

南十字星輝くスリランカ再訪

長嶺胃腸科内科外科医院 長嶺 信夫



17年ぶりにスリランカを訪問した。目的は前回訪問できなかった仏教遺跡訪問と娘に世界遺産のスリー・マハー菩提樹（Sri Maha Bodhi Tree）と茶園（Tea Estate）を見せるためである。ツアーは当方二人と埼玉県出身の歯科医夫妻、現地ガイドの Ranjana Kumara 氏、ドライバーの Pradeep 氏のわずか6人、和気あいの旅であった。

スリランカの聖地アヌラダプラにある菩提樹は紀元前3世紀（2,300年前）インドのアショカ王によって釈迦成道の地ブッダガヤから分け木がスリランカのデーワナンピヤ・ティッサ王に贈られ、当時の王都アヌラダプラに植樹された樹で、現在世界遺産に登録されている。

2019年2月22日、菩提樹が植樹されている菩提樹寺院の境内に例のごとく靴を脱ぎ、帽子をとって入る。敬虔な巡礼者が地面にひざまずき、菩提樹を礼拝していた。

菩提樹は高い塀に囲まれ、細長い枝が塀の上から伸びている（写真1）。境内には他にも菩提樹が生えているのだが、例の菩提樹は金色に塗られた支柱に支えられて弱々しく、17年前に見た時と同様である。



写真1. アヌラダプラの菩提樹
支柱が立てられている後方の細い枝の樹

ガイドは「周りの樹の葉の色と違うでしょう」と説明している。幾分黄色みをおびていて、樹勢が落ちているのを表していた。

菩提樹はかなり前から樹勢が落ちている。そのため10数年前から、菩提樹の前の祭壇に供えていた果物や菓子類を禁止している。供え物に蟻が集まり、樹に悪影響を与えるためである。17年前訪問した時も樹が弱々しく見えたので、当時のガイドにも対策を質問したのだが、「色々対策をとっているが、効果が出ていない」と話していた。

今回現地ガイドの Ranjana 氏から6年前（2013年）に撮影した写真を提供してもらった。菩提樹が根元から斜めに傾いていて、金色の支柱に支えられている（写真2）。



写真2. 釈迦成道の菩提樹の分木の末裔。
2013年撮影、現地ガイドの Ranjana 氏提供

画像を拡大してみると、樹幹はかなり痛んでいて、支柱がなければすぐにでも折れそうに見える。菩提樹は記録に残っている世界最古の樹であると紹介されているのだが、私は現在

の菩提樹は植樹後度々植え継がれてきた樹ではないかと考えている（長嶺信夫：古文書に見る「聖なる菩提樹」の歴史、沖縄県医師会報 Vol.44, No.2～3, 2008 年）。

1931 年にスリランカのスリー・マハー菩提樹からインドに里帰りし、サールナート（鹿野苑）に植樹された 3 本の菩提樹も、その中の 1 本が植樹後 88 年たった現在、樹勢が落ち、枯れそうになっている。菩提樹は成長が速く、木質も密でないため屋久杉のように数千年生き延びるのは無理ではないかと考えている。

ところで、2003 年 7 月 19 日にインド大菩提協会サールナートセンターから沖縄県民に贈呈され、翌年沖縄菩提樹苑に植樹された菩提樹は 2,300 年ぶりにインドから国外に出たブッダゆかりの由緒ある菩提樹の分け樹であり、沖縄での菩提樹植樹は歴史的な出来事なのです。

次に訪問した場所は 2,300 年前インドから仏教の布教に來たアショーカ（Asoka）王の息子（一説には高僧）マヒンダ（Mahinda）がスリランカのデーワナンピヤ・ティッサ王に初めて出逢った場所、ミヒンタレーである。ミヒンタレーは当時の王都アヌダーラプラから車で 30 分ほどの場所にある。

スリランカの古代歴史書であるマハーヴァンサ（Mahavamsa、大史）にマヒンダが王に出逢った時の様子が書かれているのだが、それによると、王が狩りに出た時、牡鹿に出会い、牡鹿を追跡したところでマヒンダに遭遇、種々の問答のあと仏教に帰依したと記載されている。山の神が牡鹿に変身し、王をマヒンダのもとに誘導したことになる。

ミヒンタレーの遺跡にはマヒンダと王が出逢った場所にアムスパレー大塔が建ち、近くにマヒンダ長老の墓（写真 3）やブッダの毛髪が納められているといわれるマハー・サーヤ大塔が建っている。高台にあるその場所からは 360 度の視野であたりを見渡すことができた。近くにマヒンダ長老が瞑想をしたといわれる岩山（Invitation Rock）があり、多くの巡礼者がその岩山に登っているのが遠望できた

（写真 4）。この岩山を見るのも今回の旅の目的の一つであった。数年前の右膝蓋骨骨折後遺症のため残念ながら岩山に登ることができなかったことが心残りである。



写真 3. スリランカに仏教を布教したマヒンダの墓



写真 4. マハー・サーヤ大塔のある丘から Invitation Rock を望む

スリランカは敬虔な仏教徒が多く、礼儀正しく、親切な人が多い。赤道に近く、1 年中気温の変動がなく、2 月でも気温は 31 度になる。スリランカの南端にあるゴールの海岸では西洋人が海水浴を楽しんでいた。

スリランカは、果物が豊富で、2 月でもマンゴー、ドリアン、マンゴスチン、ランブータン、チェリモヤなどの果物をマーケットで買うことができる。島バナナに似た小さなバナナは味もそっくりで、おいしかった。いたるところに大自然があり、茶園や遺跡を移動する幹線道路にジャングルから野生の象が迷い出てきたのには驚いた。

スリランカは日々の診療に疲れた方々に訪れてほしい癒しの場所である。

ヘリコバクター・ピロリ感染の 疑いが濃かった症例について、今思う事

沖縄メディカル病院 内科 小宮 一郎



沖縄県医師会報の随筆コーナーでは、趣味などのテーマで書かれていることが多いと思いますが、大した趣味のない私は医学的なテーマから離れられず、以前から文書で残したいと思っていた表題のような内容にて書かせていただきます。半分随筆のようなものとしてお読みください。

ヘリコバクター・ピロリ感染による慢性胃炎の除菌治療は、専門外の私でも毎年2名ほどを数えます。私の身内にも除菌を実施したものが複数います（多くは時々胃痛を訴えていました）。私自身は幸いと言って良いかわかりませんが、慢性胃炎は指摘されたことがなく胃痛の経験もないため、これまでヘリコバクター・ピロリ感染の検査は実施しておりません。私が医師となった40年前からつい最近まで経験したヘリコバクター・ピロリ感染（正確には感染疑い）の3症例について、反省や後悔も含めて書かせていただきます。

昭和53年（1978年）に医師になり、以来多くの患者さんの診療にあたってきましたが、当時70歳の男性患者さんは、重症の甲状腺機能低下症を発症しており、私が入院担当医として甲状腺機能低下症を初めて治療した方でした。甲状腺機能は入院加療にて改善し、以後は私の恩師である信州大学医学部山田隆司教授（当時）の外来で定期的に診察されていました。しかし、退院後に胃潰瘍を2度、3度と繰り返すようになりました。患者さんは既に退職され、格別なストレスもなく、NSAIDsなども全く服用していませんでした。当時大学病院の4つの内科のそれぞれにおいて胃内視鏡並びに消化管バリウム検査を実施していました。専門医の意見が必

要な場合のみ消化器科に相談していました。私は毎週3・4名の患者さんに胃内視鏡検査を行っていましたので、この患者さんの潰瘍発症の都度に胃内視鏡検査を実施して、毎回胃角付近の胃潰瘍を確認していました。萎縮性胃炎は軽度であったと記憶していますが定かではありません（潰瘍に注意が集中していたためかもしれません）。

胃潰瘍治療のために患者さんはその都度入院加療していましたが（当時にPPIは発売されていませんし、健康保険上の制約もありませんでした）、潰瘍を頻回に発症するようになってから4・5年ぐらい経過したときに、患者さんは胃のリンパ腫を発症しました。当時私は大学病院を離れており、担当していた同僚医師から話を聞いた程度で詳細は不明ですが、おそらくヘリコバクター・ピロリ感染に伴うMALTリンパ腫であったと考えられます。その後患者さんは不幸にして亡くなられたのですが、現在では除菌によるMALTリンパ腫患者の5年生存率は90%以上とも報告されており、今から思えば治癒可能な症例であったと推測されます。おそらく昭和59～60年（1984～1985年）頃の事であり、ヘリコバクター・ピロリ感染と潰瘍・胃がん・胃MALTリンパ腫などの関連性が世に広く知れ渡る以前の話です（ピロリ菌は1982年にその存在が証明され、発見者のバリー・マーシャル博士とロビン・ウォレン博士は2005年にノーベル生理学・医学賞を受賞）。私が消化器専門医で、もっとこの症例に疑問を持っていれば、ノーベル生理学・医学賞とは言いませんが、もっと医学の発展に寄与できたかもしれません。これまでのところ橋本病とヘリ

コバクター・ピロリ感染との関連性を肯定する研究もありますが、いまだに確定していません。しかし、橋本病と MALT リンパ腫は自己免疫を共通項目として互いに関連性がある可能性もありますので、この辺の追及をしても良かったと後悔しています。

2 症例目も昭和 60 年 (1985 年) 前後の事と記憶していますが、当時 30 歳のやせ形の女性患者さんで頻りに胃痛を繰り返し、当時の外来担当医から依頼されて私が胃内視鏡を実施する機会もありました。内視鏡実施の度に、胃角を超えて、ほぼ胃全体に広がるような高度の萎縮性胃炎を認め、消化器内科の先生方や臨床病理の先生にもご相談していました。昨今話題となっている鳥肌胃炎の所見があったかどうかは記憶にありません。同様に記憶は定かではないのですが、信州大学病理学の丸山雄造助教授 (当時) は消化器病理の専門家であり、先生から「胃潰瘍の病理標本中に判別不能な菌体のようなものが存在する事に多くの病理医は気づいている」というような趣旨のお話を、この患者さんに関する相談あるいは私の専門とする内分泌症例の相談の際にお聞きした覚えがあります。患者さんは数年の経過でスキルス胃がんを発症されて亡くなりました。ここでも私が消化器専門医で、この症例に疑問を持っていればと後悔ばかりが先に立ちます。

これらの事から 30 年以上の年月が経ち、平

成最後の年である平成 31 年 (2019 年) の症例ですが、85 歳の離島在住の男性患者さんで、糖尿病・高血圧症・慢性腎不全・直腸がん術後 (ストーマあり)、本年 2 月中旬にタール便に家族が気づき、ふらつきも酷かったため本島の施設にヘリコプターで救急搬送されました。急性胃潰瘍との診断でした。既に活動性病変は消失しており事なきを得ましたが、ストレスも NSAIDs 内服もない方であり、胃潰瘍の発症には、ヘリコバクター・ピロリ感染が関係していた可能性が高いと思っています。この原稿を書いている時点では、まだヘリコバクター・ピロリ検査は実施できていませんが、検査陽性であれば除菌の可否について消化器内科の先生にご相談するつもりです。ご家族に後から聞いたお話では、患者さんは時々胃痛を訴えていたようです。この訴えを家族も私も十分に聞き取れていませんでした。患者さんが高齢であることを考えると、ヘリコバクター・ピロリの感染率は高いと考えられますので (沖縄県での感性率は一般に低いとされますが、患者さんより高齢ですが 1910 年生まれの日本人の感染率は 60.9% との報告があります)、常日頃の間診の重要性を改めて認識し、大変反省させられました。

専門外のヘリコバクター・ピロリ感染について余り知識もないまま、私の経験症例を書かせていただきました。拙稿を読まれた消化器専門の先生方からのご意見も伺えたら幸いです。



きいやま商店って知っていますか？

なごみ泌尿器科クリニック 城間 和郎



沖縄県医師会から随筆の執筆依頼が来て、さて何を書こうかと悩んでいたところ、クリニックのスタッフから「先生がはまっているあれを書くしか無いですよ！」と言われ、今回のタイトルになりました。

私は昔から音楽が好きで、10歳年上の兄の影響で小学校1年生からビートルズを聞き、小学校高学年の頃にはディスコソングやソウルミュージックを聞いていました。中学生でアコースティックギターを始め、高校に進学してからはエレキギターでハードロックやフュージョンの楽曲をコピーして楽しんでいました。

大学では友人らとバンドを組みましたが、ベースがいなかったため渋谷ギターからベースに転向しました。またその頃は、シーケンサーとリズムボックスで夜な夜な打ち込み作業をして、16chのミキサーと原始的なカセットテープを使用した4トラックマルチトラックレコーダーでオリジナル曲も作っていました。大学で学年が進むと勉強が忙しくなり、もっぱら音楽は聞くだけになってしまいました。医師になってからはさらに多忙で、音楽を聴くこともほとんどなくなり、自分から音楽は遠のいていました。

2014年夏に開業のため現在のクリニックの物件を契約しましたが、その際にクリニックと同じ建物に『D-51』や『きいやま商店』と言うバンドの所属事務所があるとの情報を得ました。『D-51』は2人組のボーカルユニットで、ドラマ『ごくせん』やアニメ『ワンピース』の主題歌で知っていましたし、紅白歌合戦にも出演した事があるため、私とクリニックのスタッフは有名人に会えるとワクワクしていました。

一方『きいやま商店』は、私もスタッフもあまり聞いた事が無く、顔もわからないので全く意識していませんでした。開業後はクリニック

付近でギターを背負ったミュージシャンらしき人達を見る事はしばしばありましたが、誰なのか判らないままでした。

開業からしばらくしてスタッフと八重岳にお花見に行ったのですが、たまたま桜祭りの会場で『きいやま商店』のライブがある事を知りました。せっかくなのでライブを聴いて行こうと言う事になりライブ会場に着席し出演を待っていると、ステージから八重山民謡の『月ぬ美しゃ』が流れ始め、あれ『きいやま商店』って民謡バンドだったっけ???と思ったのも束の間、突然アップテンポの曲に変わり『きいやま商店』の3人がステージに飛び出して来ました。オープニングは彼らのノリノリのダンスで始まり、ライブのスタートからいきなり会場全体から手拍子が湧いて来ました。ダンスが終わると、彼らの自己紹介が始まりました。『きいやま商店』は石垣島出身の従兄弟・兄弟、崎枝家で結成されたエンタメユニットで、長男のリョーサ（三線・アコースティックギター・ボーカル）、次男のマスト（ガットギター・ウクレレ・ボーカル）、従兄弟のだいちゃん（アコースティックギター・パーカッション・ボーカル）の3人組です。一風変わったバンド名は、3人のおばあちゃんが石垣島で営んでいた駄菓子屋さんの名前から命名されています。彼らのステージ衣装も特徴的で、喪服の様な黒ネクタイに白いシャツ、黒の七分丈ズボン、黒の帽子にカラフルな島ぞうりのコーディネートは一度見たら忘れる事はありません。当日のステージは3人のみでバックバンドはありませんでしたが、ギターと三線だけでこんなにも分厚いサウンドが出せるのか～と感心しながら聞いていました。

中でも彼らの代表曲である『ドゥマンギテ』は、マストのガットギターによる歯切れの良いカッ

ティングと、だいちゃんのフラメンコ調のカスタネットから始まり、♪ばんちゃ まんや いんや あんや 今夜 デンサ パーシャでモーヤし、ドゥマンギテ ドゥマンギテ ドゥマンギテ ドゥマンギテ ドゥマンギテ〜♪（ドゥマンギテ 作詞：きいやま商店）と、ほぼ解読困難な石垣島方言の歌詞ですが、観客は大盛り上がりになりました。そして曲と曲の間では、お笑い芸人並みのトークで会場は大爆笑となり、いったいこのバンドは何なんだ!!!と感動していました。アップテンポの曲ばかりかと思えば、当日のライブで初披露となった『離れても家族』は、しんみりとしたフォークソング調の曲で、彼らの実生活をじっくりと聞かせる歌詞ですが、しっかりと笑いのツボも押さえていました。ラスト曲の『沖縄ロックンロール』では、観客が手持ちのタオルをグルグル回しライブは最高調に達しました。アンコール曲の『さよならの夏』では、メンバーが客席に降りて観客とハイタッチして回り、あっという間にライブは終了しました。このライブがきっかけで私は『きいやま商店』の大ファンになり、毎日の様に YouTube で彼らの曲を聞くようになりました。県内のライブには足繁く通い、彼らに顔も覚えて貰えるまでになりました。

そんなある日、外来で診察していると、突然クリニックのスタッフが驚愕の表情で診察室に飛び込んで来ました。「先生！大変です。Sさんがクリニックに來ています！」Sさんとは『きいやま商店』のマネージャーさんで、彼らのサイン入り

のポスターをクリニックまで持って来てくれたのです！当院は開業以来、掲示義務のあるポスター以外は院内に絶対貼らないルールで、スッキリとした待合室を維持していたのですが、この瞬間から当然このルールは崩れ、受付の最も目立つ所に『きいやま商店』のポスターが貼られました。それからはクリニック近くでメンバーに会っても、気さくに挨拶が出来るようになりました。『きいやま商店』繋がりですら県内のファン仲間もたくさん増えましたが、さらに昨年の全国ツアーファイナルや『きいやま商店』主催のファンミーティングでは、北は北海道、南は与那国島の全国各地のきいやまファンの皆さんと交流を持つ事ができ、フェイスブックやLINEでも盛んに情報交換が出来る様になりました。おかげで公式サイトで発表されていないスケジュールまで情報が入り、私の予定表は『きいやま商店』のライブ最優先になっています。

そんな『きいやま商店』の熱から未だ冷めない私は、彼らの曲を聞くだけでは物足りず、ポイントの貯まったアマゾンでウクレレを購入し、密かに練習に励んでいます。

『きいやま商店』は大変魅力的なバンドです。ファン層も幅広く、もう若く無い年齢の方々もたくさんおられます。これを機会に『きいやま商店』未体験の皆様は、是非 YouTube で彼らの曲を聴いてみて下さい。そしてチャンスがあれば、タオル持参で彼らのライブに足を運んでみて下さい。絶対損はしません。得します！



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	14 週	15 週	16 週	17 週	
		4/7	4/14	4/21	4/28 (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	204	231	219	260	(4.48)
RS ウイルス感染症	小児科	10	15	21	17	(0.50)
咽頭結膜熱	小児科	5	23	16	25	(0.74)
A 群溶血性レンサ球菌咽頭炎	小児科	30	46	70	63	(1.85)
感染性胃腸炎	小児科	86	108	143	159	(4.68)
水痘	小児科	6	12	9	10	(0.29)
手足口病	小児科	18	32	43	71	(2.09)
伝染性紅斑	小児科	22	29	28	39	(1.15)
突発性発疹	小児科	15	13	18	24	(0.71)
ヘルパンギーナ	小児科	3	0	2	7	(0.21)
流行性耳下腺炎	小児科	4	2	4	2	(0.06)
急性出血性結膜炎	眼科	0	1	1	0	(0.00)
流行性角結膜炎	眼科	13	14	23	16	(1.60)
細菌性髄膜炎	基幹	0	0	0	0	(0.00)
無菌性髄膜炎	基幹	0	0	0	0	(0.00)
マイコプラズマ肺炎	基幹	2	2	0	2	(0.29)
クラミジア肺炎 (オウム病を除く)	基幹	0	0	0	2	(0.29)
感染性胃腸炎 (ロタウイルス)	基幹	0	0	3	4	(0.57)

※ 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

暴力団追放に関する相談窓口

暴力団に関するすべての相談については、警察ではもちろんのこと、当県民会議でも応じており、専門的知識や経験を豊富に有する暴力追放相談委員が対応方針についてアドバイスしています。

暴力団の事でお困りの方は一人で悩まず警察や当県民会議にご相談下さい。

●暴力団に関する困り事・相談は下記のところへ

受 付 月曜日～金曜日（ただし、祝祭日は除きます） 午前10時00分～午後5時00分

TEL (098) 868 - 0893 862 - 0007

FAX (098) 869 - 8930 (24時間対応可)

電話による相談で不十分な場合は、面接によるアドバイスを行います。

「暴力団から不当な要求を受けてお困りの方は……悩まずに今すぐご相談を（相談無料・秘密厳守!）」

財団法人 暴力団追放沖縄県民会議

「医師国保組合」って ご存知ですか？

開業医又は、
開業をお考えの方
勤務医の方



こんなメリットがあります！



保険料は所得に関係なく一定額なので、収入の
高い人ほど安く抑えることができます ※1



市町村国保にない助成金をご用意しています



万一、仕事を休む場合でも傷病手当金を給付
します ※2

【加入条件】

- 沖縄県医師会の会員であり、沖縄県内に住所を有していること。
- 医療の事業又は、業務に従事していること。
- 開業医の場合、個人事業所であること。 ※3
- 医師組合員と住民票上、同一世帯に属する家族の方。 ※4
- 医師組合員の開設する事業所に勤務する従業員とその家族。 ※5

※1 加入する世帯員数によって保険料は変動します。

※2 医師・従業員組合員のみ（要加入後6ヶ月以上の資格期間）、就業不能と認められた日から15日目以降、180日を限度に支給します。

※3 後々、法人化をお考えの場合でも、「適用除外」の申請手続きをすることで引き続き医師国保に加入することができます。

※4 同一世帯の方は、社会保険に加入している方以外、全員医師国保に加入する必要があります。（一部だけ、市町村国保に加入することはできません。）

※5 法人、5人以上の個人事業所に勤務される場合「適用除外」の申請手続きが必要です。

詳細については下記へお問い合わせください。

TEL 098-888-0087

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

〒901-1105 南風原町字新川218-9（沖縄県医師会館内）

※お電話の受付は平日の8：30～17：30になります。 沖縄県医師国民健康保険組合

沖縄県医師国民健康保険組合のからのお知らせ

■医師国保組合とは

沖縄県医師国民健康保険組合は、国民健康保険法に基づき、国民健康保険を行う目的で昭和 49 年 10 月に設立された公法人で、沖縄県内で医業関係のお仕事に従事されている方を組合員とした「国民健康保険組合」です。



■加入対象者について

- ・医師 … 沖縄県医師会会員で医業に従事しており、社会保険等に参加していない方。
(※開業医、勤務医等は問いません。詳しくは組合までご連絡下さい。)
- ・家族 … 医師、従業員組合員と住民票が同一で社会保険等に参加していない方。
- ・従業員 … 医師組合員が開設する医療機関に勤務する従業員の方。

■組合の保険料について(※1人当たり)

H31 年度	国保分	後期分	介護分 (※40～64 歳)	月額保険料	年間保険料 (月額×12)
医 師	27,000	3,700	4,800	35,500	426,000
家 族	8,000	3,700	4,800	16,500	198,000
従業員	9,000	3,700	4,800	17,500	210,000

※介護分(介護保険料)は 40 歳から発生し、64 歳までは組合で徴収します。
65 歳からは市町村へ納付することになります。

■組合の保健事業について

組合では、被保険者の健康保持・増進のため、次の保健事業を実施しています。

- 半日人間ドック助成事業 … 半日人間ドックの受診費用を一部助成します。
- インフルエンザ予防接種助成事業 … 予防接種の接種費用を一部助成します。
- 健康診断助成事業 … 39 歳以下の従業員の方を対象に費用の一部を助成します。
- 育児支援事業 … 出産された被保険者の方へ、育児支援本を 1 年間提供します。

詳細につきましては、組合までお気軽にお問い合わせください

沖縄県医師国民健康保険組合

住 所：南風原町字新川218-9
TEL：098-888-0087
FAX：098-888-0089
事務局：宮城、與那嶺まで



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



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 加入：月払
加算年費 (10,000円)
月払保険料 60,000円
●基本年費 月払保険料 12,000円
※ 加入年費 2年 6ヶ月 2,000円
合計月払保険料 72,000円

設定条件を正確にください。

試算日 平成 27年 5月 7日
生年月日 昭和 50年 1月 1日
試験自年 40歳
加入申込期限 平成 27年 6月 15日
加入年費年 平成 27年 7月
加入時年齢 40歳 6ヶ月
加算払込開始生年 平成 27年 7月
年金受取開始生年 平成 52年 1月
年金受取開始年齢 65歳
払込保険料合計 25,166,000円

注意事項です。お読みください。

- ・加入申込期限は、18日の土日・祝祭日の場合は、その前日となります。
- ・「加入年費」は、加入者2人まであれば一生間受け取ることが可能です。
- ・「保険料15年」では、保険料を本人が在職期間中に納めていく必要があります。15年の満期以降については、ご遺族の方が必要受取額を支払うことができます。
- ・「保険料15年」の満期（15年）は、保険料15年を満期とさせていただきます。
- ・保険料15年納付は、当協会で納付できます。
- ・「受取年金月額」は、納付した保険料に、現在の利率（1.5%）の計算に基づいており、納付した保険料の総額に、現在の利率に基づいて計算した額が加算されます。

【受給年金】
●81コース 受給額15年 185,100円
加入年費 400,000円
●82コース 受給額15年 17,200円
加入年費 12,000円
●83コース 受給額15年 25,874,000円
加入年費 191,100円
●84コース 受給額15年 185,100円
加入年費 12,000円
●85コース 受給額15年 17,200円
加入年費 12,000円

20150601S8

////////// 日本医師会「医師年金」からのお知らせ //////////

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](#)
[重要事項の通知](#)

[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 カ月 (295 回)

合計月払保険料 72,000 円

受給年金

● B1コース

加算年金

保証期間15年 86,500 円

基本年金

保証期間15年 17,300 円

65歳

80歳

受取月額

103,800 円 103,800 円

15年受取総額 18,684,000 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

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 カ月

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、受取開始時にお決めいただきます。

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。現在は年利率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。

● 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

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

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

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。

- 115 (701) -

講演会・例会のご案内

(6月10日～8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	嗄声	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	肉眼的糖尿	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	CC・単位	問合せ先 参加費
06/11 (火) 19:00	沖縄県医師会館	沖縄腎フォーラム定例会 (日医生涯教育講座) ①文献紹介・抄読会 ②定例検討会	①未定(未定) ②未定(未定)	①9)0.5単位、 15)0.5単位 ②1)0.5単位、 73)0.5単位	沖縄腎フォーラム 松原 隆 098-851-3077 参加費 なし
06/13 (木) 19:30	那覇市医師会館	第3回 学術・生涯教育講演会 (日医生涯教育講座) ①急性・慢性心不全診療の実際 ②肺高血圧症診療の実際	①當間 裕一郎 先生(琉球大学 医学部附属病院 第三内科) ②池宮城 秀一 先生(琉球大学 医学部附属病院 第三内科)	①19)0.5単位、 24)0.5単位 ②45)0.5単位	那覇市医師会 事務局(上地) 098-868-7579 参加費 なし
06/14 (金) 19:00	沖縄県医師会館	Sleep Seminar (日医生涯教育講座) ①(仮)不眠症治療のアップ デート～新しい睡眠薬の 使い分けと不眠の認知行 動療法～ ②(仮)総合病院で広がり始 めた睡眠医療の意識改革 ～高齢者のせん妄・転倒 対策と新たな処方設計～	①普天間 国博(医療法人社団輔 仁会嬉野が丘サマリヤ人病院) ②平 俊浩(福山市民病院精神科 ・精神腫瘍科科長)	①20)0.5単位 ②69)1.0単位、 20)0.5単位	MSD (株) 中村 梨香 080-5888-4393 参加費 なし
06/15 (土) 14:00	沖縄県医師会館	沖縄県認知症疾患医療セン ター主催研修 (日医生涯教育講座) 臨床に役立つ認知症の神経心 理アセスメント	松隈 憲吾 他1名(琉球大学医学部 附属病院)	29)1.0単位	沖縄県認知症疾患医療セ ンター 事務:玉城 098-895-1765 参加費 なし

//////////////// 講演会・例会のご案内 //////////////////

開催日	場所	名称	講師	CC・単位	問合せ先 参加費
06/26 (水) 19:30	沖縄県医師会館	沖縄消化器内視鏡会6月例会 症例提示およびミニレクチャー	未定(那覇市立病院)		浦添総合病院 譜久村 由美子 098-878-0231
07/13 (土) 19:00	ホテルロイヤルオリ オン	第54回沖縄県耳鼻咽喉科医会 講演会 (日医生涯教育講座) ①耳鼻咽喉科領域における異 物について ②難聴からみためまい疾患	①鈴木 幹男(琉球大学大学院医 学研究科耳鼻咽喉・頭頸部外科 学講座教授) ②小松崎 篤(東京医科歯科大学 名誉教授)	①0)1.0単位 ②31)1.0単位	沖縄県耳鼻咽喉科医会 新濱 明彦 098-936-4035 参加費 なし
07/20 (土) 14:00	沖縄県総合福祉セ ンター	第8回沖縄リハビリテーション栄養 研究会 (日医生涯教育講座) ①摂食嚥下障害の評価と訓練 ②食から整える排便ケア	①戸原 玄(東京医科歯科大学歯 学部高齢者歯科分野准教授) ②西村 かおる(日本コンチネン ス協会会長)	①47)0.5単位、 49)0.5単位、 80)0.5単位 ②22)0.5単位、 54)0.5単位、 55)0.5単位	ちゅうざん病院 吉田 貞夫 098-982-1346 参加費 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:8月10日～10月9日迄の講演会例会等が決まれば、6月25日迄に業務1課(098-888-0087)へご一報下さい。

//////////////// **お 知 ら せ** //////////////////

沖縄県医師会会費減免制度について(ご案内)

本会では高齢・疾病・出産育児等の事由による会費減免制度を設けております。
下記減免手続き等、詳細については本会事務局までお問い合わせください。

減免事由	疾 病	出産・育児	研修医	高 齢
対象者	傷病等により医療機 関を1か月以上にわ たって閉鎖若しくは診 療に従事しない会員	出産された(これから 出産予定の)女性会員 で、出産・育児休業取 得者(日医は休業取得 ・未取得は問わない)	初期研修医	年齢が満77歳に到達 した会員
減免期間	閉鎖若しくは診療に従 事しなくなった翌月か ら再開若しくは再従事 するに至った月まで。 その期間に応じ、月割 計算の方法によって算 出した額が免除となる	出産した日の属する 年度の翌年度1年間 例:平成29年4月1日 に出産した場合→ 平成30年度が減免	医師法に基づく研修 医の期間	年齢が満77歳に到達 した翌月から免除。 但し、2名以上の医師 がいる施設において は、1名はA会員の会 費を納入する
申 請	必 要	必 要	必 要	不 要
添付書類	診断書	母子手帳の写	不 要	不 要

※本減免制度の利用を希望する場合は、当該年度の1月末までに申請ください。

【問合せ先】 沖縄県医師会 経理課 TEL: 098-888-0087

令和元年度 産業医研修会案内

令和元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)

令和元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
終了	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
終了	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)産業医活動実施に向 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 質のリスクアセスマ 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、時間厳守でお願いします。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

～産業保健研修かわら版(前期)～

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。

〒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

TEL098-859-6175 FAX098-859-6176



さんぽセンターおきなわ

本研修会は無料です。

※キャンセルの場合は御連絡下さい。

●産業医研修(生涯研修2単位:「産業医学研修手帳(Ⅱ)」をご持参ください。)

検索

【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 マ	内 容	講 師	研修会場
終了	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
終了	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
終了	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
終了	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技法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を体験します。	清水 隆裕 (産業医)	303室
終了	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
終了	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安全衛生法(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、関係する労働安全衛生法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

※キャンセルの場合は必ず御連絡下さい。

申 込 書

FAX 098-859-6176

フリガナ氏名	研修会番号	1. 2. 3. 4. 5. 6. 7. 8. 9. 10. 11. 12. 13. 14
所属機関(事業場名)	所属部署	
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	メルマガ配信希望の方	eメールアドレス
FAX番号		

※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 令和 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 ① 50人～99人 ② 100人～149人 ③ 150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

災害医療研修会のご案内

2019 年度沖縄県医師会災害医療研修プログラム

沖縄県医師会では、東日本大震災や熊本地震等の教訓を活かし、次の大規模災害に備えた姿勢の整備として、平成 26 年度より災害医療研修プログラムを実施しております。

2019 年度の開催プログラム(一部未定あり)が決定いたしましたのでお知らせいたします。

各コースへの受講申込は、下記により FAX(098-888-0089)にてお申込みください。

No	日時	プログラム(案)	研修形態
1	7 月 20 日(土) 15:00-17:00	地域医療本部の立ち上げと運営	講義+図上
2	9 月 5 日(木) 19:30-21:00	J-SPEED、EMIS の入力	講義+演習
3	10 月 17 日(木) 19:30-21:00	メンタルヘルス・DPAT	講義
4	10 月 31 日(木) 19:30-21:00	医療救護所の運営と巡回診療	講義
5	調整中	公衆衛生(DHEAT の視点から)	講義

- 会場は、沖縄県医師会館 3 階ホールを予定しております。

----- 参加申込票 -----

- FAX:098-888-0089 参加希望の研修番号に○印を付け、お申込みください。

申込番号	1 ・ 2 ・ 3 ・ 4 ・ 5
施設名	
氏名	医師・看護師・業務調整員・その他

～ICLS コース開催のお知らせ～

ICLS(Immediate Cardiac Life Support)コースとは、最新の心肺蘇生ガイドラインに基づいた二次救命処置について学ぶ日本救急医学会認定のトレーニングコースです。成人の心肺停止に的をしぼり、最初の10分間に行うチーム医療を、シミュレーション実習を通して学びます。今年度、開催期日が決定しましたのでお知らせします。

名称	時間	実施場所
第65回 新おきなわICLSコース (終了)	5月19日(日) 9:00～18:00	おきなわクリニカル シミュレーションセンター
第66回 新おきなわICLSコース	7月14日(日) 9:00～18:00	おきなわクリニカル シミュレーションセンター
第67回 新おきなわICLSコース	1月25日(土) 9:00～18:00	名桜大学
第68回 新おきなわICLSコース	3月1日(日) 9:00～18:00	おきなわクリニカル シミュレーションセンター
✚ 各コースとも受講料(昼食代込、テキスト代別)は、医師・歯科医師 8,000 円、コメディカル 6,000 円を予定しています。		
✚ 各コースとも募集は2ヶ月前に以下リンク先に掲載されますので、お申込み下さい。		
✚ 沖縄県医師会 http://www.okinawa.med.or.jp/html/kyukyu/kyukyu/kyukyu.html		
✚ おきなわクリニカルシミュレーションセンター http://okinawa-clinical-sim.org/course.html		
✚ 受講選考については、これまで通り申し込み順ではなく、施設間のバランスやインストラクターの参加状況を踏まえ、決定することになりますので、ご了承ください。		
・問い合わせ先: trees@me.au-hikari.ne.jp (沖縄 ER サポート 林 峰栄)		
・問い合わせ先: 沖縄県医師会事務局 業務1課(崎原)		
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： ☐ 那覇 ☐ 南部 ☐ 中部 ☐ 北部 ☐ 離島 第2希望： ☐ 那覇 ☐ 南部 ☐ 中部 ☐ 北部 ☐ 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



労務管理者向け勤務環境改善セミナー開催のお知らせ

ご承知のとおり、改正医療法において、医療機関の勤務環境改善が各医療機関の努力義務として位置づけられたことに伴い、沖縄県医師会（沖縄県医療勤務環境改善支援センター）では、平成 27 年度よりみだしセミナーを開催しておりますが、今年度も引き続き、職場環境改善に必要な知識の習得・啓発に向けたセミナーを下記のとおり開催いたします。本セミナーでは、終了後、医療機関からの無料相談会も実施しております。

参加ご希望の方は、各セミナー番号に○印を付け、必要事項を記載の上、FAX（098-888-0089）にて各日程の 2 週間前までにお申し込み下さい。

	日時	時間	プログラム
1	6 月 10 日（月）	13:30 ～ 15:30	「平成 31 年度 働き方税制を活用して進める医療機関の勤務環境改善」 （働き方改革関連法施行に伴う企画 1 回目）」 講師：県担当者、名城 志奈（アドバイザー社労士）
2	7 月 22 日（月）	13:30 ～ 15:30	「働き方改革に伴う法改正の実務 ～年次有給休暇について」 （働き方改革関連法施行に伴う企画 2 回目）」 講師：比嘉 太（アドバイザー社労士）
3	8 月 5 日（月）	13:30 ～ 15:30	「働き方改革に伴う法改正の実務 ～残業規制について」 （働き方改革関連法施行に伴う企画 3 回目）」 講師：村上 礼子（アドバイザー社労士）
4	9 月 9 日（月）	13:30 ～ 15:30	「ここがポイント、平成 31 年度の助成金をまるっと紹介」傾向と対策 講師：名城 志奈（社会保険労務士）
5	10 月 21 日（月）	13:30 ～ 15:30	「PDCAで進める、医療機関の勤務環境改善の実践（仮）」 内容：ワーク・ライフ・バランス推進リーダーに役立つ事例と ワークショップ
6	11 月 11 日（月）	13:30 ～ 15:30	「働き方改革をすすめるための労務管理のポイント！（仮）」 内容：医療機関における働き方改革を進める際の課題について 最新の情報提供を行います

📌 セミナー対象者は、労務管理者、または今後そうした立場になる可能性のある方、職場環境改善に関わる方などを含みます。申込が複数いる場合はコピーをご利用下さい。

📌 セミナー開催場所は、沖縄県医師会館（南風原町市新川 218-9）で開催いたします。

参加申込票

参加希望の研修番号に○印を付けてください。

申込番号	1	2	3	4	5	6
施設名						
職氏名						

沖縄県医師会事務局
沖縄県医療勤務環境改善支援センター 久場
TEL: 098-888-0087 FAX: 098-888-0089

ご存知ですか？

平成26年10月施行の改正医療法により、病院または診療所の管理者は、医療従事者の勤務環境改善等への取り組みが努力義務化されました。

将来にわたり質の高い医療サービスを提供していくためには、医療従事者が健康で安心して働くことの出来る環境整備が必要です。

沖縄県医師会

医療勤務 環境改善 支援センター

平成27年3月2日より沖縄県医師会事務局内にみだし支援センターを開設しました。

本センターには医療勤務管理アドバイザー（社会保険労務士）及び医業分野アドバイザー等を配置し、医療機関の自主的な勤務環境改善に必要な支援を行います。

まずは「できるところから」始めてみましょう

相談

情報
提供

助言

支援

医療勤務
環境改善に
関する研修会

労働時間管理（働き方・休み方等）
労働安全衛生（スタッフ健康支援）
施設環境整備（ハード・ソフト）
キャリア形成支援等

診療報酬制度面
医療制度・医療法制度面
組織マネジメント・経営管理面
各種補助メニューの活用提案

お問い合わせ

TEL:098-888-0087

沖縄県医療勤務環境改善支援センター 〒901-1105 南風原町字新川218-9
FAX:098-888-0089 平日9時～17時（土・日・祝祭日・年末年始除く） 沖縄県医師会事務局内

いきいき働く医療機関サポートWeb <http://iryoku-kinmukankyou.mhlw.go.jp/>

【医療勤務環境改善の手順】

勤務環境改善をしたい
A病院

相談

医療機関のニーズに応じた相談、専門家派遣等

医療勤務環境改善支援センター

派遣等

医療労務管理
アドバイザー
(社会保険労務士)

医療分野
アドバイザー

A病院
勤務環境改善チーム発足

アドバイザーの専門的な指導を受けながら、勤務環境改善に努める

日本医師会 勤務医の健康支援に関する検討委員会
勤務医の労務管理に関する分析・改善ツール
http://dl.med.or.jp/dl-med/kinmu/kshien_tool201403.pdf

勤務医の労務管理チェックリスト

- [1] 労働時間管理に関する勤務医への周知
- [2] 労働時間の適正把握
- [3] 労働時間・休憩・休日の取り扱い
- [4] 時間外・休日労働協定(36協定)の締結と運用
- [5] 割増賃金の取り扱い
- [6] 勤務医の安全と健康の確保
- [7] 女性勤務医の就労支援

勤務医の労務管理チェックリスト分析チャート

[1] 労働時間管理に関する勤務医への周知

PDCAサイクル

P
計画

D
実施

C
評価

A
見直し

Plan 方針表明・組織づくり

Do 自己評価「自主監査」・改善策選定・自主ルール作成

Check 運用と評価

Act 定期的な見直し

沖縄県医師会事務局 沖縄県医療勤務環境改善支援センター 行

お問い合わせ TEL:098-888-0087 FAX:098-888-0089

無料

沖縄県医療勤務環境改善支援センター利用申込書

記入日：令和 年 月 日

所属機関			
連絡先	TEL	内線	
担当者氏名			
希望相談支援内容	医療労務管理面 ・ 医療経営面		
相談方法	電話相談 ・ 訪問相談 ・ 来所相談		
希望日	平成	年	月 日

沖縄県医師会

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) …の番号を付してください。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、開業顚末記等）

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

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 29 年 7 月 1 日より

すっかり夏らしい陽気になってまいりましたが、皆様はいかがおすごしでしょうか。今月の表紙の写真は、もとぶ野毛病院の堀川恭平先生の撮られた写真「平和の礎」で、6月23日の慰霊の日にふさわしいものです。

今月の内容はまず、琉球大学の病院長の任期満了による交代に伴い、沖縄県医師会の理事も藤田次郎先生から大屋祐輔先生に変わることになり、おふたりの退任の挨拶と就任の挨拶が始まります。藤田先生おつかれさまでした。また大屋先生これから宜しくお願いします。次の記事は沖縄県医師会勤務医部会のシンポジウムで勤務医の働き方改革～他職種へのタスクシフト～です。琉球大学病院、県立南部医療センター、沖縄赤十字病院、浦添総合病院の4病院の取り組みを発表してもらいました。ここ20年ほど増える一方であった勤務医の膨大な仕事量を、他職種をうまく活用することによって負担を軽減できないかとさまざまな工夫をされていることがみてとれました。赤十字病院では鏡視下手術のスコーピストを一部臨床工学技士に任せることによって外科医の業務の軽減を試みています。また浦添総合病院では看護師、薬剤師、臨床検査技師など多職種にわたってすでにタスクシフトが行われ、今後さらにその業務を増やす予定です。一方、県立南部医療センターでは医療事務補助者が診断書、診療情報提供者の下書き、外来で医師の陪席で診療録、オーダーの代行入力など多岐にわたる業務をこなしています。しかし地方公務員法、地方自治法の一部が改正されることで、これまでの嘱託職員がなくなり大幅に人件費が増えることが予想されるためこの体制の維持が困難となることが予想されます。結局、勤務医の業務負担軽減は各病院の役割分担が不可欠であると思われました。マスコミとの懇談会のタイトルは「そのチャイルドシートで子どもを守れますか」で小濱守安先生の講演がありました。道路交通法で、6歳未満児が車に乗る場合チャイルドシー

トが義務付けられ、使用しないと死亡重症率が2.3倍、致死率が4.8倍に増えることを初めて知りました。子供にとって最も安全な座席は後部座席であり、後ろ向きに座らせるほうがいいことやその理由など、医師だけではなく広く一般の人にも知っていただきたい内容となっています。生涯教育では河島光彦先生らによる、多発性脳転移に対する海馬保護・同時ブースト全脳照射の検討です。8例の多発性脳転移の患者に施行し、うち3例は約1年を経過しても脳転移は消失しており、副作用の認知機能障害を認めないという素晴らしい成績でした。

プライマリ・ケアコーナーは内間庸文先生が「慢性便秘症ガイドライン2017」に基づく便秘の基本的な理解と新たな治療について解説しています。定義や分類や疫学から特に治療に関して最近発売された薬も含んでわかりやすく解説されています。

インタビューは沖縄県医師会警察医部会部会長の山城千秋先生のお話を伺っています。月間行事は歯と口の健康週間（6月4日～10日）について加藤真由美先生に解説していただき、もうひとつは依存症治療の新しい流れ「ハームリダクション」から見た「ダメ。ゼッタイ」について小松知己先生に解説してもらっています。ハームリダクションとは薬物の使用量は減らなくても、健康、社会、経済上の悪影響を減少させることを目的としたプログラムです。治療の継続を最重視し、ドロップアウトを避けるようにする。この姿勢はアルコール依存症や糖尿病などの慢性疾患に対するものと似たところもあるような気がします。最後に随筆では長嶺信夫先生のスリランカのお話、小宮一郎先生のヘリコバクターピロリが周知される前の貴重な体験、城間和郎先生のきいやま商店への愛あふれる話などもりだくさんの内容となっています。

広報委員 古堅 善亮