

代々木病院の理念

ヒューマニズムにもと
づく医療・介護の実践

くらしと健康

No. 682

1部60円

友の会会員は会費に含まれています

発行 東京勤労者医療会代々木病院

院長 河邊 博正

〒151-0051 東京都渋谷区千駄ヶ谷1-30-7

TEL 03(3404)7661

http://www.tokyo-kinikai.com/yoyogi

2024年
8月号

地域の健康づくりにどのように関わるか

予防から治療まで、地域の健康を守る役割

5月25日開催の「代々木病院健康まつり」のメイン企画では、「いっしょに考えよう！地域の健康づくり」というテーマで公開討論を行いました。代々木病院の河邊院長は「病院として地域の健康づくりにどう関わるか」という内容で発言しました。

(編集部)



河邊 博正

地域の健康づくりに
どう関わるか

地域にある病院の立場から、「地域の健康づくりに関する」というように関わっていくのかについてお話しします。

健康づくりという点での地域の病院の役割としては、まず一つ目は、病気にならないよう予防すること、二つ目は病気を早く見つけて治療をすること、そして三つ目が、具合が悪くなった時に治療するという役割があると思います。

フレイル予防、認知症予防について

まず初めに予防についてですが、ご高齢化が進んでいる中で、問題

となっているのは認知症です。認知症を考えると、フレイルを予防し、健康寿命を延ばすということが大事だと思います。代々木病院がその予防に対してどのように関わっているのかですが、例えば、年齢とともに腰が痛くなったり、膝が痛くなったなどあると思います。その痛みによって出かけるのが億劫になることがあります。そういったニーズで腰痛予防体操を開始しました。今後はもっと地域の皆さんの要望もお聞きしながらいろいろな取り組みをしたいと思います。



公開討論で発言する河邊院長

また病院と一緒に協力してくる代々木健康友の会が様々な企画を行っ

ています。ころばん体操、歩こう会など様々なところを歩く、歩きながら写真を撮る、という活動も行っています。他にも、ヨガ教室、手作り小物を作るサークルもあります。

こうした活動を通して、認知症予防や、身体機能の衰えを予防する活動を行っています。予防はとても大切なことだと思います。

早期発見・早期治療

次に、早期発見・早期治療ですが、健康診断がとても大切だと思います。病気で症状が出る時は、すでに病気が進行し

ています。ころばん体操、歩こう会など様々なところを歩く、歩きながら写真を撮る、という活動も行っています。他にも、ヨガ教室、手作り小物を作るサークルもあります。

していることが多いです。症状が出てからでは遅いので、予防をしながらも、身体が調子が悪くなるときから健康診断を受け、どこか自分に病気のきざしがないかどうかを早いうちから調べる。今

病院の治療について

三つ目は、病気が進んでしまっても悪くなるという時の病院での治療です。

地域の健康を守って
いく役割

代々木病院では、入院の治療、外来での治療、あるいは、自宅にいながら治療を受ける訪問診療があります。通えるうちに早いうちから治療することがとても大切です。

その時々で予防から最後の治療まで、地域の中の病院として関わっていると思います。

代々木病院では健康講座で各種検診を行っています。特に力を入れているのは区民健診です。渋谷区の区民健診では、渋谷区民で国民健康保険に加入されている方が受ける特定健康診断の受診率は約38・6%というところで、都

域の住民のみならず、町内会や商店街、渋谷区や地域包括支援センターなども協力、連携しながら、地域のみさんの健康を守っていくことが地域の病院である代々木病院が果たしていく役割だと思っています。

渋谷区「特定健診」、
「後期高齢者医療健康
診査」を受けましょう

渋谷区の「特定健診(40歳～74歳)」、「後期高齢者医療健康診査(75歳以上)」を受けましょう。年度内(4月1日～翌年3月31日)に1回無料で受診できます。受診時期に渋谷区から「健康診断」の受診券が送付されます。誕生月により、受診時期が異なりますので、ご確認のうえ受診忘れのないようご注意ください。

千駄の萱

へんの原爆投下から79年、核兵器をめぐる情勢は激動している。20

21年に核兵器禁止条約が発効して3年、現在70ヶ国が批准、93ヶ国が署名、国連加盟国(193)の半数に迫っている。国連では小国といわれる政府の代表が「核禁止条約に励まされている」とのべ、核大国を堂々と批判している▼一方、ウクライナ侵略を続けるロシアは核演習や核威嚇を行い、米国をはじめNATO(北大西洋条約機構)諸国も「核抑止力」の拡大・強化を唱え、核をめぐる情勢は緊迫している。ガザ攻撃を行うイスラエルも核保有国で、核軍縮交渉も困難な状況だ▼そんな中、今年3月の国連安保理で、グテーレス国連事務総長は核保有国に対し、核軍縮撤廃措置の速やかな履行を促し、非核保有の多くの理事国が揃って禁止条約の支持を強く求めた▼せめぎあう情勢下で行われる今年の世界大会は、「核抑止」論をのりこえる国際的な世論を発展させるうえで大変重要だ。今年も代々木病院から若い職員が現地参加する。被爆の実相や原水禁運動の到達点に学び運動を継承してほしい。(の)