

随筆

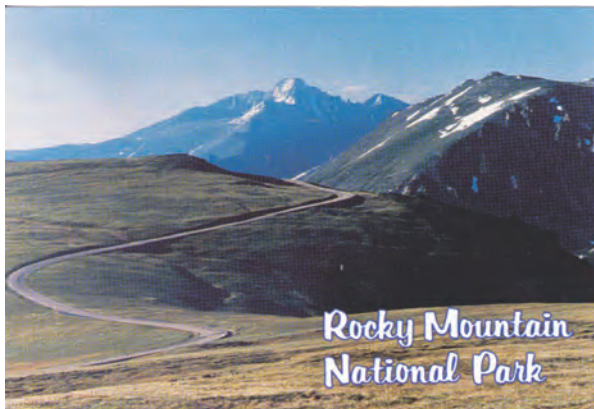


ロッキー山脈の旅 ～グレーシャーから グランドティトンへ～

天久台病院
上里 忠正

私はこれまで幾度となく北米大陸ドライブに出掛けた。

90年の夏7月。この年、私は、家族（妻、息子等）と知人家族と共にレンタカーのミニバン2台で、数日を掛けてカナダのバンクーバーよりバンフ、カルガリーを經由、アメリカ合衆国の国境へと向かっていた。



国境で私達の車は、車窓より入国審査を受ける。パスポートを見せ簡単な質問に答えた。毎回の様に「フルーツを持っているか？」と聞かれたが、もし、「NO」と答えても、「OK」の雰囲気だ。

この日は憧れていたモンタナ州北部にある国立公園 Glacier National Park（グレーシャー国立公園）に向かうのである。「US-89」の道に入った。右手には高い山々がそびえている。グレーシャー国立公園は厳しく、荒々しく、山々が空を刺すように見える。私は観光ポイントの一つ、Logan Pass（ローガンパス）を目指すことにした。公園は東より入るのがベターで、St Mary（セント・メアリー）の町から公園を横断する道路（Going To The Sun Road:GTTS）より入

ていった。道中、氷河（Glacier）が作った雄大な風景には厳しさがあり、とても緊張した。普段、日本でましてや高い山の無い沖縄で運転する私の日常ではとても考えられない様な道なのだ。半舗装の様な道の左下方は断崖絶壁、右は聳え立つ花崗岩の岩壁。その右手の絶壁から滝が落ち、道中、息子等は後部座席で楽しげに騒いでいるが、運転する私は助手席の妻と共に悲鳴や歓声を上げながらハンドルを両手でしっかり握っていた。まさにスリルと感動の連続であった。東から入ったのは正解だった。そして、大陸分水嶺にある峠 Logan Pass に着いた時の感動も未だ忘れられない。草花の群落の眼下に眺める湖は圧巻で、この世の景色とは思えない氷河と植物達で作った色彩豊かな絶景だった。

その後、私たちは Logan Pass から一旦引き返し St Mary へと戻るとモンタナ州カスケード郡の都市 Great Falls（グレートフォールズ）へと大草原の中を向かった。しかし、そこでハプニングが起こるのだった。

Great Falls へ着くと宿泊するモーターを探した。その日は宿泊の予約を取っておらず、現地で探すことになっていた。そこで、知人家族と手分けして一軒一軒モーターを回ってみるが、街で大きなイベントがあるという事で中々空室が見つからない。街の A&W で夕食を取りながら、ウエイトレスにも何とかモーターを探してもらっていたが、結局一部屋も見つからなかった。旅行先では時々こういう事もあるのだという現実にぶつかった。しかたなく、A&W の駐車場で車中泊を始めた。

夏とはいえ、ここはロッキー山脈のはずれ。日が沈むと気温は急激に下がりだし、0℃近くに達した。あまりの寒さに皆震えだした。知人等とも相談し、この先走り続けた方がいいと、本来は翌日の目的地であったモンタナ州の州都 Helena（ヘレナ）への夜通しドライブに切り替えた。居眠りを避けるため妻としゃべり続け、途中交代しながら真夜中のフリーウェイ「I-15」

を走り続けた。道中のロッキー山脈はまさに闇の中であった。5～6時間程走っていたら、眠たさの限界の中、暗闇しかない景色の中に山々の稜線がうっすらと見え始めホッとした。そして遠くにゆっくりながらもくっきりと灯りが見え始めた。「ああ！あれがヘレナの灯だ！」と妻と二人歓声をあげた。ヘレナに到着後、スーパーマーケット「Safeway」が開店するのを待って入った。

パーキング場で仮眠した後、南下し「I-90」へと出た。「I-90」はアメリカ大陸西部のSeattle（シアトル）から東部のBoston（ボストン）へとアメリカ北部を横断する大動脈で世界でもっとも距離が長い自動車専用的高速道路だ。過去にシアトルからラッシュモア山を經由し、ミネアポリス近郊のロチェスターの町にてメイヨクリニックの見学をした事が思い出された。私たちはBozeman（ボーズマン）、Livingston（リビングストーン）を通り、Yellowstone National Park（イエローストーン国立公園）に向かった。

イエローストーン国立公園は世界初の国立公園で公園内は硫黄の臭いが充満していた。そして鮮やかな色彩の温泉。壮大な滝、川、湖が広がっていた。そして、やはり圧巻なのは間欠泉。その中にThe Old Faithful Geysir（オールド・フェイスフル・ガイザー）と呼ばれる間欠泉がある。私は吹きあがる間欠泉を何十分も待った。その噴出のパワーは驚くばかりで、何十メートルもの高さに大量の熱湯が地下より吐き出されるのである。もう、唾然である。

公園内では車の運転中様々な動物達と会える。走る度にエルクやムース等と出会い、子供達は大喜びである。圧巻だったのは50頭前後のバッファローの群れが静かに姿を見せてくれた。

私たちはモンタナ州のイエローストーン国立公園よりワイオミング州のGrand Teton National Park（グランドティトン国立公園）

に向かった。この二つの公園は南北につながっている。イエローストーンは轟音と迫力の公園であったが、ここグランドティトン国立公園はとても静けさの似合う落ち着いた雰囲気国立公園である。しかし、静けさの中にも湖には天を刺すようなティトン山の荒々しい姿が映っている。そして美しい山々に囲まれた壮大な草原の景色です。私はこの風景を見ると映画シェーンを思い出す。今は亡きシェーン役の「アラン・ラッド」がラストシーンでティトン山に向かって去っていく姿と、「シェーン!! カムバック!!」と叫ぶ少年の姿が今も脳裏を離れない。多くの人々が、グランドティトンにやってくるという、あのクリントン元大統領も毎年のようにやってくるという。私たちは遥かなる山の呼び声に送られて次の宿、Jackson（ジャクソン）に向かった。



私の故郷



琉球大学医学部附属病院
光学医療診療部
助教 金城 徹

皆様それぞれに心が落ち着く場所(故郷など)というものをお持ちではないでしょうか。私はそのような場所が2か所あり、それについて紹介したいと思います。

私は青森県弘前市生まれで5歳まで津軽弁に囲まれて育ちました。寒かった記憶はないのですが、雪まつりの灯籠やかまくら、公園でのスキーや雪の滑り台での楽しい思い出が断片的に残っています。弘前市は城下町(卍が市章)であり、東北で唯一の現存天守閣である弘前城がございます。国の重要文化財に指定されており、桜の名所でもあることから、桜の時期に朱色の橋から望む弘前城は桃色に染まった堀に囲まれ、本当に素晴らしい姿を見せてくれます。



弘前城と桜

〔青森県観光情報サイト (<https://www.apinet.jp/index.html>)〕

しかし、現在、弘前城を支えている石垣が外側にゆがんで膨らむ「はらみ」があり、大地震があった場合に崩れる危険があるため、2014年頃から修理のために天守閣が移動するという大プロジェクトが進行中です。そのため、以前のような素晴らしい光景が見られるのは2024

年頃まではお預けとなりますが、弘前市はさくらまつりだけでなく、夏の弘前ねぶたまつり、秋の弘前城菊と紅葉まつり、冬の弘前城雪灯籠まつりと色々見どころがあります。弘前ねぶたまつりは、全国でも有名な東北三大祭りの一つである青森市の青森ねぶた祭とは違いおとなしく、鏡絵(前)の雄姿と見送り(後)の幽玄さが対照的な「扇ねぶた」で、笛や太鼓のお囃子にあわせて移動する様は子供ながらにワクワクして祭りに参加したのを記憶しています。



弘前ねぶた

〔青森県観光情報サイト (<https://www.apinet.jp/index.html>)〕

また、日光東照宮と並び称される江戸時代初期の代表的な建造物である長勝寺を含めた曹洞宗の33の寺院が並木道に連なる通称「禅林三十三ヶ寺」には、先祖のお墓もあり、沖縄の暖かい気候の仏閣の雰囲気とはまた違った厳かな空気が流れており、私が静かなお寺や神社が好きでよく足を運ぶのは幼少時に過ごした弘前の記憶を重ね求めているのかもしれませんが。

ほかに青森県には温泉も多く、その中でも印象に残っている場所は、八甲田山にある酸ヶ湯です。八甲田山は日露戦争前の過酷な訓練で210人中199人の日本兵が遭難死(八甲田雪中行軍遭難事件)したほど積雪するところです。そのため冬は通行止めとなっておりますが、春に近づくにつれて除雪により少しずつ開通し、高い積雪によりできた雪の壁に囲まれた道を車で登っていくと徐々に硫黄の香りが漂い、開けたところに酸ヶ湯があります。こちらはヒバ千人風呂

という大きな入浴場（混浴）があり、小さい頃に祖母と一緒に訪れたときは大変広かったのを記憶しています（もちろん男女別の浴場もあります）。冬はスキー客も多く訪れる場所で、寒いときの山菜そばは最高においしいので、訪れた際にはぜひご賞味ください。

つぎに、第2の故郷である沖縄についてお話ししたいと思います。私は小学生になる前に沖縄に引っ越してきました。沖縄に引っ越してからは環境の変化のためか小学校時代は小児喘息で悩まされ、夜中の発作で両親には大変心配をかけました。その小学校時代から、父の故郷である屋我地島にはお盆やお正月など何かの機会に親戚一同が集まり、裏にある海で遊んだり、祖父の飼っているヤギに餌をあげたり、ゲートボールを教えてもらったりと昔懐かしい沖縄らしい時間を過ごしました。しかし、小中高大と学年が上がり、祖父母も他界した後は、仏壇がある屋我地島には清明祭やお盆、お正月の年に3回も行くかどうかとやや足が遠のいていましたが、第一内科に入局すると毎夏恒例の屋我地島でのヒージャー会が催され、皆で持ち寄り泊りがけで行うBBQ（釣り師はイカや魚をたんまり）には新入医局員もしっかり駆り出されました。年月を重ね、家族を持つことで、先祖への感謝の念が高まり、まとまった休日があれば仏壇へのあいさつと自然に触れるために家族全員で屋我地島へ向かうことが多くなりました。最近では観光ブームのため屋我地島は古宇利島への通り道ということでレンタカーの交通量が大変多くなり、サトウキビ畑がどんどん新しい道に代わってしまいました。かつて私が好きだった畑の間の道の向こうに見えた素晴らしい海の光景も見られなくなり、さらに裏にあった海辺には地元漁師のために立派な港が建設され、それ以降、潮の流れがガラッと変わり、自然の砂浜は大幅に侵食され、昔ながらの素晴らしい風景が少しずつ消えていることは非常に残念に思います。とは言うものの、屋我地島から本部半島（今帰仁）へワルミ大橋がかかったことで大変交通の便が良くなりました。



屋我地島のビーチ（港ができる前）

このワルミ大橋の展望台からは、澄みきった広い青い空と東シナ海の深い青、古宇利大橋の手前にはやんばるの緑とおだやかな羽地内海の彩り豊かな風景が広がっており、いつ来ても心を癒してくれます。



リカリカワルミ展望台より

その橋の駅「リカリカワルミ」にある食堂のジュシーは子供たちには大変好評で、ほかにも色々な定食（島野菜サラダが盛り放題）もありお腹も満足させてくれます。また、「おっぱアイス」や地元の野菜、スイカ、みかんなど特産物も陳列されており、季節で品ぞろえが変わるのも楽しみの一つで、家族全員で何かある度に立ち寄りお気に入りの場所です。北部に行くことがありましたら、是非、ワルミ大橋の駅に立ち寄ってみてはいかがでしょうか。

今回、私の心が落ち着く場所（故郷）をテーマに好き勝手に書いてきましたが、皆様の心が落ち着く場所（故郷など）はどこですか？

感 染 症 情 報

沖縄県感染症発生動向調査報告状況

(定点把握対象疾患)

疾 病	定点区分	5 週	6 週	7 週	8 週	
		2/3	2/10	2/17	2/24 (定点あたり)	
		報告数	報告数	報告数	報告数	
インフルエンザ	インフルエンザ	2734	2059	1348	768	(13.24)
RSウイルス感染症	小児科	2	5	8	13	(0.38)
咽頭結膜熱	小児科	6	8	8	9	(0.26)
A群溶血性レンサ球菌咽頭炎	小児科	43	62	57	42	(1.24)
感染性胃腸炎	小児科	100	82	73	92	(2.71)
水痘	小児科	14	22	13	15	(0.44)
手足口病	小児科	8	11	9	15	(0.44)
伝染性紅斑	小児科	43	31	37	62	(1.82)
突発性発疹	小児科	10	15	12	8	(0.24)
ヘルパンギーナ	小児科	0	0	2	3	(0.09)
流行性耳下腺炎	小児科	3	4	2	3	(0.09)
急性出血性結膜炎	眼科	0	0	0	0	(0.00)
流行性角結膜炎	眼科	4	9	3	9	(0.90)
細菌性髄膜炎	基幹	2	1	1	0	(0.00)
無菌性髄膜炎	基幹	1	1	1	2	(0.29)
マイコプラズマ肺炎	基幹	0	0	0	1	(0.14)
クラミジア肺炎 (オウム病を除く)	基幹	0	0	0	0	(0.00)
感染性胃腸炎 (ロタウイルス)	基幹	0	1	2	0	(0.00)

※ 1. 定点あたり・・・対象となる五類感染症（インフルエンザなど 18 の感染症）について、沖縄県で定点として選定された医療機関からの報告数を定点数で割った値のことで、言いかえると定点 1 医療機関当たりの平均報告数のことです。（インフルエンザ定点 58、小児科定点 34、眼科定点 10、基幹定点 7 点）

※ 2. 最新の情報は直接沖縄県感染症情報センターホームページへアクセスしてください。
麻疹の情報も随時更新しております。
<http://www.pref.okinawa.jp/site/hoken/eiken/kikaku/kansenjouhou/home.html>

お 知 ら せ

文書映像データ管理システムについて (ご案内)

さて、沖縄県医師会では、会員へ各種通知、事業案内、講演会映像等の配信を行う「文書映像データ管理システム」事業を平成 23 年 4 月から開始しております。

また、各種通知等につきましては、希望する会員へ郵送等に併せてメール配信を行っております。

なお、「文書映像データ管理システム」(下記 URL 参照) をご利用いただくにはアカウントとパスワードが必要となっており、また、メール配信を希望する場合は、当システムからお申し込みいただくことにしております。

アカウント・パスワードのご照会並びにご不明な点につきましては、沖縄県医師会事務局 (TEL098-888-0087 担当：新垣・國吉) までお電話いただくか、氏名、医療機関名を明記の上 omajimusyo@okinawa.med.or.jp までお問い合わせ下さいますようお願い申し上げます。

○ 「文書映像データ管理システム」

URL : <http://www.documents.okinawa.med.or.jp/>

※ 当システムは、沖縄県医師会ホームページからもアクセスいただけます。

講演会・例会のご案内

(4月10日～6月9日)

カリキュラムコード(略称:CC)

医師のプロフェッショナルリズム	1	全身倦怠感	18	けいれん発作	35	胸やけ	52	不安	69
医療倫理:臨床倫理	2	身体機能の低下	19	視力障害、視野狭窄	36	腹痛	53	気分の障害(うつ)	70
医療倫理:研究倫理と生命倫理	3	不眠	20	目の充血	37	便通異常(下痢、便秘)	54	流・早産および満期産	71
医師-患者関係とコミュニケーション	4	食欲不振	21	聴覚障害	38	肛門・会陰部痛	55	成長・発達の障害	72
心理社会的アプローチ	5	体重減少・るい瘦	22	鼻漏・鼻閉	39	熱傷	56	慢性疾患・複合疾患の管理	73
医療制度と法律	6	体重増加・肥満	23	鼻出血	40	外傷	57	高血圧症	74
医療の質と安全	7	浮腫	24	嘔声	41	褥瘡	58	脂質異常症	75
感染対策	8	リンパ節腫脹	25	胸痛	42	背部痛	59	糖尿病	76
医療情報	9	発疹	26	動悸	43	腰痛	60	骨粗鬆症	77
チーム医療	10	黄疸	27	心肺停止	44	関節痛	61	脳血管障害後遺症	78
予防と保健	11	発熱	28	呼吸困難	45	歩行障害	62	気管支喘息	79
地域医療	12	認知能の障害	29	咳・痰	46	四肢のしびれ	63	在宅医療	80
医療と介護および福祉の連携	13	頭痛	30	誤嚥	47	肉眼的血尿	64	終末期のケア	81
災害医療	14	めまい	31	誤飲	48	排尿障害(尿失禁・排尿困難)	65	生活習慣	82
臨床問題解決のプロセス	15	意識障害	32	嚥化困難	49	乏尿・尿閉	66	相補・代替医療(漢方医療を含む)	83
ショック	16	失神	33	吐血・下血	50	多尿	67	その他	0
急性中毒	17	言語障害	34	嘔気・嘔吐	51	精神科領域の救急	68		

開催日	場所	名称	講師	単位・CC	問合せ先 参加費
04/23 (火) 19:00	沖縄県医師会館	Sleep Seminar in Okinawa (日医生涯教育講座) ①内科医の立場からの不眠症治療 ②プライマリケア医の為の不眠症治療薬使い分け	①當山 真人(沖縄第一病院) ②普天間 国博(嬉野が丘サマリア人病院)	①0.5単位・20) ②1.5単位・20)69)	MSD(株) 茨木 嘉浩 080-6604-3158 参加費 なし
05/11 (土) 18:30	沖縄県医師会館	皮膚疾患エキスパートセミナー 「実地診療ですぐに役立つ!皮膚疾患の診かたと治療のコツ」 (日医生涯教育講座) ①外用薬を最大限に活用する方法 ②帯状疱疹・単純疱疹の治療戦略	①常深 祐一郎(埼玉医科大学皮膚科教授) ②白濱 茂穂(聖隷三方原病院院長補佐兼皮膚科部長)	①1.0単位・82) ②1.0単位・26)	(株)メディカルトリビューン 植田 佐知子 03-6841-4544 参加費 なし
05/31 (金) 19:10	ANAクラウンプラザホテル沖縄ハーバービュー	第7回沖縄PTH研究会 (日医生涯教育講座) ①整形外科領域におけるPTH製剤の有用性と落とし穴 ②下腿関節内骨折治療アップデート	①高畑 雅彦(北海道大学大学院医学研究院機能再生医学分野整形外科教室准教授) ②野田 知之(岡山大学大学院医歯薬学総合研究科整形外科講座教授)	①1.0単位・59)60) ②1.0単位・57)61)	旭化成ファーマ(株) 四宮 康雄 098-869-9540 参加費 整形外科医2,000円・他科医師1,000円

※最新の情報はホームページで逐次更新していますので、ご確認ください。
※お願い:6月10日～8月9日迄の講演会例会等が決まれば、4月25日迄に業務1課(098-888-0087)へご一報下さい。

産業医研修会のご案内

平成31年度 産業医研修会案内

平成31年度みだし研修会を別紙要領により開催することに致しましたので、ご案内申し上げます。

つきましては、研修会への受講を希望する場合には、別紙開催日程をご確認の上、下記により FAX(098-888-0089)でお申し込み下さい。

研修会参加申込票

参加希望の研修番号に○印を付けてください。

申込み研修番号	A ・ B ・ C ・ D ・ E ・ F ・ G ・ H
参加申込者	氏名：
	氏名：
	氏名：
	氏名：
施設名	
TEL	
認定区分	認定医 ・ 未認定医

※申込後にキャンセルする場合は、お早めにご連絡くださいますようお願い申し上げます。特に実地研修については、定員に達した場合、キャンセル待ちが発生することもございますのでご協力のほどお願い致します。

沖縄県医師会事務局 業務1課 久場
(TEL.098-888-0087 FAX.098-888-0089)

平成31年度沖縄県医師会産業医研修会実施計画

申込み 研修番号	研修会名	日時	場所	カリキュラム (付与単位数)	講師名	講師所属	研修タイトル
A	基礎研修 (前期のみ)	4月18日(木) 18:30～ 22:30	沖縄県医師会館 2階会議室2	(1)作業管理(2単位) (2)健康保持増進 (2単位)	(1)青木 一雄 (2)清水 隆裕	(1)琉球大学大学院 医学 研究科衛生学・公衆 衛生学講座教授 (2)ちばなクリニック健 康管理センター医長・ 沖縄産業保健総合支 援センター産業医学 相談員	(1)過重労働対策として の作業管理の進め方 (2)産業医として診る健 康診断
B	基礎研修 (前期のみ)	5月16日(木) 18:30～ 22:30	沖縄県医師会館 2階会議室2	(1)産業医活動の実際 (2単位) (2)有害業務管理 (2単位)	(1)青木 一雄 (2)伊志嶺 隆	(1)琉球大学大学院 医学 研究科衛生学・公衆 衛生学講座教授 (2)伊志嶺整形外科院長・ 沖縄産業保健総合支 援センター産業医学 相談員	(1)業医活動実施に向け ての留意点 (2)産業医が知っておく べき有害業務管理
C	基礎(後期)、 生涯 (更新・専門)	6月13日(木) 18:30～ 22:30	沖縄県医師会館 3階ホール	(1)労働衛生管理体制 (総括管理) (2単位) (2)労働衛生関係法規 と関係通達の改正 (2単位)	(1)青木 一雄 (2)加藤 浩司	(1)琉球大学大学院 医学 研究科衛生学・公衆 衛生学講座教授 (2)加藤社会保険労務士 事務所	(1)労働衛生管理体制の 構築に向けて、産業 医としてどのように 係わるか？ (2)関係法規及び通達を 読み解き、背景を含 めて改正の動向につ いて理解を深める
D	基礎(実地)、 生涯(実地)	7月4日(木) 18:30～ 21:30	沖縄県医師会館 3階ホール	(1)メンタルヘルス 対策(3単位)	(1)山本 和儀	(1)山本クリニック院長・ 沖縄産業保健総合支 援センターメンタル ヘルス相談員	(1)ストレスチェックに おける産業医の面接 指導とその後の展開 ※定員 60名
E	基礎(後期)、 生涯(専門)	8月3日(土) 18:30～ 22:30	沖縄県医師会館 3階ホール	(1)健康管理(2単位) (2)作業管理(2単位)	(1)青木 一雄 (2)清水 隆裕	(1)琉球大学大学院 医学 研究科衛生学・公衆 衛生学講座教授 (2)ちばなクリニック健 康管理センター医長・ 沖縄産業保健総合支 援センター産業医学 相談員	(1)産業医としての健康 管理のミニマム・リ クワイアメント (2)作業管理とは労働時 間と作業時間に注目 して
F	基礎(後期)、 生涯(専門)	9月12日(木) 18:30～ 22:30	沖縄県医師会館 3階ホール	(1)有害業務管理 (2単位) (2)労働衛生教育 (2単位)	(1)青木 一雄 (2)清水 隆裕	(1)琉球大学大学院 医学 研究科衛生学・公衆 衛生学講座教授 (2)ちばなクリニック健 康管理センター医長・ 沖縄産業保健総合支 援センター産業医学 相談員	(1)有害業務による健康 障害の防止～労働衛 生の原点から化学物 質のリスクアセスメ ントに向けて～ (2)労働衛生教育の対象 と実際
G	基礎(後期)、 生涯 (更新・専門)	10月10日(木) 18:30～ 22:30	沖縄県医師会館 3階ホール	(1)労働衛生関係法規 と関係通達の改正 (2単位) (2)メンタルヘルス 対策(2単位)	(1)加藤 浩司 (2)山本 和儀	(1)加藤社会保険労務士 事務所 (2)山本クリニック院長・ 沖縄産業保健総合支 援センターメンタル ヘルス相談員	(1)関係法規及び通達を 読み解き、背景を含 めて改正の動向につ いて理解を深める (2)働き方改革の時代の 産業医の役割
H	基礎(実地)、 生涯(実地)	11月9日(土) 18:30～ 21:30	沖縄県医師会館	(1)職場巡視と討論 (3単位)	(1)伊志嶺 隆	(1)伊志嶺整形外科院長・ 沖縄産業保健総合支 援センター産業医学 相談員	(1)バーチャル職場巡視 と討論

※単位制の研修につき、時間厳守をお願いします。遅刻や途中退室は単位認定ができませんのでご注意ください。

※上記研修会は日本医師会へ申請中です。場所、研修タイトル等が変更になる場合がありますのでご注意ください。

2019年度 産業保健研修会予定表

沖縄産業保健総合支援センターでは、事業場の産業保健担当者等に対して産業保健に関する基礎的又は専門的・実践的な研修会を開催しています。

参加ご希望の方は、下欄「申込書」に記載の上、このままFAX(098-859-6176)にてお申し込み下さい。
当センターホームページにも研修会の案内を掲載しておりますので、ご参照下さい。(https://www.okinawas.johas.go.jp)

※なお、「定員」に達した場合は受付を終了させていただくことがあります。ご了承ください。
詳しくは当センターホームページでご確認下さい。「申し込みフォーム」もご利用できます。

〒901-0152沖縄県那覇市宇小禄1831-1
沖縄産業支援センター 2階
独立行政法人労働者健康安全機構
沖縄産業保健総合支援センター



本研修会は無料です。

※キャンセルの場合は御連絡下さい。

TEL098-859-6175 FAX098-859-6176

さんぽセンターおきなわ

検索

●産業医研修 (生涯研修2単位:「産業医研修手帳」をご持参ください。)

【研修場所 沖縄産業支援センター3階会議室】

研修会番号	日時	研修テーマ	内容	講師	研修会場
1	5月15日(水) 18:00~20:00	働き方改革における改正労働安全衛生法等(生涯更新:関係法規)	開催場所:宮古島市中央公民館 講義室(2階) ※(宮古島市平良字西里186 TEL:0980-73-1123)	前里 久誌 (社労士)	宮古
2	5月16日(木) 18:00~20:00	働き方改革における改正労働安全衛生法等(生涯更新:関係法規)	開催場所:八重山地区医師会館 会議室(2階) ※(石垣市宇登野城548-4 TEL:0980-88-5633)	産保センター	八重山
3	5月22日(水) 18:30~20:30	働き方改革における改正労働安全衛生法等(生涯更新:関係法規)	2019年4月1日から働き方改革関連法が施行されました。働き方改革関連法の内容について、説明します。(平成31年2月と同じ内容)	前里 久誌 (社労士)	303室
4	5月28日(火) 18:30~20:30	動機づけ面接(生涯実地:その他)	動機づけ面接は、アルコール依存症に対する治療成績が良かった治療者の応答手技を解析することにより、体系・確立化された面接スタイルです。本研修では、その動機づけ面接の基本的なスキルの体験をします。	清水 隆裕 (産業医)	303室
5	5月29日(水) 18:30~20:30	産業医学メンタルヘルス・ストレスチェック事例検討会(1)(生涯実地:メンタルヘルス)	ストレスチェック及びメンタルヘルス対策に関連した企業及び個別の事例について検討することを通して、実践的な問題解決法を学びます。	山本 和儀 (産業医)	303室
6	5月30日(木) 18:30~20:30	休職・復職判断における法的問題(生涯更新:その他)	休職・復職判断は時として困難なケースがあります。実際の事例をもとに、産業医として求められる対応を検討します。	平良 卓也 (弁護士)	304室
7	6月13日(木) 18:30~20:30	働き方改革 実践へのヒント(生涯更新:関係法規)	改正労働法にどう対応していくか?うまくいっている企業を参考に、働き方を検討しましょう。	伊志嶺 隆 (産業医)	304室
8	7月9日(火) 18:30~20:30	治療と仕事の両立支援(生涯専門:健康管理)	治療と仕事の両立支援について、「ガイドライン」を踏まえ、サポートにあたる主治医、産業医等の役割や関わり方について説明します。	産保センター	303室
9	7月11日(木) 18:30~20:30	精神医療の話題と一般臨床の認知行動療法(生涯専門:メンタルヘルス)	精神疾患の病像の推移、うつ状態を呈する各精神疾患やアルコール依存、パニック障害等に対する認知行動療法の応用。	仲本 晴男 (産業医)	303室
10	7月25日(木) 18:30~20:30	産業医のための労働衛生法令(生涯更新:関係法規)	職場の健康診断とその事後措置、衛生委員会等、関係する労働衛生法令について詳しく説明します。	前里 久誌 (社労士)	303室
11	7月31日(水) 18:30~20:30	職場のタバコ対策(生涯専門:健康管理)	日本では、タバコ対策が進みにくい社会環境にありますが、対策の国際的基準である「たばこ規制枠組み条約」をもとに、タバコ対策を考える。	清水 隆裕 (産業医)	303室
12	8月7日(水) 18:30~20:30	職場巡視の実践1(生涯実地:職場巡視)	職場巡視の役割・ポイント等をまとめ、画像により、事業場内の安全衛生面の問題点をみつけ、その解決方法を共に検討します。	崎間 敦 (産業医)	303室
13	8月27日(火) 18:30~20:30	作業環境管理と作業環境測定器の使い方(生涯実地:作業環境管理)	作業環境測定の概要を説明し、また「デジタル粉じん計」や「検知管」等の測定機器の使い方を説明します。	狩俣 栄作 (作業環境測定士)	308室
14	8月28日(水) 18:30~20:30	職場のLGBT職員への適切な対応について(生涯専門:メンタルヘルス)	多くはないが少なからず在職するLGBT職員への適切な対応と紛争の予防について、裁判事例等も交えて、分かりやすく解説いたします。	山本 和儀 (産業医)	303室

申 込 書

※キャンセルの場合は必ず御連絡下さい。

FAX 098-859-6176

開催場所	沖縄産業支援センター 3階会議室		研修会番号	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14,
フリガナ氏名			所属部署	
所属機関(事業場名)			職 種	1. 産業医 2. 産業看護職(保健師・看護師) 3. 衛生管理者 4. 人事・労務・安全衛生担当者 5. 事業主 6. 労働者 7. その他()
電話番号	(FAX)	当センターのメルマガの配信を希望しますか?→	有(email:)・ 無	

※申込みの際にご記入いただいた個人情報は、本研修会における参加名簿作成のために使用するほか、当センターが行う研修・セミナー等の御案内に使用させていただくことがあります。また、「かわら版」の研修予定以外に研修会を開催することがございますのでホームページをご覧ください。

嘱託産業医活動情報書

沖縄県医師会では、事業場からの産業医紹介依頼に対応するため、産業医としての契約を希望されている先生方の情報を取りまとめたいと考えております。ご協力いただける方は下記事項に記入いただき提出をお願い致します。
 ※事業場との契約内容(報酬等)については、事業主と産業医の相談により決定となります。

申込み日 平成 年 月 日 ()

産業医氏名	診療科目
医療機関名	
住 所	
電話番号	FAX
メールアドレス	

嘱託産業医を受託する際のご希望をお聞かせ下さい。

項 目	ご 希 望 条 件
実施可能件数	1件 ・ 2件 ・ 3件 ・ 4件 ・ 5件以上
事業所規模	従業員数 ①50人～99人 ②100人～149人 ③150人以上
業種について	①建設業 ②製造業 ③運送業 ④サービス業 ⑤IT業 ⑥その他 ()
病院から事業所までの所要時間 (片道)	①30分程度 ②45分程度 ③1時間程度 ④時間は気にしない
事業所への訪問、実施曜日 (事業所訪問は基本月1回)	①企業の都合に合わせる ②双方相談のうえ調整
()に第何週か記入下さい	①第()水曜日 ②第()木曜日 ③第()土曜日
ストレスチェックの 実施者 になることについて	① 承諾する ②承諾しない ③要相談
ストレスチェックの 共同実施者 になることについて	① 承諾する ②承諾しない ③要相談
ストレスチェック後の高ストレス者に対する面接指導について	① 実施可能 ②実施不可 ③要相談
地区医師会との情報共有	① 許可する ②許可しない

メモ欄

連絡先
 沖縄県医師会業務1課(久場)
 TEL:098-888-0087
 FAX:098-888-0089

沖縄県ドクターバンクからのお知らせ

常勤・非常勤での勤務先を探している、ベテランの技を活かしスポット勤務で働きたいとお考えの先生方、または産業医として勤務できる事業所をお探しの皆様！沖縄県ドクターバンクに登録してみませんか？当バンクでは多くの求人情報の中から、皆様のご希望に合う医療機関をご紹介します。

☆下記の登録票に必要事項をご記入の上、沖縄県医師会事務局 業務1課まで、FAXにてお申し込みください。

FAX 番号:098-888-0089

沖縄県ドクターバンク登録票 (医師用)

*項目は必須

受付登録日： 年 月 日 受付番号：

ふりがな *氏名	-----		*生年月日	(西暦) 年 月 日生	
*住所	〒 -				
*連絡先	電話(自宅または携帯)：				
	E-mail：				
*医籍登録日	年 月 日登録	保険医登録番号	医 号		
*医籍番号	第 号	*専門診療科			
資格	専門医資格	その他の資格			
*現在の状況	①就業中 ②休職中(産休・育休・病休) ③離職中 ④その他：				
現在の勤務先					
希望条件	就業形態	①常勤 ②非常勤(頻度 回/月程度) ③その他：			
	希望診療科				
	施設種別	①病院 ②診療所 ③その他：			
	希望地域	第1希望： <input type="checkbox"/> 那覇 <input type="checkbox"/> 南部 <input type="checkbox"/> 中部 <input type="checkbox"/> 北部 <input type="checkbox"/> 離島			
		第2希望： <input type="checkbox"/> 那覇 <input type="checkbox"/> 南部 <input type="checkbox"/> 中部 <input type="checkbox"/> 北部 <input type="checkbox"/> 離島			
	勤務希望時期	①今すぐ ②平成 年 月頃から ③未定			
	勤務時間	勤務可能な曜日	月・火・水・木・金・土・日		
		勤務可能な時間帯	時 分 ~ 時 分		
	当直勤務	①できる ②できない			
	希望業務内容	①病棟 ②外来 ③健診 ④パート ⑤臨時 ⑥産業医			
	給与	常勤務の場合	月給：	以上	
		非常勤の場合	日給：	以上	月給： 以上
		臨時の場合	時給：	以上	
保育所	①必要 ②必要なし				
再就業のための再研修	①必要 ②必要なし				
その他希望					

*氏名、住所等の個人が特定される情報につきましては、個人情報保護関連法令に則り開示・公表また無断流用は一切いたしません。

《提出・問合せ先》
〒901-1105 南風原町字新川218-9
沖縄県医師会事務局
業務1課 ドクターバンク担当
TEL.098-888-0087 / FAX.098-888-0089

医師年金

<認可特定保険業者>公益社団法人 日本医師会

ご加入のおすすめ

加入資格 64歳6カ月未満の日本医師会会員 (会員区分は問いません)

☑ 年金検討チェックリスト

- 公的年金では現役時代の生活水準を維持できない
- コツコツ積立てて十分な年金を確保しておきたい
- 一生涯受け取れる年金が望ましい
- 受け取れる年金の額を効率的に増やしたい
- 医師独自のライフスタイルにあった年金がいい
- 加入前に受取年金額のシミュレーションを確認したい

1つでも該当したら...

医師年金ご加入をおすすめします!

医師年金ホームページで、
簡単シミュレーション!

医師年金 検索

<http://www.med.or.jp/nenkin/>

ご希望の受給額や保険料、生年月日を入力するだけで、簡単に受取年金月額のシミュレーションができます。
ぜひお試しください。

個別プランの設計や詳しい資料のご請求はこちら

JMA 公益社団法人
日本医師会 年金・税制課

TEL : 03-3946-2121(代表) / 03-3942-6487(直通)

FAX : 03-3942-6503

受付時間 : 午前9時30分~午後5時(平日)

E-mail : nenkin@po.med.or.jp

保険料からプラン作成

保険料 ●基本：月払 加算：月払 月額保険料 60,000円 加算年金 (10.7%) 月額保険料 12,000円 基本年金 ●加入年齢 24歳 ●死亡 25歳 合計月払保険料 72,000円	医師年金 ●81コース 加入年齢 24歳 月額年金15万 60,000円 加入年齢 24歳 月額年金15万 12,000円 加入年齢 24歳 月額年金15万 17,200円 加入年齢 24歳 月額年金15万 17,200円 15年受給総額 18,998,000円 ●82コース 加入年齢 24歳 月額年金15万 60,000円 加入年齢 24歳 月額年金15万 17,200円 加入年齢 24歳 月額年金15万 17,200円 15年受給総額 25,212,000円 ●83コース 加入年齢 24歳 月額年金15万 60,000円 加入年齢 24歳 月額年金15万 17,200円 加入年齢 24歳 月額年金15万 17,200円 15年受給総額 29,028,000円 ●84コース 加入年齢 24歳 月額年金15万 60,000円 加入年齢 24歳 月額年金15万 17,200円 加入年齢 24歳 月額年金15万 17,200円 15年受給総額 36,874,000円
--	---

設定条件をご確認ください。

試算日	平成 27年 9月 7日
生年月日	昭和 50年 1月 1日
試算自年齢	40歳
加入申込期間	平成 27年 6月 15日
加入申込年齢	平成 27年 7月
加入時年齢	40歳 6ヵ月
加算法開始年齢	平成 27年 7月
年金受取開始年齢	平成 52年 1月
年金受取開始年齢	65歳
個人保険料合計	25,166,000円

注意事項です。お読みください。

- 加入申込期間は、18日(土日・祝日)の場合は、その前日となります。
- 「毎月年金」は、加入者ご本人であれば一生受給継続することが可能です。
- 「役員年金」では、役員者ご本人が65歳未満中に引当りとなり、15年の繰り上げ期間について、ご遺族の方が必ず受け取ることが可能です。
- 「他府県医師会(自治体)加入」は、他府県医師会加入の可否を要します。
- 退職時年齢は、75歳まで繰上可能です。
- 「受取年金月額」は概算です。現在は利率1.5%での計算となっております。将来、利率の繰上決定が行われる場合は、変更になる場合がございます。



医師年金 HP のトップページの「保険料」及び「受給年金」からシミュレーションが可能です。



必要な情報を入力し、「計算開始」のボタンをクリック。

日本医師会が運営する医師のための私的年金
日本医師会 医師年金
[トップページへ](#) [サイトマップへ](#)
[個人情報保護方針](#) [重要事項のお知らせ](#)

● 医師年金の特長 ● 医師年金のしくみ ● 医師年金シミュレーション ● よくあるご質問 ● 手続きガイド ● お問い合わせ

ホーム > 医師年金シミュレーション > 保険料からシミュレーション

医師年金シミュレーション

保険料からプラン作成 (試算結果)

試算結果は簡易計算による概算です。

[戻る](#) [PDF](#)

保険料

■ 基本：月払 加算：月払

加算年金 (10口)	月払保険料 60,000 円
基本年金	月払保険料 12,000 円

40歳 ————— 65歳

支払期間 24年7ヵ月 (295回)

合計月払保険料 72,000 円

■ 設定条件をご確認ください。

試算日	平成27年 3月16日
生年月日	昭和50年 1月 1日
試算日年齢	40歳
加入申込期限日	平成27年 5月15日
加入予定年月	平成27年 6月
加入時年齢	40歳5ヵ月
加算払込開始年月	平成27年 6月
年金受給開始年月	平成52年 1月
年金受給開始年齢	65歳
払込保険料累計	21,240,000 円

■ 注意事項です。お読みください。

- 加入申込期限は、15日が土日・祝祭日の場合は、その前日となります。
- 「終身年金」は、加入者ご本人であれば一生受け取ることができます。
- 「保証期間15年」では、受給者ご本人が保証期間中にお亡くなりになった場合、15年の残りの期間について、ご遺族の方が必ず受け取ることができます。
- 「受取コースの選択 (B1~B4)」は、受取開始の時にお決めいただけます。
- 受取開始年齢は、75歳まで延長できます。
- 「受取年金月額」は概算です。現在は年利1.5%での計算となっており、将来、年金の制度改定が行われる時は、変更になる場合があります。

受給年金

● B1コース

加算年金	保証期間15年 86,500 円	日付
基本年金	保証期間15年 17,300 円	日付

65歳 ————— 80歳

受取月額

103,800 円 103,800 円

15年受取総額 18,684,000 円

● B2コース

加算年金	5年確定型 370,100 円	
基本年金	保証期間15年 17,300 円	日付

65歳 — 70歳 ————— 80歳

受取月額

387,400 円 17,300 円 17,300 円

15年受取総額 25,320,000 円

● B3コース

加算年金	10年確定型 191,900 円	
基本年金	保証期間15年 17,300 円	日付

65歳 ————— 75歳 — 80歳

受取月額

209,200 円 17,300 円 17,300 円

15年受取総額 26,142,000 円

● B4コース

加算年金	15年確定型 132,600 円	
基本年金	保証期間15年 17,300 円	日付

65歳 ————— 80歳

受取月額

149,900 円 17,300 円

15年受取総額 26,982,000 円

[このページの先頭へ](#)

[戻る](#) [PDF](#)

シミュレーション結果が分かり易く表示されます。

生涯教育／プライマリ・ケア

○字数制限

生涯教育 6,000 字以内とし、冒頭に 400 字程度の要旨をつけて下さい。

プライマリ・ケア 2,500 字以内

(図表 1 枚を 400 文字数に換算する必要がある)

○内容

生涯教育は、原則学術・実地医家にとって有用性の高い総説論文

プライマリ・ケアは、病診連携、病病連携等に資していただけるような、日常的な症状に関するミニレクチャー的な内容。

○原稿の書き方

①原稿はできるだけ Word、Excel、PowerPoint にて作成して下さい。

②原則として常用漢字、現代かな使い、算用数字を使用して下さい。

③図、表、写真の挿入場所を文中に指定して下さい。

④図表にはタイトルをつけてください。

⑤写真、図、表は原則として 10 枚以内とし、そのまま製版出来る鮮明なもので、特に写真は明瞭なものでご提出下さい。

⑥人を対象とした研究については、ヘルシンキ宣言を遵守したものであること、また症例を提示する際（症例報告）は、患者さんのプライバシーの保護やインフォームドコンセントなどに関する倫理的な問題に十分配慮されていること。

個人が特定され得る疾病に関しては、本人の同意を得るようご配慮下さい。

○文献

引用文献は最小限度（原則として 10 以内）とし、論文中にでてくる順に番号をつけ、末尾に以下の形式で一括して下さい。本文中には、引用部の右肩に 1) 2) 3) …の番号を付して下さい。引用の図表は出典を明記して下さい。

著者は複数の場合は筆頭者、他で記入下さい。

引用文献の記載項目並びに順序

○雑誌の場合

著者名：論文題名、雑誌名 発行年；巻：ページ。

Ahonkhai VL, et al : Failure of pneumococcal vaccine in children with sickle-cell disease. N Engl J Med 1979 ; 301 : 26-27.

○単行本の場合

著者名：書名、(版数)、発行所、発行所の所在地、発行年；引用ページ。

Koch FC, et al : Practical Methods in Biochemistry. 2nd ed, William Willkins, Baltimore, 1948 ; 212 (or 212-215) .

○シリーズなど

執筆者名：執筆部分題名、編者名、シリーズ名、巻数、発行所、発行地、発行年；引用ページ。

Kovec A : The liver and spleen. ed Bolinger RE, In Guide to Diagnostic Imaging, vol 1, Medical Examination Publishing Co Inc, New York, 1982 ; 123-140.

○ウェブサイトの場合

執筆者名 (編者名)：サイト名、URL (最終閲覧日)

運動器の 10 年・日本協会：学校での運動器検診の手引き。http://www.bjd-jp.org/medicalexamination/guide_0.html (2016 年 8 月 16 日閲覧)

月間 (週間) 行事お知らせ

○字数制限：2,000 字以内

○内 容：医療関係の行事等について

発言席

○字数制限：2,500 字以内

○内 容：会員の先生方のご意見や主張等

勤務医 / 臨床研修医

○字数制限：勤務医 2,000 字以内、臨床研修医 1,500 字以内

○内 容：勤務医・臨床医の先生方からのご意見・ご要望

地区医師会

- 字数制限：1,000 字以内
- 内 容：各地区医師会の活動状況
(例：テレビ番組やラジオ番組の放映、かかりつけ医推進事業等の厚労省モデル事業や独自の院内活動等)

若 手

- 字数制限：1,500 字以内
- 内 容：今後の進路を決める先生方へのアドバイス等について（若手医師への提言、日常診療のコツ、開業顛末記等）

随筆 / 新春干支随筆 / 緑陰随筆

- 字数制限：随筆 2,500 字以内、新春干支随筆・緑陰随筆 1,500 字以内
- 内 容：日常診療のエピソード、青春の思い出、一枚の写真、趣味などの他、紀行文、特技書評、新年の抱負など

本の紹介

- 字数制限：1,500 字以内
- 内 容：感動した、生き方が変わった、診療が変わった、新たに真実を知った本等々、会員の皆様の座右の本の紹介

いきいきグループ紹介

- 字数制限：1,000 字以内
- 内 容：各研究会、スポーツ同好会や摸合等の活動紹介

身近な闘病記

- 字数制限：2,000 字以内
- 内 容：ご自身又はご家族の病気療養の経験談について

追悼文

- 字数制限：1,500 字以内
- 内 容：お亡くなりになられた先生への追悼

広 告

○沖縄県医師会報の品位、及び体制を損なわぬものとし、採否については広報委員会で審議のうえ決定する。

投稿の方法

1. 会報への投稿の第一執筆者は、原則として沖縄県医師会会員であること。
2. 原稿には題名、氏名、勤務先(所属)を明記して下さい。
3. 図・表・写真は原則モノクロ掲載とし、カラーの場合は実費をご負担願います。
4. 送付方法は出来ましたらメール送信又はCD-R等での送付をお願いします。
5. 同一会員の原稿掲載回数は、1期(4～7月号)、2期(8～11月号)、3期(12～3月号)の各期ごとに1編のみ。
6. 写真の解像度は350以上をお願いします。表紙写真に関しては、会員本人撮影のものとする。
7. 掲載の採否は広報委員会で決定し、内容によっては原稿の修正等をお願いする事があります。

著作権

本誌並びにホームページに掲載される著作物の著作権は沖縄県医師会に帰属します。

送付先・問い合わせ先

平成 29 年 7 月 1 日より

沖縄県医師会 庶務課
〒901-1105 南風原町新川 218-9
TEL：098-888-0087 FAX：098-888-0089
E-mail：kaihou@ml.okinawa.med.or.jp

平成最後の…。という言葉をあちらこちらで聞くようになりました。平成も終わるのだと感慨深く思っていたら、考えてみれば今回の編集後記は4月に出るので、次回の県医師会報が出る頃には元号が変わっている事になります。すると、平成最後の沖縄県医師会報の編集後記を私が書くことになってしまった。何となく重い責任を感じてしまいますが、しんがりをしっかり務めたいと思います。

平成という時代は会員の皆様にとってどのような時代だったのでしょうか？この30年、介護保険制度の開始など医療・介護を含む社会構造の変化は激しく、医療に関わる人々がその大きな変化のうねりに翻弄された時代でもありました。その様な時代にあって、沖縄県医師会報は常に時代を映す鏡であり、日々の多忙な業務の時間を割いて県医師会報に多くの玉稿を賜りました事に深謝申し上げます。

さて、平成という時代において私の特別な記憶は何と言っても平成23年3月11日に発生した東日本大震災です。テレビの映像を信じられない思いで見えていた私でしたが、沖縄県医師会の災害支援チームとして現地に派遣される事になりました。最終の第15陣として沖縄県JMATの撤収を担う事になり、岩手県大槌町城山体育館の避難所支援と平行して現地の医療機関との円滑な申し送りが必要となりました。考えてみれば、私は何だか、しんがりを担当する事が多いようです。

日々の診療に少々疲れていた私は、現地に行って自分が役に立てるのかとても不安でした。発災から2ヶ月が経過した5月の中旬でしたが、現地で見たものは目を疑う様な光景でした。ここは本当に日本なのか？と信じられない光景が延々と何処までも続いていました。避難所でお会いした皆さんは、着の身着のまま避難してきた方ばかりで、心にも身体にも大きな傷を負っていました。誰かの、少しでも、何かお役に立ちたい。充分だったかどうか解りませんが、ただ必死に10日間の支援活動をしていました。

支援最終日、撤収の朝がやってきました。多くの傷ついた人々と別れて、沖縄に帰らなくてはなりません。しかしもう一方で、沖縄の大切な医療人材を無傷で持ち帰る事も大切なミッションでした。荷作りを終えて、すっかり片づいてしまった診療スペースを後にして私たちが帰ろうとすると、避難所の住民代表の方がビニールシート2枚分の寄せ書きを渡してくれました。大きなビニールシート2枚にびっしりと感謝の言葉が書かれてありました。どの様な表彰状もあのビニールシートの前では色褪せてしまいます。あのビニールシートを持ち帰る事が最終15陣の重大な任務となりました。そして、私たちが城山体育館を去ろうとすると、避難所の全ての住民が割れんばかりの拍手で見送ってくれました。私は止めどなく涙が溢れて仕方がありませんでした。私はこれまであれほど感動的な喝采に出会った事はありません。

広報委員 玉井 修

