

兵庫 県
保険 協
医 会

西宮市 西宮 芦屋 支部 ニュース

No. 327

2015-11-15

発行
〒662-0832

兵庫 県 保 険 医 協 会
西宮市甲風園一―一五
連絡先 兵庫 県 保 険 医 協 会

西宮・芦屋支部
法貴皮膚科内
電話 〇七八(三九三)一八〇三

健康と医療について語り合う会 (健康カフェ)

西宮借り上げ復興住宅住民と交流

健康法や認知症の予防法などざっくばらんに

西宮・芦屋支部は、西宮市から退去を求められている借り上げ復興住宅の住民との交流をはかることを目的として、8月22日と10月17日の2回にわたり「健康と医療について語り合う会」を開催。いずれもシティハイツ西宮北口・集会所を会場に、講師は広川内科クリニック院長の広川恵一先生が務めた。

1回目は、「健康カフェ」夏から秋にかけての健康法」と題して開催。借り上げ復興住宅に住む市民ら24人が参加した。

広川先生は、夏から秋への季節の変わり目に体調を崩しやすい理由として、夏は冷たいものを摂りがちで胃が疲れていることや、気温が下がっても薄着を続けるなど温度差に対応できていないことなどを挙げ、薬を何種類も飲むことよりも、食べ物や衣服、部屋の湿度など、普段の生活の中から自分の身を守ることが大切であると強調した。

参加者からは「朝起きると体がだるいのだがどうすればよいか」「眠れないときはどうすればよいか」など日常生活の困りごとが多数寄せられ、広川先生がいていいに答えた。

2回目は、「健康カフェ」認知症を予防



季節の変わり目の体調管理法について分かりやすく解説 (8月22日)



認知症について笑いも交えながら説明する広川先生 (10月17日)

するため」と題して開催。借り上げ復興住宅に住む市民ら18人が参加した。広川先生は、「認知症とは何か」について、「年がいつて起こるもの忘れ」と「認知症によるもの忘れ」の違いの具体例などを挙げながら分かりやすく解説。また、認知症の種類や、認知症によって起こる症状、認知症の原因などにも触れ、体や精神の状態だけでなく、人との関係や生活環境の変化によって認知症が悪化することもあることを説明した。

最後に「認知症予防のための10ヶ条」として、バランスのよい食事や適度な運動、生活習慣病の予防・早期発見・治療、そして何事にも興味と好奇心をもって暮らすこととの大切さなどにも触れ、日々の生活の中での意識づけが大切であることが強調された。

西宮・芦屋支部は、市民の生命・健康を守り地域医療を担う医療団体として、今後もしも引き続きこうした交流の場を開催していくとともに、「シティハイツ西宮北口の阪神・淡路大震災被災入居者に退去を求める西宮市の『提訴議案』を撤回・否決し、生命・健康とコミュニティを守ることを求める請願書」などにも協力している。

会員忘年会

日時：12月29日(火)18時～

会場：『木曾路』西宮店

※阪神西宮駅から北東へ徒歩5分
JR西宮駅から西へ徒歩10分

定員：30人 先着順・事前申込制

会費：7,800円 (当日徴収します)

※お造りと、和牛霜降肉のしゃぶしゃぶ他7品+フリードリンク

院内感染対策研修会 BBR(血液伝播病原体)コース

血液に触れることのリスク、触れないための方法、触れた時の対処法

日時：12月19日(土)14時～

会場：西宮渡辺心臓・血管センター会議室

※セントラルガーデンタワー2階
JR「西宮」駅から西へ徒歩約8分

講師：アメリカ心臓協会(AHA)インストラクター
登山 寿子 看護師

テキスト：1,100円 (実費として当日徴収)

第8回プライマリケア研究会

内分泌代謝疾患治療のエッセンス

～クリニックで必ず遭遇する common diseases 7症例～

日時：12月12日(土)16時～

会場：保険医協会6階会議室

JR・阪神「元町」駅より南へ徒歩約8分

講師：西宮市・林医院 林 功 先生

参加費：無料

英会話は自分で慣れることが大事

10月16日西宮医療会館で英語で診療 Medical English #44を開催。Urology Field 泌尿器科領域「急性膀胱炎、良性前立腺肥大、血尿、腎結石」をテーマに、Robert Conroy氏が講師、坂尾福光先生(西宮市・ビューハイッククリニック)がアドバイザーを務め、医師ら11人が参加した。参加者からいただいた感想文を掲載する。

「話せる英会話」実践編の泌尿器科に参加しました。

坂尾先生と英国のコンロイ先生の指導で、急性膀胱炎、前立腺肥大症、血尿、それに当日用意していただいた腎結石症の実例で、患者と医師の応答を英会話で練習しました。

はじめのうちはあまりコンロイ先生のスピーキングについていけませんでしたが、次第に発音に慣れてきてテンポよく発音できました。内容は、事前に案内されていた「続々・英語で診療」・英語で診療・外科系で予習していた泌尿器科領域のもので、よく分かっていました。コンロイ先生はなかなか発音、簡単な単語で英文を話されました。

やはり英会話は自分で慣れることが大事だと思います。病気の中でも泌尿器科の病気は特殊といわれますが、簡単な文章で患者に説明し、病気の原因を分かりやすく話すことができればすばらしい。その点では日本語も英語もあまり変わらないと思います。



参加者一人ひとりに丁寧な発音指導を行う Conroy 先生

第15回胸部X・P読影会

診断に難渋した症例について検討

10月22日、西宮渡辺心臓・血管センターで、「診断に難渋した一症例」をテーマに第15回胸部X・P読影会を開催。原秀樹先生(尼崎市・はら内科クリニック)が講師、橋野盛彦先生(西宮市・橋野医院)が司会を務め、医師6人が参加した。



それぞれが持ち寄った症例について真剣に討議する参加者

原先生は、長引く咳を主訴として受診した40歳男性に対して、吸入ステロイド剤等を処方したが、1年半後に再発した例を紹介。その際に精密検査の必要性について理解が得られず継続投与したが、10カ月後の精密検査で肺癌と診断された経験を語り、「再発時になんとか患者の理解を得て精密検査を行うべきでなかったか」など真剣な検討が行われた。

講演後には、参加者が日々の診察で撮影した胸部レントゲン画像を持ち寄り、画像からどのような診断を行うべきかの検討会を実施。多発癌、マイコプラズマ肺炎、間質性肺炎や、肺癌術後の患者など、多数の事例が紹介され、自分の診断が妥当であったかどうか、疾患の見落としを防ぐためにはどうすればよいかなど、活発に意見交換を行った。

参加者からは、「今回も非常に実践的でとても勉強になった」、「次回も事例を持ち寄ってぜひ参加したい」などの感想が寄せられた。

90分のうち、後半の30分は予習した英会話文が正しいかどうか、ロールプレイで確認。多少の言い回しの誤りがあっても、コンロイ先生がていねいに直してくださいます。

終わりに、続々と医療英会話本を出版し、研究熱心な坂尾先生から「本日はみなさんがよく予習をして、上々の成績でした」とお褒めの言葉をいただきました。機嫌よく満足な気持ちになり、私でもこの教室に来れば実用英語が話せるようになるのではないかと思います。

【西宮市・結城泌尿器科 結城 清之】

世話人会だより

西宮・芦屋支部は10月23日(金)に西宮医療会館で世話人会を開催。6人が参加した。

【報告】

- ① 英語で診療 Medical English #44 (10・16)
- ② 健康と医療について語り合う会 (健康カフェ) (10・17)
- ③ 第15回胸部X・P読影会 (10・22)
- ④ 「近年開業」交流カフェ (10・31)
- ⑤ 第8回プライマリケア研究会 (12・12)
- ⑥ 院内感染対策研修会 (BBPコース第2回) (12・19)
- ⑦ 支部忘年会 (12・29)
- ⑧ 保険請求事務講習会(西宮会場) (1・30・31)

【予定・企画】

- ① リスクマネジメント研究会
- ② 第5回ファイアサイド・ディスカッション
- ③ 健康と医療について語り合う会 (健康カフェ)

【協会行事】

- ① 保団連第30回医療研究フォーラム (10・10・11)
- ② 第24回日常診療経験交流会 (10・25)
- ③ 第88回評議員会・臨時決算総会・第38回共済制度委員会 (11・15)

※世話人会の日程は毎月第4金曜日です。支部についてのご意見や企画などをお寄せください。