

2011春 医師・看護師・介護職員増やせ！夜勤改善で安心・安全の医療・介護を！

# ナース・介護ウエーブ

広島県医労連：〒732-0827 広島市南区稲荷町 5-5 松田ビル 201号 / TEL082-262-1575/ fax 082-262-1586 2011.4/18. NO.3



## いのちを守る手を！in呉

広島県内で、署名がたくさんとれる場所（穴場）ベスト3！は  
N01、福山駅前 N02、アルパーク（西区）N03、呉駅前となっていますが、  
4月16日、4年ぶりに呉での行動を行いました！

市内からは広島市民（4）・全日赤（2）・国共病組（1）広島医療生協（3）書記局の仲間11人と、  
現地呉労災病院の仲間、合わせて16名で“いのちを守る手を！被災地に国へ”と訴えました。呉は  
以前と比べて若い学生さんが増え、若者を中心に署名を書いてくれました。また、海上自衛隊の制服を  
着たグループも快く署名に応じてくれ、被災地支援カンパは40,075円、署名は377筆が集まり元気  
の出る呉での行動となりました。引き続き被災地支援カンパと署名の取り組みを広げていきましょう。【ブログにも記事載せています】



## 被災地へ支援に行こう！

全労連が中心となって結成している全国災対連（災害被災者支援と災害対策改善を求める全国連絡会）で、岩手県、宮城県、福島  
県で現地対策本部が設置されてボランティアの受け入れ体制が整い、ボランティアの登録と派遣を開始しています。

広島からもたくさんの仲間が支援に行っています。希望者は県医労連書記局までお問い合わせください⇒TEL:082-262-1575【県医労連】

ナースウエーブまで、  
あと26日

## ナースウエーブへ GO！



今回の学習会のテーマ『夜勤労働の有害制』に関して、おそらく日本で初めて報告  
された、**夜勤とのがん**の関係についての新聞記事の紹介です。（2010年3月4日東京・星陵会館で開催された長時間労働・夜  
勤問題に関するシンポジウムで今回の講師：佐々木司労働科学研究所・慢性疲労研究センター長の出された資料より）

### 長期夜勤とがん

先進国では5人に1人が何らかの形で夜間交代勤務（夜勤）に従事していると言われている。夜勤の短期的な健康影響  
としては、疲労、けがの危険の増大、生活の質の低下などが挙げられる。一方、夜勤の長期的影響の一つとして、**がん**  
との関係を考察した論説が、英国医学雑誌に8月掲載された。

論説によると、07年、世界保健機関（WHO）の国際がん研究機関は、一日のリズムを妨害する夜間交代勤務は、「ヒ  
トに対しておそらく発がん性がある」と判定。これは、「ヒトに対して発がん性がある」（たばこなど）という最高度の判  
定に次ぐ、2番目に強い判定に当たる。データが最も多いのは**乳がん**。複数の研究を集めて集計した最近の総合評価では、  
夜間勤務者のリスクは50%高く、中でも飛行機の客室乗務員のリスクは70%高かった

**夜間に照明を浴びると、一日のリズムをつかさどるホルモンで、抗酸化作用や抗腫瘍  
（しゅよう）作用も指摘されているメラトニンが減る。一方、乳がんリスクを上げる  
ホルモンのエストロゲンは、人工光のもとで増える。他にいくつかのメカニズムが考え  
られている。** デンマークではすでに、週1回以上の夜勤を20年以上続け、他に特別  
な要因がないのに乳がんにかかった女性（看護師と客室乗務員）を対象に、労災補償を  
始めている。夜勤のもう一つの長期的影響として、脳梗塞（こうそく）との関係を調  
べた論文も米国疫学雑誌に6月に掲載された。米国の看護師約8万人を追跡調査し、  
1660例の脳梗塞の発症を確認した。その結果、夜勤を15年以上続けていた場合  
には、夜勤の経験がない場合と比べて、脳梗塞のリスクが1.2倍程度に高くなった。ただし論文の著者らによると、同  
じテーマでは、小規模な研究が他に1件あるだけで、その研究では関連を認めていない。今後の研究の蓄積が必要だ。少  
し前、CO2排出削減という環境問題の視点からコンビニの**深夜営業規制**の是非が議論されたことがある。**夜間に働く人  
の短期的・長期的な健康の視点からも考えるべき問題**だろう。（東北大学教授 坪野吉孝）



2009年11月2日付 朝日新聞東京本社夕刊から