発行
大島郡医師会
奄美市名瀬塩浜町３－10
TEL0997－52－0598
FAX0997－54－0597
印刷 南海日日新聞社

大島郡医師会だより

No.100 2024.1月号

医師会病院
虹の丘
訪問介護事業所
訪問看護ステーション
居宅介護支援事業所
グループホーム虹の丘
養護老人ホームなぎさ園
臨床検査センター

令和６年、新年の辞

大島郡医師会
会長 稲 源一郎

賀春

お健やかに新年をお迎えのこととお慶び申し上げます。

今年の十二支は5番目の「辰」、「たつ」です。「竜」、「龍」とも称します。英語のドラゴンとは異なりますが、英語表記では〝Dragon〟となります。いずれにしても架空の動物で、干支の中では唯一の架空動物です。「辰」は年月、時刻、方位を表す干支としての字であり、「龍」はそのシンボルです。「辰」は草木が整った状態を表しています。昨年の「卯」は、茎や葉が大きくなり広がり、地面を冒（オオ）うようになった状態を表していましたから、今年は広がった草木が整理されて整う年です。古来の漢字は「竜」の方で、冠を被った大蛇の象形文字です。「ドラゴン」は翼を持ち、ヨハネの黙示録には巨大な赤い龍として、キリスト教では悪の対象であるが、一方、日本では「龍」は水神として崇められ、鳳凰・麒麟・霊亀と並び吉兆の際に現れる霊妙な獣です。

小学生だった私はそのような知識もなく、司馬遼太郎の竜馬に憧れ、当時から飼っていた雄の動物（犬、猫、鳥など）はすべて「ドラ」と名付けています。司馬遼太郎が「龍馬」でなく「竜馬」としたのは、坂本龍馬と区別する意図だったらしい。

《新型コロナ感染症》

令和5年5月より新型コロナ感染症は、インフルエンザ、麻しん、風しん、梅毒などが属する5類に移行しました。制限が色々と解除されたとは言え、高齢者や重篤な基礎疾患を要する人が罹患に際しての侵襲や、まだ病態が判然としない罹患後の後遺症発生を考慮すると、可能な方はワクチン接種が望ましく、また病院や人混みではこれまで同様に手洗い・マスクなどの防御に努める必要があります。

《ふりかえりと展望》

血液備蓄所再開設に関しては、大島郡医師会として住民に必要性の声かけを行い、より一層の署名を集める所存ですが、運動主体としては行政と考えます。その旨を市議、県議との懇談の際には伝えましたが、諸問題の解決を含め、継続可能な体制作りには時間をかけることが必要と感じています。

奄美復帰70周年記念の招待があり、津畑理事が出席しています。今後の奄美の在り方を考えるうえで、これまでの経緯を知ることは、今後の災害時などの地域医療の体制を整えるうえで大切なことと考えています。各地域での活動より始め、他地域との連携へと拡大し、行政、他機関との連携を深める重要性を互いに確認することが大切と考えています。

奄美和光園創立80周年記念があり、大島郡医師会としての日当直体制確保、専門外来の関与に対し感謝状を頂きました。奄美和光園は、高齢化の進む奄美での医療・介護・福祉の在り方を考えるうえで、モデルとなる地区です。

医師会病院・虹の丘の合同忘年会がコロナ禍を経て、4年ぶりに催されました。新しい仲間、懐かしい仲間と話すことができました。また、これまでの忘年会で痛飲した仲間、離職された仲間のことも懐かしく思い出しました。集うことで得られる一体感、昂揚感に優るものはありません。今後は医師会会員の先生方にも参加を願い、互いの連携を深めたいと考えています。今年は、昨年までできなかった夏祭りのパレードも再開し、皆で愉快にパレードすることを楽しみにしています。

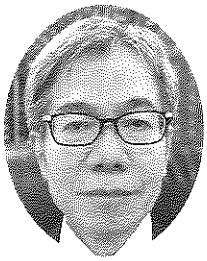
《これから》

２０２４年４月にはトリプル改訂があります。診療報酬、介護報酬、障害福祉サービス等報酬の改定である。つまり医療・介護・福祉の改定である。奄美ではこれら分野に従事している人は、全就労者の25％と多く、鹿児島県全体での19.1％と比しても、奄美では医療・介護・福祉の従事者の多さが理解できます。２０２３年春闘では、平均賃上げ率は3.58％。一方、令和３年には新型コロナ対策として地域でコロナ医療など一定の役割を担う医療機関に勤務する看護職員を対象に、収入を３％程度引き上げるための処遇改善の仕組みが創設されました。しかし他の職種と比すとまだ低いのが現状であり、一部に限定されています。そのためにもトリプル改訂に関して、医師会として働きかける必要があります。声を大きくできるかは会員数の確保にかかっています。平成13年ごろは60％程であった医師会入会率は令和３年には51.2％まで下がっています。年間９千人程度の医師が誕生し、３千人程度が医師を辞めています。鹿児島県は医師会の入会率が高い県ではありますが、減免措置を講じてはいるが若手医師の入会率が低いのは否めません。

《最後に》

奄美第九２０２３年を堪能しました。前回、２０１８年に機会があり拝聴。その時は第九の２楽章、３楽章、４楽章が奏でられましたが、今回は奄美オーケストラが発足して10年目にして初の第１楽章から第４楽章までの全楽章演奏でした。奄美に縁のある方々が集い演奏し、また合唱も圧巻でした。個々の叡智が集結した音・声、まさに深淵からの響きが体を揺さぶり、突き抜けていきました。ベートーベンが２００年前に難聴に悩みながら死の３年前に完成させた交響曲。これだけの長い年月にかけて愛されてきた第九を結成10年目にして全楽章を演奏できるようになった奄美オーケストラ。何が原動力になったのかを考えると、全楽章を演奏できるようにという共通の強い意思で、個々が鍛錬し、互いの音を重ねる相互の連携を10年も継続したことである。それらを経て、協奏することにより奏でられる音、歌が見事に絡み合い完遂。

医師会としても同様に個々の叡智を高めた多職種の仲間と、相互的に絡（カラ）めながら、結果として継続して連（ツラ）なる体制を目指します。



新年を迎えて

大島郡医師会病院
院長　満　純　孝

明けましておめでとうございます。令和6年が明けました。

歳をとったせいか月日の過ぎるのが早く去年1年はどんな年だったのかすぐには思い出せません。

ジャニー喜多川氏の性加害問題のような暗いニュースだけでなく、将棋の藤井聡太竜王が史上初の八冠達成や大谷翔平選手が2回目のMVPを受賞した明るいニュースもありました。

奄美では8月上旬に大型台風6号のためおよそ10日間にわたって船や飛行機の欠航が続き日常生活に大きな影響が出ました。8月上旬なのに6号という番号の若い台風で、去年は台風の発生数・上陸数ともに少なかったようです。数は少なくても影響は大きいですね。

10月には51年振りに鹿児島で国体が開催されました。奄美でも三儀山の運動公園で相撲競技が行われましたが、医師会病院から歩いて行けるので見に行きました。テントが立ち並んで、その中には体の大きな選手がたくさんいました(肥満体型の選手も多く、糖尿病などの成人病がちょっと気になりました)。飛行機も重量オーバーで伊丹や羽田から臨時便が出たようです。

昨年は奄美の日本復帰70年だったので様々な催しに「奄美群島日本復帰70周年記念」の冠がついていましたが国体もそうでしたね。

医療関係では5月に新型コロナウイルス感染症の感染症法上の分類が「2類相当」から「5類」に引き下げられました。

令和元年12月に中国湖北省武漢で初めて確認された新型コロナウイルス感染症は急速に世界中へ感染拡大し令和2年1月には国内で初めての感染者が確認されました。2月には指定感染症に指定され全数届け出が開始されました。当初は海外・特に武漢省からの感染者を入国させないため空港や港での水際対策がとられていましたが、国内での感染が広がると感染拡大防止策に重点が置かれるようになりました。

緊急事態宣言も発出され飲食店には営業自粛、国民には不要不急の外出自粛などが要請され、休業・廃業する店もありました。飲食店でのクラスター発生や院内感染なども当初は検査キットの不足や個人防護具の不足もあり手探り状態で感染対策を行っていました。有名人で亡くなる方もいて必要以上に恐れられた時期もありましたが次第に新型コロナ感染症の実態が解明されてきました。

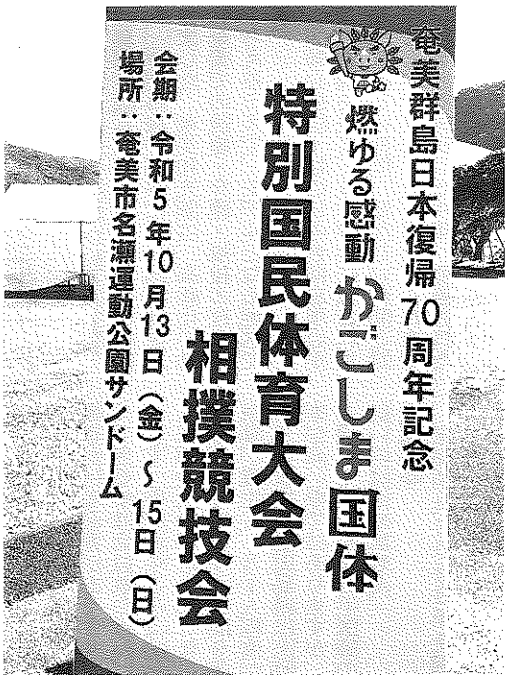
ウイルスも変異を繰り返しアルファ株からデルタ株、オミクロン株と少しずつその姿を変え流行の波が繰り返されていますが、現在はオミクロン株の亜系統によって流行株が置き換わっています。昨年9月頃には第9波が来ていたようです。

現在の流行株は、感染力は強いものの重症化はしにくいとされていますが、特に高齢者などは後遺症が残るなどコロナ感染をきっかけに持病が悪化して亡くなる方もいるためまだまだ油断はできない病気です。

感染症法の5類に引き下げられたことで全患者数を毎日集計し発表していた全数把握は終了し一部の医療機関の患者数を1週間ごとに発表する定点把握に移行しました。これによって毎日テレビや新聞で感染者数が発表されていたのがなくなったため目立たなくなりコロナが無くなったと勘違いしている方もいますが、常に一定数の患者さんは発生しています。

今年1年どんな年になるのかわかりませんが、これからもウィズコロナの時代は続くと思います。

感染症に限らず「必要以上に恐れず、侮らず」健康に過ごしたいものですね。



新春雑感

介護老人保健施設「虹の丘」
施設長　喜入　厚

新年あけましておめでとうございます。年を重ねるにつれ時の速さを実感したこの1年でした。

さてこの1年を振りかえりますと、まず頭に浮かぶ出来事は多数の一般市民の死傷者を輩出した1昨年2月から続くロシアのウクライナ侵攻であり、6月に原発の取水ダムが爆破され、決壊し多くの犠牲者が出るなど現在も尚、毎日のようにニュースで生々しく報道され、またロシア・中国・北朝鮮対米国を中心としたNATOとの闘いが国連での議決で浮き彫りとなった。さらに昨年10月に勃発したイスラエルとハマスの戦いで多くの子供が犠牲にさらされ、特にイスラエルのガザ地区への病院空爆にて多数の犠牲者が出ており、収束の気配すら見えない状況である。1月のトルコ・シリアでのM7.8の地震で多くの死者がでた事も記憶に新しい。

暗いニュースが続く中スポーツでは明るいニュースとして3月のWBCで日本が世界1の栄冠に輝き、その中心で大活躍した大谷翔平が大リーグ史上日本人として初のホームラン王となり、さらに2年連続のMVPに輝いたことは我々日本人にとって大きな誇りとなった。また9月のラグビーワールドカップで日本は予選を勝ち抜き、決勝トーナメントであと一歩のところで敗退、南アフリカが優勝、世界の大きな壁を感じた。またプロ野球は阪神18年ぶりの優勝、オリックスがパリーグ3連覇など関西が大いに盛り上がった年で、この原因は私が推す読売巨人軍の衰退によるものである。

一方、4月の10人の犠牲者が出た沖縄での自衛隊のヘリ墜落や最近の屋久島沖で8人の犠牲者が出た米軍のオスプレイの墜落事故も記憶に新しい。

一方9月に明るみになった国内ニュースで芸能界の性加害問題は毎日のように報道され、その長きにわたる根深さにおいて、被害者の補償問題が国の法整備にまで取り上げられ、10月にはジャニーズ解体に追いやられた。さらに10月には将棋で藤井九段が初の全八冠制覇されるなど、タイトルを総なめし、大きな話題となった。

国内では新型コロナ感染で介護施設や病院でのクラスター感染が徐々に収まり、5月にはインフルエンザと同等の「5類」に移行し、感染に対する強制的な拘束が廃止され、マスク着用も自主性が重視されるようになったが、感染は今尚続いているが抗ウイルス薬の開発にて感染者の死亡例や重症化は抑えられているようである。しかし多くの式典やスポーツ大会が4年ぶりに観客の制限なしに行われており、何時9波が訪れてもおかしくない状況ではある。我々老健施設の全国大会もコロナ禍で3年続けて中止されていたが昨年はようやく制限なしの大会が4年ぶりに宮城県で開催された。

さて徹底した当施設での新型コロナ対策は一昨年8月いみじくも簡単に水際を踏破され、最終的に約2週間に施設内感染者が百歳を超える2名を含め計32名となる大クラスター感染となり、感染者が0になるまでの1か月は気が休まる時間は無く大いに反省したつもりでいたが、昨年7月末から8月初めにかけて大クラスターに再度見舞われ計53名の感染者を出すこととなった。振り返ってみるが、無症状感染かと思われ、回避は困難かと思われる。幸い皆さん元気に回復され死亡者を出さずにすんだことで胸を撫で下ろす結果となりましたが、この貴重な経験を今後の感染対策に大いに生かす所存です。しかし無症状感染はまた遭遇する可能性は否定できないため、感染者を如何にして拡散させないかが肝要となる。また今後の課題として当施設は老健設立時、国の推奨で多床室中心であり、一旦今回のようなハイリスクな感染症が発症すると容易に拡散するという結果より、国が推奨する多床室の個室化補助金を現在の1床当たり90万ではとても賄えない。全国には我々同様の施設も多い中で全老健及び老施協を通して厚労省へ陳情してもらいたい。もう一つの課題としてコロナ発症・濃厚接触者発症で休業した場合、1度減収になった入所系のV字回復ができない状況が感染発症後3か月経っても経営が厳しい状態が続いている。これは一昨年の轍を再度踏むこととなったが、現在当施設も減額分を自治体に取り戻すべく交渉中であるが、大変国も財政が厳しいようである。また施設入所中の利用者ご家族との面会は現在では時間を短時間でマスク着用の下1階ロビーで行いご家族には好評であり、中々在宅復帰が困難な高齢者も数多くおり、やむを得ないかなと思われる。政府の方針で社会・経済活動の回復はこれ以上先延ばしにできない状況にあり、しばらくは感染収束に向けて感染対策も緩和されつつある。

「完全終息期」とは新型コロナがインフルエンザ並みの状況になった時であり、現在はまだ感染者の発生頻度からすると安心できない状況である。つまり経済活動や社会活動を抑制して無理に感染者数を抑えなくても、死亡者数を低く抑えられた状態となる。日本ではインフルエンザは年間1000万人が発症し1万人が亡くなっている。

（4面へつづく）

従って死亡率は0.1％であり、新型コロナは第4波で3.04％、第5波で0.39％、第6波0.36％と着実にインフルエンザに近づいている。

これはやはりワクチン効果によるものと言われている。今後も昨年10月から施行中の最後の無料ワクチンと考えられる7回目接種の促進と一昨年11月国内製薬会社にて開発、販売開始された内服の重症化予防薬治療の定着による死亡者の抑制に重点が置かれ、日常回復の条件が整えられるであろう。また昨年はインフルエンザの流行が予測通り、小中学生にパンデミック化し、当施設でも利用者、職員にインフルエンザワクチンをほぼ全員に行っている。

さて我々老健施設も3年に1回の介護報酬の改定に伴い制度が大きく変わってきているが新型コロナ感染症、人材難、物価上昇で経営が苦しめられている我々老健施設にとって、2024年は6年に1度の医療・介護・障害のトリプル改定は未来に向けて明暗を分け、かつ大きな分水嶺になる。認知症が中重度で要介護が高い方は、急性期から回復期リハ病棟や地域包括病棟に行くより、認知症のリハビリを提供できる老健施設の方が認知症の悪化にも対応可能で適切と考える。その事により老健の生命線である稼働率の上昇に繋がる。また脱水などの医療ニーズの高い在宅療養者の緊急的なショートステイは加算の対象となっているが老健の在宅医療支援機能の強化につながり、医療費の削減にも寄与することとなる。介護人材不足の問題は喫緊の課題であり、国では介護ロボットの導入、介護助手の活用、事務等のＩＣＴが提唱され、ケアの質向上につながり離職率の低下等に有効なエビデンスも出ている。従って今回の改定で人件費に対応可能な報酬が確保出来れば、介護助手を積極的に活用する施設が増えるものと思われる。またＩＣＴ化への地域医療介護総合確保基金の積極的活用が促進される必要がある。さらに老健のＬＩＦＥ関連加算の算定割合は高い水準で推移しているが、評価指標が現在評価者の主観による介助量で左右されており、有用性の高いフィードバックを得るために「ＬＣＦステージング」の活用が推進され、生活機能の状態を、介助量ではなく残存機能で評価する加算の要件が報酬改定となるようである。また施設の大きな減収の要因となった新型コロナ感染のクラスターによる入所およびショートステイの稼働率低下に対する減収への大幅なプラス改定も必要となろう。

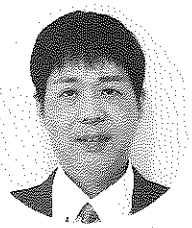
一方、我が国は豪雨、地震、台風などによる自然災害が毎年頻発しており、ましてやコロナ禍の収束が見えない状況にある。そのような突発事故が発生しても、事業を継続できるようにＢＣＰ（業務継続計画）策定は急務であり、２０２４年4月より介護サービス事業者すべてに向けてＢＣＰ策定が義務化される。日本ではＢＣＰは１９９５年1月17日早朝に起きた阪神・淡路大震災の時に神戸新聞社がとった対応がＢＣＰ作成の重要性を最初に示した例として有名で、海外では１９７０年頃から認識され、実際に広まったのは、２００１年9月11日にアメリカで起きた同時多発テロ事件がきっかけと言われている。近年我が国でも介護サービスの提供そのものに直接大きな打撃をもたらす事象が増えており、そのような状況下で、要介護者や介護家族にとって必要不可欠な生命線である介護サービスが途切れてしまわないようＢＣＰ策定が義務付けられた。

さて施設類型で超強化型を維持する虹の丘も地域の要望としてのショートステイの中に最近は加算がついた医療ニーズにどのように対応していくか、医師会病院の介護医療院も空き待ちという状況を加味しても医療ショートの受け入れは困難と思われる。また全国的にも医療ショートの利用はごくわずかで、5年前の全老健の全国調査ではショートステイの利用目的の64％がレスパイトケアで、治療・医療的措置はわずか0.5％となっている。しかし厚労省の今回の加算目的は発熱、脱水、転倒による怪我、軽い気管支炎等を想定し、かつ医療費の抑制につながり、特に高齢者の場合、一度入院してしまうと、短期間でも一気にＡＤＬが落ちてしまうリスクが回避されるという。しかし夜間の看護師が足りない現状からもこの制度は俄かには受け入れは困難である。一方医療面で一昨年4月より所定疾患施設療養費の算定が従来の疾患に加えて、蜂窩織炎、帯状疱疹の内服も含められ、しかも算定日数が7日から10日に延長され、診断には医学的検査が不可欠とされたが、我々の施設でも大きな収入実績につながっている。おそらく国の財政難の中での今回の同時改定は２０２５年を目的とした地域包括ケアシステムに資する加算といわれ、そのシステムのコアは医療・介護・福祉の連携と協同である。その中で、認知症ケア、多職種連携、看取りにかかわる加算が付いたことはすべて地域包括ケア推進のための重要な要素となり、我々老健は尚一層、在宅復帰・在宅療養支援に向かって機能する中核施設にならなければならない。

さて、虹の丘も創設から早いもので29年目に入りましたが、今まで培ったきた施設内のそれぞれの職種の更なるスキルアップを図り、これまで同様、地域・利用者に信頼され、愛される質の高いサービスを提供する施設を目指します。本年も昨年同様、大島郡医師会の先生方にはご指導、ご鞭撻を宜しくお願いします。

年頭のごあいさつ

社会福祉法人 蒼寿会
養護老人ホーム なぎさ園
施設長 渡 寛之



新年あけましておめでとうございます。お健やかに新年を迎えられたこととお慶び申し上げます。今年も変わらずなぎさ園運営へのご理解・ご協力をよろしくお願いします。

昨年を振り返りますと、5月にコロナが5類に分類されてからは報道でも取り上げられなくなりウィズコロナに本格的に突入したと思っています。医療関係者から入院者数とか罹患者数が耳に入ってくることはありますが、一般の方々はそういった人は少ないと思われ、マスクをしない方もかなり見受けられるようになっておりコロナ禍以前の生活に戻りつつあると実感しています。なぎさ園でもイベントが平常に戻り、地域の方々を招いての八月踊りを実施し、ご家族と一緒に運動会を楽しみ、誕生会に慰問を呼ぶ、と4年ぶりに外部の方々と触れ合うことができ入所者も喜んでいます。

私事では、4月に施設長に任命され責務の大きさや重圧に悩み苦慮する場面も度々ありましたが、何とか事なきを得てホッとした一年でした。しかし、まだまだ学ぶことが多く、様々な研修に参加する機会も増えました。今までの研修は入所者処遇に関する内容が中心でしたが、施設長になってからは運営や規定、養護老人ホームを取り巻く社会情勢、人材育成などあまり関わりのなかった分野が中心で、新たな知見を得ることができました。これらの経験を糧に今年も精進していく所存であります。

奄美では医療・介護に従事している人の割り合いが就業者数の25％を占めているとのデータを見たことがあります。これは全国的にみてかなり高く驚異的な数字だそうです。その中でも女性が圧倒的に多いので、この方々を守っていくことが今後の奄美の医療・介護を支えていく上で重要になってきます。なぎさ園では楽しく働ける職場作りの為、「ハラスメント防止」と「法令遵守」を徹底してまいりました。奇しくも昨年は、自衛官のセクシュアルハラスメントや宝塚歌劇団・プロ野球でのパワーハラスメント、町長のパワーハラスメントが大きく報道されたり旧ジャニーズ事務所社長の性的虐待が社会問題に発展する勢いで報道されたりしました。世間的に関心が高まっていきており、労働者を守るという気運がひしひしと感じられます。そういう報道や一週間に一度、朝礼やカンファレンスで伝えるように心掛けています。また、不適切な言葉かけを耳にしたり、職員からの相談があった時にはすぐ話を聞くなどの対応を行い、後回しにしたり放置しないことを心がけています。昨今では介護現場の離職者が多く、有効求人倍率も低いというのが業界の常識みたいになっており、一時期のなぎさ園もそういう状況で人手不足を感じていました。しかし、ここ2年あまりは介護職員の離職者はなく、スタッフも徐々にではありますが増えてきていますので職場環境は悪くはないと思っています。それに甘んじることなくさらに見直せるところは見直していき職場改善に努めてまいります。

話は変わりますが、私の干支である今年の干支の辰年には様々な言い伝えがあります。例えば、辰の日には「松に竜、竹に虎、梅に鹿、菊に鶴」という言葉があります。これは、「松の木には竜が現れ、竹には虎が現れ、梅の花には鹿が現れ、菊には鶴が現れる」という意味で、幸運を招くとされています。さらに、辰年が持つ意味としては、「変革や進化の年」と言われています。つまり、辰年に生まれた人々は、大きな変化や進化を遂げることができる年となるとされています。また、金運が良いとされることから、商売や投資などにも適した年となると言われているそうです。過去には、東京オリンピックが開催され日本の高度経済成長期を象徴するイベントが開催されたり、平成の大合併が実施されたのも辰年でした。それらを踏まえ、今年予定されている大きな出来事をみてみると、2024年度上期（7月頃との噂）を目処に紙幣のデザインが20年ぶりに一新されます。紙幣の変更は、最新の技術を用いることで偽造防止の目的もあるそうで、概ね20年毎に刷新しているようです。5月にはウクライナ紛争の真っ只中にいるロシアの大統領が任期満了となります。7月には東京都知事の任期が満了となります。また、同7月にパリオリンピックが開催されます。日本選手団の熱い活躍に一喜一憂する日々を過ごしそうです。辰年は変革や進化の年と言われているようなので、個人的に一番期待するのはロシアの大統領が代わり、愚かな戦争が終結することです。ウクライナやロシアの方々の平穏が確約されることが何よりも大事です。それとともに食料問題やエネルギーの問題も徐々に解消されるのではないかとの期待も持てるようになります。大統領選挙の動向には注視していきたいと思います。

なぎさ園に目を向け良い所だけ繋ぎ合わせてみると、今年は幸運がおき、変革や進化がおき、運営も順調に行われる、と勝手に解釈できそうです。そう都合よくいくとは思っていませんが、今年の年末には「やっぱり期待通りの年だった」と言えるよう、明確な目標をもち、そこに向かって研鑽し精進の心を忘れず邁進していきたいと思います。

最後になりましたが、今年も皆様のご多幸となぎさ園入所者の安心・安全で楽しく過ごせる事を祈念して挨拶と代えさせていただきます。

令和5年度 第2回定時理事会

令和5年度第2回理事会が、去る10月28日(土)午後6時から医師会館4階にて開催され、嘉川副会長の開会宣言に続き稲会長が次のように挨拶されました。

「働き方改革に関連する定年再雇用者の処遇改善についての議題があります。大島郡医師会としてもご存知のとおり会員数が少し減ってきていることもあって、地域医療体制を守るために何か工夫をしなくてはならないと考えています。

先日、県病院の先生方と話す機会があり、県病院の若い先生が外で働きたいという旨の話がありました。そのことに関して郡市医師会長連絡会で県医師会に相談しましたところ「県の病院局に、まずは働きかけたらどうですか？」ということを提案していただきました。先ずは県病院の石神院長に文書を提出し、伺いを立てたうえで、県病院局にもその旨の要望を提出する予定としました。県病院の若手の先生、また、他にも働きたいという先生がいらしたら、是非この奄美の地域医療に関わりを持ち、体制に参加できるように支援する所存です。

地域医療を担う医師の減少は、医師会病院、和光園、奄美病院の日当直管理、乳幼児健診、学校健診、介護審査会、嘱託医などの様々な問題が生じてきます。外来の診療科目も問題となります。具体的には、小児科医、耳鼻科医があげられます。学校健診での耳鼻科専門健診、また乳児健診での小児科医確保が、喫緊の課題です。

地域医療構想については、特に病床機能に関して、合意を得る段階までには進展していません。10回程調整会議を開き、定められている病床機能に近づける事を念頭に入れていますが、現時点では調節が必要です。その事を11月15日に地域医療調整会議の専門部会で討議する予定です。調節を要するのは一つは県立大島病院の回復期リハビリテーション病棟開設に関して、一つは名瀬徳洲会病院が今度移転し、新築開院する計画があります。他にも新しく病院を建築する予定が、喜界島徳洲会病院と徳之島テク集会病院であります。徳洲会系列病院の病床機能をどうするのかについては、高度急性期と急性期が増える予定で、高度急性期は奄美医療圏の中ではまだ少し少ない予想数値があり、高度急性期病棟開設に関しては、合意可能と思われますが、急性期病棟に関しては病床数が多く、専門部会で協議する予定です。

会員の減少については、鹿児島県の医師会入会率は全国でも一番高いようですが、会員の減少は県本土でもあるようで、現在の会員数は4千人を少し超えるくらいだそうです。500人の会員に対して1人の代議員が立てられるので現在8名の代議員ですが、4千人を切ると代議員が1人減となります。是非とも会員を増やしたいところですが、20～30代の医師の入会率がすごく低いと報告があります。そのことも含めて、県病院の先生方と話し合いをしながら地域医療に参加できる体制作りを考えています。それでは本日は議案が一つですが、よろしくご審議ください」と挨拶し、その後会長を議長として議案審議に入る。

【協議事項】

(1)・第1号議案　定年再雇用者の処遇改定に関する件

【報告事項】

(1) 上半期(第2回理事会開催日まで)事業報告
　津畑 庶務担当理事

(2) 各業務担当理事からの報告について

(3) 宇検村診療所建設の進捗状況について
　坂元大島郡医師会事務局次長

(4) 評価制度導入に向けての進捗状況について
　坂元大島郡医師会事務局次長

(5) 退職金支給率の見直し案について
　名城大島郡医師会事務局長

(6) 公益法人検査指摘事項改善報告について
　説明　名城大島郡医師会事務局長

協議事項1号議案の結果については、看護・介護職に限らず、どの職種においても労働者不足が深刻な問題となってきている。現在の定年再雇用者に対する処遇が低い事から見直す必要がある。との理由で、事務局から提案された職種ごとの基本給・賞与の改定案を参考に来年度から実施することが承認された。

謹賀新年

公益社団法人
大島郡医師会

会長　稲　源一郎
副会長　嘉川　潤一
理事　向井　奉文
〃　宮上　寛之
〃　朝沼　榎
〃　益田　正隆
〃　桂　久和
〃　野崎　義弘
〃　津畑　修
〃　碩　伸一朗
〃　徳田　英弘
〃　町田　実豊
〃　岩城　陽一
〃　郡山　昌敬
監事　大野　郁夫
〃　岡村　誠

医師会病院院長　満　純孝
虹の丘施設長　喜入　厚
なぎさ園園長　渡　寛之
医師会事務局長　名城　辰郎

第51回 医療功労賞受賞

むかいクリニック院長　向井奉文 先生

長年にわたり地域医療や福祉の向上に尽くされた人を表彰する第51回医療功労賞を向井奉文先生が受賞されました。先生は、1986年9月に大島郡医師会病院に着任後、1990年4月に副院長に就任、1995年には病院と併設する介護老人保健施設「虹の丘」の初代施設長に就任され、医師会病院と虹の丘の現在に至る連携体制の基礎を築いていただきました。

1997年に名瀬市（現奄美市）小浜町に医療法人奎英会「むかいクリニック」を開設すると、昼夜を問わず診療に携わる一方で、根瀬部集落にあるグループホームや加計呂麻島にある障害者支援施設の嘱託医や平成2年からは奄美和光園入所者への呼吸器内科の診察を月に一度引き受けるなど、さらに2016年からは奄美看護福祉専門学校の校長として、奄美大島の各地で、医療はもとより介護・障害福祉・看護教育の分野において幅広く重責を担ってこられました。

医師会活動においては、2002年4月から理事として医師会事業の運営に貢献され、当時の平瀬会長の下で副会長を１期務めた後、5期10年にわたる医師会長の任期中には公益法人として掲げる「地域医療・介護の質の向上を図り、住民が安心して暮らせる地域社会の実現」を目指して力を尽くしてこられました。その間、奄美大島の5市町村から在宅医療・介護連携推進事業（2016年～）を受託するなど行政との連携体制の構築と信頼関係の醸成に努められ、会長退任後も再度就任した理事の立場から医師会の発展に協力していただいております。今後、向井先生がますますご健勝で医療・介護を始めとする様々な場面で活躍されていかれることをお祈り申し上げます。このたびは誠におめでとうございました。

国立療養所「奄美和光園」創立80周年式典

大島郡医師会、奄美和光園から感謝状をいただく

去る11月30日に開催された国立療養所「奄美和光園」80周年記念式典において、馬場まゆみ園長から当大島郡医師会へ感謝状をいただきました。

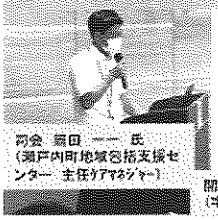
国の働き方改革の影響で、国立施設である奄美和光園でも宿日直が１カ月当たり10回を超える状況を改善することが求められており、平成30年10月から診療委託契約を交わし会員の先生方が宿日直の支援をしております。多い月は、月12回、14名の先生方が交代で応援に入られました。休みを返上して応援されている先生方、大変お疲れ様でございます。

また、翌12月1日には、奄美和光園の馬場園長が、瀬之口事務長並びに厚生労働省から来賓として記念式典に出席された方々（厚生労働省医政局：和田医療経営支援課長、中西政策医療推進管、柳田人事給与専門官、藤岡ハンセン病療養所対策室長）とともに県立大島病院の石神院長と大島郡医師会病院の満院長をそれぞれ訪問し、宿直業務や委託診療業務に対する感謝状を贈呈されましたことを併せて報告いたします。

（上左から）柳田人事給与専門官、中西政策医療推進官、藤岡ハンセン病療養所対策室長、瀬之口事務長、（下左から）和田医療経営支援課長、満院長、馬場園長

第6回　奄美大島・喜界島在宅医療・介護連携推進事業連絡協議会が開催されました。　令和5年11月9日（木）19時～20時30分　於：奄美市役所5階会議室

テーマ：「身寄りがない方への支援について」

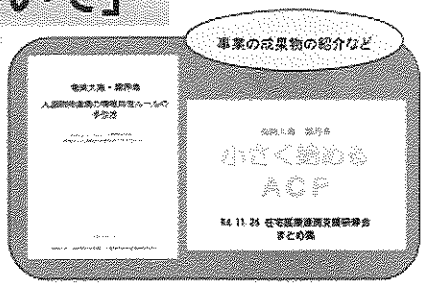

司会　瀬田　一一　氏
（瀬戸内町地域包括支援センター　主任ケアマネジャー）

協議会の目的について
開会挨拶　保科　力人　会長
（宇検村地域包括支援センター長）

～在宅医療・介護連携推進事業報告～

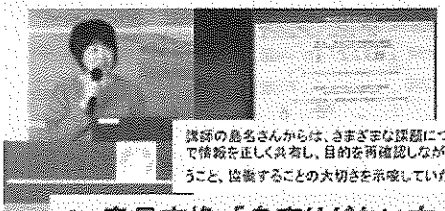
名瀬地域包括支援センター
平　美知　主任ケアマネジャー

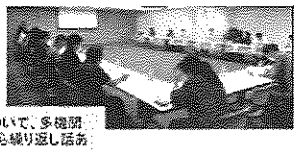
宇検村地域包括支援センター
浅尾　智也　保健師



1．講話：「つながる相談窓口を通して感じること」

講師：奄美市保健福祉部参事兼つながる相談窓口統括監　島名 博美 氏（保健師）





講師の島名さんからは、さまざまな課題について、多機関で情報を正しく共有し、目的を再確認しながら繰り返し話あうこと、協働することの大切さを示唆していただきました。

第6回奄美大島・喜界島在宅医・介護連携推進事業連絡協議会（市町村事業）が開催されました。名瀬保健所管内における医療と介護の連携を推進し、地域包括ケアシステムを構築して、地域住民の福祉の向上を図るため設置された協議会です。地域の市町村・関係団体等が連携して課題を共有したり、課題を踏まえて、市町村・県・関係団体等と連携しつつ広域的な連携が必要な事項について協議することをその内容として要綱に掲げています。今年度は、「身寄りがない方への支援」をテーマに講話や意見交換を行いました。身寄りがない方が最初に直面する生活の困りごと、、病院受診時や介護サービス利用時における現状、医療機関における機関を超えた相談対応事例の紹介がありました。地域での有償ボランティア等の促進や、困ったときに関係機関が即座に集まれる仕組みを望む声などが要望としてあがりました。

2．意見交換：「身寄りがない方への支援について」

【第56回地域包括ケア交流会※偶数月第4月曜開催】

テーマ：「在宅医療と介護の連携」

在宅医療連携支援センター10周年記念

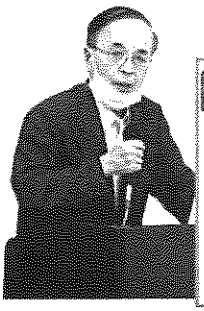
開催日時：令和5年10月23日（月）18時30分～20時　於：大島郡医師会館4階ホール

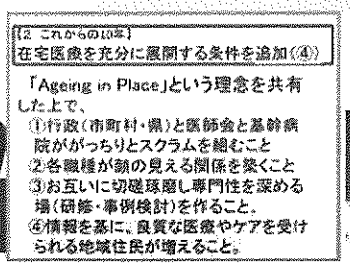
1．講話：「在宅医療と介護の連携～これまでの１０年、これからの１０年～」

講師：大島郡医師会　理事　向井　奉文　医師

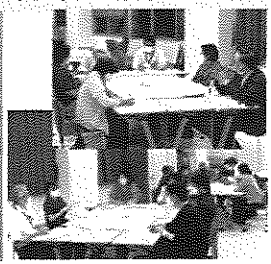
2．植木鉢図を使った意見交換（グループワーク）

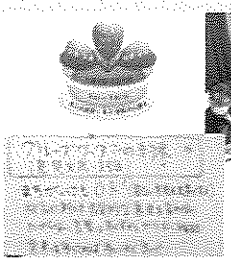
～それぞれの分野における「これまでの１０年、これからの１０年」～




【2 これからの10年】
在宅医療を充分に展開する条件を追加(④)

「Ageing in Place」という理念を共有した上で、
①行政（市町村・県）と医師会と基幹病院ががっちりとスクラムを組むこと
②各職種が顔の見える関係を築くこと
③お互いに切磋琢磨し専門性を深める場（研修・事例検討）を作ること。
④情報を基に、良質な医療やケアを受けられる地域住民が増えること。





令和5年10月23日（月）に第56回地域包括ケア交流会が開催されました。大島郡医師会が公益社団法人へ移行した平成25年4月、その同じ年の10月に鹿児島県医師会から委託された「在宅医療」のモデル事業がスタート（平成28年度より市町村委託事業へ移行）し、今年で丸10年にあたることから、その節目に当時の会長である向井奉文先生から「在宅医療と介護の連携～これまでの10年、これからの10年～」と題した講話と、多職種でのグループワークを行いました。向井先生の講話では、2040年までの奄美市の人口等の推移の紹介に始まり、これまでの10年を振り返って「在宅医療を十分に展開する条件①②③」、「これまでの在宅医療と介護の連携」における国・県・市町村の動向と大島郡医師会の取組みをまとめたスライドの紹介、これからの10年に向けては、10年前に掲げた「在宅医療を充分に展開する条件①②③」に"④情報を基に、良質な医療やケアを受けられる地域住民が増えること"を追加する提案がなされました。後半のグループワークでは、10年前を振り返り、医療と介護の連携について今感じること、10年後に期待すること、10年後に向けての自身の役割や連携したい職種について意見交換を行いました。10年前と比べ、顔の見える関係ができてきた、病院と連携しやすくなった、いろんなメニューが揃ってきた、アドバンス・ケア・プランニングの概念が広まってきた、地域包括ケアシステムという言葉が普通になったなどの意見がありました。10年後に向けては人材不足の課題解決、在宅医療という考えがあまねく浸透していることへの期待、地域貢献への意思表明など、どのグループも活発な意見交換がなされ、定刻に終了となりました。

新年のごあいさつ

大島郡医師会病院
5階回復期リハビリテーション病棟
看護師長　森田　英樹

謹んで新春のお慶びを申し上げます。昨年は、格別のご愛顧を賜りまして、誠にありがとうございました。本年も、精一杯尽力させていただきます。至らない点もあるかと思いますが、引き続きご指導ご鞭撻のほどよろしくお願いいたします。

【回復期リハビリテーション病棟について】

5階回復期リハビリテーション病棟（以下回復リハ病棟）に異動して、もうすぐ2年が経過しようとしています。当院回復リハ病棟には多くの要素、目的がありますが、急性期病院での治療を終えた患者様が安心して在宅復帰・社会復帰できるよう、多職種が連携し患者様おひとりおひとりに合わせたプログラムで集中的なリハビリテーションを行なっております。脳血管障害、運動器疾患、手術後の廃用症候群の方など患者様の背景は様々ですが、残された機能を最大限に活用して、「日常生活を快適に営む」ことを目指しています。今までの生活を「再建」するのではなく住み慣れた地域やご自宅で障害とともに「新しい生活スタイルをつくる」という考え方が土台になります。患者様が笑顔で退院できる日を目指して、共に歩む関わりが私たちの目指すところです。当院の特徴として、365日、切れ目のないリハビリテーション、重症者改善率50％以上、在宅復帰率90％以上が挙げられます。具体的には、車椅子の方が、杖や独歩で移動できたり、オムツを使用していた方が、トレーニングパンツやトイレで排泄出来たり、マーゲンチューブで注入食していた方が箸を持って食事をして改善しています。

【「口から食べること」への取組みについて】

歯科医師と歯科衛生士が、通常の虫歯や入れ歯の治療に留まらず、特に食事については、看護師、言語聴覚士、管理栄養士等と連携し、きめ細かに関わり美味しく食べたいという要望に応えるよう日々取り組んでいます。

【退院支援について】

入院時より、医療ソーシャルワーカーが中心になり患者様、家族の様々な不安や悩みを聴き相談支援している。家屋評価については、主に調整役をしているが、住み慣れた島やご自宅で再び安心して生活を送るために、自宅訪問し退院後の生活を想定した専門的なアドバイスや環境評価を行っています。大島本島で唯一の回復リハ病棟です。リハビリテーションの中核を担う病院として機能の充実に努め、引き続き皆様のご要望、ご期待に応えるよう尽力して参ります。今後ともよろしくお願い致します。

【看護協会活動について】

去る令和5年6月10日の地区集会で承認され、今回、鹿児島県看護協会大島地区長職を拝命し身の引き締まる思いで活動を行っております。看護協会では、「社会課題となる2040年の看護に関しては『少ない支え手で大勢の高齢者をどのように支えるのか』『人々の生活の場・治療の場となる地域において、看護がどのように力を発揮できるのか』を考え、準備を進めていきます。解決すべき課題は多岐にわたりますが『看護職が誇りを持っていきいきと働き続けられる環境を創り、看護の力でいのち輝く未来、健康で幸せな社会を創る』ことを目指して取り組みます」としています。皆さまのご支援とご協力を仰ぎ、微力ながら職責を果たしていく所存です。

看護協会活動の中で地域ケアサービスの実施、県民の健康及び福祉の増進について、介護保険事業計画策定委員会、奄美保健医療圏地域医療構想調整会議、奄美看護福祉専門学校戴帽式に出席していますが、必ず医師会会長の稲先生が出席しています。この活動は、出席するだけでも大変ですが勉強をして、意見を述べなければならないので、とてもハードです。また、医師会だけでなく、介護支援専門員協議会、奄美大島介護事業所協議会、老人福祉協議会、社会福祉協議会等の各委員長も同じ顔ぶれで、よほどの使命感と理想がないと活動を続けらないのではないかと考えます。改めて皆様の使命感とご活躍に対し、心からの敬意と謝意を表します。

私の任期は2年ですが、この活動を通し感染症や危機的状況が一日でも早く収束することを願いつつ、明るい未来のため、「看護の力」を結集し、他団体や行政、地域とも連携・協働し活動して参ります。至らない点もあるかと思いますが、引き続きご指導ご鞭撻のほどよろしくお願い致します。

J-mat奄美 関係者による慰労・親睦会を開催しました

（2023.11.2 於 ﾎﾃﾙｻﾝﾃﾞｲｽﾞ奄美）

今年5月、新型コロナウイルス感染症は5類移行しましたが、軽症者宿泊療養施設は9/30付け閉所まで運用されました。

奄美市内の施設は、令和2年8月に開所され、閉所時まで延べ2,014名の受入れがありました。今回、この3年余りの期間中に健康観察班として従事された医師会の先生方ほか、J-mat登録Ns、医師会事務局員にて一堂に会し、これまでを振り返りながら、労い合い、親睦を深めました。

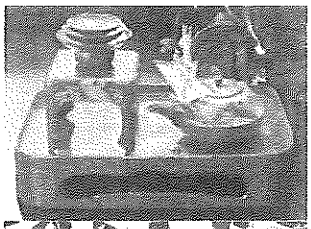
大島郡医師会理事　野﨑 義弘

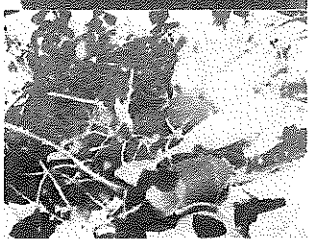
奄美の薬草

薬草研究

奄美の自然を考える会顧問　田畑　満大

＜1月の薬草（春の七草）＞





今回は、1月の薬草について調べてみました。まずお正月の御屠蘇は、屠蘇散を日本酒や味醂に浸したもので、一年間の邪気を払い長寿を願って飲まれます。お屠蘇の由来は「蘇」という悪鬼を屠るという説や、邪を屠り生気を「蘇生」させるという説があります。その、お屠蘇 というのは「屠蘇散」または「屠蘇延命散」と呼ばれる5～10種類の生薬を配合した物に漬け込んだお酒のことで、唐の時代の中国から伝えられ、平安貴族の正月行事に使われていたと伝えられています。江戸時代には一般庶民に広がったと言います。お屠蘇の中身（生薬を作る植物）は、キク科オケラの根（白朮）、ミカン科サンショウの実（山椒）、キキョウ科キキョウの根（桔梗）、クスノキ科ニッケイの樹皮（桂皮）、セリ科ボウフウの根（防風）、ミカン科ウンシュウミカンなどの皮（陳皮）などを日本酒やミリンに付け込んだお酒のことですが、奄美群島では、御神酒として焼酎を利用するのが多いようです。

七草について、さまざまな観点から、7種類の野草や野菜でお粥を作り、7日の節句を祝うのです。節句は、奈良時代に中国から伝わり、奇数の月と日の重なる日がめでたいと言われます。日本では稲作中心にうまく適合させてきたようです。節句は季節の変わり目に無病息災、豊作、子孫繁栄などを願って、御供物をしたりして邪気払いをしたのです。5節句は、皆さんご存知の1月7日人日、3月3日上巳、5月5日端午、7月7日七夕、9月9日重陽。今回は1月7日の節句（ナンカ節句は七品ドゥシパン、ドーシパンなど各集落の方言が少し違う）で、7歳の子供が親戚など7軒回り、ドーシパンや祝儀をもらう習慣があったが、現在は少し減ってきた感じがする。七草粥とは、春の七草で炊いたお粥のことで春の七草は、ナズナ・セリ・ゴギョウ・ハコベラ・ホトケノザ・スズナ・スズシロを入れたお粥のことです。正月の祝い酒やご馳走により弱った胃を回復させるために食べるともいわれています。

ナズナは、アブラナ科ナズナ属ナズナで、奄美群島には帰化として入っていますので郡内では、これが使われた事はないと思います。代わりは？（最近は七草セットで販売されています）日本本土では麦栽培の伝来した共に渡来し史前帰化植物と考えられています。 その「ナズナ」の若葉に含まれるミネラル中に鉄分やマンガンも多く、常食すれば補血に役立つと考えられています。また薬用としても用いられていて、開花期の全草にコリン、アセチルコリン、フマル酸、パルミ酸、ビルビ酸、スルファニル酸、シュウ酸、酒石酸、リンゴ酸、クエン酸、アルギニン、メチオニンなどのアミノ酸、ショ糖、ソルボスなど炭 水化物、フラボノイドなどの成分を含む。アセチルコリン、コリンなど副交感神経に対する刺激作用があると言われ、唾液や胃液の分泌を促し、血圧降下の作用もあると言われています。セリ（芹）でセリ科セリ属セリで、自生しています。可食部100gあたりの食物繊維は 2.5gと多く、エネルギーとして17kcalで低い。栄養成分は、β－カロテン、ビタミン B1、B2、C、カルシウム、鉄分、クエルセチンなどの栄養素を含み、特にカロテン、ビタミンK、葉酸などのビタミン類、カリウム、鉄、銅などのミネラル、食物繊維が豊富で栄養成分がバランスよく含まれていると言います。香り成分と相まって胃や肝機能を整え、カリウムは利尿効果を高めて血圧上昇を抑制し、鉄や銅、葉酸は貧血予防に、またビタミンKは血液中の老廃物やコレステロールを排出する効果が高く、生活習慣病の予防効果に役立つ食材だと言われています。

ゴギョウ（御形の語源は、厄除けのための御形と呼ばれる人形）はハハコグサの事で、キク科ハハコグサ属ハハコグサです。国内全土に自生する。茎が立つ前の若芽を七草粥に使います。幼苗のロゼツトの部分を摘んで具材とします。花期の地上部の茎葉には、フラボノイドの一種、ルテオリン・モノグルコシド、フィトステロール、硝酸カリ、カリウム塩などを含んでいます。カリウム塩が約1%と多く含む事から、尿の出をよくする利尿作用、痰を取りさる去痰作用があると考えられています。カリ塩以外の他の成分も利尿作用や去痰作用を補助していると考えられています。民間薬として風邪や咳止め、扁桃炎、喉の腫れなどの症状改善に使用するそうです。

ハコベラは、ナデシコ科ハコベ属ハコベです。と言いたいのですが、単に「ハコベ」というのは、市販されている七草は一般にコハコベだと言います。明治時代に入ってきたというコハコベとミドリハコベ（元々在来だとし、春の七草はミドリハコベとする文献もあるという）を「ハコベ」として取り扱っているようです。

全草に葉緑素を含み、昔から食用植物として知られ、花期の茎葉を干し上げた物は生薬となり、繁縷（ハンロウ、ハコベ）と称し、粉にして同量の塩をまぜ、歯槽膿漏防止として歯磨き粉代わりに利用されています。

ホトケノザは、現在の「ホトケノザは食用には向かない」ではなく、同じ名前の別の植物です。春の七草でのホトケノザは「コオニタビラコは昔ホトケノザと呼ばれていた」です。キク科ヤブタビラコ属コタビラコです。分布は、本州、四国、九州、喜界島で生育しています。奄美群島ではオニタビラコが普通に生育しています。利用としてコオニタビラコの茎が立つ前に柔らかい根出葉を採集して食用にします。灰汁が強いため茹でて30分位水にさらして、七草粥に利用したり、おひたし、胡麻和え、天ぷら、油妙めなどにします。（自生がないところは何を代わりにしただろうか？）

スズナ（菘）は、昔の呼び名です。蕪（カブ）の事で、アブラナ科アブラナ属カブでまた、カブラともいう。栄養価は、根（カブ）の水分が約94%、可食部100 g中のエネルギー量は約20kcal、炭水化物4.0g、タンパク質0.7g、灰分0.6g、脂質0.1gが含まれる。ビタミンC、カリウム、食物繊維が含まれ、大根の栄養素とほぼ同じだと言われている。とりたてて多く含まれる栄養素は見当たらないが、ビタミンCがやや多い。デンプンを分解する消化酵素のアミラーゼ（ジアスターゼ）がたくさん含まれるので生で食べると、米飯、パン、麺類などの主食を食べ過ぎた時の胃もたれや胸やけの解消に効果がある。刺激性辛味物質の元になっているグルコシノレートを含んでおり、加熱調理して食べることによって肝臓の解毒作用を活性化させる働きがあると言います。葉の部分は根の部分とは異なる栄養素を持ち、β－カロテン、ビタミンC、カルシウムが豊富で緑黄色野菜と分類されています。特に体内でビタミンAに変換される色素成分β－カロテンは、可食部100g中2800mgと極めて豊富です。ビタミンCは免疫力の低下を予防し、食物繊維は便秘の解消や生活習慣病予防に役立つと言います。

《11ページへ続く》

スズシロ（清白は根茎の部分が白いので、古くは大きな根の意味で「オオネ」と呼び大根の字を当てていたものがダイコンで通るようになった）は、アブラナ科ダイコン属ダイコンです。地中海や中央アジアの地域が原産と言われています。日本には弥生時代には伝わっていたようです。中国名は蘿蔔というようですが、「南島雑話」の中で名越左源太は蘿蔔を記しています。大根は根茎や葉は食用、種子は油を採ることもある。日本においては品種によって、食卓は（鍋料理、おでん、沢庵など）には欠かすことのできない野菜である。栄養価については皆様で調べられてください。薬効として、いわゆる大根の部分（根茎）には、ヒドラドペクチン、アデニン、ヒスチジン、アルギニンを含んでおり、葉にはシスチン、アルギニン、リジン、精油などを含んでいる。根にはアミラーゼやオキシターゼという酵素が含まれ、アミラーゼは米などのデンプンを分解して胃もたれ、胸やけを解消するなど胃腸の働きを正常にし、オキシターゼは魚の焼け焦げに含まれることがある発がん性物質を解毒すると考えられている。辛味成分になっているイソチオシアネートは、肝臓の解毒作用を助け、がんの発生を抑制するといわれている。薬用としての採集時期は11～12月ごろで、根茎も葉の部分も薬用にできる。薬用に天日で乾燥した種子は莱菔子（らいふくし）、生の根茎は莱菔（らいふく）とも称している。種子は身体を温める作用、根には身体を冷やす作用がある。民間療法で消化不良や食欲不振のときに、大根おろし汁を盃1杯ほど、朝夕2回食後に飲むか、食欲がないときは食前に飲むとよいといわれ、二日酔い、発熱、吐き気、胃弱のときは、皮付きの大根で大根おろしを作り、1日200～400ccほどでよいとされる。扁桃炎によるのどの痛みは、大根おろし汁でうがいして、さらにおろし汁で温湿布する。打ち身、捻挫などの打撲傷で腫れがあるときには、大根おろし汁で冷湿布して腫れを引かせる。大根おろしを水飴などと一緒に湯飲みに入れて、湯を注いで1日数回飲めば、たんきり、咳止めなどに効果があるといわれる。種子は1日量3～5ｇを400ccの水で煎じて3回に分けて服用すると、咳、食べ過ぎに効果があるといわれる。風通しのよいところで陰干しにした葉は浴湯料に使え、刻んで布袋に入れて風呂に入れる干葉湯（ひばゆ）にして、冷え症、神経痛、保温に役立てられる。

以上、色々な資料を見てきたのですが、以前は栄養価や効能まで詳しく調べられていた訳ではなく、経験的に、その効果などについては、適当に野菜類や野草を取り入れられただろうと推察しております。奄美群島に無い物もありますが、七草（7種が）入っておれば良かったのではと考えています。奄美群島で古い時代の七草粥がどのような物だったか歴史的な記録があれば見たい物です。お正月の最初の行事として記しただけで今回は七草を主にしました。それぞれの集落で違いがあると思うので、皆様方の集落ではどうでしょうか？教えてください。

新年おめでとうございます。年頭にあたって豊年を祈願し、「今年も家族みんなが元気で暮らせますように」と願いながらお粥をいただくことに。良い年でありますよう祈念申し上げます。

虹の丘だより

～つながりあう地域、支え合う地域を目指して～

虹の丘　地域支援推進委員会　田畑　孝行

私たちの虹の丘は地域のたくさんの方のご利用があり、毎日の生活のお手伝いやリハビリ、そして、楽しみなどといった支援を行なっています。その一方、当施設は三儀山の外れに立地し、地域住民との関わりが少なく、また、これまでのコロナ禍で思うように住民の方との交流活動が出来なかったこともあり、地域とのつながりが薄れていると感じていました。その中で、当施設は地域資源、社会資源と言われる通り、医師はもちろん、看護師、理学療法士、作業療法士、管理栄養士など専門職が多く勤務しており、その知識や技術などを地域の皆さまにも伝え、健康に対する意識向上や介護予防にますます取り組んでもらえたら、、、との思いから今回出前講座を行なうこととしました。具体的には、11/18（土）に里集落での地域の住民主体で行われている健康教室へ出向き、専門職による体操や認知症予防についての講話、その後、楽しみの時間として唄あしびを行い、有意義な機会をつくり出しました。そして終了後に実施したアンケートや参加された住民の皆様から、良かった、また来てほしいといった、嬉しい声を数多く頂戴しました。また、数年前から里町内会での「買い物支援」も地域貢献活動の一環として行っております。特に里地区は高齢化率が高く、バスやタクシーなど公共交通機関の利便性の問題など、買い物に関する困りごとも多くありました。これまでの地域の助け合い活動やご家族様とのつながりなどを崩すことなく、少しでも困りごとの解決につながればと毎週水曜日に「買い物支援」を行なっています。地域資源、社会資源である当施設が、その人材や車両などを準備することで、住民同志では思うように解決できない課題を支えていく取り組みです。このように、地域とつながっていくことはとても大切です。最近では様々な事件や事故、災害などの発生リスクも高まっています。防災や防犯など、そのような面においてもつながっていく体制づくりは重要です。大切なつながりを育む試みを模索しながら、、、当施設は、つながりあう地域、支え合う地域を目指して今後とも活動していきたいと思っています。

（むすびに）何のために我われはこの活動をするのか、取り組むのか。肩車社会をもう一度考えると、逆転の発想です。子供を支えるために高齢者を含む大人たちが支え合うことです。高齢者が元気でいることで子供たちが安心して生活するための社会貢献ができる機会も多くあります。我が事、として考えていけたらと思います。そして、一つ一つの事例を丁寧に積み上げて、連携、機会を紡いで発展させることも必要と感じます。理想的なことばかり、なのかもしれませんが、それぞれが気づきを活かすことが大切です。

なぎさ園だより

久しぶりの慰問

誕生会に、日本コロムビアレコード所属の南条かつみさん御一行が慰問に来てくれました。素晴らしい歌声はもちろんのこと、軽快なトークでも場を和ませてくれ入所者も大声で笑い楽しんでいました。

水炊き昼食会

寒い日が続く中、温まっていただこうと水炊き昼食会を開催しました。食べることが大好きな入所者は、「温まるね」「みんなで食べるの美味しいね」等々口にし、笑顔で鍋をつついていました。

奄美の医療雑話

〈62〉

初期の「癌」を考える

元名瀬市立奄美博物館長　林　蘇喜男

診察医師が記録結果を見つめながら、「結論から申し上げます。」と、しばらくの間、絶句し、おもむろに、「早期発見の結果で、初期の癌…と診断されます。」診断結果を告げられた本人は、迷い、いらだち、これからの対処など、それぞれの人間模様が浮き彫りになって、頭の中をかけ巡ることになります。「癌」は生体にできる悪性の腫瘍。最も恐れられている。発生部位により、「胃、舌、腸、乳、肺」等の癌に分けられる。さて、これから「初期がん治療」を告げられた場合の当事者の立場を述べるのは、筆者のひとりよがりであることを、ことわり致します。①ガンの症状もなかった。大変にびっくりした。②生きている人は当然に死を迎える。生きたことは幸せであったと思う。③くよくよ考えない。とにかく家族に報告しよう。④これまでの健康に有難うと言いたい。⑤高齢になっている自分は周囲の人々に陽気な格好して、生きる工夫をしたい。⑥どうせ一度はあの世となっていく身。礼節と感謝の言葉を伝えていこう。⑦神様にいい人生を与えられたと思う。⑧「ガン」を克服したい。⑨父母は、今の私の年齢に達しない若さで早世した。私の人生は、苦労もあったが楽しい思い出ばかり。⑩延命治療は、まっぴら御免だ。⑪私は後期高齢者。子孫からは、幸せな人生だと思われるように生きたい。⑫家族には心労をわずらわして、まったく思いがけない事態である。

学術講演会・研修会等のご案内

◆1月12日㈮19:00～20:10 大島郡医師会館4Fホール(※Web併用)
【糖尿病トータルケアセミナーin奄美】(第一三共との共催)

◆1月21日㈰14:00～17:20　奄美観光ホテル
【産業医のための過重労働対策セミナー】
(※日医認定産業医単位 専門1/更新1/実地1)

◆1月23日㈫18:00～19:30 県病院救命C4Fホール(※Web併用)
【県立大島病院臨床研修センター講演会】

◆1月27日㈯18:30～20:00　奄美市役所5F会議室
【令和5年度 在宅医療連携支援研修会】～「意志決定支援」について考える～

◆1月30日㈫19:00～21:10　※Web限定
【令和5年度 第1回循環器病対策研修会】

◆1月31日㈬18:30～　※Web限定
【令和5年度 介護保険主治医意見書研修会】

◆2月1日㈭
【第27回乳がん検診研修会】(予定)

◆2月8日㈭
【令和5年度 第1回かかりつけ医等発達障害対応力向上研修会】(予定)

◆2月10日㈯
【令和5年度 かかりつけ医うつ病対応力向上研修会】(予定)

◆2月16日㈮18:30～19:30 大島郡医師会館4Fホール(※Web併用)
【血液連携の会(仮称)】(中外製薬と企画中)

◆2月16日㈮
【第35回大腸がん検診研修会】(予定)

◆2月20日㈫
【令和5年度 第2回かかりつけ医等発達障害対応力向上研修会】(予定)

◆3月13日㈬19:00～20:10 大島郡医師会館4Fホール(※Web併用)
【心不全連携セミナーin奄美】(アストラゼネカ・小野薬品との共催)

編集後記

明けましておめでとうございます。医師会だより第100号をお届けします◆今回の医師会だよりは記念すべき100号です。医師会報が発刊されたのが1999(平成11年)8月1日で、その当時は編集員が6名(郡山昌太郎先生・嶺山隆司先生・嘉川智久先生・前田事務局長・病院と虹の丘から各1名)でした。いつの頃からなのか、事務局長一人での編集員となり、結構一人寂しく作業しております◆2001年7月号から「奄美における民間医療(当時題名)」と題して、元名瀬市立博物館長の林蘇喜男先生、並びに、2002年10月号から「奄美の薬草」と題して、当時奄美看護福祉専門学校薬草学科長、現「奄美の自然を考える会」顧問の田畑満大先生には、今現在もご寄稿を続けて頂いており、お二人のお話を楽しみにされているファンも多く、熱く感謝しております◆昨年を振り返りますと、長引くコロナ禍の収束を願いながら幕明けした2023年、新型コロナが5月8日から5類へ移行となり、街は多くの人で賑わい、以前の活気を取り戻したような一年でした。奄美においてもコロナ禍の中、2021年7月に世界自然遺産に登録され、これから本格的な観光客が押し寄せ、経済効果も「右肩上り」と期待したいところですが、労働者不足のため、豪華客船が就航してもバス、タクシー運転手不足の理由で、ツアーバスやシャトルバスを手配できず、本来の目的地に行けなくなった観光客がいたことが、新聞に掲載されていました。また、稲会長も理事会の挨拶で話されていた通り開業医の高齢化等による学校医、幼児・学校検診を受け持ってくれる医師の不足や、4月から施行される医師の働き方改革による診療支援や当直医の応援など先行きが厳しい状況が予想されます◆この様な中、嬉しいニュースもありました。当医師会では向井理事が地域医療功労賞を受賞されました。地域医療功労とは過疎地など厳しい環境で、長年地域の医療や福祉を支えてきた人を表彰するものです。先生は、地域に根ざしたかかりつけ医として、最期まで患者さんのサポートを行いながら、学校医および学校保健活動、障害者施設等の嘱託医ほか産業医としても精力的に取り組まれたこと等への評価が受賞の理由だと思います。これからも益々のご活躍を祈念申し上げます◆最後に昨年一年間会員の先生方、医師会各事業所の方々に執筆のご協力をいただきありがとうございました。今年もより充実した「医師会だより」を発行できるように頑張りたいと思いますのでよろしくお願いいたします。(T・N)