

かなえ

第14号(平成25年1月1日)

医療法人社団鼎会 八柱三和クリニック

千葉県松戸市日暮1-16-2 日暮ビル2階 047-312-8830

<http://www.yabashirasawa-clinic.com>



本土寺： 師走に入り北小金にある本土寺を訪れた。紅葉はおわっていないか心配であったが杞憂であった。寺院に入るとそこは紅や黄の世界で別世界の趣である。カメラ撮影の人々が多いなか、菖蒲池の木道より渡り廊下を、やや逆光ながらアングルを決める。落日との競争で急いで筆を走らせる。3時を過ぎると冷気が体や指先を包み、早描きでやっと一枚仕上がった。 絵と文 : 松戸市在住 水彩画家 菅谷功氏

本当の高齢社会の話をしよう

千葉大学病院副病院長

鼎会顧問 高林克日己

少子高齢化といわれながら、医療においてもそれで実際何がどうなるのかということが未だにはっきり伝わっていないように思います。誰も暗い未来のことなんか考えたくはないのですが、この先の道がどうなるかを考えないでただひたすら歩いていく人なんているのでしょうか。どうなるかを予測すれば、それなりの準備や解決法も生み出せるでしょう。私もごく数年前まで多くの方と同じように漠然としたものしか考えていませんでした。しかし調べれば調べるほどに高齢化のもたらすことがとてつもなく恐ろしいことであると考えようになったのです。まずこれを認識することが大切です。

首都圏の3県、神奈川、千葉、埼玉は現在においても全国で人口当たりの医療資源が最も低い3県です。すなわち人口当たりのベッド数、医師数、看護師数が全国で最も少ないのです。この地域でこれから20年間に人類史上において類を見ない高齢化が急速に進みます。千葉県の都市部は今後20年間で最低でも1.5倍高齢者の数が増えますが、千葉県の今後10年間の高齢者の増加数は人口の少ないいくつかの県、たとえば鳥取、福井、佐賀、山梨、徳島、島根、沖縄の現在の全高齢者を合わせた人口に匹敵します。千葉県の郡部ではさらに高齢化率が高まるわけですが、都市部における変化はこの絶対数の問題です。松戸ももちろん例外ではありません。そして高齢者人口が増えるということはそのまま病院の受診者数、入院者数に繋がります。もしベッド数が今のままですと、私たちの試算では2020年ころから地域の病院がいっぱいになって入院ができなくなるのが起こり始め、2030年には千葉市の医療圏で1,000人、東葛南部船橋市川において3,000人が地域の病院に収容ができない計算になります。東葛北部においても毎日500人くらいが病院に入院できない計算になります。これに追いつくためには病院のベッドの数を1.6倍、そしてそれに見合った医療者もそれだけ増やさなければなりません。今でも足りない状態でこれが非現実的なのは明らかです。そしてなによりこれには莫大な医療費が必要になります。このままでは近いうちに60兆円を超えることは誰も否定しません。すなわち今のままの医療を続けていけば早晚破綻することは誰の目で見ても明らかです。それではどうすればよいのでしょうか？

このためにはひとつは医療システムの変更が必要です。急性期病院の入院期間を短くするというよ

うな方法がありますが、それでは最終的に診てくれる施設や、在宅医療の充実や単身の高齢者を見守る施設が必要になるでしょう。このことは都会であるほど顕著に表れます。もっともひどいのは東京周辺、名古屋、京阪神も同様の事態が考えられますが、介護施設をみると関西地区は関東の2倍の余裕があり、やはり首都圏が最悪との予測になります。

個人的にはどうすればよいか？ひとつは逃げ出すことでしょうか。西に行った方が余裕があります。あるいは外国に脱出という手もあります。しかしみんなが逃げ出すわけにはいきません。逃げたくても逃げることのできない人がたくさんいます。

私は高齢者医療について改めて考える時期になったのではと考えます。小児は小さな大人ではないという有名な小児科の言葉がありますが、高齢者も同じではないかと思えます。今回病院がいっぱいになってしまうのは、若い世代の入院のためではありません。ほとんどお年寄りばかりが病院にかかる構造になるわけですから。いわゆる多死時代の到来です。そのような時代においても命の大切さはもちろん高齢者においても変わることはありません。しかし20-30歳の人が救命救急でかかるのと同じ処置を90-100歳の天寿を迎える方にすることが適切なのかについては長い間多くの医療者が疑問を持ちながら続けてきました。生きるために辛い治療をどこまで受けるかは、その人その人の考えで異なると思います。しかしその判断さえできなくなってしまった人たちにも、今は若い人と同じ治療をしています。晩年をいかに過ごすのか、人生の最後をどのようにして終わりたいのかについて、各自が考えていただく時期に来ているのではないかと思います。人が病院で死ぬようになったということはついほんのこの3-40年間のことです。そしてそれが必ずしも理想の未来の姿でもないのです。今でも2/3の方は自宅で死にたいと考えています。私も単に経済的な問題ではなく、できればその方がよいと信じています。ただしそれができる方はむしろ幸せな方で、そのような環境が得られる方はごく限られています。それが自宅でなくても尊厳死、平穏死といったものを考えることは大事だと思います。

三和クリニックが今後三和病院へと発展していくときに、自宅での医療を受けられる方の診療も行い、あるいは高齢者で死に逝く人を安らかに看取するための施設(看取り病棟)も検討されていると聞いています。これからの医療に対応してこの病院が地域でますます活躍する施設になってくれることを期待したいと思います。

初挑戦 診療放射線技師 松林 翠

先日、薬剤師のスタッフ佐々木さんにオーブンを譲っていただきました。

小学生の頃にクッキー作りを失敗したという経験から、長年苦手意識があったお菓子作りですが、折角のチャンスだと思い立ちチャレンジすることにしました。まず、道具を揃えるのは大変ということで、道具が少なくても出来るもの。初心者でも作りやすい簡単な工程のもの。美味しいもの。という条件で調べた結果、パウンドケーキを作ることに決定しました。レシピを見て、「あ、これなら家にあるもので出来そう！簡単そう！」とやる気になった方は是非作ってみてください。

ドライフルーツのパウンドケーキのレシピ

材料

- ・バター(ケーキ用マーガリン可) 100g
- ・砂糖 80g ・卵 2個 ・薄力粉 100g
- ・ベーキングパウダー(BP) 小さじ 1/2 ・ブランデー又はラム酒 大さじ 1
- ・ドライフルーツ(ブランデー大さじ 1 で一晩漬けておく) 80g

手順

1. 粉+BP は合わせてふるう。卵とバターは室温にする。
 2. 型にクッキングシートを敷いておくか紙型を用意する。オーブンは 170 度に余熱する。
 3. バターをなめらかに白っぽくなるまで練る。砂糖も加えてよく混ぜる。
 4. 卵を溶いて、5 回にわけて加える。
 5. ドライフルーツの水気を切り、ふるった薄力粉を大さじ 1 まぶしておく。(フルーツが沈まないようにするため)
 6. 3 にふるった粉とBPを加え、ドライフルーツもいれてヘラでさっくりと混ぜる。
 7. ブランデーを加えて混ぜる。型にいれ、トントンと 3 回、20cm から落とし空気を抜く。
 8. 170 度に余熱したオーブンで 30~40 分焼く。竹串を刺してみてもつかなければ出来上がり。途中で焦げてしまいそうなときは、アルミホイルをかぶせておく。
 9. 荒熱がとれたら、ラップしておく。
- 私のチャレンジ結果はというと・・・生地はオーブンの中で少しずつモコモコと膨らみ始め、やがて山形になった時には良い香りが漂い、成功を感じました。しかしパウンドケーキは翌日切り、2~3 日後が美味しくなるとのことで、匂いに誘惑されながらも我慢、

我慢。翌日に切り分け、試食するとドライフルーツとラム酒が程良くきいて、とても美味しく出来ていました。折角の初パウンドケーキは、両親や夫、オーブンをくださった佐々木さんなどに少しずつお裾分け。好評のようでした。

今年は、ロールケーキやマフィン、最終的にはホールケーキまで作れるようになると良いなど、夢を膨らませています。



お手玉づくり 医事課 日比野 亜矢子

秋口に子供たちが、小指の爪程の大きさのかわいい数珠玉をとってきました。

自分が小学生だった時に、近所の原っぱに数珠玉がなっていて友達と取ってきてお手玉を作ったのを思い出しました。とても懐かしくなって、今度は子供たちとお手玉を作ろうと思いました。

数珠玉が乾燥してから、今度は子供たちとお手玉を作ろうと思いました。

数珠玉が乾燥してから、芽を針やピンセットで取りだします。

玉が小粒なのでなかなか取りだせず、子供たちはすぐ飽きてしまい、私は 10 粒とると指先が痛くなり作業が思うように進みません。お正月までに作り終わって遊べるといいなと思いつつ、そのうちお誕生日やクリスマスの準備に追われ、全部の数珠玉の処理を終えることができませんでした。

お手玉で遊ぶことを楽しみにしながら、春になる前には作り終えたいなと思いました。



八柱三和クリニック診療医師担当表

		月	火	水	木	金	土
乳腺外科	午前	渡辺 修	渡辺 修	(手術)	渡辺 修	渡辺 修	渡辺 修
	午後	渡辺 修	渡辺 修		(手術)	渡辺 修	
整形外科	午前					浅野健一郎	早田浩一郎 (2, 4)
	午後	小酒井治 (2, 4)			小林洋平	浅野健一郎	
内科 1	午前	斉藤丈夫	斉藤丈夫	斉藤丈夫	斉藤丈夫	斉藤丈夫	斉藤丈夫
	午後	斉藤丈夫		斉藤丈夫	(在宅)	斉藤丈夫	
内科 2	午前	渡辺聡枝	渡辺聡枝	渡辺聡枝	渡辺聡枝	渡辺聡枝	杉崎良親
	午後		仲野総一郎	渡辺聡枝	渡辺聡枝	(高林克日己)	
内科 3	午前	鈴木明子	鈴木明子	鈴木隆弘	鈴木明子		高林克日己
	午後	鈴木明子	鈴木明子	藪下寛人	鈴木明子	鈴木明子	
胃カメラ	午前	渡辺英二郎		古田良司		鈴木明子	
大腸カメラ	午後	渡辺英二郎		古田良司			

明けましておめでとうございます。八柱三和クリニックは本年2月に開院3年になります。昨年3月には50床の病床認可を得ることができました。患者さんに集めていただいた22000筆の署名のおかげです。本年は病院建設の具体的な計画を皆さまにご説明できると思います。職員一同決意を新たに頑張りたいと思います。よろしくお願い致します。 鼎会理事長 齊藤 丈夫

編集後記

お正月用に新巻鮭を買いました。東日本大震災により、岩手・宮城・福島県の漁業が現在も深刻な打撃を受けている中で、復興の支援を！という思いから、岩手県宮古市・山田町の漁業関係者と交流を行っている方々がいます。お誘いを受けて、私も購入しました。今では魚屋さんで見かけなくなった、昔ながらの新巻鮭です。美味しく頂いて、少しでも支援になればと思います。高林先生の記事では高齢社会の現実を知りました。自分の目の前に見えていることだけではなく、社会全体を見ることができるようになるう・・・というのが、私の今年の目標です。鼎会はいよいよ病院建設が始まります。沢山の方と力を合わせて、よい病院作りをしていきます。本年もよろしくお願い致します。 総務:中野三代子