

兵庫保険医新聞

第1903号
2019年3月5日

発行所 兵庫県保険医協会
http://www.hhk.jp/
〒650-0024 神戸市中央区海岸通1丁目2-31
神戸フコク生命海岸ビル5F ☎078-393-1801
(1部350円送料共・年間購読料12,000円)
振替01190-1-2133
(会員の購読料は会費に含まれています)

沖縄県民投票「埋め立て反対」7割

沖縄協会と共に新基地反対

沖縄を訪問し支援募金手渡す

沖縄と連帯して、辺野古新基地建設阻止を。辺野古埋め立ての是非を問う県民投票は2月24日に投票され、「反対」が7割を超え、「新基地建設反対」の圧倒的な民意が示された。兵庫協会は、沖縄協会からの呼びかけに応じて、2月9日の理事会で支援を決定。役員・会員・事務局が現地に入り支援を行うとともに、兵庫保険医新聞上で募金を呼

びかけた。投票前日の23日には沖縄協会から仲里尚実会長が来神し、募金と支援のお礼を伝えるとともに、政策研究会「医師から見た戦後の沖縄—命と暮らし、人権—」のテーマで講演。2月17日には、九条の会・兵庫県医師の会が、市民企画「沖縄スバイ戦史上映&三上智恵監督トーク」を開催し、市民とともに基地問題を考えた。(2面に関連記事)



沖縄協会の照屋正信副会長(左)に兵庫協会へ寄せられた支援募金を足立了平副理事長(右)が手渡した

仲里尚実沖繩協会会長が講演

沖繩協会の仲里会長(左)が基地問題を解説し、沖繩の現状を共有した



2月23日の政策研究会で沖繩協会の仲里会長は、日本国土のわずか0.6%という沖繩県に、在日米軍基地の約7割が押し付けられている現状を語り、その理由として、終

戦後に住民を収容所に押し込め、土地を略奪する「銃剣とブルドーザー」により軍事基地が作られたと説明。その後、島ぐるみの闘争により、不可能と言われていた日本本土復帰を果たしたものの、米軍基地はそのままだとされている現状を語った。

九条の会・兵庫県医師の会

沖繩戦から考える

民主主義の危機

「沖繩スバイ戦史」上映会に170人

九条の会・兵庫県医師の会は2月17日、市民企画「沖繩スバイ戦史上映&三上智恵監督トーク」を県農業会館で開催。会員や市民ら170人が参加した。

映画「沖繩スバイ戦史」は第二次世界大戦末期の沖繩戦で、沖繩北部で繰り広げられていたゲリラ戦・スバイ戦の実態に迫ったドキュメンタリー。多くの少年が徴兵された「護郷隊」の存在や、強制移住によるマラリア感染、スバイ容疑での住民虐殺などを、住民の証言や資料から描き、背景には身分を隠して沖繩各地に潜伏していた工作員養成機関「陸軍中野学校」の存在があったことを明らかにする。そして、特定秘密保護法が施行され、自衛隊のミサイルが

沖繩県民投票結果を受けて

兵庫県保険医協会理事長 西山 裕康

沖繩県民投票結果を受けて

談話



2月24日の沖繩県民投票では辺野古埋め立てに「反

対」が71.7%と「賛成」19.0%、「どちらでもない」8.7%に大差をつける結果となりました。

兵庫協会は、知事選に続き、沖繩の基地を私たちの問題と捉え、非力ながら支援いたしました。支援募金にご

協力くださった方々を始め、ご協力いただいた方々には心よりお礼申し上げます。

この住民投票により、「辺野古新基地建設反対」という、ただ一つの争点に対する民意が明確に示されました。「これ以上我慢できない」

「政府のやり方は嫌だ」という意思です。今や、米軍基地は「必要悪」ではなく、「不必要悪」です。兵庫に不要なもの沖繩にも要りません。事の大小にかかわらず、権力が地域住民の意見を無視し、政策を強行するという構図は見直すべきです。日本国憲法の下では、民主主義と基本的人権はすべての国民に保障され、平和主義は一部の地域の犠牲の上に成り立つものではありません。

「政府のやり方は嫌だ」という意思です。今や、米軍基地は「必要悪」ではなく、「不必要悪」です。兵庫に不要なもの沖繩にも要りません。事の大小にかかわらず、権力が地域住民の意見を無視し、政策を強行するという構図は見直すべきです。日本国憲法の下では、民主主義と基本的人権はすべての国民に保障され、平和主義は一部の地域の犠牲の上に成り立つものではありません。

私たち、命と健康を守る医療者にとって、戦争は対極に位置し、平和は世界共通の願いであるはず。日本を含まない周辺諸国の動向は、これに逆行するものであると言わざるを得ず、沖繩米軍基地はその象徴です。何が正しい選択なのかは歴史が証明するでしょう。

辺野古新基地建設阻止をめぐる闘いは、まだまだ出口が見えません。皆さまのご理解とともに、今後も支援を行いたいと考えています。

燭心

山茶花がそろそろ終わり、ひっそりと沈丁花が咲き出しほのかな香りを発する。雪柳の

春の到来となる▼春は「春の短夜」春眠を覚えず、季節がポツとすす

眠い、ふらふらする等の訴えが多くなるようだ。気温も高くなり、陽射しも強くなり夜明けが早くなって来るため、あたかも冬眠から覚めるために、エンジンが始動し睡眠が浅くなるためではないか▼

「春は、明るくどこかからかというイメージが以前はあったが、近年地球温暖化のせいが異常気象で、決して穏やかな季節ではない。春の風は増大し、気温変動が激しくなり、あつという間に暑くなる。冬と夏の移行期のような▼風と言え

ばこの国会、開会されて1カ月、荒れに荒れている。「統計国会」とまで言われデータの不備が発覚。またしても追及されると「補正」という改ざんを行う。私は消費税増税に反対だが、複雑すぎる軽減税率対象、ポイント還元

に関する対応などは審議すらできていない。増税分以上に対策が必要とは。また3月末までに、5年後に施行される「医師の働き方」の骨子も必要になっているが、おおよそ法になじまないような残業時間が提示されたまま▼今年はい

ノシン年選挙イヤだ。国会運営をないがしろにし、三権分立を歪め、お友達に利する政治、そろそろ限界という側面も出てきている。憲法どおりの政治、憲法が活かされた国民生活を実現させよう(無)

沖縄県民投票支援活動

街頭へ出て

新基地建設反対訴える

伊丹市・歯科 多田 和彦

辺野古新基地建設のための埋め立ての是非を問う沖縄県民投票にあたり、兵庫協会は、沖縄協会の仲里尚実会長の支援要請に応え、会員へ募金の呼びかけと、役員・事務局派遣を実施。加藤擁一・森岡芳雄・足立了平・川西敏雄各副理事長、多田和彦先生を派遣し、埋め立て反対を呼びかけた。多田和彦先生の参加記を掲載する。



那覇空港で沖縄協会の仲里尚実会長(上写真中央)とがっちり握手(左端が筆者)(下)街頭で「新基地建設のための埋め立て反対に〇」を訴えた

2月10日、11日と2日間にわたり沖縄県民投票前の大事な時期に、兵庫県保険医協会の一員として、新基地建設反対の運動に参加させていただきました。以前に三上智恵さんの辺野古移設に対する講演を聞いたことがある身として、今回の運動は参加して

くへきだと感じ、メンバーに入れていただきました。寒波に見舞われた本土と違い、気候が穏やかな沖縄に到着すると、沖縄県保険医協会会長の仲里尚実先生がお忙しいところわざわざ空港まで出迎えてくださり、われわれと記念写真を撮らせていただきました。

その後、沖縄民医連の事務所にて辺野古移設反対運動の旗や、プラカード、スピーカーを受け取り、全国から集まった方々と一緒に、街頭にて反対運動に参加しました。反対運動を通して、今回の県民投票は沖縄にとっても重要なことであると、県民の方々の思いを感じました。

ただ、無関心を感じる方ももちろんおられて、五つの市が県民投票に参加する代わりに、投票欄に新しく付けられた「どちらでもない」に〇をしようという方がどれくらい増えるのだろうか、という不安も感じました(結果的に杞憂に終わりましたが)。今回の運動に際して、県外から参加したいと思

とに対する反発みたいなものは、意外なほど一切受けませんでした。これは、基地問題は沖縄のみの問題でないことを沖縄の方も感じておられるからかもしれません。日本における基地問題という認識が広がっていると感じます。雨に打たれたり、日差しが強かったりと、この2日間ややバテましたが、基地問題を争点にした県民投票という歴史的な運動に関わることができ、また、結果としても過半数の反対票が民意として国へのメッセージの形としてできた点、本当によかったです。

沖縄に基地のない平和を

福島県南相馬市大町病院非常勤看護師 生田チサト

本紙1月25日付掲載の保団連医療研究フォーラム・公害視察会の参加記を読み、看護師の生田チサト氏(岐阜県高山市在住)から寄せられた投稿を掲載する。生田氏は阪神・淡路大震災の直後、兵庫協会の緊急対策本部に訪問看護ボランティアとして参加し、東日本大震災後には保団連、兵庫協会の紹介で福島県南相馬市大町病院の非常勤看護師として赴任。2週間毎に高山と南相馬を往復して8年目を迎えている。日常診療経験交流会のプレ企画で司会を務めるなど、長年協会活動に協力いただいている。高山市では市の平和都市宣言推進会議の委員を務め、平和への希求をライフワークに取り組まれている。

もう自然を汚すのをやめよう。
どれだけ自然を破壊すれば気が済むのだろう。
美しい沖縄の海に静かに浮かぶ読谷村
夕日の落ちた残照の中で泳いだ海のぬくもりとやさしさ
第二次世界大戦の終結に向かっての非業の舞台となった沖縄、
今、静かに海を見守る摩文仁の丘
海に浮かぶ島々が、美しく静かに平和を奏でる沖縄
辺野古の美しい海を守るのは日本の心
戦後もひたすら日本の平和のために尽くし続けてくれた沖縄
辺野古の美しい海を守ろうと懸命に願ひ続ける沖縄の心
もう基地から自由に。
美しい平和の日本の象徴としての沖縄、彼らの努力に報おう
もう沖縄に基地はいらない。
他国は今すでに自国を守ることに精一杯。他国の平和を思う心を持つゆとりなどない。
必死に生きている。それが歴史、時の流れ。
自然が猛威を振るう前に、今一度自然のやさしさと力に触れよう。
自然と平和のバリアーで争う心を防護しよう。
沖縄に基地のない平和を。

インタビュー ⑨

患者さんの願いを少しでも集めましょう

三田市・小寺歯科医院 小寺 修先生



「誰もが必要な時に医療を受けられるようにしないとイケない」と語る小寺先生

「みんなでストップ!患者負担増」署名への医療機関の取り組みを紹介するインタビュー。今回は三田市・小寺歯科医院の小寺修先生にお話を伺った。

署名をお願いすると「負担が軽くなるのであれば」と言っている。高年齢の方は今でも医療の窓口負担を重く感じている証拠ではないでしょうか。そのような中でさらに負担を増やす計画は許せません。国民が安心して暮らせる国にするためにも、誰もが必要な時に、

「みんなでストップ!患者負担増」署名への医療機関の取り組みを紹介するインタビュー。今回は三田市・小寺歯科医院の小寺修先生にお話を伺った。

みんなでストップ! 患者負担増

医院の受付に用紙を置き、患者さんだけでなく付き添いの方にも署名を書いてもらうようスタッフの方に署名を呼び掛けてもらっています。また、余裕があれば治療後に署名を

お金の心配をせず医療を受けられるようにしなければなりません。患者さんは社会保険料を払っているのに、受診する際の窓口負担は皆一割ほどでいいのではないかと考えています。政府は「消費税は全額社会保障に使う」と言っているわけですから、患者さんはかかった医療費の10%(1割分)は「消費税」として窓口で医療機関に納めてもらうような制度はどうでしょうか。そうすれば患者さんの窓口負担を下げることも、医療機関の控除対象外消費税問題も解決することができるとはいえないでしょうか。

「みんなでストップ!患者負担増」署名 3月末までにご返送を 2/28 現在 2万80筆 お問い合わせは、☎078-393-1807まで



併設 医・歯学部 受験個別塾 医学部受験 国公立 医学科合格率 85%オーバー 医学部入試へのアドバイス... 0120-880-199 中央受験センター

1月からの制度改善でもっとよくなりました! 改善① 最高保障額を6000万円に引き上げました 改善② 保険料を平均20%引き下げました グループ保険 今年54%配当に確定 最高6000万円の高額保障/配偶者も1000万円セット加入あり/医師による診査はなし/最長75歳まで保障 078-393-1805

感想文 スタッフが休暇を取りやすい 職場づくりを目指す

加古川・高砂支部は1月19日、高砂市内で会員懇談会を開催した。「スタッフ採用のポイント」求人・面接から定着まで」をテーマに、桂芳務社会保険総合事務所所長の桂好志郎先生が講演し、会員ら5人が参加した。佐々木一先生の感想を紹介する。

1月19日、高砂市のかき料理の名店・かき幸にて、新年



新年会を兼ねつつ桂社労士とスタッフ採用に関して意見交換

会を兼ねた支部会員懇談会が開かれた。桂好志郎社会保険労務士から、スタッフ採用と定着のために役立つ貴重なお話をうかがうことができた。

まず、ビジネスパーソン調査で、働く職員が「非常に重視する」と回答した項目の中で最も多かったのは「休暇の取りやすさ」であるということとを教えていただいた。ちなみに2番目に多い回答は「労働時間の適正さ」であった。昨今、時間外の残業が多

く、有給休暇を取得しにくい職場は、ますます敬遠される傾向にある。実際にスタッフ募集をしても、最近はなかなか応募してくる人が少なく、人材確保が大変である。しかし、桂先生の事業所では、多くの応募者があるという。求人票一つをとってみても「残業はほとんどありません」「18時に終業します」等の求人条件特記事項をきちんと求人票に記載すること、昇給が毎年どの程度あるのかを明記することも大切であるという。

【加古川市 佐々木 一】

本で紹介 「万年研修医のための 外科循環器診療エッセンス」

西宮市 伊賀内科・循環器科 伊賀幹一 著

医学はどんどん細分化され、その小さな分野における発達は日進月歩です。そのような状況なかで、実地医療を実践する内科医師は、患者に還元できることに関係すれば生涯学習として勉強しなければなりません。

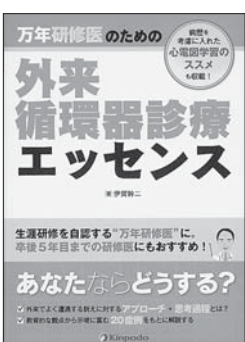
万年研修医という言葉は、「医師である限り、生涯にわたって学習する」という意味であり、私は好んで用います。私自身、種々の生涯教育にて他の領域の新しい知識を得て

患者に応用できることで、開業医生活を満喫しています。開業医が万年研修医として学ぶべき事柄は、学生や研修医が学ぶべき事柄のうち医療を實踐する内容にすれば同じ到達目標であるべきだと私は思っています。

参加者は地域の開業医として循環器専門診療をしている医師、循環器疾患に興味を持っている医師、各診療所研修をしている学生・研修医、近隣病院の循環器専門医です。この循環器カンファレンスにおいて議論したなかで特に教育的な観点から示唆に富む20症例をまとめました。同じ疾患であっても、症例ごとに深く掘り下げるとさまざまなことを学習できます。私が患者から学んだものを、この本の中で生涯教育の一環として、万年研修医である内科開業医である皆さまと共有できたら幸甚です。

「第一旅館」を「大旅館」と改めて開業し、「ホテルだいいち」↓「湯宿だいいち」と旅館名を変えていった。

発行 株式会社金芳堂、2019年1月刊行、価格3,000円十税



写真、心電図です。医学

【西宮市 伊賀 幹一】

北海道・^{ようろうし}養老牛温泉

湯宿だいいち (上)

前田達生の
ほっこり
湯宿旅

(3)

あるが、地元では「ようろうし」と短縮して呼ばれる。地名の由来はアイヌ語の「エ・ウオロシ」（頭を水の中に突っ込んでいっているという意味）で、標津川の中に立岩があったため名づけられた。養老牛温泉には歓楽街はないが大自然の四季を楽しめる。現在2軒の温泉宿があり、どちらも標津川に面した露天風呂が名物である。

養老牛温泉はアイヌの人々が400年以上前（1600年代）から憩いの場やクマ送りの場として利用しており、天保3〜5（1832〜34）年の「東西蝦夷地大河之図」、嘉永3（1850）年の「蝦夷大概之図」、安政3（1856）年の「東蝦夷日記」、明治7（1874）年の「来曼北海道記事」にも記載されている。昭和4（1929）年に坂本与平氏が「第一旅館」を開業し、昭和34（1959）年に先代・長谷川正美氏が営業権を購入し、昭和47（1972）年から長谷川松美氏が「第一旅館」を「大旅館」と改めて開業し、「ホテルだいいち」↓「湯宿だいいち」と旅館名を変えていった。

(次号につづく)

【西区 前田 達生】

新施設基準の届出対応

歯科医療安全管理対策研究会

日時 3月21日(木・祝) 14時~17時30分
 講師 兵庫医科大学歯科口腔外科学講座准教授 野口一馬先生
 会場 協会5階会議室 参加費 1000円
 ※「院内感染防止対策に係る施設基準」「外来環」「歯援診」「か強診」新施設基準届出要件にも対応した受講証を発行

お申し込み・お問い合わせは、☎078-393-1809まで

BESTパートナー
三井生命

ALL for ALL.
ひとつひとつの、夢によりそう。

2019年4月1日より、三井生命保険株式会社は 大樹生命保険株式会社に社名変更を行います。

“大樹”のように、しっかりと大地に根を張り、
 お客さまを守り、よりそっていくという想いを込めて、『大樹生命』と命名いたしました。
 皆さまの変わらぬご支援、ご愛顧を賜りますよう、宜しくお願い申し上げます。

三井生命保険株式会社 <https://www.mitsui-seimei.co.jp/>

臨床医学 講座より

日常診療で使える整形知識^⑮

整形外科的外傷学各論 ⑥

静岡県・西伊豆健育会病院 院長 仲田 和正先生講演



兵庫県保険医協会

☎ 078-393-1801

Fax 078-393-1802

http://www.hhk.jp/

(前号からのつづき)

急性腰痛、腰椎椎間板ヘルニア

腰椎椎間板ヘルニアの90%はL4/L5、L5/S1の二つの椎間板で起こる。図1から分かるように、L4/L5のヘルニアの場合、L5またはS1の神経根が障害される。L5/S1のヘルニアではS1神経根が障害される。

ヘルニアを疑った時はL4、L5、S1の神経症状を反射、知覚、筋力の3点から確認すれば良い(図2)。調べるべき反射は二つ、膝蓋腱反射(PTR)とアキレス腱反射(ATR)である。膝蓋腱反射はL4を見ている(大腿四頭筋だからL4と覚える)。

アキレス腱反射はS1を見ている(Achillesの1番のウィークポイントと覚える)。L5を見る反射はない。知覚は脛骨稜の内側がL4、外側がL5である。特に、母趾と第2趾の間はL5の固有領域である。足底はS1である。特に外果の下方はS1の固有領域である。

筋力は足関節の内反がL4、足趾背屈がL5、足関節外反、底屈および足趾底屈がS1である。SLR(straight leg raising)はヘルニアに特徴的なサインであるが70度以上の挙上では健康人でも膝窩部のつっぱりを訴える。

急性腰痛の治療

普通、急性腰痛は1週間で50%が軽快し、2週間で90%が軽快する。坐骨神経痛のある場合は1カ月で50%が軽快すると言われる。2日ほどのベット安静でほとんどの急性腰痛は軽快する。痛みが軽快したらできるだけ早期に離床を勧める。4日以上上のベット安静はやめた方が良い。消炎鎮痛剤も有効である。

姿勢指導(図3)

腰椎には生理的な前弯(lordosis)があり、これは仰向けに寝たとき腰に手が入ることからも分かる。このlordosisを増強するような姿勢は良くない。

例えば、マットレスに寝ると臀部が沈みlordosisが増強し腰痛の原因になる。急性腰痛の場合、仰向けに寝るときは膝を曲げるか下腿を挙上するとlordosisが減少して良い。猫のように丸くなって寝るのも同様の理由でよい。長時間立位で作業をする人は片足を台の上に置くとlordosisが減少するのでよい。長時間立位でいると腹を前へ突き出して背中を強くそらせるように立っている

ることが多いが腹を前へ出さぬようにする。肥満者は腹が出てlordosisが増強し腰痛の原因となるので肥満者には減量を勧める。

座位の姿勢は膝が股関節より高くなるようにする。低いとlordosisが増強する。ただしこれは作業姿勢としては適さない。また、膝を組むのも良い。重量物を挙上する時は膝を伸ばし前屈した姿勢で行うと椎間板に大きな負担がかかるので必ずしゃがんで膝を曲げ、体を物に近づけてから持ち上げる。工作中腰がだるく痛くなった時は丸くしゃがみ込み力を抜いて背筋をストレッチすると良い。

腰痛体操(図3)

急性腰痛の場合、体操でかえって悪化することがあり腰痛体操は禁忌である。急性期を過ぎて数日してから始める。腰痛体操はいろいろあるが煎じ詰めると四つの動作である。最近米国ではこのような体操よりジョギングや水泳のような全身運動が勧められている。ただし水泳では平泳ぎやバタフライはlordosisを増強するので避けた方が良い。

鎖骨骨折

肩を強く打撲して起こることが多い。骨折部には必ず圧痛(押さえると痛む)がある。

鎖骨の中3分の1で折れることが多い。折れると近位側は上に転位し(胸鎖乳突筋で引かれる)遠位側は下に転位する(上肢の重みで下に下がる)(図4)。

治療:胸を張った格好で鎖骨は良い位置に整復されるため、たすきをかけると良い。クラビクラバンドは鎖骨骨折専用で作られた装具。急性期はクラビクラバンド(たすき)をした上、患側は三角巾をすると痛みが楽である。

肩関節脱臼

肩を内旋したまま外転(手の甲を前に向けたまま肩を外側に挙げていく)すると90度以上挙げることはできない。これは上腕骨の大結節が肩甲骨の肩峰に衝突するためである。

ここで肩を外旋すると(手の平を上に向けると)180度まで外転できる。肩を内旋したまま外転を強制されると肩の前方脱臼が起こる。一回脱臼が起こると肩を外転外旋(バレーボールのサーブの動作)するだけ

図1 椎間板と神経根の関係

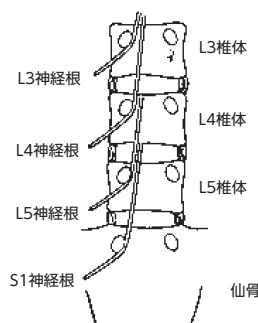
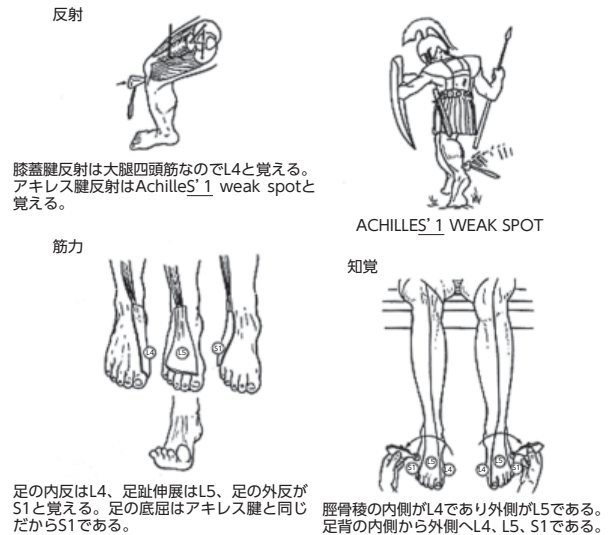


図2 反射、知覚、筋力を調べる



膝蓋腱反射は大腿四頭筋なのでL4と覚える。アキレス腱反射はAchilles' 1 weak spotと覚える。
足の内反はL4、足趾伸展はL5、足の外反がS1と覚える。足の底屈はアキレス腱と同じだからS1である。
脛骨稜の内側がL4であり外側がL5である。足背の内側から外側へL4、L5、S1である。

図3 腰痛の姿勢指導と腰痛体操

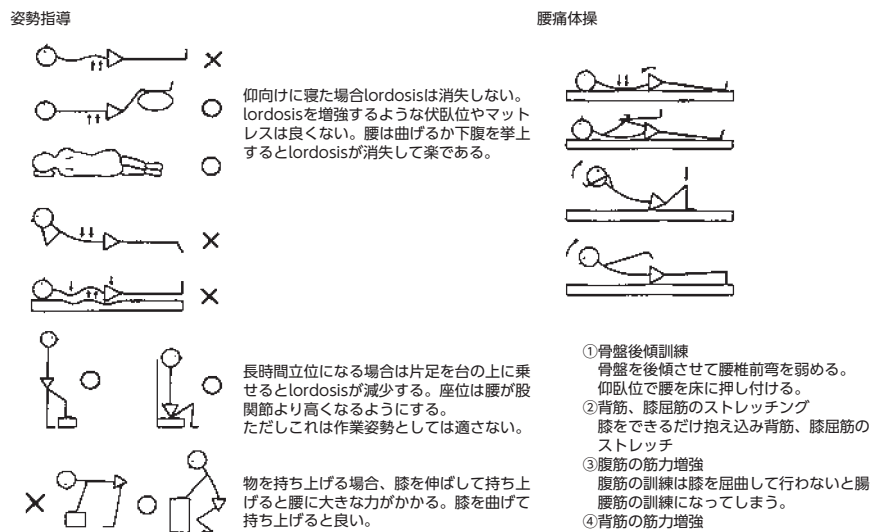


図4 鎖骨骨折の部位と治療法

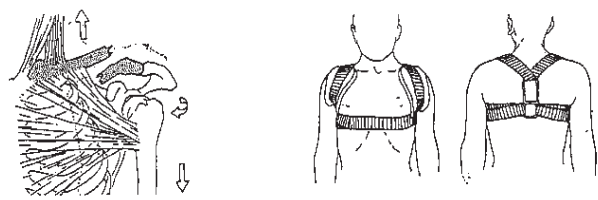


図6 肩鎖関節脱臼

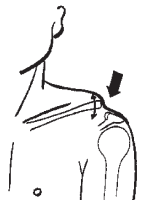
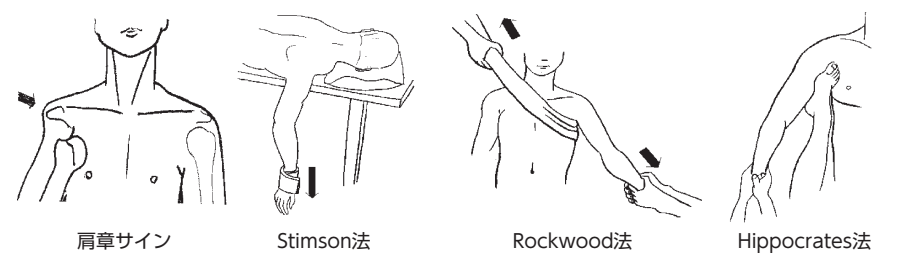


図5 肩関節脱臼の症状と治療法



で習慣性に脱臼することがある。肩の前方脱臼が起こると肩の丸みがなくなり肩峰が飛び出す(肩章サイン)(図5)。特に若人は脱臼したら整復後3週間は固定しておかないと習慣性になってしまう。習慣性脱臼は手術することもある。

整復法

Stimson法:高いベッドにうつ伏せに寝かせベッド端から上腕を下へ垂らす。手に数キロの錘をくりつけ(手に握らせると筋肉に力が入るのでだめ)雑談をして本人がリラックスするのを5~10分待つ。それで整復されなければ脇の下に両手を入れ外側へゆっくり引っ張る。

Rockwood法:ベッドに仰向けにし

腕の下にバスタオルを通し反対側へ助手が牽引をする。術者は手首をつかみ下方へ引っ張る。Hippocrates法:足を腋の下に入れ母趾で骨頭を押しつつ手を遠位へ引っ張る。

肩鎖関節脱臼

鎖骨の外側と肩峰の間にある肩鎖関節が脱臼するもの。完全脱臼するとピアノキーサインと言って鎖骨外側を指で下へ押すとピアノキーのように下がる(図6)。完全脱臼では手術が行われる。とりあえず病院まで三角巾をさせる。

(つづく)

支部の催物案内

■北阪神支部■研究会

「患者さんの経済的負担軽減のために! 知って得する医療・福祉の役立つ制度」
日時 3月23日(土) 15時~
会場 宝塚市商工会議所多目的ホール
講師 神戸女子大学講師 阿江善春先生

■姫路・西播支部■医院経営研究会

「雇用法改正のポイント ~スタッフの有休消化は大丈夫?~」
日時 3月30日(土) 14時30分~
会場 姫路市・じばさんびる602会議室
講師 特定社会保険労務士・産業カウンセラー 嶺山洋子先生

お申し込み・お問い合わせは、☎078-393-1801まで