100万市民と仙台市医師会を結ぶ情報誌

てとてとて

TAKE FREE

配布用です
ご自由にお持ち
帰りください

特集 終末期医療 ―最期まで自分らしく―

支える No.21
臨床工学技士
ワンポイントアドバイス
子どもの発熱
ドクター訪問
読者からのご質問にお答えします！
親知らずについて
連載 仙台歴史を歩く
CALENDAR
連載 鈴木江美のほっとシーン

仙台市医師会・仙台市医療センター
https://www.sendai.miyagi.med.or.jp/ 仙台市医師会
vol. 49
2019年 12月

特集

終末期医療
―最期まで自分らしく―

インタビュー

〝患者さんファースト〟の医療と看取り

「人生の締めくくりをどこで、どのように迎えるか」は、自分にとっても、家族にとっても重要な問題です。

終末期の医療やケアについて、あらかじめ考え、話し合い、共有しておく「ACP（アドバンス・ケア・プランニング＝人生会議）」の取り組みと、「住み慣れた家で穏やかに過ごしたい」という願いを支える「在宅緩和ケア」について紹介します。

人それぞれの旅立ちを支える

人は、生まれるときは皆に「おめでとう」と祝福されます。人生の最期も、家族や友人に「よくやったね」とたたえられ、「世話になったね。ありがとう」と感謝で締めくくれたらいいのに、と思います。

ところが現実には、孤独や苦しみの中で亡くなっていく人が大勢います。本人が望まない医療を受けることも大きな苦しみです。終末期医療については、人それぞれの考えがあり、それを実現するには、患者さんの思いを理解し、協力してくれる人が必要です。

終末期をどこで迎えるか

「終末期」とは、全日本病院協会のガイドラインでは「治療効果が期待できず、予測される死への対応が必要となった期間」とされています。もしあなたがそのような時期を迎えたら、どこで医療を受けたいと思いますか？

国の意識調査によると、以前は「自宅」と答える人が圧倒的でした。今は、「末期がんの場合は自宅」「重度の心臓病は医療機関」「進行した認知症は介護施設」と、病状によって希望が多様化しています（厚生労働省「人生の最終段階における医療に関する意識調査」より）。

実際には、「病院」で亡くなられた方の割合がここ10年で少しずつ減少し、「介護施設」が増え、「自宅」は横ばいまたは微増という傾向です。高齢化によって医療資源の不足が深刻化する将来、この傾向はさらに強まるでしょう。

仙台は在宅医療の先進地域

仙台市は、全国初の在宅専門診療所が誕生した地で、この分野の先生方が大変頑張っておられます。また、外来も訪問も行う診療所や、在宅部門を設置する病院もあり、環境的には恵まれています。自宅での看取り率についても、全国平均（13％）を上回る17％（2ページ円グラフ参照）です。

在宅医療の導入については、入院中であれば病院の主治医、担当看護師、あるいはソーシャルワーカーに、通院中であればかかりつけ医にご相談ください。ケアマネジャー、薬剤師など身近にいる医療や介護の専門職に相談するのも方法です。今年から専門職対象の相談事業（仙台市在宅医療介護連携相談窓口）が始動し、よりスムーズな紹介ができるようになりました。

仙台市医師会理事
医療法人ライヴズ 理事長
あんどうクリニック院長
安藤 健二郎 先生

自分と家族のための事前指示書

医療は大変な勢いで進歩しており、進行がんでさえ治ることが期待できる時代になりました。しかし、なお、克服できない病気があり、たとえ病気が治っても人生には必ず終わりがあります。そろそろ限界というときにどう人生を締めくくるのか、あらかじめ自分の思いを表明しておくことが大事です。

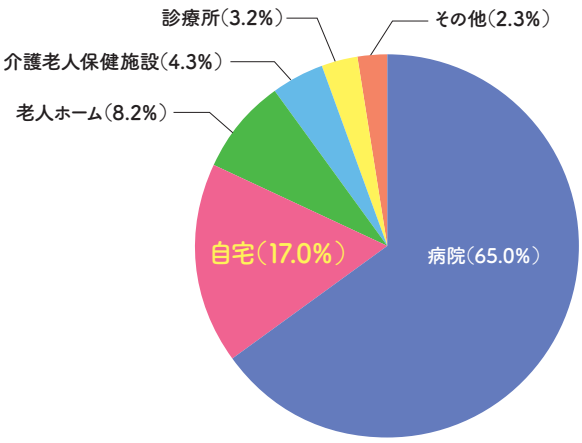
終末期の医療やケアについて、前もって考え、大切な人と話し合い、共有しておく「ＡＣＰ（人生会議）」という取り組みが、注目されています。「自分が大切にしていること」や「延命治療、苦痛緩和に関する要望」といった重要事項は、書面（「事前指示書」などの書類）に残すことで担保されます。本人と家族が話し合って「延命治療はしない」と決めていたのに、親戚が来て「あきらめちゃダメだ」と強く言うので、「することにしました」という例は少なくありません。「何が本人の望みか」という一番大事なことが書面にきちんと残っていれば、家族が重い決断に苦しむことも減るでしょう。

事前指示書については、人それぞれの考えがありますが、市民の皆さんにとって関心の高いテーマです。「必要性は感じるが、何をどう書いたらいいか分からない」という方に向け、現在、仙台市で適切な形式や文面を検討しているところです。

また「話し合うこと自体ハードルが高い」と感じる方には、「もしバナゲーム」を紹介します。これは「もし、あと半年の命と言われたら、何を重視するか」を、カードの選択と会話で浮き彫りにしていくゲームです。私も何度かやってみましたが、知っているようで知らなかった家族の一面を見たり、自分の考えがその時々で違うことに気付いたり、大変興味深いゲームです。

「もしものための話し合い」は、決して「縁起でもない話」ではありません。家族や親族の集まる機会に切り出してみてはいかがでしょうか。

場所別にみた死亡数の割合（仙台市）



※厚生労働省「人口動態調査 人口動態統計」（2017年）より作成

▲「もしものための話し合い もしバナゲーム」

もしもの際の価値観を考える米国発のカードゲーム「Go Wish game」を医療法人鉄蕉会亀田総合病院の医師が翻訳。「痛みがない」「いい人生だったと思える」「人との温かいつながりがある」など36枚から自分にとって重要なカードを選び、選んだ理由を話し合う。

詳しくはiACPホームページ
https://www.i-acp.org/

インタビュー

体と心の苦痛を緩和し穏やかに暮らす

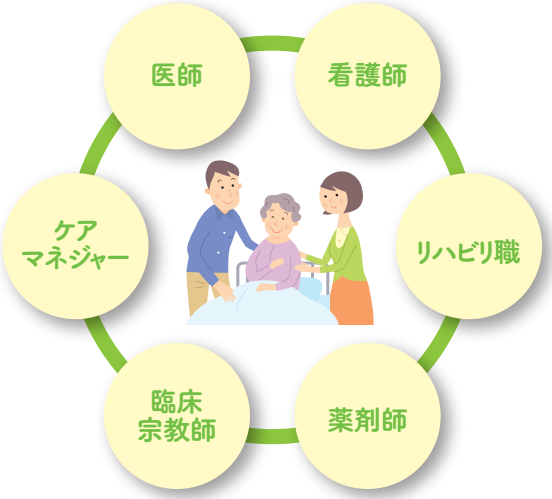
「住み慣れた家で不安なく療養生活を送りたい」という願いを支える在宅医療。医療・介護に関わる専門職が連携し、患者さんのさまざまな苦痛を和らげます。

多職種が連携した全人的ケア

在宅療養支援診療所では、自宅での療養を24時間365日サポートする「在宅緩和ケア」を行っています。患者さんは、病院でがんなどの治療を終え、「家に帰って安心して暮らしたい」と願う方たちです。

こうした患者さんは、痛みやだるさといった「身体的苦痛」だけでなく、不安やうつなどの「精神的苦痛」、経済的な問題や人間関係に悩む「社会的苦痛」、人生の意味や死の恐怖に苦しむ「スピリチュアルペイン」と、多様な痛みや苦しみを抱えています。

そのため、医師、看護師、ケアマネジャーを基本に、薬剤師、作業療法士などのリハビリ職、臨床宗教師などとも連携を取りながら、チームでケアに当たっています。臨床宗教師とは、日本ではまだ聞き慣れない職種ですが、患者さんの話を傾聴し、心のケアをする宗教者です。



※他にもさまざまな職種の関わりがあります。

痛みの軽減と安心感を

病院から自宅に戻ると、皆さん「自由で落ち着く」とリラックスされます。と同時に、医療者の管理から離れることへの不安も感じますから、「困ったら24時間いつでも連絡できる」「痛くなったら飲む薬が手元にある」という安心感を提供します。痛みの軽減については、私たち専門家に任せてください。

心配なのは、ご家族の介護疲れです。その点もよく観察し、ヘルパーの導入など介護負担の軽減について、チームで随時検討をいたします。

自宅で看取る意味

当院は開院から20年、毎年平均200名ほど患者さんを看取ってきました。それでも「自宅で看取りができるのですか?」と時々驚かれることがあって、認知度はまだまだ低いです。「在宅緩和ケアという選択肢があって、それを支えるシステムもある」ということを、ぜひ知っていただきたいと思います。

自分の親を看取り、自分たちの死を考え、子どもたちにどう教えていくのか。死生を考える機会という点でも、在宅医療の大きな意味を感じています。

医療法人社団 爽秋会
岡部医院 院長
佐藤 隆裕 先生

インタビュー

「介護保険在宅サービス」で療養を支援

訪問看護、介護ベッドのレンタルなど「介護保険の在宅サービス」が、在宅療養をサポートします。

在宅医療導入の一般的な流れ

「退院後に在宅医療を受けたい」という希望は、入院中の病院を通じ、居住地の地域包括支援センターなどに相談が寄せられます。連絡を受けると、ケアマネジャーが病院を訪ね、患者さんとご家族に対し、介護保険の手続きと療養環境の整備などについてお話をします。訪問をお願いする医療機関については、病院と患者さんの話し合いで決めることが多いようです。

「通院が難しくなってきたので在宅医療に切り替えたい」というケースは、かかりつけの先生と相談しながら今後のことを決めていきます。

介護保険は、申請から認定まで1カ月半ほどかかるため、その間は身体の状態に応じて暫定のプランで対応することもあります。

一人一人の意向に沿って

在宅の良いところは、さまざまな専門家が連携することで、ご本人の意向に沿ったケアができる、ということです。身体の状態にもよりますが、例えば「トイレは自分で行きたい」と言われる方には、動線の確保や手すりの取り付け、ポータブルトイレの設置などを検討します。「お風呂に入りたい」と言われる方には入浴できる方法を考え、「家族との時間を大切にしたい」という家庭には介護ベッドをリビングルームに置く、など相談しながら対応していきます。

介護サービスで家族を支援

ご家族の介護負担が重くなり過ぎないよう支援するのも、私たちの役割です。終末期は、容態が急変したり、昨日までできていたことができなくなったり、という局面に遭遇します。不安や辛さは抱え込まず、どうか私たちにお話しください。思いを共有すること、サービスの調整など可能な対応を考えることで、お力になれればと思います。

高齢夫婦世帯や独居世帯でも在宅療養を選択することは可能ですが、介護者の健康や経済的に大きな負荷がかかることから、十分な考慮が必要です。

国見地域包括支援センター
所長
千葉 万里子 氏

介護保険の在宅サービス（例）

- 訪問看護
- 訪問リハビリテーション
- 訪問介護
- 福祉用具のレンタルや購入
- 住宅の改修

※利用には要介護・要支援認定が必要で、1～3割の自己負担があります。

インタビュー

医療の現場で心のケアをする宗教者

緩和医療チームに加わって、患者さんの心の苦しみを和らげる「臨床宗教師」。宗教者だからこそできる「傾聴と対話のケア」を行っています。

死と向き合わない社会

毎年、仙台市医師会看護専門学校で、卒業前に「人が死ぬとはどういうことか」という講話をしています。「死」や「看取り」が病院と葬祭業者任せになった今の日本では、死を身近に感じる機会が失われてしまったからです。

伝統的な「臨終行儀（臨終の儀式や作法）」が廃れてしまったことも、残念に思います。昔は、お迎えが近づいて誰かが死装束や骨袋を縫い始めると、「そろそろか…」と覚悟を決めたものです。僧侶が来て、亡くなる少し前からお経が始まって、それを聞きながら旅立つ。送る側も心静かに見送る。その一つ一つに大きな意味がありました。

宗教者による傾聴・共感・肯定

かつて僧侶は、死への怖れや不安を抱く人の傍らで、「あなたは一人ではありませんよ」「仏さまや先に亡くなった縁ある方が迎えに来ますからね」と寄り添う存在でした。「迷惑をかけるから早く死にたい」「自分の人生は何だったのだろう」と苦しむ声に耳を傾け、「いいんですよ。誰だってそうなのだから、お世話になりなさい」「あなたの生き方は立派でしたよ」と肯定の言葉で包み、心穏やかに「そのとき」を迎えるお手伝いをしていました。

そういうケアが今の緩和医療にも必要ではないか、という認識が「臨床宗教師」の活動につながっています。臨床宗教師とは、布教や伝道を目的とせず、傾聴・共感・肯定によって、病気や災害などで苦しむ人たちの心のケアを行う宗教者です（宗教・宗派は問いません）。東日本大震災の後、東北大学で養成講座が開かれ、現在は他の大学や団体にも広がっています。

見送る人へのメッセージ

死は「尊厳なるもの」「すべての人に平等に訪れるもの」です。生まれて、老いて、病気になって、肉体が滅びていく。「人が死ぬとはこういうことだ」というメッセージを、物言わぬ姿で教えてくれているのです。見送る人は、それをしっかり受け取っていただきたいと思います。

愚鈍院 住職
中村 瑞貴 氏

約350人の市民が熱心に聴講（令和元年９月14日開催）

令和元年度第１回 市制施行130周年記念 市民向け講座

終末期医療を考える講演会

～人生会議（ACP）ってなあに～

通算３回目となる「終末期医療を考える講演会」が開催され、「人生会議」をテーマにした二つの基調講演と、「もしバナゲーム」（※）の実践が行われました。

（※）「もしバナゲーム」についてはP2を参照

「人生会議～大切なことを大切に話し合う場を作るために～」

初めに、千葉県鴨川市にある亀田総合病院の蔵本先生が、人生会議の必要性と難しさについて述べました。

「人生会議」とは、もしものときのために、自分が望む医療やケアについて、前もって繰り返し話し合い、家族や医療者などと共有しておく取り組みです。

医療法人鉄蕉会亀田総合病院 疼痛・緩和ケア科医長／地域医療連携室室長／一般社団法人ｉACP共同代表
蔵本 浩一 先生

「多くの人がその必要性について理解していながら、行動には至っていません。話し合いのきっかけ作りにしてほしい」と、「もしバナゲーム」を紹介しました（講演終了後、ゲームを実践）。

医療法人社団爽秋会地域医療連携室室長
山室 誠 先生

「看取り方と看取られ方～看取る人の納得と逝く人の覚悟～」

続いて、宮城県と福島県で在宅緩和ケアを行っている爽秋会の山室先生が登壇。「人の世話にならず、ピンピンコロリが理想」という日本人特有の死生観から講演が始まりました。

「ピンピンを保つには自立した生活を送り、コロリを守るには延命処置に関する自分の意思を書き留めておくこと」と助言する一方、「人の世話にならない人はいない。素直に頼ることも大切」と述べ、最後は「老いや死の話をタブー化しないでほしい」と結びました。

4人1組で「もしバナゲーム」を実践。
「終末期に重視すること」を話し合いました。

次回

令和元年度第2回
終末期医療を考える講演会
～人生会議（ACP）ってなあに～

入場無料
申込不要

- 令和2年2月29日(土)14:00開演(13:30開場)
- 日立システムズホール仙台(仙台市青年文化センター)
  シアターホール(定員500名)

〈第1部〉基調講演
「『い(生・逝)きかた』は、自分で決める～私たちが行うACP～」
講師:終活ジャーナリスト 金子 稚子氏

〈第2部〉演劇
「少しずつはじめよう、ACP=人生会議」
出演:仙台市長、仙台市医師会会長 ほか
演出:渡部ギュウ 氏　脚本:髙橋菜穂子 氏

支える No.21

「いのちのエンジニア」として医療を支える

臨床工学技士

医学と工学の知識が必要

「臨床工学技士」とは、生命維持管理装置の操作と保守点検を行う専門医療職です。「いのちのエンジニア」とも呼ばれ、医学と工学、両方の知識を求められます。

国家資格の制定が1987年と比較的新しく、一般の認知度は低いかもしれませんが、現代の医療には欠かせない存在です。私は高校時代にたまたまパンフレットで見て、「これからますます必要とされる仕事なのでは」と直感し、専門の学校で学んで、この道に進みました。

心臓カテーテル治療
患者さんの状態をモニタリングしながら必要なデータの取り出しや記録を行い、治療機器の操作や医師の介助（物品出し）を行う。

カテーテルアブレーション治療
不整脈を起こす原因となる異常な電気興奮の発生箇所を、高周波電流で焼き切る治療で、装置の操作・監視を行う。

医療機器の信頼性を確保

仙台オープン病院で実務にあたる臨床工学技士は現在5人(うち3人が女性)です。基本的にはローテーションを組み、「心臓カテーテル検査」「カテーテルアブレーション治療」「高気圧酸素治療」「人工透析治療」「人工心肺装置」といった医療機器を扱う業務に携わ

仙台オープン病院
診療支援部臨床工学室
千葉 美樹 技士長

病棟や外来で使う
機器の日常点検

人工心肺装置の操作・
管理操作・管理

公益財団法人
仙台市医療センター
仙台オープン病院

仙台市宮城野区鶴ヶ谷
5-22-1
TEL.022-252-1111（代）
www.openhp.or.jp

麻酔器点検

高気圧酸素治療

り、その合間を縫って、輸液ポンプや呼吸器などの日常点検を行っています。保守管理対象機器は約1500台にも上ります。

当院の強みでもある消化器系の検査・治療を支える「軟性内視鏡（胃カメラや大腸カメラ）業務」は、この分野のスペシャリストである副技士長の担当です。内視鏡の洗浄・消毒からシステムの動作確認、医師のサポートまで、1日約100件の検査・治療を安全確実に、遅滞なく遂行するための準備に力を尽くしています。

コミュニケーションの大切さ

仕事をする上で大切にしているのは、一つ目は「丁寧なコミュニケーション」です。機器を扱うスタッフは職種も経験もさまざまですから、「言わなくても分かると思った」「いつもやっているから大丈夫だと思った」という思い込みは大変危険です。万が一にも事故につながることのないよう、「伝えるべきことを伝える」を徹底しています。

患者さんに対する声掛けも重要です。私たちの仕事は機械が相手のように思われがちですが、機械の先の患者さんがきちんと見えていなければなりません。

二つ目は「自己研鑽」です。医療機器分野の進歩は目覚ましいので、学会や勉強会の参加・発表を積極的に行っています。

三つ目は「正確で効率的な運用」です。膨大な数の機器を一元管理し、コスト意識を持った運用を心掛けています。

治療を支える喜び

臨床工学技士が目指しているのは、医療機器を安全に、そして安心して使ってもらうことです。

患者さんからは見えない仕事ですが、技士からは患者さんの様子が見えています。治療に関わった患者さんが良くなっていく経過を見ることが、私たちの喜びと励みになっています。

イベントで臨床工学技士を紹介

宮城県臨床工学技士会では、毎年「みやぎ超!!元気まつり」に体験ブースを設け、仕事を広く知ってもらう活動も行っている。

健康の

ワンポイントアドバイス

子どもの発熱

仙台医療センター 総合成育部長
久間木 悟 先生

あっという間に高熱になる子どもの発熱。解熱剤を使うべきか、今すぐ受診した方がよいか、判断に迷うことの多い発熱時の対応をまとめました。

発 熱時の心得

子どもの発熱原因で最も多いのは感染症です。主なものは「ウイルスによる呼吸器や消化器の感染症」「細菌による中耳炎・肺炎・尿路感染症」です。他に「川崎病・蜂窩織炎(ほうかしきえん)・髄膜炎・脳炎・ワクチン接種・熱中症」などが挙げられます。

体温の上昇中は寒気がするので暖かくしてあげますが、上がり切って手先・足先が温かくなったら、薄着にして、薄いタオルで包んだ氷枕などでクーリングします。太い血管が体表近くを走っている首・わきの下・鼠径部(そけいぶ)に当てると効率よく冷やせます。

食事は脂肪分の強いものを避け、炭水化物・タンパク質・ビタミンを中心に。食欲のないときも経口補水液などで水分だけはこまめに与えましょう。

解 熱剤は必要?

発熱は生体の防御反応で、それによってウイルスや細菌の増殖を抑えています。熱が出ても活気があれば解熱剤の必要はありません。ただ「高熱(38・5度以上)が続いてぐったりしている」「水分が取れない」「眠れない」というときは使って楽にしてあげてください。生後6カ月未満では低体温になる危険があるため、あまり使わない方がよいと思います。

冷 静に観察しながら行動を

観察してほしいのは、「意識がハッキリしているか」「ぐったりしていないか」「頭痛や体に痛いところはないか」「機嫌は」「食欲は」「嘔吐は」「尿や便の回数は」という点です。けいれんが起きたら、慌てずに顔を横に向け、吐いた物が喉に詰まらないようにしながら「手足の動き」や「持続時間」を確認してください。

救急病院を受診するのは、「ぐったりして反応が無い状態が続いている」「呼吸困難」「水分が取れず尿も出ない」「けいれんが10分以上続く、または繰り返す」「生後3カ月未満で38度以上の熱がある」というような場合です。こうした症状以外は、診察時間内にかかりつけ医を受診しましょう。

迷ったら、日本小児科学会ホームページ内の「ONLINE QQこどもの救急」が参考になります。夜間に困ったときは「こども夜間安心コール#8000」もご活用ください。

▲ONLINE QQ こどもの救急
http://kodomo-qq.jp/

こども夜間安心コール#8000
#8000または022-212-9390
(毎日午後7時から翌朝午前8時まで)

ドクター訪問

35カ国の思い出共有

佐藤 牧人 先生
(東北福祉大学せんだんホスピタル 病院長)

40歳で東北大学附属病院から仙台市の衛生行政に転じ、青葉区保健福祉センター所長時代は、生活保護や障害者福祉など社会福祉にも携わりました。医療、保健、福祉の現場で積んだ経験と、たくさんの出会いが、今の仕事につながっていることを感じます。

「東北福祉大学せんだんホスピタル」は精神疾患が専門で、「児童思春期の専門病棟」「統合失調症の包括型地域支援プログラム」「認知症疾患医療センター」という三つの特色を持っています。大学としては、医療福祉分野の人材を育てることが大きな役割です。

趣味はいろいろありますが、海外旅行もその一つです。両方の親を看取ってから始めた夫婦旅行は、35カ国を数えました。昨年はサマルカンドやペトラ遺跡、今年はギリシャを旅しました。

日々の楽しみは、晩酌後の碁打ちです。世界中から挑戦者が集まるインターネット囲碁サロンで、夜中まで対局しています。〝中毒〟ですね(笑)。

▲旅先の撮影と
アルバム作りも楽しみ。

縁結びの脱出ゲーム

堀籠 香織 先生
(仙台オープン病院消化器外科)

仙台で生まれ、仙台二高、東北大学と、ずっと地元です。現在、後期研修医として勤務している「仙台オープン病院」は、職種の壁がなく、スタッフ間のコミュニケーションがとても活発です。ここで外科医としての腕をしっかり磨いていこうと思います。

研修医の仕事は早朝から深夜まであって毎日多忙ですが、患者さんからの「ありがとう」と、友人からの「頑張ってね」が、私の〝励み〟です。

〝ご褒美〟にしているのは、たまの休日に行く「リアル脱出ゲーム」(笑)。与えられたストーリーの中で友だちと力を合わせ、謎を解く楽しさにはまっています。以前、法廷内で起きた事件の真犯人を推理するゲームで、成功率7%の壁を破り、制限時間の30秒前に脱出できたときは最高でした!

実は8月に結婚したのですが、夫は高校の同級生で、大学時代から一緒にゲームを楽しんだ仲間です。脱出ゲームで絆を深めました(笑)。

▲脱出成功を喜ぶ仲間と
(右がご主人)

お答えします!

～読者から寄せられたご質問に答えるページです～

Q

「親知らずは抜いた方がよい」と聞きますが、私は4本とも残っています。かかりつけがないので、相談できる歯医者さん選びについても教えてください。

(泉区・40代女性)

A

一般社団法人
仙台歯科医師会
在宅訪問・障害者・
休日夜間歯科診療所
医長 **伊藤 勢津子** 先生

大臼歯の一番奥にある「親知らず」(第三大臼歯・智歯(ちし))は、生えるのが20歳前後と遅く、上下左右4本そろっている人から全く無い人まで、個人差の大きい歯です。横向きに生えて一部だけが出ている「半埋伏歯(はんまいふくし)」、全部埋まっている「完全埋伏歯」など生え方もまちまちで、人によって対応が分かれます。

正常に生えていて「上下の歯がきちんとかみ合っている」「歯茎が腫れたり痛んだりしたことがない」「きちんと磨けている」という場合は、抜く必要はありません。

完全埋伏歯で痛みや腫れがない場合は様子を見ます。埋まっていても、将来何らかの症状が出る可能性はあります。

抜いた方が良いのは、まず「親知らずが虫歯になった」場合です。場所的に治療器具が届きにくく、十分に治療できないことがあるからです。

汚れがたまりやすい半埋伏歯によって「歯肉が腫れたり痛んだりを繰り返す」「虫歯や歯周病の心配がある」という場合も、抜歯を検討します。横向きに生えて前の歯列を押すことで「歯並びが悪くなったり、顎関節症になっている」場合も抜いた方が良いでしょう。

抜歯のタイミングとしては、傷の治りや全身状態を考えると、若いうちの方が楽であることは確かです(妊娠を控えているときはご相談ください)。炎症を起こしているときは、治まってからでないと抜けません。

抜いた後は痛みや腫れが生じますが、化膿止めと痛み止めの服用で、1週間ほどすると引きます。下の歯の場合、下顎管(神経・血管)が近接しているため、出血や麻痺のリスクが無いわけではありませんが、確率的に少なく、万一あっても薬などで治療ができます。

歯科医選びは、自宅や職場から通いやすいこと、相談しやすく説明が分かりやすいことがポイントです。相性もあるので、一度、歯のチェックに行ってみてはいかがでしょうか。問題が無くとも、年に1回は健診を受けていただきたいと思います。

半埋伏歯

汚れがたまりやすく、歯肉が腫れたり痛んだりする(智歯周囲炎)

完全埋伏歯

第二大臼歯や歯列に影響を与えることもある

ご質問募集中!

健康にまつわるご質問がある方は、住所、氏名、性別、年齢、電話番号を明記の上、とじ込みのはがき、または仙台市医師会ホームページの「お問い合わせ」フォームでお送りください。なお、採用された方にはクオカードを差し上げます。

※いただいた個人情報は、掲載に関すること以外には使用いたしません。

仙台歴史を歩く

国見の疱瘡神さん

国見台病院の北側、国見四丁目の丁字路を少し登った旧芋澤街道沿いの一角に地蔵菩薩らしい石像が三体並んでいる場所がある。地元ではこの石像を昔から“疱瘡神さん”と呼んで、現在でも献花が絶えない。

さて、そもそも“疱瘡神”とは何だろう。物の本によると、一般には疫病を人々に蔓延させる疫病神の一つで、貧乏神・死神の様に人に災いをもたらす悪神の類とされている。従って“疱瘡神”は、現在の天然痘を擬神化して世の中に蔓延させる悪神ということになる。では、どうしてその様な疫病神を地元では長い間お祀りしているのだろうか。

古来、医療の普及していなかった日本では、病気は目に見えない存在によってもたらされると信じられており、特に流行病、治療不可能な重病は物の怪、怨霊、悪鬼によるものとされてきた。平安時代以後に中国の疫鬼の概念が広く普及してくると、疫病はそれをもたらす鬼神によるものと考えられる様になった。やがてそれは素朴な病魔への畏怖と結びつき、疫病神といった存在が病気をもたらすという民間信仰が成立、村境・町への入り口に充たる所で町・村に入ろうとする疫病神をもてなして外へ追い返してしまおうという疫病を防ぐための祭事が行われるようになる。このように災いを防ぐために疫病神を祀るといった行事は近年まで行われており、祭事のほかに町や村の境に産みの神である道祖神や仏教でいう六道信仰の使者である地蔵菩薩や畜生道を化益させる馬頭観音の石像や石碑を安置したり、注連縄又は藁等を材料にした巨大な作り物を示して疫病神の侵入を防ぐ民俗信仰が行われていた。

この“疱瘡神”もその流れで何時の頃かに安置されたものと考えられ、この辺りが昔の境界であったことがうかがえる（仙台城下と在郷との境界？）。言い伝えでは、「藩政時代に、伊達のお殿様の姫君が疱瘡を患ったので、この地に地蔵菩薩を祀ったところ病気は平癒したのでそれを機に安置された地蔵菩薩を疱瘡神として祀られた」とされ、またその前面には“疱瘡神池”と称するため池が広がっていたという（現在の国見小学校のプールの辺りがため池の堤防であったとされる）。石像は当初疱瘡神の他に赤痢封じの地蔵等都合四体あったとされ、元々は現在の国見台病院入口付近に安置されていたものの、戦後の道路の拡幅工事や病院の建設時に現在の位置に移動する中でその内の一体は紛失してしまったという。なお、現存する三体の石像が全て疱瘡神とされるか否かについては定かではないが、疱瘡神は赤い色が苦手であるとの伝承があることから、昔から三体の内の一番南側にある石像に赤い衣装が施されていることからその一体は疱瘡神であろうと思われる。

医療科学が進んだ今日に至ってもこの様な民間信仰が生きていることは喜ばしいことと言えよう。

（仙臺郷土研究会 理事　渡邊 洋一）

国見台病院から東北福祉大学へと続く道路沿いに並ぶ「疱瘡神さん」。

CALENDAR

市民医学講座

仙台市・仙台市医師会
仙台市医療センター仙台市救急医療事業団
（問い合わせ）仙台市医師会
TEL（227）1531

「市民医学講座」は、専門分野の第一人者から、わかりやすい解説と新しい情報を聴くことができる公開講座です。

毎月1回開催。各回の模様は、ケーブルテレビ（J：COM仙台キャベツ、CAT-V）で放送します。

1月16日（木）
「糖尿病網膜症」
新田　文彦先生

2月20日（木）
「すい臓がん」
及川　昌也 先生

3月19日（木）
「舌下免疫療法」
太田　伸男 先生

4月16日（木）
「認知症」
加藤　伸司 先生

5月21日（木）
「前立腺がんと肥大症」
石戸谷　滋人先生

6月18日（木）
「内視鏡耳科手術」
織田　潔 先生

※開催場所は仙台市急患センター・仙台市医師会館2階ホール（仙台市若林区舟丁64-12）
※事前申し込みは必要ありません。

市民医学講座から

股関節骨折とロコモ

9月19日
仙台医療センター
整形外科部長
伊勢福 修司　先生

高齢者が股関節を骨折すると、寝たきりになって介護を必要としたり、命にかかわる病気になる危険性がある。

できる限り骨折しないよう、骨粗しょう症の治療や、転倒しない工夫（ロコモ対策、バリアフリーなどの環境整備、睡眠剤を減らすなど薬の配慮）を行ってほしい。

万一骨折した場合は、できるだけ早期に手術を行い、リハビリも早く始めた方が、回復効果が高い。

関節リウマチの早期診断と治療
―どのような症状があったらリウマチを疑うか―

10月17日
東仙台リウマチ科内科クリニック
院長
泉山 朋政　先生

滑膜に炎症を起こす「リウマチ」は、免疫異常の病気で、遺伝的因子に環境因子が重なって発症する。

治療効果の高い薬が開発されているので、進行する前に受診してほしい。「朝のこわばり（手のむくみ、しっかり握れない）」「手足の指や手関節のぶよぶよとした腫れ」「3週間以上続く関節痛」「手関節小指側の腫れ」「両手指の腱鞘炎」があれば早めに専門医へ。

今からできる認知症・寝たきり予防のためのお口のケア

11月21日
一般社団法人仙台歯科医師会
在宅訪問・障害者・
休日夜間歯科診療所
板橋 志保　先生

健康長寿には、口の健康が不可欠である。唾液やうるおい、飲み込む力、臭いや汚れなど、口の中の変化を見逃さないでほしい。

歯のセルフケアは、自分に合った歯ブラシ、症状に合った歯磨き剤の使用がポイント。定期的な歯科健診で、歯の寿命は延びる。

正しい姿勢でよくかみ、唾液が出るよう唾液腺マッサージや嚥下体操をすることも効果がある。

ケーブルテレビ放送番組

仙台市医師会では、ケーブルテレビを活用して医療と健康についての番組を放送しています。

- 12月　「小児の腎疾患」
- 1月　「小児の感染症」
- 2月　「腎臓病」
- 3月　「子どもの食物アレルギー」

■「子宮頸がん」
新倉　仁 先生
（11月の放送より）

子宮頸がんは、子宮頸部の組織に悪性（がん）細胞が認められる病気で、20～30代でかかる人が増えています。主な原因から症状、治療法、予防のポイントなどを紹介しました。

市民医学講座1時間番組

■ J:COM仙台キャベツ（4チャンネル）
火曜 10:30～　水曜 19:30～
土曜 20:30～

■ CAT-V（4チャンネル）
火曜 14:00～　木曜 18:00～

仙台市医師会広報番組（家庭の医学）30分番組

■ J:COM仙台キャベツ（4チャンネル）
月曜 9:00～　水曜 9:00～
金曜 9:00～　日曜 8:00～

■ CAT-V（4チャンネル）
火曜 10:00～　木曜 10:00～

役立ててください。こんな施設、あんな窓口。

仙台市内の医療と保健・福祉

仙台オープン病院
TEL（252）1111

人間ドックのご案内

当センターは安心して質の高い健診を受けていただける施設として、日本ドック学会より「人間ドック健診施設機能評価」に認定されております。また、病院併設の利点を生かし、受診後の精密検査や治療が必要なときは当院でお手伝いいたします。

2日ドック

健診費用　67、100円（税込）
●月～火曜コース、水～木曜コース
午前8時から受付、翌日午後1時頃終了
●木～金曜コース
午後1時15分から受付、翌日午後3時30分頃終了

1日ドック

健診費用　44、000円（税込）
●月・火・水・木・金曜
午前7時45分受付、午後1時30分頃終了

オプション検査

全大腸内視鏡検査、肺がん検診、心臓超音波検査、動脈硬化検査、甲状腺機能検査などをご用意。

脳検診（MRI・MRA）

検診費用　22、000円（税込）
検査時間は40分くらい

レディースドック

乳がん検診
マンモグラフィ　5、500円（税込）
マンモグラフィ+乳房超音波
8、800円（税込）
乳房超音波　4、400円（税込）
子宮がん検診　5、760円（税込）
子宮がん検診+HPV検査
11、260円（税込）
●火・水曜のいずれか午前10時45分受付

大腸がん検診

（免疫学的便潜血反応検査）
1、650円（税込）

ご予約・お問い合わせ

健診センター
TEL（252）1255（ダイヤルイン）
http://www.openhp.or.jp

茂庭台豊齢ホーム
TEL（281）3190

施設入所

要介護と認定された方に、医療・看護・介護・リハビリテーション等のサービスを提供します。また、在宅介護が困難な場合など数日程度の短期入所（ショートステイ）もご利用いただけます。

通所リハビリテーション

1日7時間程度、機能訓練、レクリエーション等日常生活訓練を行い、食事、入浴のサービスを提供しています。
●サービス提供日時
月～金曜日（土・祝祭日を除く）
午前9時30分～午後4時00分
●定員40名

通所介護（リハビリサロン豊齢）

リハビリ特化型、作業療法士・理学療法士による機能訓練、レクリエーション等を短時間で提供します。
●提供曜日／月～土曜日
●提供時間／午前9時15分～12時45分
午後1時15分～4時45分
●定　員／10名

訪問リハビリテーション

理学療法士・作業療法士・言語聴覚士が自宅を訪問し、心身機能の維持・改善と日常生活動作の向上に必要なリハビリテーションを行います。
●サービス提供日
月～金曜日（土・祝祭日を除く）

居宅支援センター豊齢
TEL（281）3190

主治医の意見を取り入れたケアプラン作成を行っています。居宅サービスはケアプランに基づいてのご利用となります。お気軽にご相談ください。

宮城県地域医療情報センター

宮城県休日・夜間診療案内

24時間対応の電話自動音声とファクシミリで、宮城県内の休日当番医、休日夜間急患センター等の医療機関名、住所、電話番号、診療科目、診療時間を案内しております。
TEL（216）9960
なお、休日当番医情報やその他の情報（みやぎのお医者さんガイド、県内感染症情報等）は、当センターホームページでもご覧いただけます。
●ホームページアドレス
http://www.mmic.or.jp/

宮城県・仙台市

おとな救急電話相談

急なケガや病気で判断に迷ったとき、看護師が受診の必要性や対処方法などの相談、受診可能な医療機関の案内を行っています。
●相談時間　平日　午後7時～翌8時、土曜日　午後2時～翌8時、日・祝日　24時間
●TEL　#7119（プッシュ回線）、（706）7119（プッシュ回線以外）

こども夜間安心コール

夜間、お子さんの急な発熱やケガで判断に迷ったとき、看護師が受診の必要性や応急方法などの相談への助言等を行っています。
●相談時間　毎日午後7時～翌8時
●TEL　#8000（プッシュ回線）、（212）9390（プッシュ回線以外）

仙台市医師会

診療に関する相談窓口

医師と医療を受ける患者さんとが、共同して疾病を克服し、医師・患者間のより良い関係を築くことを目的として「診療に関する相談窓口」を仙台市医師会内に設置しておりますのでご相談ください。
●ホームページアドレス
http://www.sendai.miyagi.med.or.jp

仙台市医療相談窓口

●受付時間：平日9時～12時、13時～15時（開庁日に限る。電話または面談。面談は予約制）原則30分以内。
●相談内容：市民の皆さまが安心・納得して医療を受けることができるよう、医療に関する不安や心配なことについての相談や、お近くの医療機関の案内などを行っております。病気の診断や治療に関する相談にはお答えできません。
仙台市健康福祉局健康安全課
TEL（214）0018

宮城県女医会

女性医療相談

女性の健康を心身両面からサポートすることを目的に女性医師が対応します。完全予約制ですので電話をいただいた後、担当者から相談の日時をお知らせいたします。なお電話相談は行っておりません。
電話受付：平日午前9時～午後5時
TEL 090-7075-2525
相談日時　毎週土曜日（完全予約制）
午後2時～午後5時
相談会場　エル・ソーラ仙台
※都合により相談室に来られなくなった場合は電話でその旨をご連絡ください。

編集後記

終末期・・誰でも必ず直面することが分かっているのにできるだけ考えたくないことですよね。まして、身近な人や他人の最期なんて口に出すのもはばかられる・・もっともなことだと思います。しかし、必ず来ることが分かっているのだからきちんと理解して、落ち着いて考えたい話題でもあります。最近は医療だけでなく、様々な分野の方がいろいろな取り組みをされています。今回の特集が将来を考える一つのきっかけになることを願っております。

（仙台市医師会医政広報部　福壽 岳雄）

感想・ご意見、投稿をお待ちしております！

とじ込みのはがきまたは仙台市医師会ホームページの「お問い合わせ」フォームをご利用ください。

誌名「てとてとて」は、「家族を含めた患者さんと医師、そして行政の三者の結びつき」を表しています。

本誌の複写・転載については、仙台市医師会にご相談ください。

外科手術体験。陽菜さん（左）と巴絵さん（右）。使用する道具は全て、ドクターが手術で扱う実物。
指導の先生から「上手ですよ」とほめられました

鈴木江美の
ほっと
シーン
49

「第8回オープンまつり」病院職員の笑顔と拍手の響き

鈴木江美
フォトグラファー
／仙台市在住

地域の皆さんに喜ばれている仙台オープン病院の「オープンまつり」。おまつりのテーマは「つなげよう防災の輪・広げよう元気と健康！」。健康講座や自然災害から身を守るための防災、キッズコーナー、血糖値測定など、イベント盛り沢山の令和初のおまつりが始まりました！

調剤体験コーナーでは、マーブルチョコレートやラムネを男の子が1粒ずつ指でつまんで「魔法？の機械の箱」に入れています。するとセロファンの袋に2個ずつの〝カラフルなお菓子のくすり〟になって機械の中から出てくるのです！

プレゼントされて、小さいお子様も大人もとても楽しそう。

調剤体験
グミやミニボーロのお菓子を錠剤に見立て、お薬袋に入れてくれる

人気コーナーの外科手術体験「ブラック・ジャックセミナー」（小学生・中学生対象）に参加しているのは小学5年生の伊藤陽菜さんと杉山巴絵さん。実際の手術室で手術用電気メスを体験した2人は、「とてもむずかしかったけど2人で協力してうまくできたと思います」と未来の医師や看護師のような頼もしい目をして語ってくれました。

市民の健康長寿を保つためには、医療、住まい、介護、介護予防の連携が肝要と話す土屋院長。「おまつりも地域医療のひとつです。スタッフ全員で知恵をしぼって皆さんをお迎えしたいと考えています」。

近所のおばあちゃんは、今年もおまつりで骨密度測定を受けることができ、安心した表情を浮かべていました。来年のおまつりでまた会いましょう！

ロビー講座
ロビーで行われた健康講座。抗生物質の正しい飲み方に耳を傾けるみなさん

令和元年12月発行（年2回　7月・12月発行）／発行：仙台市医師会／編集責任：医政広報部
〒984-0806　仙台市若林区舟丁64-12　TEL.022-227-1531

環境への負荷を軽減する「水なし印刷」を採用しています。
VEGETABLE OIL INK