

# てとてとて



T E T O T E T O T E

100万仙台市民と医療を結ぶ情報誌 <この雑誌は配付用のものです。ご自由にお持ちください。>

特集

## 私たちの医療保険制度IV SARSとインフルエンザ

健康のワンポイント  
アドバイス **糖尿病**



# 私たちの医療保険制度Ⅳ

皆さんはどう望みますか？——これからの医療保険制度

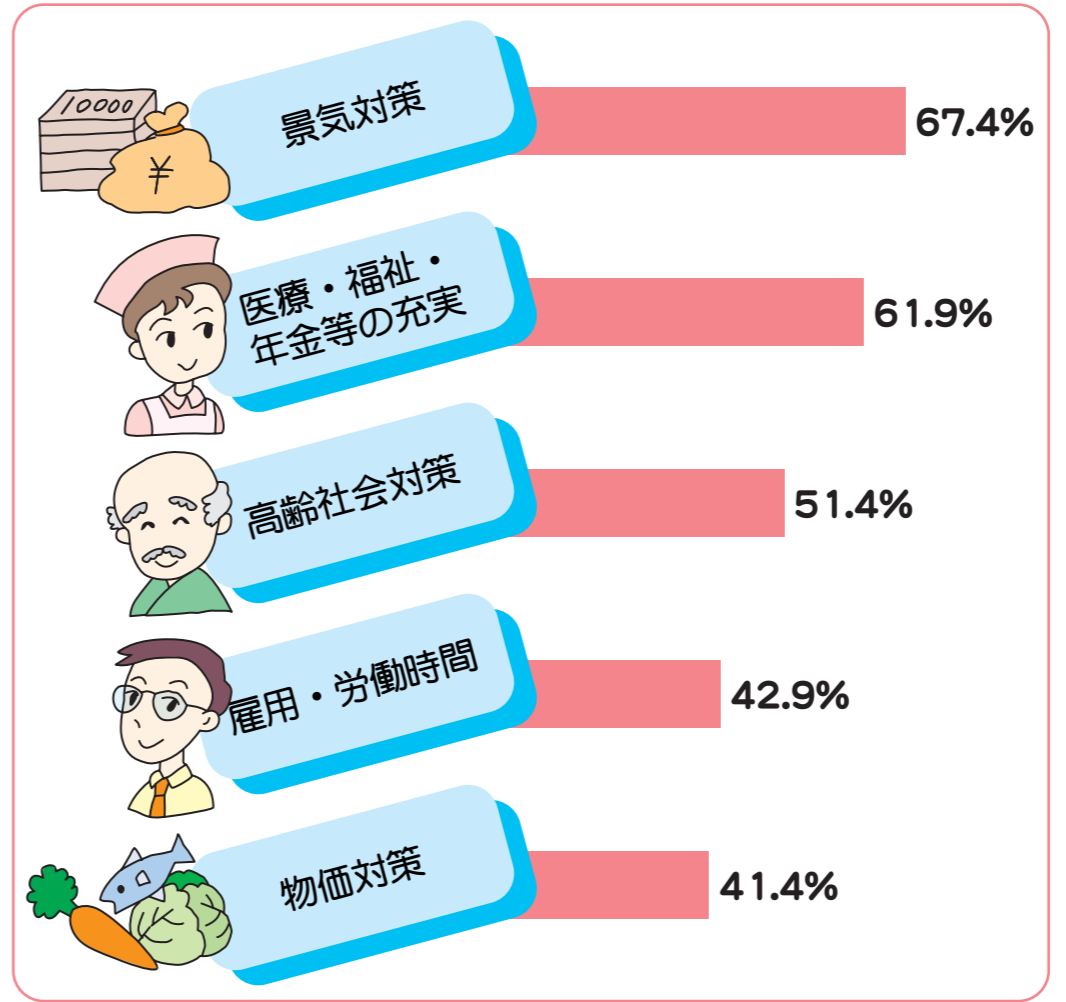
## 強化される医療費削減

これまで日本は世界で最良の医療を提供してきました。世界一の長寿国、世界一低い乳幼児死亡率を実現し、世界保健機関(WHO)から世界一の医療制度という評価を受けています。このように高い評価を受けながら低い医療費で収まっていることも、日本の医療制度の特徴の一つです。経済協力開発機構(OECD)の資料は、日本の医療費が諸外国と比較して非常に安いことを示しています。下のグラフを見てください。世論調査の結果は、

私たち日本人がいかに健康について強い関心を持ち、国に正しい政策を実施してもらいたいと考えているかを示しています。では、それだけ関心を持たれている日本の医療制度の将来は、果たして政府が行っている「医療費抑制政策」のままでよいのでしょうか。医療費の理不尽な抑制は、私たちの健康を国がしろにしているのと同じではないでしょうか。国民皆保険制度を柱とした世界に誇れる医療制度の存続について、私たち一人ひとりが考えるときがきているのです。

## ●国民生活に関する世論調査(平成15年6月調査) ——内閣府大臣官房政府広報室——

Q 今後、政府に対して力を入れてほしいと思うことは何ですか？  
(複数回答)



# 世界一安くて公平！日本の医療費

日本の医療費は、諸外国と比べてどうなのでしょう。海外赴任経験のある人たちの間では、病気は日本で治してから海外へというのが常識になっています。アメリカで盲腸の手術をして翌日退院するのは、医療費が高いために退院せざるを得ないからなのです。

日本の物価は世界一高いと言われてはいますが、日本の医療費は世界で一番安いのです。ではなぜ日本の医療費が安いのでしょうか。それは医師の技術料が安いからで

す。福岡県の内科医会の調べでは、日本の医師の技術料はアメリカの医師の約二割ほどです。アメリカでは高い医療費を払える人たちのための医療です。これが果たして良い医療制度だといえるのでしょうか。政府は効率的だからといってアメリカの医療を手本にしようとしています。それは間違いです。誰もが一定の安い費用で公平に医療を受けられる日本の国民皆保険制度を維持・強化していく方向で、医療改革は行われなければなりません。

## ●盲腸手術入院の都市別費用 ——AIU保険会社 2001年——

都市	費用(万円)	入院日数
ニューヨーク	243.9	1
香港	152.6	4
ロンドン	114.2	5
パリ	47.7	2
日本	37.8	7
サイパン	21.2	2



## Column ~コラム~ え!? 救急車が有料?

当たり前すぎて気がつかないけれど、実はすごいことがあります。救急車が無料だということその一つ。有料の国があるだけでも驚きなのに、その金額にもっとびっくりです。ずいぶん高いと思いませんか？イギリスは無料ですが、なるべく救急車を使わないようにと呼びかけているそうです。

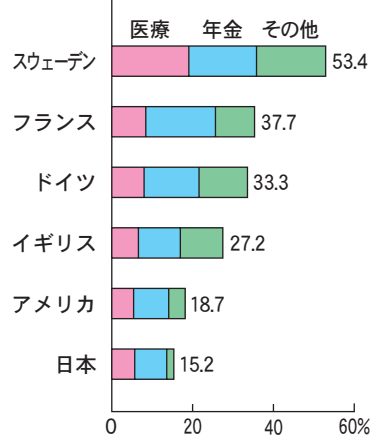
日本では「人命に関わる事態」なので救急車を無料としています。ところが、世界の標準は「人命に関するからこそ高額料金」という考えのようです。生命の価値に対する考え方にこんなにも違いがあるのです。救急車の管理は消防署で行政の仕事ですが、医療と行政が一体となって「誰にでも公平で安価な医療」が行われているのです。これは日本のすばらしい制度です。

ちなみに、日本の救急隊はたとえ軽症の患者さんであっても、要請があれば断ることはできません。それをいふことに、まさか救急車をタクシー代わりに利用している人はいませんよね。

都市	費用(円)
ニューヨーク	25,000+α
ホノルル	13,500(民間40,000)
パリ	41,000(日中) 57,000(夜間)
北京	17,000+α
日本	無料
香港	無料(緊急時のみ)

資料：AIU保険会社2000年

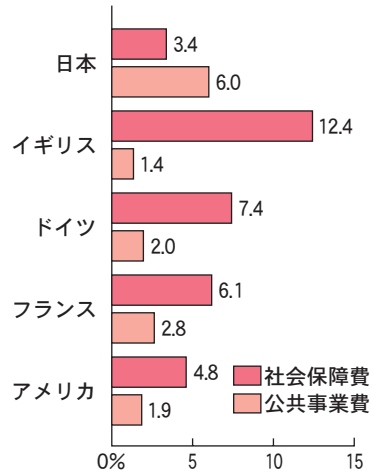
●社会保障給付費の国際比較 (対国民所得)



資料：国立社会保障・人口問題研究所調査

国の社会保障に対する支出額を、国民総生産で割った数値を諸外国と比較してみよう。日本はかなり低い数値です。さらに、ここ10年間先進国では日本だけが社会保障費を減額しているのです。世界は「福祉国家」へと進んでいるのに、これはいったいどうしたことでしょう。自分で自分の身を守るといふ徹底した自助の考え方をしているアメリカでさえ、増額されています。イギリスのブレア首相は今後数年間で医療費を1.5倍に増やすと公約しています。日本政府の姿勢はどうでしょうか。これからは社会保障制度に対する政治家の考えをよく聞いて、ごまかされないようにしなければいけませんね。

●社会保障費と公共事業費を比べてみると？



資料：OECD国別統計1997年

選挙のたびに年金・医療・福祉についての公約が掲げられますが、今までの現実はどうでしょうか。社会保障と公共事業の予算額を比較してみましよう。国庫から支出されている社会保障額と公共事業費を国内総生産で割った数値を比べると、日本の社会保障額は公共事業費の半分です。このように公共事業が社会保障より優先されているのは世界で日本だけです。公共事業は景気を回復させるという理屈ですが、現代ではもはや通用しないことは周知の事実です。経済効果から考えても、これからは医療・福祉の分野が有望です。公共事業を社会保障に優先させる理由はどこにもありません。

今回、グラフなどのデータは『日本の医療に未来はあるかー間違いだらけの医療制度改革』(鈴木 厚著 ちくま新書 筑摩書房)から引用させていただきました。関心のある方はどうぞお読みください。

社会保障を減額しているのは日本だけ!?

社会保障の充実——「効率」より「豊かさ」を

公共事業が優先されている 先進国は日本だけ!?

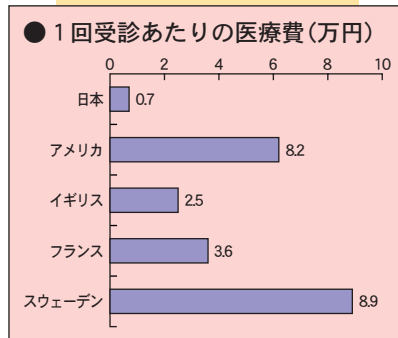
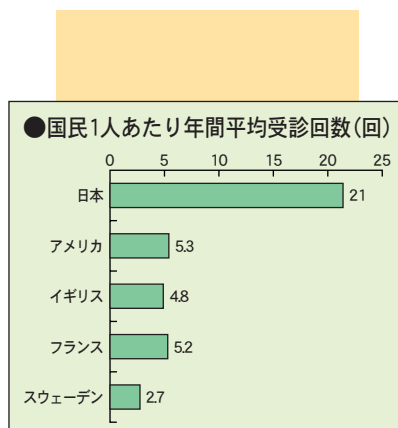
これからはさらに「医療・福祉」に重点をおいた 社会保険制度にすべきです!

日本は高齢社会を迎えています。過労死や自殺者などの社会問題もあります。若者はフリーターという立場を選び、現在と将来の社会保障からはずれる方向にあります。市場万能主義で生産性や効率だけを追求して、本当に生活は豊かになるのでしょうか。これから強く求められるのは「経済成長」より「多様な生き方や仕事を可能にする豊かさ」ではないでしょうか。国民生活に関する世論調査では「低負担・低福祉」より、多少負担が増えても「高福祉」を求める声が20%ほど上回っています。負担の部分も無視せずに、これからの社会保障制度のあり方を自分自身の問題として捉えていきましょう。

	ボストン S.E病院 350床	日本 S国立病院 310床
職員	2011人	200人
医師	371	39
看護師	620	85
看護助手	64	15
栄養士	120	7
秘書	90	0
その他	541	54

資料：高岡善人『病院が消える』（講談社、1993年）

日本の医療現場はマンパワー不足!



◇三時間待ちの三分診療にならざるを得ない理由  
一人の人が外来を訪れる回数を諸外国と比べてみましょう。平成12年度の資料によれば、日本人の年間平均受診回数は21回です。アメリカやイギリスなどは年平均3〜6回です。日本の医師一人が診察する外来患者の数はアメリカの医師の約8倍になるという統計もあります。そのため一回受診あたりの医療費は非常に安くなっています。なんとスウェーデンの10分の1です。これではいくら医師が一人ひとりの患者さんと長い時間向き合おうとしても、物理的に無理があります。  
◇三時間待ちの三分診療を解消する方法  
医療機関のマンパワーを充実させるしかありません。そうすれば、患者さんが望むようなコミュニケーションができるのです。上の図を見てくださいます。日米の同じ規模の病院におけるスタッフ数を比較したものです。日本はアメリカの約10分の1であることがわかりますね。ではなぜ日本ではマンパワーが不足しているのでしょうか。それは職員を増やすと医療機関の経営が成り立たなくなるからです。現在の診療報酬体系に問題があり増やしたくても増やせないのです。医師や看護師は少ない人数で過酷な労働を強いられています。医療事故や研修医の過労死の問題は一過性のもではありません。

緊急特集

# SARSとインフルエンザ

## —感染予防のために—

### インフルエンザとSARSはどのように違う？

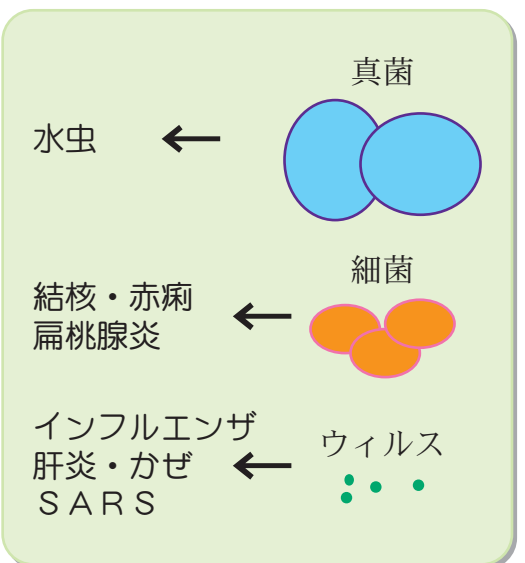
SARSはSARSウイルス、インフルエンザはインフルエンザウイルスによる感染症で、まったく違う病原体によるものです。ところが、初期の症状が突然の高熱、筋肉痛、全身倦怠感などとてもよく似ているので、症状から区別はつきません。

インフルエンザの症状としては、突然の高熱と悪寒が典型的です。鼻汁、鼻づまり、くしゃみ、咳、のどの痛みなどの普通のかぜでもみられる症状のほかに、関節痛、筋肉痛なども加わります。気管支炎や肺炎を合併することもあります。

インフルエンザは通常1週間前後で回復してきますが、SARSの場合には発熱は持続し、発病後1週間ほどで呼吸器症状が悪化します。しかしインフルエンザであっても重症になれば肺炎を併発しますし、SARSも軽症であれば1週間程度で軽快します。単純に症状のみから区別することはできません。SARSを疑うときには、実際にSARS患者と濃厚な接触をしたか、介護したか、同居したか、あるいはその体液に接触したかなどの点が重要になってきます。インフルエンザなのかSARSなのかは、医療機関で検査を行いその結果などから総合的に判断することになります。

### 感染症とは？

微生物がヒトに侵入・増殖してさまざまな症状を起こすことです。微生物の種類には真菌、細菌、ウイルスがあります。



▲このような症状を引き起こします。

このうち真菌と細菌は、ヒトや動物のからだの中だけではなく環境中でも長く生きていくことができます。それに対してウイルスはヒト・動物の細胞の中だけでしか生きられません。真菌・細菌は抗生物質(抗真菌剤含む)で効果がありますが、ウイルスに抗生物質は効きません。ウイルスは咳・くしゃみなどの飛沫(ひまつ)、手で体液などに触れる接触によって感染します。また、ヒトの唾液や鼻水、痰、尿、便などが付着したところを手で触れてしまい、その手で自分の鼻や口に触れた際にも感染します。SARSやインフルエンザはこのような経路で感染していきます。

### インフルエンザと普通のかぜは どう違う？

39度以上の発熱、頭痛、関節痛、筋肉痛など全身の症状が強く現れるところです。インフルエンザは基本的に流行性のもので、いったん流行が始まると短期間に乳幼児から高齢者まで多くの人を巻き込みます。また、冬はほかの季節に比べて呼吸器感染症による死亡者が多くなるのですが、インフルエンザが流行すると高齢者の死亡率がふだんより高くなってしまいます。

単なるかぜだと軽く考えずに、早めに医療機関を受診して治療を受けましょう。医師の助言に従って、安静にし休養を取ります。特に睡眠を充分に取ることが大切です。また、水分を充分に補給しましょう。お茶、ジュース、スープなど飲みたいもので結構です。なお、いわゆる「かぜ薬」として売られているものは、発熱や鼻汁、鼻づまりなどの症状をやわらげることはできませんが、インフルエンザに直接効果があるものではありませんので、ではありませぬので、自分の身体を守るためだけにインフルエンザをうつさないという意味でも早めの治療を心がけましょう。



### SARSとは？

ウイルスによって起こる感染症です。おもに、発熱、痰が少ない咳、呼吸困難などの呼吸器症状を引き起こします。進行すると肺炎になります。

- SARSウイルスには次のような特徴があります。
- 太陽のコロナのような形(コロナウイルス)
  - 飛沫感染や接触感染する
  - アルコールなどの消毒剤が有効
  - 既知のコロナウイルスは自然界で3時間以内に活性がなくなりますが、SARSウイルスは2日間(糞便中では4日間)生存する
  - 小動物が広める可能性がある
  - 体液(痰、便、尿、血液)から検出される

### なぜSARSっていうの？

**S** (Severe) : 重症  
**A** (Acute) : 急性  
**R** (Respiratory) : 呼吸器  
**S** (Syndrome) : 症候群

以上の頭文字を取って名付けられました。日本語訳は「重症急性呼吸器症候群」です。世界保健機関(WHO)は2003年4月16日、SARSの原因はコロナウイルスの新種であると断定し「SARSコロナウイルス」と命名しました。

### インフルエンザの予防接種をうけましょう！

予防接種を受けないでインフルエンザにかかった人の70%から80%の人は、インフルエンザの予防接種を受けていれば、インフルエンザにかからずにすむか、かかっても症状が軽くてすむということが証明されています。

接種回数が1回か2回かは接種する医師の判断によりますので、接種の際にはインフルエンザにかかったことのあるなし、ワクチン接種のあるなしとその時期、現在の体調などを担当医師に十分伝え相談してください。

### ○特に高齢者の方へ

流行前に予防接種を受けましょう。インフルエンザが流行しているときには、人混みへの外出は避けましょう。特に、疲れているときや睡眠不足の時に無理に外出するのは避けましょう。また、同居している人、世話をしている人も予防接種を行うなどの対策を取ってウイルスを持ち込まないようにすることをお勧めします。

# 仙台市に聞きました

## Q.SARS対策はどうなっていますか？

A. 感染が広がったアジア地域をはじめ各国で対策が進んでいます。早期診断できる検査法の開発、ワクチンの開発、効果的な治療法の開発が期待されており、世界各国の専門家が研究開発に取り組んでいます。

## Q.SARSの予防はどうすればいいですか？

A. 外出先からもどったら、手を洗う、うがいをする、外出するときはマスクを着用するの3つが基本です。簡単にできますし、SARSだけでなく、インフルエンザやかぜの予防にもなりますのでおすすめします。また、これからインフルエンザの流行する季節ですが、インフルエンザの流行時期にSARSの発生が重なると医療現場での混乱を招くおそれもあり、インフルエンザの予防が重要です。なお、インフルエンザの予防にはワクチン接種という方法がありますのでおすすめします。

## Q.この冬に再びSARSが流行しますか？

A. 10月下旬現在では、世界にSARSの感染が確認されている地域はありませんが、この冬にSARSが流行するかどうか残念ながらわかりません。しかし、世界のどこかでSARSの再発生が確認された場合には、WHOがすぐに世界に向けてその情報を発信しますので、

- ①SARSが発生した地域への旅行を避ける
  - ②その地域から帰国された方は10日間は体温を測定し、体調に異常が見られた場合には、保健所や医療機関へ事前に電話相談した上で受診するといった対応をとりましょう。特に医療機関では、感染防止等の対応を取る必要があるため、必ず事前に連絡をしてください。
- なおWHOが公表したSARSの伝播確認地域は、インターネットで確認できます。

⇒ <http://www.mhlw.go.jp/topics/2003/03/tp0318-1e.html>

## Q.インフルエンザ予防接種費用は？

A. 65歳以上の高齢者等で接種を希望される方は、予防接種法による接種の対象となります。仙台市では、市内の登録医療機関で、1000円のご負担で受けていただくことができます。ぜひご利用ください。それ以外の方につきましては、保険適用がないため、全額自己負担となります。

### 相談窓口 (平日午前8時30分から午後5時まで)

※緊急時には上記時間以外でも守衛がお受けし、関係部署に連絡をとる体制がとられています。

青葉区保健福祉センター (保健所)	仙台市青葉区上杉1-5-1	022(225)7211
宮城野区保健福祉センター (保健所)	仙台市宮城野区五輪2-12-35	022(291)2111
若林区保健福祉センター (保健所)	仙台市若林区保春院前丁3-1	022(282)1111
太白区保健福祉センター (保健所)	仙台市太白区長町南3-1-15	022(247)1111
泉区保健福祉センター (保健所)	仙台市泉区泉中央2-1-1	022(372)3111

仙台市健康福祉局保健衛生部保健医療課  
Tel:022-214-0018 Fax:022-211-1915  
Eメール:fuk005510@city.sendai.jp

## SARSにかかるJ?

SARSは広東省や香港で患者が発生し、各地に感染が広がった急性の重症肺炎です。38度以上の発熱に始まり、頭痛や倦怠感が現れ、2〜10日後にはせきが出たり、呼吸困難になる場合もあります。感染者が広がったのは、中国・台湾等のアジア地域が中心でした。一時は世界各地で、アジア地域からの帰国者に感染が疑われる人が見られました。その数は大幅に減少しました。

潜伏期	前駆病状 (初期症状)	下気道状態
無症状	発熱、筋肉痛 痰が少ない咳 頭痛	痰が少ない咳 息切れ、(肺炎)
2〜10日	1〜2日	4日以降
他人への感染力 ほぼなし	他人への感染力 低い	他人への感染力 とても高い

## SARSの予防

今のところSARSに関しては、迅速診断法なし、識別診断困難、特異的治療法なし、ワクチンなし、という状況です。そのため感染予防が大変重要になってきます。



なんと  
いっても  
基本は  
手洗い!

トイレ使用後、鼻をかんだり鼻を触った後、食事前、調理前、帰宅後、手が汚れているときには必ず手を洗いましょう。要領は流水で、液体状石けんを使ってよく揉むように洗います。アルコール剤を使えばより効果があります。そのほか、電車やバス、公共施設のように多くの人が共通利用する場所やモノを使用した場合には、鼻や口に手を触れないようにしてなるべく早く手を洗うような工夫を心がけましょう。

また、ドアノブやスイッチ、蛇口など頻りに手が触れるところはよく拭いたり、消毒したりしましょう。ウイルスの感染経路を遮断することになり、感染予防に大変役立ちます。

人混みから  
戻ったら  
即うがい!

外から帰宅したらうがいをする習慣をつけましょう。1回目は水だけで行い、2回目はうがい薬を使ってよくうがいします。このときガラガラ音を出すようにします。

頼れるグッズ  
ザ・マスク!



口や鼻はウイルスの侵入門戸ですからマスクでバリアを張りましょう。マスクは市販のモノでかまいません。何層にもなったもの、粉じん対策用のものがよいでしょう。顔との隙間をできるだけなくし、ぴったりとフィットさせます。

早期発見と  
適切な初期対応

SARSの疑いがある場合というのは次の3項目すべてを満たす場合です。

- 38度以上の急な発熱
- 咳、呼吸困難等の呼吸器症状
- 発症前10日以内において次に該当する人

SARSの疑いのある人を看護・介護していた人、同居していた人

SARSの発生が報告されている地域へ旅行した人または居住した人

疑いがある場合は医療機関での受診をおすすめします。その際には必ず電話連絡をし、診察を受ける場合は時間などを工夫し、マスクを着用していきましょう。



## 健康のワンポイント アドバイス

### ○糖尿病とその予備軍は増えています！

厚生省の資料によれば「糖尿病が強く疑われる人」と「糖尿病の可能性を否定できない人」をあわせると、その数は約1620万人です。日本の成人の6.3人に1人が該当することになります。

日本人はもともインシュリンの分泌が多い民族なのです。しかし近年食生活の欧米化や運動不足により肥満が増え、それにもなつて糖尿病も増えてきたのです。

### ○肥満は万病のもと

肥満の人は糖尿病になりやすいのですが、それだけではありません。高血圧や高脂血症などを引き起こします。これらは動脈硬化を進ませます。失明や足のえそ、そして最後には心筋梗塞や脳卒中など生命に関わる病気になってしまいます。とても恐いことです。肥満を軽く見ないで気になったら早めにお医者さんに相談してください。

治療費についても、軽い段階ならさほどかかりませんが重度になると負担も増加します。早期治療をぜひともお勧めします。

### ○食事—専門家と二人三脚で

糖尿病は生活習慣病ですから、毎日の食事が大切です。そのためにも正しい知識を持ちましょう。みなさんは、糖尿病の予防や治療に関する情報をどこから得ていますか。調査結果によれば男女ともテレビ・ラジオから60%以上(女性74%)を占めています。あえて言いますが、スポンサーを意識したマスコミの情報に振り回されないようにしてください。マスコミのダイエット法はほとんどが間違いです。間違つたダイエットはリバウンドを引き起こし、もっと太る原因となります。医療機関や保健センターから正しい情報を得てください。特に女性の「糖尿病の可能性がある人」の数は、ほぼ全年齢層で増加の傾向にあります。ご注意ください。

### ○運動—20分以上歩く

運動は週に3回、20分以上の有酸素運動を行いましょう。特別なことをする必要はありません。歩きましょう。買い物でも通勤でも、とぎれないように20分間は歩くようにします。1日に20分ではなく、1回に20分です。15分経つと脂肪が燃え始めるからです。

### ○嗜好品—さよならするのはつらいけど…

アルコールは週1回、1合と2合までですね。日本酒でもワインでもどれでも同じです。外食はどうしても塩分・油分が多いので残す勇気を持ちましょう。



鈴木研一先生

(鈴木研一内科クリニック)



## 糖尿病

—肥満との気になる関係—

## 医者の養生

## 私は、1日1つずつ歩む。

十分に寝ています！

小田 泰子先生

(小田眼科医院院長・68歳)



日中頭をフル回転させられるように、最低8時間の睡眠を取っています。9時ごろにはもう寝たいですね。そのため夜遅くまでかかる会議などは苦手です。朝は早く起きます。15年ほど前からずっと朝型人間です。寝ている時間があったくないと思う人もいるかもしれませんが、睡眠中は脳がその人の記憶を整理する時間でもあるといわれています。私の場合は、ゆつくり時間をかけて整理している、といったところでしょうか。もう一つ心がけているのは、歩

くことです。10分しかなければタクシー、20分あれば歩くという具合です。健康のために歩いているわけですが、歩くことには別の効果があります。それはいろいろなことが考えられるということです。忙しさに紛れて忘れていたことを歩いている最中に思い出し、「そうだ、あの人に連絡しなければ」となるのもたびたびです。

私は北海道の豪雪地帯で生まれ育ちました。北海道の風土のせいかもしれませんが、雪はいつかはとけるものだという気持ちの持ち



方も健康でいられる秘訣なのかもしれません。

ここ15年ほど、朝食に特別薄塩の鮭をいただいています！

後藤 由夫先生

(東北厚生年金病院名誉院長・78歳)



小学校の时分には剣道を習っていました。それが、それ以外特に運動には縁がありませんでした。強いて言うなら、高校の時は戦争で南方村や下増田で田植えや稲刈りを手伝ったり夏休みの二ヶ月を千葉県で飛行場作りをしました。飯場に入つて朝6時から肉体労働をしましたから、知らず知らずのうちに身体が鍛えられたのだと思います。現在の沼南町の海上自衛隊下総基地がそれです。

食事に気をつけてみましたが、食事だけでは私の専門の糖尿病のように下がりません。それで血圧と一緒に薬で下げています。この夏はテレビ体操をやってみました。おっくうがらずに動くのがよいと思つています。あとは考えすぎないことでしょうか。人生に苛々はつきものですが、それに振り回されないよう努力しています。遠ざけるにはどうしたらいいか知恵を絞るんですよ。そ

れには生き甲斐と感謝の気持ちを持つことです。私の場合は絵画や音楽鑑賞、調査・研究、執筆活動が楽しみです。



# 玉虫塗

仙台名物のルーツを探る

昭和3年11月といえば、10月に京都で昭和天皇の即位の御大典が挙行政され“猫も杓子も御大典御大典”で日本国中興奮した年だった。その11月30日、商工省（現経済産業省）工芸指導所が、仙台市元陸軍幼年学校の地（現宮城野区五輪1丁目4番22号）に開所した。「伝統工芸産業の近代化」を推進した国立工芸指導所は、昭和42年にその歴史的使命を終えて今はない、しかし指導所が開発し育成した玉虫塗は「東北工芸製作所」の製品として、今も生き残り藩制時代から続く工芸の歴史を伝えている。

工芸指導所は「大概の馬鹿が大臣だけはつとまる」の言葉に励まされて商工大臣に就任（大正5年～昭和2年）した宮城県人の藤沢幾之輔によって創設された。『藤沢幾之輔』の編著者阿子島俊治は「古来日本の固有工芸品」が、「いぜん旧套の域に脱せざるため…衰退の状態にある」のを打破するために、指導機関設置を急務と説き、「藤沢商相は（文化が遅れている）東北、特に仙台」に設けたのは「翁の商相在任中の仕事」であったと指摘している。直接の立案担当者は、「古川学人」こと吉野作造の弟、商工省工務局工政課長吉野信次であった（仙台市史・美術工芸）。彼の著書『青葉集』には、国産愛用・産業の育成（特に中小企業の）・輸出振興を唱えていた彼の情熱が、あふれている。

玉虫塗は、工芸指導所の小岩 峻（古明）の発明したものである。昭和14年に東北工芸が特許実施を認められた。玉虫塗は、木や金属など素材に下地用の漆を塗って、表面を砥いで中塗り、さらに中塗り砥ぎを行うまでは、伝統的な手法を固く守っている（仙台藩には21人の御用塗師がいたが、研出塗を用いたのは天保のころから）。さらに上塗りの前に銀粉を塗る。この銀粉の反射光が漆と赤・青・緑の着色料の膜を通して表面に豊かな光沢として現れる。これが玉虫の色に似たつやのある色調になるのである。仕上げには「加飾」「沈金」「蒔絵」の技法を用いて完成する。

玉虫塗は、仙台藩時代の伝統と工芸指導を守り、さらに東北工芸製作所の絶えざる工夫と改良によって、今では「宮城県指定伝統的工芸品」となっている。玉虫塗をみれば仙台の漆工芸の歴史が分かる。

仙台郷土研究会副会長 逸見英夫さん



繊細で鮮やかな玉虫塗の美しさは、小物類でも楽しめます。メモ付き時計（左上）、しおり（左下）、ふでペン（右）の他手鏡や箸、ペンスタンドなどもあり、毎日の生活に彩りを添えてくれることでしょう。

（撮影協力：東北工芸 仙台市青葉区上杉3-3-44）

# いきいき通信



▲高久 容一先生  
（たかく眼科医院）

本が好きです。増えすぎて、自宅を新築したときに図書館のようなスライド式の本棚を購入したくらいです。眼科関係はもちろん、推理小説もよく読みます。特に外国のもの、古いものはほとんど読みました。近ごろは本が出版されすぎてとても読みきれません。昔は徹夜してでも読みましたが、もう無理ですね。

平成7年から宮城県眼科医会報に「お薦めの本」を書いています。最初は眼科の参考書や教科書、論文などを主に紹介していましたが、最近は一般書の紹介も増えてきました。「大変でしょう」といわれますが、3カ月に1回のペースですから、実際大変です。面白い本を探すために書評や広告に目をとし、気になる本があれば、即、注文します。いろいろと面白いものが見つかることもあります。自分自身も勉強になりますし、良いと思ったものは他の人にもお薦めしたいですね。



▲診療所の本棚の前にて。  
こちらは学術書ばかりです。

## 小さなクリニックならではの役割を求めて

11年前に開業した私の診療所は、精神科としては仙台市で9番目でした。今ではその数は30ほどになりました。大きな病院は重症の患者さんが多く行きますから、どうしても入院中心の診療になります。それに対して開業医のクリニックでは個人個人に合わせた精神療法や薬物療法を行うことができます。クリニック同士の情報交換により、それぞれの診療所の特徴といいますか得意な分野がわかっていますので、患者さんに対して多様なメニューを紹介することができます。



▲千葉 健 先生  
（千葉神経科内科クリニック）



▲10年前に診察した患者さん紹介の花屋さんから毎週花が届きます。自宅にある草木も含めて植物は心を和ませてくれると思います。

精神科というのは、内科・小児科・外科・婦人科などすべての科にかかわってくるものだと思います。糖尿病や腎臓病にかかっている時々、眠れなくなったりノイローゼ状態や、うつ病に至る患者さんも少なくありません。これからは各専門分野の先生がチームを組んで、1人の患者さんを診ていく時代だと考えます。窓口になった医師は自分の科の診療とともに状況に応じて専門医を紹介し、そこでの治療を終えた患者を再び迎えるという流れが大切になってくるのではないのでしょうか。もちろん医師同士のコンサルティングも必要です。そんなネットワークが確立されていったら、よりよい地域医療につながると思います。

たとえば「こんな趣味をおもちの先生を知っています」といった情報は編集部へお寄せ下さい。また、読者のみなさんの投稿も大歓迎です。

〒984-0806 仙台市若林区舟丁64-12 仙台市医師会事務局「てととて」編集部宛

### 市民医学講座

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

仙台市医師会が主催する市民医学講座は、毎月1回、13時30分～15時に開催。その模様は毎回録画してケーブルテレビ(キャブツ、CATV)でも放送しています。

#### 12月18日(木)

脳卒中  
—あなたの場合、家族の場合—  
遠藤 実先生

#### 1月15日(木)

温泉と健康  
—温泉療養プランについて—  
成川弘治先生

#### 2月19日(木)

もの忘れ外来  
野村 宏先生

#### 3月18日(木)

老人性の難聴  
—補聴器について—  
佐藤利徳先生

#### 4月15日(木)

高齢者の運動  
辻 一郎先生  
※市民医学講座は仙台市急患センター!  
仙台市医師会館2階ホールでの開催となります。  
仙台市若林区舟丁64-12

# CALENDAR

### 仙台オープン病院

TEL(252)1111

市民の皆様方の健康を守るために人間ドックを開設しています。「早期発見」「早期治療」「予防と生活管理」が大切です。お気軽にお問い合わせ、お申し込みください。

#### 1泊2日ドック

検診費用65,730円(税込)  
●月・火コース、水・木コース  
午前8時から受付  
(検診開始8時30分～翌日午後0時頃終了)  
●木・金コース  
午後1時30分から受付  
(検診開始2時～翌日午後3時頃終了)  
※ご希望の方には大腸内視鏡検査も行っています。

#### 日帰りドック

検診費用36,750円(税込)  
●火・水・金のいずれか  
午前8時受付、午後0時頃終了  
**脳検診(MRI・MRA)**  
検診費用26,250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 5,250円(税込)  
子宮がん検診5,500円(税込)  
●火曜日 午後0時受付  
●水曜日 午前11時30分受付

### 茂庭台豊齢ホーム

TEL(281)3190

仙台市と仙台市医師会が協力して設立した財団法人仙台市医療センターの介護老人保健施設「茂庭台豊齢ホーム」では、施設入所のほかに短期入所療養介護、通所リハビリテーションも行っています。お気軽に直接お申し込みください。

#### 短期入所療養介護

介護する家族の方が病気や冠婚葬祭、旅行等のため、一時的に介護することができなくなったとき、ご利用できます。

#### 通所リハビリテーション

1日5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  
月曜日～金曜日(祝祭日を除く)  
●サービス提供時間  
10時30分～15時30分  
●定員25名

### 宮城県地域医療情報センター

#### 宮城県休日・夜間診療案内サービス

24時間対応の電話自動音声とファ

#### 市民医学講座 1時間番組

- キャブツ(4チャンネル)  
火曜 12:00～ 木曜 19:00～
- CAT-V(4チャンネル)  
水曜 16:30～ 土曜 17:30～

#### 仙台市医師会広報番組 (家庭の医学)30分番組

- キャブツ(4チャンネル)  
水曜 16:00～ 土曜 9:00～  
日曜 20:00～
- CAT-V(4チャンネル)  
水曜 17:30～ 木曜 11:30～  
金曜 17:30～ 土曜 18:30～

#### 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。



■11月の放送分より「SARSとインフルエンザ」賀来満夫先生



■12月の放送分より「宮城県立子ども病院オープン」塚 武男先生

- 12月 宮城県立子ども病院オープン  
—すべての子どもにいのちの輝きを—  
塚 武男先生
- 1月 人口内耳について  
川瀬哲明先生
- 2月 心筋梗塞  
金澤正晴先生
- 3月 食道がんの早期発見  
長野正裕先生

### 市民医学講座から

●脳卒中の救急  
(9月18日/国立仙台病院脳神経外科医長 上之原広司先生)



脳卒中は出血性の代表としてクモ膜下出血、虚血性の代表として脳梗塞があります。クモ膜下出血の場合は突然の激しい頭痛と嘔吐、脳梗塞の場合は突然の運動麻痺がみられます。どちらの場合も一刻も早く専門の救急病院へ運ぶことです。仙台市の脳卒中の救急患者の82%は30分で専門施設に搬入されていて、国内外でも大変優れたシステムといえます。

●最近の白内障  
(10月16日/タカジン眼科 高橋甚吉先生)



白内障の手術件数は年間で約90万件に達しています。折り畳める眼内レンズの使用により切開創が3mmですむようになり、2002年は日帰り手術が77%を占めました。小切開創白内障手術の利点は術後炎症軽減、早期視機能回復です。



●アトピー性皮膚炎  
(11月20日/仙台赤十字病院皮膚科部長 田畑伸子先生)

最近アトピーに関する情報が溢れています。情報を選別する目をもたないといけません。重症の方でもキチンと治療すれば年齢とともに改善されてくる場合がほとんどです。一番大切なのはそれぞれの悪化因子を見つけることです。皮膚を清潔にして、規則正しい生活を送る。悪化因子を取り除く。医師と相談してキチンと薬をつける、などごく普通の治療が大切です。

#### 第26回医家芸術祭

(10月31日～11月5日)  
せんだいメディアテーク、5階ギャラリーで第26回医家芸術祭が開催されました。医師と家族、従業員による絵画、写真・書・水墨画・陶芸等が多数出品され、連日多くの市民で賑わっていました。



### 働く人のための健康づくりお役立ちガイド

仙台市内の関係機関が平成14年に立ち上げた「働く市民の健康づくりネットワーク会議」では、主として中小規模の事業所で働く皆さんの健康づくりに役立つ情報を集めたパンフレットを作成しました。職場の健康づくりに使える情報が満載です。ぜひお手元に置いていただき、事業所の皆さんの健康づくりに役立ててください。

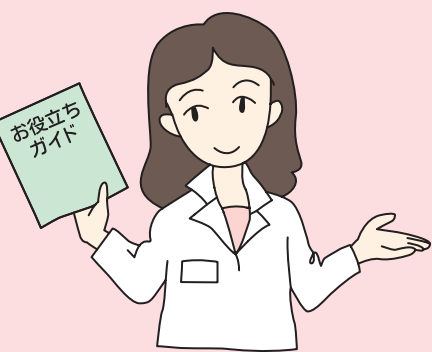
塩釜地区地域産業保健センター仙台相談所  
TEL(227)1531



感想、ご意見、投稿をお待ちしています。  
「てととて」編集部宛お寄せください。  
〒984-0806 仙台市若林区舟丁64-12  
仙台市医師会医政広報部宛

誌名「てととて」の意味は、「家族を含めた患者さんと医師、そして行政の三者の手の強い結びつき」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。



### 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

#### 編集後記

この2年間、シリーズで特集「私たちの医療保険制度」を組みました。政府のすすめる医療費削減政策に医療の現場は危機感を募らせています。本シリーズが医療の現状を知り、日本の医療のあるべき姿を考える契機になるよう願っております。緊急特集として「SARS」を掲載しました。東北大学賀来教授と仙台市の記事をお読み下さい。インフルエンザの予防接種をうけ、体調をよく保ち、冷静に対応したいものです。

(仙台市医師会医政広報部 松井 邦昭)

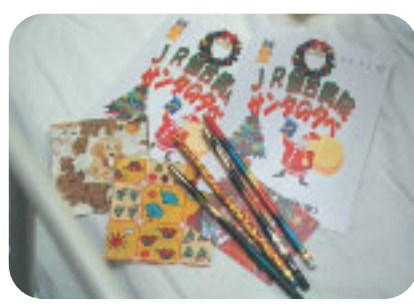




## 院長先生はサンタさんとお友達？



●鈴木江美  
フォトグラファー／仙台市青葉区在住



街も華やぐ冬のイベント、クリスマス。ここJR仙台病院にサンタクロースがやってきました。ひげをたくわえた優しいようなそのサンタさん、実は松井院長先生です。ハンドベルの響きとスタッフの歌声とともに病室をまわり、「早く元気になるうね」と言葉をかけながらプレゼントを手渡してくれます。ベッドからおりたりまたもどったりと、落ち着かないのは子供たち。わくわくしながら待っているとそこへ「メリークリスマス！」。はじめは目を丸く

くしていた子供たちも、うれしそうに院長サンタとおしゃべりしています。プレゼントは、各患者さんの担当医師と看護師からの手作りメッセージカードとエンピツなど。入院生活の中に少しでも楽しい時間を作ってあげられたらという先生方の心のもった演出は、一番のクリスマスプレゼントとして患者さんの心に伝わっているでしょう。（撮影協力・JR仙台病院）

