

すこやか 熊本

SUKOYAKA
KUMAMOTO

30号
2015

すこやか熊本
30号

平成27年3月30日

編集／公益財団法人 熊本県総合保健センター

この広報誌はリサイクル推進のため古紙
配合率100%の再生紙を使用しています

100



キッズ
サッカー大会でも
活躍したよ!



ゆめまちランドでな
子供たちにもモテモテ!



ヘルシーディで
がんばりました!



《特集》 健診は受けた後が大切です
熊本県総合保健センターは設立30周年を迎えます

平成24年・25年度比較 熊本県総合保健センターにおけるがん検診の状況 インフォメーション

● 結核とがんの撲滅キャンペーン ●

9月の「がん征圧月間」と9月24日～30日の「結核予防週間」にあわせ、例年、がんと結核の撲滅キャンペーンを実施しています。

今年度は9月6日(土)に八代市「ゆめタウン八代」、9月21日(日)に熊本市動植物園の会場をお借りし、熊本県健康を守る婦人の会の皆様と一緒に、結核やがんに関する正しい知識の普及啓発を行いました。

当日は、無料での結核検診やがん・結核に関するパネルやポスターの掲示、乳がん触診モデルや肺がんモデルの展示、複十字シール運動募金などを行いました。

キャンペーンにご協力いただいた皆様、ありがとうございました。



会場全体の様子(熊本市動植物園)



スタッフ写真(ゆめタウン八代)



リレー・フォー・ライフ・ジャパン2014くまもと

リレー・フォー・ライフ・ジャパン2014くまもとを、5月17日(土)から18日(日)にかけて、白川公園で開催しました。

リレー・フォー・ライフとは、がん患者や家族、その支援者が交代でタスキをつなぎながら24時間交代で歩き、がん征圧への願いを新たに、絆を深めあうチャリティーイベントです。世界中で開催されており、熊本での開催は今回で4回目です。

会場が一体感に包まれ、改めていのちの大切さを感じた1日となりました。



たけあかり



総合保健センターチームも参加しました

リレー・フォー・ライフ くまもと実行委員会

〒862-0924
熊本市中央区帯山4丁目2番88号 高野病院内
☎096-384-1011 fax096-385-2890
メール info@takano-hospital.jp
<http://www.jcancer.jp/relayforlife/>

編集後記 当センターのホームページをリニューアルしております。6月頃に完成する予定です。ご利用者の皆様に、より見やすく、より分かりやすく情報をお伝えできるホームページを目指し、デザインや構成を一新します。ぜひご覧ください!



公益財団法人
熊本県総合保健センター

結核予防会熊本県支部・日本対がん協会熊本県支部

TEL.096-365-8800 (代表) 096-365-2323 (予約センター)

〒862-0901 熊本市東区東町4-11-1

URL:<http://www.souho.or.jp>



30周年記念式典・シンポジウム開催



日本対がん協会会長
垣添 忠生 先生



熊本県総合保健センター創立30周年を記念して、3月24日に熊本市国際交流会館において記念式典とシンポジウムを開催いたしました。
熊本県内の市町村や事業所の健診担当者を始めとして、その他多数の関係者の方々に
お集まりいただき、30周年を迎えるにふさわしい式典となりました。

記念式典

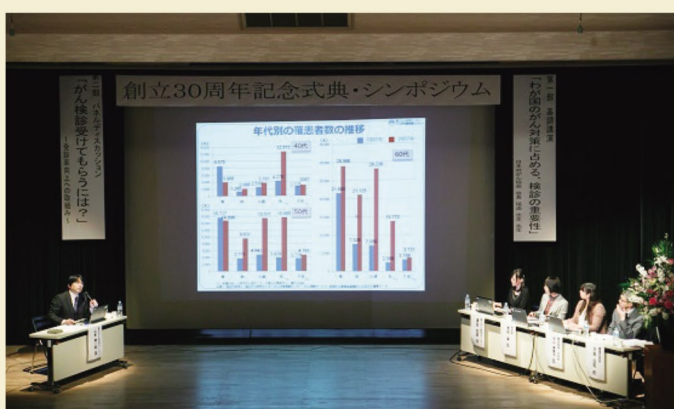
熊本県知事、熊本市長から来賓祝辞をいただき、永年にわたり当センターの保健事業にご理解とご協力をいただいている市町村や事業所、医療機関の先生方、協力団体の皆様に感謝状の贈呈を行いました。

シンポジウム

「がん検診受けてもらうには？～受診率向上への取り組み～」

第一部では日本対がん協会会長の垣添忠生先生に「わが国のがん対策に占める、検診の重要性」と題して基調講演をいただきました。がんによる死を減らすためには早期発見・早期治療が重要であり、検診を受診することの重要性や精度管理の大切さについて分かり易くお話ししていただきました。

続いて第二部では、国立がん研究センターがん予防・検診研究センターの山本精一郎氏をコーディネーターに、同じく国立がん研究センターがん予防・検診研究センター・溝田友里氏、熊本県健康福祉部健康づくり推進課審議員 吉村栄氏、鹿児島県出水市保健師 平山英里子氏、(株)鶴屋百貨店人事部次長大友公司氏の4名のパネリストの方々にそれぞれの立場からの取り組みについて発表していただき、その後パネルディスカッションで受診率向上のた



記念シンポジウム
「がん検診受けてもらうには？
～受診率向上への取り組み～」



めの課題について活発な意見交換が行われました。ご多忙のなか、多くの方々にご来場いただきました誠にありがとうございます。今後とも皆さまに信頼される健診機関を目指して、県民の皆さまの健康づくりに全力を尽くしてまいります。



熊本県総合保健センター設立30周年

理事長挨拶



公益財団法人
熊本県総合保健センター
理事長
福田 稠

熊本県総合保健センター創立三十周年に当たり、ひとことご挨拶申し上げます。
当センターは、「県民の健康管理のための健康診断等、必要な事業を行い、県民の健康増進に寄与すること」を目的に、昭和六十年に結核予防会熊本県支部と熊本県対がん協会が統合されて発足し、お蔭様でこの三月二十七日で満三十年を迎えることとなりました。

これもひとえに、熊本県、熊本県医師会、熊本大学医学部、県下各市町村等をはじめ関係各方面の皆様方の格別のご支援・ご協力の賜物と、心から感謝しているところでございます。この間、保健関係法令や制度の改正、デジタル化など新たな健診機器や健診技術の開発、更には市町村合併や高齢化の進行等、当センターを取り巻く環境も大きく変化して参りました。

当センターといたしましては、これらの変化に対応するため、最新の健診機器の導入や精度管理の向上などに努め、受診者数も順調に増加するなど県民の皆様健康増進に一定の役割を果たして参りました。

また、平成二十四年には公益財団法人へ移行し、公益法人として県民の皆様健康づくりにより一層寄与する取り組みを進めることとしております。

さらに、昨年七月には熊本県より「地域がん登録事業」を当センターの新たな事業として受託し、得られたデータの分析、解析等を行い、公益財団法人としての公益性をさらに発揮して、国や県における、がん医療の向上に貢献することができるようになりました。

これまでの三十年の歩みを踏まえて、これからも、県民の皆様健康づくりのために役員及び職員一人一人が当センター設立の趣旨を心に刻み、職務に誇りと責任を持って業務に取り組み、今まで以上に健診精度を向上させ、質の高い保健サービスが提供できるよう、また、利用者の皆様の満足度を高めるべく、なお一層努力を重ねて参る所存でございます。

皆様方におかれましては、今後ともさらに御指導と御支援を賜りますよう、心からお願い申し上げます。

精密検査を受けていますか？

精密検査とは健康診断の結果で、さらに詳しい検査が必要と認められた場合に受ける二次検査です。保険診療で受けることができ、場合によっては費用を会社が負担することもあります。

当センターでは、血液検査(肝機能・脂質・血糖・貧血など)や画像検査(胸部・乳房・内視鏡など)を受けることができ、事前に予約が必要となります。検査内容によって、受診できる曜日や受付時間、食事制限は異なりますので、予約センターまでお問い合わせください。

●検査項目 〈●午前 ●午後〉

検査項目	月	火	水	木	金
肝機能			●		●
脂質			●		●
血糖(糖負荷)			●		
胃内視鏡(胃カメラ)			●		
大腸内視鏡	●検査受付 ■検査施行	●検査受付 ■検査施行		●検査受付 ■検査施行	●検査受付 ■検査施行
胸部		■	●		
乳房			●		
心電図(心精査)			■(月2回) ※第2、4水曜日		
貧血			■		■
尿検査			■		■

※ 受付時間は検査ごとに異なりますので、ご予約時にご確認ください。
※ 上記のとおり検査を行っていますが、変更等が生じる場合もございます。ご了承ください。

●受診の際は、下記のものをお持ちください。

- 精密検査依頼書(お持ちの方のみ)
- 健康保険証

検診日をよく
ご確認ください



お問い合わせ・お申し込み

公益財団法人
熊本県総合保健センター
〒862-0901 熊本市東区東町4丁目11番1号

〈予 約 係〉 TEL 096-365-2323
FAX 096-365-2616
〈受 付 時 間〉 AM 8:30 ~ PM 5:00

※当センターは事前予約制です。当日の申込受付はできませんのでご注意ください。

●あなたは今の段階!?

まず、あなたの検査結果の数値を下の欄に書き入れてみましょう。あなたの数値が、「1次予防」、「2次予防」、「3次予防」のどこに該当するのか、右側の数値に丸をつけてみましょう。どこに該当していましたか？



健診結果は
からだからの
メッセージ!

今後も
継続して
健診受診を!

生活習慣
の改善を!

生活習慣を改善する
努力をした上で
医療機関の受診を!

すぐに医療
機関の受診を!

検査項目		あなたの 数値	1次予防 正常値	2次予防 保健指導判定値	3次予防 医療対象
体 格	BMI		~24.9	25.0~	
	腹 囲		男性 85cm未満 女性 90cm未満	男性 85cm以上 女性 90cm以上	
血 圧	収縮期血圧		~129	130~139	140~160~
	拡張期血圧		~84	85~89	90~100~
血中脂質	中性脂肪		~149	150~299	300~1000~
	HDL コレステロール		40~	35~39	~34
	LDL コレステロール		~119	120~139	140~180~
肝 機 能	GOT		~30	31~50	51~
	GPT		~30	31~50	51~
	γ-GTP		~50	51~100	101~
血 糖	血糖		~99	100~125	126~
	HbA1c(NGSP)		~5.5	5.6~6.4	6.5~
尿 一 般	尿 糖		—	+	2+~
	尿蛋白		—	+	2+~
	尿潜血		—	+	2+~
腎 機 能	クレアチニン		男性 ~1.00 女性 ~0.70	1.01~1.29 0.71~0.99	1.30~ 1.00~
	e-GFR (糸球体ろ過量)		90~	51~89	~50
代 謝	尿酸		~7.0	7.1~7.9	8.0~
た ば こ			吸わない	吸 う	

厚生労働省 標準的な健診・保健指導プログラム【改訂版】参照

※上の表で、黄色・ピンク・赤の部分にいくつ○がつきましたか？黄色・ピンク・赤色が重なり合わされると血管が傷みやすくなり、病気になるリスクが高くなります。



放置すると危険です!



動脈硬化を起こした
血管の断面図

肥満、高血圧、高血糖、脂質異常が3つ以上あると脳卒中や心筋梗塞になるリスクが約36倍に跳ね上がります。一つでも危険因子を減らすことが大切です。

No.30
特集

健診は受けた後が大切です

健診を受けっぱなしにいませんか？結果を活かして今後の健康作りに役立てていきましょう。



胃・胸部併用車製作しました！

今年度、当センターでは初となる胸部X線と胃部X線の併用車を製作しました。

この検診車は、胸部デジタル装置と、胃部デジタル装置を搭載しています。従来は、胸部X線検査と胃部X線検査は別々の検診車で行われていましたが、この併用車のおかげで、一台で2つの検査を受けることができます。また、車両をコンパクトにつくったので、駐車場スペースの狭い会場でも使いやすいというメリットがあります。



動線が短く、少ない負担で検査を受けていただけます。また、フローリングには柔らかいクッション素材を使用しています。



待合室より入って右手には、胸部X線撮影室があります。



待合室より入って前方には、胃部X線撮影室があります。

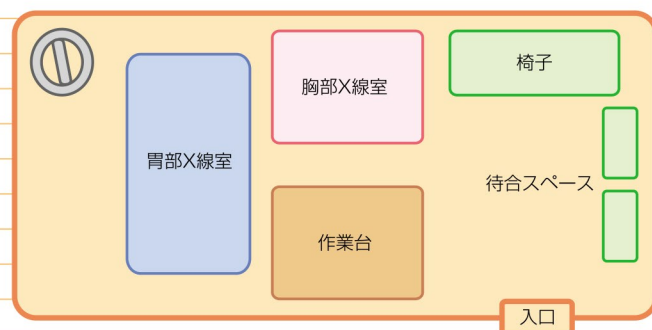


待合スペース

コンパクトに設計されています



検診車レイアウト



(公財) JKAの補助事業による検診車整備のお知らせ

H27年2月に公益財団法人JKAの「平成26年度検診車設備補助事業」の補助を受け、新しく胃・胸部併用車を導入いたしました。今後も皆さまの健康維持増進のお役に立てるよう取り組んでまいります。

なお、公益財団法人JKAでは全国の競輪場・オートレース場の売上金の一部を使って、当センターが補助を受けた検診車整備事業のほか、さまざまな公益事業振興に対して国や地方公共団体の支援が行き届かない分野を中心に補助を行っています。興味のある方は右記QRコードより「RingRingプロジェクト」ホームページを参照ください。



検索



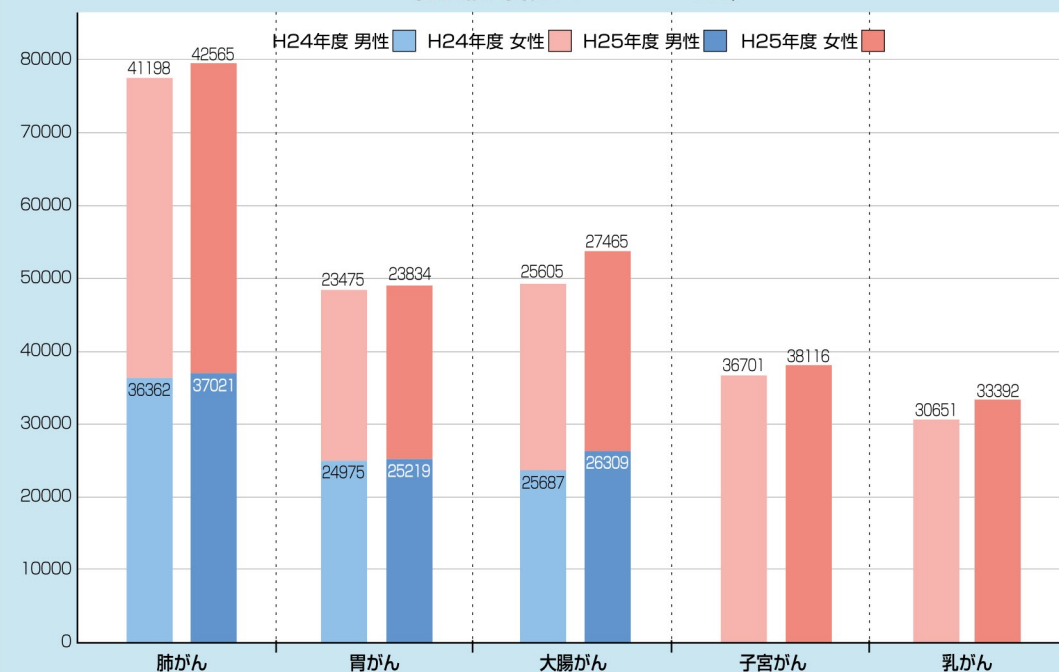
定期的な
がん検診を

「がん」は1981年に死因の1位となって以来、増加の一途をたどっています。現在では年間30万人以上の国民が、がんで亡くなっています。

下記のグラフは平成24年度並びに25年度の当センターにおけるがん検診受診者数(地域および職域検診の総計)、がん発見数、がん発見率を示しています。「がん」は早期発見早期治療が大切です。定期的にごがん検診を受けましょう。

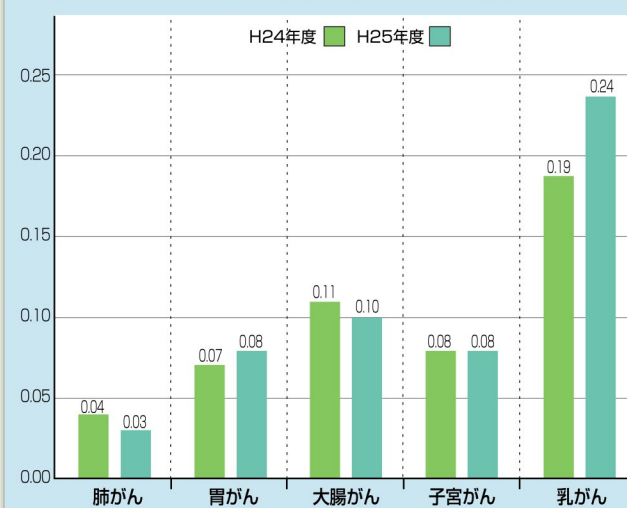
【表1】

総受診者数 (H24・25年度)



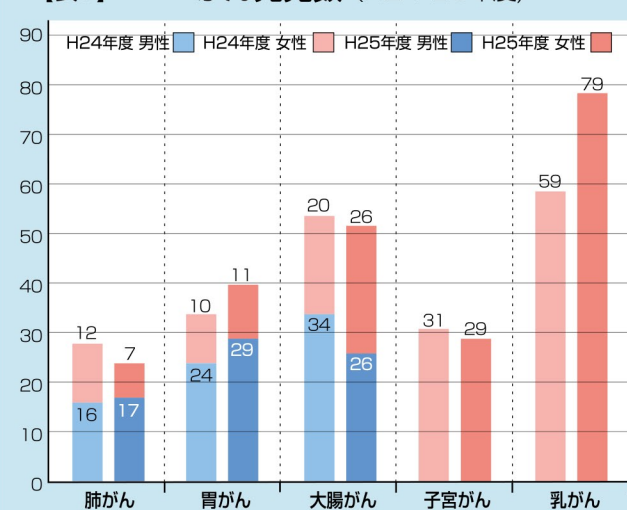
【表2】

がん発見率 (H24・25年度)



【表3】

がん発見数 (H24・25年度)



(平成26年3月12日現在)

熊本県総合保健センターにおける
がん検診の状況