

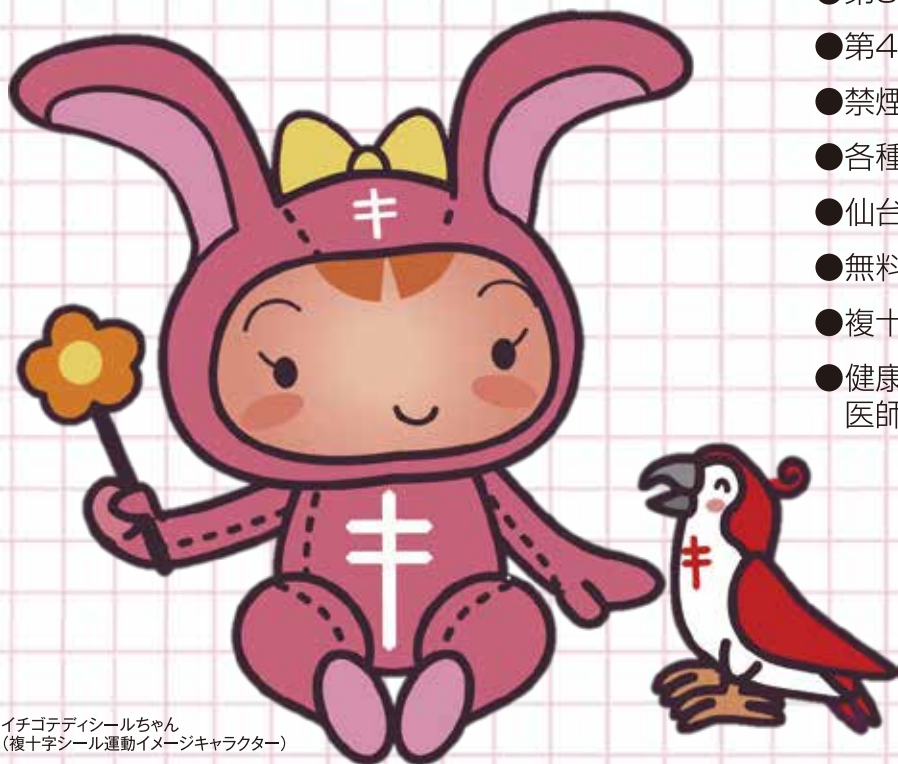
公益財団法人宮城県結核予防会 広報誌

2023  
春号  
Vol.17

# よぼう

## information

- 受けよう肺がん検診
- 特定保健指導の対象になっていませんか?
- 第97回日本結核・非結核性抗酸菌症学会  
学術講演会演題発表
- 第63回日本人間ドック学会学術大会演題発表
- 第81回日本公衆衛生学会総会演題発表
- 第44回高血圧学会総会演題発表
- 禁煙外来のご案内
- 各種予防接種等のご案内
- 仙台市民健診(基礎健診、特定健診)のご案内
- 無料相談のご案内
- 複十字シール運動
- 健康づくり  
医師・保健師等による講話などのご案内



イチゴティンクルちゃん  
(複十字シール運動イメージキャラクター)

たすけあインコ

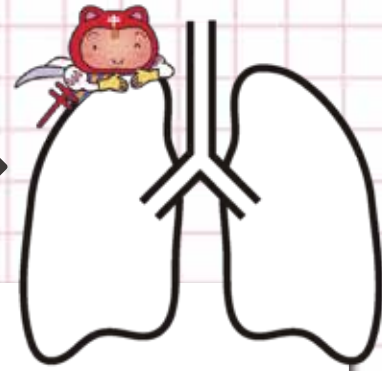
発行

公益財団法人 宮城県結核予防会

〒989-3203 仙台市青葉区中山吉成2丁目3番1号 TEL.022-719-5161 FAX.022-719-5166

レントゲンでわかる安心をお届けします

# 受けよう肺がん検診

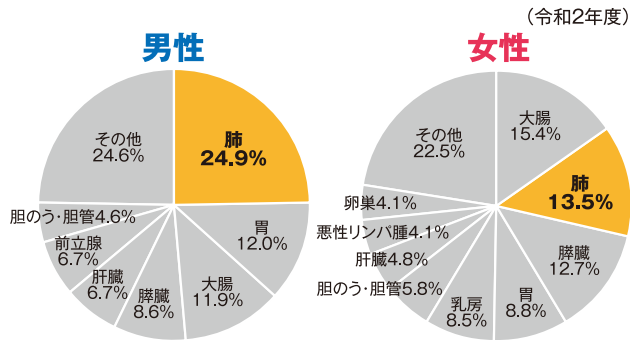


## がんによる死亡者数の中で男女合わせて最も多いのが肺がんです

肺がんは、他の病気と区別がつくような特徴のある症状がほとんど見られません。特に、初期段階では無症状の場合が多く、身体に異変を感じた時には進行していたり、発見した時にはすでに末期だったというケースも少なくありません。

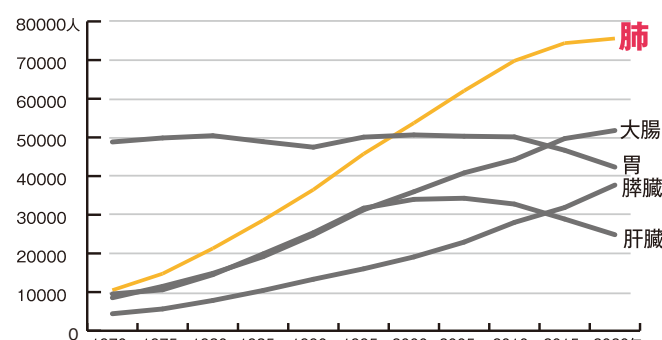
初期の肺がんを見つけるには、**検診が有効**です。しかし、がん検診は1回受けて終わりではありません。1回の結果が「異常なし」であっても、その後のがんができる可能性は当然あります。早期に発見するためにも、毎年検診を受けることがとても大切です。

### 宮城県部位別がん死亡割合 (令和2年度)



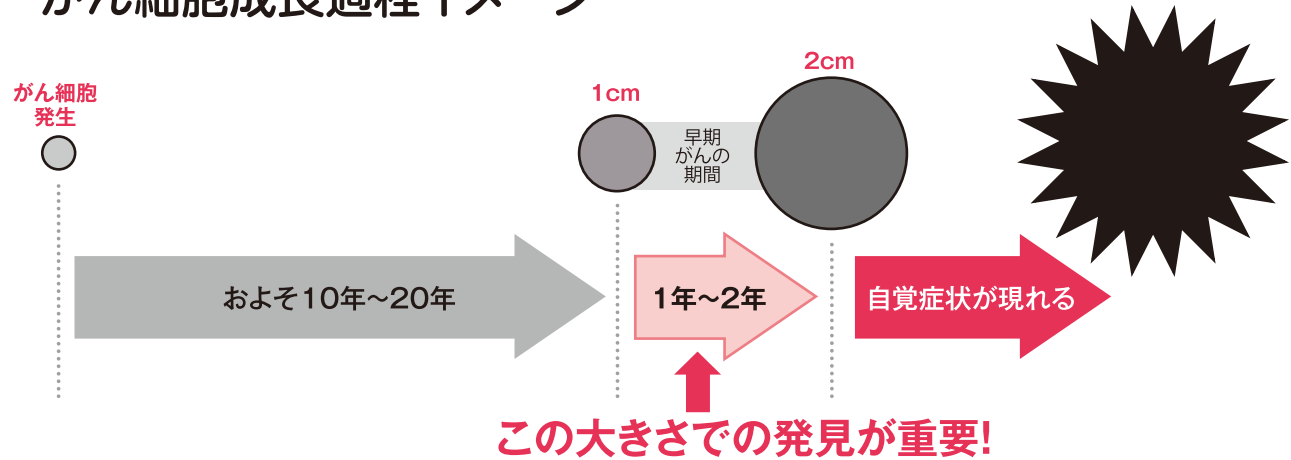
参考:宮城県のがん罹患～宮城県がん登録平成31年・令和元年集計～

### 全国部位別がん死亡数年次推移



出典:国立がん研究センターがん情報サービス「がん統計」(人口動態統計)

### がん細胞成長過程イメージ



あなたとあなたの家族のためにも継続的に肺がん検診を受けましょう

お問い合わせは 事業部健診事業課胸部検診係 TEL:022-719-5164

# 特定保健指導の対象になっていませんか?

健康診断の結果はいかがでしたか?

健康診断の結果によって、特定保健指導の対象になるかどうかが決まります。下記の判定方法で動機づけ支援または積極的支援となった方は生活習慣病を予防するための支援を受けることができます!

特定保健指導では、生活習慣改善のための計画を保健師や管理栄養士と一緒に考えます。支援期間中は電話・メール・面談などで生活改善のサポートをします。

時期	実施内容
初回支援	面談 (30分程度)
1か月後 2か月後	電話もしくはメール(2回)
3か月後	面談 (30分程度)

## 対象になっているか? チェックしてみましょう!

1 あなたの腹囲(おへそ周り)は? BMI(体重kg÷身長m÷身長m)は?

腹囲  cm BMI

2 リスクはいくつありますか?

### 1 血糖値は?

空腹時血糖  mg/dL HbA1c  %  
 空腹時血糖100mg/dL以上 または HbA1c5.6%以上ですか?  YES  NO

### 2 脂質値は?

中性脂肪  mg/dL HDLコレステロール  mg/dL  
 中性脂肪150mg/dL以上 または HDLコレステロール40mg/dL未満ですか?  YES  NO

### 3 血圧は?

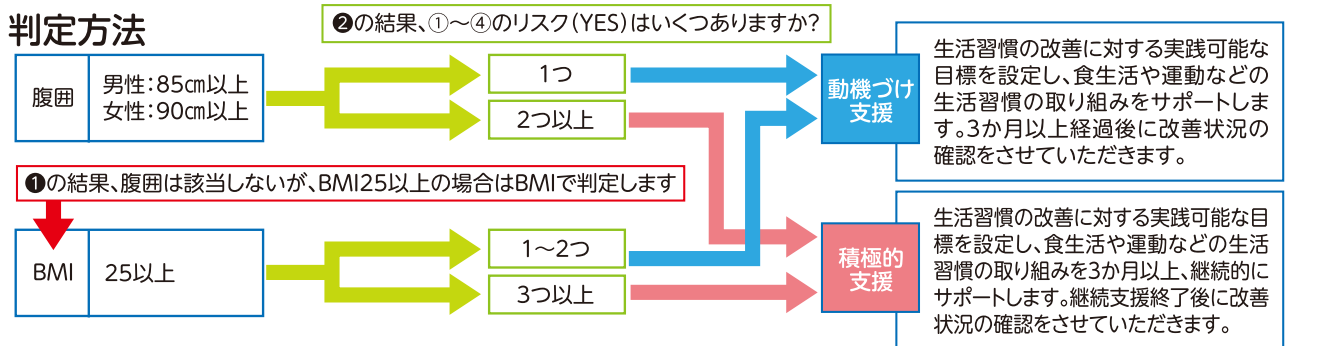
収縮期(最高) 血圧  mm/Hg 拡張期(最低) 血圧  mm/Hg  
 収縮期(最高)血圧130mm/Hg以上 または 拡張期(最低)血圧85mm/Hg以上ですか?  YES  NO

### 4 喫煙は?

タバコを習慣的に吸っていますか?  YES  NO

※喫煙習慣ありとは、合計100本以上、または6か月以上吸っていて、最近1か月間吸っている人をいいます。

### 3 判定方法



・65歳～74歳の方は、「積極的支援」の条件に該当する場合でも「動機づけ支援」となります。  
 ・服薬(糖尿病、高血圧症、脂質異常症)治療をしている方は、特定保健指導の対象にはなりません。

当法人では特定保健指導を予約制で実施しています。お気軽にお問い合わせください。

お申し込み・お問い合わせは 看護科健康教育係 TEL:022-719-5196

第97回  
日本結核・非結核性  
抗酸菌症学会  
学術講演会

in  
星のリゾート  
OMO7旭川

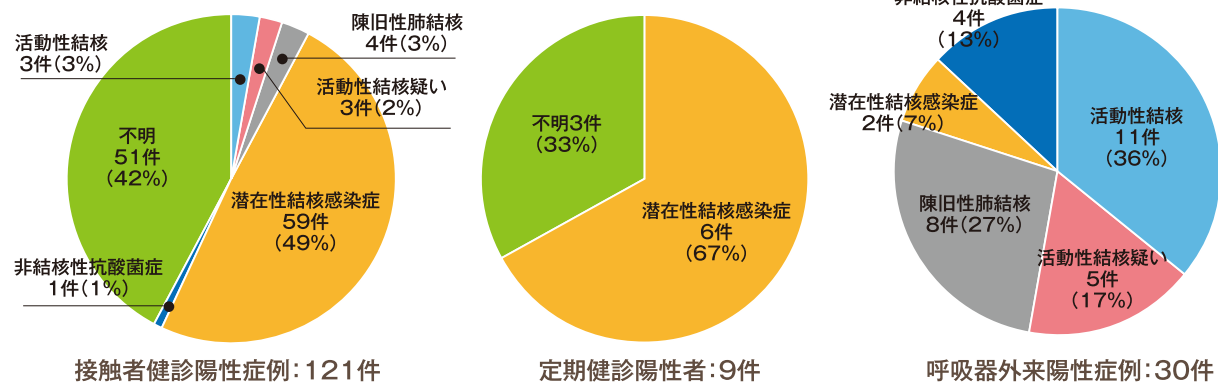
2022年7月1日・2日

宮城県の2020年人口10万人対結核罹患率は5.9であり、全都道府県の中で最も低い数値でした。また2019年の新規登録結核患者1名に対する接触者健診実施人数は16.4で全国3位と高く、対象者の裾野を広げた接触者健診が行われています。当法人は、仙台市を中心に接触者健診や日本語学校就学生の学校検診を受託しています。これまでの蓄積データから効果的な健診と当法人の役割について検討しました。

演題 宮城県の結核低蔓延化と当施設の役割に関する検討  
～QFTTBゴールドプラスの視点から～

方法

結核の接触者健診における第一優先検査はIGRA検査とされています。当法人で2019年4月から実施しているQFTTBゴールドプラスの3年間の蓄積データの検証を行いました。

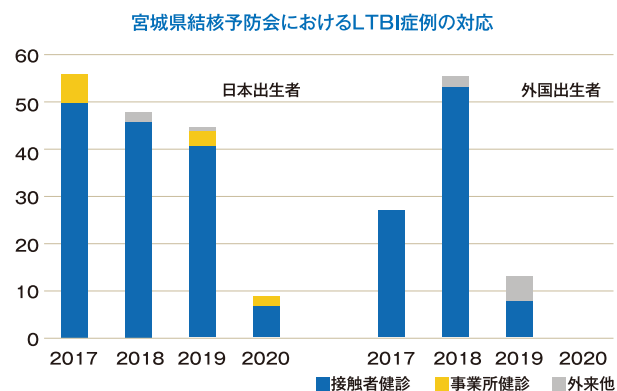


学会での発表の様子

結果

QFTTBゴールドプラス検査目的の7割を接触者健診が占めること、その陽性者の半数は潜在性結核感染症だが、追跡調査ができずに診断不明のものが3割強存在することがわかりました。IGRA検査の精度向上を図るため画像所見や受診者情報を含めた多角的視点からQFTTBゴールドプラス検査データを検証し蓄積していくこと、そのためには保健所との連携強化が必須であり、当法人に課せられた役割であると考えます。

演題 宮城県における10年間の結核の動向と外国生まれの結核に対する健診医療機関の対応状況



学会での発表の様子

当法人における外国出生者の活動性結核の多くは、日本語学校就学生の学校検診で見えられており、接触者健診による潜在性結核感染症の診断も国内出生者と比し、高率であることがわかりました。

結果

接触者健診や日本語学校就学生の学校検診のようにハイリスク者をターゲットとした健診を的確かつ早期に実施し、確実に治療に繋げていくことが重要と考えられました。

IGRA (Interferon-Gamma Release Assays): 血液を使って結核菌感染の有無を診断する検査。QFTとT-SPOTの2種類がある。  
LTBI (Latent Tuberculosis Infection): 発病前の潜在性結核感染症  
接触者健診: 結核患者の感染源・感染経路の究明や患者の接触者の把握等を目的とした調査のための健診

第63回  
日本人間ドック学会  
学術大会

in  
幕張メッセ国際会議場

2022年9月2日・3日

自動血圧計を用いた血圧測定による皮下出血が発生する原因を見出し、未然に防ぐための改善策を検討しました。

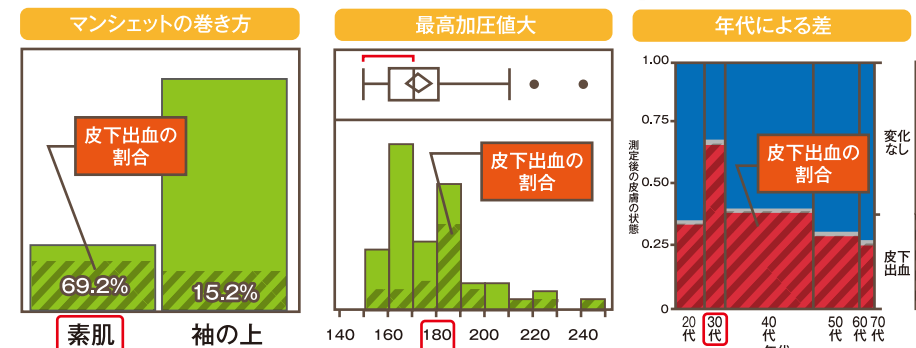


学会での発表の様子

演題 血圧測定時における皮下出血の発生に関する検討

方法

A施設職員60名を対象とし、身長・体重・血圧・既往歴・服薬の有無等を計測問診し皮下出血出現の割合についてJMPver.16.0を用いて分析しました(右グラフ参照)。



結果

「マンシットを肌に直接(素肌に)巻く」「最高加圧値大」「年代による差」の順で皮下出血出現に強く関係することがわかりました。自動血圧計による血圧測定での皮下出血出現を未然に防ぐ対策として以下の通りとなります。  
①血圧測定時には薄手の布等を挟んでマンシットを巻くこととし、皮下出血予防に関するマニュアル化をする。  
②健診時、薄手の袖を一枚挟んだ状態で血圧測定ができるよう受診時の服装について事前に呼びかける。

第81回  
日本公衆衛生学会  
総会

オンデマンド  
～ポスター発表～

2022年10月7日～9日

演題 フレイルアンケートを活用した健康意識に影響を与える因子の関係性

方法

60歳以上の方296名を対象に「厚生労働省後期高齢者のフレイル質問票」に準じたアンケートを実施しました。

自身が感じる健康状態に対して、生活満足度・性別・体重減少が強く関連していました。様々な対策を同時に行うことが、より良い健康意識の形成に重要と考えられました。



60歳70歳からの新しいステップを充実した健康状態で迎えていただけるよう、健康づくりの効果的なサポートについて今後も検討を進めていきます。

フレイル: 「加齢により心身が老い衰えた状態」のことです。しかし早く対策を行えば元の健康な状態に戻る可能性があります。

## 第44回 高血圧学会総会

in  
国立京都国際会館  
2022年10月14日~16日

尿中の塩分とカリウム比(ナトカリ比)を簡易に測定できる機器が実用化され、臨床現場への応用が期待されています。高値血圧以上の栄養指導に、ナトカリ比測定結果を導入することの有用性について検討を行いました。

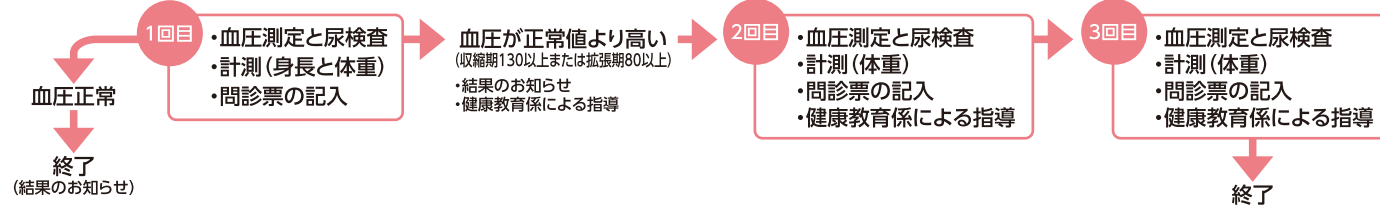
### 演題 職域における、尿検査結果を用いた栄養指導の効果



学会での発表の様子

#### 対象・方法

研究の趣旨に同意を得た59名のうち、高値血圧以上の11名に尿検査結果を用いた栄養指導を3回実施。



#### 結果

栄養指導をした11名の経時的血圧変化は、収縮期血圧 -7.1mmHg 拡張期血圧 -3.4mmHg でした。収縮期血圧が下がった人は、尿中ナトカリ比が上がりカリウムの比率が高く野菜摂取が増えていました。

栄養指導の際にナトカリ比を測定して、結果を対象者にフィードバックする事で、食事内容の是正や血圧改善の動機付けにつながることがわかりました。

## 各種予防接種等のご案内

各種取り扱いワクチンについては、下記までお問い合わせください。

- 新型コロナワクチン追加接種 (WEBからのお申込みが可能です。)

WEBからのお申込みは  
コチラ



予約制

- BCG
- 肺炎球菌ワクチン
- 带状疱疹予防ワクチン (シングリックス)
- 海外渡航用ワクチン

- ・A型肝炎・B型肝炎・破傷風・狂犬病(曝露前のみ)
- ・ポリオ・髄膜炎菌・MR(麻しん/風しん混合)
- ・おたふくかぜ・水痘・DPT(ジフテリア/百日咳/破傷風)
- ・日本脳炎

- 風しん抗体検査



## 仙台市民健診(基礎健診、特定健診)のご案内

生活習慣病は、自覚症状が出にくく気づかないうちに進行します。病気の危険因子を早期に発見し、重症化予防に努めましょう。詳しくは、令和5年4月に市政だよりと併せてお届けする「市民健診の申し込み案内」をご覧ください。なお、受診を希望される方は、お電話にて予約をお願いいたします(土・日・祝は休診)。

予約制

予約・お問い合わせは

複十字健診センター 事務室  
TEL.022-719-5165

健康相談所 興生館 事務室  
TEL.022-221-4461

## 禁煙外来のご案内

自分と家族の健康を守るため、早めに禁煙に取り組みましょう

当法人では、オンライン診療による禁煙治療を行っております。また、薬にたよらない禁煙治療を望む方々に、医師・スタッフが全力でサポートし「お薬なし」の卒煙のお手伝いをさせていただいております。興味がある方は、ぜひ当施設にご相談ください。



●2回目~4回目の診療は自宅にいながらオンラインで禁煙治療が受けられます。

毎年5月31日は  
「世界禁煙デー」です



「結核予防会」禁煙ポスター

禁煙外来・オンライン禁煙診療のお問い合わせは・・・

日本禁煙学会認定指導員がおります。お気軽にご相談ください。

複十字健診センター

毎週月~金曜日  
TEL.022-719-5161

健康相談所 興生館

毎週月~金曜日  
TEL.022-221-4461

結核・胸部疾患等に関する  
お悩み等、  
どなたでも無料で  
ご相談いただけます。

《電話による相談》月~金曜日 15:00~16:00

その他、面談(予約制)、メール、FAX等でも受け付けています。

連絡先

【複十字健診センター 看護係】  
TEL:022-719-5161(内線205)  
メール:kan@jata-miyagi.org

【健康相談所 興生館 看護係】  
TEL:022-221-4461(内線107)  
メール:kokan@jata-miyagi.org

結核・胸部疾患等に関するお悩み  
どなたでも無料でご相談いただけます。

電話による相談 | 15:00~16:00(月~金曜日)  
面談による相談 | 予約制  
その他 | メール、FAXでも受け付けています。

公益財団法人 宮城県結核予防会

複十字健診センター 看護係 | 健康相談所 興生館 看護係

〒980-0003 仙台市青葉区中山五丁目3番1号 | 〒980-0004 仙台市青葉区宮城一丁目1番5号  
TEL:022-719-5161(内線205) | TEL:022-221-4461(内線107)  
FAX:022-719-5166 | FAX:022-221-4465  
E-mail:kan@jata-miyagi.org | E-mail:kokan@jata-miyagi.org

複十字  
シール  
運動

## 複十字シール運動とは

結核や肺がん・COPD(慢性閉塞性肺疾患)を含む胸部に関する疾患をなくして、健康で明るい社会を作るため、これらの病気に対する知識の啓発と予防意識の高揚を図るとともに、事業資金を集める事を目的としています。

新型コロナウイルス感染症の流行は、世界の**結核対策にも大きな影響**を与えています。



皆様からお預かりした募金は、このような活動に大切にに使わせていただきます。

募金は下記の銀行振込または郵便振替で受け付けております。

[口座名義] 公益財団法人宮城県結核予防会  
 [銀行口座] 七十七銀行宮町支店 普通預金5510830  
 [郵便振替] 02270=1=405



## 健康づくり 医師・保健師による講話 パネルの貸出を行っております

市町村、事業所、団体、学校などが実施する健康づくりのための講習会等に専門のスタッフを派遣し、皆様の健康づくりのお手伝いをいたします。  
 また、「結核」「COPD(慢性閉塞性肺疾患)」「タバコの害」について正しく知っていただくために、普及啓発用パネルの貸出も行っております。  
 お電話またはメールにて「企画広報係」までお問い合わせください。



公益性の高い専門機関として、健康診断から治療まで  
 県民の皆様の健康づくりを応援します。

# 公益財団法人 宮城県結核予防会

〒989-3203 仙台市青葉区中山吉成2-3-1 TEL.022-719-5161 FAX.022-719-5166

### 複十字健診センター

〒989-3203  
 仙台市青葉区中山吉成2-3-1  
 TEL.022-719-5161(代表) FAX.022-719-5166

### 健康相談所 興生館

〒980-0004  
 仙台市青葉区宮町1-1-5  
 TEL.022-221-4461 FAX.022-221-4465

宮城県結核予防会



<https://www.jata-miyagi.org>



### 基本理念

- 「一人ひとりの健康を創り出すため  
 最善を尽くします」
- 一、私たちは受診者の皆様の人権を尊重し職務を遂行します
  - 一、私たちは知識の習得と技術の向上に取り組み健診の質を高めます
  - 一、私たちは誠実で正確な健診と医療を目指します