組織されている食生活改善推進協議会（以下「食改推」という。）では、地域住民の健康づくりの推進を図るため、「私たちの健康は私たちの手で」を合い言葉に、健康の基本である食生活の改善を主なテーマとして活動しています。

玉村町食改推でも、「親子の楽しい料理教室」、「シルバーヘルシー講座」、「お正月料理講習会」などを実施し、会で学んだことを、料理をおして住民の方々へ伝達しています。



▲ふれあい朝市

また、その他にも様々なボランティア活動を行っています。その活動のひとつが「朝市」への参加です。町では地場産野菜を普及させ、消費者が安心できる農産物及び加工品を供給するため、生産者が直接、消費者へ販売を行う「ふれあい朝市」を開催しています。

最近では、様々な健康効果が注目されている豆乳を使った「豆乳ソーダ」の無料配布を行いました。5月に行われた朝市は多くの来場者でにぎわい、食改推の「豆乳ソーダ」は飲みやすいと好評をいただきました。

これからも食改推は、地域の人々に正しい食習慣が定着し、毎日を健康に過ごせることを目指し、ボランティア活動を続けていきます。

文責◆玉村町保健福祉課
保健推進係長 原田清子

今号では夏から秋にかけての県内ウォーキングコースを2か所紹介します。
 今回のコースは歴史に刻まれ温泉の街として知られる中之条町と、豊かな自然と
 観光地に人々が行き交う大間々町です。
 自然の美しさを楽しみながら、無理せず、マイペースで歩いてみましょう。

群馬の

ウォーキングコース Walking Course

中之条町

少し足を伸ばしてみませんか…
 四万温泉・沢渡温泉でひと息

<四万温泉の由来>

平安時代、源頼光の家臣・日向守定光が四万の山奥で読経を続けると、夢枕に立った童子に、「私は山の神だ。おまえの誠さに心を打たれたので、四万（よんまん）の病を治す霊薬を与えよう」と告げられ、そのおかげどおり湯が沸き出したのが四万の始まりといわれている。湯量は豊富で飲みば胃腸によく、入ると肌にいいといわれる。

<沢渡温泉>

湯治場としての歴史が古く、昔は暮坂峠を越えて草津へ通ずる要路であったことから「草津の仕上げ湯」といわれ多くの著名人も訪れた風光明媚な温泉。「一浴玉の肌となる美人の湯」ともいわれる。

ウォーキングコース 合計2時間15分



①中之条町歴史民族資料館



③ふるさと公園たけやま



②親都(ちかと)神社



④ J A 沢田薬王園

①中之条町歴史民族資料館

本館は明治18年に開校した吾妻第三小学校舎。中之条町を中心とした温泉・民族・教育・自然などの資料6,000点あまりが展示されている。
 TEL 0279 (75) 1922
 (入館料 大人200円、小・中学生100円)

②親都(ちかと)神社

中之条町のシンボルといわれる高山の南ふもとにある神社。県指定天然記念物でもある大ケヤキは神社の御神木で、県下第二位の巨木。

③ふるさと公園たけやま

そば打ち体験施設「たけやま」では地元産のそば粉だけを使用した本格的なそば打ちが体験できる。
 【申込先 TEL 0279 (75) 7280 要予約】
 たけやま登山散策もおすすめ(約2時間)
 高山は吾妻八景のひとつで、山頂の天狗からの眺望は素晴らしい。下山したらそば処「けやき」でそばを食べながらゆっくり休むこともできる。
 TEL 0279 (75) 7021

④ J A 沢田薬王園

自然と健康をテーマとした薬草と漢方薬のリフレッシュパーク。薬王館・ハーブ館・薬膳レストランや様々な工房がある。
 TEL 0279 (75) 7111
 (3月~12月20日営業 入園料 大人800円 こども400円 冬期料金あり)

⑤沢田農協農産物直売所

中之条のとれたて新鮮野菜や、地元の様々な名産品が販売されている。
 TEL 0279 (75) 1204

Walking Course



⑥貴船神社

①わたらせ渓谷鐵道大間々駅

渡良瀬川沿いに走る全長44kmの渓谷鐵道。春から秋にかけて、週末を中心にトロッコ列車（臨時列車）を1日1往復運転している。

②ながめ公園・ながめ余興場

秋には関東菊花大会が開催され、全国でもトップクラスの盆栽菊、菊人形などが鮮やかに咲き誇る。ながめ余興場は昭和12年に建てられた芝居小屋で大衆文化の香りを今日に残す。（菊花大会 平成17年10月25日～11月24日開催）

③はねたき橋

高津戸峡の水と緑を眺めながらのんびり遊歩道を歩く。はねたき橋から臨む渓谷は絶景。美しい紅葉の名所としても知られる。

④庚申塔及び大日如来像

この庚申塔は北関東で2番目に古い。大日如来の姿に心が和む。

⑤小平の里

小平鍾乳洞を中心にキャンプ場、親水公園、湿性植物園、陶房、工房など子どもから大人まで自然とふれあい楽しめるスポットが多数ある。

⑥貴船神社

平安時代に関東がひどい干ばつに襲われたとき、京都の貴船神社の祭神が水の神様タカオカミ神で、その分霊を奉り降雨と五穀豊穡を祈願したところ、かなえられたので関東平野の最北端、渡良瀬川流域の山地に祭られ、江戸時代に現在地に建立されたといわれる。現在は、諸願成就の神とされ県内外より多くの参拝者が訪れる。



③はねたき橋



④庚申塔及び大日如来像



⑤小平の里



②ながめ公園・ながめ余興場

ウォーキングコース 合計 3時間55分

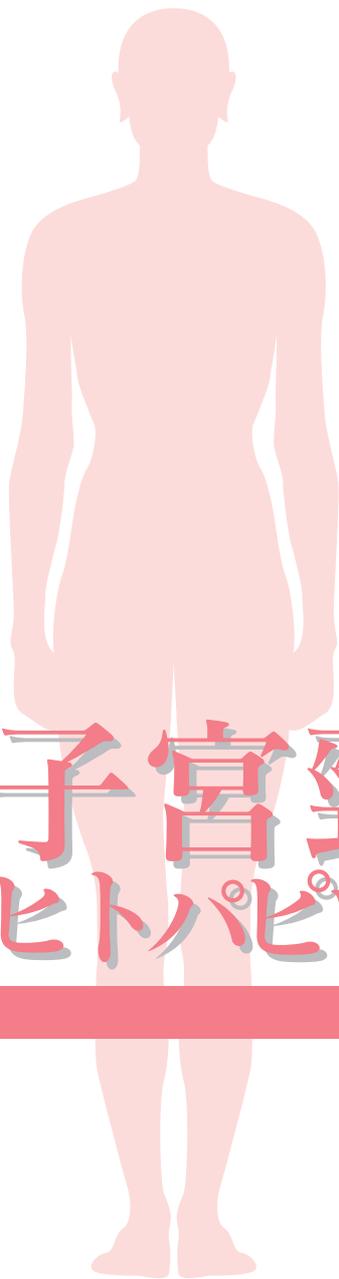
ポイント	距離	所要時間
① わたらせ渓谷鐵道大間々駅	0.5 km	10分
② ながめ公園	0.6 km	10分
③ はねたき橋	3.3 km	50分
④ 庚申塔及び大日如来像	2.2 km	35分
⑤ 小平の里	6.7 km	105分
⑥ 貴船神社	1.2 km	25分
わたらせ渓谷鐵道上神梅駅 (鐵道で戻る)	-	-
合計	14.5 km	215分 (3時間55分)

日本ウォーキング協会公認
「美しい日本の歩きたくなるみち500選」
町内循環バスで大間々駅まで戻れます。
資料請求：大間々町産業観光課へ
TEL 0277 (73) 2914

群馬の

ウォーキングコース Walking Course

大間々町



子宮がんは、子宮頸部にできる頸がんと体部にできる体がんに分けられます。80～90%は頸がんで、以前は40～50歳代に多かったのですが、近年20～30歳代の若年者で増加傾向を示しています。これは、性感染症の一つであるHPV(ヒトパピローマウイルス)が子宮頸がんの発生に関与していることがわかり、若年者の活発な性行動や初交年齢の低下と共に性感染症が増加しており、HPV感染も増加し、子宮頸がんが増えてきたと考えられます。HPVは性行為によって感染する可能性のある非常にありふれたウイルスで、子宮頸部上皮細胞に感染します。大部分のHPV感染者は無症状であり、平均18か月で約90%が自然消滅しますが、消滅せず、高危険群のHPV持続感染者の一部の人が子宮頸がんになります。

HPVの陽性率は年齢によって異なり、30歳までに高く(16～24%)加齢と共に減少する報告が多いようです。さらに50歳以上に再び増加するという報告もあります。群馬県内では、若年者(10代後半～20代前半)で約30%にHPV感染が認められたという報告があります。HPVは悪性度で大きく3つに分類されます。高危険群、中間群、低危険群で、それぞれに多くの型があり高危険群の一部が子宮頸がんになるわけです。最近、HPVの自己採取による検診ができるようになり、医療

子宮頸がん予防とヒトパピローマウイルス(HPV)

群馬県医師会理事 永山雅之

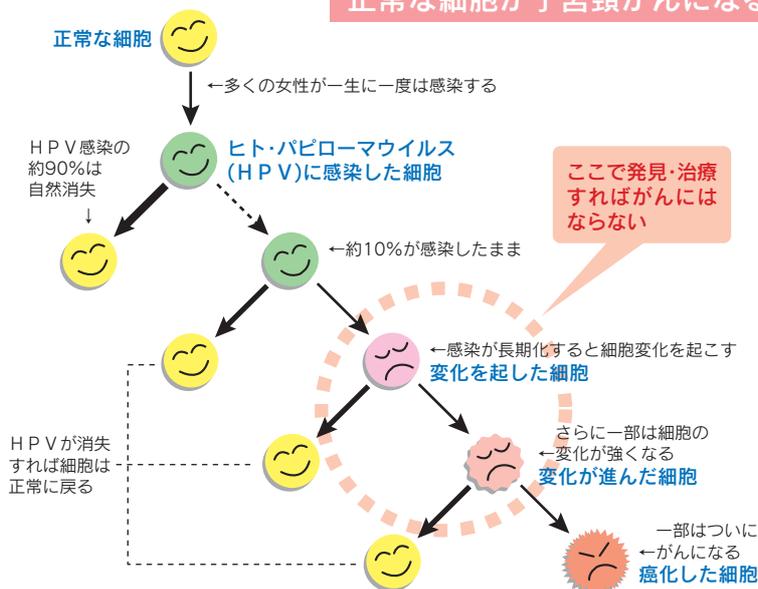
機関を受診しなくてもHPV感染の有無を知ることができるようになってきました。これにより若い女性を中心とした子宮がん検診を受けたがらない人たちには極めて有効であるかもしれません。しかし、子宮がんを見つける最適な方法は、現在行われている細胞診による子宮がん検診です。

日本では欧米に比べ子宮がん検診の受診率が極めて低く約20～30%で欧米の80～90%を大きく下回っています。

群馬県内でも平成17年度から厚生労働省の通達により子宮がん検診の制度が変わりました。HPVの関係もあり、受診可能年齢が20歳に引き下げられたことは評価されますが、検診の受診間隔が基本的に1年おきになってしまいました。市町村によっては毎年受診できるところもあります。

本当に女性の健康、少子化問題を考えた場合、群馬県内すべての市町村で、20歳以上の女性が毎年子宮がん検診を受けられることが強く望まれます。

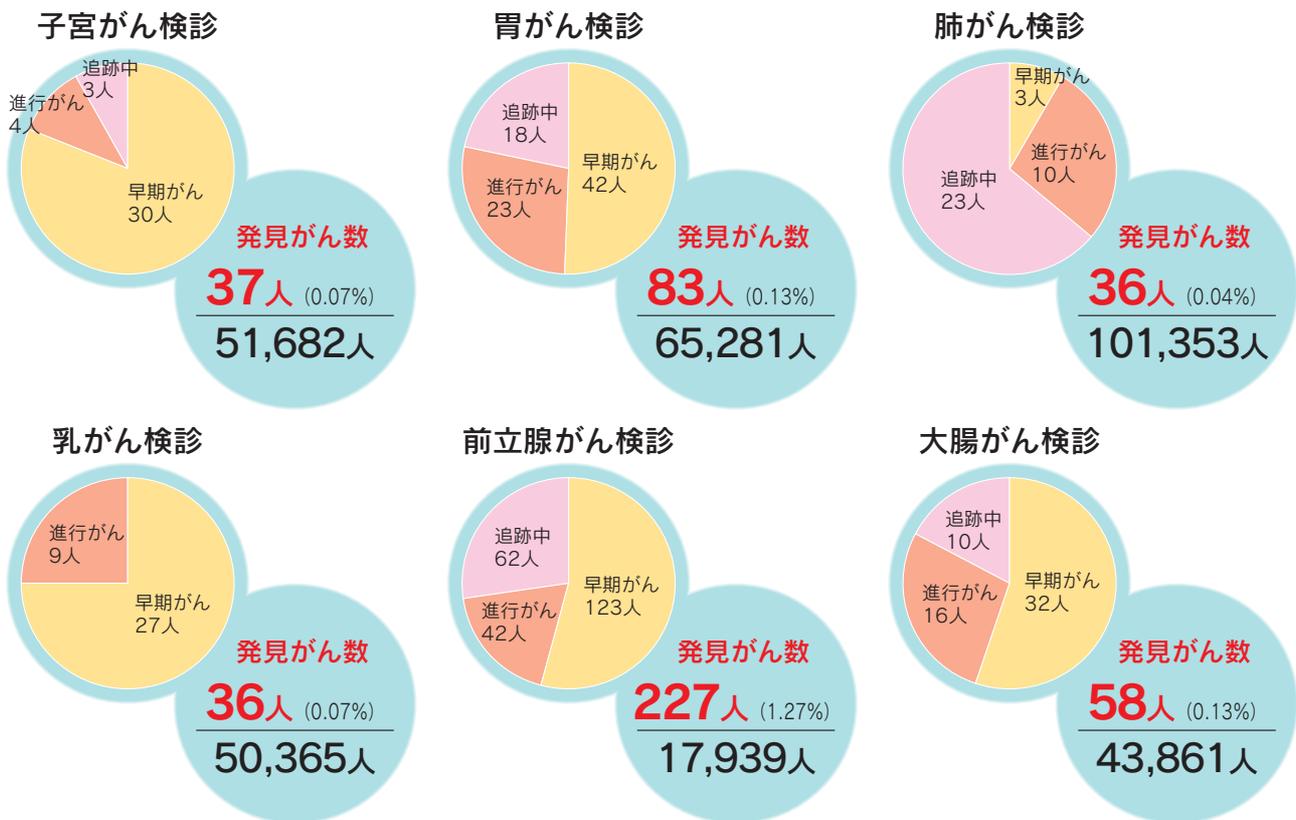
正常な細胞が子宮頸がんになるまで



健康づくり財団 健診・検査の実績

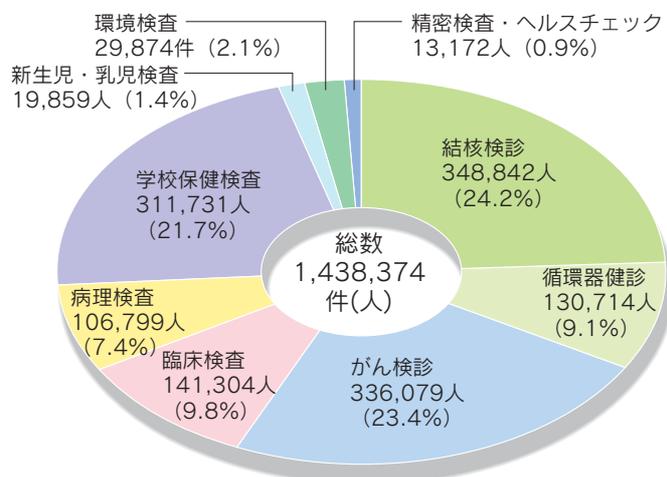


1 平成15年度実施がん検診における「発見がん」の状況 (平成17年6月現在)



2 平成16年度健診・検査数とその内訳

※骨密度検診は、便宜上循環器検診に含む
 ※環境検査は、食品・水質・肥料等の検査



心身の健康づくり事業

利根川のほとり

きのふまた身を投げんと思ひて
利根川のほとりをさまよひしが

水の流ればやくして

わがなげきせきとむるすべもなければ

おめおめと生きながらへて

今日もまた河原に來り石投げてあそびくらしつ。

きのふけふ

ある甲斐もなきわが身をばかくばかりいとと思ふうれしさ

たれかは殺すとすものぞ

抱きしめて抱きしめてこそ泣くべかりけれ。

（秋原 朔太郎 純情小曲集）



詩人は、嘆き、悩みの深さを「水の流れ早くし」と詩ひ、
「心にも止まりなことを」

「わがなげきせきとむるすべもなければ」と詩っています。

現代のストレス社会において、自身のストレスに気づくことが「セルフケア」に
せき止めるための支援が「ラインによるケア」に通じるものでしょうか。

心の健康について、考えてみませんか。

健康づくり財団では、健康診断を通じて県民の皆様の健康増進のための活動を展開してまいりました。

昨今、メンタルヘルス対策が重要視されてきており、財団では健康診断で培った早期発見・早期治療の理念を活かしたメンタルヘルス事業の検討を行ってまいりました。

この度、実施内容が決まり、平成17年6月から事業を開始しました。

この事業は「心」の問題を特異なものとするのではなく、定期健康診断や保健指導事業などの機会を活用し、早めのスクリーニング、専門機関とのネットワーク化を重視したしくみをつくって心身の健康づくりを支援するものです。

当然のことですが、プライバシー保護対策には万全を期しております。

また、一般県民の皆様のご個別カウンセリング利用もお受けいたします。

「心身の健康づくり事業専門委員会」委員名簿

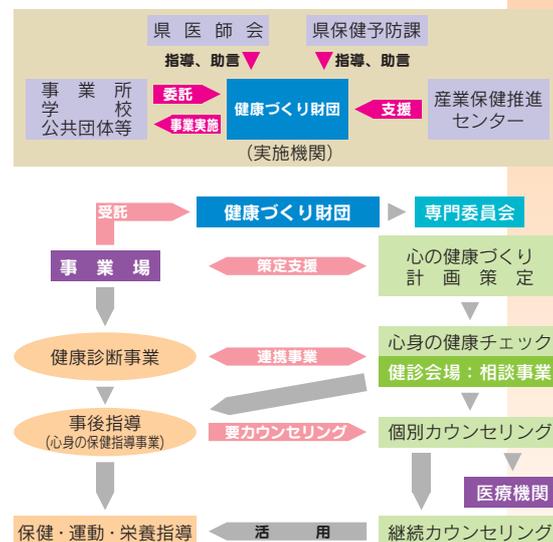
No	氏名	所属
1	鈴木 庄 亮	群馬産業保健推進センター所長
2	真 下 延 男	群馬県医師会産業保健担当理事
3	小山 洋	群馬大学医学部生態情報学教授
4	椎 原 康 史	保健学科教授
5	真 鍋 重 夫	群馬県保健・福祉・食品局保健予防課長
6	赤 田 卓志朗	群馬県こころの健康センター部長
7	荒 木 秀 子	産業カウンセラー
8	岡 英 夫	健康づくり財団常務理事・事務局長
9	今 井 貴 子	理事・診療部長
10	國 谷 敏 男	集検事業部長
11	中 沢 フクエ	診療部副部長

【オブザーバー】

1	井 上 健	群馬労働局労働基準部安全衛生課長
2	黨 邦 男	安全衛生専門官

お問い合わせ先 集検事業部 計画調整課
TEL 027 (269) 7814

《事業全体図》



みて!

さわって!

楽しく学べる エコムーブ号

群馬県環境政策課

群馬県では、小中学校の環境学習や地域のイベントに環境学習器材を搭載したトラック「エコムーブ号」をご利用していただいております。



～動く環境教室の様子～

近所の川や池の水はどのくらい汚れているのかな?そんな疑問を解消するために、子どもたちの前には、実際に採取した水がビーカーに入って並んでいます。子どもたちは、COD*パックテストのチューブの中にビーカーの水を吸い上げ、よく振り、決められた時間を待ちます。

「色が変わったら、カードの見本の色と比べてみてください。数値が大きいほど汚れています。」と、環境学習サポーターが説明を行います。

河川の汚れの原因の約50%は生活排水といわれています。水の汚れを調べる実験はこのこと子どもたちが気づき、川を汚さないためにはどう行動したらよいかを考える実験です。



*CODとは
化学的酸素要求量
(Chemical Oxygen Demand)の略で、
水の汚れの度合いを
表す値として用
いられる。

エコムーブ号の利用や動く環境教室のお申し込みは、
群馬県環境政策課内の環境サポートセンター
TEL 027 (226) 2818 で受け付けております。

エコムーブ号とは

平成13年度に財団法人日本宝くじ協会の助成により、群馬県内における環境教育の推進を目的に導入されました。「エコムーブ号」という名前と側面に描かれている絵は県民の方から募集して決定しました。車両自体も環境に配慮し、ガソリンや軽油よりも排気ガス中の二酸化炭素が2割程度少ない天然ガスを燃料としています。

さらに自然エネルギーを学習するため、屋根の上に太陽光発電パネルを設置し、発電した電気は蓄電池に蓄えられ、器材の補助電源として活用します。

動く環境教室

エコムーブ号の実験器材を使い、体験していただくプログラムを「動く環境教室」といいます。水・大気・ごみ・地球温暖化に関するプログラムがあり、昨年度は、小中学校の授業を中心に63回ご利用いただきました。費用は全て県の負担となっており、講師は研修を受け、県に登録していただいた環境学習サポーターが担当します。クラス単位や学年単位など、受講者の人数に応じて、派遣するサポーターを決定しますので、全ての受講者が実験に参加できるように配慮します。

健康まつり等への協力事業実施報告

各市町村

当財団では、市町村等が実施する健康まつり等催し物への協力事業を実施しています。昨年度の実施状況は次のとおりです。各種検査以外に、体脂肪計、乳がん触診モデル、骨粗しょう症モデル、パネル等の貸し出しも行っています。16年度からは、タッチパネル式で簡単に「脳の活用度」をチェックできる脳年齢計を導入し、御利用いただいています。



平成16年度 市町村協力事業実施状況

実施主体	月 日	検 査 項 目 (実施件数)
洪川市	平成16年8月29日(日)	骨密度検査 (139) / アルコール体質判定 (98) / 鉄分チェック (191)
境町	9月 4日(土)	鉄分チェック (101)
沼田市	10月 3日(日)	鉄分チェック (243) / 視力検査 (275)
藪塚本町	10月 3日(日)	視力検査 (132) / アルコール体質判定 (103)
館林市	10月11日(祝)	鉄分チェック (187) / 視力検査 (179)
子持村	10月17日(日)	視力検査 (75)
桐生市	10月17日(日)	鉄分チェック (493)
	10月18日(月)	
安中市	10月17日(日)	視力検査 (95) / 骨密度検査 (100)
高崎市	10月22日(金)	鉄分チェック (67)
松井田町	10月24日(日)	鉄分チェック (104) / アルコール体質判定 (88)
新治村	10月27日(水)	骨密度検査 (20)
大胡町	10月30日(土)	鉄分チェック (84) / 視力検査 (74)
箕郷町	10月31日(日)	鉄分チェック (115) / 骨密度検査 (149)
水上町	11月 3日(祝)	脳年齢計 (76)
宮城村	11月 3日(祝)	鉄分チェック (134) / 血圧測定 (134)
新里村	11月 6日(土)	鉄分チェック (146)
明和町	11月 7日(日)	鉄分チェック (98) 骨密度検査 (102)
中之条町	11月 7日(日)	脳年齢計 (45)
粕川村	11月 7日(日)	視力検査 (171)
千代田町	11月14日(日)	鉄分チェック (159)
新町	11月14日(日)	視力検査 (65) / アルコール体質判定 (63)
大間々町	11月14日(日)	脳年齢計 (62) アルコール体質判定 (45)
玉村町	11月21日(日)	鉄分チェック (125)
大泉町	11月21日(日)	骨密度検査 (102)
尾島町	11月21日(日)	視力検査 (121) / アルコール体質判定 (133)
榛名町	11月23日(祝)	鉄分チェック (141) / 脳年齢計 (54)
妙義町	平成17年2月11日(祝)	鉄分チェック (89) / 骨密度検査 (132)
富士見村	3月13日(日)	鉄分チェック (94) / 脳年齢計 (68)

合計 29日 28団体 検査等実施件数 5,471件

平成17年度協力事業の御案内

各市町村

今年度も血圧測定や血液中のヘモグロビン量測定など、協力事業を継続して実施します。

※詳しくは 業務部業務推進課 TEL 027 (269) 7812

あなたの
ウエスト
サイズは？

【メタボリック シンドローム】とは

「肥満症」、「高血圧」、「糖尿病」、「高脂血症」などは生活習慣病と呼ばれ動脈硬化の危険因子です。これらの危険因子が重複すると、かつては「死の四重奏」といわれ、心血管病(脳卒中、心筋梗塞など)の危険が極めて高く「メタボリックシンドローム」とよばれます。

近年、これらの危険因子は偶然に重なったものではなく、その上流に飽食と運動不足などによる内臓脂肪の蓄積という共通の基盤があることが明らかになってきました。

「肥満」には脂肪蓄積の部位によって「皮下脂肪型肥満」と「内臓脂肪型肥満」の2つのタイプがあり、「内臓脂肪型肥満」が生活習慣病とより関係が深いことが知られています。

本年4月の日本内科学会で発表されたメタボリックシンドロームの診断基準を表に示します。ウエスト周囲径で判定する内臓脂肪の蓄積を鍵とし、運動や食事など、内臓脂肪を減少させるための生活習慣の改善を積極的に行うことで、生活習慣病を予防しようという意図を明確にしました。

(財)群馬県健康づくり財団
胸部疾患専門医 湯浅 和男

メタボリックシンドロームの診断基準

内臓脂肪(腹腔内脂肪)蓄積

ウエスト周囲径 男性 ≥ 85 cm
女性 ≥ 90 cm

(内臓脂肪面積 男女とも $\geq 100\text{cm}^2$ に相当)

上記に加え以下のうち2項目以上

高トリグリセライド血症	$\geq 150\text{mg/dl}$
かつ/または	
低HDLコレステロール血症	$< 40\text{mg/dl}$
	男女とも
収縮期血圧	$\geq 130\text{mmHg}$
かつ/または	
拡張期血圧	$\geq 85\text{mmHg}$
空腹時高血糖	$\geq 110\text{mg/dl}$

がん電話相談を 実施します

ひまわりの会

がん克服者の会「ひまわりの会」によるがん電話相談を実施します。

相談日：平成17年9月14日(水)～16日(金)
10時～15時

対象者：がんに対して不安を持っている方、
または家族等

相談に応ずる者：ひまわりの会会員、医師、
保健師、看護師等

相談内容：療養上や術後の経過等、日常生活に
対する不安を持つ相談者にアドバイスを行います。

TEL 027 (264) 0026
027 (264) 0027 直通
(実施期間のみ設置します)

※詳しくは 業務部業務推進課
TEL 027 (269) 7812

第5回 がんを克服した 人たちの作品展 を開催します

県庁 県民ホール

これまでも好評をいただいております、「ひまわりの会」会員による作品展を開催します。絵画・写真・書道・工芸品・洋裁・模型・能面など、様々なジャンルの作品を展示する予定です。

日時：平成17年10月4日(火)～5日(水)、
(4日は10時～17時、
5日は10時～15時まで)

場所：群馬県庁1階 県民ホール南側

※詳しくは 業務部業務推進課
TEL 027 (269) 7812

個人情報保護について

当財団は個人情報保護規程や基本方針等を制定し、個人情報保護には万全を期しています。

皆様には、安心・安全でハイレベルな健診・検査を受けていただけるよう、今後も一層努力いたします。

御意見をお待ちしています

今号のウォーキングコースは、中之条町と大間々町を紹介しました。緑のパワーを存分に吸収し、帰りには温泉に浸かって心身ともにリフレッシュしてみたいかたがでしょうか？

歩かれた方は是非、御感想をお聞かせ下さい。また、本誌に関する意見や、健康に関する情報もお待ちしております。

表紙コメント

戦国時代、小幡領主に反抗して武田勢を助け、勝利した喜びを「火祭り」の形で伝えたものです。笛や太鼓とともに、南牧川に架かる大日向橋の上から、長さ2～3mの縄にくくりつけた藁束を燃やし、ぐるぐる回すと丸い炎の軌跡が闇の中に浮かび上がります。真夏の夜に力強さと幻想的な雰囲気が辺りを包みます。

題字／小寺弘之群馬県知事

財団法人群馬県健康づくり財団

登録衛生検査所
政府管掌健康保険指定機関
環境計量測定登録機関
食品衛生登録検査機関
日本消化器集団検診学会認定指導施設
マンモグラフィ検診施設認定施設
日本臨床細胞学会施設認定
臨床研修協力施設

業務部業務推進課

〒371-0005前橋市堀之下町16の1
TEL 027 (269) 7812
FAX 027 (230) 2090
E-mail fukyu@gunma-hf.jp
http://www.gunmanet.or.jp/gunma-hf/

複十字シール運動に御協力ください



◇複十字シール運動とは？

毎年8月1日から12月31日までを「複十字シール運動」期間と定め、地域の人々、国民全体、そして世界の人々から結核や肺がん、その他の胸部疾患をなくすための活動資金を得るために行われている募金活動です。

健康で幸せな社会を創るため、全世界80か国で行われている運動です。

◇募金の使いかたは？

募金を通じて、これらの病気に対する普及啓発のパンフレットやポスターの作成及び検診機器の整備と、開発途上国で結核に苦しんでいる人の治療を行うための国際協力費に充てられています。

(インドネシアでは、1,600円の援助で1人の患者さんが治るまで治療を受けられます。)

◇募金の方法は？

複十字シール募金運動に御賛同いただける場合は、下記まで御連絡ください。

振込手数料が無料となる振込用紙と「複十字シール」をお送りいたします。

連絡先：〒371-0005 群馬県前橋市堀之下町16-1

(財)群馬県健康づくり財団 業務部 業務推進課

TEL 027 (269) 7812 内線212

FAX 027 (230) 2090

E-mail suishin2@gunma-hf.jp

群馬県地域保健学会開催される

群馬県庁

平成17年2月17日(木)群馬県地域保健学会が群馬県庁で開催されました。

今回は参加者が233人。群馬県こころの健康センター宮永所長による基調講演の後、「精神保健・健康づくり」と「公衆衛生・疾病対策等」のテーマに分かれて、それぞれ10題ずつ研究発表があり(誌上発表が1題)、日ごろの研究成果を発表する有意義な学会になりました。

