

## 学校保健セミナーを開催

### 第41回セミナー

当協会と静岡県学校保健会が共催する第41回学校保健セミナーを、平成26年12月18日に、静岡県産業経済会館にて開催した。講師には、元NHK科学・環境番組部専任ディレクターで、長寿番組「ためしてガッテン」の演出担当デスクを18年間務めてこられた北折一先生をお迎えし、「ガッテン流！子どもが変わるプレゼン技法～演出家の発想のススメ」と題した講演に、県内全域から参加した養護教諭等124名が熱心に耳を傾けた。

この講演では、教育現場において、自分が伝えたいことを子どもたちに伝えるには、ありがちではなく、興味を持ってきてもらえるような手法を用いる必要があるとして、演出家として長年培ってきたさまざまなプレゼン技法を披露した。そして、自発的に興味を持つことができ、印象に残るような健康に関する教育・指導を受けた子どもたちが、家庭でその話をする中で、家庭での話題づくりになり、子どもたちだけでなく家族の健康に対する意識も変えていくことができるとの話が印象的だった。

また、6人前後のグループを作り、健康に関する催しもののチラシの添削を行ったが、ほぼ初対面のメンバーばかりだったにもかかわらず、短時間で大きな盛り上がりを見せた。中には、講師を唸らせてしまうような上級テクニックも飛び出し、「良い仲間と、楽しくプレゼン技法を考えることが、印象に残る表現方法の上達の秘訣」という、講師の言葉を体感することができた1日だった。



### 第42回セミナー

当協会と静岡県学校保健会が共催する第42回学校保健セミナーを、さる2月3日、静岡県男女共同参画センター「あざれあ」において開催した。講師には静岡県立こども病院腎臓内科科長の和田尚弘先生をお招きし、「蛋白尿を中心とした静岡県内での統一学校検尿システムの意義」と題した講演に、養護教諭等50余名が参加した。

講演では、静岡県では、一次・二次検尿の陽性基準や二次検尿の方法が地域によりまちまちである、また三次検診以降のフォローがしっかりなされていないという問題があったが、行政、医師会、養護教諭の連携により県レベルで統一化した検尿システムができあがり、全国的にも先進県となったことが報告された。講師は県内での統一検尿システムづくりにかかわった医師の立場から、まだ十分にシステムが浸透しているとは言えないが、徐々に根付かせていくことが重要と強調した。

「本当に管理の必要な児に適切な管理を行い、一方で学校や家庭での過剰管理・親の過剰な心配をなくす」をキーワードに、蛋白尿の有無が腎疾患として重要であり、無症候性血尿のみではほとんど長期予後は良好であることから、平成23年度に「学校検尿のすべて（助学校保健会発行）」で「指導区分の目安」が変更されたことを説明した。



また、学校検尿における「試験紙の蛋白尿判定」に影響する要因について、具体例をあげて解説するとともに、「緊急受診システム」の運用状況と運用に関する養護教諭に必要な知識をわかりやすく講演していただき、聴講した養護教諭の先生方には今後の適切な指導において大いに参考になったと思われる。

講演後の質疑応答にも熱がこもり、盛況のうちにセミナーは閉会した。

## 平成27年4月、 新健診システムによる健診がスタート

これまで健診システム、事業所様との契約管理、巡回健診日程管理、請求処理等がそれぞれのシステムで稼働しており作業が非効率でしたが、新健診システムの導入により人間ドック、企業健診、住民健診、学校健診等における顧客・契約管理、健診結果報告、請求、実績管理など健診に関わる業務を一元管理することが可能になりました。

総合健診センターヘルスポートでは、人間ドックで検査案内システム（通過管理）を導入し検査の実施有無、次に行う検査の案内を行うことが可能になり、受診者をスムーズに誘導できます。また、健診システムと画像管理システム、各種医療機器で取得した検査結果をオンラインで自動収集することにより作業の効率化を実現しました。これにより健診後の結果説明においてご自身の検査結果を検査当日にリアルタイムで確認することができます。

健診スタッフが事業所に赴き行う巡回健診では日程計画などの事前準備、健診当日の受付、健診後のデータ処理の一連の流れを同一システムにて実施できるため、事業者の担当者様にご負担をおかけすることなくスムーズに健診を実施できます。

また、特定保健指導業務支援システムを導入したことにより、健診後のフォローが充実し保健指導対象者のスケジュール管理、計画設定、保健指導レベルに基づいた指導プログラムなど保健指導業務を総合的に管理できるようになりました。

この外、事業所の健康管理部門に属する産業医様や保健師様向けの健診後のフォローアップとして従業員健康管理支援システムを導入予定です。これは、健診結果をオンライン登録することにより、健診結果などの入力や管理を一元化し二度手間をなくし、データを有効活用できるサービスです。条件に沿う受診者を効率的に検索したり、面談結果の登録も可能で従業員様の健康管理にお役に立てる内容となっています。

最後になりますが、新システムの運用により、事業所様、受診者様へのよりきめ細かな健診サービスが可能になることを期待しています。

## 予防医学協会総合健診センター

# ヘルスポートだより

## 脳梗塞・心筋梗塞予防の為に 動脈硬化を早期発見しよう

動脈硬化は脳梗塞や心筋梗塞などの重度の循環器疾患と深いつながりがあります。

- こんな方は要注意
- ・ コレステロール、中性脂肪が高い
  - ・ 血圧が高い
  - ・ 運動不足で肥満体型
  - ・ 喫煙
  - ・ 糖尿病

### 動脈硬化度測定検査とは

・両手足の血圧を同時に測定し、動脈の硬さや狭窄（動脈の詰まり）を調べます。動脈の硬さの程度を表すCAVIと足の動脈の詰まりの程度を表すABIの検査結果で動脈硬化の程度がわかります。

CAVIの正常範囲は8未満で、9.0以上になると動脈硬化の疑いがあります。ABIの基準値は0.91～1.4で、値が低くなるに従い狭窄や閉塞の可能性が高くなります。

### 頸部IMT検査とは

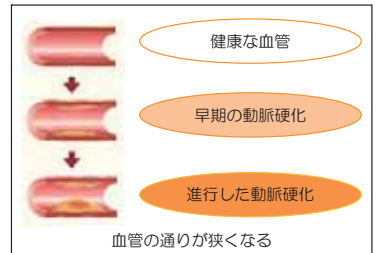
・頸部に超音波を当てて、頸動脈壁の肥厚を測定します。この検査は容易に血管内を観察でき、全身の血管の動脈硬化の程度を反映しており、動脈硬化の指数の一つとなっています。主な検査内容は以下のとおりです。

#### ①血管壁のチェック

動脈硬化が進むと血管壁の内側が厚くなります。この頸動脈壁の厚み（内膜中膜複合体厚）を測定します。

#### ②プラークチェック

プラークとは、LDLコレステロールなどが血管に付着して隆起した部分を言います。プラークがたまると、血流の流れが悪くなり次第に血管を塞いでしまいます。また、プラークが破れ、血塊が遊離すると血管閉塞を起こし、脳梗塞や心筋梗塞などに陥ることがあります。



バランスの良い食生活や適度な運動を心がけ、生活習慣病を予防し動脈硬化を未然に防ぐことも大切です。動脈硬化は痛みや苦しみがなく無症状です。気付かず知らない間に進行し、発見が遅れると取り返しのつかない状態になる可能性があります。

**年に1回は簡単で安全な動脈硬化度測定検査・頸部IMT検査を受診することをお勧めします。**

### 「職場体験プログラム」

## 静岡聖光学院中学生徒が来協

去る11月10日、静岡聖光学院中2年の佐々木啓人君が、同校の特別活動である「職業体験プログラム」で当協会を訪れました。同校では、いわゆる勤労体験ではなく、将来自分が就きたい仕事、現時点で最も興味のある仕事を各自選択させ、赴きたい職場に自ら体験を依頼させるという形で、子供たちに自ら経験させ求めるために行動する逞しさを育成することを目的として計画したものです。



同君は、医療に興味を持っていることから当協会の行う健康診断について職場体験を希望したもので、協会職員から、眼底、聴力検査などの検査や検査結果の判定、通知方法などの説明を受け実際に検査や作業を体験しました。最初は緊張していた同君も職員からていねいな説明を受け実際の体験をとおし、さらに医療への興味を持つことができたとの感想が寄せられました。