

# なじょだね



当院マスコット  
キャラクター

まぢゅん

平成 27 年 11 月 25 日発行

新潟県立松代病院

十日町市松代 3592-2

Tel:025-597-2100

Web:<http://www.matsudai-hp.com>

Mail:[matsudai.hospital@pref.niigata.lg.jp](mailto:matsudai.hospital@pref.niigata.lg.jp)

松代病院広報委員会

## 糖尿病は遺伝しますか？

内科医師 大平 俊介

松代病院で行われた健康教室で、参加者の方からいただいた質問にお答えします。

糖尿病といってもいくつかの種類があります。日本人の糖尿病患者の95%は2型糖尿病です。今回は、その2型糖尿病の遺伝について書きたいと思います。

2型糖尿病は、遺伝因子と環境因子が互いに影響して発症するとされています。疾患感受性遺伝子と呼ばれる、持っているとは少しだけ糖尿病になる危険が増すという遺伝子がいくつも知られています。

しかし、その遺伝子だけで糖尿病になるわけではありません。遺伝因子に食べ過ぎや運動不足、肥満などの環境因子が加わって発症します。一方で、ある特定の糖尿病になりやすい遺伝子を持っている人でも、生活習慣を改善することで、その遺伝子を持っていない人と同じくらい、発症を抑えられたというデータがあります。

また、昔に比べて糖尿病の患者数が増えていることを顧みると、単純な遺伝因子だけではなく、食事の欧米化や車の普及による運動不足など環境因子の影響が関与していると考えられます。

結論としては、糖尿病は遺伝の要素もありますが、生活習慣が大きく関わっているということです。 (次頁に続く)





平成 27 年 7 月 健康教室の様子  
『見てわかる糖尿病』

(前頁から続き)

両親や兄弟、親戚に糖尿病の人がいるからといって、必ずしも自分が糖尿病になるとは限りません。親族が糖尿病だからといってあきらめずに、食事や運動を少しでも改善してみてもいいのではないでしょうか。野菜を食べるようにしたり、5分でも散歩したりと簡単に取組めるところから始めてみてください。

糖尿病について疑問や質問があれば、私達に何でも相談してください。



## インフルエンザ予防接種を受けましょう

松代病院で受診中の方は、**外来診療のときに接種**できます。  
受診中でない方は、**予約が必要です**。実施日は**火曜と金曜の午後**です。右のカレンダーで○のある日から、ご希望の日を選んでお申し込みください。

電話 025-597-2100

※午後2時ごろから受付、3時ごろから接種を始めます。

実施日

12月		2015				
日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8 ○	9	10	11 ○	12
13	14	15 ○	16	17	18 ○	19
20	21	22 ○	23	24	25 ○	26
27	28	29	30	31		

### 基本料金

※新潟県立病院の料金に関する規程に準拠				金額単位：円	
対象者	接種回数	区分	基本料金※	十日町市民の方の自己負担額	
高齢者等 ①65歳以上 ②64歳までの一定障がい者	一回のみ	予診+接種	4,850	1,620	1)生活保護の「医療扶助」を受けている65歳以上の方は、接種券の提示により、無料となります。 2)60歳～64歳で、一定の障がい要件に該当する方は、「接種依頼証」の提示により1,620円となります。 3)中学3年生までの方は、接種一回につき、1,000円の補助があります。 4)下の「接種回数」を超える場合は、左の「基本料金」が適用されます。
		予診のみ	2,960	徴収無し	
児童・生徒 (中学3年生まで)	一回目	2歳まで	4,790	3,790	
		3歳～5歳	5,640	4,640	
		6歳以上	4,850	3,850	
	二回目	2歳まで	2,200	1,200	
		3歳～5歳	3,050	2,050	
		6歳以上	2,650	1,650	
すべて	予診のみ	5歳まで…	1160	160	
		6歳以上…	760	徴収無し	
上記以外 16歳～64歳	すべて	予診+接種	4,850	左記と同額	
		予診のみ	2,960		

### お願い

生活保護受給や一定の障がいにより費用減免の対象となる方は、市から配られる「接種券」または「接種依頼証」を、**接種日に予診票とともに忘れないでお持ちください**。  
**接種当日、会計時に提出できない場合、実費をお支払いいただくことがあります。**



## 「地域の医療を考えるシンポジウム」を開催しました。

平成19年度始めて以来、秋の恒例となった標記シンポジウムが今年も11月14日(土)にふるさと会館で開催されました。

今年のテーマは「この地域で暮らし続けるために」とし、第一部として鈴木院長による基調報告と地域の方をシンポジストにお招きしたシンポジウム、第二部として前松代病院長の布施克也先生による特別講演の二部構成で行いました。

基調報告では「地域の生活を医療で支える」という松代病院の理念のもと、基幹病院の開院という地域医療体制の大きな変化や国の地域包括ケア推進政策、超高齢化と人口減に直面するなかで、従来から力を入れている急性期医療だけでなく、訪問診察や訪問看護の充実、地域の保健福祉体制との連携、健康講座の開催などに取り組んでいることの報告、シンポジストの方々からは住民の側からみた地域医療や松代病院の印象や今後のあり方への提案・提言をいただきました。

特別講演では「地域は一つの大きな病院。医療・福祉・介護だけでなく住民も一緒に考え、連携し、安心して暮らせる体制を地域全体で創るべき」の理念のもとで布施先生が取り組む魚沼地域の地域医療の現状と今後の松代病院の方向性に関する想いを講演いただき、松代地域のこれからを考えるうえで大変に参考となりました。

今回は130名を超える多くの方々に参加いただくことができ、大変ありがたく思います。これからも、このような機会を通じ、今後の松代・松之山地域の医療や松代病院のありかたについて地域の皆さんと一緒に考えていきたいと思っております。



# 「ロ・マン 24inまつだい」

に参加しました。



10月3・4日に行われた「ロ・マン24in まつだい」に、『渋海ベアーズ』として今年も参加しました。

オープン参加でしたが、みんなで力を合わせてタスキをつなぎ、無事完走できました。



## 新潟県立松代病院

### 11月診療予定表

電話：025-597-2100

診療科		月		火		水		木		金		備考
		午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	
内科	1 診	大平	小堺	小堺			大平	小堺	大平	小堺		
	2 診	鈴木		鈴木	予防接種 禁煙外来	鈴木		室岡		鈴木	予防接種	
精神科	中条第二病院 須賀院長					11日 ※要予約						11日(第2水曜)
整形外科	新潟医療福祉大 大森医師					4日 18日 ※要予約						4日(第1水曜) 18日(第3水曜)

【受付時間】 午前8時30分～11時30分 午後1時～3時  
 ※精神科受診希望の方は、当院の内科を受診後の予約受付となります。  
 【予約日の変更】 予約を変更したい場合は、平日の午後1時から午後3時までに内科外来へお電話ください。  
 【お薬手帳】 診療日には、お薬手帳・血圧手帳・糖尿病手帳・ワーファリン手帳を持参してください。