

健康ぐんま



2009. 09 第46号
(財)群馬県健康づくり財団

—第46号 主な記事—

- ☆ 群馬県のがん登録
- ☆ 食品検査室から「ハインリッヒの法則」ご存知ですか？
- ☆ リレー通信「応援します あなたの健康づくり」②
- ☆ 健康づくり財団からのお知らせ

・・・群馬県のがん登録・・・

群馬県健康づくり財団 診療所 院長
がん登録室長 茂木 文孝

都道府県単位でがん患者さんの医療情報を収集し登録する制度を地域がん登録といいます。がん対策を実施する際にがんの実態を把握するための重要な制度であると考えられています。

地域がん登録は1929年にドイツのハンブルク市で初めて開始されました。その後、1940年代になってアメリカのニューヨーク州やデンマークなどでも行われるようになりました。今では世界に449のがん登録があって、ほぼすべての先進国で実施されています。さらに、欧米や豪州、韓国では、地域がん登録が法律により制度化されていて、医療機関ががん患者さんの情報を届け出る義務のある、あるいは届け出る権限のある疾患に指定し、がんの実態把握を強力に押し進めています。

日本では1950年代から広島市や長崎市、宮城県で実施されはじめ、現在では36道府県市ががん登録に取り組んでいます。群馬県では1994年(平成6年)から実施していて、日本では30番目の後発隊です。

当初は医療機関からの届出が順調に増加し、登録精度が向上していた群馬県がん登録でしたが、個人情報保護の法制化が検討されだしたころから届出が減少し、個人情報保護法が制定された2003年(平成15年)には登録精度が最低になってしまいました。しかし、2004年(平成16年)に群馬大学病院と県が中心になってがん登録の精度を向上させる組織を作り、さらに県立がんセンター、がん診療拠点病院、

群馬県医師会を構成に加えて発展した「群馬県がん対策協議会」が、がん登録を強力に推進した結果、登録精度が再び向上してきたという経緯があります。

この背景には、「健康増進法」や「がん対策基本法」の法的整備や、厚生労働省の「第3次対がん総合戦略」によるがん登録の精度向上のための施策、がん医療の均てん化政策として「がん診療拠点病院」の整備とそれによる院内がん登録の普及があります。

ところで、最近の群馬県がん登録の集計によれば、群馬県では年間に約3,000人の女性のがんにかかり(罹患)、そのうちの約500人が乳がんと診断されていて、乳がんは女性のがんのトップでした。女性10万人あたり45人の罹患と計算されるので、40万人の都市では人口の半分が女性と見積もるとおおよそ年間90人が罹患していることとなります。64歳以下の女性に限れば乳がんはがんの30%を占めていましたので、子育てや家事にいそしむ女性にとっては身近で重大な疾患であることがわかります。乳がんの進行程度は、約60%が乳房に局限しリンパ節転移を認めない段階で発見されていましたが、約25%はリンパ節転移をきたしていました。乳がん検診の普及や適正な乳がん専門医療機関数と医療圏の整備などががん対策として考えられますが、乳がんの罹患数や生存率、治療状況といった乳がんの実態を把握せずには、政策の企画や評価を正確に行うことはできません。

今から2,500年前の中国で書かれた孫子には「彼を知り己を知れば、百戦してもあやうからず」と書かれています。あらゆる情報収集活動を行い敵軍の実情を知って、自軍の能力をわきまえて戦えば、何度戦っても危険はないという兵法です。政策にしても、がんの罹患数、治療状況といった正確な情勢を調査した上で、対がん戦略を計画し展開するのが合理的です。

群馬県がん登録の登録精度は、関連する法律や施策によって良くも悪くも大いに影響を受けてきました。これは、がん罹患の把握と患者さんのプライバシーとの関係に大変に難しい問題をはらんでいるためです。がん登録を進めていくには、混乱を防ぐために、より明確な法的根拠が必要です。そうすれば安定した高い登録精度が得られることになり、がん登録はがん対策の良き羅針盤として、国や県が実施する対がん政策の企画や評価を担うことになるでしょう。群馬県がん登録が充実し有意義な制度になるために、県民の皆様のご理解をよろしくお願いいたします。

～食品検査室から～

『ハインリッヒの法則』ご存知ですか



事業部 検査二課 高橋 昭統

私がこの法則を初めて知ったのは、15年程前の食品衛生指定検査機関協議会が主催した精度管理研修会で、ある講師の方が精度管理の必要性について講演された時のことです。その時、何か私の頭に響くものがあり、以後何年たっても忘れることができませんでした。

私自身、食品衛生研修会の講師を頼まれることが多く、話すネタが乏しくなったある時、頭の隅にあったこの法則のことを話題にしようと思い調べてみました。調べてみると意外に应用範囲が広く、いろいろな業種に当てはまることがわかりました。ある学校給食センターの研修会で話したところ、ほとんどの方はこの法則を知りませんでした。次の研修会でも同様でした。

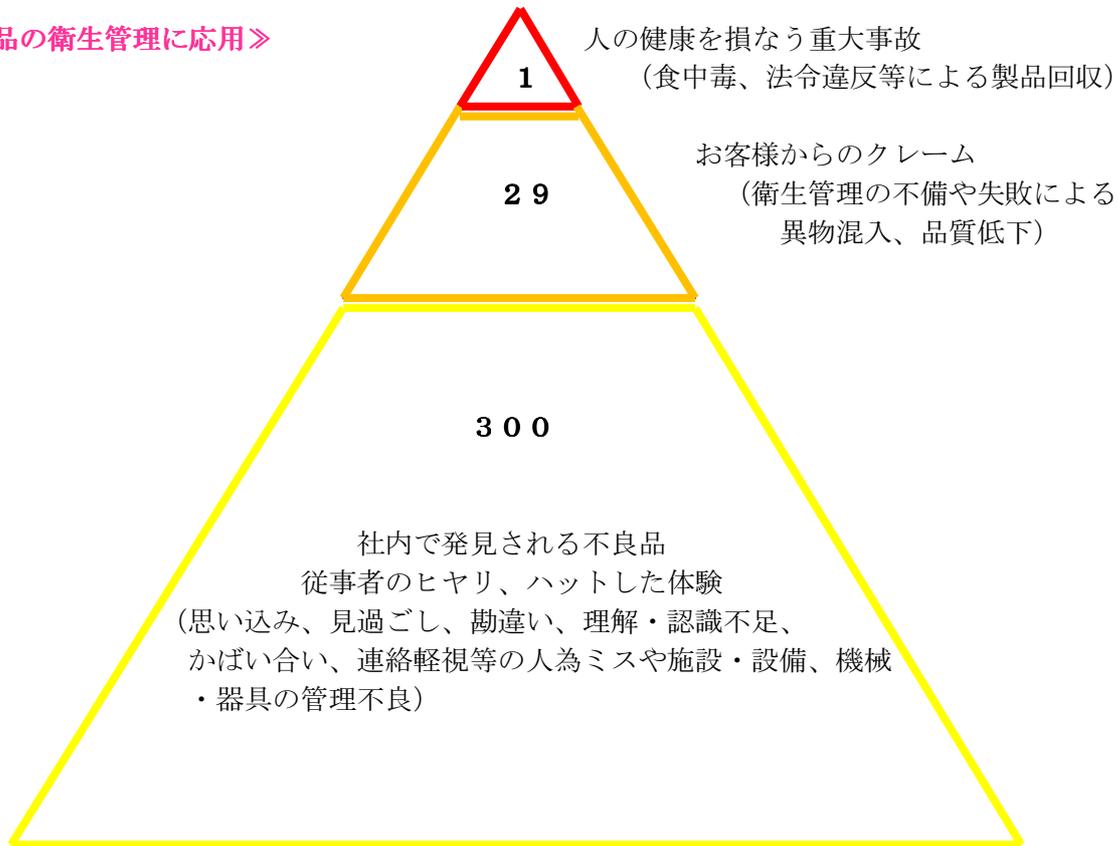
そこで今回、この紙面をいただき、この法則について説明したいと思います。

『ハインリッヒの法則』とは、1941年にアメリカのH.W.ハインリッヒが労働災害の事例について

調査し、発表した法則です。

1件の重大事故の裏には、29件のかすり傷程度の軽い事故があり、さらにその裏には300件のケガはしないがヒヤリ・ハットした体験がある。

《食品の衛生管理に応用》



「食品製造工場において、食中毒や製品の回収までもなうような事故の裏には、29件のお客様までお詫びに行かなければならないクレームがあり、さらにその裏には300件の社内で発見される不良品や従業員のヒヤリ・ハットの体験がある。」ということ。

食中毒等の事故を未然に防ぐためには

ヒヤリ・ハットした体験、社内で発見した不良品、お客様からのクレームは、どんなに小さくとも発生した事実を上司に報告し、原因究明をするとともに関係者全員で情報を共有し、改善策を講じ、さらにその効果の確認を必ず行うこと。



これを実行することにより、ヒヤリ・ハットした体験、社内で発見される不良品は大幅に減少する。
(例えば300が1/10の30になれば)



重大事故の発生確率は0.1となり、発生を防ぐことができる。

この概念は、群馬県食品自主衛生管理認証制度においても認証基準の一つとして規定されています。

《車の運転に応用》

死亡事故を起こす裏には、29回の接触事故を起こしており、さらにその裏には300回の一時停止無死や信号無視等のヒヤリ・ハットした体験をしている。すなわち、死亡事故を起こさないためには、不注意によるヒヤリ・ハットを極力減らすことが必要です。

《自動回転ドア死亡事故について》

判決によると、事故発生までの1年間に32件の挟まれや衝突事故があり、その中には救急車を呼ぶような事故も数件起きており、たまたま運悪く起こった事故ではなく、メーカー及びビル管理会社の過失による事故であると認定されました。この1/32という数字も「ハインリッヒの法則」にほぼ合致しています。また、32件の10倍以上の人がこの自動回転ドアを通る時にヒヤリ・ハットした経験をしていたことは容易に想像できます。

何件かの挟まれや衝突事故が起こった時に、ビル管理会社やメーカー側がきちんと対策をとっていたならばこの死亡事故は起こらなかったでしょう。

他にもトレーラーのタイヤ脱輪死亡事故等多くの事例があり、「ハインリッヒの法則」は当てはまっています。現在、事故を未然に防ぐための危機管理の一つとして、その概念は広く浸透しています。

読者の皆様には、これを機会に自分の職場において、この概念が浸透しているか再確認していただければ幸いです。

- お客様からのクレームは些細なことでも共有されていますか？
- 改善策を講じていますか？
- 効果の確認をしていますか？

「ルー通信「応援します あなたの健康づくり」



② 特定保健指導について

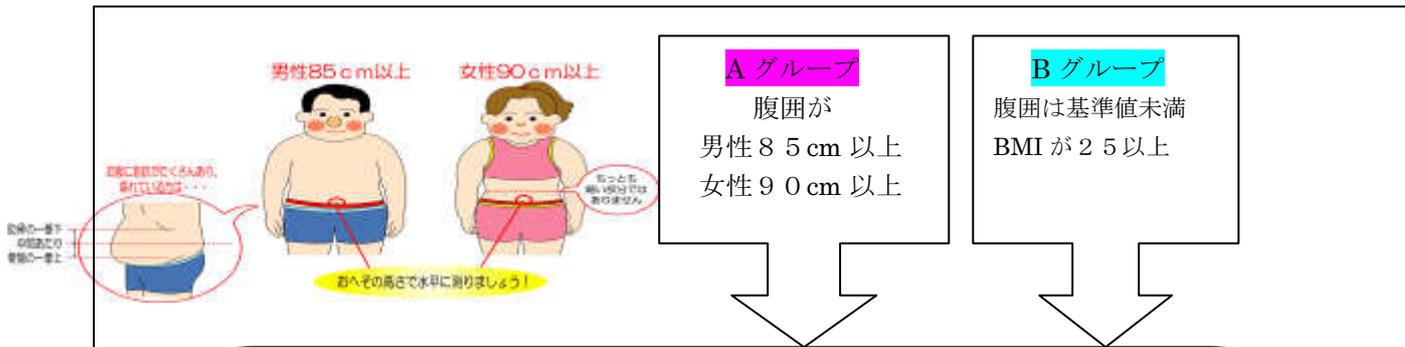
事業部 健康支援課 河内 加代

はじめまして、健康支援課の河内です

今回は特定保健指導についてお話したいと思います。

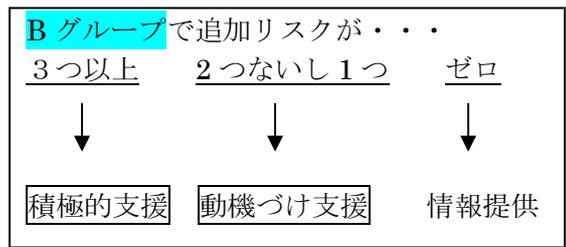
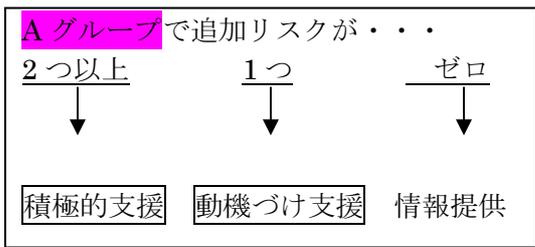
前回は特定健診とメタボリックシンドロームの基準についての話でした。メタボリックシンドロームがなぜ問題となっているのか、そして特定健診・特定保健指導が導入された訳とは……。その一番の狙いは、心筋梗塞・脳梗塞・糖尿病になる人を減らし、医療費を削減することです。そのために所見が出始めた早い段階で保健指導を受け、生活習慣病になる前に健康的なライフスタイルを身につける人が増えれば、10年後、20年後からは発病者・重症者を減らすことができるといわれています。

特定健康診査でのリスクの分け方（特定保健指導対象者の選定）は以下のようです。



追加リスクをチェック

- 血糖** 空腹時血糖 100mg/dl 以上
または ヘモグロビンA1c 5.2% 以上
- 脂質** 中性脂肪 150mg/dl 以上
または HDL コレステロール 40mg/dl 未満
- 血圧** 収縮期 130mmHg 以上
または 拡張期 85mmHg 以上
- 喫煙歴** 上記3つのいずれかに該当する場合のみカウント



上記の表のように、特定健診で、腹囲が一定以上で危険因子が2つ以上あると診断される「メタボリックシンドローム症候群」に該当するかどうかを重視して、リスクの高さを分けています。その高さに応じて「積極的支援」や「動機づけ支援」といった保健指導を受けることになります。

「積極的支援」とは、主にメタボリックシンドロームに該当する対象者に対し3ヶ月以上の継続的支援（個別面接・グループワークなど）を実施するもの、

「動機づけ支援」はメタボリックシンドローム予備軍の対象者に対して原則1回の支援（個別面接・グループ支援）を行うものです。



ところで、保健指導を受けたことがありますか？

よく言われるのが、健康相談・保健指導・栄養指導・運動指導・・・どれをとっても、あれもダメ、コレもだめと、ややもすると「お母さんの小言」といった、一方的な言われっぱなしのイメージでしょうか。お母さんなら我慢もできるでしょうが・・・。

たしかに、いままでの保健指導に対して、いいイメージを持っている人は少ないだろうと思います。

これまでの健診は、個々の病気に対する早期発見・早期治療が目的でした。そして保健指導は要精検・要医療の人に対する受診勧奨や予防の知識の普及が主なものでした。

このように健診後、1回きりの保健指導では、一方的に理想的な生活習慣を並べるだけのものになってしまうのは（言い訳かもしれませんが）否めません。

まして医療や保健の仕事を選べる人は、「健康は幸せな人生にとって最も大切な条件だから」と思っている傾向があります。そしてまた、「誰もが健康を一番に考えているだろう」と錯覚していることもあります。そのことが、さらに対象の方との関係を悪くしてしまうことも・・・。

去年 初めて特定保健指導を受けた方が感想を聞かせてくれました。

その方は、以前受けた保健指導のように「自分でもわかっていることを繰り返し話され、うんざりして、それ以上話を聞く気がしなくなった」経験があったそうです、もし今回も同じだったら、途中で放棄しようかと思ったそうです。しかし、今回の特定保健指導は、「押し付けではなく、自分で出来ることを目標にして、サポートしてもらったのでよかった。効果も上がった。」と仰ってくださいました。

このように、今後の保健指導は、一方的ではなく、相手の方と同じ目線で向かい合う「支援」というパートナーとしての立場を目指しています。客観的にご自分の「健康を振り返り」「問題点を認識して自ら生活を変える「行動変容」を支援し応援します。

保健指導の該当にならないのが一番ですが、もし対象者に選ばれたならば、健康支援（保健指導）を受けてみてください。

健康は自分のことだから、自分ひとりで頑張ろうという人もいると思います。でも、ひとりでは長続きしないこともあります。医療情報も氾濫し自分ではわかったつもりでいることも もしかしたら、勘違いしていたり、自分の健康レベルにあっていないこともあります。頑張り具合を監視されているようでプレッシャーを感じることもあります。ぜひ保健師をパートナーの一人に選んでいただきたいと思います。



☆健康づくり財団からのお知らせ

9月のがん征圧月間です！ スローガンは 「忘れない 年に一度のがん検診」

たくさんの行事（患者会行事）が予定されています。

◇ひまわりの会 がん電話相談

日時：平成21年9月16日（水）～18日（金）

午前10時～午後3時

相談電話：027-269-7804（相談日のみ設置）

ひまわりの会会員・財団医師・保健師によるがん相談です。お気軽に電話して下さい。

◇群馬県がん患者ミーティング 2009 ～みんなで育てよう地域のがん医療～

日時：平成21年10月3日（土）午後1時～3時半

場所：健康づくり財団6階会議室（前橋市堀之下町16-1）

県内がん患者会、医療関係者、行政が互いの交流を図り、地域のがん医療を向上させる目的で開催。参加無料です。リレートークや交流茶話会を予定しています。直接会場にお越し下さい。

◇ひまわりの会 作品展

日時：平成21年10月8日～9日

場所：群馬県庁1階県民ホール南側

ひまわりの会会員による作品展。書画・絵画・写真・工芸・洋裁などの展示

◇がん征圧共同キャンペーン

日時：平成21年10月31日（土）

場所：グリーンドーム前橋

ハワイアンINグリーンドーム 1,000人フラにおいて患者会が、県民にがん早期発見・早期治療を呼びかける。同日にみのり感謝祭＝群馬の物産直売市も開催されるため、にぎやかな催しとなることが予想されます。

群馬県内にはこれまで様々ながん患者会が独自に活動をしてきました。それぞれが患者にとって心のよりどころとなっていますが、平成19年3月から14の団体が集まり「群馬県がん患者団体連絡協議会」として発足しました。有意義な情報を共有したり、交流を図る行事や、行政や医療機関にがん医療についての提言を積極的に行っています。自身の体験をもとに、がんの早期発見・早期治療を呼びかけるキャンペーンなどにも参加しています。

9月のがん征圧月間を中心に多くの行事が予定されています。

10月3日に予定されている群馬県がん患者ミーティング2009は全国規模で実施されている「第5回がん患者大集会」の群馬県大会として患者会の企画立案で開催されるものです。

患者会会員のリレートークや交流茶話会など、どなたでも参加できます。みんなで集まって語り合い、勇気と元気を分け合い、みんなで力を合わせて群馬のがん対策を一步でも前進させることを目標に楽しい時間を過ごしたいと考えています。



平成21年9月15日発行

発行人／群馬県健康づくり財団

理事長 鶴谷 嘉武

〒371-0005

群馬県前橋市堀之下町16番1

電話 027-269-7811（代表）

連絡先は総務部・総務課

E-mail kenkougunma@gunma-hf.jp

【編集後記】

朝晩涼しく、空も高く、すっかり秋らしくなってきました。おいもや栗など秋の味覚をいただき、栗おこわを作ろうと皮をむき、餅米を買い、楽しみに準備しています。旬の食材を取り入れ、季節の変わり目に体調を崩さないようにしたいものです。

これからも皆様からのご感想や健康づくりに関する情報をお待ちしています。