第77号

# 健康さんぽ

## 特集　食物アレルギー　敵を知り 敵に備える！

【K・I撮影】

Contents


| | | |
|---|---|---|
| 特集 | 食物アレルギー | ･･･3P |
| 巻頭言 | ＊ニューイヤーコンサート | ･･･2P |
| 労働衛生 | ＊定期健康診断等における診断項目の取り扱いについて | ･･･6P |
| ゆるっとツイート | ＊りんごの蜜ってなに？ | ･･･7P |
| ﾄﾋﾟｯｸｽ | ＊干支について | ･･･7P |
| お知らせ | ＊交通安全推進活動について | ･･･8P |
| | ＊編集後記 災害時に求められる健診機関の役割 | ･･･8P |


### 一般財団法人 君津健康センター 基本理念と基本方針

＜基本理念＞

1．私たちは、お客様の健康保持増進のお手伝いを通して社会に貢献いたします。
2．私たちは、労働衛生機関のプロフェッショナルとして誇りをもち、精度の高い技術をお客様に提供いたします。
3．私たちは、健康で明るく働きがいのある職場をつくります。

＜基本方針＞

＜法令遵守＞　法令・規則を遵守し、社会的規範となるセンターを目指します。
＜個人情報保護＞　個人情報保護、リスクマネジメントの実施により、情報のセキュリティとお客様のプライバシーを守ります。
＜品質保証＞　精度管理活動に取り組み、高品質なサービスの提供に努めます。
＜自己研鑽＞　自己研鑽に励むとともに、次世代の人材を育てます。

発行☆一般財団法人君津健康センター　発行責任者☆太田一男　TEL 0439-55-6889

【巻頭言】

# ニューイヤーコンサート
## Das Neujahrskonzert

**医務局長　　三浦　正巳**

いつも音楽関係で恐縮です。

新年のお祭りと言えば私の中ではまず、ニューイヤーコンサート。一般にニューイヤーコンサートと言えば無条件にこれを指します。

ウィーン・フィルハーモニー管弦楽団の**ニューイヤーコンサート**（Das Neujahrskonzert）は、毎年１月１日にウィーン楽友協会の大ホール（黄金のホール）で行なわれる演奏会です。ヨハン・シュトラウス２世を中心とするシュトラウス家の楽曲が主に演奏されます。映像はライブで世界各国に中継され、世界中で多くの人々が楽しんでいます（８０ヶ国以上、４億人とも）。1939年１２月３１日に初めて開催され、その後、毎年１月１日の正午に開催されています。

まあ、音楽的には深い内容もなく、いつも決まった曲しかやらないとか、真面目に聴いているとまことにつまらない演奏会なのですが、最近になり、やっとウィーンの聴衆がなんでこんなに夢中になり、真剣に楽しんでいるのかということがわかってきたような気がします。あくまでもお祭りなのです。最近ではバレエを楽しそうに踊る場面もあります。

彼らの長い歴史を持つ誇り、先人たちに対する敬愛、感謝の意思が強く感じられます。そして新年の区切りとして、今を生きることを皆で感謝し楽しみを分かち合う、といったことなのでしょう。

ウィーンの人々の多くは子供のころから、音楽、バレエ等に親しんでいます。芸術が生活の一部になっているといっていいと思います。日本はまだまだでしょう。このような歴史ある、ニューイヤーコンサートが長く続いていることが一つの証明であると思います。

指揮者は毎年変わります。（公式には）団員全員による投票によって決定される超、超一流の指揮者ぞろいです。2002年には小澤征爾が、アジア人ではズービン・メータに続き２人目の指揮者に選ばれました。さすが日本の誇る世界の小澤です。（わたしはあまり好きではないのですが）

実際、中継を見られた方も多いと思いますが、新年を祝う気軽で陽気なコンサートなのですが、新年のはじめであり会場の聴衆は正装をしています。その中でいつも気になるのが日本人が着物で目立っていることです。（結構多い）

チケットは超入手困難、世界一高額なのですが、どうやって手に入れるのか、不思議です。

まだ中継をご覧になったことのない方は一度でいいので見て（聴いて）いただきたいと思います。ど派手で、ただの落ち着きのない、やかましい品のないコンサートと映るかも知れませんが、彼らの歴史、生活を考えるとただのバカ騒ぎでない、生きる楽しみ、勇気、希望が感じられるかもです。

# 食物アレルギー

医師　小倉　康平

## アレルギーとは

食物アレルギーはアレルギーの一種ですが、そもそもアレルギーとはどのようなものなのでしょうか。

私たちの体には、有害な細菌やウイルスなどの病原体から体を守る「免疫」という働きがあります。ところが、この免疫が本来無害なはずの食べ物や花粉などに過剰に反応してしまうことがあります。これを「アレルギー反応」と呼び、その対象が食べ物であれば食物アレルギーと呼ばれます。

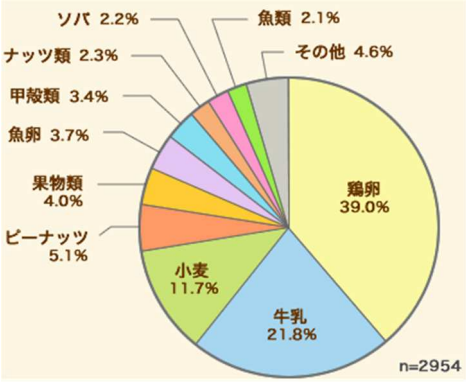
アレルギーには食物アレルギーの他に、花粉症、金属アレルギーなどが知られています。最近これらが大きく取り上げられているためか、アレルギーは現代病と捉えられています。しかし歴史を振り返ってみると、紀元前から喘息やアレルギー症状は知られていました。古代ローマのルクレティウスは「食物は人によっては毒になる」と、食物アレルギーを示唆する記述を残しています。

食物アレルギーの場合、食べ物に含まれる特定の成分、主にタンパク質が異物（アレルゲン）と認識されて症状が引き起こされます。通常、食べ物は異物として認識しないようにする仕組みが働き、免疫反応をおこさずに栄養として吸収する事が出来るのですが、免疫反応を調整する仕組みに問題があったり、消化・吸収機能が未熟だと、食べ物を異物として認識してしまうのです。

食べ物は胃や腸を流れる中で分解され、栄養素として主に小腸から吸収されて、血液に乗って全身に運ばれますが、アレルゲンも同様に消化・吸収・運搬されるため、腸をはじめとして眼や鼻、のど、肺、皮膚などでさまざまな部位で症状が現われます。また、食べ物を食べた時だけでなく、触ったり、吸い込んだり、注射として体内に入ったりした時にも起こります。

## アレルギーの原因（アレルゲン）となる食品

卵、乳、小麦は“３大アレルゲン”と呼ばれ、これらを原因食物とする患者さんの割合が多くなっています。この他にも食物アレルギーの原因となる食物には、そば、大豆やピーナッツなどの豆類、えび・かに・さばなどの魚介類、バナナやキウイフルーツなどの果物など幅広くあげられます。どの食物がアレルギーの原因になることが多いのかは年齢によって大きく異なり、乳幼児にとっての主な原因食物は３大アレルゲンである卵、乳、小麦ですが、学童期以降になると甲殻類や果物類、小麦などが主な原因食物となります。




https://www.food-allergy.jp/info/cause/

## 子どもに多い食物アレルギー

食物アレルギーは子どもに多くみられるのが特徴で、６歳以下の乳幼児が患者数の８０%近くを占め、１歳に満たない乳児では10～20人にひとりが発症しています。子どもに食物アレルギーが多いのは、成長段階で消化機能が未熟で、アレルゲンであるタンパク質を小さく分解（消化）することができないのがひとつの要因と考えられています。そのため、成長にともなって消化吸収機能が発達してくると、原因食物に対して耐性（食べてもアレルギー症状が出なくなること）がつく可能性が高いのです。卵・乳・小麦などは入学前に８割程度は反応を起こさなくなる「耐性化」がみられます。

しかし、中には大人になっても症状が続くものもあり、幼児期後半以降（成人も含む）に発症した食物アレルギーは治りにくいとされています。ピーナッツ・魚介類・果実・そば・種子類のアレルギーは、耐性化しにくいアレルゲン食品とされています。それぞれのアレルゲン食品、重症度により個別に経過の観察が必要です。また年齢と共に原因食物は変化していきます。

## どんなタイプがあるの？

食物アレルギーは大きく４つのタイプに分類されます。

### ●新生児・乳児消化管アレルギー

主に新生児のときに牛乳が原因でまれに発症するタイプです。嘔吐、血便、下痢などの消化器症状が主に起こりますが、２歳頃までにほとんどが治るとされています。

### ●食物アレルギーの関与する乳児アトピー性皮膚炎

乳児期の食物アレルギーの症状として、もっとも多いのがこのタイプです。生後間もなく顔からはじまる湿疹が、治療によってもなかなか改善しない傾向があります。しかし、乳児期のなかなか治らない湿疹がすべて食物アレルギーに関係するわけではないので、その診断は医師の慎重な判断のもとにおこなわれなければなりません。卵・乳・小麦・大豆などが主な原因食物で発症しますが、多くは成長とともに自然と治っていきます。

### ●即時型アレルギー

原因食物を食べた後、速やかに（多くは６０分以内）症状があらわれます。じんましんなどの皮膚症状が約９割と多いですが、他に呼吸器や消化器などにも非常に多彩な症状（アナフィラキシー）があらわれ、中には血圧低下や意識を失うなどのショック状態に陥り命にかかわる場合もまれではありません。原因食物は年齢によって異なり、乳児では卵、乳、小麦が多く、学童期以降では甲殻類や果物類、小麦などが多くなります。

### ●特殊型（次の２つがあります）

➢ **食物依存性運動誘発アナフィラキシー**

特定の食べ物を食べた後に運動をするとアナフィラキシーが起こる病態です。原因となる食物は小麦や、えび・かにが多いのですが、それらを食べても運動しなければ症状は起こらず、また、運動してもそれらを食べていなければ症状は出ません。小学生以上から高校生に多くみられます。

➢ **口腔アレルギー症候群**

果物や野菜を食べた直後に、口の中がイガイガしたり腫れたりする症状が特徴的です。花粉症のある大人に多く、特定の花粉と関連する果物や野菜に反応（交差反応）することで起こります。どのような果物や野菜でアレルギーが起こるかは、どの花粉にアレルギーがあるかによって異なります。

**部位ごとのアレルギー症状の例**

| | |
|---|---|
| **皮膚症状** | かゆみ、じんましん、むくみ、赤くなる、湿疹 |
| **呼吸器症状** | くしゃみ、鼻づまり、鼻水、せき、息が苦しい（呼吸困難）、ゼーゼー・ヒューヒュー（喘鳴）、犬が吠えるような甲高いせき、のどが締め付けられる感じ |
| **粘膜症状** | 眼：充血、眼のまわりのかゆみ、涙目<br>口：口腔・唇・舌の違和感・はれ |
| **消化器症状** | 下痢、吐き気、嘔吐、血便 |
| **循環器症状** | 脈が速い・触れにくい・乱れる、手足が冷たい、唇や爪が青白い（チアノーゼ）、血圧低下 |
| **神経症状** | 元気がない、ぐったり、意識もうろう、尿や便をもらす |
| **全身症状** | アナフィラキシー |

## STEP01 敵（アレルゲン）を知る！

患者さんによってアレルゲンは異なります。自分のアレルゲンを知ることが対策のスタートです。食事の最中や食後に、くりかえし「おかしいな？」と感じたら、まずは医師に相談し、原因食物をきちんと診断してもらいましょう。言葉を十分に話せない乳幼児では、皮膚症状に注目してください。離乳食をはじめた頃から、頬、肘の裏、膝の裏などに、じくじくとした湿疹が出て治らない、皮膚がごわごわしてきた、といった症状があった場合は小児科や皮膚科を受診させましょう。

病院では、患者さんの食習慣や食物アレルギーが出たときの状況、家族歴などについて詳しく問診をとります。いつ、何を、どのくらい食べて、どれくらい後に、どのような症状が出たかがポイントになります。「食物日誌」など記録をつけておくと役立ちます。血液検査や皮膚テスト（プリックテスト）、食物除去試験、食物経口負荷試験といった検査を行う場合もあります。

## STEP02 敵（アレルゲン）に備える！

アレルゲンがはっきりしたら、医師の指導のもと、原因食物を食べない「食物除去」を行います。ただし、栄養不足で健康や成長に影響が出ないよう、専門の医師としっかり相談し、除去は必要最小限にとどめることが大切です。特に小さいお子さんには注意が必要です。

食物除去を行ううえで、加工食品のアレルギー表示を確認する習慣を付けましょう。平成27年4月1日より「食品表示法」が施行され、アレルギー表示をはじめとした、消費者が食品を選択・購入する際に必要な情報が正確かつわかりやすく表示されています。アナフィラキシーを引き起こすリスクが高い「特定原材料」として、卵、乳、小麦、えび、かに、そば、落花生の7品目は、極めて少量であっても、箱や袋、缶や瓶など容器包装された加工食品に入っていれば必ず原材料表示されます。

また、特定原材料に準ずるもの20品目については、「可能な限り表示をするよう努めること」として表示が奨励されています。（表示の義務はありません）

製品の表記欄に「代替表記」（例:乳→バター、チーズなど）と呼ばれる別の書き方がされているものも認められています。また、特定原材料名と代替表記を含んでいる原材料名の一部には「拡大表記」（乳→加糖れん乳、アイスミルクなど）としてその利用を認められている表記があります。

**＜義務品目＞特定原材料７品目**

**必ず表示されるものは、乳・卵・小麦・そば・落花生・えび・かにです。**

**＜推奨品目＞特定原材料に準ずるもの20品目**

**表示が勧められているものは、下記の20品目です。**

- あわび
- いか
- いくら
- オレンジ
- キウィフルーツ
- 牛肉
- くるみ
- さけ
- さば
- 大豆
- 鶏肉
- 豚肉
- まつたけ
- もも
- やまいも
- りんご
- ゼラチン
- バナナ
- ごま
- カシューナッツ

ところが、表示義務のある特定原材料７品目が含まれていても、表示されない場合があるので注意が必要です。 以下のような食品では表示されませんので十分に注意してください。

**◎店頭で計り売りされる惣菜･パンなどその場で包装されるもの**

**◎注文して作るお弁当**

加えて、運搬容器への表示や、食品中に含まれる特定原材料等の総タンパク量が数μg／ml濃度レベルまたは数 μg／g 含有レベルに満たない場合、知見が不足している香料などは表示が免除されています。

## アドレナリン自己注射薬を携帯しましょう

食物アレルギーの患者さんには、ときに命を脅かすアナフィラキシーの症状が出ることもあります。もしもの時にあわてないよう、普段からしっかりと対策しましょう。

過去に強いアナフィラキシーの経験があったり、その危険があると思われたりする場合は、アドレナリンを自分で注射する自己注射薬（アナフィラキシー補助治療剤）を常に携帯しておくとよいでしょう。自己注射薬は、患者さんの状況に応じて、医師が必要だと判断した場合に処方されます。ただし、アドレナリン自己注射薬の処方の資格を持つ医師でなければ処方できませんので、受診する際はあらかじめ電話などで確認するようにしてください。

労働衛生

# 定期健康診断等における診断項目の取り扱いについて

厚生労働省基準局長より「定期健康診断等における診断項目の取り扱いについて」（平成２９年８月４日付基発第０８０４第４号）が発出され、事業者が健康診断を実施する場合の留意として次の２点が示されました。

**1.** 一部においては、血液検査等の省略の判断を医師ではない者が一律に行うなど、適切に省略の判断が行われていないことが懸念される。規則第４４条第２項（**※2**）により、厚生労働省告示に基づく、血液検査、血糖検査、貧血検査等を省略する場合の判断は、一律な省略ではなく、経時的な変化や自他覚症状を勘案するなどにより、個々の労働者ごとに医師が省略が可能であると認める場合においてのみ可能であること。

**2.** 健康診断の実施を委託する場合には、委託先の健康診断機関が、精度管理を含め健康診断を適切に実施しているかについての報告を求める等適切な管理を実施すること。

**※2：定期健康診断（安衛則第４４条）における健康診断の項目の省略基準**

定期健康診断については、以下の健康診断項目について、それぞれの基準に基づき、医師が必要でないと認める時は省略することができます。なお、「医師が必要でないと認める」とは、自覚症状及び他覚症状、既往歴等を勘案し、医師が総合的に判断することをいいます。したがって、以下の省略基準については、年齢等により機械的に決定されるものではないことに留意してください。

| 項 目 | 省略することができる者 |
|---|---|
| 身長の検査 | 20 歳以上の者 |
| 腹囲の検査 | ● 40 歳未満の者（35 歳の者を除く）<br>● 妊娠中の女性その他の者であって、その腹囲が内臓脂肪の蓄積を反映していないと診断された者<br>● BMI が 20 未満である者（BMI=体重(kg)/身長(m)$^2$）<br>● 自ら腹囲を測定し、その値を申告した者（BMI が 22 未満である者に限る） |
| 胸部エックス線検査 | 40 歳未満の者（20 歳、25 歳、30 歳および 35 歳の者を除く）で、次のいずれにも該当しない者（※）<br>● 感染症の予防および感染症の患者に対する医療に関する法律施行令（平成 10 年政令第 420 号）第 12 条第位 1 項第 1 号に掲げる者<br>・学校（専修学校および各種学校を含み、幼稚園を除く）、病院、診療所、助産所、介護老人保健施設または特定の社会福祉施設において業務に従事する者<br>● じん肺法（昭和 35 年法律第 30 号）第 8 条第 1 項第 1 号または第 3 号に掲げる者<br>・常時粉じん作業に従事する労働者でじん肺管理区分が管理 1 のもの（第 1 号）または常時粉じん作業に従事させたことのある労働者で現に粉じん作業以外の作業に常時従事している者のうち、じん肺管理区分が管理 2 である労働者（第 3 号） |
| 喀痰検査 | ● 胸部エックス線検査によって病変の発見されない者<br>● 胸部エックス線検査によって結核発病のおそれがないと診断された者<br>● 上記胸部エックス線検査の項の右欄に掲げる者 |
| 貧血検査、肝機能検査、血中脂質検査、血糖検査および心電図検査 | 40 歳未満の者（35 歳の者を除く） |

上記 **1.** の示すように、血液検査等の省略はあくまで医師が自覚症状及び他覚症状、既往歴を総合的に判断した場合のみ省略が可能となります。最近では若年層の肥満や糖尿病が多いこともあり、基本的に全ての健診項目を受診されることをおすすめ致します。上記 **2.** において、弊社は精度管理を含め、健康管理を適切に実施している施設「労働衛生サービス機能評価認定施設」である事を申し添えます。

お知らせ

平成２９年１０月１日から改正育児・介護休業法が施行されました。『保育所に入れない場合など、２歳まで育児休業が取得可能に』『子どもが生まれる予定の方などに育児休業等の制度などをお知らせ』『育児目的休暇の導入促進』等、次号では改正のポイントについてお知らせいたします。

育児・介護休業法の詳細な内容については、厚生労働省ホームページでご確認下さい。

第21回

# りんごの蜜ってなに？

**放射線科　中村　伸光**

先日、久しぶりに郷里のりんごを食べました。“江刺のサンふじ”という品種で蜜がたくさん入っていました。でも、種類によっては蜜の入っていないりんごもあります。りんごの蜜とは何でしょうか？

りんごは蜜が入っているほど甘いって言いますよね。では、蜜の部分だけを食べると甘味をより強く感じられるのでしょうか。りんごの蜜は「ソルビトール」という糖質アルコールの一種です。葉の光合成によってつくられる物質で、成長段階において葉からどんどん果実内に運ばれます。そしてソルビトールは果実の中でりんご本来の甘味である果糖やショ糖に変換されます。

しかし、りんごは完熟するとソルビトールを糖分に変換するのをやめます。この行き場を失ったソルビトールが「蜜」なのです。蜜が入っているということは、これ以上糖に変換しなくてもよいという状態まで完熟しているのでおいしいりんごというわけです。ただし、ソルビトール自体は果糖やショ糖の5～6割の甘さしかないので、その部分だけを食べてもあまり甘くはありません。

蜜の入りやすいりんごの品種は「ふじ（サンふじ）、北斗、レッドゴールド、ひめかみ」などがあり、「王林、ジョナゴールド」などは完熟しても蜜は入りません。

りんごのことわざに「一日一個のりんごは医者を遠ざける」があります。イギリスのウェールズ地方に古くから伝わることわざで、毎日りんごを食べることは健康に良いことを意味します。りんごに含まれているポリフェノールは、強い抗酸化作用で老化を防ぎコレステロール値を下げる働きがあります。またペクチンは腸内の善玉菌を増やしたり、余分な脂肪を排泄する手助けをするようです。

おいしいものは体に悪いイメージがありますが、おいしいのに体にも良いりんごは不思議なくだものです。今年の冬はしばらくりんごを食べてみようと思います。

## 面白トピックス　干支について

新しい年が明けました。年頭のこの時期は、やはり干支、つまり十二支についてのお話をご紹介しましょう。2018年（平成30年）は「戌（いぬ）」年です。十二支では11番目で、動物に当てはめると「犬」になります。

犬は人間と暮らし始めた最も古い動物のひとつで、縄文時代の遺跡から犬の骨が発掘されているそうです。日本では狼を表す「ヤマイヌ」に対し、犬を「イエイヌ」と言い、古くから猟犬、番犬、愛玩犬などとして親しまれています。警察犬や災害救助犬、あるいは盲導犬、介助犬としても活躍していて、我々の暮らしを助ける欠かせない存在となっています。

犬に関することわざ、慣用句も非常に多く、でしゃばると災難に遭うという意味の「犬も歩けば棒にあたる」、夫婦喧嘩はつまらないものだから他人が心配するものではないという意味の「夫婦喧嘩は犬も食わない」、あるいは「負け犬の遠吠え」「犬猿の仲」など聞き慣れた言葉ばかり。それだけ我々人間との係わりが深い存在ということですよね。

戌年生まれの人は真面目で誠実、思いやりがあり献身的なので周りから信頼を得やすい、と素晴らしく言われますが、忠誠心が強い分、裏切られるとダメージが大きく、抱え込みやすいそうです。また、相手の人となりを見抜く力を持ち、一度信じた相手は生涯愛するそうです。戌年生まれのあなた、いかがですか？

歴史上の人物では、平清盛や戦国武将の加藤清正が戌年生まれだそうですが、何といっても有名なのは生類憐みの令の"犬将軍"徳川綱吉などが挙げられます。スポーツ界では、プロ野球のご存知二刀流大谷翔平選手や、フィギアスケートのオリンピック金メダリスト羽生結弦選手などのトップアスリートの姿もあります。大リーグに挑戦する大谷選手のように、今年も上を目指して挑戦していきましょう。

**（参考情報：干支情報サイト、暮らしの歳時記他）**

## Information

### 君津健康センター　交通安全推進活動について

明けましておめでとうございます。

昨年 10 月末をもちまして 123 日間のセーフティードライバーズ活動が終了いたしました。事故が絶えない昨今、あおり運転や無謀な追い越しなどドライバーのモラルによるトラブル事故が目立つようになってきました。使用方法を誤ると車は瞬く間に凶器と化します。私たちドライバーはそのことを忘れずに譲り合いの心を持つことが安全運転に繋がります。今後も時間と心に余裕を持って交通安全に一層努めて参ります。　（Y・T）

平成 30 年
新年号後記

## 災害時に求められる健診機関の役割

昨年 11 月、全国労働衛生団体連合会の運営研究協議会に参加した。熊本城から目と鼻の先のホテルで開催され、全国各地からお集まりの健診機関の皆様と名物の馬肉や辛子レンコンを美味しくいただいた。

今回は「災害時に求められる健診機関の役割」というテーマで進められ、被災地に位置する東北・熊本４つの健診機関代表者によるパネル討論がそのメインであった。７年前のあの東日本大震災、大津波と福島第一原発の水素爆発、そして一昨年の熊本地震、塗炭の恐怖と大混乱の中でいかに対応してきたか、経験したことのない自然の猛威に大変なご苦労の連続であったことをあらためて認識した。健診機関それぞれに地域事情が異なり、当然被害程度も濃淡ある中ではあるが、それらをミックスして報告したい点についてかいつまんで紹介させていただきたい。

**平成23年3月11日 14:46**、三陸沖を震源とするM9.0、震度７の巨大地震発生、大きな揺れが収まった直後、指定された避難場所に集合、健診顧客を含めた相互の安否確認、建物・健診機器等の損壊程度等被害状況の把握、頻発する余震、適宜建物立ち入り制限をかける。電気･水道･ガスはもちろん、道路寸断、電話機器等情報ツールまで遮断される中、帰宅困難者も続出した。災害の全体感を把握するために車載のテレビやラジオを使い、巡回健診車で夜を明かす。備え付けの発電機でお湯を沸かし食べられるものを作った。

なんとか健診を再開したい、近所の空き家２軒を借り対策本部を立上げ、仮事務所を設置、頻発する余震に注意しながら、まずは健診顧客への連絡、職員出勤態勢の確立、安全が確認された建物への営業機能移転、施設健診再開に向けた市内空きビルでの仮設健診クリニックの開設等々を進めた。

以降、厚生労働省の委託を受けた被災労働者に対する健康診断の実施 11 万６千人、仮設住宅で暮らす被災者の健康支援冊子 15,000 部の配布、陸前高田への放射線技師および胸部デジタル車の派遣、ホールボディカウンター(WBC)体内放射能測定装置搭載車のレンタルと警戒区域での巡回健診の実施、等々の被災者支援活動を並行させた。特にインフラの破壊や被曝の懸念もあり、健診の可否や是非をめぐり、幾度となく内部議論を展開したことや、医療・健康支援活動にかかる医師･看護師･保健師等の「行きたくない、行けない」、当然内部で様々な思いが交錯したことは言うまでもない。因みに当該常務理事が手を挙げると「足手まといになるから来るな！」「私は被災支援活動に参加させてもらえなかった」というお話しが印象に残る。

もちろん津波による被災状況は言うに及ばず､高田松原７万本のうち　１本だけ残った松をバックに**「津波てんでんこ」**という言葉を報告の顛末に付け加えられたことを敷衍しておく。

**平成 28 年４月 14 日 21:26**、M6.5 震度７の前震、本震は 26 日 13:35 M7.3 震度７、熊本県内全域に甚大な被害が発生した。職員全員が被災した中で連日対応協議、建物復旧事業５千万円超、健診機器修理１千万円、熊本県総合保健センターの被害状況である。それでもなお熊本市民病院への胸部検診車の貸し出し、自治体および保健所からの要請を受け、被災地健康相談事業への対応、震災後の心と体の健康相談、被災者への訪問相談等々に対応するなど、様々な支援活動を行ってきたとのことである。決して簡単にできることではなく、同健診機関のパワーの強さを感じた。

折角の機会であり、熊本城復興見学ルートを半分ぐらい歩いてきた。確かに石垣はあちらこちらで崩れてはいるが、坂を上ってすぐ入り口付近に平静を保つ加藤清正公を祀る加藤神社があった。周りを眺め渡すとこんなにも大きなお城かと感嘆する。「瓦１枚１万円」という話を聞いていたが、どこでどう対応するのか確認できなかったところで城を後にした。その後の行動は省略する。

昨年も日本列島様々なところで局地的な集中豪雨や川の氾濫、土砂崩れ、竜巻や季節はずれの台風等によって家屋やライフライン、また農家が丹精込めて育てた農作物への被害等、被災状況は目を覆うものがあった。弊センターも製鐵所の津波・防災訓練に合わせ、センター独自の訓練を行ってはいるが、実際に地震や津波など自然の猛威に的確に対応できるのか、そうした観点からすると、今回の健診機関のお話しはイザという時のことをもう一度考えるに十分な内容であり、いかに納得的な準備をしておくか新年を機に思いを巡らせたい。　（K・O）

◇◆◇　「健康さんぽ」はホームページでもご覧いただけます　◇◆◇