

平成21年 1 月20日

砺波医師会誌

杏和だより

第191号

◇◇◇ 目 次 ◇◇◇

〔時 評〕・特定健診から考えること	金井 正信	2
〔活動報告〕		3
〔散居村〕・迷文	永森 文夫	6
・砺波平野の散歩、新しい楽しみかた発見！	比嘉 敏明	7
・新型フル発生か？	東出 慎治	8
・病の起源	広野 隆	9
・獅子舞	福井 靖人	10
・私の診療外活動	伏木 弘	11
〔新入会員紹介〕	となみ三輪病院 酒井 伸也	12
..... 老人保健施設 あかり苑	能登 隆元	13
〔婦人部だより〕	藤井 浩子	14
〔編集後記〕	柳下 肇	15

発行所 砺波市幸町 6 番 4 号

砺波医師会

発行人 砺波医師会長 高橋 卓朗

特定健診から考えること

力耕会 金井医院

金井正信

平成20年度から従来の40歳以上を対象に全国の自治体が行っていた基本健康診査が廃止され特定健診に変わりました。基本健康審査は、多様な疾病の早期発見や早期治療を目的として行われ、心電図や眼底検査なども含めて、40歳以上の人のちょっとしたミニドックといった内容でした。特定健診は、それぞれの保険者が実施し、医療費適正化の推進を目的にメタボリック症候群の予防と予備群の特定を行い、結果の報告は電子媒体を通じて各保険者へ送ることとなりました。

特定健診は計画段階からいろいろな問題点を指摘されていました。実施主体を保険者に委ねる事による受診券発送の混乱や検査項目の不一致、健診結果のデータの分散化、電子媒体による報告が義務付けられたことによる保険者と医療機関にかかる事務経費の増加、メタボリック症候群の予備軍を発見することが本当に医療費の削減につながるのか、またその効果の検証はいつの時点で何と何を比較して評価するのかといった本質的な問題や、腹囲測定の変差は6cmといった現実的なことなど上げればキリがありませんでした。

始める前からこの制度はよくないと現場のほとんどのものは思っていました。医師会もそれなりの主張はしたのですが、この健診を見直そうという声は霞ヶ関には届かず、すぐに健診コストをいくらにするかといった保険者と医師会の交渉にすり替えられ、値切られました。実際に終わってみても、検査項目が減ったという受診者側の感想と、ただ機械的にやるだけだという受託した医師の寂しい後味が残りました。

特定健診は問題点がいっぱいです。これからどんどん主張し、よりよい健診に変えなくてはなりません。しかし、医師会の主張は今ひとつ世論とはならないようです。

まず世論作りから始めなくてはならないのですが、そのためには、医師会は自分たちの利益のために主張する会といった作られたイメージを払拭する必要があります。その意味でも日ごろの医師会の活動と主張を、医師以外の人にも理解してもらえるようしっかりとPRしなくてはならないと思います。

これからの医師会の運営に宿題を押し付けられたと理解しています。

活動報告

(平成20年5月～平成20年12月まで)

平成20年5月

- 8日 砺波MC部会
- 12日 定例理事会
- 13日 県医師連盟執行委員会
- 19日 第28回砺波胸部疾患検討会
- 26日 特定健康診査等事務説明会
- 27日 学術講演会 「コレステロール吸収と心血管病」
金沢医科大学循環制御学教授 梶波 康二

平成20年6月

- 2日 県・郡市医師会協議会
- 6日 県医師連盟執行委員会
- 9日 定例理事会
- 12日 准看護学院運営理事会
- 16日 第29回砺波胸部疾患検討会
- 19日 監査会
- 24日 学術講演会 「食塩とメタボリック症候群」
滋賀医科大学内分泌・代謝・腎臓内科学講座講師 宇津 貴
- 26日 県医定例代議員会・県医定例総会
- 30日 平成20年度臨時総会

平成20年7月

- 3日 産業保健研修会
「地域産業保健センターでの長時間労働者への医師による面接指導の進め方」
富山産業保健推進センター相談員 稲寺 秀邦
- 8日 産業保健小委員会（県医）
- 14日 定例理事会
- 22日 学術講演会 「機能性胃腸症（FD）における診断と治療」
福井大学医学部 光学医療診療部准教授 山崎 幸直

- 障害者福祉医療委員会（県医）
- 28日 第30回砺波胸部疾患検討会
砺波地域産業保健センター第1回運営協議会
- 31日 女性医師委員会（県医）

平成20年8月

- 21日 富山県医師連盟執行委員会

平成20年9月

- 4日 工場見学（小矢部松下エコシステムズ株）
- 7日 災害時机上訓練及び富山県医師会救急医療講演会
- 8日 定例理事会
- 19日 医師会費検討委員会
- 22日 第31回砺波胸部疾患検討会
- 24日 勤務医委員会（県医）
- 30日 学術講演会 「挑戦しつづけるSU薬」
帝京大学医学部内科学講座教授 山内 俊一

平成20年10月

- 2日 県医療審議会
准看護学院戴帽式
- 6日 理事会
- 8日 産業保健研修会 「職場巡視事例検討会」
富山産業保健推進センター相談員 大槁 信也
- 14日 県医師連盟常任執行委員会
- 20日 第32回砺波胸部疾患検討会
- 21日 砺波青年会議所、富山産業保健推進センター、砺波地域産業保健センター
健康講話と事業説明会
- 28日 学術講演会 「心血管イベント抑制とスタチン系薬剤の長期投与～添付
文書情報に対する誤解と文献情報の確からしさ」
京都大学大学院薬学研究科統合薬学フロンティア教育センター教授 柴田 敏之

- 30日 救急医療委員会（県医）
砺波准看護学院運営理事会

平成20年11月

- 4日 特定健診・特定保健指導委員会（県医）
10日 定例理事会
11日 産業保健研修会 「長時間労働対策（経験と展望）」
パナソニック(株) セミコンダクター社砺波工場健康管理室 比嘉 敏明
17日 第33回砺波胸部疾患検討会
18日 県医師会 社会保険講習会
21日 学術講演会 「2型糖尿病・メタボリックシンドロームの病態と治療戦略」
富山大学医学部第一内科教授 戸邊 一之
26日 砺波准看護学院運営理事会

平成20年12月

- 1日 県・郡市医師会協議会
4日 広報委員会（県医）
8日 定例理事会
介護保険委員会（県医）
12日 特定健康診査等事業にかかる懇談会
15日 第34回砺波胸部疾患検討会
16日 学術講演会 「COPDのプライマリケアー ～日常診療とリハビリテーション～」
東北大学病院健康管理センター准教授 黒澤 一

述 文

永 森 文 夫

私の生母は、私が小学四年生の時に亡くなった。その頃、私達一家は父の教員勤務先の滑川に住んでいたが、母がいなくなったので、祖父母の住む頼成へ私達兄弟だけが移住した。

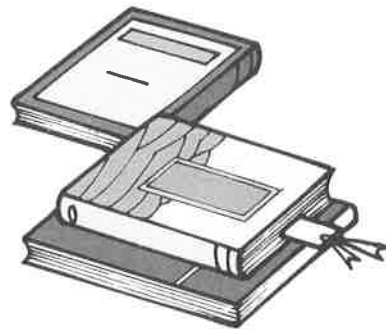
当時、私は本を読むことが好きで、子供向きの本だけでなく、大人の本「キング」や「日の出」という名の本を、祖父の本箱から探してきて読んだ。これらの月刊雑誌は現在の「文芸春秋」をもっと読み易く、やわらかい内容にしたものであったように思う。小学四年生で大人向きの雑誌を読んだのだから早熟だったのだろうと思う。

今挙げた二つの雑誌のいずれかに読者の投稿欄があって、その中に余りに馬鹿げていていまだに忘れられない文章があった。それを書いてみる。

「私の家の猫はもう老犬になりました。さすが、鳥類の哀しさ、時々馬糞をいただきます。いっそ撲殺して熊の胆でもとろうかと思えます。」

これだけふざけることが出来たのだから、どんなに面白い人が書いたのだろうかと思う。

しかし短い文章だが70年も覚えているのだから、私という人間もメタボ人間ならぬフザケ人間だと考えている。



砺波平野の散歩、新しい楽しみがた発見！

パナソニック社セミコンダクター社
砺波工場健康管理室

比 嘉 敏 明

この夏はアウトドア用GPSを試しました。単三乾電池2個入りで約200グラム、等高線や登山道も入った1/25,000国土地理院地図を半日ずっと表示します。太陽の光を当てるとカラーディスプレイはさらにはっきり見えます。

夏は毎週一度は週半ば平日夕方、県西部体育館を出て、庄川河川敷を上流に向かって合口ダム・水記念公園の先にある船戸公園の水飲み場まで散歩をします。GPSで見ると、県西部体育館辺りの庄川河川敷は海拔50メートルくらい、船戸公園の水飲み場が110メートル、約60メートルの高低差があります。衛生測位は気圧計で補正されるようです。アップダウンを繰り返しながら往復すると移動時間2時間、平均速度は毎時9km、距離は17.5kmと出ました。心拍数を表示させると毎分130から160の範囲でした。GPSを身体に接触して用いると水温・空気温表示は不正確となるようですが、日中の日射と西日で庄川河川敷は大変暑く、測定せずとも熱中症の危険がある状態と判断できます。県西部体育館で160mlの水の入ったボトル4本を腰のベルトに取り付け、15分おきに水を飲みながら計640mlを消費すると、船戸公園の水飲み場まで、熱中症とならずに無事にたどり着けます。船戸公園の水飲み場で給水をするときはやぶ蚊を追いかけておかないとなりません。帰りはまず日没時刻を確認します。夕方で光の具合がどんどん変わり、景色の雰囲気が変わり自然をより深く感じることはできますが、すぐに暗くなるので、日没する太陽との競争になります。

天気がよく時間の余裕がある休日には、GPSを自転車に取り付け、1分あたりのペダル回転数と心拍数をモニタしながらの自転車散歩がお勧めですが、天気や時間の具合でサイクリングできないときもあります。そういうときは、合口ダム・水記念公園を出発して、海拔300メートルの閑乗寺公園スキー場の水飲み場のある展望台まで散歩すると、散居村の景色が楽しめます。IOXアローザスキー場も垣間見ることができます。一往復で足りないときは二往復すると堪能します。登りの坂道を頑張って走り続けると簡単に最大心拍数に達しますので、モニタを見ながら安全な心拍数となるよう走る速度を調節します。胸の心臓部に取り付ける電波発信式心拍計センサーは電池交換式・混信防止型でランニング・

コストが低いところが気に入っています。

アウトドア用GPSはエクササイズを楽しく安全にしますのでおすすめです。

新型インフル発生か？

ひがしでクリニック

東 出 慎 治

ここ数年インフルエンザのシーズンとなるときまって新型インフルエンザ発生話題となります。1968年の香港かぜ（H3N2）以降40年以上新型の発生がなく、いつ来てもおかしくない状況ですが、どのように準備すればいいのでしょうか。

そもそもヒトのインフルエンザ（A型）は、すべて鳥に由来しており、かもなどの水鳥はHA（ヘマグルチニン）16種類、NA（ノイラミニダーゼ）9種類の組み合わせをすべて持っており、そのうち4通りのみヒトへの感染が認められています。これまでのインフルエンザウイルスはいずれも弱毒性で、発生が懸念されているH5N1（またH7N7、H9N2の可能性もあるという）のウイルスは強毒性とのことで、もし発生すれば大きな被害が予想されます。また数年前からWHOのインフルエンザパンデミックの警戒段階はフェーズ3のままで、まさにリーチがかかっているといえます。

新型インフルエンザが発生した場合にわれわれ医療者はプレパンデミックワクチンを接種して治療にあたるということですが、これまたリスクが高く、ダスティン・ホフマン主演のアウトブレイクという映画のように士気が上がるのか不安です。とりあえず、新型発生となると生活必需品が不足し、外出もままならないと思うので少しばかり備蓄しておいた方がよいとも思われます。また厚生労働省が8週間分（1人当たり20～25枚）のマスク備蓄を奨励していると聞き、さっそくよさそうな抗ウイルス性のマスクを入手しました。

当然のことながら耐性がうわさされてはいますが、タミフルとリレンザも家族とスタッフの分くらいは備蓄し、麻黄湯もいいらしいので少しばかり購入したりしました。

このような準備が杞憂に終わればよいのですが、もし発生してもパンデミックとならないよう何とか小範囲で抑え込んでほしいと願います。皆さんはどう考えておられますか？

病の起源

高波診療所

広野 隆

NHKで「病の起源」がシリーズで放映されているが、進化論の見地から病気の発生にせまっていたなかなか面白い。人体もダーウィンの云うが如く長い時間を経て突然変異の積み重ねによって適者生存の篩にかけられて淘汰され進化してきたのだが、想定外の急激な環境の変化について行けずに、旧態のままに残っている部分もある。

(その1) 血液の凝固機転は実に精緻なもので10余の因子が複雑に関与するのに比べ、用済みの血栓を除去する機構はプラスミン等線溶系の酵素があるもののシンプルなものがある。之は原始時代の人類がアフリカで裸で山野を駆け廻っていた頃は、外傷が多く先ず止血を重視する人体構造の名残りである。その時代なら血小板が20万以上も必要だったろうが今の文明社会では(時折血腥い事件が起こるが之は別として)5万もあれば充分であり、余分な血小板を持つが故に心筋や脳の梗塞に悩まされているとも云える。

(その2) 人体は低血糖に対しては十重二十重の防禦機能があるのに、過血糖に対してはインスリンの孤軍奮闘に頼っている。之は狩猟生活をしていた原始人は食料の入手が不規則で、絶えず飢餓にさらされ、インスリンの必要量が少なかったからである。アフリカからメソポタミア地方等の肥沃な三角州に移住し農耕が発展し、毎日定期的に食料が得られるようになると状況が一変しインスリンが多く必要になってきた。一方北欧等へ移住した人類は農耕よりも牧畜に頼り、毎日肉食をするのでさらに多くのインスリンを分泌する体質に進化しつつあるが遅れて追いつかず、そうこうしているうちに戦後何年も経て想定外の飽食の時代(一部の地域を除いて)に突入した。之では糖尿病患者やその予備軍が鰻のぼりに増えるのも宜なる哉である。

(その3) 四足獣から直立に変わった人類の腰椎は、長い年月重い頭部と上半身を支え得るような頑丈な構造に迄進化していない。或る程度年をとると腰痛を主訴とする疾患が増えて来るのも当然である。

(その4) 人体の多重免疫構造も世の中が細菌にまみれ腸管内に寄生虫がいた時代には、大いに活躍の場があり人体を守ってきたが、昭和38年以降電気洗濯機等の普及をきっかけに急速に世の中が清潔になり過ぎると活躍の場が少なくなり、あり余った力をあらぬ

方向に向けて発揮するのでアレルギー疾患や自己免疫疾患が増えて来たという事である。

思うに地球の創世から現在迄の時の流れを1日24時間に短縮すれば、人類の発生等は、23時55分以降になるので、進化論が具現するのは遥か未来の事であろう。

獅子舞

砺波サナトリウム福井病院

福井靖人

お祭りといえば、町では夜高ですが、村部ではやっぱり獅子舞です（宮村には夜高もあります）。11月3日の本番に向けて約3週間前から練習が始まります。

青年団を卒業してからも何らかの形で参加したいと思っていたところに、獅子取りの指導を頼まれ、獅子取りをしたこともないのに、同級生が一生懸命指導しているお手伝いになればと始めて、もうかれこれ7年になります。

獅子取りは、小学校2年生から4年生までの男の子全員がなり、初めて獅子取りになる2年生には、まず「棒」か「薙刀」のどちらをするかを決めます。踊りのときに獅子取りが持つ武器ですが、それぞれ踊り方が違うため、指導者も2つに分かれていて、私は「薙刀」を担当しています。例年2年生は4つの踊りが踊れるようになることを目標としていて、4年生になるまでの間に「棒」ではあと3つ、「薙刀」では4つ踊りを覚えてもらうことになります。

毎晩公民館で子どもたちが待っていると思うと休めないと感じ今までやってきましたが、もうそろそろ指導者を代わってほしいと弱音を吐いていました。しかし、今年は事情が違いました。「薙刀」に決まった子がなかなか覚えられないのです。例年通りに踊って見せたり、うしろから身体を支えて、まさに手取り足取り教えるのですが、なかなか進歩が見られません。日だけが過ぎて行き練習後は空しさと焦りから、ついつい飲み過ぎてしまう日々が続きました。それでも休まず通ってくるその子にできるだけことはしようと私も休まずつき合った結果、向かい側に立ってこちらから動きを指示することで、何とかどこの家でも必ず踊る「平まわし」が踊れるようになりました。

本番当日、その子は赤いきれいな衣装を着て見事に踊ってくれました。その凛々しい姿

を見て大いに感動して涙が溢れそうになりました。そして、この子が今後どのように成長して行くのか見てみたいという欲も出てきました。あと2年間は頑張ってみようかなと思っています。

私の診療外活動

伏木医院

伏木 弘

最近、前回の杏和会の記念誌にも書きましたがエレキギターにはまっています。私は出町中学校出身でこの夏に中学校の同窓会をしました。そのときに昔のなつかしのグループサウンドを思い出して有志でバンドを結成することにしました。医局時代にも下手なバンドの一員でありそれなりにエレキギター（ベース）を弾いていました。今はリードギターを担当しています。先日クリスマスコンサート？（ニチマ小会議室にて）を行い無事終了しました。メンバーも少しずつ上達し次回は来夏の納涼会にビートルズを・・・と考えており、これから選曲と練習に入るところです。

また、休日には時々妻とドライブに出かけます。11月2日には紅葉を楽しみに新穂高方面に出かけました。あまりにもすばらしい秋晴れのために、そのまま松本から中央自動車高速道路に入り富士山を見に行きました。途中で八ヶ岳や富士山がくっきり見えて最高でした。結局あたりを観賞しながら河口湖まで行きユーターンして帰ってきました。1日の走行距離は720kmでありました。これからは高速料金も1000円均一になるようですので、結構遠方まで出かけることも可能と思います。またあちらこちらへ出かけてみたいと思っています。



新入会員紹介

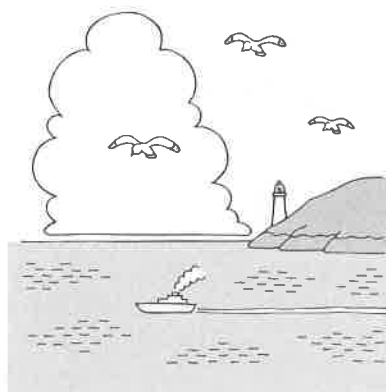
となみ三輪病院

酒井伸也

昨年11月、となみ三輪病院の院長に就任いたしました。どうぞよろしく申し上げます。
私は、平成元年に富山医科薬科大学医学部（現富山大学医学部）を卒業しました。卒後すぐに母校の和漢診療部に入局し、一般内科と漢方診療を中心に臨床・研究・教育に携わってきました。縁あって6月より当院で勤務しております。漢方診療を取り入れた地域医療、高齢者医療を実践できたらと考えております。

私はもともと静岡市に生まれ、高校卒業まで過ごしました。その後東京での浪人生活を経て、大学入学を機に富山に移り、はや26年が経ってしまいました。この間内科研修のため地元の静岡県清水市（現在は静岡市と合併）に3年間、留学でアメリカに3年間住んでいました。今年がついに富山県民歴が21年目となり、静岡県民歴と並ぶ感慨深い年となります。学生時代は、富山県が「住み良さ全国1位」となったというニュースを聞いてもピンと来ませんでした。しかし、自分が子どもを育て、家を建てようとしたときにはなるほど富山は住みやすいと感じるようになりました。土地は安いし、山へも海へも30～40分で行けるし、ファボーレも近いし…ということで富山での生活をおおいに気に入っています。

昨今、大好きな富山をはじめ地方の医療が崩壊の危機にあるなどという話をよく耳にします。これから、地域医療を支えていく者の一人として少しでも良い状況になるよう、自分のできる役割を果たしていきたいと考えております。砺波医師会の皆様におかれましては、今後ともご指導、ご鞭撻の程何卒よろしくお願い申し上げます。



老人保健施設

あかり苑

能 登 隆 元

平成20年4月より、老人保健施設 あかり苑に勤務しております。砺波地区はもとより富山県内での勤務は初めてです。どうぞ、よろしくお願いします。

平成8年に自治医科大学を卒業後、出身県である石川県内で勤務しておりました。当時は珍しかった全科ローテートの初期研修を終了した後、内科医を志しながら、石川県内の僻地中核病院、僻地診療所（合計4箇所）を渡り歩きました。そのためか、現在まで大学の医局とは縁がない状態です。

石川県は南北に長く、長距離の引っ越しも覚悟していたとはいえ、3月末日に残雪2mの白山麓の村を出発し、4月初日に輪島の北50キロ（小型船で2時間）の絶海の孤島への異動は、まさにアドベンチャーであったと思ひ出されます。山の村では、猟師が捕獲した獣を肴に酒宴が催され仰天しました。島の診療所では、衰弱した渡り鳥／虫歯の犬／癌性腹膜炎の猫等の風変わりな「受診」があり、そうした動物を連れてくる漁師の子供達の様子に心を打たれたこともありました。

その後、保健（医療）行政に従事することとなり、加賀地区の保健所で感染症（結核）の検診や健康づくり対策、施設の監査等を担当しておりました。地区医師会の先生方には様々な施策にご協力を頂いたり、ご意見賜りましたことを有り難く存じております。

学生時代は軽登山（いわゆるワンダーフォーゲル程度）を楽しんでいました。今でも自然を散策する機会をうかがっていますが、家族の手前、小旅行程度が現実的なようです。

まだまだ医師として未熟な面が多いと存じますが、介護施設において、長寿の方々に僅かでも安楽を提供できるよう、心技ともに精進を続けたいと考えております。



杏和会婦人部

藤井浩子

皐月晴れのとても爽やかな5月15日、恒例のバス旅行に行ってきました。

砺波駅を朝9時に出発し、先ず富山県立近代美術館にて、日展100年を見学しました。平日にも関わらず、とても盛況でした。石崎光搖さんのすばらしい真っ赤な屏風に迎えられ、『落雁』の絵を鑑賞しながら、「最近は見なくなったねえ・・・。」と桐沢さんにその意味を教えていただきました。さらに、音声ガイドを聞きながら鑑賞したら、作品に込められた作者の心情や時代背景などが、よく理解できました。

次に、ランチは、岩瀬にある『松月』にて、店主お勧めの満寿泉を頂きながら、白海老料理を堪能しました。特に、一匹一匹丁寧にむかれた白海老のお刺身や熱々の福団子は、絶品でした。そして、おみやげには、大塚屋の名物三角どら焼きと店主お勧めの地酒（満寿泉）を購入しました。

最後に富山大和の地下で、皆さんからお気に入りのお店や美味しい物（例えばメッツ・グライのロースハムは美味しい!）を教えていただきながら夕食の買い物をすませ、夕方4時半ごろ砺波駅に帰りました。

今回も参加人数はとて少なく寂しい気がしましたが、みなさんと共に和気あいあいとした楽しい一日を過ごせました。こんな機会でない杏和会婦人部の皆さんとお目にかかれないうし、また、ゆっくりとお話も出来ないのも、貴重なひとときです。知らなかったこともいっぱい教えていただけます。みなさんも是非参加して、有意義な時間を過ごしませんか。

ところで、私は、今年で幹事が終わります。この2年間知らない事ばかりでしたが、お付き合い頂いた方々には、とても感謝しています。これからも杏和会婦人部が、ますます盛り上がっていきますように祈りながら、皆様と共に、さらにコミュニケーションを深めていきたいと思っています。

編集後記

2008年は暗い話題が多い年でした。今年も引き続き、経済状況の悪化を始め、我々医療に携わる者にとっても安穏とできる状況にはないようです。特定健診もしかり、いつか必ずくるであろうパンデミックもしかり、医療に対する国民（というより物を知らないマスコミと言った方がよいのか）の厳しい目もしかりです。いろいろな意味で「備え」が重要になってくるように思います。自分自身で「備える」こと、皆で協力して「備える」こと。やっていないことでやらねばいけないことが山積です。悲観していてもしょうがないので一步一步前に進んで行きたいものです。

自分自身は常々、ゆるゆると生きて行きたいと願っていますが、なかなかそういうわけにはいかないのが現実です。あ～あ、がんばろうかなと思う昨今です。と言いつつ、暇を見つけては釣りに行ってます。フクラギ、シロギス、イワナ、ヤマメ、アメマス、ワカサギとだんだん節操がなくなってきました。今年はサクラマスと鮎も加わりそうです（笑）。

柳下 肇 記

〔広報委員〕 山田 泰士、藤井 正則、柳下 肇、福井 靖人

