

◆往診車が新しくなりました

7月初旬から、往診車が新しくなりました。今まで乗っていたインサイトの走行距離が20万kmを超え、やや老朽化してきたので買い替えました。今度の車はマツダCX-30のディーゼルで、色はまたしてもレッド。今までよりも少し大きいのですが、特に運転していて違和感はありません。既に目ざとく気づいた方もいるようですが、引き続き安全運転で行きたいと思いますので、よろしくお願いします。

◆8・9月の休診予定

- ◆ 8月23日（土）午後休診します。
- ◆ 8月30日（土）午前午後とも休診します。
- ◆ 9月13日（土）午後休診します。（午前は11時30分まで）

●診療時間のご案内

	月	火	水	木	金	土	日
午前 8:30-12:00	○	○	○	○	○	○	×
午後 4:00-6:00	○	×	○	○	○	○ 1:00-3:00	×

現在、自宅にて在宅医療を受けている患者さんは約40名です。
在宅療養を希望される方、通院が大変な方など、ご相談下さい。

岡田内科循環器科クリニック

総合内科専門医・循環器専門医 岡田 恒弘

酒田市東大町3丁目38-3（チャンピオン酒田店向い）

TEL 21-3715 <https://okadaclinic-sakata.amebaownd.com>

X(Twitter) @okadaclin_sakata

酒田 岡田クリニック

検索



岡田クリニック からのお願い

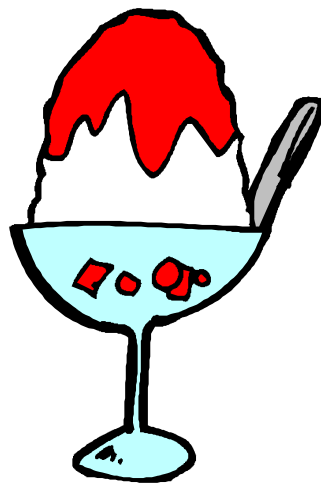
第161号 2025年8月

●暑い、暑い、暑すぎる！

異様に早く梅雨明けし、その後は暑い日が続いている今日この頃ですが、皆さん元気でお過ごしでしょうか？最近では毎年猛暑となっていますが、今年も例外ではなく、真夏日や猛暑日のオンパレードとなっています。今年は雨がかなり少なく、ダムの水位は低下してきており、最上川河口の塩分濃度も上がってきているそうです。鶏が夏バテで死んだり卵を産まなくなったり、農作物も変色したりと、かなり厳しい状況となっています。

当然の事ながら、人間も夏バテ、熱中症になる方がかなり多くなっています。「熱中症じゃないかと心配で来ました」と食事食べて、普通に歩いてきた方は全く熱中症らしくありませんが、夏バテにならないように次のような点に気をつけましょう。

- ◆ しっかり食べて、しっかり眠る、これが体調をくずさないために一番大切なことです。毎日の生活のリズムが乱れると、どうしても疲れやすくなります。子供も大人も、無理をせず、意識して規則的な生活をこころがけましょう。
- ◆ 日中の日差しの強い時間帯はなるべく外に出ないで、屋外の仕事は朝夕の涼しい時間にしましょう。
- ◆ 食事がとれなくなると衰弱した場合には、点滴治療などが必要になります。特に高齢者の場合はすぐに脱水になりやすいので、具合の悪いときには早めに治療を受けるようにしましょう。
- ◆ 冷房は強くかけすぎないようにしましょう。



**●8月13日（水）から16日（土）まで
お盆休みにて休診します。**

●医療機関の倒産・廃業が増えています

毎月ものすごい数の商品が値上げされており、米を筆頭として、卵やお菓子、調味料などほとんどの物が、以前よりはるかに高い価格となっています。しかし、医療費は全く変わっていません。これは、保険診療の診療報酬という公定価格が2年に1度しか改定されず、しかもその価格は国が決めているため、勝手に変更する事ができないためです。医療機関も当然のことながら電気や水道、灯油などを使用しており、また注射器や消毒液、コピー用紙などの消耗品もたくさん使います。これらの価格は当然上がってきており、かなりの出費増となっています。また、他の業種では給料も上がってきていますので、職員の給与も上げていく必要があります。診療報酬は昨年の6月に改定され、内科を中心に大きく点数が下がり、かなりの収入減となっているのですが、この状況でさらに支出が増えて医療機関の経営状態は悪化しており、倒産や廃業するところも増えてきています。

今年は診療報酬の改定はないのですが、臨時に改定をして医療機関の経営状況を良くしてほしいとの要望がかなり多く出されました。しかし、厚労省と財務省は全く応じる気配はなく、医療費を削る事しか考えていないようです。医療機関がどんどん潰れて、国民が適切な医療を受けられなくなっても構わない、それよりも医療費を抑制する事が大切だと、本気で考えているようです。これでいいのでしょうか？

先日、世界の平均寿命が発表され、日本は女性が87.13歳で世界1位、男性が81.09歳で世界6位でした。かたや国民1人あたりの医療費はOECD38か国中15位と低く、また人口あたりの医師数は世界31位といった有様で、この結果は安い医療費と少ない医療従事者の献身的な努力によってもたらされたものです。

「働き方改革」が様々な業種で行われてきており、宅急便の到着が遅くなったり、バスの運転手が確保できずに修学旅行の日程が変更になったりといった事が起きています。医療業界も例外ではなく、時間外労働の規制が行われるようになってきました。それ自体はもちろん望ましい事なのですが、ただでさえ医師が足りない地方の医療機関では、当直や時間外を回すことができなくなり、日中の検査や手術を減らす必要が出てきて、さらに経営状態は悪化するでしょう。ガンの手術が半年待ちになったり、具合が悪くて深夜に受診しても、「本日は対応できる医師がもういませんので、明日また来院下さい」という事が本気で起きるかもしれません。

◆いわて銀河ウルトラマラソン 100 k m 完走！

6月8日に開催された、いわて銀河ウルトラマラソン 100 k mに今年も参加してきました。前日に山形市の会議に出てから車で北上市に入り宿泊、翌朝 2 時に起床してスタート会場に向かい、4 時にスタート。天気は晴れで気温も上がり、直射日光も結構強くて、なかなか大変なコンディションでしたが、何とか関門をクリアし無事に完走する事ができました。当日運転して帰るのは危険なので、北上市にもう 1 泊して翌日 5 時前に出発、約 3 時間運転して酒田に戻り、そのまま診療を行いました。これで 2 年連続完走したので、来年は同じ日に開催される予定の会津磐梯山ウルトラマラソンに出てみようかと思っています。



◆野沢温泉マウンテントレイル 37 k m 完走！

7月20日に長野県の野沢温泉で開催されたトレイル 37 k mに出場し完走しました。前日午後に車で野沢温泉まで 350 k m、4 時間半のドライブでした。当日は朝から快晴で暑く、9 時にスタート、最初の 6 k m は野沢温泉をぐるぐる回り、その後は林道から山道に入り 3 時間半で第 1 エイドへ到着。水シャワーを浴び、コーラをがぶ飲みして下りに入りましたが、時々登りもあり、また直射日光が強くてかなり疲れ、第 2 エイドに到着する頃にはへろへろで、本気でリタイアを考えました。関門時間まで 30 分あり、かぶり水とコーラ、オレンジなどで少し復活したので、リタイアせず続けることにしました。30 k m 手前で 500 m を登る山があるのですが、これがとにかく辛く、ゆっくりしか登れませんでした。何とか山頂にたどり着き、林道と車道を少し走って 8 時間 43 分ほどで感激のゴール、久々にかかなり辛いレースでした。連休だったのもう 1 泊して、翌日野沢温泉を少し散策してから帰りましたが、2 日間は足が痛くて、階段をまともに降りられませんでした。