南牧村 診療所からこんにちは No.11

2016.5.28

「地域に密着し住民の暮らしを見つめた医療機関として、地域住民の命と健康を守り、安心して暮らせる地域づくりに貢献する」という診療所の理念に基づき、単なる健康情報にとどまらず、広く生活や文化、地域づくりにまつわる話題を紹介します。

健診に意味はあるか?!

熊本地震で亡くなられた方に謹んでお悔やみを申し上げますとともに、被災された方々にお見舞い申し上げます。

外来に通院くださっている患者さんに、年に一度のご長寿ドック(ヘルススクリーニング)をおすすめすると、「もう、おらぁいつお迎えがきてもいいんだから、健康診断で病気を探すのは卒業だよ」と、けんもほろろです。大正生まれの言葉の重みがあります。

「普段先生がちゃんと診てれば、見逃しはないだろう?なっ?」と所長がたじろぐ豪速球も返ってきます。

でも、健診の目的は、病気を早く見つけるだけでしょうか。そもそも、かかりつけの医師が注意深く拝見していても、「もっと早く診断できなかったのか」という苦いカルテは枚挙に暇がないのが本当のところ。医療と不確実性は不可分です。

むしろ、健診をきっかけに各々の体調の変化に気づき、「ちょっと冬に太りすぎたな」と省みたり、自分の身体に関心を寄せて「孫も生まれたし、禁煙しよう」と心がけに変化が出ることこそ、実は肝だと思うのです。

南牧村に赴任して美味しいものに囲まれ、知らぬ間に貫禄をつけた所長も、職場の健診で「腹囲が基準を超えたので、隣の部屋で詳しく話を聞いていきますか?」とイエローカード。これがきっかけで、今は「先生えらい痩せたけど、どっか悪いだかい?」と逆にご心配いただくことに。安心して下さい、ダイエット続いてます。(5月現在67kg、8kg減)

半世紀前の八千穂村で、日本で初めて集団健康診査を始めた若月俊一も、「健康は誰かが押し付けるべき問題ではない」と語っています。ご自身の健康について主体的に向き合うきっかけとして、ぜひ、健診をご活用ください。結果に不安があれば、気軽に診療所に相談においでください。

ご長寿ドックをお受けになった方は、6月2日に結果説明会です。次の受診には結果表をお忘れなく!

「雨氷」撮影:ます子さん

百年の歩み

渡辺 光敏さん(100歳)

私は大正初期に東京新宿区の一隅に生まれた。今の過密な所とは違い、子どもたちは猿のように木登りしたり、原を駆けまわったり、のんびりした風景だった。何時も離れず、あの暗い戦争の日々に入り、日本中が悲しい思いでいた。昭和21年4月に野辺山開拓に赴き、紆余曲折あり、筑波大学演習林を56年に退職するまで健康であった。

平成21年4月末のこと、外出帰りに右足が浮いたようになり、翌日小海の分院を受診すると、脳梗塞の診断で入院。診察室までは歩けたものが、病室に伏せると足が急に重く動かなくなった。五ヶ月入院して、車椅子生活が今も続くが、右の手足が正常に動くので、食べること、書くことができるのは、不幸中の幸いである。

あれから7年、今年は100年の歩みを成した。このことはなんと医療のおかげと思う。健康は自分で如何に自画自賛しようと、病は何時襲い来るや知れず、今思うに我が方の健康は医療あって守られる、そのことをつくづく思う今日である。

若い来訪者たち

軽井沢に新設されたISAK(インターナショナルスクール・オブ・アジア・軽井沢)の高校二年生8名(出身国は7カ国)が、小海、川上、野辺山診療所で地域医療の実習をしました。最後のまとめを行なった小海分院では、「(医療における)チームワークの大切さがわかった」と語りながら、踊りと歌で患者さんを喜ばせてくれました。

シップの処方制限のお知らせ

今年4月から湿布の処方枚数が、1回の受診あたり70枚までに制限されることになりました。皆さんにはご不便をおかけしますが、ご理解のほどよろしくお願い致します。

診療所 基本情報

南牧村診療所	月	火	水	木	金
南牧村出張診療所	●		●	※	
	☎0267-96-2112 海ノ口駅直結				
野辺山へき地診療所		●			●
	☎0267-98-2875 野辺山駅1分				

外来受付8:30-11:00　午後は往診　※第2木曜午後は眼科

当診療所は機能強化型在宅療養支援診療所として、24時間・365日、村民の皆様の在宅療養の「困った!」に応えます。

「こんな診療所になったらいいな」「こんな特集してほしいな」など
みなさんのご意見をお聞かせください。

①診療所のスタッフや投書箱 ②E-mail minamimaki.clinic@gmail.com ③村役場住民課

発行:南牧村診療所　責任:座光寺正裕　デザイン:由井葉子(E-mail:yuikodeep229@gmail.com)