

全国結核予防婦人会だより

発行●公益社団法人全国結核予防婦人団体連絡協議会
〒101-0061 東京都千代田区神田三崎町1-3-12 TEL 03-3292-9288

2023.7

No.138



健康の輪



編集●全国結核予防婦人団体連絡協議会事務局(結核予防会内) 題字●初代会長 廣瀬勝代

第74回結核予防全国大会開催



令和5年2月14日火曜日から15日水曜日の2日間にわたり、熊本県熊本市のホテル日航熊本において、結核予防会総裁秋篠宮皇嗣妃殿下のご臨席のもと、第74回結核予防全国大会が開催されました。

大会式典では、秋篠宮皇嗣妃殿下よりお言葉を賜りました。また、大会式典で第26回秩父宮妃記念結核予防功労表彰式が行われました。全国結核予防婦人団体連絡協議会からも事業功労賞団体部門で、熊本県健康を守る婦人の会が受賞し、秋篠宮皇嗣妃殿下より表彰状が授与されました。

第27回結核予防関係婦人団体中央講習会開催



令和5年2月28日火曜日から3月1日水曜日の2日間にわたり、東京都千代田区のKKRホテル東京において、結核予防会総裁秋篠宮皇嗣妃殿下のご臨席のもと、第27回結核予防関係婦人団体中央講習会が開催されました。開講式では、秋篠宮皇嗣妃殿下よりお言葉を賜りました。

(お言葉は本誌2ページに掲載)

第七十四回 結核予防全国大会 総裁お言葉

令和五年二月十五日（水）

本日、「第七十四回結核予防全国大会」が熊本県において開催され、全国から参加された皆さまにお会いできましたことを、大変うれしく思います。そして、この大会を開催するために準備をしてこられた関係者の皆さまに、感謝いたします。

まず、「第二十六回秩父宮妃記念結核予防功労賞」の表彰を受けられる皆さまに、お祝いを申し上げます。また、この度の受賞者をはじめ、結核対策に貢献してこられた方々に、深く敬意を表します。

日本の結核は、二〇二一年の統計では、罹患率が人口十万人対九・二となり、低まん延化が初めて達成されました。しかし、この年も、約一万一千五百人が新たに結核を発症し、約千八百人が命を落としました。新規登録結核患者の四割以上は、八十歳以上の高齢者です。また、若年層の結核患者には外国出生者が多く、特に二十代では、新規登録結核患者の七割にのぼります。このようなことから、これからも、結核患者の早期発見や治療に力を入れるとともに、罹患率が高い国に対する協力をおこなうことが求められております。

昨日の研鑽集會では、災害時や感染症流行時の医療について基調講演があり、それに続くシンポジウムでは、地域の支援センター、医療機関、保健所、結核予防婦人会から、それぞれの災害時の対応や結核対策の取り組みについて発表がありました。災害後の医療や生活再建に加え、感染症の世界的な流行という困難の中で、地域の人々に寄り添いながら関係者が力を尽くされていることを、とても心強く思います。

先日は、トルコ南東部を震源とする地震が発生し、トルコとシリアに甚大な被害を及ぼしました。多数の人が命を失い、被災された人々が厳しい状況におかれていることに心を痛めております。極めて寒い天候の中ですぐず人々の健康が守られることを願わずにはいられません。そして、災害時における医療・保健はもとより感染症対策が重要であることに、改めて思いをいたしております。

結核予防に関わる皆さまが、ご自身の健康に留意されながら、今後さらに活躍されることを願い、式典に寄せる言葉といたします。

第二十七回 結核予防関係婦人団体中央講習会 総裁お言葉

令和五年二月二十八日（火）

本日、「第二十七回結核予防関係婦人団体中央講習会」の開講式にあたり、全国よりお集まりの皆さまにお会いできましたことを、大変うれしく思っております。

中央講習会は、三年前に対面でおこなわれた後は、感染拡大防止のために二年続けてオンラインでの開催となりました。そうした中、皆さまは、感染症を含む疾病について学び、正しい情報を入りに伝えてこられました。また、マスクの作成やワクチン接種会場でのお手伝いなどもされました。更には、複十字シール運動に取り組み、カンボジアの結核健診とボランティアの活動も支えていらっしゃいます。感染症対策をされながら、できることを工夫して積極的に活動されてきた皆さまの熱意と行動力に、深く敬意を表します。

日本の結核は、多くの人々のご努力により、着実に減少してきました。それでも、一昨年の一年間で一万一千人以上が新たに結核を発症し、約千八百人が結核で亡くなっています。新規登録患者には高齢者が多く、二十代の新規登録患者に占める外国生まれの人の割合は七割を超えています。また、結核診断の遅れや定期健診受診者の減少も指摘されています。

一方、世界では、世界保健機関（WHO）の推計によると、一昨年に、約一千六十万人が結核を発症し、約百六十万人が亡くなりました。国連の持続可能な開発目標（SDGs）の一つとして掲げられた、二〇三〇年までに結核をなくすという目標には、ほど遠い状況にあります。

こうした状況の中、皆さまは今回の講習会で、結核対策、BCG、国際協力や、SDGsについての講演を聴講され、班別討議に参加されます。皆さまが、専門的な内容の理解を一層深められ、それぞれの地域で重ねてきた豊かなご経験を伝え合い、意見交換をされることを通して、これからのご活動がより充実したものになりますことを期待しております。

今後、婦人会の皆さまとご一緒に、人々の健康を支えるために、更に努めて参りたいと思います。冬から春へと季節の変わり目にあたりますので、どうぞご体調に気をつけておすごしください。日本、そして世界の人々の健康を心から願い、開講式に寄せる言葉といたします。

第74回結核予防全国大会決議

2021年の我が国の結核罹患率は人口10万対9.2となり、目標としてきた低まん延化が実現した。

これは長年にわたって結核対策を官民一体となって推進した成果である。

しかし、直近の2年間の急速な患者数の減少は、新型コロナウイルス感染症の影響による受診控え、医療機関の逼迫による患者発見の遅れ、健康診断の停滞あるいは入国制限に伴う外国出生者の減少等の一時的要因によることも考えられ、今後の動向を注視する必要がある。

世界の結核対策を見渡すと、2021年のWHOの報告では新規患者は1060万人、死者数は160万人となり、ともに2年連続で増加した。コロナを除けば単一病原体としては死因の第1位である。このままでは、2030年までに結核を終息させるという国連結核ハイレベル会合の持続可能な開発目標の達成が危ぶまれる。

我が国において今後は、低まん延化に続く究極の目標である結核の根絶のために、超高齢者・外国

出生者などハイリスクグループに重点を置きつつ、患者の早期発見と確実な治療さらには潜在性結核感染症の治療などのために必要なあらゆる対策を着実に実行する必要がある。また、日本の結核罹患率の更なる低下のためにも、我が国の結核対策の経験を活かし、研究開発の強化を通して一層の国際協力を推進する必要がある。

併せて、患者の減少にともない、国民はもちろん医療従事者の結核に対する関心が薄れ、経験も少なくなることから、結核に関する意識の低下や差別、偏見が生じることがないように、正しい知識の普及と啓発活動、また、医療従事者に対する研修など更なる支援が求められる。

以上から、本大会は、国及び地方公共団体、関係医療機関及び結核予防会、全国結核予防婦人団体連絡協議会等の関係団体が力を合わせ、次の4項目について努力することを決議する。

一、新型コロナウイルス感染症流行の経験も踏まえて、結核に関

する必要な対策や医療の提供が適切に行われるように、人材の拡充や情報通信技術の活用などの公衆衛生の強化及び結核医療体制の更なる見直しを図ること。

一、低まん延化に続く目標となる結核根絶のため、超高齢者・外国出生者などのハイリスクグループに重点をおきながら、予防啓発・服薬指導・医療対策を推進すること。

一、日本の罹患率低下を加速化し、WHOが進める結核終息戦略の目標を達成するために、必要な革新的技術の開発・普及を積極的に行うとともに、日本の結核対策の経験を活かした国際協力を一層推進すること。

一、全国結核予防婦人団体連絡協議会は、国内外の関係団体と連携し複十字シール運動などを更に推進する。また、関係団体は結核のみならず感染症の予防のため、国民に対する正しい知識の普及や啓発活動を更に強化する。

令和5年2月15日

第74回結核予防全国大会

第74回結核予防全国大会宣言

日本の結核の低まん延化は長年にわたる官民一体となった対策を着実に推進した成果である。我が国における次の目標である結核根絶のため、新型コロナウイルス感染症の経験も踏まえて、公衆衛生の強化や結核医療体制の在り方を

再検討しながら、予防啓発・服薬支援・医療対策を推進する。

また、世界の結核終息戦略に対しこれまで以上に大きな貢献を果たすため、日本の結核対策の経験を生かし、関係機関・国と連携しながら必要な更なる革新的技術の

開発・普及を積極的に行い、国際協力を一層推進する。

以上、宣言する。

令和5年2月15日

第74回結核予防全国大会

3月24日 世界結核デー 結核予防会総裁おことば



3月24日の世界結核デーにあたり、国際結核・肺疾患予防連合の名誉会員であられる、結核予防会総裁秋篠宮皇嗣妃殿下より、英文でおことばを賜りました。

MESSAGE FROM HER IMPERIAL HIGHNESS CROWN PRINCESS AKISHINO
HONORARY MEMBER OF THE UNION

24 March 2023
WORLD TB DAY 2023

This World TB Day, H.L.H. Crown Princess Akishino of Japan, an Honorary Member of The Union and Patroness of the Japan Anti-Tuberculosis Association, and a committed global TB advocate, issued the following message:

“I would like to express my sincere gratitude to everyone who has been making efforts to mitigate the serious impact caused by the recent COVID-19 pandemic.

I am very concerned about the recent increase in the estimated number of deaths from tuberculosis. However, we can end tuberculosis in the world by finding patients promptly, treating them until they are completely cured, and preventing infected individuals including children from developing the disease.

I feel a great respect for the many professionals and volunteers who have been contributing to carrying out these measures, leaving no one behind, and finding and disseminating more effective measures.

I would like to join you in working further to achieve our common goal of Ending TB.”

(原文) <https://theunion.org/news/message-hih-japan-2023>

近年のCOVID-19の世界的流行による深刻な影響を緩和するために、あらゆるご努力をされている皆さまに、深く感謝いたします。

最近、結核によって亡くなる人が増加していることを、大変心配しております。しかし、こうした現状の中においても、私たちは、患者を早期に発見し、完治するまで治療し、子どもを含む感染者の発病を予防することによって、世界から結核をなくすことができることを信じております。

これらの対策に取り組み、誰一人取り残さないように、より効果的な対策を見つけ広めるために貢献しておられる多くの専門家やボランティアの皆さまのご貢献に、心からの敬意を表します。

結核をなくすという私たちの共通の目的に向かって、皆さまと共にさらに努めてまいりたいと思います。

※結核予防会ホームページにも掲載されています。(<https://www.jatahq.org/news/3334>)

結核を予防するBCGワクチン ～清瀬の工場を訪ねて～

結核予防会総裁 秋篠宮紀子

今回は、日本のBCGワクチンについてお伝えします。

BCGワクチンを人間に接種すると、結核菌に対する免疫を獲得することができます。厚生労働省によれば、生後1歳までのBCGワクチン接種により、小児の結核の発症を52～74%程度、重篤な髄膜炎や全身性の結核に関しては64～78%程度、罹患するリスクを減らすことができると報告されています¹⁾。

日本で接種されているBCGワクチンは、すべて日本で作られています。そして日本製のBCGワクチンは、世界保健機関(WHO)やユニセフなどを通して世界の50か国以上に提供されています。

現在、日本のBCGワクチンの製造は、日本ビーシージー製造株式会社によっておこなわれています²⁾。製造工場は、東京都の清瀬市にあり、その敷地は結核予防会の結核研究所や複十字病院に隣接しています。今年4月25日に、この工場を見学しました。

BCGワクチンのはじまり

BCGは、牛の結核菌を弱毒化したものです。この菌を作り出した二人のフランス人、医学者のカルメット(Calmette)と、獣医学者のゲラン(Guérin)の名前をとって、「カルメット・ゲラン桿菌(Bacille de Calmette et Guérin)」と名付けられました。その略称がBCGです。カルメットとゲランは、1921年にこの菌から作ったBCGワクチンを初めて人間の乳児に投与し、その効果が確かめられました。



現在の乾燥BCGワクチン製品
(写真提供：日本ビーシージー製造株式会社)

日本には、1924年、赤痢菌の発見者として知られる志賀潔が、ヨーロッパから初めてBCGを持ち帰ったそうです。その後、5年近く慎重な動物実験がおこなわれ、大阪で満1歳までの乳児18人を対象に試験的なBCGワクチンの投与をしたことが、1930年の結核病学会総会で発表されました。1938年から日本学術振興会のもとで大規模な臨床試験がおこなわれ、その結果、結核を予防する効果が確認されたことが1943年に発表されて、BCGワクチンが日本の結核対策の中心の一つになりました³⁾。

当時のBCGワクチンは液体で、低温で保存する必要があり、有効期間は1-2週間程度でした。ワクチンの有効期間を延ばし、管理しやすくして、より多くの人々に接種できるようにするために、日本では、第二次世界大戦末期の頃から、凍結乾燥技術が研究されていました⁴⁾。そして、戦後になってから、結核予防会の結核研究所

で、凍結乾燥ワクチンが開発され、ワクチンを大量に安定的に製造できるようになりました。

結核予防会から製造部門が独立

1952年、結核予防会結核研究所のBCGワクチンの製造部門が独立して、日本ビーシージー製造株式会社が設立されました。

現在、この会社の工場では、日本で使われる「経皮用」BCGワクチンと、外国で使われる「皮内用」BCGワクチンが作られています。皮内接種は接種部位の痕が目立ちやすいので、日本独自の方法として、経皮接種が工夫されました。皮膚の上にワクチンを一滴たらした後、9本の針で押す方法です⁵⁾。

また、この工場では、BCGワクチンのほかに、結核感染の診断に使われている精製ツベルクリン、BCGを用いた膀胱がんの治療に使われる薬などが作られています。これらに関する分野について研究する部門もあります。

ワクチンの製造、検査

ここで、約1年かかるBCGワクチンの製造から出荷までの流れをご紹介します。

まず、「製造用株BCG Tokyo172-1」と呼ばれる特別な菌を培養します。培養には、大きく2つの段階があります。

最初の段階では、菌が育つ土台となる「培地」としてジャガイモを使い、その上で菌を増やしていきます。どんなジャガイモがよいか、試行錯誤の末、最も良いとわかった特別なジャガイモを使っているそうです。この培地に菌を植えて培養し、それを何度も繰り返します。

次の段階では、ジャガイモの上で培養された菌を、別の液体の培地の上に移して培養します。この培地での培養も、何度か繰り返します。

培養に当たっては、培地の上で菌が増えていく様子を見て、よい培地を選びます。同じ条件で育てても、培地ごとに菌の状態が異なり、良い培地を見極めることはなかなか難しく、熟練が必要であると伺いました。「菌も生きものなので」というご説明のときの言葉から、よいワクチンを作るために、

大事に菌を育てていることが感じられました。

その後、培養して増やしたBCG菌が固まりにならないように、グルタミン酸ナトリウムを入れて分散させ、菌の濃度を調整します。こうしてできた液体を小さなガラス容器（アンプル）に注いで凍結乾燥させ、容器の先を溶かしてふさぎます。

製品の検査も、大切な工程の一つです。赤外線レーザーを使ったり、専門の職員が目視で検査したりして、問題がないことを確認します。この検査にも、熟練した技術が求められます。

試験、検定、出荷

日本国内で使う経皮用BCGワクチンは、国家検定に合格する必要があります。まず社内で、染色試験、無菌試験、有毒結核菌否定試験などの製品試験をおこないます。

次に、社内の試験に合格した製品の国家検定が、東京都武蔵村山市にある国立感染症研究所でおこなわれます。ここでは、会社が提出した製造や試験の記録が審査され、更に試験がおこなわれます。

こうして国家検定に合格した製品を、包装し、出荷先などのラベ

ルを貼って保管し、国内各地に出荷します。

出荷前の製品が保管されている冷蔵倉庫を見学しました。製品の品質を保つために、冷蔵倉庫は摂氏5度に保たれ、段ボール箱に入った製品が高く積まれて出荷を待っていました。

BCGワクチンを作るための技術には日本で開発されたものもあり、よい品質のワクチンを出荷するまでに、多くの力が注がれています。今回の見学では、それぞれの現場で働く人々が高い専門性と誇りをもって職務に臨んでいることを強く感じました。このような製造工場が日本にあることを、大変心強く思います。

これからも、日本のBCGワクチンが、世界の子どものための結核予防に役立ち、多くの人々の健康を守っていくことを心から願っております。

参考文献

- 1) 厚生労働省「結核（BCGワクチン）」
https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/kenkou/kekkaku-kansenshou03/index.html
- 2) 日本ビーシージー製造株式会社
<https://www.bcg.gr.jp/>
- 3) 戸井田一郎「BCGの歴史：過去の研究から何を学ぶべきか」
<https://jata.or.jp/rit/rj/tenbo/48toida.pdf>
- 4) 戸井田一郎「結核ワクチンBCG—日本の貢献」
https://www.kekkaku.gr.jp/academic_journal/pdf/data_86/data_86_6/p603-606.pdf
- 5) 戸井田一郎「BCGワクチン」
<https://jata.or.jp/rit/rj/332P15-16.pdf>

（すべて2023年6月20日閲覧）



摂氏5度に保たれた冷蔵倉庫の見学

第74回結核予防全国大会を終えて

熊本県健康を守る婦人の会
会長 荒木 ミドリ



令和5年2月14日(火)、15日(水)に第74回結核予防全国大会が、熊本で開催されました。

今回はコロナ禍

ということで、さまざまな制限があったものの、結核予防会総裁秋篠宮皇嗣妃殿下のご臨席を賜り、対面開催が実現し、盛会裏に挙行されましたこと、これも全国各地よりご参集された結核予防関係団体皆様のお力添えがあったからこそと深く感謝申し上げます。

婦人会懇談会では、各県婦人会代表と熊本県役員が参加し、お声を妃殿下より賜りました。また、妃殿下には、私共の活動報告をご熱心にお聞きくださり、励ましていただきましたことに感銘を受け、その気持ちは今も心に残っています。

大会式典では、当団体が、第26回秩父宮妃記念結核予防事業功労賞受賞の栄誉を賜りました。その賞状は、現在事務所に掲示しております。会員みなさんと共に喜びを分かち合い、現在の活動の励みにしています。

また、式典議事では大会決議文発表の大役を担い、濃密な2日間になりました。

この大会では、県内婦人会の献身的な協力もあり、感染対策上の課題をクリアしながら、実施することができました。

この経験を通じて、お互いに協力し合い、さまざまな行事を通じて婦人会活動全体の盛り上げていきたいと気持ちも新たになってお

ります。

この経験は、機関誌に掲載して参加いただけなかった婦人会員にも広くお知らせしました。反響も大きく、大会の疲れもすっかり吹き飛びました。

終わりに、本大会でいろいろとご協力いただきました婦人会や関係者の方々に深くお礼申し上げ、地元での婦人会活動のますますの発展と、皆様方のご健康を祈念申し上げます。



前方左側でお揃いピンクのジャンパーを着て参加した熊本県婦人会の皆さん



式典議事で宣言文を発表しました

研鑽集会の発表を終えて

大分県結核予防婦人会
前会長 安部 志津子



昨年11月25日に九州地区幹部研修会の開催中に、全国結核予防婦人団体連絡協議会の山下事務局長から、研鑽集会演者のご相談があり、最初は戸惑いましたが、同じ九州地区で開催され、久々の対面での全国大会ということ

で、婦人会活動を全国の皆さんに知っていただきたいという一心で、お引き受けすることになりました。

他の演者の方は、医療従事者、施設関係者など、ご専門をお持ちの方ばかりでしたが、専門家でなくてもコロナ禍で活動してきたことについて、知っていただくよい機会ととらえ、発表内容を検討しました。

大分県応援団「鳥」「めじろん」にも援護してもらい、九州地区の婦人会が、コロナに負けず活動を続けてきた成果を無事発表することができました。



大分県応援団「鳥」めじろん

研鑽集会終了後の婦人会懇談会では、結核予防会理事長の尾身茂先生や妃殿下からも「よかった」とお声をいただく機会があり、本当に安堵致しました。

この模様は、記録として機関誌に掲載し、参加できなかった会員や今後の活動の糧にしたいと思っています。

熊本県の皆さまを始め、全国の関係者にこの場を借りてお礼申し上げます。



研鑽集会で発表する様子

第27回結核予防関係婦人団体中央講習会開催

公益社団法人全国結核予防婦人団体連絡協議会
福岡県結核予防婦人会
会長 木下 幸子



久々の対面開催

令和5年2月28日（火）～3月1日（水）に、標記講習会が、KKRホテル東京（千代田区）で開催されました。今回は、令和2年の第24回開催と同様、全国から70名が集いました。さらに、結核予防会総裁秋篠宮皇嗣妃殿下のご臨席を仰ぎ、お言葉を賜りました。



感染対策を講じた会場

開講式

冒頭には私から挨拶をさせていただき、続いて結核予防会理事長の尾身茂先生からもご挨拶いただきました。さらに、妃殿下のお言葉を賜り、参加者は皆、感動していました。

続いて厚生労働省健康局長の佐原康之様より「結核低まん延国」になったお話を聞き、まだまだ結核が大事ということを認識することができました。



開講式での挨拶



来賓挨拶される佐原局長

コロナ・SDGs・結核の講義

初日は3題の講演を拝聴しました。オンライン開催だった昨年に続き、尾身先生から「コロナ対策とこれから」と題して、コロナについてわかってきたこと、一般市民が続けていくべきマスクやワクチンについて伺いました。

続いてSDGsについて、東都大学沼津ヒューマンケア学部教授の松田正己先生から結核とのかかわり、婦人会活動への示唆に富んだご講演がありました。「白い疫病」という結核の本を書いたルネ・デュボスという方がSDGsの生みの親ということも知り、大変興味深く拝聴しました。

最後は、結核研究所名誉所長の森亨先生からコロナと結核の対策と、子どもの結核についてはBCGをもう少し続けましょうというお話に、予防の大切さを実感しました。



コロナ最前線でご活躍される尾身先生



結核とSDGsの関係を解説される松田先生



コロナと一緒に結核をゼロにと森先生

国際協力の講義と班別討議

翌日、結核予防会国際部付部長の小野崎郁史先生から、世界に目を向け、複十字シール募金がいかにこく再協力の原資になっているかを熱く語っていただきました。



世界の結核とシール募金を語る小野崎先生

会場を変えて、SDGsと婦人会活動を各班に分かれて討議を行いました。今までの活動との共通点や各地で行われている活動から、「自己・人・物を大切にする」「満点から始める」を合言葉に、婦人会の活性化を図るヒントを得ることができました。

来年も2月に開催予定です。皆さん奮ってご参加ください。🍷

女性の健康 - PMDD

一般社団法人日本女性薬局経営者の会
会長 堀 美智子



はじめに

薬局は様々な悩みが語られる場所でもあります。

「月経痛は病気ではないから、薬は飲まないほうがよい」これは50年以上も前に私が受けた月経に関する教育ですが、娘も同じ教育を受けています。人は常識の奴隷です。昔から言われているから、そういうものよ……。でも大切なのは、古くからの常識が誤っている場合は、それを是正し、最新の知識、情報に基づいた常識に変えていくことです。昔、専門家と一般の人の違いは圧倒的な情報量の違いでした。でも、現在、私たちの周りには、最新の情報があふれています。チャットGPTなども使いこなせば、最新の情報が得られます。しかし、そこで提供される情報は正しいでしょうか。専門家との違いは、その情報の評価能力です。

WHOは、2022年6月「健康と福祉のためのセルフケア介入に関

するWHOガイドライン、2022年改訂」を公表しています。このガイドラインでは、女性の健康 ウェルビーイングが充実しました。これを見ると、日本では女性の健康や社会的取り組みが遅れています。

教育は、家庭、学校、社会で行われます。多くの女性が最新の知識を常識に変えていくと、世の中の流れが変わるはずですが、薬剤師として知ってほしい一つの疾患について紹介します。

患者さんからの相談

月経前、イライラしてただただ眠くなり、大事な試験に寝坊して、周りに欠席なんてありえないと言われて。自分自身に嫌気がさして悲しくなるんです

PMS（月経前緊張症）をご存じでしょうか？ 月経の3～10日前からみられ、月経が始まるとやわらぐ症状のことで、身体症状（頭痛、肩こり、腰痛、肌荒れなど）に加え、精神症状（イライラ、抑うつ、情緒不安定など）を伴うことも多く、多彩な症状がみられま

す。その中で精神症状が強いのが月経前不快気分障害(PMDD)です。

PMDDは、精神症状(特にうつ症状)が重症化して、症状は月経前にひどく、月経が始まると消失します。月経がある女性でPMSの有病率は20～30%、PMDDは1.2～6.4%です。

PMDDの主な症状

PMDDは表の診断基準にあげたように精神症状を示し、過食や過眠が伴うことも多いとされています。その標準治療は、選択的セロトニン再取り込み阻害薬（SSRI：抗うつ薬）および経口避妊薬（OCP）を使用します。精神症状が強い場合、SSRIの間欠療法が試みられるべきですが、日本では、解決しなければならない問題がたくさんあります。PMDDが正しく診断され、標準的な治療も行われるよう改善することが大切です。

認知度の低い病気についても普及啓発していくことが、セルフケアの第一歩なのです。🐾

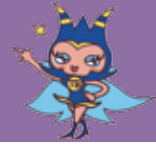
表 PMDDの診断基準（産婦人科診療ガイドライン—婦人科外来編2020より）

<p>A. ほとんどの月経周期において、月経開始前最終週に少なくとも5つの症状が認められ、月経開始数日以内に軽快し始め、月経終了後の週には最小限になるか消失する。</p> <p>B. 以下の症状のうち、1つまたはそれ以上が存在する。</p> <p>(1) 著しい感情の不安定性（例：気分変動：突然悲しくなる、または涙もろくなる、または拒絶に対する敏感さの亢進）</p> <p>(2) 著しいいらだたしさ、怒り、または対人関係の摩擦の増加</p> <p>(3) 著しい抑うつ気分、絶望感、または自己批判的思考</p> <p>(4) 著しい不安、緊張、および/または“高ぶっている”とか“いらだっている”という感覚</p> <p>C. さらに、以下の症状のうち1つ（またはそれ以上）が存在し、上記基準Bの症状と合わせると、症状は5つ以上になる。</p> <p>(1) 通常の活動（例：仕事、学校、友人、趣味）における興味の減退</p> <p>(2) 集中困難の自覚</p> <p>(3) 倦怠感、易疲労性、または気力の著しい欠如</p> <p>(4) 食欲の著しい変化、過食、または特定の食物への渴望</p> <p>(5) 過眠または不眠</p> <p>(6) 圧倒される、または制御不能という感じ</p> <p>(7) 他の身体症状、例えば、乳房の圧痛または腫脹、関節痛または筋肉痛、“膨らんでいる”感覚、体重増加</p> <p>D. 症状は、臨床的に意味のある苦痛をもたらしたり、仕事、学校、通常の社会活動または他者との関係を妨げたりする（例：社会活動の回避；仕事、学校、または家庭における生産性や能率の低下）。</p> <p>E. この障害は、他の障害、例えばうつ病、パニック症、持続性抑うつ障害（気分変動症）、またはパーソナリティ障害の単なる症状の増悪ではない（これらの障害はいずれも併存する可能性はあるが）。</p> <p>F. 基準Aは、2回以上の症状周期にわたり、前方視的に行われる毎日の評価により確認される（注：診断は、この確認に先立ち、暫定的に下されてもよい）。</p> <p>注：基準A～Cの症状は、先行する1年間のほとんどの月経周期で満たされていなければならない。</p>

厚生労働省研究班（東京大学医学部藤井班）監修「女性の健康推進室 ヘルスケアラボ」(https://w-health.jp/self_check/self_check_08/)では、月経前症候群(PMS)/月経前不快気分障害(PMDD)チェックが簡単にできます。悩んでいる人が周りにいらしたら、是非紹介してあげてください。

複十字シール運動が始まります

運動期間 8月1日～12月31日



昨年度も公益財団法人全国結核予防婦人団体連絡協議会の皆様には、複十字シール運動にご協力をいただきましたことを、心より感謝申し上げます。

2021年に新たに結核と診断された患者数は11,519人で昨年の12,739人から減少し、日本は結核低まん延国の仲間入りをしました。しかし、新型コロナウイルス感染症による受診の控えや入国制限による外国出生者の減少などが影響している可能性があるとも考えられ、慎重に見守るとともに、結核根絶に向けた対策推進の重要性について、複十字シール運動を通して伝えていきたいと思っております。

今年も8月1日から複十字シール運動が始まります。皆様には各都道府県知事への表敬訪問、募金活動等、ご協力いただきますようお願い申し上げます。

●令和5年度複十字シール ～祈りとお守り～

令和5年度のシールは動物や神獣(しんじゅう)をかたどった日本各地の縁起物が大集合しました。このような縁起物は災いから身を守ったり、幸せを願ったりする「お守り」として、昔から人々に親しまれてきました。近年のコロナ禍をはじめとする戦争や災害といった「災い」から人々を守ってくれることを祈りながら、イラストレーターあさいとおる氏にとっても可愛らしい「お守り」を描いていただきました。

シールは大型シール(24枚綴り)と小型シール(6枚綴り)があります。複十字シール運動にお役立ていただければ幸いです。



大型シール (24枚綴り)



小型シール(6枚綴り)

シールぼうやと仲間たちの新しいシールが出来上がりました！

緑色のサッカーフィールドを背景に、シールぼうやと仲間たちがスポーツや応援を楽しむ、元気いっぱいのシールになりました。



公益財団法人結核予防会・募金推進課

変わらないもの

埼玉医科大学社会医学
教授 亀井美登里



はじめに

桜の花びらが舞うなか、木下会長はじめ有志による島尾忠男先生を偲ぶ会が開催された。くしくも3月28日島尾先生の3回忌と重なった。改めて、島尾先生のお人柄とその偉大な足跡に触れ、在りし日の先生のお姿を偲ばせていただいた。島尾先生がご健在だったら、この数年間の新型コロナウイルス感染症（以下「コロナ」）パンデミックを、そしてこの時代の流れをどのようにご覧になっていたらっしゃっただろうか。

コロナ5類へ移行

ゴールデンウィーク中の5月5日に、世界保健機関（WHO）は、コロナの「国際的な公衆衛生上の緊急事態」の解除を宣言した。そして日本では、5月8日コロナが感染症法上の5類対象疾病（いわゆる季節性インフルエンザと同等の扱い）に移行した。総括するにはまだ早すぎるが、コロナパンデミックで社会は大きく変わった。徹底した感染対策の影響は仕事、教育をはじめとして人々の日常生活を一変させた。パンデミックのさなかには、対面や移動が制限され、社会経済活動が停滞した。その一方、オンライン化が進み、新たな交流やビジネスの形も生まれた。仲間内の「オンライン飲み会」も浸透し、フードデリバリー市場が急成長した。

転換期

コロナの制度的取り扱いが大きく変わったことに伴い、社会経済的状况はコロナパンデミック以前に戻りつつある。

外国人旅行者は急増し、今年4月の訪日外国人観光客は、2019年同月比66.6%の1,949,100人となり、昨年10月の個人旅行再開以降で最高を更新した。

東京株式市場では5月以降日経平均株価の終値が3万円を越えて約33年ぶりの水準に上昇し、バブル経済崩壊後の最高値を更新している（6月19日現在）。

小学校では自校の運動場で運動会も行われ、声援に包まれる子どもたちの元気ではつらつとした本来の姿に応援している人々にも明るい表情が戻った。コロナ前の活気に満ちた日常生活が戻ってきたように見受けられる。そのなかで、人々の意識は急速にアナログからデジタルに豹変しているようだ。たとえば、コロナを契機に定着したテレワークを認めながら、週に数回出勤するというハイブリッド型を取り入れる企業も少なくない。

生成AI等IT技術の伸展

さらに生成AI技術を活用することにより、情報処理が格段に速くなり、その有用性が増した。他方、誤った情報の氾濫、教育への悪影響等懸念されてもいる。

OSINT（オシント、Open-Source

Intelligenceの略）という技術を駆使して、戦時下の人権侵害が調べられている。ロシア当局が既にウクライナの子ども26万人を連れ去っているのだという。これらの子どもたちは、ロシアへの徹底した愛国教育、ウクライナ語の使用禁止、場合によっては軍事訓練すら行われているらしい。なんと嘆かわしいことか。

何が残るのか

ウクライナのゼレンスキー大統領が5月20日に来日、急遽G7広島サミットに参加された。原爆資料館の芳名録には「資料館の訪問に深く感銘を受けた。世界中のどの国も、このような苦痛と破壊を経験することがあってはいけない。現代の世界に核による脅しの居場所はない」と記されていた。そこには核の脅威に屈するとどうなるか、核兵器のない平和な世界の実現に向けて、平和を象徴する「レガシー」のもとでの強い志とその覚悟を痛感した。平和を願う人々の気持ちは不変だ。社会の意識が一気に変わろうとも決して変わらないものが、そこにはある。

さいごに

島尾先生が残してくださったことこそ、時代が変わっても変わらない「レガシー」である。桜の花びらを見るたびにきっと思う。時代が移ろいでも、私たちはこの素晴らしい贈り物を引き継ぎ、果たすべき使命と役割があると。🐱

ちふれ化粧品は・・・

「誰もが手に入れやすく、安心してつかえる化粧品を。」という思いを込めて創り出した私たちの化粧品です。



ちふれが、約束すること。

- **高品質・適正価格であること。**
製造や販売にかかる余分なコストを削減して、高品質を適正な価格でお届けします。
- **無香料・無着色であること。**
肌にやさしくありたい。だから、ちふれのスキンケアはすべて無香料・無着色です。
- **全成分・分量・配合目的を公開すること。**
品質の確かさや商品の安全性だけでなく、自分の肌に合った化粧品の内容を知っていただくためにも、すべての製品の全成分・分量とその配合目的を公開しています。
- **製造年月をすべての容器に表示すること。**
誰にもわかりやすく、安心して使えるように、製造記号を製造年月で表示しています。
- **環境問題に配慮すること。**
毎日使う化粧品だからこそ、環境を大切にしたい。ちふれは、詰替化粧品や植物由来容器の導入などで、環境問題に配慮しています。



ちふれ

島尾忠男先生を偲ぶ会開催

コロナ禍でお別れの会が開催できずにいましたが、有志による偲ぶ会を令和5年3月28日（火）にKKRホテル東京で開催しました。木下会長が発起人を務めましたのでご報告します。当日は91名の方に足を運んでいただきました。

在りし日の島尾先生との思い出を参議院議員武見敬三様、読売新聞社南砂様、元NHK解説員行天良雄様、日本禁煙医師歯科医師連盟齋藤麗子様、結核研究所加藤誠也先生に披露していただき、皆さんと共有しました。

短い時間でしたが、先生の偉業を改めて思い起こす、ひとときとなりました。

発起人 森 亨（結核研究所名誉所長）
尾身 茂（結核予防会理事長）
工藤翔二（結核予防会代表理事）
石川信克（結核予防会顧問）
加藤誠也（結核研究所所長）
木下幸子（全国結核予防婦人団体連絡協議会会長）



島尾忠男先生を偲ぶ会事務局