

JKANewsletter



創刊号(2019年6月発行)

いつも JKA をご支援いただきましてありがとうございます。

今回は第一号となります「JKA Newsletter」創刊号をお届けいたします。

1. JKA のひとびと

第1回 理事長インタビュー

家族や友人達と健やかな日々を送りたい、誰しもが望むところです。それを損なうのが様々な疾病です。私共は様々な活動を通して、かけがえのない切実な日々を生きる方々を支え、腎臓病の克服に立ち向かって行きたく存じます。

生活習慣の変化、高齢化を背景に「腎臓病」が増加しています。腎臓病は脳卒中、心臓病、認知機能障害とも関係しており、国民の健康寿命を損なう要因にもなっています。その克服には、医療者、行政、市民が連携して、総力を挙げて取り組む必要があります。「日本腎臓病協会」は連携の核となり、プラットフォームとなるものです。

これまでも私共は「日本慢性腎臓病対策協議会」として慢性腎臓病（CKD）対策に取り組んでまいりました。日本腎臓学会、日本透析医学会、日本小児腎臓病学会が中心となり日本腎臓財団、日本医師会の協力を得て発足したものです。CKD 対策において大きな役割を果たしてきました。日本腎臓病協会はこの事業をさらに拡充・強化いたします。

腎臓病診療には医師、看護師、栄養士、薬剤師などの多職種によるチーム医療が必要となります。日本腎臓学会、日本腎不全看護学会、日本栄養士会、日本腎臓病薬物療法学会が連携し、「腎臓病療養指導士制度」を立ちあげました。日本腎臓病協会がこの運営を行います。

腎臓病克服のためには、有効な薬剤・診断薬・機器の開発も必要です。アカデミアと関連企業、行政等が連携しうるプラットフォームとして「Kidney Research Initiative-Japan (KRI-J)」を立ちあげました。腎臓分野における All Japan 体制を構築いたします。さらに、患者会・関連団体との連携を深めて参ります。患者さんにご家族の声を傾聴し、事業に反映したく存じます。

疾病克服を目的に据えた活動の道程は平坦でも直線的でもなく、らせんを描きながら漸進的に深化して行くように考えています。決して諦めることなく前進して行きたいと決意しています。

NPO 法人 日本腎臓病協会 理事長 柏原 直樹
一般社団法人 日本腎臓学会 理事長
川崎医科大学 副学長 腎臓・高血圧内科学教授



いつも JKA をご支援いただき、ありがとうございます。2018 年度の JKA の活動報告をさせていただきます。JKA は、①CKD の普及啓発・診療連携、②腎臓病療養指導士の育成・制度運営、③産学官連携プラットフォームとしての Kidney Research Initiative-Japan (KRI-J)、④患者会、関連団体との連携、を 4 本柱として活動しています。

① CKD の普及啓発・診療連携

現在、[表](#)のように全国を 12 ブロックに分割し、さらに各都道府県に代表者を任命しました。各地での CKD 啓発のために、かかりつけ医等との診療連携の構築、行政との連携を図り、各地での市民公開講座、セミナーの支援を行なっています。

さらには、正しい認識、知識を普及させるため、医師、メディカルスタッフ、行政機関、CKD 患者、国民全体、高齢者、小児など、対象に応じた普及啓発の資料も作成しています。各地域で CKD 普及啓発により、透析導入患者さんが減少したという報告も出てきています。今後この JKA Newsletter で報告していきたいと思えます。

② 腎臓病療養指導士の育成・制度運営

2017 年 3 月 19 日に第一回の「腎臓病療養指導士認定のための講習会」を開催し、現在までに 7 回を数えます。そして、2018 年 1 月 28 に第一回目の認定試験を行い、734 名の腎臓病療養指導士が誕生しました。また、2019 年 1 月 27 日に第二回目を行い、317 名が誕生しました。職種としては、看護師/保健師 60%、薬剤師 20%、管理栄養士 20%です。これから、全国各地での活躍を期待しています。

③ Kidney Research Initiative-Japan (KRI-J)

アカデミアと関連企業、行政等が連携しうるオープンイノベーションのプラットフォームとして KRI-J を立ち上げ、腎臓分野におけるオールジャパン体制で有効な薬剤・診断薬・機器の開発も目指しています。

1) 「腎臓病克服への挑戦」として製薬企業と連携した[セミナー](#)を二回開催しました。

2) JKA と協発酵キリン株式会社との間で「腎臓病対策の普及啓発・診療体制の整備」に基づき、腎臓病の疾患啓発活動に関する[連携協定](#)を 5 月 16 日に締結しました。

3) JKA と大塚製薬株式会社との間で、常染色体優性多発性嚢胞腎の疾患啓発および診療水準のさらなる向上を図るため、5 月 22 日に[包括連携提携](#)を締結しました。

④ 患者会、関連団体との連携

現在まで、一般社団法人 全国腎臓病協議会、多発性嚢胞腎財団日本支部、一般社団法人 全国ファブリー病患者と家族の会、公益財団法人 日本腎臓財団、NPO 法人 腎臓サポート協会、腎臓病 SDM 推進協会と連携をしています。第 62 回日本腎臓学会学術総会では、学会主導企画 5 「患者からみた日本の腎臓病診療の課題と期待」において、全国ファブリー病患者と家族の会と全国腎臓病協議会の方にお話いただきます。

「疾病と闘うあなた達を独りにしない」を合言葉に、今後さらなる連携を進めていきたいと考えています。

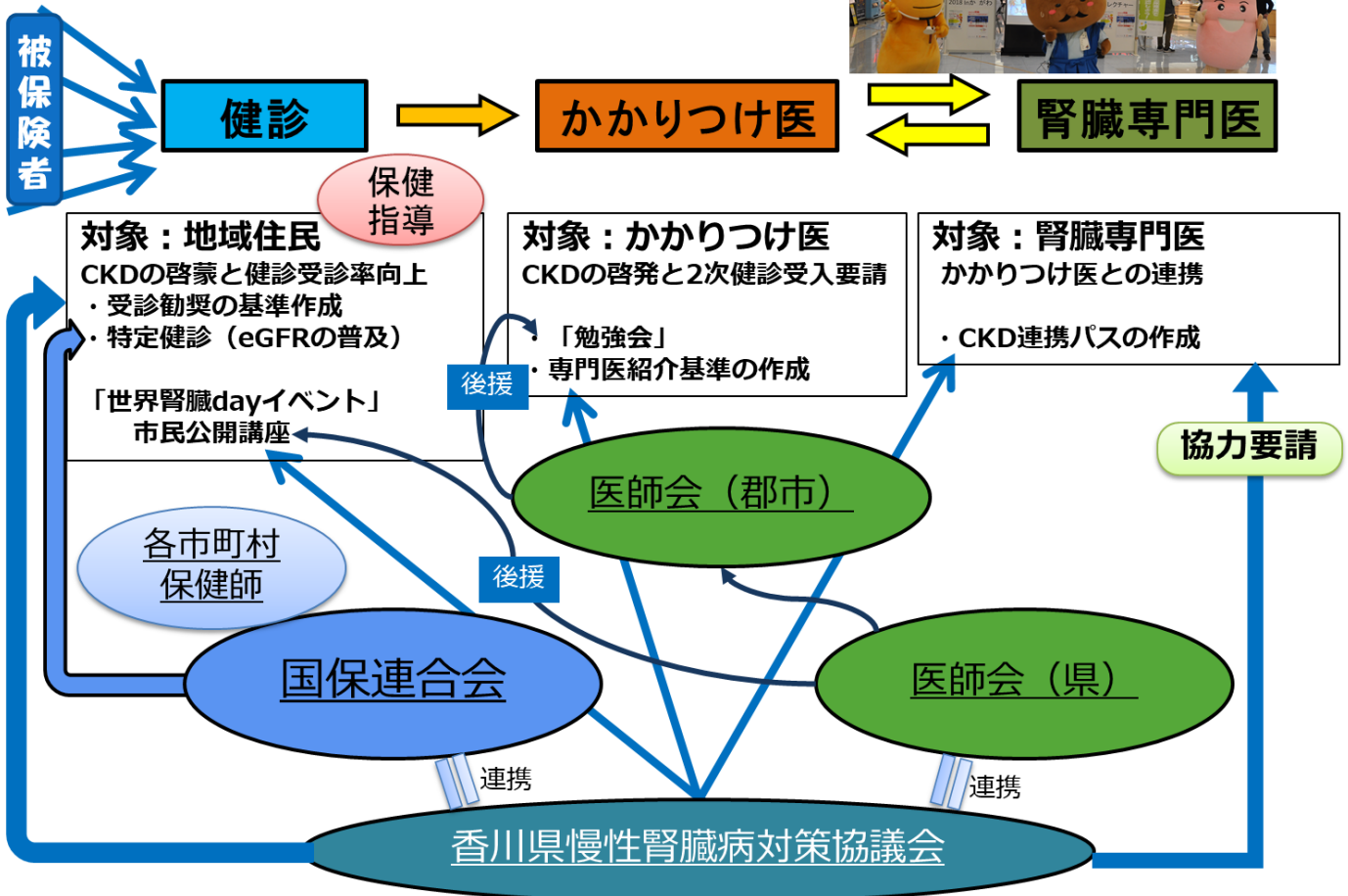
以上、JKA の活動を報告させていただきました。

皆様からの年会費、寄付金等は上記の活動に際して、有効に使わせていただいております。この場をお借りして、心より御礼申し上げます。ありがとうございました。

3. 普及啓発・診療連携事業紹介

第1回 香川県の取り組み

香川県慢性腎臓病対策協議会 事業シエーマ



香川県におけるCKD対策事業の概要

香川県では2015年度より国保連合会と協働して国保特定健診受診者に対するCKD受診勧奨・保健指導を全県同時に開始しました。国保特定健診受診者のうち、保健指導レベルの被保険者に対して保険者(市・町)から保健指導相談票を郵送し、市・町の保健センター等にて開催される腎臓病集団教室への受講を勧奨しています。受講者に対して自治体主体で腎臓病に対する生活指導・食事指導を行い、受診勧奨レベルの被保険者に対しては受診勧奨票を郵送し、内科開業医への受診を勧奨しました。かかりつけ医へは全ての郡市医師会でCKD講習会を開催し、協力を要請しました。特定健診実施施設へは腎臓専門医リストを郵送しました。

開始から4年が経過し、2017年度は保健指導票を送った方の14.5%が保健指導を受講、受診勧奨票を送った方の39.7%が開業医/かかりつけ医を受診しています。この保健指導受講率・受診勧奨受診率はともに年々上昇を認め、CKD対策が全県で浸透していることがうかがえます。2017年度は県内17市町全ての自治体にて保健指導(集団腎臓病教室)を開催できました。新規透析導入患者数の減少は開始2年目に認めましたが、2017年度は減少を認めていません。

一方でどのような保健指導がCKD対策に有効であるかの検討は希少です。香川県丸亀市の取り組みから、グループワークを取り入れた保健指導がeGFR低下を抑制することが示されました(CENE2019)。CKDの知識と療養指導を学んだ腎臓病療養指導士としての保健師の活躍が今後も期待されます。



香川県慢性腎臓病対策協議会 会長 南野 哲男
香川県慢性腎臓病対策協議会 事務局 祖父江 理

4. 腎臓病療養指導のポイント

第1回 減塩のススメ

慢性腎臓病(Chronic kidney disease : CKD)患者さんの食事療法の一つに「食塩の制限」があります。腎臓の機能が低下するとナトリウム(塩分)をからだの外に出す力が落ちてきます。このため食塩をとりすぎると「血圧が高くなる」「むくみがでる」など腎臓への負担が大きくなってしまいます。腎臓病の患者さんは食塩量を1日3～6gにすることが目標です。平成29年国民健康・栄養調査の結果によると、日本人(20歳以上)の1日平均食塩摂取量は男性10.8g、女性9.1g(平均9.9g)であり食塩の摂取は過剰気味です。腎臓病の患者さんの場合、食塩をいつもの食事の約半分に減らすイメージになります。

では、どんなことに注意をすればよいのでしょうか？まず、あなたの普段の食生活を振り返ってみましょう。

- ① 料理には必ず調味料をかける。
- ② 味噌汁は1日2回以上摂る。
- ③ 毎食つけものを食べる。
- ④ 麺類のスープは残さず飲む。
- ⑤ ハムやソーセージなどの加工食品を良く食べる。
- ⑥ 煮込んだ料理が好き。
- ⑦ インスタント食品をよく食べる。
- ⑧ 外食が1日2回以上ある。

食品中の食塩量

 しょうゆ (ゆかり) 6g 0.9g	 甘塩鮭 80g 1.4g
 明太子 80g 4.5g	 アジの干物 60g 1.0g
 はんぺん 100g 1.5g	 さつま揚げ 50g 1.0g
 梅干し 10g 2.2g	 インスタントラーメン 6.4g
 たくわん 20g 0.9g	 ハム 15g 0.4g

公益社団法人日本栄養士会関東事業部 より

該当する項目はいくつありましたか？もし該当するものが1つでもあれば食塩の摂りすぎが考えられます。該当項目を一つずつ減らすことが減塩への近道です。

また最近加工食品などを中心にパッケージに栄養成分表示がされていますので参考にしてください。表示を見る習慣をつけるだけでも減塩への意識が高まります。(但し「ナトリウム量」として表示されているものは：食塩相当量(g) = ナトリウム量(mg) × 2.54 ÷ 1000 で換算する)

薄味の料理は「おいしくない」との話をよく聞きますが、料理のひと工夫で問題解決のヒントになります。①酢やレモン、ゆずなどの「酸味」などを活用する②シイタケ、かつお、昆布などの「うまみ」を利用する③しそ、しょうが、パセリなどの「香味野菜」を利用する④わさびや辛子、カレー粉などの「刺激物」を利用する、など。日々の減塩の心がけがあなたの腎臓を守ります。すでに減塩に取り組んでいる人も、いま一度食生活を振り返ってみましょう！！

5. KRI-J 事業紹介

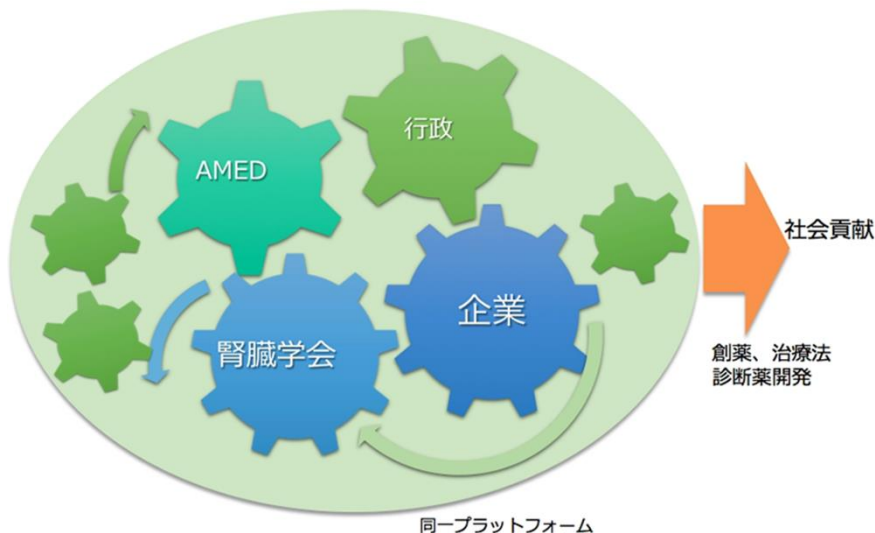
第1回 KRI-J について

Kidney Research Initiative-Japan (KRI-J)とは

一般社団法人日本腎臓学会は、1959年の設立以来、半世紀以上にわたって活動を続けてきました。その使命は腎臓学・腎臓病学の研究と普及を通じて社会貢献をし、国民の負託に応えることにあります。この目標を達成すべく、腎臓学の学理探究、人材育成、生涯教育の奨励、研究成果の社会還元・普及、国民の健康福祉への貢献に会員の総力を結集して取り組んで参りました。

腎臓分野における All Japan 体制の構築

日本腎臓病協会は腎臓病対策の立案、研究、医薬品・医療機器・診断薬開発、政策立案に関わる方々が一同に会するプラットフォームである Kidney Research Initiative-Japan (KRI-J) を構築しました。All Japan 体制を構築し腎臓病克服を実現したく願っています。

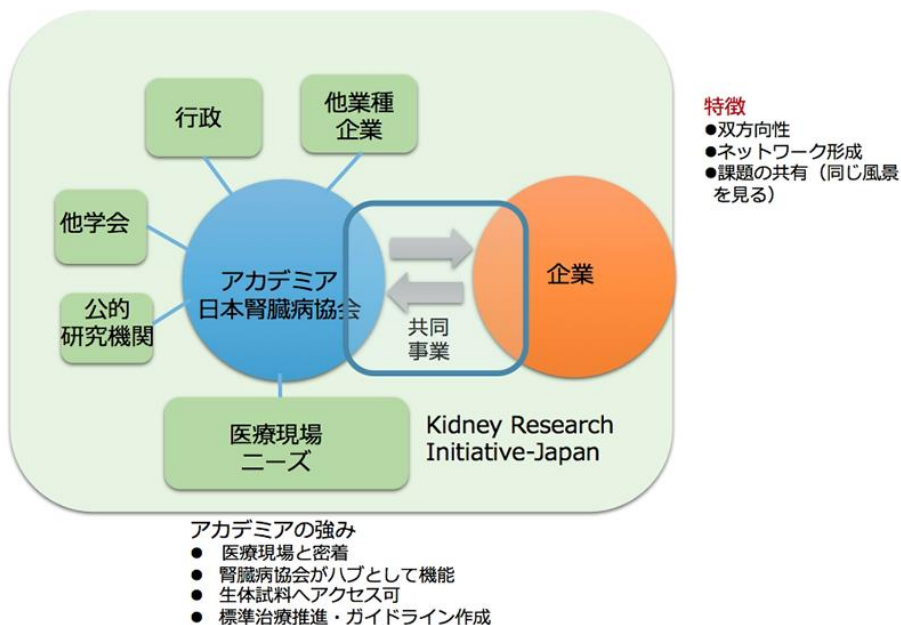


新たな産学連携モデル

様々な形態の産学連携が展開されているところですが、個々の大学あるいは講座・研究グループと企業との連携が通例であります。KRI-J はアカデミア総体と企業との連携を緊密化し、上記課題の解決に取り組む場となります。

腎臓病領域の未解決課題の所在についての認識を共有し、知識・洞察・見識を交換することで、解決策の立案に至ることを期待しています。学会から腎臓病研究に関する最新情報の提供、課題毎の学会内のコンソーシアムの設置等、様々な活動が可能になります。

同一の目標に向かって活動するアカデミア、行政、公的機関、企業に在籍する人々が、顔の見える関係をつくり、意見交換できる場の創設をその第一歩としたく存じます。



6. 関連団体連携

第1回 一般社団法人全国腎臓病協議会

NPO 法人日本腎臓病協会への期待

JKA Newsletter 第1号が発行されましたことを心からお慶び申し上げます。また、日頃より当会の活動に対し理事長の柏原先生はじめ多くの先生にご支援・ご指導を賜り心から御礼申し上げます。

当会は、1971年に「いつでも、どこでも、誰もが必要な時に透析治療が受けられる」ことを目的に結成しました。当時は、人工腎臓装置の普及や医療費の公費助成制度の整備が重要な取り組み課題であり患者の願いでした。それから半世紀近くが経過し私たちを取り巻く環境や人工透析を受ける患者構成などが大きく変わりました。

同時に、透析の治療技術も大変進歩しました。私たち末期の腎不全患者は今、世界一とも称される日本の透析医療のお蔭で、昔では考えられなかった恵まれた環境の中で療養生活をおくることができるようになりました。これは腎臓病専門医の先生を始めとする関係者のみなさまの並々ならぬ努力の結晶であり、賜物であると深く感謝し御礼申し上げます。

私たちは、透析を受ける患者の当事者立場から、これ以上透析患者を増やさないことを目的に、関係する諸先生方のご協力を得て、腎臓病の早期発見・早期治療の重要性を広く社会へ訴え、制約の多い透析生活に至らないようCKDセミナーの開催など腎臓病に関する啓発活動に取り組んでまいりました。

CKD対策には、多職種連携が重要なkeywordになると考えております。CKD対策の前線に立たれリードされている日本腎臓病協会がこれからの取り組みの中で、多職種が連携するための中心団体となることを私たち患者は大きな期待を寄せております。当会もその連携に加わり、CKD対策への活動に取り組みさせていただく所存でございます。

引き続き、当会へのご支援・ご指導賜りますようお願い申し上げますとともに、NPO 法人日本腎臓病協会の益々のご活躍とご発展を祈念申しあげ、ご挨拶とさせていただきます。



一般社団法人全国腎臓病協議会 会長 馬場 享



7. 編集後記

今回、JKA Newsletter 第1号となる創刊号を発刊することができ、安どしております。

編集から作成まですべて手作りのため、不備等ありましたらご連絡いただければ幸いです。

このJKA Newsletterが腎臓専門医と社会(患者さん・行政・企業)をつなぐ一つになればと願っています。

今後、年に4回 正会員・賛助会員の皆様にメール・HP・郵送等の手段を用いて情報を発信してゆきたいと思います。

この機会に日本腎臓病協会への入会をぜひ、お願いいたします。

話は変わりますが、医師の地域偏在を是正する取り組みとして、香川県医師会では医師会あがりの[婚活・お見合いパーティー](#)を開催しています。香川県で働いてみたい先生のご参加を心よりお待ちしております。

(JKA Newsletter 編集長・NPO 法人日本腎臓病協会理事・香川大学循環器・腎臓・脳卒中内科 祖父江理)

Information(お知らせ)

JKAの正会員・賛助会員、JKAへの寄付を募集中です。



日本腎臓病協会は2018年6月に設立されたNPO法人です。

腎臓病の克服を目指し連携のプラットフォームとなるものです。

正会員の年会費は2,000円、入会金1,000円です。

また、賛助会員として医院・病院・企業からも入会を受け付けています。

ぜひ、お知り合いの方にも、JKAの活動をご紹介ください。

[日本腎臓病協会への入会・寄附のお願い](#)



NPO 法人 日本腎臓病協会(Japan Kidney Association)

〒113-0033 東京都文京区本郷3-28-8 日内会館 一般社団法人日本腎臓学会内

Tel. 03-5842-4131 Fax. 03-5802-5570

ホームページ <https://j-ka.or.jp/>

Facebook <https://www.facebook.com/JapanKidneyAssociation/>

※Facebookでは随時最新情報を発信しています。ぜひこちらもご覧ください。

かけがえのない日々を大切に生きるために
We lead the fight to prevent, treat, and cure kidney diseases