

様式第 2 号

視察研修先	山梨県議会	氏名	太田 芳彦
視察研修項目	①健康寿命全国トップの要因について		
<p>感想・所見など</p> <p>山梨県は人口が 834,930 人で高齢化率が 29,4%。①山梨県の健康寿命全国トップの要因については、山梨県独自の風土や習慣・文化などが健康的な生活を支えている山梨県のポテンシャルで次の 6 つが挙げられる。</p> <ul style="list-style-type: none"> ●豊かな食生活：一日平均の食事時間の長さ（1 位）・あさり（1 位）やマグロ（2 位）など海産物が好き・ぶどう・桃・スモモの生産量は日本一・ワイン（1 位）やヨーグルト（1 位）など、発酵食品も多く摂取 ●豊かな自然：年間日照時間日本一・生産量日本一のミネラルウォーター・県土の約 78% を占める森林 ●住みたい・訪れたい土地：外国人観光客に人気（延べ宿泊数 10 位）・移住希望地域ランキング 2 位・都道府県幸福度 6 位 ●活躍するシニア：働き続ける意欲の高さ（高齢者就業率 2 位）・特技、技能を活かした活躍・特技、技能を活かした活躍（ことぶきマスター制度） ●活発な人付き合い：無尽の文化・交際や人付き合いの時間を重視（1 位）・ボランティア活動への積極的な参加（障害者 1 位、スポーツ、文化 2 位） ●身近な学びと交流の場・図書館：図書館、公民館設置数 1 位・全国 2 位の利用者数を誇る県立図書館・図書館、博物館を利用した授業の充実（小学校 4 位、中学校 5 位）等々が健康的な生活を支えていると思われる。 			

様式第2号

視察研修先	山梨県議会	氏名	太田 芳彦
視察研修項目	②がん対策について		
<p>感想・所見など</p> <p>山梨県のがんはS58年から死亡の第1位で、4人に1人ががんで亡くなっている。75歳未満年齢調整死亡率と年齢調整罹患率は、常に全国を下回り低減傾向であるものの、女性のがんの死亡率と罹患率の減少は男性より緩やかである。又、女性の乳がんは死亡率、罹患率ともに第1位であり増加傾向である。また、子宮がんの死亡率、上皮内がんを含む子宮頸がんの罹患率ともに第3位で、増加傾向であることから、女性のがんへの対策が必要であると考えられる。そして、75歳未満年齢調整死亡率と年齢調整罹患率の上位のがん種は、対策型がん検診により早期発見できることから、より効果的ながん検診の提供が必要である。</p> <p>●がん対策推進計画：第1全体目標「がん患者を含めた県民が、がんを知り、がんの克服を目指す」（1）科学的根拠に基づくがん予防・がん検診の充実（2）患者本位のがん医療の実現（3）尊厳をもって安心して暮らせる社会の構築。第2分野別施策（1）がん予防：がんにならない対策、早期にがんを発見する対策（2）がん医療の充実：先進的ながん医療の推進する対策（3）がんと共生：がんになっても安心して暮らせる社会の構築を図る対策（4）これらを支える基盤の整備：県民に正しい知識を普及する対策ほか</p> <p>●対策型がん検診の必要性：（1）がん検診は、公共施策として行う住民健診などの対策型検診と、人間ドッグなどの任意型検診がある。行政が行う対策型検診の目的は、対象集団のがん死亡率の減少をさせることが大事で、死亡率を下げる科学的根拠があり、かつ検診による害（不利益）の少ない検診の受診率を向上させ、がんの死亡率減少を図る。そのためには、適切な精度管理は必須！！</p> <p>私も、4年前に胃がんで全摘手術を行っており、がんの怖さは十分分かっているつもりです。市で実施している成人病検診で引っかかり市立病院で見つけていただき県立中央病院で手術をしていただきましたが、その当時はがんに対する知識が薄く、本市の場合、胃部の検査はバリウムでのX線検査で、これを受診していれば問題ないのかなと思っておりましたが、先輩方から太田、運が良かったな、バリウムで引っかかるなんて奇跡に近いんだみたいなことを言われ、色々調べてみましたが、もう少しお金をかければ、もっと精度の高い検査方法があることが分かってきましたので、検査のレベルアップを市に要望してまいりたいと思います。</p>			

様式第2号

視察研修先	静岡県焼津市議会	氏名	太田 芳彦
視察研修項目	DWIBS法を利用した新たな総合がん検診について		

感想・所見など

●焼津市立総合病院の理念：①患者や家庭の意思と権利を尊重し、安全・快適で、最善の医療を提供します。②患者・家族のプライバシーの保護に努めます。③常に最善の医療が提供できるよう、新しい医療の創造に努力するとともに、高度・先進医療を積極的に取り入れます。④医療の質、患者サービスの向上を目指し、職員の教育・研修に励みます。⑤職員の自主性・創造性を生かし、「働きがいのある」職場環境をつくりまします。⑥病院に対する市民の期待に末永く応えられるよう、財政面での経営の健全化に努めます。⑦市民の健康増進のため、啓発活動、予防活動に取り組み、健康なまちづくりに貢献します。⑧市民が必要な医療を受けられるよう、地域の医療機関と連携して、地域医療の向上に取り組みまします。

●DWIBS（どういぶす）検査とは？～被ばくもない、痛みもない、PET検査のようにがんを探すMRI検査～◎平成28年より、当院ではMRIによる最新の画像診断技術「DWIBS（どういぶす）法」をがんの発見や移転の検索、化学療法や放射線治療の効果判定に積極的に用いることで、がん患者様に身体的、金銭的に負担の少ない検査を実現しています。◎このDWIBS検査を月に10件以上実施している医療施設は非常に少なく、当院を含めても全国で10施設しかありません。当院では先進的な医療の提供を積極的に行っております。①MRIとは：△MRIは磁気共鳴画像といいます。みなさんからはよく「MR」と呼ばれています。とても大きな音がする検査とお話すると、1回でもMRIを受けたことがある方は分かっていただけかと思えます。△MRIの最大の特徴は、放射線を使用しないところです。南海検査を受けられても大丈夫です。②DWIBS（どういぶす）検査とは：△MRIを使用して体の広い範囲にわたって、がんの原発巣や転移を探す全身検査です。検査時間は、通常MRI検査より少し長く、40～50分程度かかります。強い痛みによって動いてしまいます患者様や認知症でじっとしていただけない患者様は検査ができない場合があります。また、手術によって体内に金属がある患者様の場合、画像に影響が出ることがあります。通常MRI検査と同様に、ペースメーカーを装着されている方は検査を受けることが出来ません。③DWIBS検査の良いところ（PET検査と比べて）・被ばくが全くありません・痛みがありません・食事制限もありません・検査後はすぐに帰れます・費用はPET-CTの約1/5・原発巣の検索をすることができます・治療が効いたか判定する時期がとても早い・DWIBS検査は、当地区では当院だけが行える検査です。◎MRIの当院での利用状況は、平成29年度は7460件、通常診療のほか病診連携・脳ドッグ・総合がん検診が主となります。平成28年11月ごろより始めたDWIBS法、平成29年11月より始めた総合がん検診が好評で、通常診療の予約に影響が出ていることから、平成30年10月に新規MRI装置を導入し3台体制となっています。平成31年3月には無痛乳がん検診をはじめたところであり、無痛乳がん検診についても好評を得ているところでもあります。

様式第 2 号

視察研修先	静岡県三島市議会	氏名	太田 芳彦
視察研修項目	スマートウェルネスみしま推進事業について		
<p>感想・所見など</p> <p>三島市は人口 109,965 人で高齢化率が 28.70% で新幹線三島駅から品川まで最短 37 分と足の便は大変良いところで、静岡県の健康寿命は男女とも全国 2 位と羨ましくなるような県です。</p> <p>●スマート：賢く、自然に、楽しく ●ウェルネス：健やかで幸せな状態</p> <p>◎スマートウェルネスみしまアクションプランの策定①第 1 期（平成 25～27 年度）27 コアプロジェクト②第 2 期（平成 28～30 年度）32 コアプロジェクト③第 3 期（令和元年～3 年度）34 コアプロジェクト</p> <p>◎スマートウェルネスみしまの取り組み 3 つのキーワード①エビデンス～科学的根拠に基づく健康づくり～：健幸運動教室・医療費分析②スマート～無意識に、自然と健幸づくり～：歩車共存道・ガーデンシティみしまの取り組み③コラボレーション～「+」から「×」へ～：民間との協働で付加価値の提供・学生との協同で新たな視点の導入。</p> <p>◎健幸運動教室の実施：①エビデンスに基づくプログラムを導入②継続支援で運動を習慣化（原則 6 か月・最長 1 年）③24 人×4 教室＝96 人定員（これまでに 589 人が受講）⇒内容と結果を広報等で周知し、参加者だけにとどまらない仕掛けづくりにより、体力年齢の若返り効果が見られた。</p> <p>◎医療費等の分析による健康課題の把握：①国立保健医療科学院と連携＝国保を対象として「検診」「レセプト」「介護」の 3 つのデータを総合的に分析。検診と医療・介護の関係から三島市健康づくり施策の方向性を探る。・三島市は県内他市町に比べ糖尿病の有病者数が優位に多い・5 年間の医療費を比べると、一人当たり年平均 49,179 円上昇②県と連携した「小学校区健康課題」の分析＝県が保有する 40 歳～74 歳までの特定健診結果（対象全体の約 30%）を基に小学校区ごとの健康課題を分析した。・全体として県平均に比べ、運動は良くしている・学区別に点数化し、職が弱い校区、喫煙が多い校区が判明⇒①啓発・PR ②講座・教室③家庭訪問等を行い健康のための対応を行った。</p> <p>◎健幸マイレージの実施～活発で健康的な市民生活を支援～△様々な活動でポイントが貯まる！！①日々の健康づくり②いきがい・きずなづくり③イベント参加△学校応援コース、幼保応援コースの新設①学校・園名記載して応募②児童数を指数化しランキング③ランキングに応じ各校・園 P T A に助成（1 位：3 万円、最下位：5 千円）△抽選でプレゼント①三島野菜②運動施設③授産製品のクーポン△応募者全員「ふじのくに健康いきいきカード等々、健康寿命が大事といった多くの事業が展開されておりました。</p>			