◆健康と環境の情報誌◆

公益財団法人島根県環境保健公社

公社だより

2014 9
No.125

INDEX

●新任のご挨拶…… 2
●新入職員紹介…… 3
●平成26年度市町村等
水道担当者連絡会のお知らせ…… 3
●結核は昔の病気ではありません…… 4
●島根県知事表敬訪問…… 5
●9月はがん征圧月間です …… 6
●～地域環境保全活動への取り組み～…… 7
●あなたの胃にピロリ菌はいませんか？…… 8
●古代の人々と中海・宍道湖・斐伊川(第2回)…… 10
●Information…… 12

「出雲大社」出雲市

Shimane Environment & Health Public Corporation

新任のご挨拶

理事長　小村明弘

このたび、前任の加藤理事長の後を継いで公益財団法人島根県環境保健公社の理事長に就任いたしました。理事長就任にあたり、一言ご挨拶を申し上げます。

私は、平成13年７月から松江市医師会長として、また平成22年７月からは島根県医師会副会長として、それぞれ当公社の評議員・理事を拝命し、通算で５年間当公社に関わって参りました。

なかでも平成23年７月からの１年間は、当公社が公益財団法人へ移行する過程で最初の評議員に選任され、評議員の立場として公社の運営に関わって参りました。皆様ご承知のとおり、先の公益法人制度改革に伴う公益法人関係法の施行に伴い、佐藤元理事長のご尽力のお陰もあり平成24年４月１日付けで「公益財団法人」に移行することができました。

新しい法人として再出発を果たしたことを私自身も大変喜ばしく思うと同時に、40余年という当公社の長い歴史の中で、このような大きな節目に理事長職を拝命することとなり、その重責に身の引き締まる思いであります。

最近では、島根県の推計人口が70万人を下回るなど当公社を取り巻く環境は厳しい状況にあります。しかし、この平成26年４月からはこれまで収益事業と位置づけてきた環境事業を公益事業に一本化したことで、今後さらに島根県民の公衆衛生向上に貢献できる事業運営が可能となりました。

当公社は、その設立目的として「予防医学を主軸とした保健事業及び環境・衛生事業を行い、もって公衆衛生の向上と地域社会の健全な発展を図り、島根県民の健康の増進と生活環境の保全に寄与する」という崇高な使命を持った公益法人であります。この使命を達成するためには、役職員一人ひとりがより一層自覚と責任感をもって事業活動に取り組んでいく必要があると考えます。そのためには、私も微力ながら公社事業の円滑な運営に向け、努力・尽力していく所存でございます。

このたびの理事長就任にあたり、新しい体制のもと役職員が一丸となって事業に取り組んで参りますので、どうか従前に引き続き今後とも皆様の一層のご指導ご支援賜りますようお願いし、就任の挨拶とさせていただきます。

平成26年度 新入職員紹介

～新入職員からの自己紹介～

8月1日より浜田支所健診課に配属されました松田一孔（まつだかずのり）と申します。

共に働く一員として私を迎え入れて下さったことへの大きな感謝を胸に、今後一日も早く公社の戦力になり、お役に立てる人材となってご期待に報いることができるよう、精一杯仕事に取り組んでいきたいと思います。よろしくお願いいたします。

平成26年度市町村等水道担当者連絡会のお知らせ

平成26年度市町村等水道担当者連絡会を下記の日程で実施致します。一日目は特別講演や対談を、二日目にはイプロスシステムの説明や採水実習など予定しております。関係各位の皆様ご参加の程よろしくお願い致します。

1日目　**平成26年10月9日(木)** 13：30～17：00

場　所　**ホテル宍道湖**　松江市西嫁島 2-10-16

内　容　○特別講演
講演者：国立保健医療科学院　上席主任研究官　伊 藤 雅 喜
○シンポジウム
「豪雨災害の状況とその対応（仮）」
○情報提供
「BCPについて」、「ハロ酢酸の検出状況」

2日目　**平成26年度10月10日(金)**　9：30～11：30

場　所　**公益財団法人島根県環境保健公社**　松江市古志原1丁目4番6号
環境化学課　古田
TEL 0852-24-0207

内　容　○情報提供
イプロスシステムの説明
○採水実習・施設見学

結核は昔の病気ではありません

年間約２万人の結核患者が発生しています。

結核は国民病・亡国病とまで言われ猛威をふるった時代から比べると激減していますが、未だに日本では毎年新たに２万人以上の結核患者が発生しています。

島根県でも毎年130人前後の人が発病しており、まだまだ過去の病気とは言えないのです。

結核は人から人に空気感染しますので、集団感染する恐れもあり注意が必要です。

検査は簡単。定期的な検診を受けましょう。

市町村や職場で実施される定期健康診断など、身近な場所で受診できます。

胸部Ｘ線検査、喀たん検査など比較的簡単に検査できますので、年に１度は結核検診を受けましょう。

複十字シール運動（８月１日～12月31日）

公益財団法人結核予防会では、結核やその他の胸部に関する疾患の無い社会をめざし、国内外で様々な活動をしています。

その一つとして「複十字シール運動」を行っています。本運動は結核予防のため世界各国で行われており、募金をいただいた方々に複十字シールをお渡ししています。

島根県環境保健公社も結核予防会島根県支部として活動しており、本運動を通じて結核やその他の胸部に関する疾患の予防に関心をもっていただくとともに、ご協力いただきました募金は結核予防の普及啓発活動に役立てさせていただいています。

結核予防週間（9月24日～30日）

厚生労働省では、毎年９月24日～30日を「結核予防週間」と定めて、結核に関する正しい知識の普及啓発を図ることとしています。

結核予防会では、期間中に周知ポスターやパンフレットの配布、「全国一斉複十字シール運動キャンペーン」などを行っています。

複十字シールについて

2013年度の複十字シール・封筒の製作部数は、大型シート（24面）298,000部、小型シート（６面）1,342,600部、小型シール封筒３枚組合せ331,500部でした。

これだけ多く製作され、全国で皆さまにお渡ししたシールのデザインは、島根県・津和野町生まれの安野光雅氏によるものです。

複十字シール運動

島根県知事表敬訪問

去る平成26年３月13日、14日の両日、島根県ならびに公益財団法人結核予防会の主催により松江市において第65回結核予防全国大会が開催されました。

本大会では島根県ならびに結核予防会（島根県支部）が共に結核制圧に向けた取り組みを継続していくことの必要性を改めて確認したところです。

大会で結核予防に係る決議・宣言が採択されたことを受け、今年度の複十字シール運動開始に合わせて平成26年８月４日に島根県連合婦人会様（会長：小林洋子様）と共に、島根県知事を表敬訪問しました。

結核は今なお国内の主要な感染症の一つであり、一般の方々への普及啓発活動が結核予防の第一歩であること、その活動を支えているのが複十字シール運動であることなどが話題となりました。

【複十字シール運動の趣旨】

官民を挙げて結核対策が進められ、平成24年の新登録患者は21,283人、罹患率は人口10万対16.7にまで減少しました。

しかし、我が国の結核の状況をみますと、合併症を伴う高齢患者の増加、感染性のある結核患者の受診・診断の遅れ、若年層での外国人患者割合の増加、自治体別の罹患率格差など、複雑化し質的な変化を呈しており、重点的な対策の強化が求められております。

一方世界では、結核は依然として大きな健康問題となっており、特にアフリカ、アジアなど開発途上国では罹患率が高いのみならず、多剤耐性やＨＩＶ合併結核等の課題が明らかになっています。

このような状況の中、複十字シール運動は結核や肺がん・ＣＯＰＤ（慢性閉塞性肺疾患）を含む胸部に関する疾患をなくして健康で明るい社会を作るため、これらの病気に対する知識の啓発と予防意識の高揚を図るとともに、事業資金を集めることを目的としています。

9月は がん征圧月間です。

日本では年間で36万人もの人が〝がん〟で亡くなっています。
亡くなる日本人の３人に1人が〝がん〟で亡くなっています。
日本人の２人に１人は、生涯に一度は〝がん〟になると言われています。

発見が遅れてしまった場合、〝がん〟に罹患した本人は辛い思いをします。それだけでなく、家族や大切な人達も同じようにとても辛い思いをします。

しかし、〝がん〟は一概に怖い病気とは言えません。早期に発見し治療を行えば、治療も軽くてすみ、短期間で日常生活を送れるようになる可能性が高くなっています。

今年の全国統一がん征圧スローガンは

「面倒？ こわい？ 忙しい？ 言い訳しないで検診へ」

少し厳しい印象のスローガンですが、このスローガンには是非とも検診に行ってほしい、がんを早期に発見してほしいとの思いが込められています。

平成22年に実施された「国民生活基礎調査」によると、日本のがん検診受診率は男性においては、胃がん・肺がん・大腸がん検診の受診率が３割弱程度、女性においては乳がん・子宮頸がん検診を含めた５つのがん検診受診率は２割台となっています。

島根県におけるがん検診受診率は全国平均と比較して低率であり、特に40-60代の働き盛り世代の受診が低調となっています。

島根県環境保健公社は公益財団法人日本対がん協会島根県支部として、〝がん〟に関する予防知識の普及啓発、がん征圧行事などを行っています。

がんを防ぐための新12か条

- □ 1条　たばこは吸わない
- □ 2条　他人のたばこの煙をできるだけ避ける
- □ 3条　お酒はほどほどに
- □ 4条　バランスのとれた食生活を
- □ 5条　塩辛い食品は控えめに
- □ 6条　野菜や果物は豊富に
- □ 7条　適度に運動
- □ 8条　適切な体重維持
- □ 9条　ウイルスや細菌の感染予防と治療
- □10条　定期的ながん検診を
- □11条　身体の異常に気がついたら、すぐに受診を
- □12条　正しいがん情報でがんを知ることから

公益財団法人がん研究振興財団「がんを防ぐための新12か条」より

～地域環境保全活動への取り組み～

水道週間に合わせて、平成26年６月７日（土曜日）に忌部浄水場周辺で開催された「水源クリーン作戦」に職員10名が参加しました。

水源クリーン作戦とは？

毎年６月１日から７日の水道週間に合わせて開催されているイベントです。松江の大切な水源を守るため、大谷ダム・千本ダムなどのゴミ拾いや草刈りが行われています。

翌８日（日曜日）には松江市白潟公園の宍道湖畔において役職員併せて15名が清掃活動に参加しました。

ラムサール条約湿地中海・宍道湖一斉清掃とは？

中海・宍道湖がラムサール条約に基づき湿地登録をされて今年で９年目となりますが、湿地登録後は毎年島根県及び鳥取県の中海・宍道湖周辺自治体と住民が協働して、環境月間である６月に中海・宍道湖沿岸の一斉清掃を行っています。

環境月間以外にも、ハートフルロードしまねの活動や宍道湖ヨシ刈り取りボランティアへの参加など、今後も積極的に地域環境保全の一翼を担っていきたいと思います。

あなたの胃にピロリ菌はいませんか？
内視鏡検査でピロリ菌感染胃炎があれば治療できます！

★ピロリ菌とは

オーストラリアのロビン・ウォレン（J. Robin Warren）とバリー・マーシャル（Barry J. Marshall）により発見されたヘリコバクター・ピロリ（Helicobacter pylori）菌は、胃に生息する細菌で、胃炎・胃潰瘍・十二指腸潰瘍・胃MALT リンパ腫・胃がんなどと密接な関係のあることがわかっています。この菌の発見で、彼らはノーベル生理学・医学賞を受賞しました。

ピロリ菌の感染を調べるには、大きく分けると胃内視鏡検査で粘膜を採って調べる方法と胃内視鏡検査をせずに、血液や尿、呼気（吐いた息）、便で調べる方法があります。

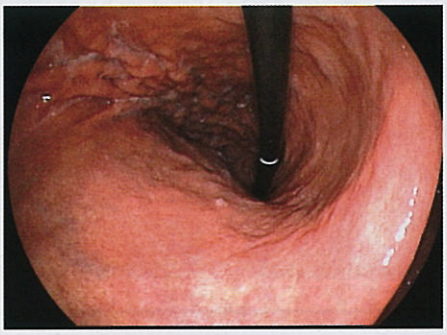
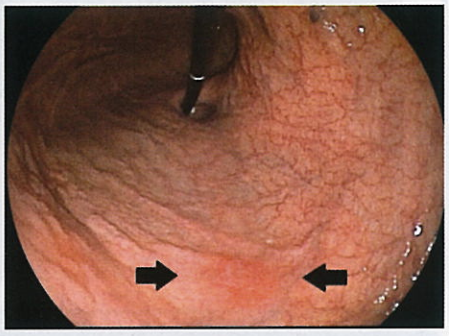
★ピロリ菌の感染率

60代以上では約60～70%と高く、衛生環境が整備されるにつれ、感染率は低下し、現在の10代では10%を切るまでに減少しています。しかし、40～50代以上では、半分以上の方は感染している可能性があります。ピロリ菌に感染しているほとんどの方は自覚症状がありませんので、検査を受けご自分の胃の状態を知ることは大切なことです。

★ピロリ菌がいるとどうなる？

ピロリ菌は通常幼少時に口から感染し、胃炎を起こします。胃炎によって粘膜はだんだん萎縮していき、炎症が長い期間持続することにより、胃がんが発症すると考えられています。生涯のうちで胃がんを起こす危険性があるのは、ピロリ菌感染者の10人に１人（１割）くらいで、リスクは決して低くはありません。除菌治療することで、リスクを低くすることができます。

正　常 → 胃　炎 → 胃がん

ただし、除菌をして胃の中にピロリ菌がいなくなっても、胃がんにならないわけではないので、定期的な胃がん検診をお勧めします。

★除菌治療とは？

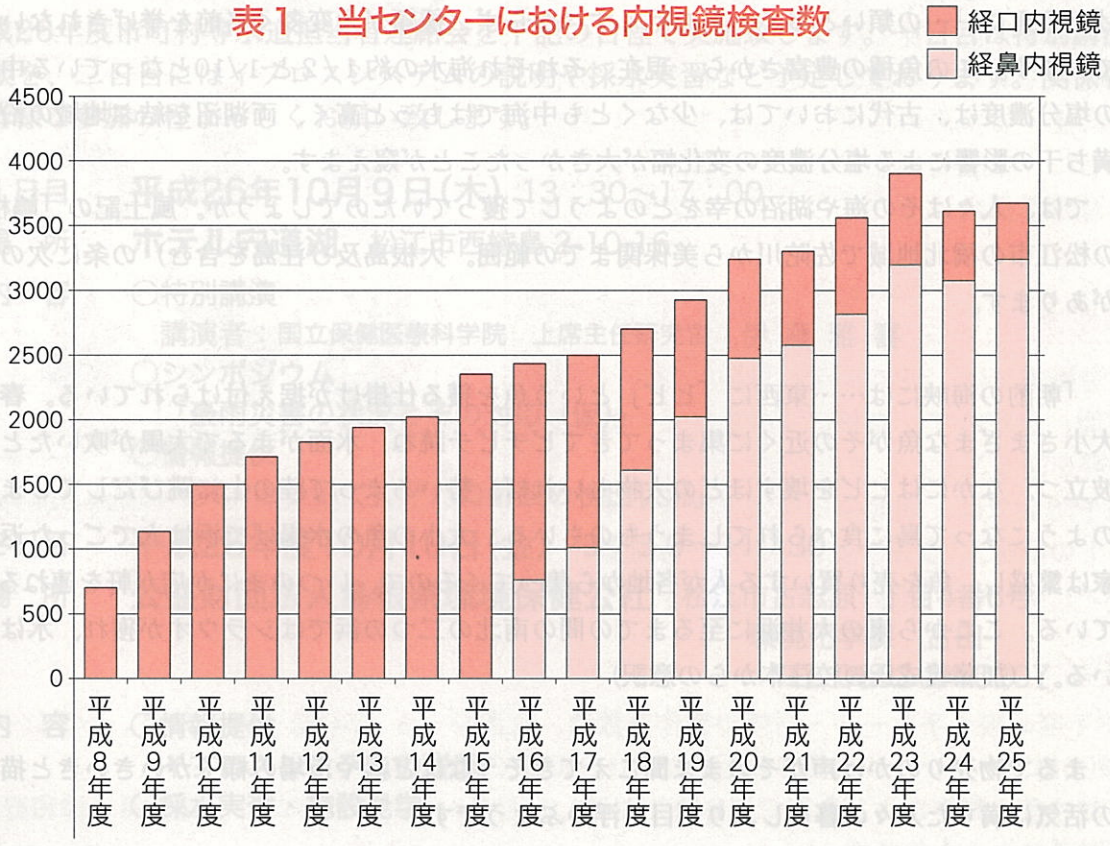
平成25年２月から除菌治療が保険適応になりました。保険で治療するための条件は①ピロリ菌検査陽性、②内視鏡検査でピロリ菌感染胃炎があるの２点です。つまり、保険で除菌治療をするためには内視鏡検査を受けることが必須です。

除菌治療はプロトポンプ阻害薬（胃酸分泌を抑える薬）と２種類の抗生物質を１週間服用します。使用される薬や似通った薬、特にペニシリン系の薬にアレルギーのある方は、この方法では除菌できませんので担当医にご相談ください。服用終了約１ヶ月後以降に除菌に成功したかどうかの判定を行いますが、１ヶ月程度だと検査結果が偽陰性（菌がいるのにいないと判定されること）になることがあり、２ヶ月以降に判定したほうがいいという意見もあります。この方法による除菌率はわが国では、70～90％と報告されています。最初の除菌療法でうまくいかなかった場合は、違う薬を使って再度除菌療法を行うことができます。この方法により、さらに90%以上の方で除菌が可能であると報告されています。

★総合健診センターで内視鏡検査を受けることができます。

総合健診センターでは、①人間ドック②松江市胃がん検診を受診された方に内視鏡検査を行っています。①の方はオプションで血中ピロリ菌抗体も測定できます。当センターは早くから苦痛の少ない経鼻内視鏡検査を導入しています(表１)。年度末、年度初めは比較的予約が取りやすいと思いますので、是非ご検討ください。

表１　当センターにおける内視鏡検査数



古代の人々と中海・宍道湖・斐伊川（第２回）

～出雲国風土記に見る水域環境～

出雲国風土記（以下、「風土記」といいます。）が著わされた８世紀ごろの「中海」、「宍道湖」、「斐伊川」に相当するエリアの地勢は、今日とはかなり異なっていました。弓浜半島は根元の部分がまだ完全につながっておらず、島の状態であったことは前回述べましたが、大橋川水域の西半分も今よりもはるかに広く、特に現在の松江市の市街地部分（天神川、朝酌川、北堀川で囲まれた部分）はほとんど水面ないし沼地となっていました。しかしながら、矢田の渡しから風土記で名前が出てくる塩盾島（国道９号線からよく見える手間天神社のある島）にかけての部分は、ほぼ今と同じような形状で狭隘であったうえに河床にはマウンドが多く、また、もちろん佐陀川も開削されていなかったため、宍道湖への海水の流入は現在より限られた状況でした。他方、風土記でその名も出雲大川と記されている斐伊川の下流は、平野部に出てから現在とは反対の西方向に蛇行して大社湾に注いでいました。度重なる洪水で川床が高くなり宍道湖に注ぐようになったのは江戸時代、17世紀以降のことです。したがって、古代の宍道湖に流入する河川水の量は今日より大幅に少ない状況でした。

さて、風土記の記載内容で地名の由来と並んで詳しいのが地域ごとの特産物ですが、宍道湖（「秋鹿郡の入海」の部分）の魚種については、ボラ、スズキなど４種類を掲げるのみである一方で、中海（「嶋根郡の南の入海」の部分）については、サメ、クロダイ、イルカなど鹹水系も含めて10種類を掲げたうえに「…の類いと多く、名を尽くすべからず（種類が大変多く名前を挙げきれない）。」と伝えています。この魚種の豊富さから、現在、それぞれ海水の約１/２と１/10となっている中海、宍道湖の塩分濃度は、古代においては、少なくとも中海ではもっと高く、両湖沼を結ぶ地域の沿岸では潮の満ち干の影響による塩分濃度の変化幅が大きかったことが窺えます。

では、人々はその海や湖沼の幸をどのようして獲っていたのでしょうか。風土記の「嶋根郡」（現在の松江市の橋北地域で佐陀川から美保関までの範囲。大根島及び江島を含む）の条に次のような記載があります。

「朝酌の海峡には……東西に「ヒビ」という魚を獲る仕掛けが据え付けられている。春や秋には、大小さまざまな魚がその近くに集まってきてピチピチ跳ね、水面がまるで大風が吹いたときのように波立つ。なかにはヒビを壊すほどの大物もいれば、勢いあまって陸の上に跳びだしてしまい、干し魚のようになって鳥に食べられてしまうものもいる。大小の魚の水揚げで浜は人でごった返し、漁民の家は繁盛し、魚を売り買いする人が各地から集ってくるので、いつのまにか店が軒を連ねるまでになっている。ここから東の大井浜に至るまでの間の南北の二つの浜ではシラウオが獲れ、水は深くなっている。」（加藤義成氏の校注本からの意訳）

まるで物売りのかけ声がそのまま聞こえてきそうなほど浜や市場の様子がいきいきと描かれ、当時の活気に満ちた人々の暮らしぶりが目に浮かぶようです。

ここで登場するこのヒビがどのようなものであったのかについては近年研究が進んでいます。それによれば、ヒビとは木や竹を束ねたもので、これを何本も水中に差し込んで魚が寄り付いてひっかかるのを待ちました。ひっかかった魚は木を刳り抜いて作った船を漕ぎ出して獲り、その際には「たも網」も使っていたようです。単に掬ったり銛で突いたりするだけでなく、仕掛けでおびき寄せる頭脳的な漁もしていたわけで、古代の人々の知恵に感心させられます。県立古代出雲歴史博物館では、このヒビを使って漁をしている様子、古代の中海沿岸の地形、前回紹介した浜辺の酒宴の賑わいなどをジオラマで見ることができます。また、市場の様子は実物大で復元され、風土記に登場する魚のレプリカが籠から顔をのぞかせています。

余談ですが、本県が島根という名称になったのはこの「嶋根郡」に由来しています。明治新政府は廃藩置県の折、倒幕に協力的であった藩の地域については藩の中心であった都市の名称をそのまま県名としましたが、親藩や譜代はもちろん外様でも佐幕派であったとみなされたところの多くについてはそれを許さず、その中心都市が所在した郡の名称や古代の地域名を県名にしました。典型的なのが中四国で、松平氏が治めていた島根、香川、愛媛の３県が県名と県庁所在都市名が異なり、外様大名の領地であった鳥取、岡山、広島、高知などは県庁所在都市名を冠した県名となっています。もし、雲州19万石が倒幕の一翼を担う外様大名の領地であったなら、わが環境保健公社の名称も今とは違ったものになっていたのかもしれません。

塩盾島など風土記の時代の面影を今に伝える大橋川中下流地域については、現在、動植物の生態や景観など一帯の環境の保全に配慮をしつつ、市内を水害から守るための護岸整備や拡幅事業が進められています。

文責　槻谷敦文

大橋川に浮かぶ塩盾島

Information

人間ドックのご案内

申込方法：事前に下記の連絡先にてご予約ください

実 施 日：月曜日～木曜日、第１、第３金曜日
（受付時間　8:00～8:45）

料　　金：日帰り人間ドック
34,000円（税別）
１泊２日人間ドック
62,000円（税別）

当センターでは鼻からの胃カメラも
実施しています。

公益財団法人島根県環境保健公社　お問い合わせは

検査・健診について		人間ドックについて	
代表（松江）	TEL　0852－24－0013	総合健診センター	
	FAX　0852－24－0122		TEL　0852－32－5211
出雲出張所	TEL　0853－24－3561		フリーダイヤル　0120－81－5211
	FAX　0853－23－0831		FAX　0852－32－8585
浜 田 支 所	TEL　0855－22－7442		
	FAX　0855－22－7023		

営業時間 8:30～17:00（土日・祝日は除く）

ホームページにて最新の情報を掲載しております。
下記アドレスまでアクセスしてください。
http://www.kanhokou.or.jp/

おまかせください
住みよい環境　あなたの健康

私ども公社は「予防医学活動を主軸として環境保健事業を推進し、島根県民の健康の増進と福祉の向上に寄与する」の設立趣旨に沿って各種の事業に取り組んでいます

発　行
平成26年9月1日
公益財団法人島根県環境保健公社
公社だより編集委員会
〒690-0012
島根県松江市古志原一丁目4番6号
Tel 0852－24－0013