

## 痩身や強壯を謳う食品等に含有されるカフェインの実態

埼玉県衛生研究所 薬品担当

○三枝成美 喜名啓志 米田葵 大坂郁恵 今井浩一

### 1 目的

カフェインはコーヒー、緑茶、エナジードリンク等の飲料や、感冒薬や眠気防止剤として市販薬に含有されるなど、消費者にとって身近な存在である。一方、過剰に摂取するとめまい、心拍数の増加、興奮、不安、震え、不眠の症状を引き起こすことから注意が必要である。

さらに、食品へのカフェイン含有量の表示は事業者が任意に行うこととされており、表示のない商品も多くあることから、消費者が意図せず多量のカフェインを摂取する恐れがある。

本研究では、痩身や強壯を謳う食品等に含有されるカフェインの実態を把握し、注意喚起を促すことを目的とし、令和1～5年度の買上検査におけるカフェインの検出状況、その含有量、製品表示の状況をまとめて報告する。

### 2 方法

#### (1) 対象

令和1～5年度に実施した買上検査の検体を対象とした。

#### (2) 試料及び標準溶液の調製

粒状（錠剤・カプセル剤）の検体は1粒、粉状・茶葉状の検体は200 mgを採取し、水/メタノール（3:7）10 mLを添加した。10分間振とう、30分間超音波抽出し、2,500 rpmで5分間遠心分離した。得られた上清を水/メタノールで100倍希釈し、試料溶液とした。液状の検体はメタノール（3:7）で50倍に希釈し、試料溶液とした。

別に、カフェイン標準品10 mgを採取し、水/メタノール（3:7）で10 ng/mLに希釈しスクリーニング検査用標準溶液、50、75、100 µg/mLに希釈し定量用標準溶液とした。

#### (3) 分析及び製品表示の確認

LC-MS/MSによるスクリーニング分析を行い、カフェインを検出した検体についてHPLC-PDAを用いてカフェインの定量分析を実施した。次に、カフェインを検出した製品の表示を確認し、定量結果及び各製品に記載された摂取方法から1日あたりの推定摂取量（mg）を算出し、10未満、10～19、20～29、30～59、60～79、80以上に分類した。

### 3 結果

総検体数は333件であった。そのうち、痩身目的の検体は168件であり、その形状は粒状107件、茶葉状7件、粉状27件、液状7件であった。強壯目的の検体は165件であり、その形状は粒状133件、粉状3件、液状29件であった。

カフェインを検出した検体数とその含有量を図1に示す。痩身目的のうち46件（27%）からカフェインを検出した。1日あたりの推定摂取量は10 mg未満：18件、10～19mg：7件、20～29 mg：4件、30～59 mg：10件、60～79 mg：5件、80 mg以上：2件であった。10～19mgのうち1検体（製品X）は茶葉状で原材料には緑茶の表示があったが、製品外箱に「カフェインフリー」と表示があった。

次に、強壯目的のうち62件（38%）からカフェインを検出した。1日あたりの推定摂取量

は 10 mg 未満 : 50 件、10~19mg : 2 件、20~29 mg : 4 件、30~59 mg : 3 件、60~79 mg : 1 件、80 mg 以上 : 2 件であった。80 mg 以上のうち 1 検体 (製品 Y) は粉状で原材料表示にカフェイン又はカフェインを含む原材料の表示が無く、パッケージや添付のチラシには、コーヒーに溶かして飲む、2 回分を摂取するとさらに効くといった記載があった。

痩身目的と強壮目的のカフェイン含有量を比較すると、痩身目的の検体ではカフェインの含有量が高い製品の割合が多かった。これは、痩身目的の製品には緑茶、紅茶やそのエキスを配合した製品が多かったことによると考えられる。一方、強壮目的の検体では、疲労回復等を期待して配合される植物「ガラナ」に由来するカフェインの検出が多くみられた。

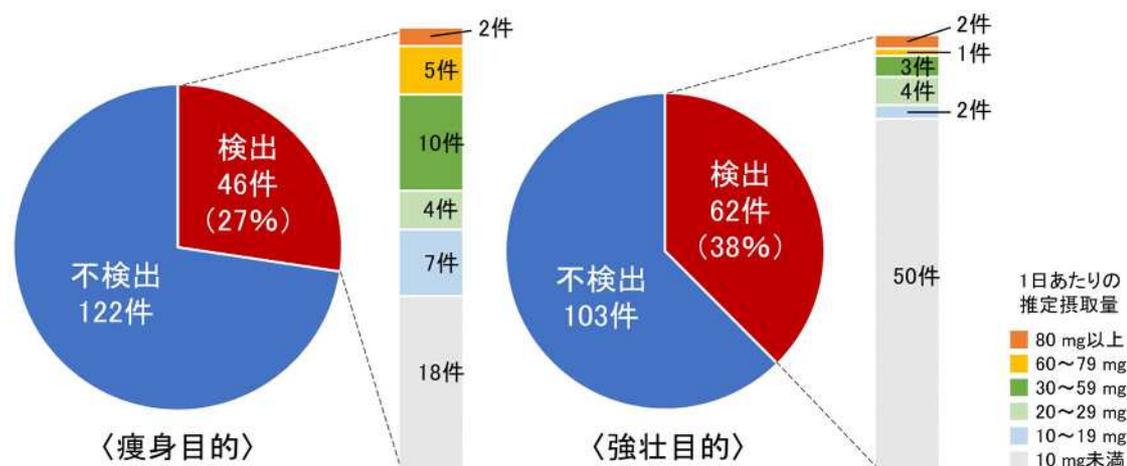


図1 カフェインを検出した検体数及び1日あたりの推定摂取量

#### 4 今後の課題

欧州食品安全機構によると、悪影響のない一日当たりのカフェイン最大摂取量は、健康な成人では 400 mg、妊婦では 200 mg、健康な子供・青少年は 3 mg/kg 体重とされている<sup>1)</sup>。本研究でカフェインを検出した製品の多くは 1 日あたりの想定摂取量がこの値よりも小さく、直ちに健康に影響を与えるものではないと考えられた。しかし、一部の製品ではカフェインを含有する原材料の表示がないものや、「カフェインフリー」と表示があるものもあった。

カフェインは胎児に作用することや、乳汁中に移行することが報告されており<sup>2)</sup>、妊娠中や授乳中は摂取を避けることが推奨されている。製品 X は茶葉状の製品でスッキリ、腸活等を謳い「カフェインフリー」の記載があることから、妊娠中や授乳中に意図せずカフェインを摂取してしまうリスクがあると考えられる。

また、青少年が製品 Y に記載の摂取方法に従った場合、カフェインの過剰摂取となる恐れがある。カフェインを意図せずに摂取することや過剰に摂取することを防止するためにも、表示の適正化を図ることが重要と考える。

今後もカフェインの過剰摂取について注意喚起を促すとともに、買上検査においてカフェイン含有実態を継続して把握していくことが重要と考える。

#### 参考文献

- 1) 欧州食品安全機構 (EFSA) : Scientific Opinion on the safety of caffeine
- 2) 栗原久, 日常生活の中におけるカフェイン摂取—作用機序と安全性評価—; 東京福祉大学紀要, 第 6 巻, 109-125, 2016

## 劇症型溶血性レンサ球菌の検査実施状況

埼玉県衛生研究所

○坂本大地 中川佳子 伊藤由加里 近真理奈 尾関由姫恵 岸本剛

### 【はじめに】

劇症型溶血性レンサ球菌感染症 (streptococcal toxic shock syndrome: STSS) は、主に A 群溶血性レンサ球菌 *Streptococcus pyogenes* (GAS) により引き起こされ、急激かつ劇的な病状の進行を特徴とする致死率の高い感染症である。

昨年から、国内の STSS 報告数は増加しており、2024 年の報告数は、6 月 2 日時点で、2023 年の報告数を既に超えている。また、2010 年代に英国で流行した M1<sub>UK</sub> 株が、2023 年夏以降に日本国内でも増えている。M 蛋白質遺伝子 (*emm*)1 型を保有する GAS の株は M1<sub>UK</sub> 株をはじめ、侵襲性が高いとされている。今回、2021 年以降に当所に譲渡された GAS の菌株について *emm* 遺伝子型別試験をはじめ、菌の性状を分析した。また、STSS 患者として感染症法に基づき報告のあった事例についてまとめたので報告する。

### 【方法】

2021 年 1 月から 2024 年 9 月に、県内で感染症法に基づき届出された STSS の患者情報 (発症年月日、年齢、性別) 及び得られた分離株の検査結果 (血清群、T 血清型別、*emm* 遺伝子のシーケンスによる遺伝子型別試験) を集計し、発生状況の解析を行った。

### 【結果・考察】

#### 1 患者情報

##### (1) 年別・月別報告数

2021 年 1 月から 2024 年 9 月に届出された STSS 患者は、2021 年 30 例、2022 年 41 例、2023 年 64 例、2024 年 95 例の計 230 例であった (図 1)。菌株が収集できたのはそれぞれ 3 例 (10.0%)、3 例 (7.3%)、13 例 (20.3%)、65 例 (68.4%) であった。

(図 1)。月別症例数は、2021 年 1 月以降、2023 年 9 月までは、0 例から 7 例の発生にとどまっていたが、2023 年 11 月に急増し、2024 年 1 月には 21 例となった。2024 年 2 月は 11 例に減少したが、その後も 5 例から 12 例の発生が続いた (図 1)。

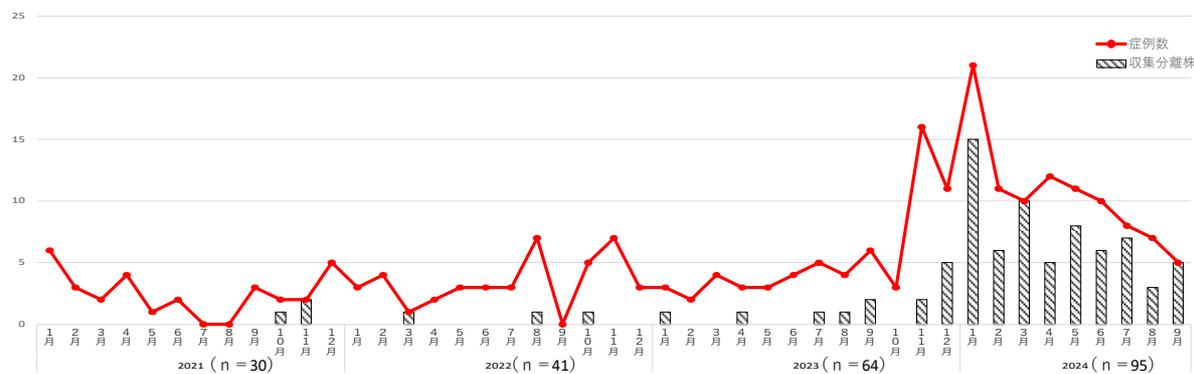


図 1 月別報告数

## (2)年齢・性別報告数

年齢別報告数は、60歳代以上が多く、全体の71.2%を60歳代以上が占め、70歳代が最多であった(表1)。30歳代以下及び90歳代以上は女性が、50歳代から80歳代は男性が多かった(表1)。また、最高齢の患者は101歳、最年少の患者は1歳であった(表1)。

性別は、男性が117例(50.9%)、女性が113例(49.1%)であった(表1)。

## 2 検査結果

### (1)血清群

当所で収集したSTSS患者分離株は84株であった。血清群は、A群が最も多く55株(65.5%)、G群が20株(23.8%)、B群が8株(9.5%)、C群が1株(1.2%)であり全国の感染症発生動向調査の結果と同様の傾向を示した(表2)。

### (2)A群溶血性レンサ球菌のT血清型別

T血清型別は、T1型が最も多く24株(43.6%)、T12型が6株(10.9%)、TB3264型が5株(9.1%)、T9型が2株(3.6%)、T11型が1株(3.6%)、及び型別不能(UT)が17株(30.9%)であった。2023年以降はT1型が半数以上を占める状況となった。

### (3) M1<sub>UK</sub>株の分離状況

*emm* 遺伝子型別試験の結果、T1型24株及び型別不明1株に*emm1*型が認められM1<sub>UK</sub>株であった。*emm1*型を有するM1<sub>UK</sub>株は2023年7月以降に県内で検出され、2023年は計4株分離された(図2)。2024年は1月に7株、その後は毎月1株から3株が分離された(図2)。県内における*emm1*型を有するM1<sub>UK</sub>株の割合は45.5%であり、全国のM1<sub>UK</sub>株の割合(2024年1月1日~6月19日)の51.5%と同様であった。2024年6月以降、関東地方以外の地域でもM1<sub>UK</sub>株が検出されており、注意が必要である。

## 【おわりに】

近年、劇症型溶血性レンサ球菌感染症の報告件数が増加しており、特にM1<sub>UK</sub>株をはじめ、侵襲性が高いとされる*emm1*遺伝子保有株の発生動向が注目される。今後も、継続して検査を実施し、新たな情報を提供する予定である。

表1 年齢別・性別報告数

年代	男性	女性	例数
10歳未満	1	3	4
10歳代	0	0	0
20歳代	1	2	3
30歳代	3	12	15
40歳代	10	10	20
50歳代	14	10	24
60歳代	27	21	48
70歳代	26	25	51
80歳代	29	19	48
90歳以上	6	11	17
総計	117	113	230

表2 血清群別検体数

診断年	A群	B群	C群	G群	例数
2021	2(0)	0	0	1	3
2022	2(0)	0	0	1	3
2023	9(4)	2	0	2	13
2024	42(21)	6	1	16	65
総計	55(25)	8	1	20	84

( )内はM1<sub>UK</sub>株数再掲

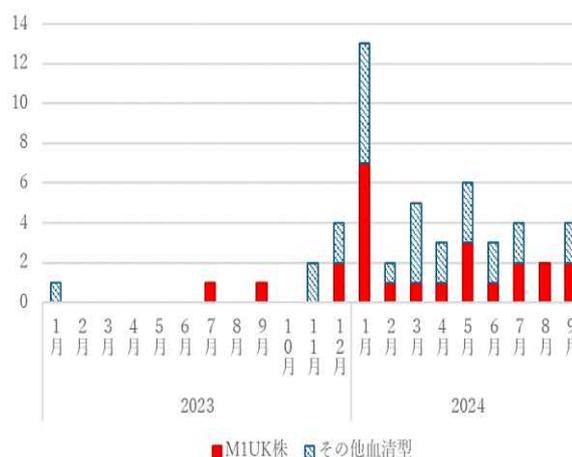


図2 A群溶血性レンサ球菌の分離数

## 結核接触者健康診断における IGRA 検査の実施状況（令和 5 年度）

衛生研究所 臨床微生物担当

○深沢佳奈 福島浩一 伊藤由加里 近真理奈 尾関由姫恵

## 【はじめに】

当所では保健所における結核接触者健康診断（以下、接触者健診）の一環として、県内の保健所から依頼された検体についてインターフェロン $\gamma$ 遊離試験：Interferon-Gamma Release Assays（以下、IGRA 検査）を実施している。今回は、令和 5 年度接触者健診における IGRA 検査の実施状況について報告する。

## 【対象】

令和 5 年度に県域各保健所から接触者健診として依頼があった IGRA 検査の受検者を対象とした。

## 【方法】

## 1 検査方法

QuantiFERON TB ゴールドプラス®（以下、QFT）及び T-スポット・TB®（以下、T-スポット）を使用し、添付文書に準じて測定した。結果の判定は、日本結核・非結核性抗酸菌症学会予防委員会による「インターフェロン $\gamma$ 遊離試験使用指針 2021」の判定基準に基づいて行った。

## 2 集計・検討方法

QFT 検査については、全体の判定結果と年齢階級別、接触区分別及び喀痰塗抹検査における検出菌数別の陽性率をそれぞれ分析した。接触区分は接触した場所から、同居家族、別居家族、職場同僚、病院利用者、施設利用者、学校利用者、友人の 7 つに分類した。検出菌数は、日本結核・非結核性抗酸菌症学会による「抗酸菌検査ガイド 2020」に基づいて-から 3+に区分した。また外国出生の受検者について、判定結果、年齢階級別及び出生国別の陽性率を分析した。

T-スポット検査については、全体の判定結果を分析した。

## 【結果】

## 1 QFT 検査結果

受検者は 2,273 名、年齢は 0 歳から 102 歳までで、平均年齢は 54.7 歳、50 歳代の受検者数が最多であった。

- (1) 判定結果は、陽性 178 名（7.8%）、陰性 2,084 名（91.7%）、検査不能（採血量不適）6 名（0.3%）、判定不可 5 名（陰性コントロールの異常高値 3 名、陽性コントロールの異常低値 2 名）（0.2%）であった。

- (2) 年齢階級別陽性率は、10 歳代で最も高く 12.8%、次いで 80 歳代が 12.7%、次いで 90 歳

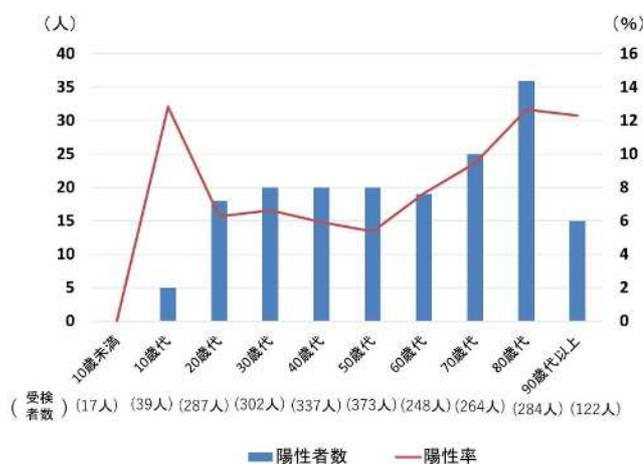


図 1 年齢階級別陽性率

代以上が 12.3%であった(図 1)。陽性者の平均年齢は 60.4 歳であった。

- (3) 接触区分別陽性率は、同居家族が最も高く 9.5%、次いで職場同僚が 9.1%、施設利用者が 8.0%、病院利用者が 6.6%、友人が 6.3%、別居家族が 4.7%、学校利用者が 0%であった。
- (4) 検出菌数別陽性率は、2+が 9.7%で最も高く、次いで 3+が 8.3%、-が 7.3%、±が 7.0%、1+が 5.5%であった。
- (5) 外国出生受検者の判定結果

QFT 検査の受検者のうち、外国出生者は 236 名で、判定結果は、陽性 35 名 (14.8%)、陰性 201 名 (85.2%) であった。陽性者の年齢分布は 17 歳から 64 歳までで、平均年齢は 32.9 歳であった。全体の陽性者数に対する外国出生者の割合を年代別で比較すると 10 歳代が 60.0%、20 歳代が 61.1%、30 歳代が 70.0%、40 歳代が 25.0%、60 歳代が 10.5%だった。出生国は 16 か国でベトナム出身が 74 名と最も多く、陽性者数はフィリピンが 20 名と最も多く、陽性率はタイが 100%で最も高かった (表 1)。

表 1 外国出生者の出生国別陽性率

出生国	受検者数	陽性者数	陽性率(%)
ベトナム	74	5	6.8
フィリピン	66	20	30.3
インドネシア	38	3	7.9
中国	23	1	4.3
ネパール	14	2	14.3
ブラジル	4	0	0
タイ	3	3	100.0
モンゴル	2	1	50.0
バングラデシュ	2	0	0
ペルー	2	0	0
アメリカ	2	0	0
スリランカ	2	0	0
ミャンマー	1	0	0
台湾	1	0	0
オランダ	1	0	0
イギリス	1	0	0
計	236	35	14.8

## 2 T-スポット検査の実施状況

令和 5 年度の受検者は 30 名で、判定結果は、陽性 1 名 (3.3%)、陰性 28 名 (93.3%)、検査不能 (細胞数不足) 1 名 (3.3%) であった。受検者 30 名の内 5 名は、QFT 検査結果が判定不可のため T-スポット検査を実施した経緯があり、全員陰性であった。

### 【考察】

埼玉県における QFT 検査の年齢階級別の陽性者数は、80 歳代で最も多く、次いで 70 歳代が多かった。全国における年齢階級別の結核新規登録患者数は、80 歳代で最も多く、次いで 70 歳代が多いという報告があり、埼玉県の QFT 陽性者数は全国と同様の傾向を示した。一方、年齢階級別の陽性率は、10 歳代で最も高く、次いで 80 歳代、90 歳代以上の順であり、受検者数が少ない影響と外国出生者による影響で 10 歳代が高くなったが、高齢層で高いという傾向は同様であった。接触区分別の陽性率では同居家族と職場同僚が特に高くなっており、結核患者が発生した際は注意していく必要があると考えられた。検出菌数別陽性率は一定の傾向を示さなかった。

近年、全国的に若年層の外国出生結核患者が増加し、特に結核罹患率の高い東南アジアからの患者が多くなっている。本報告においても、QFT 検査の外国出生陽性者は東南アジア出生者が多かった。外国出生者の陽性率は全体と比べ 2 倍程度高く、平均年齢は全体と比べ 20 歳以上若かった。全体の陽性者数に対する外国出生者の割合から、10 歳代から 30 歳代の若年層における陽性者は、外国出生者の比率が特に高いということが示され、全国の傾向と同様であった。

T-スポット検査に関しては、検査数は少ないが、QFT 検査とは異なる原理に基づいた検査であることから、QFT 検査で判定できなかった場合に有効な手段であった。

## 多職種と共に創るワクワクする在宅生活の支援 ～医療的ケア児と家族の外出を支えて～

所属名 埼玉県南部保健所

氏名 ○石北芽依 小林葵依 岸希美 渡部京子  
田中聖子 安達昭見 川南勝彦

### 1 背景

外出を通じた“ワクワク”は、誰にとっても大切であり、障害の有無に関わらず、子どもたちの成長に必要な刺激となる。しかし、医療的ケア児にとって外出や旅行は、荷物の多さ、体調管理等、準備段階から多くの課題を抱えることが少なくない。また、これらの準備に合わせ、精神的にもモチベーションや意気込みも求められ、日々のケアや通院、通所、各種サービスの調整、きょうだいの行事、父母の予定が重なり、余暇を取る時間を見つけることは簡単ではない。支援者にとっても、通常業務の中で“ワクワク”を実現する在宅支援、すなわち外出支援を行うことは決して容易ではない。外出が“ワクワク”だけでなく災害対策にも通ずると認識していても、実現には多くの壁がある。これらの背景を踏まえ、保健所が外出実現に向けた具体的な計画を検討し、医療的ケア児と家族の「できることからやってみる」取組を多職種でバックアップし、令和6年3月に徒歩圏内への外出を試みた。ここで、外出のメリットと展望を示す。

### 2 方法

#### (1) 対象

A氏：4歳、男児。常時臥位。父母姉と4人家族で、マンション(EV付き)の3階に居住。

診断名：ミトコンドリア病、完全大血管転位症(小児慢性特定疾病受給中)

医療機器：顔マスクを介した人工呼吸器(Vivo45 PCV)、吸引器、胃瘻を使用。

関係機関：B小児医療センター、C総合病院、D在宅クリニック、E訪問看護ステーション、F訪問看護ステーション、G特定相談支援事業所、H障害者支援センター、Iヘルパー事業所、保健所が継続して支援。

#### (2) 準備と計画：

令和5年5月：家庭訪問時、父母から「家族4人で出かけたことがない。来年から姉が小学生になり、友達との会話で“どこに出かけた”等の話題になった時に、寂しい思いをするのではないか心配」と相談があった。

令和5年6～11月：家庭内の状況整理を優先。介護ベッドの買い替えや姉の小学校入学準備、父母からきょうだいへの関わり方等に関する相談対応を実施。

令和5年12月：外出を実現するために、具体的な計画を検討する方針を家族と合意。

令和6年2月：外出先と日程を調整。関係者の招待を家族と決定。

(3) 当日の行動：自宅から徒歩10分の桜並木へ移動し、現地で30分過ごす。集合から解散までの所要時間は約2時間。

### 3 結果

(1) 参加者：医師1名、看護師5名、理学療法士1名、計画相談員1名、コーディネーター1名、保健師5名 計14名が参加。

(2) 児や家族の反応・感想：家族全員で初めて外出し、集合写真を撮ることができた。児は、医師・看護師のケアを受け、状態が良かった。姉は、「まだ帰りたくない」と発言し、家族で過ごす時間を切望していた。

(3) 参加者の反応・感想：関係機関の参加者にアンケートを実施し、5機関9人から回収。

参加動機(複数回答)：「対象者の生活に貢献したいと思った」及び「関係機関同士、協働したいと思った」：78%。「通常の業務では経験できないことができると感じた」：56%。「専門知識やスキルを活かせると思った」：0%。「その他(自由記載)」22%。

外出で学んだこと：「患児・家族に関わる者で不可能ではないことを経験してもらえることが重要だと思う」、「いろいろな人に声をかけられながら、季節を感じる機会を作ることができた」、「きょうだいにとっても、思い出となるだけでなく、一緒に出来ることがあるのだという自信になっているのではないかと思う」等の記載があった。

災害時の避難への役立ちについて：全員が「役立つ」と回答。その理由として以下の意見が挙げられた。「医療デバイスの取り外し、環境調整、バッテリーの備え(時間の意識)等の意識が高まる」、「周りの方々に呼吸器がついている子が居るということを知ってもらい、有事の時には気にかけてもらう事ができる」、「外出時に必要なものの準備や何があればより良い避難ができるのか実際に行うことで経験できる」、「舗装が不十分な道路や階段等の経験ができることは災害時にも役立つ経験」等の記載があった。

#### 4 考察

参加動機について、専門職としてのスキルを活かすことよりも社会的意義を感じたい、他の関係機関と協力したいという思いが重視されていることが示された。一方で、多職種連携の重要性が改めて強調され、各専門職の知識や技術への期待が伺えたことも注目すべき点である。質の高い在宅支援を提供する上で、多職種の協働が不可欠であることが改めて確認された。

学んだことについては、児や家族が経験することの意義や季節を感じる機会を得ることの大切さ、さらにきょうだいにとっての楽しみや成長の機会に着目する声が挙げられた。これらの回答は、外出が単なる移動や行動の枠を超え、“ワクワク”とも言える喜びや楽しさに影響するものであることを示唆している。また、災害対策に関しては全員が「災害時の避難に役立つ」と回答しており、外出経験が防災意識やスキル向上に有益であるという認識が共有されていた。特に、医療デバイスの取り外しや舗装の不十分な道路や階段といった現場での具体的な経験は、災害時個別避難計画では見えにくい課題を実際に体感する機会となったと考えられる。これらの学びは、今後の災害対策や個別支援計画に活用できる貴重な知見と言える。

#### 5 結論

従来、災害対策を重視し、綿密な計画を立案しようとするあまり、実現が難しくなっていると感じる場面があった。しかし今回は、保健所から対象者及び関係機関に「招待状」を送付し、ワクワクするイベントとなるよう工夫を凝らした。その結果、多くの方が関心を持って参加され、このアプローチの有効性が示されたと考える。対象者と関係者の心が動き、実現しやすい仕掛けを考えることの重要性を改めて実感した。また、“ワクワク”を追求した取組の結果として、災害対策及び防災意識の向上という重要な成果を得られたことは評価すべき点である。今後は、特定の対象者のみに提供されることがないよう体制を整備し、小児慢性及び難病の在宅療養児者を把握する保健所として、災害対策の強化に向けて積極的に連携・関与していく必要がある。

## 幸手保健所における「精神障害にも対応した地域包括ケアシステム」構築推進に向けた3年間の取組

埼玉県幸手保健所

○藤巻香純 安達理乃 山崎彰彦 影山浩司 牧野栄子 午来直之 田中良知

### 1 目的

令和4年12月の精神保健福祉法改正に伴い、精神障害者のほか精神保健に課題を抱える者も都道府県及び市町村が実施する精神保健に関する相談支援の対象とされた。当所管内では、改正法の施行に向けて地域生活の支援の強化を進め、対象者の希望やニーズに応じた支援体制の構築推進を図ってきた。法改正に合わせて実施した最近3年間の取組について報告する。

### 2 実施内容

幸手保健所は、図1のとおり協議の場を設置している。保健・医療を起点とした次の4つの事業を実施し、基盤整備を進めた。令和4年度から令和6年度は、表1のとおり事業を実施した。

(1) 幸手保健所精神障害者地域生活連絡会（以下、地域生活連絡会）

平成19年度から精神障害者の地域移行・定着を進めるため、管内の保健・医療・福祉の関係者

による管内精神科病院の入院患者を対象とした事例検討やピアサポート事業の情報交換等を年に5回程度行っている。管内医療機関から退院支援に困難や課題を抱える事例を提供してもらい、事例検討を通じて関係機関の機能や役割について相互理解を促した。

(2) コアミーティング

令和元年度から地域生活連絡会の終了後に開催している。保健・医療・福祉の分野において管内の支援の中核を担う職員をコアメンバーとして招集し、事例から見出される地域課題の抽出や課題解決に向けた検討、各分野における課題整理の機会とした。

(3) 精神障害にも対応した地域包括ケアシステム構築推進研修（以下、研修）

コアミーティングで抽出された地域課題の解決に向けたテーマを設定し、令和元年度から実施している。講義等によって支援に必要な知識や技術の向上を図るとともに、管内の保健・医療・福祉の実

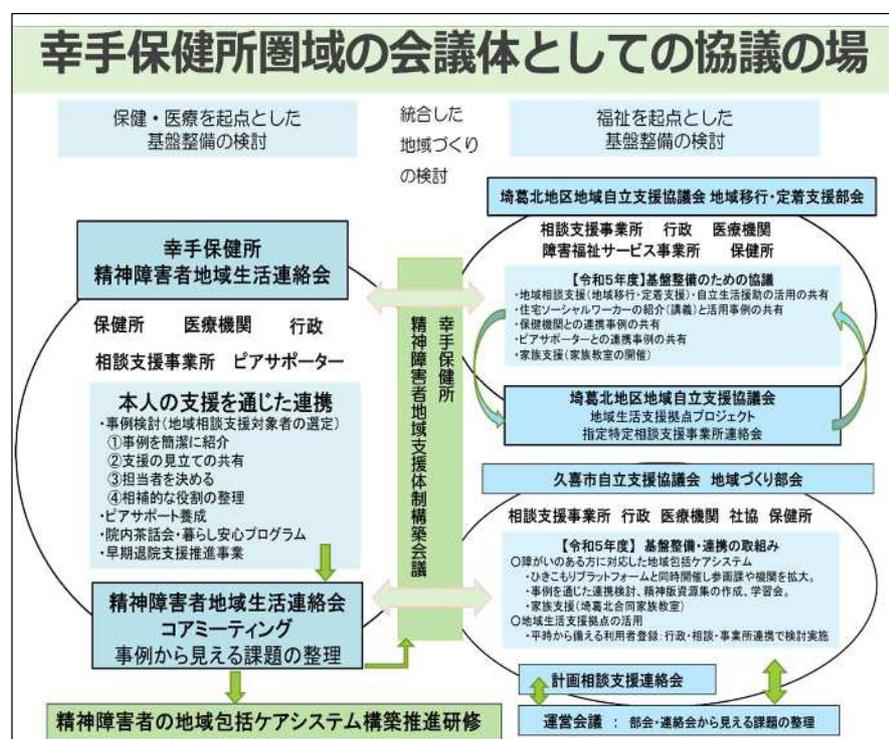


図1 <令和5年度版幸手保健所圏域の会議体としての協議の場>

務者が互いの顔と機関の役割について理解を深めるためにグループワークを実施した。

#### (4) 精神障害者地域支援体制構築会議

「精神障害にも対応した地域包括ケアシステム」(以下、にも包括)の構築推進に向けて、管内の保健・医療・福祉の関係機関の代表者等による協議を平成30年度から実施している。保健所や管内の自立支援協議会における取組を報告し、重層的な支援体制の整備に向けた管内の課題について共有した。

表1 <年度ごとの事業内容>

	令和4年度	令和5年度	令和6年度
地域生活連絡会による検討事例 (一部抜粋)	<ul style="list-style-type: none"> <li>入院をきっかけに生活課題が見つかったケース(23歳女性 統合失調症)</li> <li>未成年うつ病患者の地域における支援について(15歳女性、パーソナリティ障害疑い)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>自覚がない本人への支援の介入が難しいケース(71歳女性 アルコール依存症)</li> <li>本人と家族の希望が食い違うケース(42歳女性 統合失調症)</li> <li>人やものへの依存を繰り返し、混乱を起こしているケース(55歳女性 覚せい剤後遺症、解離性障害)</li> <li>入退院を繰り返し、地域定着に繋がらないケース(51歳男性 双極性障害、境界知能)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>患者との関係構築に困難さを感じるケース(25歳女性 統合失調症、広汎性発達障害疑い)</li> <li>生活に困難を抱える当事者夫婦のケース(44歳男性 統合失調症、軽度知的障害)</li> </ul>
コアミーティングから抽出された 地域課題(一部抜粋)	<ul style="list-style-type: none"> <li>家族全体をみる視点での支援が必要であり、保健センターとの連携強化が必要</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>複合的な課題に対応するために重層的な支援ができる体制が必要</li> <li>多問題家族の支援チーム作り</li> <li>病院と地域支援機関とのアセスメントのギャップを埋める仕組みづくり</li> <li>病院と地域機関との連携体制の確立</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>医療機関のアセスメントを地域の支援者に提供することが必要</li> <li>早期の医療アセスメントと、医療と地域の支援者との情報共有が大切</li> </ul>
精神障害にも対応した地域包括 ケアシステム構築推進研修のテーマ	地域精神保健活動の実際から保健、医療、福祉の協働について考えよう	複合的な問題を抱える住民をどのように支えるか	医療機関の支援に地域の支援チームを活用して生まれた相乗効果とは
精神障害者地域支援体制 構築会議(概要)	<ul style="list-style-type: none"> <li>にも包括の構築に向けて</li> <li>にも包括の取組について(幸手保健所、自立支援協議会)</li> <li>蓮田市の取組について</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>改正精神保健福祉法の施行について</li> <li>にも包括の取組について(幸手保健所、自立支援協議会)</li> <li>久喜市の取組について</li> </ul>	<p>&lt;予定&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>にも包括に関する施策の動向について</li> <li>にも包括の取組について(幸手保健所、自立支援協議会)</li> <li>蓮田市役所における庁内連携について</li> </ul>

### 3 成果

地域生活連絡会での事例検討や研修での実践報告、グループワーク等を重ねるなど、4つの事業を連動させて実施したことにより、支援機関の相互理解が深まり、重層的な連携による支援が提供できる体制整備が進んだ。支援の現場では、それぞれの機関の担当者が当事者意識を持ち、できることを持ち寄る姿勢で支援に携わる支援者を増やすことができた。また、担当者の人事異動があっても同様の支援を継続できるよう、市町が組織として市内の支援体制整備に向けた取組を進めている。事業において各機関の実務者と代表者それぞれに、にも包括構築推進の働きかけを行ったことによって、保健・医療・福祉分野における基盤整備が一層進み、統合した地域づくりの促進につながった。

### 4 課題

精神保健に課題を抱える住民は、複合的な課題を抱えることが多く、支援機関は多様な課題の解決に向けて、制度や分野の縦割りを超えたつながりを求められることも多い。そのため、従来の保健・医療・福祉の分野の支援者だけでなく、子育て・高齢介護・生活困窮・住宅・就労など、より幅広い分野の支援者と連携した重層的な支援体制の整備に向けた取組が必要とされる。今後も事業や支援の現場において、管内の支援機関との率直な意見交換を続けながら、誰もが安心して自分らしく暮らすことができる地域づくりに取り組んでいきたい。

## 女子栄養大学と連携した<sup>よりい けんこー</sup>YORII KENKO弁当開発事業について

寄居町健康づくり課

○吉池具子 木元佑輔 近藤妙子 佐藤美月

### 1 目的

当町の健康寿命は、県内でも下位の状態が続いており、令和4年は埼玉県63市町村中、男性45位、女性63位となっている。特に女性は令和2年から3年連続で最下位である。また、県内の市町村と比べると脳血管疾患の罹患率や死亡率が高く、高血圧・高血糖の者の割合が全国や県と比べ高くなっている。

このような状況を生み出している要因として生活習慣が大きく関係している。そこで、本事業では生活習慣の「食」に注目し、町が抱える健康課題を「食」を通じて改善すること、また町民に「栄養」について関心を持ってもらうことを目的として、町と包括連携協定を締結した女子栄養大学と連携事業の一環で、健康弁当の開発に取り組んだ。今年度、弁当2種類が完成し、販売まで実施した。これまでの過程を振り返り、次年度に向けた課題について検証したので、報告する。

### 2 実施内容

令和5年5月 弁当開発事業について検討開始

令和6年1月～2月 町民・町職員を対象とした弁当に関するアンケート実施

令和6年3月 アンケートの分析・まとめ

令和6年3月22日 アンケート結果報告会

令和6年4月～7月 弁当メニュー案の検討・試作

令和6年7月29日 関係者試食会

令和6年9月2日 完成披露会 広報、町公式HP、町内各地区掲示板、SNS等で周知開始

令和6年9月11日 町民共食会

令和6年10月～令和7年3月 月1回町民向け販売（表1）

販売時パンフレット、レシピ（希望者）を配布、併せて購入者アンケート実施

令和6年11月10日 健康まつりにおいて学生による弁当開発に関わるミニ講話を実施



図1【弁当A】彩り野菜と豚南蛮



図2【弁当B】たっぷり野菜と豆腐ハンバーグ

#### <YORII KENKO 弁当の概要>

- (1) 種類 2種類（図1・2）
- (2) 販売価格 550円（税込） \*令和6年度は、町から1食200円助成
- (3) 対象 町民・町職員等（助成なしで販売）
- (4) 特徴 野菜たっぷり、食塩控えめ、栄養バランスを考慮  
\*スマートミールの基準を参考
- (5) ターゲット 子育て世代、働き世代から高齢者までを想定
- (6) 調理/販売 町の農産物加工施設の指定管理者が担当

表1 販売スケジュール

販売日	関連事業名	販売場所	販売数	販売方法	献立
10月23日（水）	健康チェック・乳幼児相談	役場1階健康チェックコーナー	40	事前予約制	A 豚南蛮
11月10日（日）	産業祭	Yotteco前テント	40	①20食当日数量限定販売 ②20食事前予約制	A 豚南蛮
12月25日（水）	健康チェック・乳幼児相談	役場1階健康チェックコーナー	30	事前予約制	B 豆腐ハンバーグ
令和7年1月29日（水）	血糖予防教室	保健福祉総合センター	40	事前予約制 （弁当付き健康教室）	B 豆腐ハンバーグ
令和7年2月26日（水）	健康チェック・乳幼児相談	役場1階健康チェックコーナー	30	事前予約制	A 豚南蛮
令和7年3月		未定	20	事前予約制	

### 3 実施結果

・町民や町職員からのアンケートを踏まえ、健康的なだけでなく町らしさを味わえる健康弁当が2種類完成した。弁当開発から販売に至るまで、関係機関との調整や、販促物の検討・周知、販売準備等、多くの時間と労力が必要であった。

・新聞掲載や、広報等の周知により、この事業自体大変好評で話題性があり、町全体の健康づくりの機運を高めることに繋がられたと思われる。反面、今年度は町民へは200食のみの予約販売であったため、予約は毎回1時間弱で完売する状況で、購入希望と販売数量のミスマッチが生じてしまった。

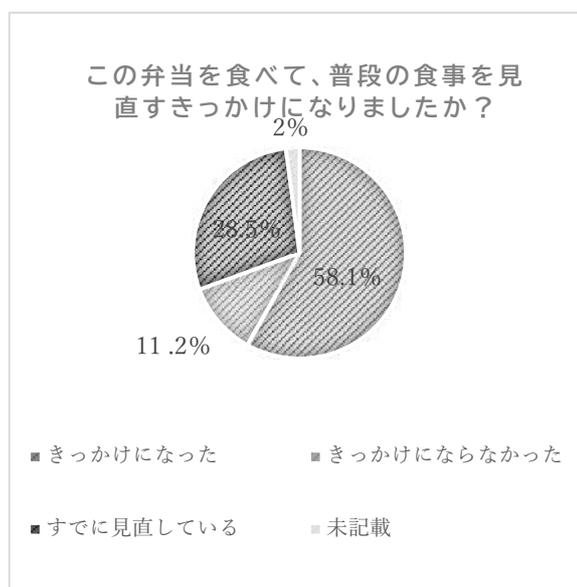


図3 弁当購入者アンケートより

・購入者アンケート集計結果（11月21日時点・98人回収：町民17名、町職員等77名、不明4名）では、「この弁当を食べて、普段の食事を見直すきっかけになったか？」の質問に、「きっかけになった」と答えた人の割合は58.1%であった（図3）。また、きっかけになった者の自由記述では、「塩分が少なくても美味しくできる」、「素材の味を楽しむためにも、さらに減塩を気にしたい」等、味付けに関する内容が多かった。また、「副菜があると満足度が高いので、普段から出来る限り取り入れたい」など野菜の摂取や、バランスに関する感想が多かった。このような回答を得られたことから健康弁当の開発は、日頃の食事を振り返る機会を創出し、「食」を通じて改善することへの足がかりを築く事業とすることが出来たと考える。

### 4 効果的な事業展開に向けて

今年度は、まだまだ食べたい人が購入出来ていない。また、平日昼間の予約販売が中心であり、働き世代など幅広い世代の方に食べてもらえるように購入機会の拡大（販路の拡大）を検討していく必要がある。また、弁当の購入を通して高まった「食」に対する関心や食生活の改善意欲を、次のフェーズとして行動に移すことが重要であり、今後どのような保健事業につなげ、継続させるかが課題となる。さらに、弁当は1回限りの食事であり、日常的に健康的な食事が継続して食べられるよう、家庭での食生活のあり方や本事業に協力する飲食店への働きかけを進めていく。健康弁当の開発という小さなきっかけが、近い将来、当町の健康寿命延伸へとつながるよう、町民とともに「食」改善のムーブメントを巻き起こしながら取り組んでいきたい。

## 創造育成研修における3年間の振り返りと考察

埼玉県保健医療政策課

○伊藤 愛 井上真奈 栗原貴美子 鈴木しげみ

### 1 背景

本県で採用されている保健師は190名（令和6年4月1日時点）で、近年採用数は増加傾向にある。年齢区分では、50歳以上の職員が最多で全体の33%を占め、次いで20歳代が30%であり、40歳代が最も少ない状況である。

また、経験年数区分では4年以下の保健師が全体の40%を占め、経験年数15年～29年の層が非常に少ない。年齢区分、経験年数区分いずれにしても中間層が非常に薄く、今後中心的な役割を持つ管理期保健師が減少することが予想され、次世代の統括保健師を含めた管理期保健師の育成と、新任・中堅期保健師への知識・技術継承が大きな課題である。

これらの課題への対策として、当課では「県保健師向け創造育成研修」を令和4年度から開催している。本研修は、本来の公衆衛生保健活動の視点を改めて認識し、業務を超えた課題検討を行い、健康課題解決に向けた積極的な観点を持つことを目的としている。

### 2 実施状況

#### (1) 令和4年度

採用4～14年目の保健師を対象とし、対象層が伸ばしたい能力について統括保健師が講義するとともに政策形成演習を実施し、保健師の専門性に関する理解を深め、活動への意欲向上を図るとともに、上位職の動きを意識することを目的とする構成とした。演習は、実際の業務と連動する課題を挙げ、解決の方策を探る内容とした。

1日目のカリキュラムであったが、グループ検討及び発表から、具体的かつ柔軟な意見が数多く聞かれ、受講者同士での意見交換が活動の刺激となったようである。

#### (2) 令和5年度

令和5年度は、キャリアレベルA3～A4を目指す、採用4年目～14年目までの県保健師を対象とした。対象としたキャリアレベルA3前後は、個別支援を中心に実践を積み重ね、自信を深める段階であるが、受講者の中には地域課題の把握や課題解決への実践が十分に出来ず自信を喪失している者もいた。そこで、受講者が今後地域の健康課題に主体的に取り組み、課題解決に向けた方策の立案・実行への自信を深められるように研修の構成を工夫した。

具体的には、計5日間の通年研修とし、自治医科大学の春山早苗教授ら外部講師の協力を得ながら、健康課題解決に向けた積極的な観点を持ち、グループごとに県の保健師の立場を意識した政策提言を行うことを目標とした。また、管理期保健師をグループのファシリテーターとして加え、広い視野を育み先見性を養うとともに、統括保健師としての意識を持つことを目標としてリーダーとしての意識の醸成を図った。

#### (3) 令和6年度

令和6年度は、キャリアレベルA4～A5を目指す県保健師を対象とし、同じく外部講師の協力の下、日程を計6日間に拡大した。新たな取組として、参加を希望した市の職員も受講者として加えた。前年度の課題として、研修課題が多数あり、ワークシートが細分化され検討事項が多かったことから、「業務との兼ね合いが難しい」「研修目標が不明確であった」といった意見が見られ、ワークシート及び研修日程の再考並びに研修構成の見直しを行った。

	令和4年度	令和5年度	令和6年度
A 研修対象	キャリアレベルA3～A4を目指す、採用4年目～14年目までの参加を希望する県保健師	①キャリアレベルA3～A4を目指す採用4～14年目の県保健師 ②ファシリテーターを担う管理期の県保健師	①キャリアレベルA4～A5を目指す主査・担当課長・主任・技師級の県保健師及び参加を希望する市職員 ②ファシリテーターを担う県及び市の管理期保健師
B 研修目標	キャリアレベルA3～A4を目指す県保健師が、地域の健康課題を積極的に把握し、前向きな保健活動が展開出来る。	①地域の健康課題に主体的に取り組み、課題解決に向けた方策の立案・実行への自信を深める。 ②所属を超えた受講生をまとめ、リーダーシップを持って目標に導き、統括保健師を意識した広い視野と先見性を養う。	①地域の健康課題に主体的に取り組み、課題解決に向けた方策の立案・実行への自信を深める。 ②所属を超えた受講生をまとめ、リーダーシップを持って目標に導き、統括保健師を意識した広い視野と先見性を養う。キャリアレベルA4～A5を目指す県保健師の活動展開を支持しつつ、職種全体での活動展開を図り、保健活動の技術継承を促進する。
C 研修構成	・1日目のカリキュラム ・対象層が伸ばしたい能力を統括保健師から学ぶ講義や短時間での政策形成演習を実施。	・通年（計5日間）のカリキュラム ・自治医科大学 春山早苗教授らの外部講師の協力あり。 ・研修4日目に全体共有として中間発表の機会を設けた。 ・研修最終日を埼玉県健康福祉研究発表会とし、研修成果を発表する機会を設けた。	・通年（計6日間）のカリキュラム ・自治医科大学 春山早苗教授らの外部講師の協力あり。 ・研修5日目に全体共有として中間発表の機会を設けた。 ・研修最終日を埼玉県健康福祉研究発表会とし、研修成果を発表する機会を設けた。
D 前年度からの改善点	—	・通年研修とすることや、外部講師の協力を得ることで、健康課題解決に向けてより時間をかけて考え、積極的な観点をもち、グループごとに県保健師の立場を意識した政策提言を行うことを目標とした。 ・健康福祉研究発表会の前に、全体共有の時間を設け、講師に対して中間発表を行うことで	・ワークシートの内容をより簡略化し、受講者がより取り組みやすいものに変更した。また、インタビュー先を1箇所にした。 ・研修の日程が足りない、通常業務との兼ね合いが難しいとの意見もあり、研修日程を1日増やし、グループにおける検討時間を増加させた。 ・政策提言の検討の演習においてグループが行き詰まることが多いことから、外部講師らを各グループに担当講師としてそれぞれ配置し、検討内容についての助言をその都度もらいながら進めた。 ・全体共有では、講師からの講評の他にも他グループからの質疑応答や意見交換の時間を設けた。
E 結果	・1日目のカリキュラムであったが、グループ検討及び発表から、具体的かつ柔軟な意見が数多く聞かれ、受講者同士での意見交換が活動の刺激となった様子が見受けられた。 ・アンケート結果から、対象者が保健師の役割や保健活動の目的・展開への意識を深めた様子が伺えた。	・研修後アンケートにおいて前向きな意見が増え、特に「組織的な活動」の項目が大きく上昇し、所属を超えた対話の中で生まれるグループダイナミクスの効果を感じさせた。 ・自由記述では、「事業・施策化の体験が出来た」「交流・グループダイナミクスを感じた」「インタビューを経験できた」といった項目に評価が集中した。	・アンケート結果から、概ねすべての項目について、「必要性を感じる」「どちらかというと必要性を感じる」と回答する割合が高くなっていった。研修への参加やグループ内での話し合い、発表などを経て、本来の公衆衛生保健活動の視点を改めて認識し、健康課題解決に向けた積極的な観点を持つ意識を高めることができた。
F 課題	・1日目のカリキュラムであったことから、グループによっては十分な検討が出来なかつた政策提言まで考えられなかつたグループもあった。	・研修課題も多数あり、ワークシートが細分化され検討事項が多かつたことから、「業務との兼ね合いが難しい」「研修目標が不明確であった」というような意見が聞かれた。	・業務との両立が「難しい」「どちらかというと難しい」と回答した者が半数以上と、高い割合を占めていたことから、構成・進行について、受講者の意見を参考に、来年度以降の演習内容や構成について検討していく必要がある。

表1 令和4年度から令和6年度の創造育成研修の比較

### 3 結果

研修4日目には、各グループの地域課題に対する政策を検討し、研修5日目の中間報告に向けてこれまでの検討事項を資料等にまとめる作業を行った。研修後アンケートにおいても、4項目（公衆衛生活動の視点、保健師としての姿勢、組織的な活動、課題解決に向けた取組）について、意識や取組状況を確認したところ、特に研修4日目以降は、いずれの項目も研修前と比較して積極的かつ前向きな回答の割合が増加していた。

また、グループ検討、全体共有を通じて、受講者が本来の公衆衛生保健活動の視点を改めて認識し、健康課題解決に向けた積極的な観点を持つ意識を高めることができたと考察する。

一方、通年研修であり、昨年度同様に通常業務との両立が「難しい」「どちらかというと難しい」と回答した者が受講者の半数以上と高い割合を占めていたことから、受講者やファシリテーターの意見を参考に、来年度以降の演習内容や構成について検討していく必要がある。

### 4 考察

保健師には個別や集団への支援だけでなく、背景にある地域課題を分析し、問題解決方法や対策を模索しながら、地域住民が安心して暮らせる地域づくりを推進する役割がある。本研修で得られる経験や学びは、課題解決に向けた方策の立案・実行への自信を深めることだけでなく、専門性の向上にも繋がる。今後も県内の保健師がより前向きに保健師活動を展開し、保健師同士の連携をさらに強化できるよう、持続的かつ効果的な人材育成研修を考えていきたい。

## 公衆衛生事業功労者表彰における式典の改善

埼玉県保健医療政策課

○落合俊文 栗原貴美子 井上真奈 鈴木しげみ

### 1 公衆衛生事業功労者表彰について

公衆衛生事業功労者表彰は昭和32年度の第1回公衆衛生大会に始まる。その趣旨は「ともども一堂に会して相共に語り、過去を反省するとともに現今における県内外の問題点を究明してこれが解決の方途を構じ、県民各位の福祉向上と健康埼玉建設の一日も早からんことを期して大同団結を計ろうとする」ものであった。

当時は、「我が国の公衆衛生は、特にこの十年急速な発展を遂げ、平均寿命の延長、結核あるいは乳幼児死亡の減少等、偉大なる成果を修めている。然しこれらは諸外国の水準に比較するとなお改善を必要とする幾多の問題点が残されている」とされた時代である。

それから67年後の本年、式典の実態に合わせて名称の変更を行い、第68回埼玉県公衆衛生事業功労者・国民健康保険関係者功績表彰式を行った。

以下、本年に行った式典の改善について報告する。

### 2 改善の具体的な内容

#### (1) 会場の変更

県庁第3庁舎講堂を使用することで会場使用に係る県の支出を0円とした。例年、会場使用賃借料として約7万円を支払っており、この全てを節減することができた。

#### (2) 出席者の見直し

令和5年度まで来賓として県医師会長、県議会議長等を招待していたが、来賓の負担軽減のため受賞者のみ出席することとした。

#### (3) 謝辞の省略

例年代表受賞者が謝辞を述べていたが、厚生労働大臣表彰の運営を参考として、省略した。代表受賞者の役割は副知事からの表彰状授与のみとした。

#### (4) 記念品の変更

受賞者に喜んでもらえることを重視し、焼き菓子を選定した。焼き菓子は埼玉県就労B型受注拡大ステーションを通じてNPO法人シンフォニー（新座市の就労継続支援B型事業所）に発注した。

#### (5) 記念撮影方法の変更

従来は受賞者を複数のグループに区分し、グループごとに集合写真を撮影していたが、受賞者が個人ごとに自身のスマートフォン等を使用して撮影できるようにした。集合写真を撮影する時間を短縮した上で、希望者が記念写真を撮影する機会を失わないようにした。

#### (6) マスコットキャラクターの活用

「さいたまっち」の着ぐるみを活用し、もてなしの意を表することとした。表彰者の大半が「さいたまっち」との写真撮影を希望し、撮影時間は笑顔があふれた。

また、受付や記念品引渡し場所にマスコットキャラクターのぬいぐるみを配置し、温かみのある雰囲気にした。

### 3 結果

受賞者64名が出席し、山崎副知事から代表受賞者に表彰状が授与された。



図1 代表受賞者への表彰状授与



図2 代表受賞者の記念撮影



図3 知人同士で写真撮影する姿も見られた。



図4 記念品の焼き菓子  
(NPO法人シンフォニー)

### 4 考察

経費節減等の観点から始めた式典改善の取組であったが、企画をする中で式典の歴史や先人の思いを再認識する機会となった。

出席者の見直しや謝辞の省略により、実質的に式典の縮小とはなっているが、記念品を菓子にして喜んでもらえるものを選定する等、受賞者の満足度を下げない工夫を凝らした。

記念品の発注先を精査し、県内の就労継続支援B型事業所に依頼した。

マスコットキャラクター「さいたまっち」の登場は効果的で、来場者からは多くの笑顔が見られた。写真撮影の際も多くの受賞者が笑顔でシャッターを切り、結果的に明るい雰囲気になった。

今後も公衆衛生事業の向上のため功績者を知事表彰することでその労苦に報いるとともに、公衆衛生事業に従事する方にその功績を知っていただくことで公衆衛生事業の発展向上を図りたい。