

兵庫県保険医協会姫路・西播支部第25回支部総会、市民公開記念講演 ご案内

健康維持に役立つ運動

～医師・歯科医師からのアドバイス～

日時 7月31日(土)

会場 姫路商工会議所

(姫路市下寺町43番地、TEL:079-223-6551)



◇第1部 総会議事(4階403会議室 14:00～14:45)

◇第2部 記念企画「健康維持に役立つ運動」

701ホール 15:00～17:00

運動は生活習慣病の予防に効果があり、健康維持に役立つと言われてはいますが、「運動しなきゃ…」と思ってもなかなかできない患者さんが多いのではないのでしょうか。一方、最近はスポーツクラブも増え、趣味として、メタボ予防にと、マラソンやテニスなどのスポーツを楽しむ方も増えています。健康維持に必要な運動とその際の注意点、起こりやすいケガへの対処法などを医科・歯科からそれぞれお話していただきます。これから運動を始めてみようという人も、ずっとスポーツをしている人もぜひご参加ください!

①「健康維持に必要な運動と注意点～特にマラソン、ジョギングをされる方に」

宍粟市・八家診療所(整形外科) 八家 仲方 先生

②「歯と健康とスポーツの関係」 姫路市・つだ歯科医院 津田 賢治 先生

参加費 無料 定員 100人(事前申込順)

◇第3部 懇親会(地下1階「清交クラブ」、参加費無料 17:15～18:30)

お問い合わせ先: TEL:078-393-1807(事務局小西、岡本)まで

姫路・西播支部第25回支部総会

FAX 078-393-1802

医療機関名()

氏名() 電話番号()

◇第1部 第25回総会議事(14:00～14:45)

出席 欠席(議事の一切を議長に委任します)

◇第2部 記念企画「健康維持に役立つ運動」(15:00～17:00)

出席 出席人数()人 欠席

◇第3部 懇親会 地下1階「清交クラブ」(17:15～18:30)

出席 欠席

兵庫県保険医協会 姫路・西播支部ニュース

No.164 2010年7月15日発行



発行 兵庫県保険医協会姫路・西播支部 支部長 宗実琴子

連絡先 〒650-0024 神戸市中央区海岸通1-2-31 神戸フコク生命海岸通ビル5F

兵庫県保険医協会 TEL/078-393-1807 FAX/078-393-1802

他科を知る会 **感想文**

連携で乳がん早期発見を

姫路・西播支部は6月17日、姫路じばさんびるで他科を知る会「超早期乳がんを見つけよう～乳腺外来との連携」を開催し、25人が参加した。姫路市にしはら乳腺クリニック院長の西原徳光先生が講師を務めた。参加者の感想文を紹介する。



乳がん予防に関する質問が相次いだ

近年女性のがんで増加している乳がん。西原先生の講義は、乳がんに関するデータの解説から始まり、マンモグラフィー等の画像を含めた症例の提示、確定診断に必要な生検方法の説明など充実したものでした。

乳がんについてのデータの中で印象的だったのは、現在の罹患率が女性の18

人に1人であること、腫瘍を1cm以下の状態で発見して治療すれば、術後10年生存率が91%であることの2点でした。

ところが、腫瘍が1cm以下では、他自覚的にしこりを感じないことが多いらしく、改めてマンモグラフィー併用の検診受診と、その画像所見を正確に診断できる乳腺専門医の重要性を感じました。

また乳腺の組織診断は、他の部位に比べ難しいため、臨床医の診断時の印象や生検時の感覚を病理医に伝えることが肝要である、という話も興味深いものでした。

他にも貴重な知識をいろいろと教えていただきましたが、講義を通じて感じたのは、「乳がんで亡くなる人を一人でも減らしたい」という先生の熱意でした。

(2面に続く)



講演する西原先生

(1面続き)

私は検診をすることはできませんが、乳がんの危険因子となるような食生活や生活習慣を啓蒙することや、乳がんを疑う症状(乳房痛も含まれるのは驚きでした)があれば、乳腺専門医に紹介することで、乳がんの死亡率だけでなく罹患率も減らすことに協力できたら、と思っています。

最後に女性としての本音を言えば、乳がん検診がさらに苦痛の少ない検査になることを願っています。

【姫路市 佐谷かほり】

「保険でより良い歯科医療」求める請願

たつの市と上郡町で採択

たつの市議会と上郡町議会で、姫路・西播支部が提出した「保険でよりよい歯科医療の実現の意見書採択を求める請願」が採択され、意見書が国に提出された。

請願趣旨は、医療費総枠を拡大し、患者負担増にならないよう、保険でよい歯科診療を確保するために、「保険でよい歯科医療の実現を求める意見書」を政府に提出すること。すでに福崎町で同趣旨の請願が採択されており、県下41市町の過半数を超える21議会で採択を実現している。姫路市には、姫路医療生活協同組合と連名で請願を提出したが、審議未了で廃案となった。

他に、たつの市と姫路市には「後期高齢者医療制度をただちに廃止することを求める意見書採択を求める請願」を提出したが、いずれも採択には至らなかった。



第226回幹事会から

6月16日(木) 於 姫路じばさんびる 参加 6人

- ◆姫路・西播支部の会員数 647人(医科 441人、歯科 206人)
- ◆情勢と運動対策、その他 菅政権となり、混合診療解禁や消費税増税の動きがあることについて意見交換を行った。6/3国会要請行動、街頭宣伝などの感想を交流した。
- ◆支部の活動・企画 7月31日(土)支部総会・記念講演会(4面に案内)、8月22日(日)文化企画そば打ち体験(3面に案内)など
会員の先生はどなたでもご参加いただけます。お問い合わせは、078-393-1807 小西まで。

兵庫県保険医協会姫路・西播支部

そば打ち体験 in 姫路



日時 8月22日(日) 10時～14時
会場 姫路市勤労市民会館(姫路市中地354番地、無料駐車場あり)
指導 三田市・福田歯科医院 福田 俊明 先生
参加費 大人1000円、子供500円
定員 50人(定員になり次第締め切ります)

※持ち物はエプロン、タオル等です。参加者には改めて詳細をご案内致します。

姫路・西播支部では、昨年神戸で開催され好評を得た「そば打ち体験」を企画しました。ご指導いただくのは、三田・永沢寺そば道場のそば打ち愛好会で全麵協三段・地方認定審査員としてもご活躍されている福田俊明先生です。

楽しく、本格的なそば打ちを体験した後、ご自身が打ったそばを召し上がっていただきます。夏休みの思い出に、ご家族・スタッフのみなさんお誘いあわせの上、ぜひご参加ください。

参加のお申し込み、お問い合わせは、TEL:078-393-1807 小西まで

西播社会保障推進協議会(西播社保協)第20回定期総会・記念講演会

国保を再生させるために

～大阪社保協の経験から～

日時 7月24日(土) 14時～16時30分
参加費 無料
会場 姫路市自治福祉会館7階大会議室
(姫路市安田3-1 ※姫路市役所西側、TEL 079-288-0130)
講師 大阪社保協事務局長

寺内 順子氏(写真)



国民健康保険の問題は深刻です。姫路市では、国保保険料は、世帯所得200万円の40歳代夫婦と未成年の子ども2人で約38万円にもなります。保険料が高すぎるため正規の保険証をもらえない人が増えており、病院受診を控え病状が悪化する事例も起きています。国保問題を改善していくにはどうすればいいのか、大阪社会保障推進協議会(大阪社保協)事務局長の寺内順子さんに、昨年大阪社保協が行った門真市の国保実態調査結果もふまえながら、お話していただきます。ぜひご参加ください!

参加のお申し込み、お問い合わせは、TEL:078-393-1807 小西まで