

めでいかすとり
Médicastre



「サギソウ」

鶴岡地区医師会勉強会抄録

日時：平成27年8月19日(水) 19:00~20:30
場所：鶴岡地区医師会館 3階講堂

『明日から活用できる頸動脈エコー ～基本的走査法から医療連携（治療）具体例まで～』

株式会社 ピーディーエス 代表
認定超音波検査士・診療放射線技師 渋谷 一敬 先生

音の反射を画像化した超音波検査は、放射線による被ばくなどがなく、安全に繰り返し行える検査として確立している。適応部位は、肝臓、胆道、膵臓といった臓器全般から、心臓や血管、乳腺、甲状腺など、適応は全身に及ぶ。近年、画質の向上が著しく、その適応も以前より幅広く、そしてどの領域においてもより精密な検査が可能となっている。画質の向上に伴い、血管壁の細部まで観察できるようになり、頸動脈エコーが盛んに行われるようになっていく。医療関連の番組や書籍においても頸動脈エコーを取り上げられる事も多く、患者の関心も非常に高くなっているのが現状である。

国内における頸動脈エコーに関する主なガイドラインは日本超音波医学会「超音波における頸動脈病変の標準的評価法2009」と日本脳神経超音波学会「頸部血管超音波検査ガイドライン2006」である（2015年8月現在）。それぞれのガイドラインにて検査項目が列挙されているが、二つのガイドラインが存在することにより、各施設で独自の検査法や評価法を用いており、施設間で定まっていけないのが現状である。現在、両学会で統一したガイドライン作成に向けて作業中であることから、新たなガイドラインの発表が期待される。

頸動脈エコーの検査主目的は①生活習慣病に伴う動脈硬化の進行度チェックと②頸動脈高度狭窄症例のピックアップである。頸動脈内膜中膜複合体厚—IMT(mm)を計測する事により、

全身の動脈硬化の進行度を推測する事ができ画像にて可視化する事により、生活習慣の改善や投薬の判断基準に活用するなど日常の動脈硬化診療に活かす事が可能となる。頸動脈高度狭窄症例に関しては、頸動脈内膜剥離術や頸動脈ステント留置術が確立しているが、治療適合例を落度なく拾い上げるには、超音波による適切な検査手技や、治療の適応基準の理解が不可欠である。治療の遂行を検討する手段として、造影CTやMRIなどの画像診断が重要となってくる。超音波の画質向上と同様に、CTやMRIの進歩も著しく、狭窄率の計測や不安定プラークの描出も可能となっている。超音波検査においては、簡便に行えること、被ばくがないこと、機器が安価なこと、コストにおける患者負担が少ないことなどの長所が挙げられ、一次医療で行うには最適な検査であり普及している。しかし、術者の技術依存、検査結果の客観性が乏しいことなどの短所もあることから、頸動脈中等度～高度狭窄が疑われる場合には、二次施設などでCTやMRIを検討すべきである。

頸動脈エコーは首もとを広く開けることで簡単に検査可能であるため、まずはリニアプローブを手に取り、繰り返しトレーニングを行うことで格段と検査技術を向上させることができる。検査を通して、患者の生活習慣の改善に繋げ、1人でも多くの脳梗塞を事前回避させることを目的として普及できればと考える。

鶴岡准看護学院学校説明会

日時：平成27年8月3(月)・4(火) 10:00～
場所：鶴岡准看護学院

8月3(月)、4(火)に本学院2回目となる学校説明会を行いました。今年は、昨年より参加者が少なく24名の参加となりましたが、一人一人とゆっくり話せる良い機会となりました。

説明会には、鶴岡・酒田だけでなく最上からも参加があり、高校生は保護者同伴の姿がみられました。最初に教務課課長より、学院の概要やカリキュラム、来年度の入学試験の内容について説明し、参加者の多くがメモを取るなど熱心に耳を傾けており関心の高さが伺えました。次に、スライドを用いて授業や学内実習の様子、1年間の行事など在校生の日常生活について紹介しました。休憩を入れ、学内の施設見学と学内実習の見学・体験を行いました。学内実習では、在校生がバイタルサイン測定と立ち上がり動作、移乗動作のデモンストレーションを行いました。参加者からも在校生の指導を受けながら看護師役・患者役を体験していただきました。時折、参加者や保護者の方から在校生に学校生活や実習について質問する場面もあり、グループ内で和やかに交流する様子もみられました。質問に対し丁寧に答えたり指導していたりする在校生の姿をみることができ、先輩としての成長を感じられた時間でもありました。

学校説明会終了後に行ったアンケートでは、「先輩がとても親切に教えてくれてとても分かりやすかった」「血圧測定など実際の授業内容の体験ができて良かった」「在学中の学生の方にお話を聞けて良かった」「見学や体験がとても楽しかった」などの感想が多く、学院を知って頂く貴重な機会になったと思います。来年度、58回生として入学することを期待するとともに来年度も充実した内容の開催に努めていきたいと思ひます。

教務課 川井 マリ



第24回 医師会納涼ビアパーティー

日時：平成27年8月7日(金) 19:00～
場所：グランド エル・サン

8月7日、第24回 医師会納涼ビアパーティーをグランドエル・サンにて開催いたしました。今年も会員・職員総勢299名の方より出席いただき、ビアホールを貸し切った開催となりました。

今回は夏の花である「ひまわり」をモチーフにパンフレット・チケットを作成し、当日も保険福祉委員・実行委員の胸にひまわりをあしらいました。

鈴木聡保険福祉委員長の開会のあいさつをはじめに、三原一郎会長のあいさつ、三浦道治先生の乾杯で宴はスタートしました。

恒例の新採職員による余興では、湯田川温泉リハビリテーション病院、健康管理センター・医師会館、みずばしょうの順に、仕事の合間をぬって練習した成果を発揮し、息のあったパフォーマンスを繰り広げていました。次に行いました大抽選会では、今年は6つのグループ（グルメ・家電・美容など）に景品を分け、自分の欲しいグループに投票していただく形式にしました。自分の投票したグループの抽選になると、中には立ち上がる職員もおり、名前が読み上げられると大歓声があり、会場は大いに盛り上がりました。

最後に、福原晶子先生より閉会のあいさつをいただき、先生の締めの方歳三唱を合図に、実行委員全員がクラッカーを鳴らし、閉宴となりました。

このビアパーティーは年に1回、会員の先生方と全施設の職員が一堂に会し、交流できる場となっております。来年もたくさんの方から出席いただき、交流を深めていただきたいと思います。

実行委員長 五十嵐亜希





ビアパーティーを振り返って

私は湯田川温泉リハビリテーション病院の3病棟に所属しております。新人ということで催し物の披露がありコントとダンスを披露させていただきました。本番に向けて新人の皆で仕事の終わりに集まり、コントやダンスの練習を重ねてきました。本番まで間に合うか焦りと心配の毎日でした。本番当日は、今までにない緊張感を味わいましたが、先輩などからの声援や場を盛り上げてくれるような声かけをしていただいたおかげで心から楽しむことができ、最高のパフォーマンスができて安心しました。他の医師会に所属する部署の新人達の余興も楽しく素晴らしかったです。

新人達の余興以外にも、医師会に所属する方々との交流ができることや、会場にいる医師会に所属する方たち全員が参加できるくじ引きの抽選会なども魅力的で楽しめるパーティだと思いました。来年も参加したいと思います。

湯田川温泉リハビリテーション病院 御橋 壮人

マイペット&マイホビー

— 第 97回 —

老後の趣味を模索中

遠藤医院 遠藤 睦美

原稿の依頼を受けて改めて考えてみますと、何をやっても中途半端でお恥ずかしい次第です。

大学生になって初めて都会へ出た私は、デパートで有名美術展が開催されていたり、新旧多種の映画を上映していることにカルチャーショックを受け、おこづかいをためては観に行っただけでした。映画の論評を見るために買った週刊新潮に、地味にわずか2ページ程の美味しいラーメン店の特集記事があり、この頃からラーメンの食べ歩きが始まりました。しかし、研修医になると足が遠のき、その後常勤となって少し余裕が出てきた頃にスキーブーム到来！ 映画「私をスキーにつれてって」に触発されまして、長靴スキーしか経験のない私は、勤務が終わってからナイトスキーをするために中央道を何往復もしました。雪道でスピンしてしまい、恐ろしさを痛感した後は、せめてマテリアルだけでもと車は117クーペからパジェロ、テラノ、チェロキーへと乗り換え、東京で雪の日はひそかにニヤニヤ顔で通勤したものです。当時は宿を予約するのも超困難で、ならばと越後湯沢駅前のリゾートマンションを買い、休日は湯沢住民となったのでした。

そこそこ滑られるようになった（と勘違いした）オフシーズンにグラススキーをやってみましたら全く駄目で、基礎から習おうとスキース

クールに入り、たまたま出会ったコーチが東京都連盟のスキークラブ会長で、ゲレンデ仲間と共にクラブ会員になりました。クラブの合宿にも参加して、様々な職種の方々と友達になれたことは今でも宝物です。

オフシーズンもスキーをしようという企画に便乗し、ニュージーランドへ4回、その後カナダへも行ってみました。そんなわけでまとまった休暇を頂くために、当直やオンコールはなんでもやりますの生活でした。また、ゲレンデのある夏山に登ってみようと連れられて行ったのがきっかけで、少し山登りを始めてみましたが、リフトで上がって重力で滑り降りてくるスキーとは大違いで、リフトの鉄塔を横目に初回はもういやだとつぶやきながらついて行きました。しかし、頂上での爽快感は最高で、山が呼んでいるとはこのことかと思ったものです。尾瀬には何回か行きましたがいつも珍道中で、写真で見ると素晴らしい湿地帯に至るまでが結構大変なうえに、はたまた雨の蛇紋岩の山はつるつるで杖に感謝したり、別の機会に行った時は山の途中で動けなくなっている人に遭遇したりでした。今はわかりませんが、当時の尾瀬は携帯電話が圏外で、通りがかりの若者に頼んで山小屋から救助に来てもらい、ヘリコプターで前橋市の循環器病院へ搬送することになったのですが、へ

りが降りられるところまで登りの山道を担架で、これまた通りがかりの若者の好意で運んでもらいました。気づくと3時間がたっており、私は走って仲間のもとへ合流となったのでした。後日談ですが、その方は冠動脈拡張術後、無事退院されたと前橋の先生から連絡を受けほっとしましたが、山小屋からはヘリコプター代を立て替えたけれど支払いが無くて困っているとなぜか私のところへ連絡があり、その時初めて山岳救助は有料なのだとなりました。

その後平成18年に鶴岡へ戻ることになり、生活パターンが一変します。湯沢のマンションは5分の1の値段で売却し（ブームも下火になっていたので良いほうだそうです）、患者さん用の駐車スペースが狭くなるために車も手放して帰って来ました。両親の車はマニュアルで、運転免許取得以来のマニュアル車は早朝特訓後なんとか運転できるようになりまして、足腰の弱った父の助手として、休日は長いと約300kmのドライブ、果樹の世話をするようになり、あれほど雪が恋しかったはずなのに敷地の雪で満腹状態になってしまい、あわれスキー板は車庫から一度も出ておりません。

平成24年に父は亡くなりましたが、果樹をすべて切ってしまうのは忍びなく、今はりんごたぶどうが一本ずつとアスパラガスの畑が残っています。雪解けを待って収穫前まで月2回の消毒や、剪定、摘果、ジベレリン処理、袋かけ、草刈、アスパラは手作業の草むしり等々山積みで、週間天気予報を見ながら計画を立てています。日中は暑くて、また午後4時を過ぎると蚊に刺されるので、早朝の畑仕事です。最近は日の出とともに目が覚めるようになりました。患者さんに貴重なワンポイントアドバイスをもらいながらですが、美味しく、美しく作るのはなかなか難しく、プロはすごいと敬服です。毎年同じではなく、今年りんごの実がなり過ぎまして、300個に減らしてみると木の下には小さなりんごが一面で、もぐらも元気に土を掘っています。

と、ここでいつまでできるか考えますと、還暦直前にして筋力、バランス感覚、集中力の衰えは否めず、老後もできる余暇の過ごし方を今のうちに見つけておこうと思うようになりました。今回の原稿依頼が無ければ気付かなかったことであり、感謝いたしております。

期日：平成27年7月30日(休)～31日(金)
場所：パシフィコ横浜

第 56 回 日本人間ドック学会学術大会

去る平成27年7月30日(休)から31日(金)の2日間、横浜市で開催された第56回日本人間ドック学会学術大会に参加しました。「人間ドック健診イノベーション—新機軸の創生と展開—」をメインテーマで開催されましたが特に12月から開始されるストレスチェックのシンポジウムでは、大きな会場にも関わらず、聴講者があふれるほどの関心を集めていました。今回は健康管理センターから2題口頭発表を申込み、がん検診と受診勧奨のセッションで発表を行いました。以下、抄録を掲載します。

当センターにおけるがん検診について ～過去10年間の統計的観察～

(一社)鶴岡地区医師会 荘内地区健康管理センター

○鈴木 伸男 中里 敬 横山 喜恵 南部 知子

【はじめに】

当センターでは、1984年の開設以来、がん検診を実施してきたが、このたびは2004年から2013年までの10年間にわたる実績の統計的観察の結果について報告する。

【検診の項目】

がんの1次検診は、健康増進法に基づいて、胃がん、大腸がん、肺がん、乳がん、子宮頸がんの5項目を基本とし、受診者の選択によってPSA、腹部エコー、胸部CT、乳房エコーを追加している。

【結果】

*年間の受診者数は2万人弱(延べ約9万人)であり、その中のがん発見数は101～171例であった。*受診者数が逐年的に著明に増加しているのは、80歳以上の高齢者、前立腺がん検診、20歳代の子宮頸がん検診であった。*男女別の受診者数は、全年齢層で女性が多く。また要精検となった場合の精検受診率は女性に比べて男性が低く、特に50歳代以下の男性は60%台であった。*臓器別のがん発見数は、胃がん433例、大腸がん560例、肺がん149例、乳がん102例、子宮頸がん38例、前立腺がん103例であった。*がん発見数の中の早期がんの率は胃がん70.9%、大腸がん66.6%、肺がん46.3%、乳がん56.9%、子宮頸がん94.7%であった。*大腸がん検診の便潜血反応と大腸がん発見数との関連については、1日分だけが陽性の場合に比べ2日分とも陽性の場合には著明に高かった。*乳がんの確定診断を受けた症例について、1次検診で要精検となった検診項目をみると、マンモが多いが、視触診のみで陽性になった症例もあった。*腹部エコーで腎臓、肝臓、胆道、膵臓などのがんが発見され、乳房エコーのみで発見されたがんもあった。また2011年からの胸部CTで発見された肺がんは8例であったが、その中の6例はX線検査では異常がなかった。

【今後の課題】

がん検診の受診率と精検受診率の向上を目指し、またオプション項目の腹部エコー、乳房エコー、PSA、胸部CTについて啓蒙を進めなければならない。



コール・リコールを利用した職域がん検診の精検受診率向上への取り組み

(一社)鶴岡地区医師会 荘内地区健康管理センター

○工藤 智美 伊藤 陽子 渡部 順子 工藤 ゆき 渡部 恵美

【はじめに】

当施設の職域がん検診で、平成24年度までは検診から約3か月後に文書による受診勧奨を行っていたが、精検受診率向上に大きな成果が得られず対策が課題となっていた。そこで平成25年度の検診から受診勧奨に有効とされるコール・リコールを実施し、精検受診率の向上につながったので報告する。



【対象と方法】

平成25年度に職域がん検診（胃・大腸・肺・乳・子宮）のいずれかで要精密検査となり、検診から3か月後および4か月後に精密検査の結果の返却がない受診者を対象とした。検診から3か月目に1回目の精検受診勧奨を文書で行い、4か月目は電話による再受診勧奨を行った。

【結果】

平成24年度と25年度の精検受診率を比べると胃がん70.0⇒75.3、大腸がん59.1⇒68.0、肺がん71.1⇒76.2、乳がん87.7⇒88.3、子宮がん84.9⇒88.9だった。乳がん検診はほぼ横ばいだったが、他のがん検診の精検受診率は上昇した。また電話勧奨により精検受診した受診者のなかで大腸がん3名（早期2 進行1）、子宮がん1名（早期）発見された。電話勧奨時「すでに受診済」「予約済」と答えたものが136件で、その後医療機関に結果返却の依頼をし、110件の返却があった。一方受けない理由として、「毎年精密検査になるから」などが12件あった。

【考察・まとめ】

平成24年度と25年度の精検受診率を比較すると、乳がん検診以外の検診で上昇がみられ、コール・リコール形式での受診勧奨の一定の効果があったと思われる。また「受診済」「予約済」の情報を受診者から得ることで医療機関に再度結果の返却を依頼し、回収できたことも精検受診率向上につながったと思われる。

しかし、2度の受診勧奨でも精検受診につながらなかった受診者もまだ少なくはない。今後もコール・リコール形式での受診勧奨を強化していくとともに、受けない理由などを分析し、受診行動につなげるにはどうしたらよいか検討していくことが課題である。



YBCラジオ「ドクターアドバイスで きょうも元気」ラジオ出演体験記

「ドクターアドバイスできょうも元気」
に出演しました。

庄内医療生活協同組合・協立大山診療所

田中 栄一

ラジオの健康情報番組「ドクターアドバイスできょうも元気」に出演しました。6月下旬に山形放送のメディアタワー（山形市）にて収録をおこない、放送日は、8月17日から8月21日の5日間でした。担当アナウンサーは、「ウィークエンドスクランブル」や「ゲツキンラジオぱんぱかぱ〜ん」でおなじみの佐伯敏光さん。話すのが上手ですし、声もいいし、緊張気味の私のことを気遣ってくださるすばらしい方でした。私が選んだテーマは「東洋医学を医療に活かす」。日常診療に取り入れている漢方治療の話を中心に東洋医学の考え方、現代医学との比較、病気との向き合い方、東洋医学特有の健康養生まで言い及びました。放送後には「先生、ラジオ聴いたよ」「勉強になりました」「面白かったよ」と多くの方から声をかけていただきました。中には「お医者さんらしく喋っていたね」「ところどころ笑わせていただきました」「漫才の掛け合いみたいだった。」という褒められたのか貶されたのかわからないような忌憚のない感想もいただきました。

皆さん、早起きしてYBCラジオを聴いているんですね。一方、放送中に流れた楽曲についての感想もいただきました。「先生もジュリーが好きなんですね」「(ビートルズでなく)ポー

ルのMagicalMysteryTourを選ぶなんてマニアックですね」「聖子ちゃんは私の青春時代そのもの」など。思い起こせば私の青春時代は、歌はジュリー、俳優はショーケン、アイドルは松田聖子、ニューミュージックは、ユーミン、ロックは甲斐バンド、外タレはポール・マッカートニー&ウイングスでした。実は今回のラジオの出演にあたり、話す内容より大いに悩んだのが楽曲の選択でした。結局は家や車の中でよく聴き、YouTubeの再生回数の多い自分の好きな歌5曲を選びました。なお、番組の収録には3時間くらいかかり、収録終了後には、佐伯アナウンサーに館内を案内していただき、ラジオスタジオや「ピヨ卵ワイド」の収録現場を見学しました。深夜ラジオとテレビ大好き世代の私には夢のようなひとときでした。以上、ラジオ出演について思いつくまま書かせていただきました。貴重な体験をさせていただき、鶴岡地区医師会のご厚情に感謝しております。



新入会員の紹介



氏名：今野陽介

生年月日：昭和51年9月19日

生まれた所・育った所：山形県鶴岡市

勤務先・診療科目：美咲クリニック・整形外科

出身校：川崎医科大学

趣味・特技：合気道

鶴岡地区医師会会員の皆さんへ一言：鶴岡南高校を卒業後、約20年ぶりに戻ってまいりました。よろしくお願いします。

医師会ニューフェイス

①氏名 ②所属 ③趣味・特技 ④ひとこと



① 後藤利行

② 湯田川温泉リハビリテーション病院
薬剤科 薬剤師

③ 読書、スポーツ観戦、散歩

④ 荘内病院、(株)スズケン（医薬品卸）を経て7月からお世話になっております。病院に復帰しましたが、医療の現場は職能を生かすことができずやがいがいがあり、大変勉強になっております。頑張りますので宜しくお願いいたします。



① 板垣優子

② 湯田川温泉リハビリテーション病院
リハビリテーション課 言語聴覚士

③ 映画・音楽鑑賞

④ 早く新しい職場の環境に慣れて患者様のお力になれるように頑張りますので宜しくお願いします。

Introduction

研修医

No.7

「笹生香菜子と申します」

鶴岡市立荘内病院研修医 笹生 香菜子

皆様、こんにちは。鶴岡市立荘内病院2年目研修医の笹生香菜子と申します。いつも大変お世話になっております。私は、山形大学医学部附属病院から協力型の研修医として荘内病院へ参りました。学生の時にも1ヵ月ほど荘内病院で実習させていただいたので、久しぶりの荘内病院、そして鶴岡は懐かしいような気もしています。

現在は、脳神経外科で主に脳卒中診療を学んでいます。忙しく刺激的な毎日ですが、先生方やコメディカルの方のおかげで、楽しく仕事できています。休日には市内の即身仏めぐりや出羽三山めぐりを楽しんでいます。山岳信仰にふれて、私の俗世間で荒ぶる心が落ち着くといいなと思います。また、地物のだだちゃ豆やメロン、スイカ、夏野菜などおいしいものも多く、そちらでも満たされています。

荘内病院での研修は残すところ、あと1ヵ月となりました。来年度からは、山形大学医学部脳神経外科に入局し、山形県内で引き続き脳神経外科を勉強していく予定です。今後も多々お世話になる機会があるかと思えます。ご指導ご鞭撻のほど、宜しくお願いいたします。



表 紙

「 サギソウ 」

石原 融

サギソウは、その名のとおり白鷺をイメージさせる独特の形の花を咲かせる山野草です。近年、全国的に自生地が減少し、山形県では絶滅危惧種に指定されています。この写真は観賞用の栽培種で、残念ながら自生種ではありません。

編 集 後 記

夏の暑さも過ぎ去り、朝夕はめっきり涼しくなり、過ごしやすくなって来ました。この時期はエアコンの無い旧車にとっても良い季節ですので車のイベントが増えてきます。雪が降るまでの短い期間ですが、ストレス解消しておこうと思っています。

今月号は、頸動脈エコーについてご講演頂いた医師会勉強会、がん検診をテーマにした日本人間ドック学会大会。毎年恒例の納涼ビアパーティー、マイペット&マイホビー、ラジオ出演体験記、研修医の先生のご挨拶と読み応えのある内容に出来たのではと思っています。また、原稿の集まりが良く校正もスムーズに進みました。皆様のご協力に感謝致します。

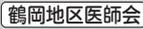
(伊藤 茂彦)



編集委員：三浦 道治・福原 晶子・三科 武・斎藤 高志・中村 秀幸・伊藤 茂彦

発行所：一般社団法人鶴岡地区医師会 山形県鶴岡市馬場町 1-34

TEL 0235-22-0136 FAX 0235-25-0772 E-mail ishikai@tsuruoka-med.jp

ホームページにも掲載しております  URL <http://www.tsuruoka-med.jp>