

健康だより

健康課・医療対策課

☎53-2101

各地域の保健センター

萩原 ☎52-1230

小坂 ☎62-3111

下呂 ☎25-2680

金山 ☎32-4500

『CKD（慢性腎疾患）を予防しよう』

CKDは、腎臓の障害（蛋白尿など）、もしくは※¹eGFR（推算糸球体ろ過量）60ml/分/1.73㎡未満の機能低下が3ヶ月以上持続するものです。（健康診断でわかります）

全国には、1330万人（成人の8人に1人）もの患者がおり、21世紀に出現した新たな国民病ともいわれています。

腎臓は、腰の辺りに左右一つずつあり、血液をろ過して老廃物を尿として体外に排泄する仕事をしています。他にも、体液の量や浸透圧・血圧の調整、ミネラルや酸性・アルカリ性のバランスの保持、血液を造るホルモンの分泌、骨を健康に保つ重要な役割を担っています。

腎臓の細胞は一度壊れると元には戻りません。年齢とともに腎臓の機能は落ちていきますので、高齢になるほどCKDになりますといえます。

そんな腎臓の病気CKDは、自覚症状がほとんどないため、かなり進行して夜間尿、むくみ、貧血、倦怠感、息切れ等の症状がでて初めて気づくことが

多いです。また、CKDを放置して気付いたときにはかなり進行してしまっていることも少なくありません。

体内から老廃物を尿として排泄することができなくなると、人工透析が必要になります。CKDの進行は、人工透析が必要になることだけでなく、心筋梗塞や脳梗塞などの心や脳の疾患の危険因子にもなっています。腎の問題は、全身の血管系の問題であることを意味しています。そのためにもCKDを予防することが

（図1）CKD重症度分類（一部）

	腎機能区分	eGFR	健診者の割合
G1	正常または高値	90以上	5.1%
G2	正常または軽度低下	60～90未満	68.7%
G3a	軽度～中等度低下	45～60未満	23.5%
G3b	中等度～高度低下	30～45未満	2.5%
G4	高度低下	15～30未満	0.2%
G5	末期腎不全	15未満	0.0%

H23 下呂市国保特定健診結果より

※重症度は、原疾患、GFR区分、たん白尿区分を合わせたステージにより評価しています。

重症化させないことがとても重要です。下呂市でも、人工透析を受けている人は、県内市比較では少ない状況ですが、健診結果を見ると腎機能が軽度低下している人の割合が高くなっています。（図1）今後、腎臓の機能を悪化させないためにも以下の点に気をつけましょう。

*生活習慣を見直しましょう

エネルギー・食塩の過剰摂取、運動不足、飲酒、喫煙、ストレスなどは、生活習慣病だけでなく、CKDの発症や進行に大きく関係し、改善することが予防にも重症化しないためにも必要です。

*定期健診を受けましょう

尿検査（尿蛋白）、血液中のクレアチニンを調べることで腎機能の状態がわかります。血圧、血液検査（血糖・脂質）、メタボリックなどもCKDの発症に関係しているため、年に1回は健康診断を受け、早期発見と予防に努めましょう。

*治療を継続しましょう

糖尿病、高血圧などの生活習慣病が背景となっていて発症するCKDが多いこと、CKDが進んで高血圧や糖尿病の状態が悪くなることがあります。必要な人は治療を継続し、安定させておくことが大事です。

*eGFR（推算糸球体ろ過量）とは？

腎臓の糸球体で血液をろ過して尿を作っています。糸球体が1分間にどれくらいの血液をろ過して尿を作れるか、老廃物を尿へ排泄する力があるかを示す値がeGFRです。血性クレアチニン値と年齢、性別から算出することができ、健康な人のeGFRは100前後で、eGFR50は、腎臓の機能が約50%と推測できます。この値が低いほど腎臓の動きが悪いということになります。

下呂市立休日診療所

下呂市森801・10（下呂市民会館内）

☎24・1200

診療科目 内科、小児科（急病患者に限りです）

診療日 日曜、祝日、年末年始

診療時間 午前9時～午後3時

※事前に電話をしてからお越しください。（予約はできません）

※受診の際は、必ず保険証やお薬手帳（ある場合）をお持ちください。

※急病患者専用のため、平常継続して受けている治療をご遠慮ください。

2・3月の担当医

3月	2月
31日（日） 今井直人（花田医院）	3日（日） 村瀬寛紀（村瀬眼科クリニック）
24日（日） 大林秀成（萩原北醫院）	10日（日） 奥村庄司（おおくむらクリニック）
20日（金） 藤岡均（藤岡医院）	17日（金） 田中隆平（田中内科クリニック）
17日（火） 黒木尚之（黒木医院）	24日（火） 大塚正議（大塚耳鼻咽喉科医院）
10日（木） 細江昭比古（市立中原診療所）	3日（水） 近藤靖士（近藤医院）
3日（土） 近藤靖士（近藤医院）	10日（土） 小池利幸（小池医院）

※都合により担当医が変わることもあります。

※2月11日の田中医師は中学生以下の診療を行います。事前に電話でご確認の上、下呂温泉病院、金山病院を受診ください。



※休日診療所の担当医は、地上デジタル放送ぎふチャン（8ch）のデータ放送でもご覧いただけます。

地方の公立病院、診療所はそれが立地する自治体の首長が開設者となって地域に責任をもって医療を提供することになっています。責任ある医療を提供するためには、救急医療や医療診断機器の整備など不採算の部分を抱えることになりま

す。そのような病院の維持のために一定の基準に従って国から地方交付税（私たちの税金）がその自治体に交付されています。これはその病院、診療所がなければ交付されないものです。

ところが地方の公立病院のほとんどは立地案件の良い街中の民間病院などと違って、採算のとれない場所にあるために国からの交付税だけでは責任ある医療の提供が困難となっています。そのため多くの公立病院、診療所（県立病院も例外ではありません）はその開設者（県、市、町、村）から多かれ少なかれ独自の補助（繰り入れ）を受けています。

金山病院では、その運営費は現在まで金山町、下呂市を通じて受診される皆さんからの受診料と、国からの交付税によってまかなわれており、市民病院という立場にありながらも金山町、下呂市から独自の補助は受けていません。そのため古くなった医療機器の買い換え、空調設備の整備、施設の老朽化の修繕などは後回しとなっている中で病院移転をせざるを得ない事となりました。

消費税は、事業を行う場合には避けて通れません。病院でも例外ではありません。ところが消費税が経営に与える影響は医療機関と一般企業では全く違います。皆さんが受診して医療機関に支払う受診料には、消費税は含まれていません。病院に入るのは保険料と一定割合の自己負担金だけです。ところが病院で使用する薬やガーゼ、包帯など、入院で提供する食事の材料の購入費、電気料金、水道料金など病院が支払

病院の運営

費用にはすべて消費税がかかって来ます。今後、消費税が値上げされずと病院経営はよりいっそう苦しくなります。消費税が値上がりしても、それに見合った保険点数の増加が見込めないからです。

金山病院は市民病院として住民検診、職場検診などで市民に便宜を図り、学校医、産業医などで地域保健活動を支えています。また企業体として100人を超える雇用を創出し地域の生活を支え、市税収入にも貢献しています。

多くの不採算部門を抱える金山病院は、かろうじて移転新築にこぎつきました。これは旧病院の老朽化のために日常診療に耐えられなくなってきたため、移転新築をよきなくされたものであり、新しく機能が加わったわけではありません。建物は新しくなりましたが中の備品や診療機器は使えるものはできる限り旧病院から

移転し節約しました。CTやMRIは移設できましたが、老朽化し更新の時期が来ている機器や、古くて現在の設備に合わない機器は更新せざるを得ずおおきな費用がかかりました。

今後、病院を維持していくために皆さんが出来る事はまず病院を利用していただくことです。金山病院で対応できない場合は病病連携で責任を持って最良の医療を提供させていただきます。また、今後下呂市の病院として機能していくためには、医療機器の更新など下呂市の支援が必要となってきますので、皆さんの協力ご支援をお願いいたします。

下呂市立金山病院 院長 古田智彦

※金山病院では、医師・看護師の募集をしております。詳細につきましては、金山病院事務課までお問い合わせください。

検 診	対 象 下呂市に住所のある下記の対象の方	医療機関	自己負担額
胃がん 大腸がん 肺がん	40歳以上	下呂温泉病院 金山病院	胃がん 2,550円 大腸がん 200円 肺がん 無料
子宮がん	20歳以上の女性	黒木医院 下呂温泉病院	1,000円
乳がん (エコー)	30代女性	金山病院	900円
乳がん (マンモグラフィ)	40歳以上 (偶数年齢の女性)	金山病院	900円

※年齢の基準は平成24年4月1日現在です。

がん検診をまだ受診されていない方にお知らせです

『がん』による死亡者は年々増加しています。下呂市は他の市町村に比べて若い方が胃がんで亡くなるケースが目立ちます。

自覚症状の無いうちに『がん』を早期発見し治療することが大切です。その為、職場などで受診する機会のない方は年に1度は受診されることをお勧めします。

下呂市では3月まで上記の内容でがん検診を受けることができます。受診を希望される方は健康課までお問い合わせください。

下呂市自殺予防人材育成研修会

最近増えつつある自殺者に対しては、その人の家族だけでなく、隣近所や職場の方など、地域ぐるみで取り組み事が大きな予防の力となります。今回、次のように研修会を開催します。ぜひご参加ください。なおご参加頂く場合は、お手数ですが事前にお電話にてお申し込みください。

日時・場所

2月15日（金）午後1時30分より
下呂市民会館 2階大会議室

内容

講演「地域づくりを中心とした自殺予防活動」

講師 浅田病院（広島県）

医師 渡邊直樹氏

☆お申込み・お問合せ先

下呂市役所 健康医療部 健康課

☎53・2101（内線622）

市立金山病院の看護師・

准看護師・看護助手の募集

正規職員

◆職 種…看護師・准看護師

◆募集人数…いずれも若干名

◆受験資格…看護師・准看護師の資格を有する方

◆採用日…平成25年4月1日

※採用者は就職準備資金として20万円を貸付け。2年間に在職の場合は返還が免除。

日付雇用職員

◆職 種…①看護師 ②准看護師 ③看護助手

◆募集人数…いずれも若干名

◆受験資格…①、②は看護師・准看護師の資格を有する方。③は不問

◆雇用期間…平成25年4月1日～平成26年3月31日（年次更新有）

☆申込期限…平成25年2月20日（水）午後5時まで

☆応募方法等のお問い合わせ先

下呂市立金山病院 事務課

☎32・2121