

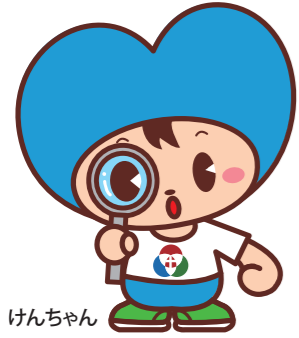
# 聖隷健康サポートセンター Shizuoka では「腰椎・大腿骨」骨密度検査を実施しています

聖隷健康サポートセンター Shizuoka 健診看護課 杉村 真梨

健康寿命の延伸のためには骨折予防が重要です。  
定期的に骨密度検査を受けましょう！



全身用X線骨密度測定装置  
PRODIGY Fuga-C Lite  
Smart Fan Beam &  
Multi-Slice Bone Densitometer



## Q 骨粗鬆症ってどんな病気？

A 骨密度が低下して骨が弱くなり、骨折しやすくなる病気のことだよ。

## Q 骨密度はどうして低下するの？

A 女性も男性も加齢や生活習慣によって低下するよ。  
特に女性は、女性ホルモンが低下してくる閉経期以降は注意が必要なんだ。

## Q 骨密度検査は受けたほうがいいの？

A 骨密度は一度下がると元に戻すのはとても難しいんだ。骨粗鬆症はほぼ無症状で気づかない間に少しずつ進行するから、骨折してから骨粗鬆症に気づく場合もあるよ。  
自分の骨密度を知っておくのは大事だね。  
測定する部位によって結果に差が出ることもあるから、骨折すると日常生活に大きな影響を及ぼす「腰椎・大腿骨」を調べるのがおすすめだよ！

## Q 骨折するとどんな影響があるの？

A 骨折は、医療や介護が必要になる原因の第2位※1(女性)。寝たきりの原因になるし、60歳以上の大腿骨頸部骨折は5年生存率45.6%※2で、命を落とすこともあるんだ。  
労働災害でも、最も多い原因は転倒(約26%※3)で、転倒により骨折してしまうと休職につながる可能性もあるから仕事にも影響するよね。  
定期的な骨密度検査は、将来の自分の健康のためだけでなく、家族や会社にとっても大事なんだ。

※1 厚生労働省 国民生活基礎調査(令和元年) ※2 Tsuboi M.et al, J Bone Joint Surg Br.2007.89.461-466.  
※3 厚生労働省 令和5年における労働災害発生状況(確定)

### 骨密度検査(腰椎・大腿骨)

検査時間 約5分 オプション料金 5,500円(税込) 実施施設 聖隷健康サポートセンター Shizuoka

- 検査台に仰向けになり腰椎と片方の大腿骨をエックス線で調べます
- 静岡市の補助が利用できます(静岡市に住み票がある30歳以上の女性・500円)

聖隷健康サポートセンター Shizuoka レディースクリニックでは日本骨粗鬆学会認定医による骨粗鬆症治療も行っています。ぜひご相談ください。

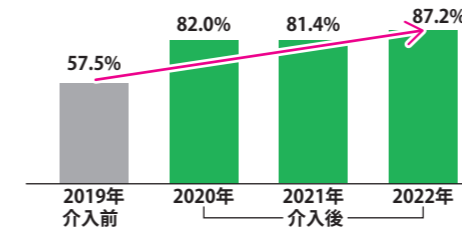
外来受付 ☎ 054-280-6222 受付時間 月～金曜日 8:30～17:00(祝日除く)

# 企業の産業保健活動への専門職介入 職場の健康課題解決事例をご紹介します

## 保健事業部の専門職※の介入により、成果につながった事例

※保健師、管理栄養士、健康運動指導士、作業環境測定士、労働衛生コンサルタントなど

### 定期健康診断 精密検査受診率UP



介入内容 ● 保健師健康相談での受診勧奨  
● 職場長を巻き込んだ受診勧奨体制構築のサポート

成果 ● 介入前50%台だった精密検査受診率が介入後から80%以上をキープ!  
● 事業場内で「精密検査は受けるもの」という意識が浸透

### ストレスチェック集団分析 健康リスク120以上の職場減

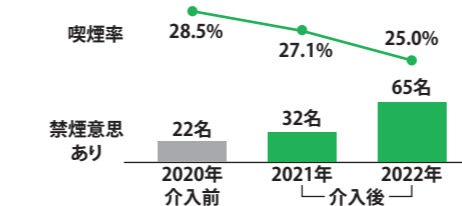
健康リスク100を基準値として、120を超えた段階で健康問題が発生している傾向があります。



介入内容 ● 管理職向け研修実施 参加者:健康リスク120以上の職場の管理職  
● 全職員向けセルフケアに関する動画配信  
● 高ストレス者に対する健康相談

成果 ● 健康リスク120以上の職場ゼロ  
● 高ストレス者の割合も10% → 6%に減少

### 喫煙率低減



介入内容 ● 禁煙指導の資格保持者による喫煙者への研修やリーフレットでの情報提供  
● 希望者への禁煙個別相談

成果 ● 喫煙率低減  
● 「禁煙意志あり」と回答した人数が大幅に増加  
2020年 22名 → 2022年 65名

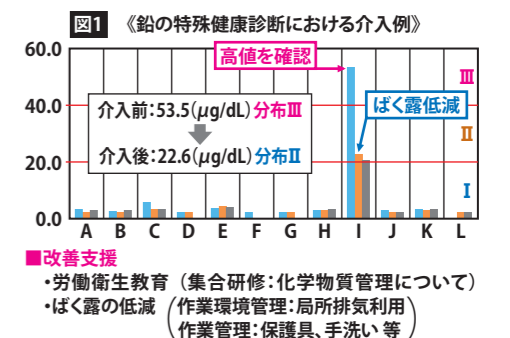
### 化学物質管理の推進、改善支援を行った事例

#### ● 対応例①…特殊健康診断の適正化

正しい内容で健康診断を実施するために、対象物質と対象者の選定を支援しています。営業・渉外担当と連携し、事業所との打合せに同行して法令解釈の説明やSDS(安全データシート)の確認を行います。

#### ● 対応例②…業務起因性の健康障害防止

健康診断の結果で有害物へのばく露が疑われる項目があった場合や、問診・診察等の場面で気になる所見が続いた場合、健診結果をもとに作業環境等の改善を支援しています。  
【介入の基準】  
生物学的モニタリング検査(有機溶剤、鉛等)が分布Ⅲまたは基準値を超えている等 図1



健康経営®の推進に保健事業部の専門職をぜひご活用ください。

労働衛生・産業保健に  
関するお問合せ

聖隷労働衛生コンサルタント事務所

● 労働衛生担当 ☎ 053-475-1229 ● 産業保健担当 ☎ 053-473-5529  
▶ 受付時間(祝日除く) …月～金曜日 8:30～17:00