

平成 24 年 4 月 1 日発行
第 167 号

康寿診報

編集 / 発行 医療法人社団 康寿会 加藤内科医院

〒421-0301 静岡県榛原郡吉田町住吉 303-1

Tel: (0548)32-0701 緊急用:090-1758-1712 Fax: (0548)32-1280

「身近な“モンスター性を持つ人” その実例

- 勇気・自信・信念を持ち医療人として“ 嬌やか ”に処すか < その 2 > - 」

昨年末 “師” から “嬌やかに” という言葉を楽しみ 常に胸に秘め生活している。「モンスター対策これを怠らず “確” と受け留め 処す事」「己そして組織を成長させる “糧”」である。今 個々の “器” 組織の “器” これを持ち 正確に物申す。可能な限り 「個の力で無く 和の力で処す」。

医師として仕事の中で 力不足を認識した上でであっても 「問題点を解決の方向に導く “事”」が出来ず、話し合い・交渉事の無い、私を悩ます “モンスター性を持つ人” その を紹介する。

【その 】いわゆる組織 大きくは日本国 そして 地方自治・医師会等 組織のトップとして君臨している一部の人間。普天間基地問題等 “ポッポちゃん” こと 鳩山由紀夫前々首相の「その場限りのご都合主義の繰り返し」が尽くされた状態。後世である今 野田佳彦首相は この尻拭いに終始する状況。地位・プライドが邪魔するのか、己の “非” を訂正出来ずに 無言・隠蔽を決め込むのか、「波風を嫌い」「この先 どの様な事になるのか 見えていながら」、周囲の取り巻き連中までもが「見て見ぬ振り」。己が属し関与する 地方自治・医師会等 現存する組織、このトップのモンスター性。

榛原医師会 高木平会長 「「最初のボタンの掛け違い」これを「組織の “責” とする事無く トップ自ら訂正する事」を願う。「軽々しく、交渉事も 根拠も 確証も無く、公の場で 医師会員を前に、成されていない事を肯定し、あたかも成されているように 話す事」「“時” と “場合” によっては 住民の命 特に若者の未来・生命を奪う事と成る」事柄。この様な事は “金輪際 無き事”、何度にも亘り トップ 高木平会長 執行部に 書面を持ち 訂正を 求めている事。3.11 から 一年が経過、榛南地区の「ヨウ化カリウム [= 安定ヨウ素剤] の備蓄について」私の求めてきた事を下記 に示す。

昨日、前回 平成 23 年 11 月 28 日 臨時総会での 貴方の答弁 特に「ヨウ化カリウムの備蓄について」の現医師会 会長の対応 添付した【答弁の内容 CD R】、高木平氏自身の言動 熾した上で 処して下さいと申し上げました。この件につき 明日 昭青会の席で 訂正される事 願っております。
平成 24 年 1 月 19 日 高木平氏への書面 [NO.51-8] より抜粋

この件、時の経過の中 組織任せ・他人任せで 後悔せぬ様に 起こした行動、高木平会長のお膝元 牧之原市 市長 西原茂樹氏との面談の内容を含め “事の経緯” を 下記に示す。

【平成 23 年 11 月 28 日 榛原医師会臨時総会】での 高木平会長の弁「ヨウ化カリウムについて 地方自治行政に問い合わせた、備蓄されている」「事の起こった際の 配布の状況 保管場所について 行政に任せておけばよい」「保管場所について 住民に情報が伝われば 略奪のリスクもある」との答弁。【平成 24 年 2 月 吉田町広報】平成 23 年 10 月各地区で 4 回に亘る 第 3 回議会報告会で 「「問：近隣市は独自に、安定ヨウ素剤を購入したが、」「答：原子力災害に対する想定をしていないので、備品や薬剤は何も用意していない。」」の記事。【平成 24 年 2 月 9 日 牧之原市 市長 西原茂樹氏との面談】では 半径 5km 圏内の地頭方小学校のみ備蓄済の話。私は早急に処す事を提言。【平成 24 年 2 月 22 日 牧之原市からの 58,000 錠の発注・納付】を確認。

また わが町 吉田町 町長 田村典彦氏 「私の過去提示の書面 私の提言 これを受け留め、都合の良い時間にアポイント・面談を願います」と 毎回アクセスするも 音信不通。面談も受け入れない状況が 数年来続いている。「後世に付けを残す事 無き様、聞く耳を持つ事」これを願う。

私は当面 「書」を持ち 事の真相・真義 [真偽] を 掘り起こす作業 これを続ける。 加藤寿夫

第 84 回睦会の報告

先日 4 月 14 日土曜日第 84 回睦会を開催しました。患者さん、加藤先生、スタッフと、吉田薬局さんも交え、有意義な会となりました。

今回は、先号(第 166 号)の康寿診報でご案内した通り、「大災害に備えて」というテーマで、災害に備えたお薬の管理と、避難所での食事にポイントを絞って考えてみました。

株式会社はいやく吉田薬局の管理薬剤師 大石晃弘さんのお話をまとめました。

- ・ 普段から薬局で薬をもらうときはお薬手帳に記入をしてもらうようにしましょう。
- ・ できれば、自分の飲んでいるお薬の名前といつ飲むのかを覚えておきましょう。覚えられない人は、薬局でもらうお薬の説明書や、お薬手帳のコピーを防災バッグや車のダッシュボードに入れておく、職場に置いておく、親戚に預けておく等、自宅が被災しても大丈夫なように準備しておきましょう。
- ・ また、その後の反省会で製薬メーカーさんから、携帯電話やスマートフォン等で写真を撮っておいてもいいですね。とのアドバイスもありました。常に身につけている人が多いので、いいアイデアかもしれません。

管理栄養士の杉山からは、東日本大震災の避難所での実際の食事を見てもらい、どう対処したら良いかを話し合いました。前号にも掲載しましたが、避難所で配給される食料は、おにぎりやカップラーメン、菓子パン等で、1日のエネルギーは約 2500kcal、糖分、塩分がかなり過剰に摂れてしまいます。実際、被災地で活動していた自衛官が、血圧が高くなってしまい、塩分摂取を控えるためカップラーメンの汁を捨てたところ、被災者からクレームが殺到し体調管理ができなくなり、現場を離れざるを得なくなってしまったというエピソードも含め、どうしたらいいのかを、患者さん、スタッフで意見を出し合いました。主な意見をまとめます。

- ・ 自分が病気であることを公言し、理解してもらう。
- ・ エネルギー表示を確認し、適量を食べる。残った食料は、若い人等必要な人に渡す。
- ・ 食べた分、身体を動かす。 etc.

予想以上に患者さんからは、活発に発言がありました。実際、そのような状況になってみないとわからない心理状態もあるのかもしれませんが、頭の中でシミュレーションできたことに少しでも意義があったのではないかと思います。



次に、自宅に食料を備蓄する際には少し栄養バランスも考えてみましょう、ということでお話をしました。次ページを参考にしてみてください。

今回は、加藤医院の 2 階講堂で開催したため、患者さんに気軽に足を運んでいただけたこと、リラックスした和やかな雰囲気でも進められたことはよかったです。当日ご協力いただきました薬関係の業者様、ありがとうございました。

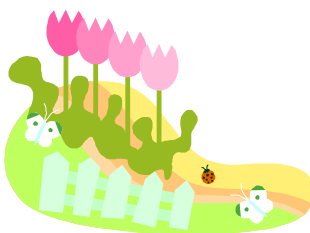
次回の睦会は秋を予定しています。楽しい会にしていきたいと思います。ご意見ご要望があれば職員までよろしくお願ひします。

災害に備え食料の備蓄を考えてみましょう！

震災後、避難所で配給される食料での健康管理は難しいですね。
津波や火災の被害を受けなければ、自宅の備蓄食料で栄養管理が可能です。
食料の備蓄をするときに、少しでも、栄養のバランスを考えて備えておきましょう。

	ガス・電気・水道使用不能	ガス・電気・水道復旧後
水	1人最低 2~3ℓ/日(6~9ℓ/3日)	(水道水)
主食 (炭水化物源) 	米 レトルト粥 パック入りご飯 乾パン パン(長期保存可能な物や缶詰)	米 切りもち(長期保存可能な物) 乾麺(そば、うどん、そうめん、パスタ) カップめん、インスタントラーメン パン(長期保存可能な物や缶詰)
主菜 (たんぱく質源) 	缶詰(魚、肉、大豆等) レトルト食品 LL[常温保存可能]牛乳	缶詰(魚、肉、大豆等) レトルト食品、 LL牛乳、ヨーグルト、スキムミルク 冷凍食品、 ソーセージ、ハム 豆腐(長期保存可能な物)、高野豆腐
副菜 (ビタミン、ミネラル、食物繊維) 	レトルト食品 野菜の缶詰 野菜ジュース、果物ジュース	芋類、根菜類等(長期保存可能な野菜)、 切干大根、乾燥ひじき 野菜スープ、野菜ジュース りんご、みかん等(長期保存可能な果物)
飲料	ペットボトル(水、お茶、ジュース、スポーツ飲料)	ペットボトル(水、お茶等)
その他 	菓子類 粉ミルク(乳児がいる家庭) 塩、砂糖 薬(内服薬、インスリンなど) カセットガスコンロ 糖尿病手帳、お薬手帳	めんつゆ レトルトカレー、パスタソース 菓子類 粉ミルク(乳児がいる家庭) 塩、砂糖 薬(内服薬、インスリンなど) サプリメント(鉄分、加鈣、ビタミンC等) 糖尿病手帳、お薬手帳

備蓄品の古いものは通常の生活で消費し、新しい物に入れ替えるようにしていけば、無駄なく非常時に備えられます。米・塩・飲料物など日常の消耗品は備蓄を2~3倍に増やすことをお勧めします。



各種ご案内

□各種ワクチン接種

その他のワクチンも随時受け付けています。希望の方は電話でお問い合わせ後来院下さい。

肺炎球菌ワクチン	8,000 円	1 4週間あけての2回の接種が必要です。 1回分の費用です。 2 生後2カ月からの接種が推奨されています。 1~4回の接種が必要です。1回分の費用です。 3 3回接種が必要です。3回分の費用です。 これから初回を接種する方は、二価のワクチン(プレベナー)から四価のワクチン(ガーダシル)に変更しての接種をお勧めします。(9月から四価ワクチンも公的補助が受けられるようになりました) 吉田町民で対象年齢の人は無料になります。 お問い合わせは保健センター健康づくり課へ ☎32-7000
破傷風トキソイド	4,400 円	
日本脳炎	8,200 円 ¹	
A型肝炎	6,000 円 ¹	
B型肝炎	7,200 円 ¹	
Hib ワクチン	7,000 円 ²	
小児肺炎球菌ワクチン	9,500 円 ²	
子宮頸癌(HPV)ワクチン	48,000 円 ³	

その他、「麻疹・風疹ワクチン」も受け付けております。

□診療時間のご案内

診 療 時 間	月	火	水	木	金	土
8 時 ~ 12 時						
15 時 ~ 18 時						

「朝の体操(阿波踊り体操)」「朝の挨拶」後、診療開始となります。

午後の受付は、初診は 17:30 まで、再診は 17:45 までです。

休診日：日曜・祝日・木曜午後・土曜午後・月末最終日午後

臨時の休診については、その都度ご案内します。

□静岡県糖尿病協会講演会のご案内

日 時：6月2日(土) 14:00~16:30

入場無料

場 所：静岡商工会議所 5階ホール

一般演題「私とキャンプの18年~ガリクソン賞受賞にあたって~」

静岡県つばみの会 齋能 千夏さん

特別講演「糖尿病の食事療法でのインクレチンの意義

~カーボカウントとの関連をめぐって~」

杏林大学第三内科教授 石田 均先生

入場希望の方、お問い合わせは、職員まで。当日直接来場していただいても大丈夫です。

□5~6月の臨時休診のお知らせ

5月12日(土) 休診

6月27日(水) 午後休診

28日(木)、29日(金)、30日(土) 休診

ご迷惑をおかけしますが、お薬等きらさないようにお気を付け下さい。