

健康一口メモ  
震災時の歯科医療

石川 歯科医院 石川 和史 先生



今回の地震において、被災された皆様  
に心よりお見舞い申し上げます。  
震災時、歯科医師として何が出来るか、  
阪神大震災を参考にして、少し考えを述  
べさせていただきます。  
震災直後は、救命救急医療が優先され、  
数日後には歯科医療要求が始まります。  
人間は、大きな災害のあと、ショック状  
態から落ち着きを取り戻すと、食べるこ  
との大切さに気づきます。  
被災地での歯科需要は、第一は義歯を  
失った人々によるもの、第二は、長引く  
避難所生活で体調を崩した人々のむし歯  
や歯周病の治療ですが、歯科は特殊な薬

品や切削器具が必要な  
ことから、被災地や避難所で通常の治療  
は困難です。しかし、阪神大震災でも、  
今回の地震でも、ボランティアの歯科医  
師が活躍しました。一例として、避難さ  
れた時、杖をつかないと歩けなかった方  
が、入れ歯が入ったとたんに杖なしで歩  
けるようになり、表情も豊かでハリが出  
て、涙を流して喜んでくれたそうです。  
ここに歯科治療の原点を感じずにはいら  
れません。しかし、一番の問題は、歯科  
が災害医療に加わっていないことです。  
困った人を助けるのに、即座に行動で  
きる医療体系の確立を切に望みます。

こちら診療所

所長 宮崎 武文

家庭内血圧測定について

白衣高血圧といって、普段は血圧が高  
くなくても、診療所などの医療機関で血  
圧を測定すると高い数値がでてしまう方  
がいます。これは緊張やストレスでも血  
圧は高くなるためです。このため、高血  
圧で診療所に通院されていらつしやる方  
や、健診で血圧が高めの方はぜひ自宅で  
も血圧を測定するようにしましょう。家

庭内での血圧の値の方が、お菓の調整、  
血圧のコントロールにより参考になる場  
合があります。毎日でなくてもよいので、  
できるだけ朝夜の2回（朝食の前、就寝  
前）に測っていたくようお願いします。  
また、通院中の方につきましては、血圧  
の記録用のノートが診療所にありますの  
で、必要な方は適宜お申し出下さい。  
〈整形外科外来のお知らせ〉  
今月は10日と24日です。  
〈休診のお知らせ〉  
毎週火曜日の午後は研修のため休診と  
させていただきます。

思いやりのある良質で信頼される医療を目指して

新任医師紹介

～公立刈田総合病院紹介～ ☎ 25-2145

整形外科医師 森 優

4月1日付けで公立刈田総合病院整形外科に赴任  
した森優です。

整形外科の中でもいろいろと分野が分かれており、  
私の専門は関節外科と関節リウマチです。

私は、地域の病院の整形外科医の仕事で最も重  
要な部分は、ご高齢の患者さまの大腿骨頸部骨折な  
どに代表される、整形外科的外傷の治療と考えており  
ます。こちらの医療圏の諸先生方と広く連携して、  
骨折など外傷の手術を速やかに行っていくように  
努力したいと考えております。

膝関節などの慢性的な関節の  
疼痛、手足の腫脹、変形などに  
してもご相談ください。



■4月1日「回復期リハビリテーション病棟」開設

「回復期リハビリテーション病棟」は、脳血管疾患・  
下肢の骨折などの方々を対象として集中的にリハビ  
リテーションを行い、自宅退院に向けて準備する専  
門病棟です。

専門病棟の開設により、日常生活能力の向上を目  
指し、医師・看護師・理学療法士・作業療法士・言  
語聴覚士・医療ソーシャルワーカーなど他職種のス  
タッフが共同で、患者さまがより充実した生活を送  
れるよう支援します。

入院の申し込み方法などの詳細は、同院地域医  
療連携室にお問い合わせいただくか、またはホーム  
ページ「地域医療連携」の「回復期リハビリテーシ  
ョンのご案内」をご覧ください。

●問い合わせ先  
地域医療連携室 0224-25-2145 (内線 2600)  
ホームページURL  
http://www.katta-hosp.shiroishi.miyagi.jp

けんこつ広場

保健センター通信

TEL 37-2331

町民公開講座

「放射線と私たちの健康」

この度の福島第1原発の事故を受け、「放  
射線と私たちの健康」のテーマで町民公開講  
座が開催されました。

講師である公立刈田総合病院健診センター  
長洞口正之先生のお話によると、現時点での  
白石刈田地区における放射線濃度は、計算上  
「1日8時間屋外にいた」と仮定して、「約  
170年間は大丈夫」であり、放射線被曝に  
よる「発がん性」や「遺伝的影響」の危険性  
は、喫煙や悪い生活習慣（特に食事）による  
危険性の10分の1の程度とのことです。

以上のことから、白石刈田地区のみなさん  
には「過度の心配」と「過度の無関心」に陥  
らず、冷静に事態の收拾を見守っていただき  
たいとお話を締められました。

約100名に及ぶ参加者のみなさんは、真  
剣に先生のお話に聞き入っていました。

保健センターは保健・医療・福祉に関す  
る総合相談窓口です。皆様の身体に関する  
ことはもちろん、家族の健康や障害・介護  
サービスに関することなど、お気軽にご相談  
ください。

乳がん検診を受けましょう！

乳がんは40歳前後を境にかかる人が急激に増  
加します。また、亡くなる方も、ここ50年間で  
7倍近くに増えていきます。30歳から64歳の日本  
人女性のがん死亡原因の1位は乳がんです。

検診は、無症状の方から早期のがんを発見す  
ることが目的です。早期発見のために、ぜひ検  
診を受けましょう。

○日時／6月9日(木)・10日(金)

○時間／①8時30分～9時15分

②10時00分～10時30分

③12時30分～13時00分

○場所／七ヶ宿町活性化センター

○対象者／35歳以上の女性

○内容／39歳以下(超音波検査)、40～64歳  
(マンモグラフィ2方向撮影)、65歳  
以上(マンモグラフィ1方向撮影)

○検診料／無料

担当：岩間

各種予防ワクチンについて

おたふくかぜワクチン・水痘ワクチン及び、  
高校2年生に相当する年齢から満30歳までの  
方の子宮頸がん予防ワクチンを受けられた方は、  
接種費用が助成されます。詳しくは保健セン  
ターまでお問い合わせ下さい。

担当：岩間

お知らせ

●健康相談

健康づくりに関すること(病気や  
食生活、運動など)の相談に保健師・  
栄養士が対応します。

○実施日／①6月6日(月)

②6月17日(金)

○申込み／事前に予約が必要です。

担当：太田

●こころの相談

専門医によるカウンセリング等  
を行っています。本格的な精神疾患か  
ら、ちょっとしたストレスまで幅広  
く対応しています。

○実施日／6月10日(金)

○申込み／事前に予約が必要です。

担当：小野

●げんき塾(運動教室)

○日時／6月17日(金)

13時45分～15時30分

○内容／町内(湯原地区)を歩き  
ますので、各自飲み物や  
帽子を準備ください。

○集合／保健センターへ

13時30分まで

※湯原コミュニティセン  
ター前へ13時45分まで直  
接集合していただきます。

○申込み／不要

かまいません。

担当：太田