

新年のご挨拶

一般財団法人 北陸予防医学協会

理事長 永田 義毅

一人の健康を、社会の力に — 令和八年を迎えて —

謹んで新年のお慶びを申し上げます。
旧年中は格別のご支援とご厚情を賜り、心より御礼申し上げます。

令和七年を振り返りますと、物価の上昇に賃金が追いつかず、多くの方が生活や将来に不安を抱えた一年であったように思います。いわゆる「令和の米騒動」に象徴されるように、暮らしを取り巻く環境が大きく揺れ動きました。一方で、高齢化の進展に伴い、医療や介護の需要は着実に増大し、社会保障の持続可能性が改めて問われました。病院や介護施設では、地域住民に安定した医療を届けるための新たな体制づくりが進められています。

そうした中で、未来に希望を見いだす明るい兆しもありました。大盛況のうちに閉幕したEXPO2025大阪・関西万博のテーマは、「いのち輝く未来社会のデザイン」。私たちが目指す「健康を保ち、未来に向かっていきいきと暮らし続けること」の大切さが、多くの人の心に再認識された年でもありました。

このような時代にあつて、私たちが共有すべき指針——それは「**一人の健康を、社会の力にすること**」です。病気を未然に防ぎ、健康寿命を延ばすことは、個人の生活の質を守るだけでなく、医療や介護の負担を軽減し、社会保障の

安定にもつながります。地域の人々が健康であることが、地域経済を支え、次の世代へと活力をつなぐ基盤となるのです。健康の維持は、地域社会の未来を築くための何よりの投資といえます。

私たち北陸予防医学協会の活動は、単に健康診断や疾病予防を提供するにとどまりません。企業や学校、行政、そして地域住民の皆様と力を合わせ、一人ひとりが元気に学び、働き、暮らし続けられる環境づくりに貢献していくことが使命です。健康が守られることで地域経済に活力が生まれ、その活力が再び人々の暮らしを支える——そんな「健康と経済の好循環」を、地域の皆様と共に築いてまいりたいと存じます。令和八年は、この理念をさらに地域に根ざして実践する一年にしたいと思っています。

本年も、職員一同が予防医療の専門家としての誇りを胸に、地域の多様なステークホルダーと手を携えながら、予防医療の推進を通じて未来を切り拓くお手伝いをしてまいります。地域が互いに支え合い、共に希望を語り合える社会を実現したいと考えております。

結びに、令和八年の皆様にとって健やかで実り豊かな一年となり、地域にさらなる絆と活力が育まれますよう祈念し、新年のご挨拶とさせていただきます。

当協会は「健康経営®」に積極的に取り組んでいます

当協会では、働きやすい、やりがいのある職場を目指し、職員全員に「健康経営」の意識浸透を図っています。

職員自身の心身の健康保持・増進と、安全快適な職場環境形成の取り組みによって、職員とご家族、事業場や団体、取引先を始め、地域の健康づくりの意識高揚につなげていくことを目指しています。その取り組みの一部を紹介します。

「労働衛生機関」の強みを活かした健康管理・健康保持増進策

全職員の定期健康診断と、35歳以上の生活習慣病予防健診、40歳以上の職員や女性職員の任意のがん検診を実施しています。事後措置の実施率100%を目指し、自社産業保健スタッフから再検査や精密検査を勧奨し、重症化予防に取り組んでいます。

また、労働衛生機関である強みを活かし、健診当日の該当者への特定保健指導実施のほか、日常的に保健師や管理栄養士、メンタルサポートセンターの公認心理師への健康相談をしやすい環境を整備しています。

その他、健康管理メニューとして、インフルエンザ流行期に先駆けて職員への予防接種を実施しています。ご家族の方には補助制度(未就学児を除く)を提供し、多くのご家族にご利用いただいております。

職員向け健康教育の実施

職員のヘルスリテラシー向上を目標とし、当協会所属の専門職(産業医・保健師・管理栄養士・公認心理師等)が講師となって、健康教育を毎月実施しています。職員一人ひとりが予防医学の普及啓発、地域社会の健康促進に貢献すべく、知識教養を深めています。



互助会「栄光会」の活動

当協会には現在、300余名の職員(正規・非常勤含む)が在籍しています。職員の増加により相互の親睦を十分に図ることが難しい場合もありますが、互助会である「栄光会」がその大きな役割を担い、コミュニケーションの促進に役立っています。

各施設が年次ごとに持ち回りで役員を務め、さまざまな福利厚生やレクリエーションを立案しています。中でも一大イベントは年末に企画される忘年会で、例年半数近くの職員が参加しています。100名超の職員が一堂に会する模様はまさに壮観で、互いに一年の労をねぎらい、新たな年への英気を養っています。

こうした取り組みの結果、当協会の健康経営の評価として、「健康経営優良法人」(経済産業省・日本健康会議)として認定されています。

申請にあたっては協会けんぽ富山支部とのコラボヘルスを進め、制度開始以降10年連続で認定を受けることができました。

その他、健康経営の推進体制や、健康経営により目指す姿など、当協会ホームページで紹介しています。ぜひご覧ください。

当協会ホームページ



健康経営について

<https://www.hokurikuyobou.or.jp/information/kenkoukeiei.html>



健康経営®は、NPO法人健康経営研究会の登録商標です。

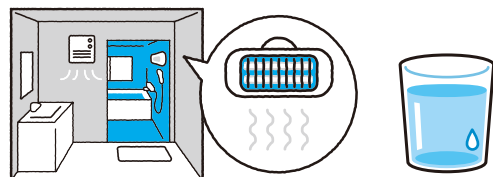


保健師コラム

一般財団法人 北陸予防医学協会
保健師 中田 理帆

寒い季節に注意が必要な「ヒートショック」をご存じですか？暖かい部屋から寒い脱衣所や浴室へ移動した際、急激な温度変化によって血圧が変動し、さまざまな健康被害を引き起こす現象です。

ヒートショックは、脳卒中や心筋梗塞などを誘発し、最悪の場合、命に関わることもあります。とくに、高齢者や、糖尿病・高血圧などの生活習慣病の持病がある方は注意が必要です。また、若い方でも長風呂をする方や、食後や飲酒後にお風呂やサウナに入る方は、ヒートショックのリスクが高まります。不慮の事故を避けるためにも、年齢に関係なく次の点に気をつけましょう。



◆入浴 前 の対策

- 脱衣所や浴室を暖めておきましょう。
- 湯温は40℃以下に設定し、長湯は避けましょう。
- コップ一杯の水を飲み、水分を補給しましょう。

◆入浴 中 の対策

- 湯船に入る前に、かけ湯をして体を慣らしましょう。
- 無理をせず、めまい・立ちくらみなど体調に異変を感じたら、すぐに湯船から出て休憩しましょう。

◆入浴 後 の対策

- すぐに体を冷やさないように、暖房の効いた部屋でゆっくりと休みましょう。

また、ご家族がいる場合は、入浴中に様子を見てもらうなど、万が一の事態に備えましょう。

ヒートショックは、誰にでも起こりうる危険な現象です。事前の対策をしっかり行い、安全に入浴しましょう。

高岡総合健診センター 駐車場が増えました！

高岡総合健診センターは、2009年の開設以来、ご利用者様が年々増加し、近年は駐車場に空きがないなど、ご迷惑をおかけする状況となっていました。

このたび、当センター千保川側に隣接していた旧公民館を取得し、建物を解体して、跡地を新たな駐車場として整備いたしました。ぜひ、今後とも、より利便性が増した当センターをご利用いただきますようお願い申し上げます。

町を見守る鐘はそのままに…

公民館の屋上には、金屋町のシンボルとして吊り鐘が設置されていました。

この鐘は、高岡市市制100周年を祝い、1984(昭和59)年、地元有志により高岡の伝統産業の鋳物技術で製造された青銅製で、当時の高岡市長・堀 健治氏が「励みの鐘」と命名し揮毫されました。当協会はこの鐘を貴重な資産として継承すべく改修し、新設した駐車場敷地内に再設置いたしました。

高岡総合健診センターご来場の際は、この鐘や千保川に架かる鳳鳴橋の鳳凰像と併せて金屋町界隈を散策されてはいかがでしょうか。



DX推進に取り組んでいます

当協会では、IT技術の進展に伴う顧客サービス向上と業務効率化を目指し、医療機器のデジタル化やさまざまなシステムの導入により、DX推進に向けた合理化に取り組んでいます。

このたび、ISO27001の更新を実施しました。規格改定された2022年版への管理策の対応と、クラウドツールを活用したISMS(情報セキュリティマネジメントシステム)文書のペーパーレス化に取り組みました。この結果、従来40～50種類あった管理文書を約半数に削減し、管理の手間は大幅に減少しています。

当協会の情報セキュリティに対する顧客団体様からの調査依頼が増加しています。これからも、新たな知見・技術を絶えず取り入れ、品質向上に努め、信頼いただける医療サービスを提供できるよう取り組んでまいります。



第66回

日本人間ドック・ 予防医療学会学術大会に 参加して

一般財団法人 北陸予防医学協会
保健師 奥田 真帆

2025年8月22日・23日の2日間にわたり、第66回日本人間ドック・予防医療学会学術大会が国立京都国際会館にて開催されました。

「私たちが予防医療にできること」というテーマで特別講演やシンポジウム、一般演題(口頭発表・ポスター発表)などが行われ、第4期特定健診・特定保健指導、2次検査受診勧奨、健診現場の業務DX化、AI活用など、さまざまなことを学ぶことができました。

日本肥満学会ジョイントシンポジウムでは、第4期特定健診・特定保健指導では「腹囲2.0cm以上かつ体重2.0kg以上減少」を成果指標とするアウトカム評価が導入されていますが、特定保健指導の本来の目的である循環器疾患や糖尿病合併症の予防を実現するためには、単に減量の達成に終始するのではなく、対象者の健康課題に応じた多様なアプローチが必要であることが議論されました。また、保健指導時、「〇〇したらいい」というような方法論が先行してしまっているケースがあるため、まず対象者本人が自分の体に何が起きているのかをメカニズムで理解できるように説明し、それを自分事化することが重要であるということを再確認することができました。

第4期特定健診・特定保健指導に関する一般演題では、特定保健指導の初回面談実施率の増加や中断率の減少に向けた、各施設の課題と取り組みについての報告がされました。報告された取り組みとして、待ち時間短縮と看護師・保健師の業務改善、ナッジ



▲糖尿病重症化予防対策について発表

理論を活用した働きかけ、そして保健指導を受けられた方の減量成功談を盛り込んだチラシ作成などが紹介されました。特定保健指導を受けられる方にとって有意義なものになるように、日々の業務を見直すことがいっそう重要であると改めて感じました。

その他、受診勧奨・精密検査受診率に関する一般演題では、2次検査受診勧奨における各施設の課題や取り組みについて報告がされました。報告された取り組みとして、スタッフが統一した内容で受診勧奨できるように、案内手順を基準値やかかりつけ医の有無などの確認事項を可視性のあるフローに基づいて、作成するなど工夫して実施されていることがわかりました。

また、一般演題にて、「当協会における糖尿病重症化予防対策のあり方に関する考察」について発表しました。

労働衛生機関として、当協会が担っている健康診断(アフターフォローを含む)の請負の範疇の中で、「できること」と「しなければいけないこと」を整理することは重要であると感じています。

糖尿病重症化予防対策の取り組みは、まだ検討段階の案ではありますが、当協会健康診断を受けていただく皆様に充実したアフターフォローができるよう、この糖尿病重症化予防対策を実際に運用していくために必要なことを、引き続き準備していきたいと思っています。



広報誌に関するご意見・ご要望等は健康推進課 南義・上田までご連絡ください。
TEL 076(436)1281 FAX 076(411)9075