



ぬましん健康友の会 たより

復刊第11号 2014年1月発行 電話 03-3387-3424 (江古田沼袋診療所)

健診は毎年受けてこそ いきる 西岡研修医がわかりやすくお話

友の会がけんこう教室

江古田沼袋診療所
とぬましん健康友の
会は昨年12月4日、
「健診結果の見方・
活かし方」をテーマ
に健康幸座(無料)

江古田沼袋診療所
「けんこう教室」を開き
ました。
講師は江古田沼袋
診療所で12月、地
域医療研修をした2
年目の医師・西岡大



輔先生。

西岡先生は「糖尿病の『け』がある。の『け』は、『検査を受けましょう』の『け』ですよ」と軽快に話を進め、「過去の検査結果と比べてこそ、健診は活かせる。毎年、健診を受けましょう」と呼びかけました。

お話では、体重の変化、血圧、脂質異常症、糖尿病、肝臓、腎臓、貧血、尿、便潜血ごとの異常値やそれからわかる病気が詳しく説明され、参加者は持参した健診結果用紙に見入り

ました。

「下の血圧だけ高いのはどうして」「ビールを飲みながら、尿酸値を下げる薬はないか」「貧血は遺伝するのか」「尿に糖がない糖尿病はあるか」などの質問がだされ、的確に答える西岡先生の姿は、たのしいとの印象を強く持ちました。

2人の方が個別の健康相談に。他の医療機関で行った健診結果を持参した方の相談を受けた西岡先生は、結果の見方を説明しつつ、外来の受診を勧めました。

中野区の健診は

2月28日(金)まで

受診券・シールがない方は、お電話を

●中野区健診担当 02628-15006

●または江古田沼袋診療所

03-3387-3424

「2025年問題」って何



健康幸座⑪ 江古田沼袋診療所所長 木村良子

超高齢社会、 単身・貧困…

「2025年問題」という言葉を耳にしたことはありますか？これは第1次ベビーブーム時代の1947～49年に生まれた、いわゆる「団塊の世代」が2015年で65歳以上の前期高齢者になり、2025年には75歳以上の後期高齢者になることを踏まえて、新しい社会保障や医療介護の提供体制のあり方を考えていこうというものです。

2025年に起こると想定されていることは、①団塊の世代が後期高齢者になり、高齢化率30%を超える、②多死社会が到来し、年間死亡者数が120万から160万に、③高

齢者の単身者率が4割に、④単身高齢者の5割以上は年収150万円以下、⑤高齢者の15%は認知症（プラス予備軍の軽度認知障害は13%）などがあります。

中野区でも 認知症も…

中野区は若者と高齢者が多く、単身世帯率60%の街です。私が所長を務めている江古田沼袋診療所では、ここ数年で往診依頼がどんどん増えていきます。75歳以上の高齢者の単身世帯、高齢者夫婦世帯が多く、認知症が絡んでいることも多いです。ここに貧困や孤立、がんといった問題がさらに絡み合っています。

2025年問題は都市に住む私たちに

とってはすでに現実です。特に認知症は、障害や疾患のひとつの縮図といってもよく、認知症というだけで対応すべき課題がふくれあがるというのが実感です。

認知症の理解 創造力も大切

気をつけなければ

いけないのは、認知症対応は気合いと思いやりだけではできないということ。認知症はどんな疾患なのか、一定の知識が必要不可欠です。そして実は認知症の人の世界を想像するイマジネーション力がとっても大切です。これがないと、認知症の方々も介護側もとつても辛い思いをすることになります。

2013年11月に中野区内で、中野共立病院主幹で全日

本民医連第5回認知症懇話会が開催されました。記念講演に浴風会病院・認知症介護研究・研修東京センターの須貝佑一先生、映画「毎日がアルツハイマー」の関口祐加監督を迎え、大変な盛会でした。参加者からは、認知症予防から早期発見、評価、治療、介護問題、地域連携、そして終末期の対応や、

まちづくりに至るまで、様々な興味深い演題がだされ、活発に議論されました。このように、わたしたちも2025年問題に向けて、認知症をはじめ今後の社会保障や介護体制についても日々勉強し、安心して住めるまちづくり、安心してかかる医療機関をめざしています。

江古田沼袋診療所 診療案内

2014年1月

（受付時間）	月	火	水	木	金	土
午前 9:00~ 11:30	（内科） 木村	（内科） （循環器内科） 青山 （往診） 伊藤	（内科） （禁煙外来） 石川	（内科） （消化器内科） 澤田 （往診） 木村	（内科） 関川 （往診） 木村	（内科） 倉本
午後 13:30~ 16:30	（内科） 高野	（内科） 雨宮	休診	（内科） 木村	（内科） 橋詰	休診

電話 03-3387-3424 中野・練馬区健診実施機関
中野区沼袋 4-27-15-1 階（沼袋バス通り沿い）