



NO, 140

ORIENTAL

INDUSTRIAL HEALTH NEWS

JUN.7.2022

発行/一般社団法人 オリエンタル労働衛生協会

〒464-0850 名古屋市千種区今池1-8-4 TEL052(732)2200(代)

発行人/福田 吉秀 編集人/伊藤 達夫 構成/藪野 正樹

E-mail:oriental@muh.biglobe.ne.jp



絵・藪野正樹(二紀会会員)「川がある風景」水彩



一般社団法人 オリエンタル労働衛生協会

URL <http://www.oriental-gr.com/orn/oriental.htm>

新任のぞい挨拶

愛知労働局労働基準部長

伊勢久忠

会員の皆様には、ますますご清栄のこととお慶び申し上げます。

本年4月1日付けで愛知労働局労働基準部長に就任しました伊勢と申します。

一般社団法人オリエントタル労働衛生協会並びに会員の皆様におかれましては労働安全衛生行政の推進、とりわけ労働災害防止にご協力を賜って



ることに心より感謝申し上げます。

貴協会におかれましては「全ての人が健康でいづづける為」を基本理念に掲げて、時代の要請に即応し、働く方々の健康確保に向けて多大な貢献をしておられるところとす。愛知労働局において、令和4年3月31日に改正された「ストレスチェック制度」の施行を踏まえた当面のメンタルヘルス対策の推進について」等の通達を踏まえ、労働者の健康状態の把握を基本とする健康の保持増進について、より一層の取組を進めてまいりますので、引き続きご協力を賜りますようお願いいたします。

また、労働者の心身の健康

確保のために、労働者のリスクを踏まえた健康確保措置について、健康診断、長時間労働者に対する面接指導、ストレスチェックの結果を一元的に管理することで、労働者の健康障害リスクが高まる要因を把握し、これらを踏まえて健康確保措置が行われるように取組を推進してまいります。このことに関連して、健康確保措置と健康保持増進措置を相互補完させた上で、労働者の心の健康の保持増進のための指針に基づく取組を実行することにより、労働者の健康水準の向上を図るよう努めてまいります。また、メンタルヘルス対策、治療と仕事の両立支援など、多様で柔軟な働き方について理解を図ってまいります。

その他、化学物質、粉じん、石綿に係る障害防止措置についても、重点的に取り組むこととしております。特に、化学物質につきましては、今後、危険性・有害性が確認さ

れたすべての物質について自律的な管理が義務付けられる予定です。このため、中核となる化学物質に対するリスクアセスメントについて、更なる普及促進に努めてまいります。

さらに、これからの時期に毎年問題となる熱中症対策についても、引き続き予防対策の徹底を図ってまいります。

労働者の作業環境を取り巻く問題や健康管理につきましては、諸問題が山積しておりますが、今後、労働者が安心して健康に働ける職場環境を構築するため、愛知労働局では、あらゆる機会を捉え、わかりやすい丁寧な発信に努める所存です。皆様の一層のご支援、ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

令和4年度 行政運営方針

愛知労働局労働基準部健康課

業務上疾病発生状況、

定期健康診断結果

令和3年の愛知県内の業務上疾病の総数は939件

で、前年比301件の増加となった。このうち、新型

コロナウイルス感染症については、530件で、前年比

345件の大幅な増加となった。業務上疾病全体に占める

割合が、56・4%と半数を超えており、総件数については、

新型コロナウイルスの影響が大きい。その他、災害性腰痛について

は、毎年件数が多いが、令和3年も294件発生し、前

年比20件増加（107%）となり、増加傾向となっている。

熱中症については、令和2年は92件と非常に多発した

が、令和3年は28件となり、前年比64件減少（30・4%）

となった。

全体的な業務上疾病の数値をコロナウイルスの影響を考慮しない数値で見ると、減少傾向となっている。

定期健康診断の有所見率については、55・2%だったが、全国平均より3・5ポイント低くなった。有所見率が高かった健診項目は、血中脂質、肝機能、血圧、血糖等、生活習慣病との関連が疑われるものであり、これらの有所見率の増加が定期健康診断の有所見率を増加させる要因となっている。

労働者の

健康確保対策

1. 労働者の心身の確保のための総合的対策

① リスクを踏まえた健康確保措置の実施

労働者の生涯において職業生活の占める割合は非常に高いものとなっている。事業者は労働者に対し、仕事を原因とする健康障害を及ぼす

ことがないような必要な措置を講ずるべきであり、労働安全衛生法令および指針等に基づく措置は、いずれも単発的ではなく、相互連携の上、総合的な取り組みとして推進されるべきである。

そのため、健康診断、長時間労働者に対する面接指導、ストレスチェックの結果を一元的に管理することで労働者の健康障害リスクが高まる要因を把握し、これらを踏まえて健康確保措置が行われるように取組を促進していく。

② 健康保持増進措置及び労働者全体の健康水準向上に向けた取組

健康確保措置と健康保持増進措置を相互補完させた上で、労働者の

心の健康の保持増進のための指針に基づく取組等を実行することにより、労働者の健康水準の向上を図る。

またメンタルヘルス対策、治療と仕事の両立支援等、多様で柔軟な働き方を認め、継続的な人材確保、生産性の向上等を実現し、労働者全体の健康水準を指すため、事業者に動機づけを行い、取り組みを指導する。

2. 化学物質・粉じんによる

健康障害防止対策

① 化学物質による健康障害防止措置

化学物質について、今後、危険・有害性確認された全ての物質について規制対象に追加し、自律的な管理を義務付けることとしているが、今後事業場が自律的な管理をするために中核となる化学物質に対するリスクアセスメント等についての普及促進を図つ

ていく。

また有機溶剤障害予防規則や特定化学物質障害予防規則の法令の遵守徹底を指導するとともに、危険、有害性が確認された物質について、確実にラベル表示やSDSの交付が行われるよう、事業者に必要な指導を行う。

② 粉じん障害防止措置

平成30年度から令和4年度までを実施期間としている「第9次粉じん障害防止総合対策」の推進を図り、じん肺健康診断の実施、呼吸用保護具の適切な指導等、関係法令の遵守徹底と趣旨についての理解浸透を図り、自律的管理の促進を図る。

3. 石綿による健康障害防止対策

① 石綿による健康障害防止対策

令和2年に改正された石綿障害予防規則の

遵守を図る。また令和4年4月1日に施行された事前調査結果の報告を徹底させることや、令和5年10月から施行される資格を有する者が事前調査を行うことについて、周知を図る。

② 石綿最高裁判決を踏まえた対応

令和3年5月の建設アスベスト訴訟において、労働者と同じ場所でも労働安全衛生法第22条の適用があるとの判断が出され、事業者は健康障害を防止するため必要な措置を講じなければならぬとされた。これを受けて、今後法令改正が予定されているため、法令改正の内容の周知を図る。

4. 熱中症予防対策

熱中症の発生は、暑さ指数と関連しており、作業者の暑熱環境ばく露対策を講じることで一定の化学的

アプローチは可能である。予防対策の効果を考慮し、夏季を迎える前に、当局で作成したリーフレットを活用し、熱中症予防対策の推進を図る。

5. 受動喫煙対策、事務所等

① 受動喫煙対策

「職場における受動喫煙防止のためのガイドライン」について、あらゆる機会を捉えて周知を図っていく。

また、受動喫煙防止対策助成金制度を推進するとともに、地方自治体との連携を図る。

② 事務所等における労働衛生対策

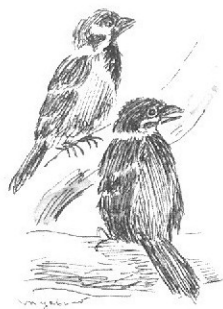
令和4年4月施行の改正事務所衛生基準規則により空調設備を有する事務所内の室温についての努力目標値が18℃以上とされ、今後も令和4年12月に照度の基準が引き上げられることとされている。

そのため、今後改正内容について、周知を図る。

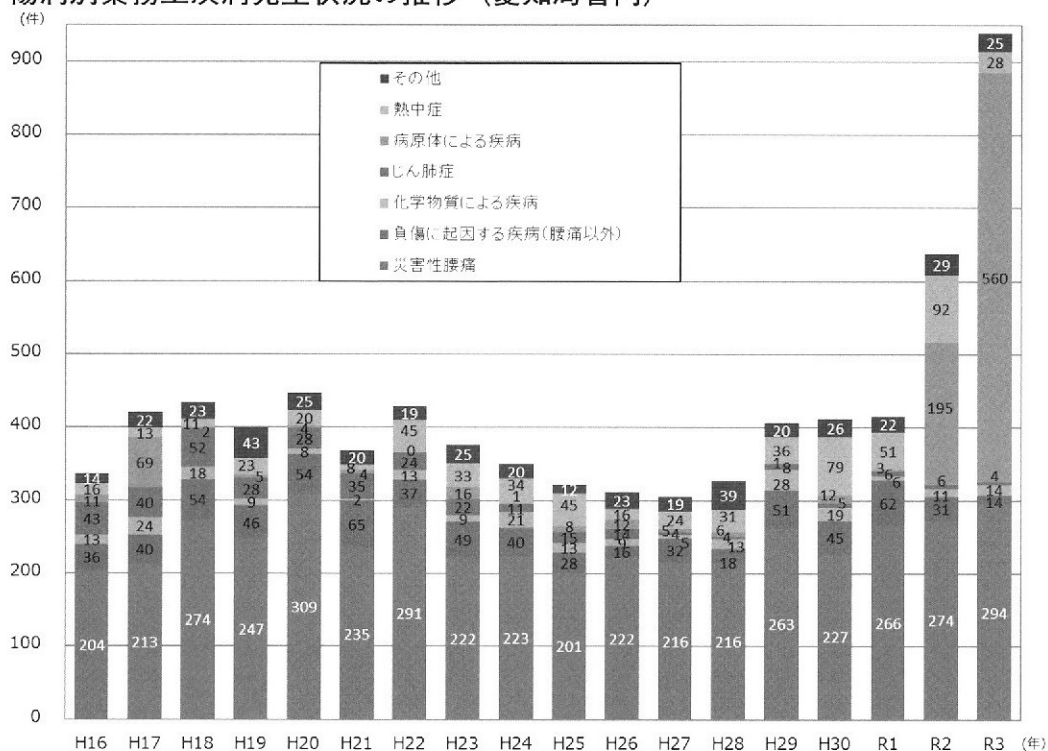
6. 職場における新型コロナウイルス感染症の拡大防止対策

職場における新型コロナウイルス感染症の拡大を防止するための「職場における新型コロナウイルスの普及に取り組む」

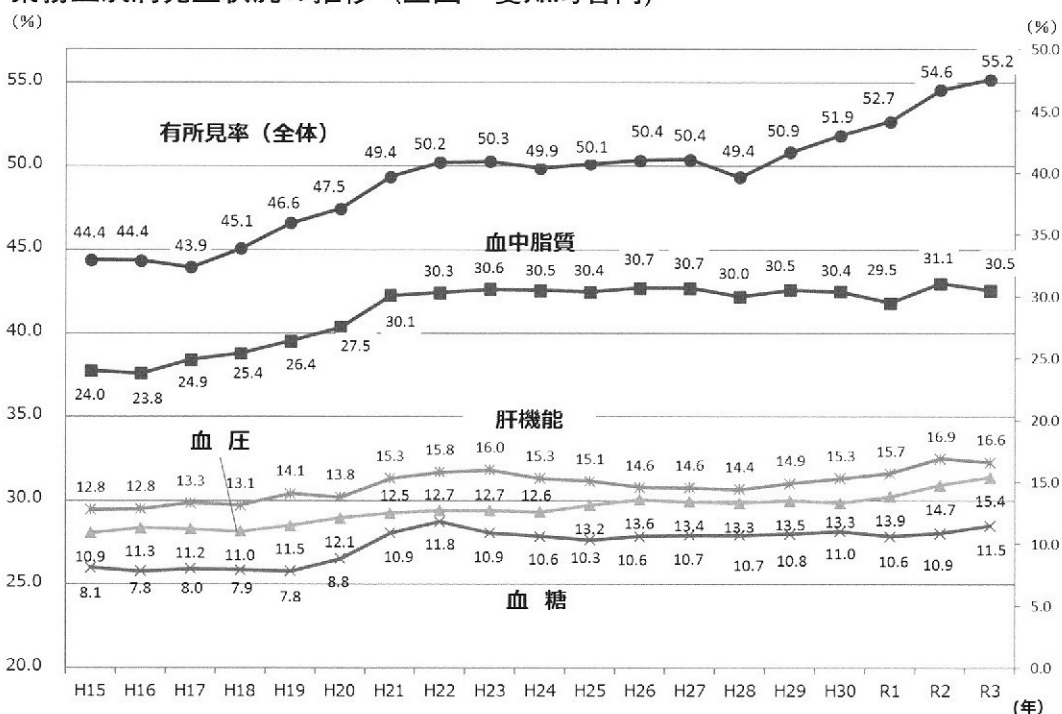
また、当局健康課に設けた「職場における新型コロナウイルス感染拡大防止対策相談コーナー」における窓口相談等を通じ、職場における感染防止対策について取組の促進を図る。



1 傷病別業務上疾病発生状況の推移（愛知局管内）



2 業務上疾病発生状況の推移（全国・愛知局管内）



病氣から身を守るための知識

健診結果表が

教えてくれること

協会メデイカルクリニック・ドクター

甲斐一成 (医博)

長かった寒気も去り、満開だった桜も終わり、新緑の季節を迎えました。

皆様、春の健康診断を受けられましたか？ 結果表が届いた方もおありと思います。

結果表に気になるところがありましたか？

健診結果表で

リスク評価を

検討しましょう

結果表に、動脈硬化の危険因子を総合して、治療目標値が載せられているのではないのでしょうか。



現在の健康では、糖尿病、脂質異常

圧の治療目標値が異なるようになりまし。

危険因子の数が増えると、生活習慣病のリスクが1.5倍から3倍にまで増加することがわかったからです。

個々の危険因子についても、リスクは血圧(収縮期)が130 mmHg未満から上昇するにつれて高くなり、160 mmHg以上では脳卒中、心臓病は8倍まで上昇します。

また高血糖になると、心臓病のリスクは上昇して、ヘモグロビンA1Cが5%未満の人と比べて、7%以上では7倍まで上昇するのです。

脂質異常症では、コレステロール値が重要ですが、生活より遺伝性の要素が高いので、食生活と関係の深い中性脂肪と比較すると、84 mg/dl以下から上昇するにつれて、3倍近くまで上昇します。

肥満について

そこで、危険因子の中で、関係が深く容易に計測できる肥満についてお話ししましょう。

BMI(肥満度)が普通(25未満)から上昇するにつれて、死亡率は上昇し、40以上では2倍にまで高まります。

それでは体重が減少すると、危険因子はどうなるでしょう。

ヘモグロビンA1C(%)は、体重が10%低下すると、0.2%低下します。

空腹時血糖は、体重が10%低下すると、5 mg/dl低下します。中性脂肪は体重の10%低下で、80 mg/dl低下、HDLコレステロールは体重10%低下で10 mg/dl上昇します。

最後に血圧ですが、10%の低下で、収縮期血圧は9 mmHg、拡張期血圧は7 mmHgの低下です。

どうです！ 以上の結果から、肥満の改善は内臓脂肪を減少させて生活習慣病の予防となり、過食と運動不足は増悪させることをはっきり示しております。

1970年代の

食事が理想的です

先に、日本人の生活習慣

病の、危険因子の時代による変化についてお話ししましたが、食生活の欧米化が危険因子の変動を招いたと考えられています。欧米化は、脂肪摂取量を増加させており、1946年では摂取カロリーの7%でしたが、現在は26%以上に増加しています。

脂肪以外では肉類が増えて、魚介類、野菜、米類が減っています。食事内容が、米、魚、野菜から、パン、肉、油脂を多く摂るようになったためと考えられています。また、現在では、生活習慣

病の中でも糖尿病がマスコミ等に注目されて、「炭水化物ダイエット」を多くの方が実践され、炭水化物摂取を減らした結果、脂肪、タンパク質摂取が多くなっていることも関係しているのではないのでしょうか。

日本人の食習慣の中で理想的と考えられているのは、1970年代の食事といわれています。

従来の日本食の弱点といわれている低タンパク、高塩類食から洋食の増加につれて、タンパク質、乳製品の摂取量



が増加して、バランスが取れていた時代と考えられています。

体内時計を 昼型にしましょう

バランスの取れていた時代の代表的な献立を示してみよう。

朝は、ご飯(150〜200g)に味噌汁・納豆(発酵食品)、茹で野菜を。昼は、現在ならコンビニを利用して、ご飯、鶏肉の唐揚げ、カボチャやゴボウの煮物、果実、牛乳を摂る。夕食はご飯に魚の照焼き、野菜炒めや酢づけ、野菜と油揚げの味噌汁です。

これで1日20000カロリーを摂ることができます。昔の食事を思い出された方もおられるでしょう。

このような食事を朝7時、昼12時、夜8時と、規則的に摂っていると(摂れない場合もあると思いますが)体内時計は、カロリー摂取時間と消費時間のバランスが良く、昼型となり肥満しにくくなります。

それとは逆に仕事が多かから終わらなくて遅く帰宅、それから夕食を摂る、あるいは外食となる。睡眠不足のため朝は寝過ぎてコーヒーだけで済みます。翌日も連鎖で、外食店での昼食時間に間に合わず、インスタントラーメンで間に合わせることになるでしょう。

こういう食生活を続けていると、体内時計は夜型となり、肥満しやすくなってしまいます。肥満の上、朝はコーヒーにタバコで過ごす生活が続けば、動脈硬化が進行することは間違いありません。

健診で動脈硬化の危険因子が複数ある場合には、薬物療法だけでなく、生活の中の動脈硬化の誘因となり得る生活習慣を改善することが大切です。

健診結果を検討する際には、同時に生活習慣の改善を図ることで、より有効な治療が可能となります。

朝の光を浴びながら朝食を摂り、良い生活リズムで、良い人生を送りましょう。

目の健康を

守りましょう！

目のおとろえを

チエツク

ひと口に眼の病気と言っても、白覚症状はさまざまです。毎日の生活で、こんな不便や不都合はありませんか？

- ①近くが見えにくくなった
- ②視野が暗い、狭い、欠ける
- ③見る対象がぼやける、かすむ
- ④ものや文字がゆがんで見える
- ⑤日差しや明るい室内ではまぶしい
- ⑥蛍光灯のまわりがぼやける
- ⑦道路標識が読めない

- ①だけならおそらく老眼。
- ②に加えて⑥があれば緑内障の可能性が。③に加えて⑤があれば白内障の恐れが。③、④、⑦があれば加齢黄斑変性や糖尿病網膜症の心配があります。

加齢黄斑変性とは

「見たいもの」が見えなくなる病気です。

加齢黄斑変性には、「萎縮型」と「滲出（しんしゅつ）型」があります。「萎縮型」は、黄斑の組織が加齢とともに萎縮することで起こりますが、進行はゆっくりで急激な視力の低下はありません。

一方、「滲出型」では、網膜の下にある脈絡膜から網膜に向かって、新生血管という正常とは違う血管が生えてきます。この血管は、もろく破れやすいため出血したり、血液中の水分（浸出液）が漏れたりしやすく、それが黄斑部の網膜の下にたまりやすいため、視野の中心部にある「見たいもの」が見えにくくなってしまいます。

視覚障害の原因の

第4位です

加齢黄斑変性をはじめとする黄斑変性は、視覚障害の原因で第4位にあげられる目の代表的な疾患の一つです。

視覚障害の原因としてあげられるのは、①緑内障 ②網膜色素変性 ③糖尿病網膜症 ④黄斑変性 ⑤脈絡膜萎縮―です。

加齢黄斑変性に

なりやすい人

加齢黄斑変性は、年を重ねると、誰でも発症する可能性があります。

しかし、発症のリスクを高めるのは加齢だけでなく、喫煙や太陽光なども関係していると報告されています。これらのリスクを高める要因を避けることは、加齢黄斑変性の発症を予防し、進行を遅らせると考えられています。

危険因子としては、前出の喫煙、太陽光の他、肥満、高脂肪食、酸化物質の摂取不足、加齢などがあげられます。

糖尿病網膜症

この病気は自覚症状が出にくく、気づかないうちに進行します。

「血糖コントロール不良」「病歴が長い」「高血圧」の人は注意しましょう。

糖尿病になると、目の網膜の毛細血管が詰まるなどして、目の合併症が起こることがあります。その主な症状が「糖尿病網膜症」です。糖尿病網膜症を発症する危険因子には「血糖値・糖尿病歴・血圧」があります。

血糖コントロールをして、HbA1c値が低いと安心する方が多いですが、病歴が長いと糖尿病網膜症を発症しやすいので油断は禁物です。「以前高かった人」も注意しましょう。

血圧が高い（以前は高かった）血糖コントロールの悪い人は網膜症にかかりやすく、かつ進行しやすいといわれています。

糖尿病歴が長い 糖尿病

歴が5〜10年で網膜症の発症は急激に増加すると報告されています。

血圧が高い 高血圧は、網膜症の発症や進行のリスク要因になります。

糖尿病網膜症だけの場合は、初期〜中期は見え方の変化はほとんどありません。しかし、糖尿病網膜症の合併症である糖尿病黄斑浮腫にかかった場合は「視界の一部が欠ける」、「見ているものがゆがむ」「視界がかすむ」といった症状が現れることがあります。

糖尿病網膜症が進むと、視力が急激に低下したり、モノを見ているときに黒い虫のようないものが動いて見える「飛蚊症（ひぶんしょう）」になったりします。この時点で、視力回復を図るのはかなり困難です。網膜剥離や緑内障など、他の病気を併発することもあり、失明に至る場合もあります。

また、糖尿病黄斑浮腫、網膜静脈閉塞症などの可能性もあります。眼科医にご相談

ください。

糖尿病黄斑浮腫

前述の糖尿病網膜症の初期から末期まで、どの段階でも併発する病気です。糖尿病黄斑浮腫は、モノの細部を識別する役割を持つ「黄斑」と呼ばれる部分にむくみ（浮腫）が起る病気で、糖尿病患者の方が大きな視力低下をきたす原因になります。

網膜静脈閉塞症

網膜静脈閉塞症は網膜の静脈が詰まって起こる症状です。網膜の静脈が詰まると圧力が上がり、網膜の血管が広がったり、蛇行したり、出血します。また、網膜に血液中の水分がたまることで、むくみ（黄斑浮腫）を起こします。症状として、視力低下や視野欠損、目のかすみなどがあります。自覚症状は無症状から重度まで多様です。

この網膜静脈閉塞症は詰まる場所によって症状が

分かれます。

・「網膜中心静脈閉塞症」 眼球の後方にある網膜中心静脈が詰まった場合は「網膜中心静脈閉塞症」となります。網膜全体に出血が広がり、症状につながります。

・「網膜静脈分枝（ぶんし）閉塞症」 静脈が網膜内で枝分かれしている部分が詰まった場合です。網膜の一部に出血し、症状につながります。

網膜静脈閉塞症になりやすい人 患者さんの多くは高血圧の方で、これは高血圧による血管のダメージが原因です。糖尿病など血液の粘性が増す病気も発症リスクに。また、緑内障の方も発症しやすいといわれます。

目にはいい生活習慣

こうした症状には、日頃の生活習慣も影響します。症状を進行させる要因は避けて、日を守る習慣を取り入れましょう。

禁煙 禁煙は、加齢黄斑変性や糖尿病網膜症のリスクを高めることが分かっています。

太陽光を避ける 太陽光の中の青色光は、黄斑の老化に関係するといわれています。日差しの強い日に、長時間にわたり屋外で過ごすときには、サングラスや帽子、日傘などで太陽光から目を守るようにしましょう。

バランスの良い食事を ビタミンC/E、ルテイン、亜鉛などの抗酸化成分や、オメガ3系脂肪酸などの欠乏は、加齢黄斑変性のリスク要因であることが知られています。肉中心の食事ではなく、これらの成分が多く含まれる緑黄野菜や魚介類を摂り、バランスの良い食事を心がけましょう。こうした食事は、糖尿病網膜症の予防にも効果的です。

（参考：バイエル薬品／藤沢製薬のパンフレット「眼にいいこと」）

安全で健康な旅行のために

旅行医学のすすめ④

協理 理事 長 福田 吉 秀 (医博・日本旅行医学認定医)

久々の旅行医学シリーズです

― 毒を持つ生物に気を付けましょう! ―

はじめに―

やっと、海外旅行が解禁されました。ゴールデンウィークにハワイに出かけたという方が、周囲におみえになるのではないですか?

コロナ前の旅行と違って、手続きや帰国時の検査等で、時間がかかったかと思えます。これも旅の思い出ですね。比較的手間が少なくて出かけられ、また帰国時にもそんなに煩雑ではない国が、早い時期に増えてくると思います。

今回は、安全な旅行の準備

として、



「毒を持つ生物に気を付けましょう」をお送り

します。

国内海外とも

蚊に気を付けて

蚊のエネルギー源は糖分です。

普段は花の蜜などを吸って生活しています。メスだけが産卵のための栄養源として吸血します。子供のためにガッツリ栄養を摂っておきたいと、吸血するのでしょうか。オスは吸血しません。

人が出す炭酸ガスや皮膚のニオイ・温度を感じて吸血源を探し求めます。

小生は、蚊のオス、メスの区別がつかないので、吸血しないオスでも見つけるとピシャッと叩いてしまっています。すいません。

蚊は、その種類により、吸血する時間帯が異なります。アカイエカは夕方から夜にかけて、ヒトスジシマカ(通称:ヤブ蚊)は昼から夕方にかけて吸血します。

また、ビルの浄化槽で発生して、オフィスで吸血するのがチカイエカです。地下鉄などで見かける蚊も、このチカイエカで、年中発生します。

蚊の繁殖場所

一般的に見られる蚊は、アカイエカやヒトスジシマカ(ヤブ蚊)です。

蚊は水のあるところに卵を産み付けますが、蚊の種類によってその場所は異なります。

水のきれいなところを好むもの、汚いところを好むもの、広い場所を好むもの、空き缶や空き瓶などの、わずかな溜り水を好むものなど多様です。

そのため、幼虫(ボウフラ)の生息場所も、池や下水溝、浄化槽、水田、古タイヤ、墓地の花立て、空き缶など様々

です。ヒトスジシマカは空き缶に溜まった少量の水でも増殖できます。

蚊の毒

蚊に刺されるとかゆみを生じます。蚊は吸血の際、血が凝固することを防止する抗凝血作用物質を含んだ唾液を注入します。この唾液によって、アレルギー反応が起こり、かゆくなります。

恐ろしいのは感染症

蚊による被害で最も恐ろしいのは、感染症にかかってしまうことです。

蚊が媒介する感染症として日本では、日本脳炎やデング熱が知られています。

ペットの病気としてフィリア、海外ではマラリア、デング熱、ウエストナイル熱(西ナイル熱)、ジカ熱などがあります。

2014年8月に約60年ぶりに国内で、デング熱が確認されました。その後、日本各地で発症が相次ぎ、立ち入り禁止区域の拡大、イベント中

止といった社会問題となりました。

蚊の行動範囲は500mくらいであり、遠く離れた公園での発生は、人間の移動によるものであったということを学びました。

ウエストナイル熱

近年アメリカでは、ウエストナイル熱が問題となつていきます。170種以上の鳥を宿主とし、43種以上の蚊が関与しており、この感染の拡大を防ぐのは困難のようです。

航空機などの交通機関による日本への侵入も懸念されています。日本での流行の可能性は否定できません。

もつとも大切なのは、蚊に刺されないことです。

蚊に

刺されないために

長袖を着用し、皮膚の露出を避けることです。携帯用の虫よけ器具や蚊取り線香の使用は有効です。

虫よけ剤もあります。一般的な虫よけ剤は「デー

ト」という成分が含まれていますが、忌避剤なので刺されるのを防ぐことはできません。蚊が死ぬことはありません。塗っていない部分が刺されますので、塗りムラのないように、まんべんなくつけてください。

長時間外出する場合は、定期的に塗り直してください。水に濡れたりしたら、その都度塗ってください。

ブユ

ブユは、アブと同じハエの仲間です。地域により、ブヨ、ブトとも呼びます。

日本には60種類ものブユがいますが、人を吸血するのは数種類です。ブユは実際には刺すのではなく、皮膚を咬みみちぎって、そこから吸血します。蚊と同じく、産卵のためにメスが吸血します。

アレルギー性の強い腫れや、かゆみを引き起こします。患部が赤く腫れ上がり、激しい痛みや発熱などを伴い、完治するまで1〜2週間かかることもあります。



は、きれいになった街中の公園などでもブユの被害が報告されています。

刺されないための

対策

肌を露出しないことです。ブユがいそうな場所へ行くときは、長袖・長ズボン履き、ズボンの裾からの侵入を防ぐためにも、靴下を履いてガードしましょう。さらに、ブユに効果のある虫よけスプレーを組み合わせると、より効果的です。

また、ブユは暗い所を好み、ブラックやネイビーなどの濃い色の服に寄ってくる習性があるため、白色や黄色などの明るい色の服を着て、ブユを寄せつけないことも大切です。

治療法

ブユに刺されると、ブユの唾液に含まれる毒素によって皮膚に激しい炎症が起きます。かゆみ、腫れなどの症状が出た時は、抗ヒスタミン剤の入ったステロイド外用剤を

使って、炎症を抑える必要があります。

ブユによるかゆみはしつこく、掻きむしりたくなりますが、掻くのは厳禁です。周囲に炎症が広がり、そこから細菌が入り込んで化膿する恐れがあります。

かゆみが強く、掻くのを我慢するのが難しい時や、すでに掻き壊した虫刺されには、抗生物質が配合されたステロイド外用剤を使うとよいでしょう。

改善しない場合、あるいは全身性のアレルギー症状が出た場合には、医療機関を受診しましょう。

アブ

アブは、ハエの仲間です。産卵期になると、メスが人や動物を吸血します。鋭い口器で皮膚を切り裂いて流れ出る血液を吸います。

キャンブ、バーベキユ、川釣りなどでは身近な害虫であり、6月から9月にかけて被害が増加します。

ウシアブやアカウシアブの

ように、牛や馬などの家畜を狙うアブの他、イヨシロオビアブ（発生源は川・水田・沼などの湿地、成虫の体長11～14mm）、キンイロアブ（体長11～13mm）やゴマフアブ（体長8～12mm）などは、人間を好んで吸血します。

アブの種類によって、好みの吸血対象が異なるのも特徴です。

アブの吸血対策

体にピタッと止まった直後に、チクツとした痛みを感じたら、もう吸血が始まります。アブはまず皮膚を咬み、出てきた血液を舐めます。

一度刺されると長期間にわたって腫れ、かゆみが収まらないことがあります。

アブは白と黄の色は避ける傾向があるため、白色や黄色の服装がおすすめです。逆に、紺、黒、赤色の服装には寄ってくるので、やめておきましょう。ちなみにハチも同じ傾向があり、蜂対策にも使えます。

身を守るには基本、肌を

露出しないようにし、ディート等を主成分とする虫よけスプレーをしておきましょう。

体に近づいてきたら早めの判断で避けましょう。もしチクツと痛みを感じたら、アブをたたき落として刺されたところを吸いだし、水道水やきれいな水で洗い流しましょう。抗ヒスタミン剤やステロイド軟膏を塗ってください。

また、エアゾールで飛び回るアブを駆除できます。

ポイズン

リムーバー

ポイズンリムーバーとは、毒を持った虫に刺された際に、刺し口に陰圧をかけて毒を吸い出すグッズです。ポイズンリムーバーはあくまでも応急処置ですので、万が一、使用する事態になった場合は、使用后、直ちに現地医療機関を受診することが重要です。

ハチによるアナフィラキシーの予防にはなりません。

サソリ、毒グモ、毒ヘビなどが出現する地域では、自分



の身は自分で守るための必須グッズだと思います。

アブと毒ヘビでは、毒性や生命の危険度はかなり異なると言えますが、興味ある方はお調べください。

ハチ

ミツバチは一度刺すと、針がちぎれて死んでしまい、その際発散される興奮物質によって、仲間のハチが大群で攻撃してくることがあります。

スズメバチは、何度も刺すことができます。ハチの針は

産卵管なので、刺すのはメスだけです。

刺されると、痛みや発赤、かゆみなどが出ます。ハチに刺された後、激しい全身症状が現れ、場合によっては生命を脅かす危険な状態（アナフィラキシーショック）になることがあります。

巣が最も大きくなるのは、9～10月頃で、被害も増大します。年平均30～40人の死者が出ています。

ハチの被害に

あわないたために

ハチは黒いものを攻撃する傾向があるので、白い服装や帽子を身に付けることを心がけてください。ハチの巣を見つけたら近づかないでください。眼を刺されないよう、決してハチに眼（ガン）をつけないでください！

スズメバチは

危険です

8月下旬～10月頃は、キイロスズメバチが、天敵であるオオスズメバチの攻撃を受け

ていることが多く、巣全体が警戒を強めている時期です。

巣の存在に気づかず接近すると、1～3匹の働きバチがまとわりつくように飛行します。そのハチを手で払いのけようとすると、警戒フェロモンが発散され、瞬時に興奮したハチでいっぱいとなり、攻撃されることがあります。非常に危険です。

スズメバチは急激な動きや大きな音に反応し攻撃してくるため、走らず、騒がず、静かに身を低くして、ゆっくり後ずさりしてください。

刺されたら

もしハチに刺されたら、毒を絞り出しながら流水で洗い、患部を冷やしてください。スズメバチの場合は、速やかに病院で治療を受けてください。ミツバチやアシナガバチでも、体にじんましん等の異変があれば、病院を受診してください。

エピペンの携行

アナフィラキシーが現われ

た時に使用し、医師に治療を受けるまでの間、症状の進行を一時的に緩和し、ショックを防ぐための補助治療剤（アドレナリン自己注射薬、商品名エピペン）があります。あくまでも補助治療剤なので、アナフィラキシーを根本的に治療するものではありません。エピペン注射後は直ちに医師による診療を受ける必要があります。

ハチ刺されだけでなく、そばやピーナツなどの食べ物等で、アナフィラキシーを起こす可能性のある人も携行することをお勧めします。医師に相談してください。

上記の他にも厄介な動物には、毒蛾、ダニ、マダニ、ムカデ、ヒルなど、まだまだあります。

では皆様、気を付けて元気にいつてらっしゃい！

Bon Voyage!

（篠永 哲 編「毒を持つ動物と応急手当」、アース製薬株式会社およびフマキラー製薬株式会社のホームページ等を参考といたしました）

雨の日に

体調が悪くなる

雨の日や雨が降ってくる前に、頭痛やめまい、肩こりが起こる人がいます。

その他にも、首、膝、腰などの痛みや耳なり、倦怠感、気分が沈むなど、天気の変化に伴って起こる症状は様々です。もともとある症状が、雨の日に悪化することもあり、このような症状・状態を天気痛、または気象病とも呼んでいます。

天気が崩れると気圧が徐々にさがります。内耳には気圧のセンサーがあり、気圧の経過を察知すると考えられます。

気圧が低下して天気痛が起こりそうになったときに、または予防のために日頃から耳をマッサージして、耳の血行を良くすることをお薦めします。温タオルで耳を温めてから行うと効果的です。

（日医ニュース「健康ぶらさ」より）

協会ニュース

協会本部・健診センターが リニューアルしました



協会では大型連休を利用して、健診センター2階部分の全面リニューアルを行いました。改裝したのは受付を含む待合スペースと更衣室です。より清潔感がある居心地の良い空間を

つくるため、全体に淡いベージュと木目でカラーコーディネートしました。

また待合スペースの椅子も感染症対策として、個々にご利用いただけるセパレートタイプとしました。

また、受付カウンターも飛沫防止の透明アクリル板を

令和4年度

総会を開催いたします

平素は当協会の事業運営にご支援、ご協力を賜り厚く御礼申し上げます。

つきましては令和4年度の通常総会を開催いたしますので、ご案内申し上げます。

本来ですとホテルでの開催ですが、今回も現在の状況から、皆様の健康と安全を考え、前年度に続き協会会議室での開催といたしました。

なお、令和4年度事業計画並びに収支予算書につきましては、さる3月に開催の第3回理事会において承認されましたので、付議事項より省か

新設計し、設置しました。

記載スペースも木目のデスクとソフトな照明を心がけました。

すでに完成して、利用していただいています。受診される皆様も、心地よく利用していただけることを願っております。

せていただきました。

議案といたしましては、第一号議案として「令和3年度事業報告並び決算報告に関する件」、第二号議案「役員に関する件」の2議案です。

日時 令和4年6月23日
(木)、午前10時から

場所 一般社団法人オリエ
ンタル労働衛生協会・会議
室（名古屋市中種区今池一
丁目8番5号）

全衛連の精度管理調査―

「腹部超音波検査分野」など全ての分野で『評価A』の調査結果が

協会では毎年、全衛連（公益社団法人 全国労働衛生連合会）総合精度管理委員会が実施する精度管理に参加、当協会の検査分野における精度の評価の確認を行っています。

全衛連では、健康診断の精度管理向上を目的に、毎年精度管理調査を実施、多くの施設がこれに参加しています。評価はA～Dまでの4区分があり、『評価A』は最も高い評価となります。

協会は「腹部超音波検査分野」「胃X線検査分野」「胸部エックス線検査分野」「臨床検査分野」の全ての分野で『A』と評価されました。

協会では、受診者の皆様の信頼にお応えする上でも、高精度の検査を維持するよう一層の努力を重ねてまいります。

月

令和 4 年 3 月 1 日

精度管理調査評価結果通知書

【腹部超音波検査分野】

施設コード： 23008

（一社）オリエンタル労働衛生協会 殿

公益社団法人 全国労働衛生団体連合会
総合精度管理委員会
腹部超音波検査専門委員会

公益社団法人 日本人間ドック学会

令和3年度 腹部超音波検査精度管理調査を実施した結果

貴施設は、【 評価 A 】に
なりましたので通知します。

【評価区分】

評価A： 評価合計が、85.9以上
評価B： 評価合計が、77.0以上85.9未満
評価C： 評価合計が、68.1以上77.0未満
評価D： 評価合計が、60.0未満

月

令和 4 年 3 月 1 日

精度管理調査評価結果通知書

【胃X線検査分野】

施設コード： 23008

（一社）オリエンタル労働衛生協会 殿

公益社団法人 全国労働衛生団体連合会
総合精度管理委員会
胃X線検査専門委員会

一般社団法人 日本消化病学会
胃がん検診精度管理委員会

令和3年度 胃X線検査精度管理調査を実施した結果

貴施設は、【 評価 A 】に
なりましたので通知します。

【評価区分】

評価A： 評価合計が、80.0以上
評価B： 評価合計が、70.0以上80.0未満
評価C： 評価合計が、60.0以上70.0未満
評価D： 評価合計が、60.0未満

月

令和 4 年 2 月 1 日

精度管理調査評価結果通知書

【胸部エックス線検査分野】

施設コード： 23008

（一社）オリエンタル労働衛生協会 殿

公益社団法人 全国労働衛生団体連合会
総合精度管理委員会
胸部エックス線検査専門委員会

令和3年度 胸部エックス線検査精度管理調査を実施した結果

貴施設は、【 胸部エックス線画像の
審査結果は 評価 A 】に
なりましたので通知します。

【評価区分】

評価A： 評価合計の平均が、85.0以上
評価B： 評価合計の平均が、77.0以上85.0未満
評価C： 評価合計の平均が、68.0以上77.0未満
評価D： 評価合計の平均が、60.0未満

月

令和 4 年 4 月 7 日

精度管理調査評価結果通知書

【臨床検査分野】

施設コード： 23008

（一社）オリエンタル労働衛生協会 殿

公益社団法人 全国労働衛生団体連合会
総合精度管理委員会
臨床検査専門委員会

令和3年度 全衛連臨床検査精度管理調査を実施した結果

貴施設は、【 評価 A 】に
なりましたので通知します。

【評価区分】

評価A： 評価合計の平均が、85.0以上
評価B： 評価合計の平均が、77.0以上85.0未満
評価C： 評価合計の平均が、68.0以上77.0未満
評価D： 評価合計の平均が、60.0未満

聖火リレーから1年、記念碑を建立

丸徳産業で除幕式。久納会長（協会理事）があいさつ

当協会理事として、協会での発展のため多大な貢献をしておられる久納昇辰・丸徳産業（稲沢市・総合物流サービス）会長が、東京五輪の聖火ランナーの稲沢市アンカーを務められて1年になります。

司郎市長をはじめ、地元政財

界から約230人が出席されました。

久納会長はあいさつで「感謝無量です。その気持ちを地域や皆様、当社のために努めることで恩返しをしていきたい」と感謝の言葉を述べられました。

これを記念して4月5日、丸徳産業本社（稲沢市正明寺）玄関前で、完成した記念碑の除幕式が行われました。

久納会長は昨年4月5日に、稲沢市の聖火リレーのルート1.9kmの、最終ランナーとして他の九人とともに聖火をつながれました。記念碑は高さ1m、幅1.5mの石碑で、トーチを持つ久納会長が彫られています。

除幕式には愛知県の大村秀章知事や稲沢市の加藤錠



記念碑の除幕式であいさつされる丸徳産業・久納昇辰会長



記念碑（写真はいずれも稲沢市正明寺、丸徳産業玄関前で）