



奈良トヨタ代表取締役社長 菊池 攻氏

# 社員・職員の健康守ってー 生活習慣と肝臓病へのリスク ウイルス性肝炎啓発



J Aならけん経営管理委員会会長 中出 篤伸氏

## 健康増進特集

新型コロナウイルス感染症により外出自粛が求められる中、それに伴う健康二次被害が懸念されている。その中で、従業員等の健康管理を経営的な視点で考え、戦略的に実践する「健康経営」が重要視されており、企業には従業員の健康管理をしながら、いかに生産性を上げることができているかに関心が高まっている。

新型コロナウイルス感染症拡大に伴う健康二次被害についてお聞かせください。  
**赤羽** 食事の偏りや、カロリー過多、運動不足が問題視されています。肥満の方が増えてきており、なかでも内臓脂肪の蓄積が問題です。私自身、消化器内科を専門としており、検診を受ける約3割の方が脂肪肝と診断されています。脂肪肝の数値が正常であってもエコー検査を受ける脂肪肝と診断される方もいらっしゃいます。そういった

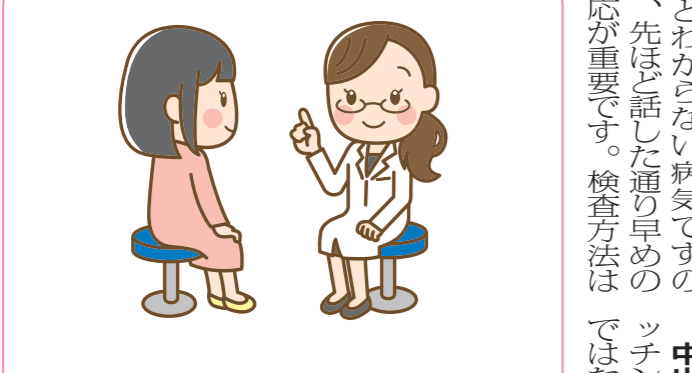
境の改善なども力を入れていますが、社員の健康にも目を向けていくことで、エコアクションと健康経営の2本の柱として会社の健康管理をしてきました。運よく初年度からホワイト500に選定され、現在まで4年連続で選ばれています。また、健康診断やストレスチェック、その時々テーマに応じて、禁煙サポートのセミナーや、コロナ禍においてはリスク管理を含めた感染症セミナーを開講し、休暇取得の促進にも力を入れて取り組んでいます。

社員の健康は企業の生産性を高める  
**中出** 脂肪肝の問題もある中で、外食を控えて栄養バランスを整え、汗をかく程度で歩くことによって血行を良くし、体の健康管理に取り組むことが大切ですね。

職員の健康サポートから健康増進、健康経営への考え方について。  
**中出** 強制的に生活習慣を改善することはできません。その中で指定している機関への健康診断を会社から補助し受けてもらうようにしています。自覚症状があっても初めて自分の健康状況に気付くことが大半だと思いますが、それまでに気付くことができればと考えています。また、コロナ禍にあって、妊娠されている女性の方には休んでいたなど、職員の感染回避と健康を第一に考え、職員に寄り添うことを意識しています。



奈良県立医科大学 消化器・代謝内科 准教授 赤羽たけみ先生



肝疾患について相談したい方は、奈良県肝疾患相談センターへ  
肝疾患等について不安、疑問を持つ方々に対し、相談や専門医療機関等の情報提供をし、不安の軽減及び医療を継続して受けられるよう支援します。  
場所/奈良県立医科大学附属病院2階 新生児・発達外来 相談方法/面接・電話等  
奈良県肝疾患相談センター TEL.0744-22-1380

早期検査・早期発見が重要  
ウイルス検査は含まれておりませんが、脂肪肝の数値が正常だとしても肝臓検査で陽性の可能性があります。検査をしないといけない病気です。脂肪肝にしてもエコー検査を受けて、血液検査で数値を調べることによって脂肪肝が分かります。脂肪肝の他にもウイルス性肝炎があり、B・C型肝炎は慢性肝炎から肝硬変になると言われています。職域の健康診断には肝炎ウイルスの項目がないので、肝臓の数値が正常であってもウイルスが陽性の可能性があります。毎年受ける必要はありませんが、一度も受けていない方にはオプション検査で是非検査していただきたいです。

赤羽 B・C型の肝炎ウイルスは放置しておくこと肝硬変や肝臓がんが出てくる病気で、定期健康診断の中に肝炎検査は含まれていません。赤羽 奈良県肝疾患相談センターの専任医師も担当しています。奈良県肝疾患相談センターの専任医師も担当しています。奈良県肝疾患相談センターの専任医師も担当しています。

赤羽 脂肪肝の数値が正常であってもウイルス性肝炎があり、B・C型肝炎は慢性肝炎から肝硬変になると言われています。職域の健康診断には肝炎ウイルスの項目がないので、肝臓の数値が正常であってもウイルスが陽性の可能性があります。毎年受ける必要はありませんが、一度も受けていない方にはオプション検査で是非検査していただきたいです。

### C型肝炎は放っておかないで

たとえ今、症状がなくても、C型肝炎ウイルスはきちんと身体から排除しないと、肝臓がんになる可能性があります。今は、飲み薬で治療ができる時代です。

注1) C型肝炎の治療には飲み薬以外の治療法もあります。注2) C型肝炎の治療がすべての肝臓がんの発症リスクをなくすわけではありません。

C型肝炎コールセンター 0120-207-802 (受付時間 9:00~18:00) C型肝炎に関する資料を差し上げます。

C型肝炎については、下記ホームページもご参照ください。知りたい、治したい、に答える! C型肝炎サポートネット http://cgatakanen-support.net/

### あなたは肝臓ウイルス検査を受けましたか?

知らなきゃ怖い! 「肝臓は沈黙の臓器」

ご質問・ご不明な点がありましたら、お気軽にお問い合わせください。奈良県肝疾患相談センター (奈良県立医科大学付属病院) ☎0744-22-1380 火・木 10:00~16:00 (祝日、年末年始除く)

### 社会福祉法人 天寿会

- 特別養護老人ホームひびきの郷
- 奈良ひびき福祉専門学院
- ひびきデイサービスセンター
- ひびきハビリデイサービスセンター
- ひびき在宅介護支援センター
- ひびき在宅介護支援センター滝本
- ひびき認知症デイサービスセンター滝本
- 天理市西南部地域包括支援センター

ひびきの郷 天理市岸田町1199 ☎(0743)66-1188(代)

2021年4月作成 JP-MAVI-210106-1.0 アッヴィ合同会社 東京都港区芝浦3-1-21 abbvie

### 一生に一度は検査を受けましょう! 早期発見 早期治療

●このような方は必ず検査を受けましょう! 輸血(平成4年以前)、集団予防接種(昭和23年7月1日~昭和63年1月27日)、肝機能異常、カミソリの共用、不衛生な状態でのピアスの穴開け、タトゥー(入れ墨)など

肝炎ウイルスに感染していても自覚症状はありませんので、気づかないうちに肝硬変や肝がんへと進行している場合があります。最近のB型・C型肝炎ウイルス性肝炎の治療は進歩しており、適切な治療を受けることで、深刻な病状に進行するのを防ぐことができます。早期発見が重要です。