

健康を大切に。環境を大切に。

中部公衆だより

No.
10
2016.1



Photo: 飯田お練り祭り



一般財団法人
中部公衆医学研究所

年頭挨拶



ありがたさを痛感した年でした。

当研究所においては今年、創業以来 満60年を迎えました。人生に於いても、還暦は大きな節目です。これを機に役員一同、原点に戻り「何事にも、誠心誠意」を合言葉に言・動、一致して取引先、お客様へのサービスに徹していきたいと思っております。

今後も「環境を大切に、健康を大切に」の公益事業としての使命を地域に果たしていく所存でございます。

本年も旧に倍しての皆様方のご協力をお願い申し上げます。年頭の挨拶とさせていただきます。

理事長 横山 信之

新年あけましておめでとうございます。

皆様方におかれましては、希望に満ちた輝かしい新年をお迎えしたと、お慶び申し上げます。

昨年は、特に国政に於いて「安保法案」に係る諸問題が、国民をあげて論議されました。結果は別として、戦後70年の節目にあたり改めて平和の尊さ、

4月から特殊健康診断の受診票が変わります

粉じん・有機溶剤・鉛・特定化学物質等を取り扱う作業等に携わる作業の方々は、定期的に各作業に応じた健康診断を受診してはなりません。この際に使用する受診票は、当財団では健康診断の種類ごとに構成された様式を従来採用していましたが、この度この様式を刷新し、より受診者様や事業所様取り扱いやすい受診票に変更致しました。

変更による改善点

- ※特殊健康診断のほとんどの内容を1枚の受診票に集約可能になります。これにより、多種の特殊健康診断を受診する方が、何枚もの受診票を会場へお持ち頂くことが減ります。(※但し、振動工具・引金付工具・VDT・電離放射線は単独の受診票となります)
- OCR化することにより、前回受診時の値を印字することが可能になり、毎回記入して頂く負担が減ります。
- 毎回受診票を作成致しますので、事業所様での受診票の保管がなくなります。又、結果書・連名簿類もより見やすいものになります。

変更に伴う皆様へのお願い

- 受診票作成の為に、一般健診同様に事前に対象者名簿のご提出が毎回必要になります。
- 新受診票での初回健診時のみ、事業所様で保管されている受診票をお持ちください。

健診時には事前に記入方法等のご説明をさせて頂く予定ですが、導入に際してご不明な点等ございましたら、下記までお問い合わせください。

尚、一般定期健康診断の受診票も刷新予定です。これも近い時期に皆様にご提供できるよう準備を進めておりますので、宜しくお願い致します。

お問い合わせ先：健康づくり部 企画情報課 担当：筒井 TEL.0265-24-1505

ナフタレンとリフラクトリーセラミックファイバーの健康障害防止対策について



医師 牧野茂徳

平成27年11月1日(一部に経過措置あり)からナフタレンとリフラクトリーセラミックファイバーについて、健康障害防止対策が義務付けられました。そこで、これらについて簡単な説明と健康診断項目について述べます。

I. ナフタレンとリフラクトリーセラミックファイバーの有害性

ナフタレンとリフラクトリーセラミックファイバーは国際がん研究機関によりヒトに対する発がんの可能性があるとされる。

II. ナフタレンとリフラクトリーセラミックファイバーの健康障害防止対策

容器・包装への表示(ラベル)、文章の交付(SD S)、発散抑制措置、作業主任者の選任、漏えい防止のための措置、特殊な作業等の管理、作業環境測定の実施、健康診断の実施などが必要であります。また、作業環境測定の結果や健康診断の結果は30年間の保存が必要であります。

III. ナフタレンの健康診断項目

一次健診

1. 業務の経歴の調査
2. 作業条件の簡易な調査
3. 他覚症状または自覚症状の既往歴の有無の検査
4. 他覚症状または自覚症状の有無の検査
自他覚症状の内容(目の痛み、流涙、眼のかすみ、羞明、視力低下、せき、たん、咽頭痛、頭痛、食欲不振、悪心、嘔吐、皮膚の刺激等)
5. 皮膚炎等の皮膚所見の有無の検査
6. 尿中の潜血検査

二次健診(一次検査の結果、医師が必要と認める場合に実施)

1. 作業条件の調査
2. 医師が必要と認める場合に行う項目
 - 1) 尿中のヘモグロビンの有無の検査
 - 2) 尿中の1-ナフトール及び2-ナフトールの量の測定
 - 3) 視力検査等の眼科検査
 - 4) 赤血球数等の赤血球系の血液検査
 - 5) 血清間接ビリルビンの検査

IV. リフラクトリーセラミックファイバーの健康診断項目

一次健診

1. 業務の経歴の調査
2. 作業条件の簡易な調査
3. 喫煙歴及び喫煙習慣の状況に係る調査
4. 他覚症状または自覚症状の既往歴の有無の検査
5. 他覚症状または自覚症状の有無の検査
自他覚症状の内容(せき、たん、息切れ、呼吸困難、胸痛、呼吸音の異常、眼の痛み、皮膚の刺激など)
6. 皮膚炎等の皮膚所見の有無の検査
7. 胸部のエックス線直接撮影による検査

二次健診(一次検査の結果、医師が必要と認める場合に実施)

1. 作業条件の調査
2. 医師が必要と認める場合に行う項目
 - 1) 特殊なエックス線撮影による検査
 - 2) 肺機能検査
 - 3) 血清シアル化糖鎖抗原KL-6の量の測定又は血清サーファクタントプロテインDの検査等の血液生化学検査
 - 4) 喀痰の細胞診
 - 5) 気管支鏡検査

Q. 健診結果で「肝機能低下」といわれました。「肝機能低下」とはどういった状態でしょうか？

A. 現在、当財団での肝機能検査（血液検査）の基準値はこうなっています。

検査項目	基準値	各項目の特徴
AST(GOT) ALT(GPT)	～30IU/L	肝細胞の壊れ具合をみます。 ASTは、肝臓だけでなく心臓や筋肉の中にも含まれているため、AST、ALTあわせてみる必要があります。
γ-GTP	～50IU/L	特に、肝臓から胆道を通して十二指腸へ出るまでの間の障害に強く反応します。また、飲酒や薬を内服した時、脂肪肝の場合に高くなります。

Q. 肝臓ってどこにあるの？

A. 胸とおなかを区別する横隔膜のすぐ下、胃の右隣にあります。

Q. 肝臓の主な働きは？

A. ①代謝⇒食べたもの（栄養）を体内に必要な形の蛋白質や糖分・脂肪分に変え貯蔵し、必要なときにエネルギーのもととして供給します。

（ASTやALTはこの働きをしている代表的な酵素）

②解毒⇒老廃物やアルコールなど有害な物質を分解し無毒化します。（γ-GTPが代表的な酵素）

③胆汁の生成・分泌⇒主に赤血球やコレステロールなどの老廃物から「胆汁」を生成、分泌します。

胆汁は脂肪の消化吸収を助ける消化液でもあります。

Q. 肝臓が障害を受ける原因は？ 対策は？

A. ①脂肪の蓄積

肝臓に脂肪が過剰にたまった状態を脂肪肝といいます。20歳頃の体重に比べて著しい体重増加がある方に多く見られます。この状態が長く続くといずれ肝硬変につながると言われますが、これは肝臓に脂肪をためている状態です。

②アルコールによるもの

過度の飲酒習慣のある方も脂肪肝になりやすいことがわ

かっています。多量飲酒を続けると肝炎や肝硬変へと進行していく場合もあります
⇒禁酒によって改善したり進行を食い止めることができます。



③薬剤によるもの

人間の体には免疫という外部からの異物の侵入を防ぐ働きがありますが、これに異常がおこると薬物に対してアレルギー反応が起こり、肝細胞が破壊されたり胆汁の流れが阻害されておこることがあります。

④ウイルスによるもの

主にB型肝炎ウイルスやC型肝炎ウイルスによるもので、ウイルス保持者は慢性肝炎や肝硬変、肝臓がんへ進行することもあります

⇒早期発見・早期治療とその後の追跡に努めることが大切です。

肝臓は障害があってもなかなか症状が現れないため「沈黙の臓器」と言われています。

症状が現れるのはかなり進んだ状態になってからです。血液検査で異常が疑われた場合には、画像検査（腹部エコーやCTなど）や肝炎ウイルス検査など原因を明らかにする検査を受けることが重要です。

自覚症状がなくてもまずはかかりつけ医へご相談ください。

謹賀新年

編集
後記

新しい年をどのような気持ちで迎えられましたか？ 私は毎年、年頭にその年の自分の目標を書初めにしています。1年間、その目標に少しでも近づけるよう、自分を奮起します。今年は『桃李成蹊』と書きました。大きな目標ですが、新しい年が充実した1年になれるよう、また1日1日を大事に過ごしていきたいと思っています。

皆さんにとって、この1年が佳き年でありますよう、心より祈念いたします。

（機関紙発行委員会）

中部公衆だより
第10号

発行

一般財団法人 中部公衆医学研究所 〒395-0051 長野県飯田市高羽町6丁目2-2
電話(0265)24-1777(代表) FAX(0265)24-2330 <http://www.chubukosyu.or.jp>
健康づくり部 企画情報課：(0265)24-1505 健康相談課：(0265)24-1507 環境衛生部：(0265)24-1509