



市民医療フォーラム2013（会長挨拶）

会長 松家 治道

皆様、こんにちは。只今、ご紹介いただきました松家です。

今年で10回目を迎えました、「市民医療フォーラム」に、この様に多数お集まりいただき、主催者として心から嬉しく思っています。本当にありがとうございます。

只今、司会の橋本さんからご紹介がありましたが、本日の基調講演には、島田洋七さんをお迎えすることができました。島田洋七さんのことは、皆様方は十分ご存知ですので、あらためて申し上げるまでもございませんが、漫才コンビB&Bとして、漫才ブームの先駆者であり、また、著書「佐賀のがばいばあちゃん」はシリーズ670万部というベストセラーになりました。本日は「楽しい老後の過ごし方」をテーマに、大変興味あるお話をお聞きできると私も楽しみにしております。

また、3名の専門の先生方による「パネルディスカッション」を行います。先生方には日々の診療を通して、色々なお話を伺うこととなっております。

島田洋七さんの基調講演、そして専門の先生方のお話をお聞きし、明日からの生活に役立てていただきたいと思います。

そしてこの機会に、皆様方に現在の医療問題と日頃、私が診療を通して感じていることを、少し述べさせていただきます。

最初に、TPPについてであります。北海道では、農漁業への大きな影響が心配されているTPPですが、実は医療においても、株式会社の医療機関経営への参入や混合診療の解禁によって、世界に誇る「国民皆保険制度」が崩れてしまうという恐れがあることをご存じでしょうか。現在、皆様方は「誰でも、いつでも、どこでも」平等に医療が受けられますが、TPPにより、混合診療の解禁など、アメリカからの様々な要求により、十分な医療が受けられないと言う「医療格差」が生じる危険性がありま



松家 治道 会長

す。私たち医師会は、そのようなことが起こらないように、政府などに働きかけております。

また、最近、「お金が足りなくて医療機関を受診出来ない」という方が非常に多く見受けられます。札幌市医師会は、患者さんの自己負担額や負担限度額を引き下げ、病める人が安心・安全に医療を受けることが出来る社会になることを願っております。そのために、私たちは日本医師会を通じ、また地元の国会議員を通じて、日々政府に働きかけております。

世界一の長寿国を作り、高い評価を受けている日本の医療制度を、将来にわたって守り発展させて行くことが私たちの使命であり、皆様方が日常の生活を安全安心に送ることができることが、私たちの願いであります。

そのためにも、あらゆる機会を通じて、皆様方と共に考え、そして行動していく姿勢で、今後とも一生懸命取り組んで参りますので、是非、医師会活動にご理解を賜りますよう、宜しくお願い申し上げます。

終わりに、この市民医療フォーラムでは、毎回手話を「札幌聴力障害者協会」様に、要約筆記を「ふきのとう」様に、ボランティアとしてご協力頂いております。この場をお借りして厚く御礼を申し上げます。

それでは、皆様お楽しみ下さい。本日は、ご参加いただき、ありがとうございました。

「市民医療フォーラム2013」報告

地域社会部長 末岡裕文

11月9日（土）午後1時から、札幌市民ホールにて「市民医療フォーラム2013」を開催いたしましたので、その概要について報告いたします。

このフォーラムは、札幌市医師会の主催、札幌市の共催により、札幌市民の方々のニーズに沿った健康と医療をテーマに、障がい者を含めた多くの市民の方に参加していただくこと、平成16年から開催され今年で10回目となりました。札幌聴力障害者協会の協力です話によるステージ上での同時通訳と、札幌身体障害者福祉協会「ふきのとう」の協力です、文章による要約筆記のスクリーン拡大表示を行いました。事前申し込みの段階で、応募者が殺到し、途中で募集を締め切りましたが、最終的に応募者は約2,900名で過去最高でした。会場の容量と安全上の問題から、応募者全員に入場整理券をお渡しすることはできませんでしたが、当日会場には1,483名とたくさんの市民の方々にお越しいただき、会場はほぼ満席でした。

司会進行はフリーアナウンサーの橋本登代子さんでした。開会にあたり、札幌市医師会を代表して松家治道会長、札幌市を代表して札幌市保健福祉局医務監の館石宗隆氏が挨拶されまし

た。

今回のメインテーマは「こころとからだの健康～元気で健やかな毎日を過ごすには」でした。第1部の基調講演は元漫才師の島田洋七さんに、第2部の健康トーク&パネルディスカッションは3名の専門の先生方に、それぞれお願いいたしました。

第1部の島田洋七さんは「楽しい老後の過ごし方」と題してお話されました。洋七さんは、漫才師としてのかたわら講演活動を始め、かれこれ22年、そして、今回の講演が4,421回目だそうです。小学校2年生になるときに、広島から佐賀の祖母の家に預けられて8年間過ごしました。その家が貧乏だったそうですが、とても明るいおばあちゃん、そのことを「佐賀のがばいばあちゃん」に書いて、ベストセラー作家になりました。おばあちゃんは、明るく働き者で、「どんな仕事でも、一生懸命やっている後姿がかっこいい。後姿はだれも見ていないから、それを一生懸命やるのがかっこいい」と言っていたので、洋七さんはいつでもどこでも一生懸命に働いたそうです。学校の成績は低かったそうですが、毎日を明るく生きたそうです。たとえば、成績表が1ばかりでも、「足せば5



第1部基調講演：島田洋七氏



第2部健康トーク：丸山淳士先生

になる」とおばあちゃんに言われたり、歴史が苦手でも、「過去にこだわりません」と言われたそうです。そんな笑いの中に、心に響くエピソードもありました。小学校4年生の時の運動会では、家族がだれも見に来なかったそうです。そして、梅干しと生姜がおかずという、とても質素なお弁当だったそうです。友達に誘われても、恥ずかしくて、ひとり教室でお弁当を食べていると、担任の先生が「先生は今日お腹をこわして、梅干し弁当はお腹にいいので取り換えてくれ」と言って、洋七さんのお弁当と交換したそうです。先生のは、エビフライやお寿司という豪華なお弁当だったそうです。そして、次の年も同じように担任の先生がお腹をこわしてお弁当を交換したそうです。6年生で担任が変わったのに、同じように運動会で交換したそうです。それを自宅で、おばあちゃんに「どうして、担任の先生は運動会になるとお腹をこわすのか不思議だ」と話すと、おばあちゃんは泣きながら「親切は人に気づかれないようにする」という大切なことを、洋七さんに教えたそうです。他にもたくさんエピソードがあり、笑いとお涙の1時間でした。

第2部では、始めに五輪橋産科婦人科小児科病院の丸山淳士先生が、「健康法では健康になれない！」と題してお話されました。最初に、司会の橋本さんから「パンツを持ってないのですか？」と質問され、「中学生の時から、ふんどし生活です」と先生の日常が披露されました。講演では、だまされやすい健康法が紹介されました。いわゆる「インチキ医療」に気を付けるように。インチキ医療は紀元前からあり、



第2部健康トーク：大城和恵先生

虚偽の効能表示に惑わされてはいけない。健康法には流行り廃りがある。いいものだからと、その成分を抽出して摂取しても、身体にいいわけではない。天然、自然が必ずしもいいわけではなく、危険なものもたくさんある。健康であるためには、努力が必要で、楽しく健康は得られない。という大切な内容でした。

続いて、心臓血管センター北海道大野病院の循環器内科医の大城和恵先生が、「80歳のエベレスト登頂をサポートして」と題してお話されました。大城先生は、三浦雄一郎さんのエベレスト登頂のサポートとして、現地に行かれました。三浦さんは60歳を過ぎて健診を受けました。それまで健診というものを受けていなかった三浦さんが、そこで、高血圧、脂質異常症、糖尿病境界型、狭心症、不整脈という診断を受けました。引退後の飲み放題、食べ放題のつけが一気にきたそうです。そこで、三浦さんは4つの目標をもったそうです。(1)「目標を持つ」。それがエベレストに登るということです。(2)「病気と付き合う、目標の為に治療する」。エベレストに登るために、不整脈の治療(アブレーション)を受けました。(3)「年齢を受け入れる」。年齢を考慮したトレーニングを実施し、ベースキャンプの数を増やしました。

(4)「楽しむ、マイペース」。苦しむのではなく、楽しむことが大切。以上の内容を、写真入りのスライドを使いながら話してくれました。

最後に、新さっぽろ脳神経外科病院副院長の藤重正人先生が、「脳卒中にならない方法」と題してお話されました。脳卒中発症の最大のリスクは加齢。年齢を重ねると病気になりやすい



第2部健康トーク：藤重正人先生

のは事実なので、それをできるだけ避けることが大切。最近では発症しても死亡するケースは減少しているが、介護が必要になるケースが増加しているそうです。酒、たばこ、高血圧、肥満、糖尿病などが危険因子。つまり、規則正しい生活習慣、バランスのよい食事、適度な運動が大切で、生活習慣病の予防と同じ。最後に、最新の治療法が紹介されました。

パネルディスカッションは、丸山先生は所用の関係で参加できなかったため、司会の橋本さんがコーディネーターとなり、2名の先生がパネラーとして参加されました。老いを感じるときとは、外に出るのが面倒になるときが多い、物忘れは必ずしも病気ではないが、それで老いを感じる患者さんもいる。現実を認めたくない人もいますが、受け止めて、若いときとは違って当たり前、失敗してもいい、前向きに考えて、年なりにがんばればいい。老いも個性なので、自分も相手もそれを認めて幸せになる。老いの準備は、柔軟に考えて、今できることをやる、興味のあることをやる、今を考えることが大切で、それが将来につながる。今日は、残りの人生で最初の日、老いを素直に受け取って、充実した日々を送っていききたいものである。規則正しい生活、バランスのとれた食事、適度な運



第2部：パネルディスカッション

動、無駄な気を使わない、ある程度のストレスや笑いのある生活が大切。今日を大事にして、豊かな日々を送りたい。と締めくくられました。

市民医療フォーラムでは、参加された市民の方々にアンケート調査を実施しております。その結果では、今回の参加者1,483名のうち、1,160名の方に回答をいただきました（回答率78%）。性別では男性が37%、女性が62%でした。年代別では、60歳代が417名、70歳代が413名と多く、50歳代も142名、80歳代も104名でした。初めて参加された方が55%でした。内容については、大変良いが59%、良いが28%で合わせて90%近くの方が良いでした。ご意見としては、「島田洋七さんのテンポ良い話しぶりに引き込まれ、大笑いをさせてもらいました。これからの生き方を変えられそうです」「島田洋七さんの話を聞ける機会を作ってくださいありがとうございます。最高の話術で、笑いながら涙が流れる不思議な幸せな時間でした」また、3人の先生方へも、「とてもわかりやすかった」というご意見をいただきました。アンケート結果を参考にしながら、次回もよりよいフォーラムにしたいと考えておりますので、皆様のご協力をよろしくお願いいたします。