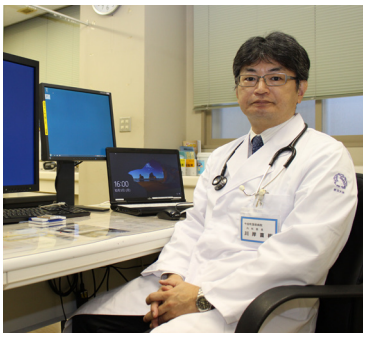
# 新年明けましておめでとうございます



国保病院院長
川岸　直樹

三年前から始まった新型コロナ感染症ですが、依然として我々の社会生活に大きな影響を与え続けています。変異株の出現により肺炎にならずに経過する症例がほとんどですが、感染力は強力なままです。病院としては、院内クラスターの発生により病院機能が麻痺する事がいちばんの痛手です。昨年11月のクラスター発生では、新規入院を断らざるを得ませんでした。次に痛手なのは、発熱外来にたくさんの患者が押し寄せて、他の業務が滞る事です。この寒い時期に、発熱外来の屋外で検査を受けても、ほぼ全ての症例は、電話で問診を受け、解熱剤などを処方されて終了です。暖かい家にじっとしていて、解熱するのを待っている方が得策と思いませんか？コロナ陽性者との接触があった方は、電話のみの診察で処方も可能です。欧米先進国の様に、マスクフリーで生活するには感染に対する社会の覚悟が必要です。全数調査が定点調査になり、二類から五類相当になり、現役世代が発熱したら薬局で解熱剤を買う慣習が根付く国になればと思っています。

昨今の新型コロナ騒動であまり話題にはなっていませんが、不採算病院の縮小は確実に進んでいます。当院は回復期の地域包括病床を導入後、比較的長期の入院が可能になり、病床稼働率も上がりましたが、最近頭打ちです。「遠方でリハビリではなく当院で」、「最期を迎えるなら当院で」、「夏冬問わず食欲がなく脱水傾向になったら冷暖房完備の当院で」をご検討ください。12㎞先に同じ形態の公立病院が存在します。霞ケ関による「再編・統合」の「肩たたき」を回避し、地域医療を守るため、ご協力いただければ幸いです。

「電子カルテ」、「地域講演会再開」など、述べたいことはまだたくさんありますが、都合上次の機会にいたします。これまで通り、皆様の御理解と御支援を心から御願い申し上げます。末尾になりましたが、今年が皆様にとって良い年であるよう祈念しております。



## 国保病院からのお知らせ

### ◆マイナンバーカードでの保険証利用が可能になります

令和５年１月６日より、マイナンバーカードでの保険証利用が可能になります。利用に当たっては「保険証利用登録」が必要です。事前に役場やパソコン、スマートフォンなどから登録を済ませていただくとスムーズに利用できます。１月６日以降は病院窓口での利用登録もできるようになりますが、混雑することもありますので、事前の登録をお願いします。

### ◆予約患者様を優先させていただきます

病院では患者様の待ち時間短縮やスムーズな受診のため、１月より予約患者様の診察を優先させていただきます。なお、予約のない患者様の受診は可能ですが、お待ちいただく時間が長くなることがありますので、事前の予約をお願いします。（急を要する状況の患者様は除く）

また、前日まであれば電話での予約も可能です。電話での予約受付は平日の午後３時から４時までとなります。

# 今金町健康増進計画
# 受動喫煙はたばこを吸わない人に悪影響！？

## 誰かのたばこの煙を吸うだけで煙者と同様のリスクがあります

・他人のたばこの煙を吸うだけで、喫煙者と同じ病気のリスクがあります。
・たばこの煙は70種類以上の発がん性物質を含んでいます。
・分煙してもたばこの臭いを嗅いだだけで健康被害を受けます。

## 加熱式たばこなら、大丈夫？は誤解です

・最近、煙が出ない新しいタイプのたばこが登場しています。たばこの葉を電気で加熱して、蒸気を発生させ、ニコチンを吸い込むものです。
・発がん性物質や有害成分が含まれる以上、身体には悪影響があります。

## 吸う場所を換気扇や部屋を分けてもたばこの煙の被害はなくせません

・分煙しても有害物質や発がん性物質は漏れ出しています。
・分煙していても、たばこを吸う夫の妻は、受動喫煙がない人に比べて肺がんのリスクが1.3倍になった。また、子どもの尿からは大量のニコチン代謝物が検出されたとのデータがあります。

## 禁煙外来の利用で比較的楽により確実に、禁煙できます

・禁煙外来の利用で、成功率は７～８割です。
・薬（禁煙補助薬）を使うことで、離脱症状が抑えられ比較的楽にやめられる傾向にあります。
・保険適応で、１か月６～７千円程度で治療できます。

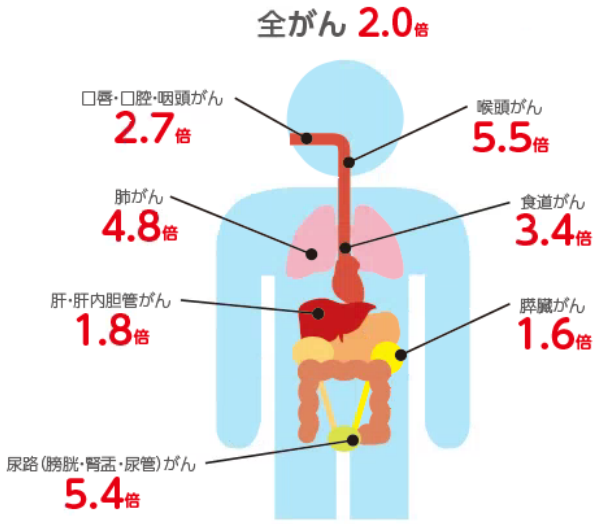
## QRコードでお近くの禁煙外来・クリニックををお調べいただけます

・今金町内では、野の花今金診療所で禁煙外来を行っています。

副流煙に含まれる有害物質




喫煙によるがんのリスク（男性）
（がんになる、またはがんで死亡する危険性）




※女性特有のがんとして、閉経前乳がん*3.9倍、子宮頸がん2.3倍になるとの報告もある。

小学６年生「たばこの害と健康」の授業
・今金町では、毎年小学６年生を対象に授業を行っています。
・過去２年間のアンケートから、家庭内喫煙率※43.9％で、このうち室内の喫煙率は71％という結果でした。
・アンケート結果から、受動喫煙にさらされている可能性があり、煙を吸わせない環境づくりには、ご家族や周囲の協力が必要です。
ぜひ、ご協力をお願いいたします。
（※家族には、父、母、祖父母等含みます。）

## 禁煙や健康に関する相談がありましたら、ご利用ください。

| 相談先 | 電話番号 | 相談時間 |
|---|---|---|
| 今金町保健福祉課健康づくりグループ | 0137-82-2780 | 平日８時30分～17時15分（祝日を除く） |

※引用文献：日本医師会、国立がん感染症センター、日本禁煙学会資料より