

かがやく

— あなたも、わたしも —

特集 人まかせにしていますか？
健康管理は自立の第一歩

連載 かがやく個性たち

人まかせにしているませんか？

健康管理は自立の第一歩

人間には生まれつきの生物学的性別があります。男性女性それぞれに見られる特有の疾患や病状など、医学的な観点から適切な診断と治療を行っていかうというのが「性差医療」です。性差を考慮した医療を進めることは、女性のみならず男性にとっても、自分の性の特性を踏まえて、より適切できめ細かい診療や投薬などの診療サービスをうけられる可能性が高まるという大きな効用があります。

【女性外来】を知っていますか！

現代社会に生きる私たちは、その急激な環境変化に対して女性ゆえに抱える過度のストレスなどがホルモンバランスの変化をもたらし、「不眠」「いらいら」「頭痛」「肩こり」「疲れやすい」「動悸」「めまい」など心身の健康状態に影響を受けます。また、更年期に多い発汗やほてり、更年期を過ぎる頃からの骨粗しょう症・動脈硬化性疾患の発症は、女性特有の疾患としてよく知られています。様々な症状に、病院でどの科の診療を受けたらいいのか迷われた経験はありませんか。男女共同参画社会の実現が叫ばれてから、性差医療が着眼されました。女性だけを診察する【女性外来】を設置する病院が増えつつあります。

千葉県では、全国の県立病院に先駆け、平成13年9月に県立東金病院に女性医師による女性専用の外来診療を開設し、患者個々に対応した適切な医療を提供しています。その後【女性外来】を設置した病院を紹介します。

積極的に受診して、健康で明るい人生を送りましょう。

当市周辺で【女性外来】を設置している主な病院

★松戸市立病院	松戸市上本郷 4005	☎ 047-363-2171
★船橋市立医療センター	船橋市金杉 1-21-1	☎ 047-438-3321
★東京歯科大学市川総合病院	市川市菅野 5-11-13	☎ 047-322-0151
など		
*詳細はお問合せください。		

【男性外来】を知っていますか！

千葉県衛生研究所所長の天野恵子さんは「女性外来が各地に増え、性差や個人差に応じた医療が注目されるようになってきました。臓器別でなく、身体を総合的に診てもらいたいという声は男女とも強い。その結果、男性外来も増えているようです。」と話しています。

最近では、女性特有のものと言われてきた更年期障害が男性にもあることが認知されてきています。30歳後半から50歳代のストレスの多い働き盛りの男性に発症することが多いそうですが、女性のように急激な変化や症状がでるわけではありません。男性ホルモンの低下に伴い肉体・精神的な変化が徐々に進行していく病気なので本人も気付かないことがあります。健康診断や人間ドックで異常が見つからないのに「疲れやすい」「眠れない」「何となく不安」「集中力が続かない」など健康に漠然とした不安を感じながら心身の不調を抱える男性の受け皿として【男性外来】が各地に増えてきています。千葉県内には残念ながらまだ設置はされていませんが、インターネットで検索すると全国には設置されている病院も多くなってきました。

我孫子市の成人保健事業

我孫子市でも男女の成人健診が行なわれています。集団検診（会場：保健センター）や市内の委託医療機関で受診することができます。

年齢	性別	男 女 共	男性のみ	女性のみ	費用
20歳以上				子宮がん検診（個別・集団） 問診、視診、子宮頸部細胞診 （必要に応じ子宮体部細胞診） 骨粗しょう症検診 （20～70歳のうち5歳刻みの女性、 集団検診のみ） 問診、骨密度測定	有料
30～39歳				乳がん検診（①②どちらか選択） ①問診、視診、触診（個別検診のみ） ②問診、超音波検査（集団検診のみ）	有料
40歳以上		大腸がん検診 問診、便潜血検査 （個別検診のみ） 肝炎ウイルス検査 問診、血液検査 （個別検診のみ）	胃がん検診（前期） 問診、胃部レントゲン検査 （集団検診のみ） 肺がん検診	乳がん検診（①②どちらか選択） ①問診、視診、触診（個別検診のみ） ②問診、マンモグラフィ検査（個別・集団）	有料
50歳以上			前立腺がん検診 問診、血液検査 （個別検診のみ）		
65歳以上		結核・肺がん検診（無料）			

詳細は健康づくり支援課（保健センター）へお問い合わせください。（☎7185-1126）



川原寛子さん
〔(株)日進産業千葉支店 警備員〕

★警備のお仕事を選ばれた動機と勤務年数を聞かせてください。

デパートの販売員をしていましたがリストラにあい、丁度その頃「(株)日進産業」で女性の警備員を募集していて、興味を覚え応募しました。そして我孫子市役所に配属され、今年3月で7年になります。

★どのようなお仕事ですか？

主な仕事は、3旗(国・県・市)の掲揚・降納と、午前中は職員玄関窓口で受付・案内業務、午後は1時から4時までの間30分交代で庁舎外を警備のため巡回しています。早朝と午後5時以降の電話の取次ぎも重要な仕事です。現在、男性4名と女性1名で勤務体制をとっています。私は月曜から金曜までの勤務で本館・西別館に駐在しています。時には夜間の勤務もあります。

★仕事上で心がけていることがありますか？

市役所内の配置(各部課の名称等)を把握して、親切な庁舎案内や、郵便等の受理・伝達・伝言など正確な仕事を心がけています。また、年4回研修も受けています。

★男性の中で女性一人ですが、困ったことや仕事をしてよかったことなどありますか？

性別に関係なくできる仕事だと思います。女だからと意識したことはありません。この仕事で「案内」は当然のことですが、お礼を言われるとうれしいですね。正面玄関にあるATM機を利用する年配の女性から「守衛さんがいて安心なので遠いけどここまで来るのよ」と聞いたときは、この仕事をしてよかったと思いました。

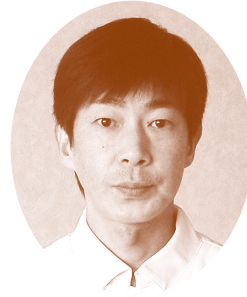
★お休みの時の楽しみは何ですか？

子どもたちもそれぞれ自立しているので、休みの日は趣味のガーデニングをしています。

★後輩たちへエールを

大事なことは、「健康管理」。それと女性だからできないではなく、やればできるの気持ちで、チャレンジをしてほしいと思います。

今回は、市役所で警備員として活躍している川原寛子さんと、市内病院で看護師として働いている小澤浩幸さんに、登場いただきました。



小澤浩幸さん
〔平和台病院 看護師〕

★これまでの簡単な経歴を聞かせてください。

看護師としては5年目。他院にて呼吸器外科で働いた後、当院の外科病棟で勤務しています。以前は外資系証券会社の資金部に10年勤務していました。

★看護師を目指されたきっかけは何ですか？

高校時代、看護師になりたいという希望は持っていましたが、当時は男性を受け入れてくれる学校がなく一度あきらめてしまいました。社会人8年目の時に腎臓を悪くし入院したのと、同時期に叔父を癌で亡くしたのをきっかけに、看護師になろうと決め、看護助手を2年間しながら受験勉強をし、看護学校のレギュラーコースに合格し、資格を取りました。

★大変重要で責任の重い仕事だと思いますが、お気持ちを聞かせてください。

自分が行った行為で、生死に関わる場合も多いので常に緊張感と責任を要求されます。また、疾患の状態だけではなく、患者様の精神的な部分でのフォローやアドバイスも重要ですので言葉を配慮し話すように心がけています。患者様が元気で退院される時や、逆に患者様の一言に救われる場合も多く、この仕事ならではの喜びもあります。

★勤務から離れた時は何をしていますか？

委員会での資料作りや、看護学校から国家試験対策の依頼があったりと家ではパソコンに向かって時間が多いですね。休みの時は好きな音楽や映画を観たりしていますが、疲れて寝ている事が圧倒的に多いです。

★後輩たちへエールを

まだまだ一般病棟で働く男性看護師は少ないので、良い意味でも悪い意味でも目立つ存在です。男性故にぶつかる壁も多いかと思いますが、専門性と知識を生かして患者様に関わっていける仲間がどんどん増えてくれれば嬉しいです。そして看護の仕事は辛いことだけではなくやりがいもあり、楽しいものなのだと思って欲しいですね。

編集後記

男女とも、自分のからだはひとまかせではなく自分で管理する。80歳まで生きることが普通になってきた「いま」の上手な生き方のような気がしました。
(H. S.)

