

P9~12 NEWすこやか弁当の
テーマは、おいしく食べて
免疫力アップ!体を元気にする
食材がふんだんに使われています。



免疫力を高める食材をセレクトして作ったすこやか弁当は、メニューに免疫力UPの食材(隠し味にも)を使っていますので、参考にさせていただきます。

P22~28 検査部通信の
特別編として、最新鋭機器を使い、
正確な健診結果を提供する
検査部にフォーカスしました。



1日の検査のスケジュールや仕事の分担など、スタッフの役割を明確にして、品質管理をしている検査部のすべてをお見せします。

P33~36 宗村トレーナーが
年代別・タイプ別での筋力と
柔軟性をチェックします。
さて、あなたはどのタイプでしょうか?



正しい姿勢で立てますか?筋力と柔軟性がポイントです。宗村トレーナーのポーズを見本にして、あなたのタイプを知りましょう。

新たな日常を見据えて

(一社)新潟県労働衛生医学協会 会長
佐藤 幸示



新型コロナウイルスによって、日本から当たり前の日常が奪われて、1年半になるうとしています。

日本は感染爆発を起こした国々と比べれば、感染者数、死亡者数、共に少なく推移してくることが出来ましたが、3月末頃から感染力の高い変異型ウイルスの猛威にさらされ、オリンピックの開催までもが危ぶまれる事態となっています。

長期に渡る自粛の疲れとコロナ慣れ、そして感染力の高まった変異型ウイルスの登場で、国から3度目の非常事態宣言が発令されても、感染はじりじりと右肩上がりを見せています。

しかし、そのような中、一筋の光明が差し込んで来ました。それは、日本でも接種が開始されたメッセンジャーRNAワクチンの登場です。アメリカのファイザー社、モデルナ社が提供するワクチンで、今までのような生ワクチン(限りなく弱くした病原菌)や不活化ワクチン(病原菌を処理して病原性をなくしたもの)ではなく、コロナウイルスの設計図であるメッセンジャーRNAだけを人体の細胞に送り込むことが出来るワクチンです。これによって、体の中で免疫が発動し、すみやかに抗体が作られるという仕組みで、その最大の利点は95%という発症予防効果にあります。

今までのインフルエンザワクチンでは40%~60%程の発症予防効果でしたので、格段の違いがあります。そして、変異型ウイルスのイギリス型、ブラジル型、インド型にも90~95%の発症予防効果があるとの実験データが日本で出てきました。今のところ副反応も軽く、これで、効果の持続性も持ち合わせていることが実証されれば、(長期かつ広範囲な安全性の検証をしっかりと経なければなりません)画期的なワクチンと呼ばれても過言ではないでしょう。

とはいえ、100%の発症予防効果はありませんので、これからも新型コロナウイルスとの戦いが続いていくことは避けられません。新たな日常を作っていくかなければなりません。

かつての当たり前の日常には、当分の間、戻れないことを自覚し、WITHコロナの時代に即した、活気を取り戻せる、新たな日常が始まるわけです。この新たな日常に切り替わっていく中においては、よりご自身の健康管理や健康寿命の延伸に対する関心が高まっていくことと思います。

この新たな日常の到来に対しまして、皆様方からのご要望にしっかりと応えすべく、健診体制を整え、皆様方から「安心と信頼」をいただけますよう、また、皆様方の健康づくりのサポートがしっかりと出来ますよう、職員一同、力を合わせ、取り組んで参りますこととお誓いし、新年度の挨拶とさせていただきます。

Trimm vol.256 2021 4・5・6月 ALL 40 PAGES

PAGE 01

医学協会では毎年、人間ドックの結果やがん検診のプロセス指標を情報公開しています。今号で最新の報告をご確認ください。また、当会が誇る自前の検査室(臨床検査部)は高い品質管理と精度管理を基本にして検査を行っています。スタッフ(総勢30名)の仕事と最新鋭の機器など、検査室のすべてを紹介いたします。



PAGE 02

協会NOW 新年度に寄せて

PAGE 03-08

医学協会の確かな安心(シリーズVol.26)『2019年度・医学協会の人間ドックの結果から』例年開催の「健康づくり推進セミナー」が新型コロナウイルス感染症拡大防止で中止のため、紙上での発表報告

PAGE 09-12

2021.4.1からリニューアルしましたNEW!1日人間ドックすこやか弁当&「たまにはリッチに、おうちごはん」



PAGE 13-16

2021.2.4 新潟市働きやすい職場づくり推進フォーラム開催

PAGE 17-22

祝「いわむろの里」創立30周年
ご利用者が一緒に参加し、楽しむ里の3クラブ活動《体操・お茶会・音楽クラブ》の紹介

PAGE 23-28

検査部通信SPECIAL《特別編》
自前で検査室を持つ「医学協会の臨床検査部」は、
どんなことをしているの?



PAGE 29-32

金さんの元気のでるメンタルヘルズ講座
(シリーズVol.12)
笑楽習と好奇心をライフワークにする

PAGE 33-36

FRESHUP(運動編)
年代別・タイプ別
不調をとりのぞく運動プログラム



PAGE 37-38

表紙の写真画
ドンデン山から大野亀まで「佐渡の初夏」を巡る
編集者からのメッセージ