

病気にさせない、も医療

kenico

2023.05
vol. 40

特集

ワクチン今と昔 天然痘ワクチン種痘から 新型コロナmRNAワクチンへ



五十公野公園あやめ園（新発田市）



一般財団法人

新潟県けんこう財団

ご挨拶

～法人名変更に当たりまして～

一般財団法人 新潟県けんこう財団
理事長 入澤 孝昌



平素は格別のご高配を賜り厚く御礼申し上げます。

当財団は本年1月1日に、法人名を一般財団法人健康医学予防協会から一般財団法人新潟県けんこう財団に変更いたしました。変更に当たり一言ご挨拶を申し上げます。

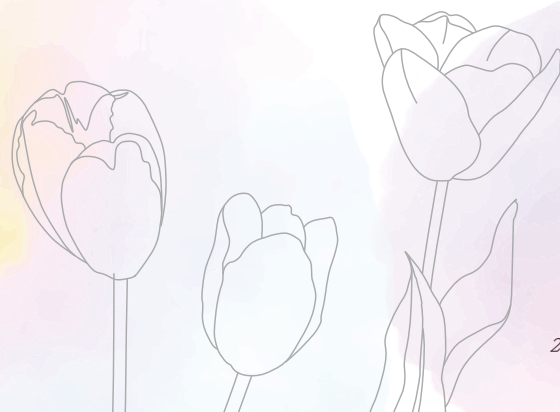
「ひとりでも多くの方に、すこやかな毎日を過ごしてほしい」。そうした思いで1984年（昭和59年）の創業以来、健康診断を通じて、事業所で働く方々や地域住民の方々の健康管理のお手伝いをしてまいりました。1996年には、それまで「成人病」と呼ばれてきた疾患が「生活習慣病」に変わり、国民の健康に対する予防の意識が大きく変化する経緯となりました。

2007年には新潟県第二の都市である長岡市に「長岡健診センター」を開設、2016年3月には県都新潟市に「新潟健診プラザ」を開設し本部機能も移転いたしました。また2022年7月には新潟市西地区の健診普及を目指し「西新潟健診プラザ」を開設いたしました。

従来からの巡回健診に加えて、こうした施設健診も拡充させることで、病気を早期に発見する、特定保健指導で生活改善を図るなど、「病気にさせない」「病気にならない」を推進することができ業容も拡大してまいりました。

これは、ひとえに新潟の企業の皆さま、地域の皆さまに支えていただいたおかげと深く感謝する次第であります。これまで健診業務をさせていただいてきたことに感謝を込めて、またこれからも地元新潟に根ざし、新潟の皆さまのための健診機関でありたいとの思いを込めて、法人名の最初に「新潟県」を付けさせていただきました。

これまで積み重ねた経験と実績を活かし、「疾病予防」と「健康増進」を広く促進させ、新潟県民の皆さまに安心してご受診いただけるよう尽力してまいりますので、何卒倍旧のご支援ご助力をお願いいたします。



特集

ワクチン今と昔

天然痘ワクチン種痘から

新型コロナウイルスmRNAワクチンへ



新潟県けんこう財団
新潟健診プラザ施設長
新潟大学名誉教授

石原 清

2023年1月1日より本施設の名称が健康医学予防協会から新潟県けんこう財団新潟健診プラザへと変わりましたが、「病気にさせない医療」に取り組む基本姿勢に変わりはありません。その予防医学においてワクチンは重要なツールであり、本特集では「ワクチン今と昔を」2回にわたり解説したいと思います。今回はワクチンの幕開けとなった天然痘に対する「種痘」についてその歴史をひも解き、次回には新型コロナウイルスに対して最先端の科学と技術により開発された「mRNAワクチン」を取り上げる予定です。

1 世界初の天然痘

ワクチンは日本発

—2月14日は何の日?—

天然痘は、人類がワクチンを武器とし

て根絶に成功した唯一のウイルス感染症です。感染した人の25~40%が死に至り、日本でも有史以来たびたび大流行が発生しました。その感染によって、奈良時代には国政を牛耳っていた藤原四兄弟が全員死亡、戦国時代には伊達政宗が右目を失いました。江戸時代には15人の徳川將軍のうち5人が感染し、その中で第5代將軍綱吉は麻疹との重複感染によって命を失ったとも言われております。

2月14日はバレンタインデーとしてよく知られていますが、もう一つ「予防接種記念日」であることをご存じでしょうか。1790年のこの日、現在の福岡県秋月藩（現福岡県朝倉市）の藩医緒方春朝が2人の子供に天然痘に対する予防接種を実施し成功したことに因んでいます。久留米藩（現福岡県久留米市）の町医者緒方春朝は、秋月藩8代藩主の黒田

長舒に藩医として招かれました。春朝は天然痘に関する中国（当時清）の医学書「医宗金鑑」を基に研究を重ね、天然痘にかかった人から採取した膿疱のかさぶ



図1 緒方春朝 種痘成功200年記念のレリーフ(福岡県朝倉市)

たを乾燥粉末にして鼻腔から吸引させるという独自の人痘種痘法を考え出しました。これは今でいう粘膜ワクチンでIgA抗体を誘導しますので、ウイルスの侵入を粘膜や皮膚レベルで阻止することができます。その後春朝の理解者であった大庄屋、天野甚左衛門の申し出により、2児に天然痘の予防接種「種痘」を試みこれに成功しました。春朝は安全で確実な人痘法を広く普及させるため「種痘必順辨」を江戸で出版しました。それによりますと、約千人の子供に種痘を行い一度の失敗もなく、この方法を西日本の医者約100人に伝授したとされています。これは英国のジェンナーが牛痘苗を使った種痘法を発表する6年前のことでした。

2 「ワクチン」その言葉の由来

—人痘法から牛痘法へ、そして根絶宣言に—

ワクチン (vaccine) という言葉はラテン語の vacca (メス牛) からきていますが、これはエドワード・ジェンナーが天然痘ワクチンとして、人痘苗に替わって牛痘苗を使用したこと由来しています。18世紀始めイギリスでは天然痘の大流行がしばしば発生し、その予防のために天然痘患者の膿疱から抽出した膿



図2 搾乳婦の牛痘を調べるジェンナー

(人痘苗)を健康な人の皮膚に接種する人痘法が上流階級の間で行われていました。しかしこの方法で種痘を受けるとその2%が重症化して死亡するといわれていました。一方、乳搾りなどをして牛痘にかかった人は、その後天然痘にかからないという農民の間での言い伝えが当地にありました。天然痘に比べると、牛痘ははるかに死亡率の低い軽症の病気でした。ジェンナーはこれを天然痘の予防に使用しないかと研究を重ね、1796年自分の子ではなく使用人の子で8歳になる少年に牛痘苗を接種しました。少年に重篤な症状はなく、さらに6週間後に人痘苗を接種しましたがこの少年は天然痘にかかりませんでした。この後11歳になる息子を含む23人の子供を対象に、実験、

を繰り返した結果、牛痘苗を接種した子供は全員が天然痘に対する免疫を獲得していることが分かりました。この結果はすぐ社会に受け入れられず、当時は「牛の体液を体内に入れたら牛になる」といつてこの種痘を拒絶する意見が多数を占めていました。しかし一方で「効果あり」という声もあがり、その数は次第に増加しやがて英国全土、さらにはヨーロッパから世界へと拡大するに至りました。ジェンナーは73歳で亡くなりましたが、その17年後の1840年英国議会は人痘法を禁止、以後は牛痘法のみが行われるようになりました。そして1977年ソマリアで感染が確認されたのを最後に、世界で感染例の報告はなく、1980年5月、世界保健総会で「天然痘の世界根絶」を宣言するに至りました。

3 牛痘種痘の普及に

蘭方医の尽力

— 漢方医の抵抗に打ち勝って —

牛痘ワクチンに関する情報が日本に伝わったのは意外に早く、ジェンナーの発表4年後1802年長崎で通訳をしていた馬場佐十郎が、オランダ長崎商館でそのニュースを聞いていました。しかし牛痘法が日本で普及するに至ったのはその約50年後でした。この間にシベリアル

トや安芸ルードで牛痘法を導入する機会がありました。島の人や安芸の船乗りであったことから、ごく限られた地域のみで試行されるにすぎませんでした。

1849年に紀伊の医師小山肆成が清の医学書をヒントに国産初の牛痘ワクチンの開発に成功しました。小山は私財を投げうって牛痘にかかった牛を探し出し、作った国産牛痘苗を妻に接種して安全性を確認、さらに近所の子供にも接種したので、全国的な広がりをみるには至りませんでした。それは西洋と同様に「牛になる」といった風評や不安、牛痘苗の手に入りにくさ、情報不足等があったからでした。牛痘苗が手に入りやすくなったのは、シーボルトの高弟だった佐賀藩の藩医榎林宗建がオランダ商館に働きかけ、ジャワから有効な牛痘苗の輸入に成功したのが契機でした。このとき痘苗は瓶詰め、膿ではなく、乾いた痘痂(かさぶた)で輸送されましたが、乾燥粉末にした人痘苗を開発した緒方春朝らの知識が、牛痘苗の輸入で生かされた形になりました。それによって有効な牛痘苗が十分確保されるようになり、緒方洪庵の適塾で学んだ蘭学者によって、萩、京都、大坂、福井、名古屋から江戸へと瞬く間に牛痘法は普及していききました。しかし幕府は漢方医に忖度

し蘭学者たちへの抑圧に回り、種痘が本格的に軌道に乗ろうとした時、老中阿部正弘は「蘭方医学禁止令」を出し、牛痘法の普及に待ったをかけました。背景に既得権益を保持しようとする漢方医からの猛烈な圧力があつたようでした。そのため種痘を受ける人も一時減少、次から次への接種が行えず、痘苗が途絶えてしまふ危機にも見舞われました。一方、蘭方医側はその効果を強調するピラを配って種痘を呼びかけるとともに必死の覚悟で牛痘苗を維持しました。老中の阿部正弘は「蘭方医学禁止令」を出しましたが、片方で蘭方医の請願を受け長崎奉行に痘苗の輸入斡旋を命じていました。それによって牛痘苗は確保されたので、全国各地に開設された種痘所での種痘を開始することができました。当時の医学では痘苗の保存は一週間が限界だったため、国内輸送の際は途中で効力を失わないように、蘭学者が連れてきた子供の肩に種痘し、肩の痘苗を子供ごと次の中継地に運ぶ方式がとられていました。福井藩の蘭方医笠原良策が豪雪を踏み分けて栃ノ木峠を越え、京都から7日間をかけて福井城下に痘苗を持ち込んだ話は、彼の生涯を描いた歴史小説「雪の花」の一場ですので少々紙面を割き紹介します。笠原良策一行は京都と福井からそれぞれ二人と三人の幼児を雇い、その両親を



図3 手塚良仙や福沢諭吉が学んだ緒方洪庵の適塾

含め総勢十五名で京都を発ちました。途中米原で京都の子から福井の子への種痘が行われました。ここからは山岳地帯を越えての福井入りでしたが、雪深い栃ノ木峠で猛吹雪が一行を襲い、日没を迎え遭難寸前のところまで追い込まれました。幸いにして地元民に危ういところを救出され、翌日一行は福井城下に無事到着し、路上で待つ三人の地元医師の子供に種痘を施し、良策の決死の雪中行が終了しました。当時牛痘苗のことを白神(ハクシン)と呼んだのはワクチンを巧妙に漢字化したものですが、笠原良策自らを白翁はくおうと号したのも白神に由来するといわれています。

牛痘法の効果が認められ始めると漢方

医の抵抗も弱まりましたが、漢方医の拠点「医学所」がある江戸での種痘はなかなか広がりを見せませんでした。シーボルトの鳴滝塾で学んだ伊東玄朴と、緒方洪庵の適塾で学んだ手塚良仙らが共同で、神田お玉ヶ池に種痘所が開設されたのは、「蘭方医学禁止令」が解除された1858年のことでした。この手塚良仙は漫画家で医師でもある手塚治虫の曾祖父であり、種痘所は幕府直轄となり現在の東京大学医学部の源流となりました。

4 天然痘ウイルスと変異株

——本当に根絶？——

イングランド国王エセルレッド2世(978〜1016年)は、「無思慮王」という不名誉なニックネームで知られていましたが、侵入してくるデーン人(現在のデンマーク人の祖先)に、多額の銀貨を支払いそれと引き換えに略奪を免れていました。しかし、度重なる襲来で財政も厳しくなり、1002年、デーン人数百人を虐殺するという事件「聖プリンスの日の虐殺」がおこりました。それから1000年余たった2008年に、オックスフォード大学セント・ジョンズカレッジ校内で38体の若い男性の遺骨が発見され、虐殺犠牲者の埋葬地であることが判明しました。発掘され

た骨のDNAを分析したところ、そのうちの26体から天然痘のDNAが発見されました。その天然痘は1980年に根絶宣言されたものとはまったく異なる株だったそうです。さらに分析を進めま

すと、天然痘ウイルスが動物から人間に複数回感染したことが分かったそうですが、いずれも絶滅宣言の対象株ではありませんでした。ということは、この1000年の間にさまざまに変異した



図4 デーン人の遺骨が発掘されたオックスフォード大学セント・ジョンズカレッジ

天然痘ウイルスが人びとの間を循環していたことが考えられます。そのうちの最大の流行株は、種痘の普及で根絶しましたが、今後他の変異株が現れて天然痘が復活する可能性はゼロとは言えません。ごく最近の話題として、天然痘に似た感染症「サル痘」が、欧米を中心に拡大し、WHOによると本年4月までに8万6千人超が感染、112人が死亡したそうです。国内では昨年7月25日に初めて感染者が確認され、昨年は計8人でしたが、今年1月以降、海外渡航歴がない人の感染が増加し、これまでに100人を超えたことが分かっています。天然痘ワクチンはサル痘感染の予防にも有効ですが、日本では1976年以降接種は行われていません。人類とウイルスとの戦いは未来永劫続きそうです。

ふるさと新潟
初夏の風物詩



あやめ
彩り競え
花菖蒲

あやめ【花菖蒲】

五十公野公園あやめ園（新発田市）

新発田市の五十公野公園にある「升瀧」。その周囲の小道を奥へと歩いていくとあやめ（花菖蒲）の花畑が一面に広がります。6月中旬から7月上旬の見頃の時期になると、1.8haの敷地に300品種、60万本のあやめが咲き競います。

「五十公野公園あやめ園」は、日本四大あやめ園の一つに数えられ、県内外から訪れる多くの人々の目を楽しませてくれます。開花の時期には「しばたあやめまつり」が開催され、週末には模擬店が立ち並び、さまざまなイベントが催されます。また、期間中は毎日ライトアップも実施します。

「五十公野公園あやめ園」は、新緑とあやめの美しさを同時に楽しむことができる、初夏の人気スポットです。



五十公野公園あやめ園

交通アクセス

- 電車でお越しの方
JR白新線・羽越本線「新発田駅」から車で10分
- 車でお越しの方
日本海東北自動車道 聖籠新発田I.Cより車で20分
- 駐車場：250台

お問い合わせ先

新発田市観光振興課 TEL.0254-22-3101



こわい!こわい! メタボの話

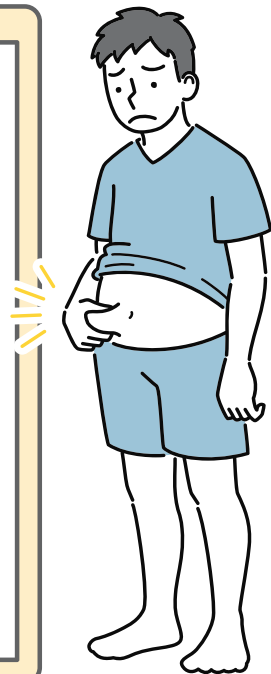
☑️ 生活習慣病の前触れ「メタボリックシンドローム」とは

「メタボリックシンドローム」こと「メタボ」は「代謝症候群」ともいわれ、下の図の通り、「内臓脂肪蓄積型の肥満」と「脂質異常」「高血圧」「高血糖」の3つのうち少なくとも2つが該当した状態のことをいいます。

メタボの恐さは、手遅れになるまで自覚症状がほとんどないことです。健康診断を受ければ、高血圧や糖尿病・脂質異常が始まっていると指摘されますが、この段階でも無関心な人が多く、ある日突然心臓発作や脳卒中となり、最悪の場合死亡、幸い死に至らなかったとしても、重度の後遺症で寝たきりとなる不自由な生活を何十年も続けることとなります。

メタボリックシンドロームの診断基準

内臓脂肪蓄積	ウエスト周囲径 男性：85cm以上 女性：90cm以上 (内臓脂肪面積 100平方cm以上に相当)	
+		
以下の3項目のうち、いずれか2項目に該当		
脂質異常	高血圧	高血糖
中性脂肪 150mg/dl以上 または HDL コレステロール 40mg/dl未満	収縮期血圧 130mmHg以上 または 拡張期血圧 85mmHg以上	空腹時血糖値 110mg/dl
メタボリックシンドロームの定義と診断基準 (日本内科学会雑誌 第94巻 第4号, 2005年4月10日)をもとに作成		




Point!

脱メタボの生活習慣改善のヒント5


1 食生活を見直す

食事のバランスを整え、野菜や果物などビタミンなどの栄養素を多く含む食品を選び、摂取カロリーを抑え、糖質や脂肪の摂取量を減らすことが大切です。




2 運動を取り入れる

有酸素運動や筋トレなどの運動を継続的に行い、代謝を高めることが効果的。運動は自分に合った運動を選び、毎日継続することが大切です。




3 睡眠を改善する

睡眠不足や不規則な生活習慣はメタボのリスクを高めます。毎晩十分な睡眠時間を確保し、規則正しい生活を心がけましょう。




4 ストレスを軽減する

ストレスはメタボの原因となります。ストレスを感じた場合は、リラックスする時間を設けたり、ヨガや瞑想、坐禅などのストレス解消方法を試してみるとよいでしょう。



5 禁煙する

タバコは健康に悪影響を与えるだけでなく、メタボのリスクも高めます。禁煙することで、健康的な生活を送ることができます。



生涯現役の体づくり

活動的な季節に向けて

「動きの感覚」を磨きましよう！



上月 篤子
株式会社ボディムーブズ代表取締役
アメリカスポーツ医学協会
ヘルス&フィットネススペシャリスト

はじめに

今年の春のニュースの中で、最も大きな感動と喜びを与えてくれたのは、WB C（ワールド・ベースボール・クラシック）での侍ジャパンの活躍ではないでしょうか？ 4年に一度開催されるこの大会も2021年の第5回大会がコロナ禍で延期となり、今年開催されました。侍ジャパンが厳しい戦いを制して見事に優勝を果たした姿に、日本中の多くの方が釘付けになったことと思います。特に印象的だったのは、ケガで離脱した選手ユニフォームが試合中のベンチに掲げられ、優勝の瞬間も2枚のユニフォームが選手と一緒に歓喜の輪の中にあっただけです。勝敗の面だけでなく、仲間を思いやる姿も大きな感動を呼びました。スポーツをすること自体を楽しみとし、公

正なプレーを尊重し、相手の選手に対する尊敬や賞賛、同じスポーツを競技する仲間としての意識を持った行動など「スポーツマンシップ 競技精神」溢れる選手の姿勢が、見ている側の胸に響いたのだと感じます。

「動きの感覚」鈍ってませんか？

今回の内容は、野球をはじめ、サッカー、バスケットボール、テニス等あらゆるスポーツに必要な要素であり、私たちが日常生活を怪我無く送る上で、とても重要な「コーディネーショントレーニング」についてです。

最近こんなことはありませんか？

☑ ちょっとした段差でつまづいた

☑ イメージ通りに体が動かずぶつかりそうになった

☑ 階段をテンポよく降りていたら踏み外しそうになった

お心あたりの方は、筋力だけでなく神経系の機能の低下かもしれない。言い換えれば「動きの感覚が鈍くなっている」状態です。日常生活の中でつまづきや転倒などがあると「運動不足」「筋力不足」とらえがちですが、危険を察知して回避したり、つまづいても転ばないように



コーディネーション能力とは？

コーディネーション能力は、自分の体を巧みに使う能力のことです。脳からの指令・伝達を早く正確に行う能力です。日本語では、調整力とも言われ、一般的に「運動神経が良い」人ほどコーディネーション能力が高いとされています。

私たちの体がスムーズに動くのは、脳と神経が連係しているからです。脳は目や耳から入った情報をすばやく処理して、全身に張り巡らされた神経系（神経回路）に電気信号を送ります。脳と体、あるいは体の部位と部位の「神経回路」がしっかりと連係しているほど、電気信号は速く、正しく伝わりやすくなります。これによ

て体がスムーズに、そして自分の思い通りに動かせるようになるのが「動きのメカニズム」です。

コーディネーション能力は、5歳で成人の80%、9歳で成人のほぼ100%まで達してしまうため、幼少期にさまざまな動きを経験すればするほど、神経系は刺激され、運動神経がよくなると言われています。日本のトップアスリートたちの約60%は、「幼少時に毎日2時間以上体を動かして遊んでいた。」という研究報告もあります。WBCの選手含め現在のトップアスリートたちは、子どもの頃のままさまざまな遊びを通して、自身の神経系を刺激していたのですね。

コーディネーション トレーニングの重要性

- ☑危険を察知して回避することができる
- ☑全身の関節の連動がうまくなり協調するようになる
- ☑身体をうまく使うことで怪我をしにくくなる

このような理由からコーディネーショントレーニングで「動きの感覚を磨くこと」は、大人の方にとっても重要なことです。それでは、日常生活の中で取り入れて頂けるコーディネーショントレーニングをご紹介します。

コーディネーショントレーニング

グーパーで手指、腕の コーディネーショントレーニング



両腕一緒に肘を曲げてグー、肘を伸ばしてパーの動作をリズムカルに繰り返します。



伸ばした腕でパー、曲げた腕はグーにしてリズムカルに入れ替えます。



伸ばした腕でグー、曲げた腕はパーにしてリズムカルに腕を入れ替えます。

足関節のコーディネーショントレーニング



かかと、つま先を交互に床から引き上げるように動かします。

※繰り返しの回数も4回、3回、2回、1回等変化させるのもよいでしょう！

左右の足の動きを変化させてリズムカルに動作を繰り返します。

※股関節～膝～つま先の向きを保ち、それぞれの動作を正確に繰り返します。

バランス系のコーディネーショントレーニング



足幅を腰幅に保ち、両手を肩において上半身を左右に回転するように動かします。

※下半身を安定させ、上半身を動かします。

足を閉じて立ち、上半身を左右に回転させるように動かします。

※足を閉じることでバランスをとるのが難しくなり難易度が上がります。



ほねのおはなし④

●骨粗鬆症と骨折の予防

骨粗鬆症と歯の関係

「骨粗鬆症の薬を飲むとあごの骨が溶けるって本当ですか？」ある日外来受診した患者さんがこんな質問をしてきました。実は骨粗鬆症治療薬の副反応のひとつに薬剤性顎骨壊死という疾患があり、重大な副作用として密かに問題となっているのです。名前の通り、あごの骨が壊死に陥り、抜歯した後の創が治らず、口中で骨が露出して痛みを伴う疾患です。発生率は低く、ビスホスホネートという一般的な骨粗鬆症薬剤では0.01〜0.04%、つまり1万人に1〜4人という頻度との報告があります。骨粗鬆症の薬剤の中には代謝を低下させる薬剤があり、その結果代謝が低下した状態で抜歯といった侵襲的な操作をあごの骨に加えると、感染など骨髄に悪影響が広がり骨細胞の壊死に陥ることがまれに起こるのです。骨粗鬆症の治療中は口腔内の健康も注意していく必要があります。歯科治療を受ける際には骨粗鬆症治療を受けていること、骨粗鬆症治療を新たに受

ける場合に歯科治療の有無を伝えることも重要です。薬剤によっては全く関係のない骨粗鬆症治療薬もありますので、薬を中断して骨折が心配な場合には主治医に相談しましょう。新潟市医師会と歯科医師会では骨粗鬆症治療の円滑化と顎骨壊死予防のためのマニュアルを作成しています。虫歯の進行で抜歯が必要な場合には待機せず抜歯可能ですが、抜歯後は創が閉鎖してから骨粗鬆症治療薬を再開します。顎骨は四肢の骨に比べてもともと代謝が早いことが知られており、薬剤の作用を受けやすいことと口腔内の特殊な環境が関係しています。自己判断せず適切な対応が必要です。

もともと骨粗鬆症は歯と深い関係があります。骨密度が正常な高齢者は残存歯数が多いという報告や、歯の数と腰椎骨密度は正の相関関係があるとの報告もあります。骨粗鬆症は歯周病の増悪因子の1つであることもわかっています。最近では歯科治療の際に撮影する

下顎骨のパノラマX線撮影画像を用いて骨粗鬆症のスクリーニングを実施す



医療法人 愛広会
新潟リハビリテーション病院
院長
山本 智章

るガイドラインも登場しています。骨粗鬆症は無症状のまま進行し、突然の骨折で自分が骨粗鬆症であることを知る高齢者は後を絶ちません。歯科医院での顎のX線が骨粗鬆症の早期発見につながるかもしれないと注目されています。骨も歯も丈夫にすることが健康長寿の秘訣です。

歯周病セルフチェック
あなたは大丈夫？

8020推進財団

歯周病は歯を失う大きな原因であり、さまざまな体の病気とも深いかわりがあります。次のようなチェックで早めに見つけて対処しましょう。

歯周病セルフチェック 次の項目の当てはまるものに、チェックしてみてください。

- 歯ぐきに赤く腫れた部分がある。
- 口臭がなんとなく気になる。
- 歯ぐきがやせてきたみたい。
- 歯と歯の間にものがつまりやすい。
- 歯をみがいたあと、歯ブラシに血がついたり、すすいだ水に血が混じることがある。
- 歯と歯の間の歯ぐきが、鋭角的な三角形ではなく、うっ血していてブヨブヨしている。
- ときどき、歯が浮いたような感じがする。
- 指でさわってみて、少しグラつく歯がある。
- 歯ぐきから膿が出たことがある。



《判定》

チェックがない場合
これからもきちんと歯みがきを心がけ、少なくとも1年に1回は歯科健診を受けましょう。

チェックが1〜2個の場合
歯周病の可能性があります。まず、歯みがきのしかたを見直しましょう。念のため、かかりつけの歯科医院で、歯周病でないかどうか、歯みがきがきちんとできているか、確認してもらったほうがよいでしょう。

チェックが3〜5個以上の場合
初期あるいは中等度歯周炎以上に歯周病が進行しているおそれがあります。早めに歯科医師に相談しましょう。





島津印刷株式会社

会社紹介

島津印刷株式会社は、新潟県新発田市に本社を置く総合印刷会社です。昭和38年設立以来お客様の情報発信のお手伝いとなる印刷業に携わってまいりました。その印刷業において培った設備力・技術力・営業力・マーケティング力・企画力・提案力を活かして、現在では広告企画・Web・看板・サイン・映像・パッケージ・販促ツールなどその事業領域を広げ、企画立案から最終的な納品に至るまで、お客様の広報・販促活動を総合的にサポートする体制を構築しています。

健康づくりへの取り組み

◎健康経営宣言

島津印刷では、「安全で快適な職場と環境を整え、社員の心身の向上と、安定を促進します」との宣言に基づき、全従業員の働きがいと幸せを追求するため、「健康でいきいきと働ける職場環境づくり」を推進しています。

◎定期健康診断・人間ドック

新潟県けんこう財団様に協力いただき、各事務所で毎年秋季の定期健診を行っています。現在の受診率は100%。さらには、人間ドックや各種健診オプションを希望する従業員に対しては補助金制度を設けるなど、従業員の健康維持と増進、疾病の早期発見と予防に努めています。

◎メンタルヘルス対策

当社では、定期的に従業員のストレスの状況についてストレスチェックを行い、本人にその結果を通知して自らのストレスの状況について気付きを促し、個人のメンタルヘルス不調のリスクを低減させるとともに、検査結果を集団的に分析し、職場環境の改善につなげることによって、従業員がメンタルヘルス不調になることを未然に防止しています。

◎インフルエンザ予防接種

従業員がインフルエンザに罹患すれば、他の従業員や取引先、さらには顧客へと感染が広がりがかねません。また、罹患した従業員が急に数日間欠勤して

しまえば、業務が滞り労働生産性が落ちる可能性もあります。弊社では、健康経営や労働生産性向上の観点からインフルエンザの予防接種を奨励し費用を一部負担しています。

◎職場環境づくり

弊社では、新5S（躰（しつ）け）・整理・清掃・整頓・清潔）に取り組み、特に人づくりⅡ『躰』に重要なポイントを置いて、さらにより良い方法や新しい考え方を取り入れていくことにより、快適で能率の上がる職場環境づくりに努めています。

他にも、「受動喫煙対策」「過重労働対策」「感染症予防」に取り組むとともに、従業員の仕事に対する充実感・意欲を高めるため、「従業員の教育機会の創出」「ワークライフバランス（残業時間削減、育児休業、介護休業・休暇、その他特別休暇、リモートワーク）」に関して積極的に取り組んでいます。

今後も、新潟県けんこう財団様に「指導、ご協力いただき、「健康でいきいきと働ける職場環境づくり」を推進していきます。



会社概要

設立：昭和38年8月
本社：新潟県新発田市富塚1419
事業所／営業所：東京事業部・新潟事業部・大阪営業所・仙台営業所
従業員数：149名（令和5年4月現在）
事業内容：企画デザイン制作、各種商業印刷、パッケージ印刷、加飾加工、ホームページ制作、ドローン空撮、動画撮影・編集、イベント企画、各種オリジナル商品の開発・販売など
島津ホールディングス株式会社
島津印刷株式会社・株式会社北都・朝日印刷株式会社・株式会社タフト

新潟県のみなさまのために、これまでもこれからも

2023年1月、健康医学予防協会は、法人名を
新潟県けんこう財団
に変更しました。



一般財団法人

新潟県けんこう財団

人間ドック／健康診断／特定健診／がん検診／婦人科検診

新潟健診プラザ／本部



新潟市中央区紫竹山2-6-10

(大代表) **025-245-1111**

(予約) **025-245-1177**

西新潟健診プラザ



新潟市西区小新南2-1-60

(代表) **025-231-1000**

(予約) **025-231-1122**

東新潟健診プラザ



新潟市東区はなみずき2-10-35

(代表) **025-279-1111**

(予約) **025-279-1700**

長岡健康管理センター



長岡市千秋2-229-1

(代表) **0258-28-3666**

(予約) **0258-28-3555**



一般財団法人

新潟県けんこう財団

第40号 令和5年5月発行

〒950-0194 新潟市中央区紫竹山2丁目6番10号

TEL 025-245-1111 FAX 025-245-1155

【予約専用】新潟健診プラザ TEL 025-245-1177 長岡健康管理センター TEL 0258-28-3666

西新潟健診プラザ TEL 025-231-1122