

区医だより

発行●浪速区医師会 編集●広報部

巻 頭 言

お酒は上手に飲みましょう

中 村 泰 久

(耳鼻咽喉科中村クリニック 院長)

この原稿を執筆している3月30日、桜が満開となりTVでは花見の風景が映し出されています。医師会の先生方も花見に行かれて酔っぱらった先生もおられると思います。かく言う私も、連日の飲み会で今も二日酔いで、頭痛と吐き気があります。そこでふと思いついたのですが、お酒について知ってそうで知らないようなことを調べてみることにいたしました。釈迦に説法ではありますが、お付き合いください。

1) 日本ではいつからお酒がつくられたのか？

3世紀に書かれた『魏志東夷伝』(魏志倭人伝)の中に「喪主泣シ、他人就ヒテ歌舞飲酒ス」「父子男女別無シ、人性酒ヲ嗜ム」といった酒に関係する記述を見つけることができます。ただしそれが米の酒なのか、また、液体かかゆ状のものか、他の穀類、果実から造られた酒なのかは不明です。酒が米を主体として造られるようになったのは、弥生時代以降水稻農耕が渡来定着した後で西日本の九州、近畿での酒造りがその起源と考えられています。

2) いろいろなお酒の効用

ビールに含まれる麦芽には美肌効果のあるビタミンB₂が含まれています。その他カル

シウム、リン、カリウム、などミネラルがバランスよく含まれています。またビール酵母に含まれる核酸は皮膚の新陳代謝を助ける効果があります。

赤ワインにはカテキン、タンニン、フラボノイド、アントシアニンなどのポリフェノールが多く含まれており、強い抗酸化作用があります。ある疫学調査では1日2～5杯のワインを飲む人で、心臓病による死亡率が最も低いという結果がでています。また白ワインには強力な殺菌作用があることも知られています。

日本酒はお酒の中でも特に多くのアミノ酸を含んでいます。食中に飲酒すると胃壁が厚く丈夫になるそうです。またアミノ酸は肌をしっとりさせる美肌効果があります。またアデノシンが他のお酒に比べ圧倒的に含まれています。アデノシンは血管の収縮を阻害させる効果があるため、他のお酒よりも身体が温まった状態が続きます。また直接皮膚に日本酒をつけることで、保湿効果があるともいわれています。また醸造時の麹に含まれるコウジ酸は細胞の活性化や老化防止に効果があり、美肌効果や育毛にも有効だそうです。さらに



抗菌・抗酸化作用のあるフェルラ酸が多く含まれており、老化の原因となる活性酸素を除去させる役割を果たしてくれると言われてい
ます。

このようにさまざまな効果のあるお酒ですが、すべて適量を飲酒したとときに限ってのこと
でしょうか？アルコール健康医学協会では、一般的に約1～2単位のお酒を限度とするようにすすめています。純アルコール量にして約40～50g。1単位とはビール中びん1本、日本酒1合、焼酎0.6合、ウイスキーダブル1杯、ワイン4分の1本、缶チューハイ1.5缶です。僕としてはだいぶ少ないと感じますが(笑)、先生方はいかがですか？

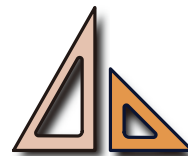
このようにアルコールは良い効果もありますが、やはり飲みすぎると身体を壊すばかりです
ので、先生方も(ドクターA！特に注意してくださいね)僕も含めて、今後は適正飲酒をなるべく心がけたいですね。

最後にアルコール健康医学協会が提唱する適正飲酒の10カ条の標語をご紹介します。

- 1) 談笑し 楽しく飲むのが 基本です
- 2) 食べながら 適量範囲で ゆっくりと
- 3) 強い酒 薄めて飲むのが おすすめです
- 4) つくろうよ 週に二日は 休肝日
- 5) やめようよ きりなく長い 飲み続け
- 6) 許さない 他人への無理強い 一気飲み
- 7) アルコール 薬と一緒に 危険です
- 8) 飲まないで 妊娠中と 授乳期は
- 9) 飲酒後の 運動・入浴 要注意
- 10) 肝臓など 定期検査を 忘れずに



理事会報告



◎平成24年度3月定例理事会

日 時 平成25年3月22日(金)

午後8時～10時3分

場 所 浪速区医師会 会議室

協議事項

1. 平成25年度定時総会の開催日について
＜佐久間会長＞

標記開催の日程を決めたい。

協議の結果、5月29日(水) 午後2時に決定。

2. 災害時の医師派遣について＜有田副会長＞
災害時の医師派遣について、方針を決めたい。

協議の結果、次のように決定。

- ①現在行っている在宅医療ネットワークのブロック分けを基準に3ブロックに分ける。
- ②緊急連絡を作成する。
- ③災害時に対応できる参加医療機関を募る。

3. 平成25年度予算について＜菱川副会長＞
資料にもとづき検討の結果、了承。

4. 学術講演会の共催の製薬会社について
＜富永理事＞

平成25年度に開催予定の数回の学術講演会に対して、共催可能な製薬会社が見つからない。この場合についての対応を協議願いたい。

協議の結果、共催可能な製薬会社が見つからない場合は、本会主催で開催することとなった。今後も共催可能な製薬会社

が見つからない場合は、講演内容についても検討することとなった。

5. 大阪府転退院調整・在宅医療円滑化ネットワーク事業について <久保田理事>

資料にもとづき検討の結果、了承。

6. 職員の定期昇給について <木田理事>
一部改定することとなった。

7. その他

(1) 平成 25 年度事業計画予算について

<徳田理事>

資料にもとづき検討の結果、了承。

(2) 平成 25 年度上半期の中央急病診療所出務医師の割当について<原田理事>

標記診療所への出務医師割当について資料のとおり案をまとめた。協議願いたい。

日 程		時 間	出務医師名	
平成 25 年	4 月 24 日	木	深夜 22:00~30:00	入野宏昭
	4 月 28 日	金	準夜 17:00~22:00	中村淳子 岡藤龍正
	6 月 15 日	月	深夜 22:00~30:00	久保田泰弘
	7 月 5 日	金	深夜 22:00~30:00	池田秀博
	8 月 25 日	日	準夜 17:00~22:00	菱川秀夫 稲岡祥治
	9 月 8 日	日	深夜 22:00~30:00	徳田好勇

報告事項

1. 郡市区等医師会長協議会について

(3 月 22 日<金>) <佐久間会長>

次第は次のとおり。

▷ 開会

▷ 会長挨拶

▷ 報告事項

- (1) 予防接種法改正による 7 ワクチンの定期接種化を実現するための署名活動報告の件

▷ 連絡事項

- (1) 大阪府救急医療情報センターの件
(2) 平成 25 年度大阪府無料肝炎検査事業の件
(3) 事務局業務分掌の件
(4) 4 月度行事・会合日程および平成 25 年度主要行事・会合日程の件

▷ 退任される郡市区等医師会長のご紹介

▷ 閉会 (詳細 略)

2. 大阪市医師会連合会委員会について

(3 月 18 日<月>) <佐久間会長>

次第は次のとおり。

▷ 連絡事項

- (1) 大阪市小児ぜん息等医療費助成の制度変更の件
(2) 大阪市内医師会公衆衛生事業補助金の件
(3) 住吉市民病院跡地の活用にかかるマーケット・サウンディングの件
(4) 大阪市国保関係委託料廃止にともなう激減緩和対策の件
(5) 大阪市立中学校における MR ワクチン(3 期)接種状況の件
(6) 平成 25 年度大阪市国保特定健診(集団健診)にかかる協力依頼の件
(7) 平成 25 年度肝炎ウイルス検査事業の件
(8) 大阪市委託・共催事業の件

(詳細 略)

3. 大手前病院地域医療支援病院運営委員会について

(3 月 7 日<木>) <佐久間会長>

次第は次のとおり。

▷ 開会

▷ 挨拶

▷ 議事

- (1) 審議事項 大手前病院地域医療支援病院運営委員会規約の改正(案)について

- (2) 報告事項 当院の取り組みについて

▷ その他

▷ 閉会 (詳細 略)

4. 浪速区地域支援調整チーム代表者会議について

(3 月 8 日<金>) <佐久間会長>

次第は次のとおり。

▷ 開会

▷ 議案

-
- (1) 平成 23・24 年度各会議からの報告
① 代表者会議
② 実務者会議
③ 地域ネットワーク委員会
- (2) 平成 24 年度の提言・提案・要望について
- (3) 地域支援システムの今後の運営について
(詳細 略)
5. 60 周年記念行事検討委員会について
(3 月 15 日〈金〉) <佐久間会長>
次第は次のとおり。
▷ 60 周年記念式典の内容等について
▷ その他 (詳細 略)
6. 第 298 回府医定例代議員会について
(3 月 14 日〈木〉) <澤井副会長>
議事は次のとおり。
▷ 第 1 号議案
大阪府医師会諸規程の改廃・制定に関する件
▷ 第 2 号議案
平成 24 年度大阪府医師会会費減免申請に関し承認を求める件
▷ 第 3 号議案
平成 25 年度大阪府医師会事業計画に関する件
▷ 第 4 号議案
平成 25 年度大阪府医師会予算に関する件
▷ 第 5 号議案
平成 25 年度大阪府医師会会費賦課徴収に関する件
▷ 第 6 号議案
平成 25 年度大阪府医師会特別会費の賦課徴収に関する件
▷ 第 7 号議案
平成 25 年度大阪府医師会新入会員に対する会館設備資金応益負担金の賦課徴収に関する件 (詳細 略)
7. 災害時における連携に関する打合せ会について
(3 月 13 日〈水〉) <有田副会長>
次第は次のとおり。
- ▷ 浪速区災害対策本部救急医療調整実施要領(案)について
▷ その他 (詳細 略)
8. 予算委員会について
(2 月 25 日〈月〉) <菱川副会長>
「協議事項 7 (1)」参照。
9. 在宅医療における地域リーダー研修について
(3 月 17 日〈日〉) <橋村理事>
エル・おおさかにて開催された。
次第は次のとおり。
▷ 開会の辞
▷ 地域リーダー研修のねらい
▷ 在宅医療をめぐる現状について
▷ 府内各拠点事業者の取組
▷ ガイダンス
▷ 多職種協働の意義とグループワークの進め方
▷ グループワーク 1
▷ 課題抽出の方法とその解決策の事例紹介
▷ グループワーク 2
▷ 閉会の辞 (詳細 略)
10. 第 3 回浪速区地域包括支援センター運営協議会について
(3 月 21 日〈木〉) <橋村理事>
次第は次のとおり。
▷ あいさつ
▷ 委員、事務局の紹介
▷ 議題
(1) 随時地域ケア会議について
定期地域ケア会議について
地域ケア会議から見えてきた課題
(2) その他 (詳細 略)
11. 浪速区認定審査会委員連絡協議会について
(3 月 7 日〈木〉) <徳田理事>
次第は次のとおり。
▷ 議題
(1) 「代表」及び副代表の選出
(2) 合議体の編成及び開催日程について
(3) 各合議体の長の選出
-

-
- (4) 連絡事項
 ▷ 事例検討 (詳細 略)
12. 医療問題研究委員会について
 (3月13日〈水〉) <富永理事>
 次のテーマに沿って意見交換が行われた。
 テーマ「医師会と医業経営」(詳細 略)
13. 学術講演会について
 (2月23日〈土〉) <富永理事>
 講演内容は次のとおり。
 演題 「脂質低下療法は誰にどこまで必要か？」
 講師 大阪市立大学大学院
 医学研究科 循環器病態内科学
 准教授 島田健永 先生
 出席者数 19名
 共 催 武田薬品工業株式会社
 情報提供 ベネット錠 75mg の有用性と
 安全性 (詳細 略)
14. 若手医師の会について
 (3月2日〈土〉) <久保田理事>
 次第は次のとおり。
 ▷ SESSION 1
 座長 えびす診療所
 院長 久保田 泰弘
 演題 「脳梗塞の予防・再発予防」
 演者 中山クリニック
 院長 中山 博文
 ▷ SESSION 2
 座長 参議院議員 梅村 さとし
 演題 「地域医療の再興に向けて」
 演者 日本医師会 会長 横倉 義武
 参加者数は、会員 26 名、他地区医師会
 員 13 名の計 36 名であった。(詳細 略)
15. 大阪警察病院地域医療支援病院運営委員
 会・第 28 回夕陽ヶ丘地域医療フォー
 ラムについて
 (3月16日〈土〉) <久保田理事>
 シェラトン都ホテル大阪にて開催された。
 各次第は次のとおり。
 ▷ 地域医療支援病院運営委員会
- (1) 開会のご挨拶
 (2) 議題
 ①地域医療支援病院紹介率・逆紹介率
 ②地域医療連携センター利用状況
 ③紹介元・逆紹介先医療機関リスト
 ④その他
 (3) 閉会のご挨拶
 ▷ 第 28 回夕陽ヶ丘地域医療フォーラム
 テーマ
 「家庭医のための尿失禁と骨盤臓器脱」
 (詳細 略)
16. 勤務医部会第 8～11 ブロック合同懇談
 会について
 (2月7日〈木〉) <長谷川理事>
 次第は次のとおり。
 ▷ 開会
 ▷ 挨拶
 ▷ 報告
 (1)(日医) 平成 24 年度全国医師会勤務
 医部会連絡協議会
 (2)(府医) 平成 24 年度大阪府医師会役
 員と勤務医部会役員との懇談会
 (3)(府医) 平成 24 年度在阪 5 大学医師会役員
 ならびに 2 行政医師会役員との懇談会
 ▷ 講演
 テーマ 「大阪府における診療連携
 ～かかりつけ医と専門医の連
 携システムのあり方～」
 (1)「厚労省がもくろむ総合医制度」
 大阪府医師会 副会長 茂松 茂人
 (2)「総合医療センターにおける総合診療
 科の現状と今後のあり方」
 大阪市立総合医療センター
 総合診療科部長 今西 政仁
 (3)「総合診療医の役割 ―大阪市大病院
 の現状―」
 大阪市立大学医学部附属病院
 総合診療センター 廣橋 一裕
 (4)「地域居住(エイジング・イン・プレ
 イス)」を支える総合医は「かかりつ
 け医」～医師会内「地域医療連携
 室」の役割～
-

東成区医師会 会長
中村クリニック院長 中村 正廣
(5) 意見交換
▷ 閉会 (詳細 略)

17. 大阪府産業保健活動推進協議会合同会議
について

(3月7日〈木〉) <金田理事>
次第は次のとおり。

▷ 開会挨拶

▷ 講演

▷ シンポジウム「3センターの一括運営
における課題と今後のあり方について」

①平成24年度 大阪産業保健推進セ
ンター、メンタルヘルス対策支援セ
ンターおよび地域産業保健センター事業
の実施状況報告

②平成24年度 日本医師会産業保健
委員会における3センター一括運営に
かかる検討状況報告

③平成24年度 各地域産業保健セン
ター事業における課題

▷ 意見交換

▷ 閉会 (詳細 略)

18. 病診連携委員会について

(2月25日〈月〉) <金田理事>
次第は次のとおり。

▷ 第39回病診連携委員会報告について

▷ ブルーカード事例検討等連携病院か
らの報告について

▷ 病診連携委員会のアンケート結果について

▷ 浪速区の介護の取組みについて

▷ 大阪府転退院調整・在宅医療円滑化
ネットワーク事業について

▷ ブルーカードの広報用動画について

▷ その他 (詳細 略)

19. その他

なし。

次回会議

平成25年4月26日〈金〉 午後8時～

3月度 学術講演会報告

学術担当理事 富永 良子

日 時 3月30日〈土〉 午後2時

演 題 「電気の流れて理解する心電図」

講 師 国立循環器病研究センター

循環動態制御部 室長

高木 洋 先生

出席者数 34名

共 催 ベーリンガーインゲルハイム株式会社

情報提供 直接トロンビン阻害剤プラザキサ
について

担 当 富永良子

心磁図について

心臓の電気生理学的活動（電流）に伴って
発生する微小な磁場を測定することで心臓疾
患の診断を行う検査である。

2008年から日立製のものが保険適応となった。
日本では国立循環器病センターと筑波大学に
のみ設置されている。測定には液体ヘリウム
を用いた磁束計と磁気シールドルームなど大
がかりな装置が必要である。

原理：アンペールの右ねじの法則（電流が流
れると磁場ができる）による。

心臓をカバーするように磁場センサーが64
個あり、心臓から発生した磁場を計測し2次
元マッピング解析を行う。

心電図法よりも高い空間分解能・高い感度で
心臓電気活動を評価できると期待されている。
心電図は、心臓の周囲に肺や脂肪があるので、
電流に歪みが生じる上に細胞外の電流を測定
している。心磁図は細胞外および細胞内の電
流の測定を行うので、理論的に情報のひずみ
が生じない。

利点：

①着衣のままで検査は可能である（磁場が発

生するので金属製のものは外す)。

- ②歪みのない情報が得られる
- ③胎児の心臓病診断が可能(胎児は胎脂という脂肪に包まれており、心電図を行うことができず、超音波検査しかできない。)
- ④不整脈の部位診断ができる

心房では、右房負荷・左房負荷・異所心房調律、心室では、軸異常、脚ブロック、心肥大、陰性T波、Brugada症候群において、有用である。心磁図を用いて、これらの心電図異常に対し理解を深める。

5月度学術講演会のお知らせ

5月の浪速区医師会講演会の内容は下記のとおりです。

多数の先生方の参加をお待ちいたします。

日時：平成25年5月18日(土)午後2時～
場所：一般社団法人浪速区医師会 会議室
演題：「電気の流れて理解する心電図その2」
講師：国立循環器病研究センター
循環動態制御部
室長 高木 洋 先生

浪速区医師会B型肝炎セミナー開催のご案内 ブリストル・マイカース(株)主催

日時 平成25年5月25日(土)午後5時30分～
場所 浪速区医師会館 2階 会議室

【特別講演】

座長：医療法人満頌会 有田医院
院長 有田 繁広 先生

『B型慢性肝炎の最近の動向
～診断と治療、再活性化に対する対策～』

演者：大阪赤十字病院 消化器内科統括部長
大崎 往夫 先生

浪速区医師会 活動の伝言板

平成25年5月の各業務の出務予定は次のとおりです。ご協力のほどよろしくお願いいたします。

三歳児健診

●保健福祉センター

5月23日(木)午後1時40分～3時30分

小児科 川田 信哉

眼科 山尾 信吾

耳鼻科 中村 泰久

BCG接種

●保健福祉センター

5月16日(木) 午後2時～3時30分

工藤俊次郎・本田 秀明

急病診療所出務

●今里休日急病診療所

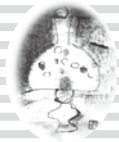
5月12日(日) 10:00～17:00

木田 徹・川田 信哉

浪速区医師会クラブ活動案内

各クラブ活動は下記日程で行っております。多数のみなさま方の参加をお待ちしております。(ときに時間変更される場合もありますので、各部代表まで連絡をお願いいたします。)

囲碁部 毎月第1・3・5(土)
(川田信) pm5:00～



あとがき

H.H.

春は桜 浪速区医師会の皆さん、この2週間の短い華やかな時期をいかがお過ごしだったでしょう？

私は4月2日 往診の途中で、下寺にある愛染公園を通りがかり、見事な満開の桜に気付き、車から降りました。20~30本の桜がほとんど満開で、一つの固まりに10~20個の花が群れていました。多くの人達が花見をし、子供達ははしゃぎ、走り回っていました。

1週間後の9日の往診時、車から降りて公園の中を歩きました。足許は桜の花びらが一面に散らばり、木には極端に少なくなった花より、小さな青い葉っぱが多く見られました。

数人の女の人が座り込み、雑談しておられました。その3日後の今日、医師会の総務会に出席した後、歩いて愛染公園に行ってきました。公園は新緑に覆われ、桜の花は一房に1~2個しか残っていません。3日前には3~4センチと小さかった葉っぱが7~8センチの大きさになっています。公園の中はシケモクを拾ってマッチで火をつけている浮浪者が一人いるだけでした。帰宅途中、歩き方が先ほどの浮浪者と同じように、前屈みで、小刻みになっている自分に気付き、背を伸ばし早足で歩くようにしました。10日か2週間のはかない桜の花と自分の残りの人生を頭の隅に残しながらこの駄文を書いています。

花見には酒 巻頭言士がアルコールについて詳しく書かれています。

今日、医師会からアルコール健康読本が配布されました。「中高年の多量飲酒を防ぐ為に」との副題がついています。その中に、「あなたのお酒の飲み方大丈夫？」という質問表があります。10問あり最高点40点、12点以上なら「飲み方に問題あり」です。皆さんも

一度、テストしてみてください(特にDrA)。私は8点でした(日本酒2合、ビール350cc1本 365日欠かさず)。巻頭言士は談笑し、楽しく飲むのが基本とされていますが、私は野菜サラダ、刺身、餃子などを肴に、テレビに残しているビデオを見ながら、一人でじっくりチビチビ飲むのが最高。暗いですな。



目次

	目次	ページ
巻頭言		
お酒は上手に飲みましょう		
	中村 泰久	1
理事会報告(3月開催)		2
3月学術講演会報告	富永 良子	6
5月学術講演会のお知らせ		7
浪速区医師会活動の伝言板		7
あとがき		8

【区医だより】

発行者 佐久間靖博
編集者 中村泰久 橋村直隆
印刷所 株式会社 サ ビ