



あかり木通信

2024年6月号
あかり木診療所

趣味をもつこと

診療所に通院されているご高齢の方にお話をうかがうと、お元気な方はなにかしらの趣味を持つていることが多いことに気がつきました。その内容は様々で、例を挙げれば、釣り、スポーツ（水泳、ゴルフ、テニス、卓球、マラソン等）、畑での野菜づくり、料理、茶道、コーラス、短歌や俳句、山登りや城めぐり、列車の旅、数独など多岐にわたりますが、それぞれの方に合ったものを楽しんで充実した生活をされていることがよくわかります。

ところで、ふと自分（診療所長）のことを考えてみると、これまで長年特に何も趣味を持たずに漠然と毎日を過ごしてしまっていたことに気がきました。これではまずいと考え直し、皆さまからお聞きしたことの中から、自分に向けていそうなことをいくつかはじめてみることにしました。すでに数ヶ月は続いていますが、何をしているかは、今のところはご想像にお任せします。いつかこの通信でその成果を披露できるといいのですが…。

保険証とマイナンバーカード

国の方針として、「保険証」のかわりに「マイナンバーカード」を使用することがすすめられています。

あかり木診療所でもマイナンバーカードにも対応しています。実際のところは、保険証は「1ヶ月に1回」「受付で渡す」だけですむのに対して、マイナンバーカードは「受診するたび」に「自分で顔認証または暗証番号を入力操作する」ことが求められるため、どう考えても保険証の方が簡単で、今のところはまだ保険証を利用される方が多いです。

しかし、マイナンバーカードを使用すると、他の病院で処方を受けた薬の内容や健康診断の結果の数値がわかるなど、利点もあります。時代の流れでもありますので、マイナンバーカードをお持ちの方はために一度使ってみてください。

横浜市がん検診

あかり木診療所で受けることができるがん検診について、簡単に説明します。予約は不要です。

◆肺がん検診（40歳以上）

胸部レントゲン写真を二枚（正面と側面）撮影します。写真は診療所で確認したのち、「読影会議」に持って行き専門医の判定を受けます。何か所見があった場合には、病院でCT検査を受けます。

◆大腸がん検診（40歳以上）

大腸がんができるのがんからの出血が便に混ざることが多いことを利用して、あらかじめお渡しする専用の容器に便をとってきていただき、便の中の血液の反応を検査します。血液の反応があった場合には、消化器内科を受診して大腸内視鏡検査を受けます。

◆前立腺がん検診（50歳以上）

現在男性のがんの中で最も多前立腺がんの検診は血液検査でできます。血液中のPSA（前立腺特異抗原）という数値を測定します。基準値を超えていた場合には、泌尿器科を受診してMRIや超音波などの検査を受けます。

「あかりの木の魔法」

児童作家の岡田淳さんの「こそあどの森」シリーズに「あかりの木の魔法」という題名の物語があります（診療所の待合室にもあります）。とてもすてきなお話で、診療所のできた13年前に診療所のなまえを決めたときにもこの本の題名をちょっと参考にしたところもありますが、そのことを本の作者の岡田さんには何もおことわりしてないことがずっと気がかりでした。2024年2月に岡田さんのサイン会に参加する機会があり、そこでやっと岡田さんに、診療所のなまえについて、本の題名にもちょっとちなんでいることをお伝えすることができました。岡田さんは、「へえー」といってたいへん驚いていらっしゃいましたが、「とてもひびきの良いネーミングの診療所ですね」とおっしゃっていただき、気に入ってくださいました。そして「あかりの木の魔法」の本にサインをしていただきました。お礼にあかり木診療所の診察券をお渡ししました。

