

市民のための医療情報紙

医師会かわらばん

2011年2月Vol.9



発行/社団法人 宇部市医師会
〒755-0072 宇部市中村3-12-54
TEL 21-5437 FAX 21-2717
URL: <http://www.yamaguchi.med.or.jp/g-med/ube/>
eX-URL: ubemedac@triton.ocn.ne.jp

第24回 市民と考える医療フォーラム

元気っ子宇部 子どもの心と体のワン・ツー・スリー ～予防接種とブックスタート～

〈2010年10月17日・宇部市シルバーふれあいセンター〉



平成22年10月17日(日)に第24回市民と考える医療フォーラムをシルバーふれあいセンターで開催しました。第一部は予防接種についての講演が二題ありました。まず宇部市小児科医会会長の鈴木英太郎先生が「国際基準にはるかに及ばないわが国の予防接種体制」と題して日本の定期接種が遅れており、アメリカの半分しかないことを指摘されました。日本の定期接種が遅れている理由として、予防接種による健康被害に国が積極的に補償する姿勢が

足りないこと、また予防接種を受ける側の自覚の不足を挙げられました。
引き続き「細菌性髄膜炎から子どもたちを守る会」の事務局長、高畑紀一先生が「我が子が細菌性髄膜炎を患って」というタイトルで講演されました。我が子がヒブによる細菌性髄膜炎に罹ったが、奇跡的に助かり後遺症もないとのことでした。ただし、病気から回復後にヒブワクチンがあることを知り愕然としたことを話されました。細菌性髄膜炎の原因の大半はヒブと肺炎球菌によるものであり、近年ようやくわが国でもそれぞれのワクチンが承認されたところですが、早急に我が国のワクチンに関する環境整備を進めていかねばならないと強く訴えられました。
第二部は「あなたの家のブックスタート」と題して下関市の「こどもの広場」代表の横山眞佐先生に講演していただきました。ブックスタートとは一人ひとりの赤ちゃんに、絵本を渡す活動のことです。日本では2000年から自治体の事業として行われています。一冊の本を通して母と子がコミュニケーションをとる重要性を切実に訴えられました。
当日は行楽日和のうえ、地域の行事も重なったにも関わらず、約250名の市民の参加があり、盛況裡に終了しました。

県民公開講座

県民の目からみた医療を考える

〈2010年11月14日・宇部市シルバーふれあいセンター〉

昨年の11月14日、宇部市シルバーふれあいセンターにおいて県民公開講座が開かれました。高名な水俣病研究者であり、半世紀にわたり被害者の救済に携わってきた原田正純先生が講師を務められました。
水俣病が発見されたばかりの時期に民家の縁側で遊ぶ幼い兄弟に出会い、胎児性水俣病に気付いたという話や、三井三池三川炭鉱の大爆発で運び込まれた患者が酪酊しているような状態で驚いたが、後年それが一酸化炭素中毒の症状であることが分かった等の実際に現場にいた研究者ならではの興味深い話が続き、会場の参加者は聞き入っていました。
日本国内のみならず、カナダのオンタリオ湖、ブラジルのアマゾン川、アフリカなど世界各国の公害の現場に呼ばれた原田先生は、水俣病の経験を生かし被害者のために尽力されカナダの先住民から名誉市民にいただいたそうです。
机上の学問ではなく、現場でのリサーチの成果を現場に返すという姿勢が水俣学という新しい学問を生みました。環境汚染が世界的な問題になっている現在、この水俣学は公害に悩む各国、各地域の人々の注目を浴び、広がりを見せています。
今も多くの患者が苦しんでいる水俣病ですが、その悲惨な経験が世界中の環境汚染に苦しむ人たちの助けになることを願わずにはおれない、真摯な思いを抱かせる講演でした。



熊本学園大学社会福祉学部教授 原田 正純 先生

ヒブワクチン、小児用肺炎球菌ワクチン、子宮頸がん予防ワクチンを受けましょう

宇部市では、平成23年1月17日から、ヒブワクチン、小児用肺炎球菌ワクチン、子宮頸がん予防ワクチンの接種について、それぞれ対象となる年齢の方で、協力医療機関で接種した場合、費用の全額助成(無料)を行っています。

期 間 平成23年1月17日から平成24年3月31日までの接種分

対象者 予防接種を受ける日において、宇部市に住民登録または外国人登録をしている方で、各ワクチンの対象年齢となっている方。

対象年齢・接種回数 (個別の接種スケジュールは、各医療機関に確認してください。)

◆ヒブワクチン

対象年齢 生後2カ月～5歳未満
接種回数 1～4回(接種開始年齢による)

◆小児用肺炎球菌ワクチン

対象年齢 生後2カ月～5歳未満
接種回数 1～4回(接種開始年齢による)



◆子宮頸がん予防ワクチン

対象年齢 接種日に中学1年生～高校1年生に相当する年齢の方
接種回数 6カ月の間に3回



裏面の「健康Q&A」もぜひ読んでください。

※これら3つのワクチン接種は任意接種のため、本人またはその保護者の理解と同意が必要です。
※協力医療機関については、宇部市ホームページでご確認いただくか、保健センターにお問い合わせください。

(宇部市ホームページ<http://www.city.ube.yamaguchi.jp/>) → 子育て・教育 → 母子の健康 → 予防接種 → 子宮頸がん予防・ヒブ・小児用肺炎球菌ワクチンの助成 とお進み下さい。)

お問い合わせ先 / 宇部市保健センター ☎31-1777

われら健康仲間!! 第9回

健康づくりを目的に活動している市民グループを紹介します。

上宇部ダンシングアートクラブ



2008年7月、心身の健康増進を目的にメンバー5人でスタートした上宇部ダンシングアートクラブ(木下隆之代表)。木下代表が創作するエアロビクスダンスの楽しさと健康効果が口コミで広がり、2年半でメンバーは約80人にまで増えた。活動の中心は、週1回のエクササイズ。上宇部小体育館で活動するクラス(月曜日)と川添自治会館で活動するクラス(金曜日)があり、23~78歳のメンバーが生き生きとした表情で会場に集う。エクササイズは、音楽に合わせて、軽い準備運動からオリジナルダンスまでを行う。負荷の小さい有酸素運動が中心で、胸から足首までの筋肉の成長を促し、さらに心肺機能の強化も目指す。筋肉の成長は関節の保護に効果を発揮し、腰やひざの痛み緩和が期待できるという。また、体重を落とさずにサイズダウンをすることも目的のひとつで、年齢性別に関わらず、約1年でその成果を実感できるという。

エクササイズの成果は、宇部まつりや上宇部校区の文化祭、運動会などで披露する。メンバーは、それぞれが好きな衣装を身に付けて参加。「ダンスを継続することで体のラインがきれいになった。だから、その成果を見てもらえるように、衣装は年々、体のラインが分るものになってきました」とメンバーは笑顔で話してくれた。同クラブは各会場で、新規メンバーを募集中。木下代表は「心を真っ白にしてダンスを楽しみ、一緒に汗をかいて、心身ともに健康になりましょう」と呼び掛けている。会費は月200円(1回50円)。初回は無料。問い合わせは木下代表(電話080-5232-2567)へ。

市民講演会のご案内

第25回 市民と考える医療フォーラム

「早く見つけよう 中高年の目の病気」

聴講 無料

進行するまで気づきにくい目の病気。早く発見して、失明を防ぎたい! そのために、病気の予防や発見のチェックポイントを聞いてみませんか?皆様のご参加を心よりお待ちしております。

●日時/ 平成23年3月13日(日) 13:00~15:00 (開場12:30)

●場所/ 宇部市シルバーふれあいセンター 2階ふれあいホール

●内容/ 講演 座長 永谷眼科 永谷 学 先生
浅山眼科 浅山 展也 先生

「糖尿病網膜症~糖尿病は目にもくるから怖いんです!~」
くろいし眼科 永谷 建 先生

「加齢黄斑変性症~歪んで見えたら要注意~」
近本眼科 近本 信彦 先生

「緑内障~症状を自覚する前に知っておきたいこと~」
くまがい眼科 熊谷 直樹 先生

●対象/ 一般市民 ●主催/ 宇部市医師会、宇部市

お問い合わせ先/ 宇部市保健センター ☎31-1777

健康 Q&A 第9回 HPVワクチン

Q HPVとは何ですか?

A ヒトパピローマウイルス(human papilloma virus)のことを略してHPVと呼びます。子宮がんには子宮頸がん(子宮の入り口にできるがん)と、子宮体がん(子宮の内膜にできるがん)があります。他のがんと違い、子宮頸がんは、原因がHPV感染であるとはっきり解明されたがんです。HPVには100種類以上の種類があり、このうち15種類が、子宮頸がんの発症に深く関わるハイリスクタイプです。HPVが子宮頸がんの発症に関連することを検証したことでHarald zur Hausen 博士が2008年にノーベル生理学賞を受賞され、HPVは世界的に注目されるようになりました。

Q HPVはどのようにして感染するのですか?

A HPVは性交渉によって感染します。HPVは皮膚や粘膜にいる、ごくありふれたウイルスであり、性交渉によって、子宮の入り口に微細な傷が生じ、そこからウイルスが侵入して、感染が起こると考えられています。HPVに感染することは決して特別なことではなく、性交渉経験がある女性なら約80%はハイリスクタイプのHPVに一度は感染すると言われていています。しかもほとんどが一過性であり、性感染症(いわゆる性病)とは概念が全く異なります。しかし一部長期感染が続くと、がんになるのです。



Q 子宮頸がんは増えているのですか?

A 中高年では減少傾向にあるのに対し、近年20~30代の若年層に増えてきています。初体験の低年齢化、複数のパートナーとの経験、若年層のがん検診受診率の低さなどが原因と思われる、10代の前がん病変が見つかることも稀にあります。日本では年間約15000人が新たに診断され、約3500人が死亡しています。たとえ死亡にいたらなくても、ごく初期のがんを除いては子宮全摘が行われ、その場合は妊娠や出産ができなくなります。

Q HPVワクチンはどのように接種するのですか?

A HPVワクチンを接種すると、15種類のハイリスクタイプのHPVのうち、7割を占めているといわれる16型と18型の抗体を作り、この二つのタイプについては100%感染を排除します。初回接種から1ヶ月後、6ヶ月後の計3回接種で少なくとも7年は抗体が維持し、シミュレーションでは20年間維持されることも推計されています。日本では2010年1月よりワクチン接種が始まりましたが、このたび中学1年生~高校1年生の女子が公費負担で受けられるようになりました。宇部市では平成23年1月17日から平成24年3月31日までが助成期間で、全額免除となります。健康保険証(できれば母子手帳も)持参のうえ、ワクチン接種可能な医療機関に受診してください。なお、対象年齢以外の女性や、すでに性交渉のある女性も再感染予防の見地から十分効果はありますので、接種されることをお勧めします(一回接種につき約15000円かかります)。

Q HPVワクチン接種以外に何か気をつけることは?

A 思春期の頃からの家庭や学校での正しい性教育と避妊指導、性体験のある女性全ての毎年の子宮がん検診はとて重要で。HPVワクチンは決して性交渉を推奨するものでもなく、全ての女性に幸せな一生を送っていただきたい願いから勤めているものです。ご不明な点は医療機関にご相談の上、ぜひともワクチン接種をさせていただきます。

診療のご案内 休日・夜間の

休日 日曜日・祝日、8月14日~8月16日、12月30日~1月3日

科目	0:00~9:00	9:00~12:00, 13:00~17:00	18:00~21:00	21:00~24:00
内科 外科	当番病院	休日・夜間救急診療所	休日・夜間救急診療所	救急告示病院

科目	0:00~9:00	9:00~12:00, 13:00~17:00	19:00~22:00	22:00~24:00
小児科		休日・夜間救急診療所	当番病院	

※当番病院、当番医院は新聞、宇部市医師会・宇部市のホームページ、消防本部等でご確認ください。

5月3日~5月5日、12月31日~1月3日

●眼科・耳鼻科……休日・夜間救急診療所(9:00~12:00, 13:00~17:00)

平日夜間 祝日を除く月曜日から土曜日

●内科・外科…救急告示病院

●小児科……休日・夜間救急診療所 月・火・水・金曜日(19:30~23:00)
木・土曜日(18:00~23:00)

休日夜間・緊急時の病院案内

☎0836-21-2866

(宇部市消防本部)

宇部市消防本部では休日夜間・緊急時の病院案内を行っています。

「どこの病院に行けばいいのか」などのお問い合わせに答えていただけます。

また、緊急時において「応急手当をどのようにすればいいのか」、「その後はどうすればいいのか」などの、お問い合わせにも対応していただけます。

宇部市休日・夜間救急診療所 宇部市琴芝町二丁目1-10 ☎0836-31-1099