



かかりつけ医持っていますか？

「かかりつけ医」はあなたの強い味方！

みなさんは、大病院に行ってもどの診療科で診てもらおうか悩んだり、どんな先生か心配になったことはありませんか？自分の病気や健康のことを一番よく知っていてくれて、何でも気軽に相談できる「かかりつけ医」を持つことはあなたの健康を守るためにぜひとも必要なことです。はじめから大病院に行かなくても「かかりつけ医」は病院と連携を図っていますので、高度な医療や特殊な検査を要する時は一番適切な病院を紹介してくれます。また、症状が安定したら「かかりつけ医」で診てもらえます。いざというとき「かかりつけ医」はあなたの頼りになる味方となります。



編集後記

「医療崩壊」。そっとする言葉ですが決して大袈裟ではなく、これはかなり現実的なことであり、もしもこのまま食い止めることができなければ市民の皆様健康を維持することができなくなるばかりか、日本全体の崩壊にもつながる大きな問題であることを御理解いただけたことと思います。

全てのがんにおいて言えることですが、なんとと言っても大事なのは早期発見です。子宮頸がんも同様です。女性の方、必ず子宮がん検診を受けて下さい。小児の血尿の多くは心配のないものですが、時には治療の必要な病気が原因のこともあります。必ず専門医を受診して下さい。

ペットは私達のかけがいのない家族。でも人と動物の間で感染する病気があることを御存知でしたか？今回は大好きなペットと楽しく付き合えることができるよう、詳しく解説していただきました。

千葉市医師会はいつとも市民の皆様健康のため活動しています。

広報委員長 木村秀哉

郵便はがき

261-8790

料金受取人払郵便

美浜支店
承認

4342

千葉市美浜区幸町 1-3-9
千葉市総合保健医療センター内

差出有効期間
平成21年6月
30日まで

切手をお貼りに
なる必要はござ
いません。

千葉市医師会
「すこやかChiba」編集部 行

氏名 _____ 男・女 年令 _____ 歳

職業 _____

住所 〒 _____

Tel () _____



千葉市医師会は千葉市救急医療体制に参加、協力しています。下記の診療には、多くの会員の医師があたっています。

夜間救急初期診療部 (海浜病院内)

〈住所〉美浜区磯辺3-31-1 TEL.279-3131
 ■診療科目/内科・小児科に限る ■診療日/年中無休
 ■診療時間/月曜日～金曜日 19:00～翌日6:00
 土・日曜日、祝日、年末年始 18:00～翌日6:00

夜間外科系救急医療

テレホンガイド TEL.244-8080
 ■診療科目/外科・整形外科 ■診療時間/18:00～翌日6:00

夜間開院医療機関案内

テレホンサービス TEL.246-9797 でお問い合わせください。
 ■案内時間/月曜日～土曜日(祝日を除く)の17:30～19:30

休日救急診療所 (千葉市総合保健医療センター内)

〈住所〉美浜区幸町1-3-9 TEL.244-5353
 ■診療科目/内科・小児科・外科・整形外科・耳鼻咽喉科・眼科・歯科
 ■診療日/休日(日・祝日)、年末年始
 ■診療時間/9:00～17:00 ■受付時間/8:30～11:30、13:00～16:30

産婦人科休日緊急当番医

テレホンサービス TEL.244-0202 でお問い合わせください。
 ■案内時間/休日の8:00～17:00 ■診療時間/9:00～17:00

千葉県小児救急電話相談

千葉県では平成17年9月から、小児救急電話相談を始めました。
 ■電話番号 #8000
 ■ダイヤル回線、携帯電話、一部の地域では043-242-9939
 ■相談時間/全日19:00～22:00
 相談には看護師が応じるほか、必要な場合には小児科医師に電話転送されます。千葉市医師会の会員の小児科医も多数参加しています。

千葉市医師会立訪問看護ステーション

〈住所〉中央区神明町204 TEL.242-8281
 ■訪問日時/月曜日～金曜日 9:00～17:00
 (土・日、祝日、年末年始は休業)
 ■料金/基本料金:30分436円、1時間850円、1時間30分1,227円
 ※介護認定区分やサービスの内容により異なります。

- 市民のための医師会
十四大都市医師会連絡協議会、千葉市で開催
- 気になる病気
ヒト・パピローマウイルスと子宮頸がん
小児の血尿
- 暮らしと医療
ペット(イヌ・ネコ)からの感染症

編集・発行/社団法人 千葉市医師会
〒261-0001
千葉市美浜区幸町1-3-9
TEL.043-242-1090
URL <http://www.mmjp.or.jp/chibashi-med>



「医療崩壊」をテーマに、熱い議論を展開しました。

第47回十四大都市医師会連絡協議会

千葉市医師会の

主催で開催された第47回十四大都市医師会連絡協議会では、14の都市の医師会の代表が一堂に会し、深刻な医療問題の解決策を見出すべく、長時間にわたり話し合いが行われました。



話してくれたのは
この先生

千葉市医師会
中野 義澄 副会長



本年度の協議会は、
千葉市医師会の主催で行われたのですね。

協議会は、都市に共通した医療の問題を話し合い解決策を見つけることを目的に、年一回各都市で開催されています。第47回となる本年度の協議会は、千葉市医師会主催により、千葉市内のホテルで11月15日（土）と16日（日）の2日間にわたり開催されました。協議会には、千葉市、横浜市をはじめとする11政令市と、東京、京都、大阪の3都府の医師会で構成する十四大都市の各医師会から約500名が出席し、長時間にわたり白熱した議論を展開しました。

今回の協議会のテーマは
「医療崩壊」ということで、
社会的にも関心が集まったようですね。

メインテーマを「医療崩壊」として、「医療費抑制政策について」「新医師臨床研修制度について」「医療事故・医療訴訟について」の3分科会の協議を実施し、新聞各紙などマスメディアにも広くとりあげていただきました。

各分科会の協議テーマについて、
我々一般市民にも関係することがあれば
聞かせてください。

まず第1分科会で話し合われた「医療費抑制政策」についてお話しします。協議は、医師会会員を対象にして事前に行われたアンケート調査の結果をもとに進行了。アンケート結果からは、医療費抑制政策により医療の現場は非常に厳しい財政を強いられてきており、医療崩壊は病院から始まり診療所に及んできていることが明確になりました。これにより医療レベルが下がり、市民の皆さんに大きなしわ寄せが行くことも予想できます。医療費抑制政策は、医

療崩壊の重要な要因であり、医療の現場を支える為に必要な財源を確保することが必要です。議論の末、「各地区の医師会が、医療崩壊の背景と医療に必要な財源確保の必要性について地域の皆さんにきちんと説明して理解していただくことが、国に政策を見直させるためにも重要だ。」ということが、十四大都市医師会の総意と確認できました。

「新医師臨床研修制度」の導入は、
医療の現場にどのような影響がありますか？

千葉市医師会の見解としては、「年間新卒医師約8,000人に対し約1.4倍の募集定員があり、完全な売り手市場のため、選ばれない病院は市場から去って行くしかないという現状がある。臨床研修の質を落とさず魅力のあるプログラムを提供できることを前提とした上で、地域格差（都市部への卒後研修医の偏在）は正のため、都道府県別あるいは地域ごとにバランスをとりながら、都市部の定員枠の削減を求めたい。」としています。医師の偏在の引き金となり医療崩壊に大きく関わっていると言われる「新医師臨床研修制度」は、今後様々な面での見直しが必要という点で、各医師会の意見が一致しました。

「医療事故・医療訴訟について」では、
患者の立場としての課題が
あげられたようですが。

千葉市医師会が昨年行ったアンケート結果を見ると、医療従事者に暴言や暴力をふるう、いわゆる「モンスターペイシエント」による被害は、予想以上に多くなっています。こうした問題が、特定の診療科の医師不足を引き起こしつつあることも深刻な問題です。医療は、本来患者と医師の相互の信頼関係のもとになりつつものであるということを、市民の皆さんに今一度理解していただき、医師患者ともに診療マナーを守っていくことが大切なのではないでしょうか。

協議会を振り返り、医療崩壊の
最も大きな要因は何だとお考えですか？

どの問題が一番の原因とは言えません。分科会で話し合われた3つのテーマは、それぞれ医療崩壊の要因として大きな課題であり、医療崩壊を食い止めるためには、全ての課題を改善していくことが必要だと改めて感じました。

協議会で話し合われたことは、
厚生労働省等に提出されたのですね。

決議文として、政府、厚生労働省、日本医師会、全国県医師会長等に提出しました。十四大都市医師会の会員数は、全国の医師の3分の1を占めており、その総意である決議文は、政府にも強いインパクトを与えるものと考えます。こうした活動により、医療の現場が少しでもよい方向に向かえば、市民の皆様も安心して暮らせる社会の実現が可能になるのではないのでしょうか？

ちば先生が行く! 診療券の巻

ちよとひと休み

受付

鈴木様??

はーい!

動物病院のこと聞きました!

すこやかChiba (vol.25) アンケート結果から

- ① 国は医療にもっとお金を使うべきだと思いますか?

はい	993
いいえ	85
どちらとも言えない	4
無回答	16
- ② 医師の数をもっと増やすべきだと思いますか?

はい	1054
いいえ	31
どちらとも言えない	4
無回答	9
- ③ 健康保険は必要だと思いますか?

はい	1088
いいえ	7
どちらとも言えない	0
無回答	3

気になる病気
ヒト・パピローウイルスと
子宮頸がん
小児の腎症

気になる病気をわかりやすく

MEDICAL NAVIGATION

子宮頸がんは、がんになる前にほぼ100%発見できる病気です。

◆ ヒト・パピローウイルスと 子宮頸がん

昨年のノーベル賞受賞者が発見したことで知られるヒト・パピローウイルスと子宮頸がんの関係や、非常に有効でありながら日本ではまだまだ受診率の低い子宮頸がん検診についてのお話を、千葉市医師会の高橋先生に伺いました。

答えてくれたのは
この先生

千葉市医師会

高橋 敬一 医師



■女性特有の病気、子宮頸がん

子宮頸がんは、子宮の入り口にできる女性特有の病気で、発生率、死亡率ともに、乳がんに次いで2番目に多いがんです。初期ではほとんど自覚症状がないため、気づかないうちに進行しているというケースが多く、日本では年間約8000人の発症者のうち約3000人が亡くなっています。また、20～30歳代の若年層に増えつつあるのも特徴のひとつです。

■ヒト・パピローウイルスってなにもの？

子宮頸がんの原因は、ヒト・パピローウイルス（HPV）の持続感染です。HPVはごくありふれたウイルスで、性交渉の経験を持つ女性の50～80パーセントが、一度はHPVに感染すると言われています。そして、感染が長期化すると子宮頸がんに行進することがあります。こうした背景から、子宮頸がんは性交渉の乱れが原因と思われがちですが、そうではありません。性交渉が一度でもあれば誰でも感染する可能性のあるウイルスなのです。

■検診で予防が可能になった唯一のがん

子宮頸がんは、検診でがんになる前の段階（異形成）での発見と予防が可能になった唯一のがんです。検診には、細胞診とHPV検査がありますが、この2つを併用することで精度が上がり、異形成の段階でほぼ100%発見することができます。千葉市では、20歳以上の女性を対象に子宮がん検診を実施しており、頸部の検診は1000円（集団検診は500円。HPV検査は自費検診になります）で受けることができます。しかし、この子宮頸がん検診の受診率は欧米では80%以上と高いのですが、日本では20%程度にとどまっており、若年層の受診率はさらに低くなっているのが現状です。

■自分の健康は自分で責任を持って

ほかのがんは、検診を受けても見逃す場合がありますが、子宮頸がんはほぼ100%発見できるので、20歳を過ぎた女性は、是非この検診を受けてください。そして、正しい知識と、「検診を受けることで自分の健康は自分で守る」という意識を持つことで、子宮頸がんのリスクを回避することができるということを、みなさんの周囲の女性にも教え広めていただければと思います。

血尿は腎臓・尿路の病気の重要な徴候の一つです。

◆ 小児の血尿

尿に血液が認められるものを血尿といいます。3歳児・幼児検尿、学校検尿など小児期の検尿で指摘される尿異常の大半は血尿です。多くは体質的なもの、もしくは成長期に一過性に認めるもので心配はありません。但し、血液検査などで異常のないことを確認することが大切です。

小児期の血尿の原因は多岐にわたりますが、多くは原因不明の無症候性血尿と診断されます。無症候性血尿と診断された人の経過を見てみると1年目に約30%の人が治り、5年で半数、10年で約80%の人が正常化しますが、残り的人達はいつまでも血尿が続くようです。経過中特に治療の必要はありません。

しかし、血尿の中にも、実は、腎炎の初期症状であることや腎臓・尿路（尿管、膀胱、尿道）の奇形などの泌尿器科的疾患などである場合がありますので、病気を見分ける必要があります。

腎炎の時は、風邪などで体調を崩した時に肉眼的血尿*）を認めたり、経過中に蛋白尿が加わってきます。特に、血尿が発見されてから1年以内はしっかりと定期検尿を受け、蛋白尿が伴っていないことを確認することが大切です。2年目を以降は血尿だけであれば3～6ヵ月毎の経過観察としてよいでしょう。

また、発熱、腹痛、腰痛、頻尿、残尿感や浮腫などの症状を伴う血尿の時は腎臓や尿路の病気なので、治療が必要です。

*）肉眼的血尿：尿の色がコーラ色や赤ワイン色を呈している。腎尿路結石、尿路感染症、腎炎や外傷の時に認めることが多い。〔薬物の服用や食物（ブラックベリー、イチゴ、赤大根など）摂取時の着色尿とは区別される〕

答えてくれたのは
この先生

国立病院機構千葉東病院

倉山 英昭 副院長



診療夜話



私がまだ研修医だった頃のことです。とてもお酒が好きな高齢の患者さんがおられました。膵臓がんになっても飲むのを止めませんでした。最期は食事も摂れず入院されました。口腔内が乾燥する為、濡らしたガーゼを口に含ませると吐き出してしまいます。指導医とご家族に相談して、試しにお酒をガーゼに浸して含ませると嬉しそう顔をされていたのが印象的でした。もちろん膵臓がんの方にお酒は毒ですし、病室での飲酒は厳禁です。しかしながら自己の責任で選択されるなら、生き方として尊重しなければならぬのではないかと思います。介護保険の制度はそうした自己決定の原則に基づいてスタートしました。ご高齢の方が残存機能を活かしながら、いかに自分らしく生きていくか。それを社会で支え

ていこうというのがこの制度の主旨です。昨年5月に開設した私どものデイケア施設では、食事をバイキング形式にし、ご本人に選ぶ楽しさを味わっていただいています。足腰が悪くなり外出する機会が減ると、刺激がなくなり脳の老化が進みます。なるべく施設から出て、公園で季節を感じていただいたり、外食をしたり、プラネタリウムを見たり創意工夫をしております。

普段は余り話をしない利用者さんが、デイケアでの出来事を糸口に話そうになったと、ご家族に伺ったり、外出や行事の参加写真をお渡しすると「うちではこんな笑顔見たことがないですよ」と言われる事もあります。デイケアは機能回復だけでなくQOL（生活の質）の向上の面でも大事な一翼を担っていることを感じます。

広報委員 和田 浩明

ペットからうつる感染症は、正しい知識を持って対応を

ペット(イヌ・ネコ)から人うつる病気って?

可愛いペットとの過剰なスキンシップは、感染症の原因になることもあります。大切なパートナーと楽しく暮らすために、ペットからの感染症についてまずは知り、正しい接し方を心がけてください。

Q イヌやネコなどのペットから病気がうつることはあるのですか?

A 一緒に暮らしているイヌやネコなど、身近なペットから病気がうつると思っている人は少ないのではないのでしょうか?しかし、昨今のペットブームでペットの数が増加しており、平成20年度の飼育頭数は、イヌが約1310万頭、ネコは約1089万頭(ペットフード工業会調べ)にのぼります。そして、このペット数の増加に比例して、感染症の発症報告が少なからず出てきていることは事実です。今回は、ペットの中でも最も身近な存在である、ワンちゃん、ネコちゃんから人へ感染する病気について、お話ししたいと思います。

Q ではまず、ペット(イヌ・ネコ)から人へ感染する病気には、どんなものがあるのが教えてください。

A 人と動物との間で相互に感染する病気のことを人畜共通感染症(ズーノーシス)と呼び、日本では60種、世界では200種ほどの病気が確認されています。主な病気としては、以下のものがあげられます。

- サルモネラ症、カンピロバクター症…糞の中の病原体が口に入ること感染。下痢や腹痛などの胃腸障害(食中毒)を起こす。
- ネコひっかき病…ネコやイヌにかまれたり引っ掻かれたりすることで感染。発熱や傷口やリンパ節が腫れるなどの症状が出ることもある。
- トキソプラズマ症…感染しているネコの糞の中の病原体が口の中に入ること感染。成人では無症状であることが多いが、妊婦が感染すると流産や胎児の先天異常を起こすことがある。
- 回虫移行症…糞の中の病原体が口に入ること感染。幼児の場合、肝臓、脳、眼等の臓器障害を起こすこともある。
- 狂犬病…感染しているイヌに噛まれることで感染。発症すると神経障害が起こり、致死率が非常に高い。昭和32年以降動物での国内発生はないが、外国では多くの国でいまだ発症例が見られる。

Q どのような人が感染しやすいのでしょうか?

A 多くの場合、健康な大人であれば感染しても軽症ですみますが、小さいお子さんや高齢者、病中病後などで体力・免疫力が落ちている人は注意が必要です。また、先に述べた、トキソプラズマ症など、妊婦さんが注意しなくてはならない病気もあります。

Q ペットからの感染は、予防することができますか?

A 過度なスキンシップは避け、以下のことに気をつけてください。

- 口移しや自分の使っている箸で食べ物をあげないこと。ペットのエサや水は、専用の食器で与えること。
- ペットを触ったあと、糞の処理をした後は、うがい、手洗いをする。
- ペットのケージや寝床などは、清潔に保つように。
- 定期検診を受けるなど、ペットの健康管理をしっかりすること。
- ペットと一緒に布団で寝ないこと。

狂犬病に関しては、国内で飼われているペットから感染することはまずありませんが、ワンちゃんを飼われている場合は、年に一度の予防注射を必ず受けさせるようにしてください。しかし、感染症をむやみに心配して、飼っているペットを遠ざけたり手放した

りする必要はありません。先にあげたトキソプラズマ症や回虫移行症なども、ペットが感染しているかどうか検査することで人への感染を防ぐことができます。飼い主さんがきちんとした知識を持ってペットに接すれば、ワンちゃん、ネコちゃんとの楽しい生活を維持していくことは難しいことではありません。

Q 万が一感染してしまった場合は、どうすればいいですか?

A 感染症にかかっている場合、早めに治療すればほとんどの場合軽症ですむので、すぐにお医者さんに相談してください。何となく体がだるい、微熱が続く、おなかの調子がよくないけど病気の心当たりがないという時は、ペットからの感染症を疑ってみることも必要です。診療の際には、どんなペットとどのように接したかなど、状況をきちんと説明することを心がけてください。

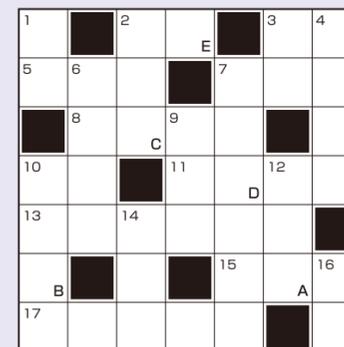
答えてくれたのは
この方

千葉市保健所食品安全課

三井 良雄 さん



クロスワードでちょっと一息



ヨコのキー

- の道は蛇。ジャングルで大○○に遭遇
- 無心であること。○○夢中
- 喉頭から肺に続く空気の流れ
- 店の入り口にかけておく布
- 習った事を実生活に○○○する
- 液体などがしみついて汚れること
- この情報誌を発行するのは千葉市○○○○
- 英訳すると、パラサイト
- 未来の出来事を夢で見ること
- 英語で窓のこと

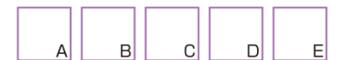
タテのキー

- 風邪が長引き、○○が止まらない
- 腎臓の一部
- たくさんの人や生き物が集まっている状態
- 目の病気を治療してくれるお医者さん
- 人前に出ること。初めて顔を見せること
- 脳に出来る腫瘍の総称
- 夜店のこと。○○○での買い物は楽しい
- 女性だけにある臓器
- ソファより低い椅子
- 胃壁から分泌される液体
- 首と腹の間の部分

ABCDEを並べると解答になります。

●応募のメ切は平成21年6月30日です。

クロスワードの解答



- 本号「すこやかChiba」で、興味深くお読みになったのはどの記事ですか?(複数の場合はすべてに○をお付けください)
 - ・市民のための医師会
 - ・気になる病気
 - ・くらしと医療
- かかりつけ医をお持ちでしょうか?
 - ・ある…医療機関名 ()
 - ()
 - ・ない

〈学校医について〉

- 学校医は医師会が推薦していることを知っていますか?
 - ・はい
 - ・いいえ
- 学校医の仕事を知っていますか?
 - ・はい
 - ・いいえ

どうもありがとうございました。

このアンケートはがきの個人情報は、千葉市医師会が責任を持って管理し、連絡の目的以外に使用することはありません。

クロスワード正解の方でアンケートにお答えの方に抽選で下記の景品を差し上げます。

- 1等 ディズニーシー1日ペアパスポート 3名様
- 2等 クオカード (3000円) 10名様
- 3等 クオカード (1000円) 50名様

※発表は景品の発送をもってかえさせていただきます。