教えて！市立病院

〈第 109 回〉

心原性脳塞栓症について

■問合せ／市立病院総務課企画財務担当 ☎ 22-2450

【今月のドクター】

救急科部長兼
脳神経外科長
川瀬 誠 医師

心原性脳塞栓症は、脳の血管が詰まる脳梗塞の一つです。脳梗塞の中でも、太い血管が突然詰まってしまい、バタンと倒れることから、ノックアウト型脳梗塞といわれます。心臓の中に血の塊ができてしまい、何らかの拍子で剥がれ、血流に乗って脳の血管に詰まってしまいます。悪いのは心臓で、脳は被害者なのです。

心臓に血の塊ができる主な原因は、心房細動という不整脈です。心房と心室がリズミカルに動かないため、心房に血液の淀みができ、血が固まってしまうのです。心房細動の人で、心不全、高血圧、年齢 75 歳以上、糖尿病、脳梗塞の既往のある人は、血の塊ができやすいので、予防的なお薬の内服が推奨されています。

その予防のお薬が抗凝固剤です。以前からあるワーファリンの他に直接経口抗凝固剤（DOAC）があります。DOAC はワーファリンと比べ、出血合併症が少ない、納豆などの食物や他のお薬との相互作用が少ないなどの利点がありますが、効果が比較的すぐ切れるので、飲み忘れないことが肝要です。

予防効果の高い良いお薬なのですが、血が止まりづらくなるので、怪我などには注意が必要です。また少量の消化管出血が続き、ゆっくりと貧血が進行することもあるので、定期的な貧血や便潜血のチェックをお勧めします。頭蓋内出血などの生命に関わる大出血の場合は、抗凝固剤の効果を打ち消すお薬もありますので、飲んでいるお薬がわかる情報（お薬手帳など）を携帯いただけると幸いです。

目指せ！健康長寿日本一

★★★

〈第 52 回〉

「かかりつけ医」を持ちましょう！

■問合せ／健康課健康企画担当 ☎ 24-8181

●かかりつけ医をお持ちですか？

かかりつけ医とは、日常的な診療や健康管理のアドバイスをしてくれる身近な医師のことです。

いざという時に心強い存在になりますので、急な病気への備えや日常生活の健康相談先として、かかりつけ医を持つことをお勧めします。

かかりつけ医を持って、健康・安心・元気な生活を送りましょう。

●かかりつけ医を持つ3つのメリット

①患者本人や家族の身体の日頃の状態をよく知っているので、ちょっとした体調の変化や見逃しがちな病気のサインにも気付きやすいため、病気の予防や早期発見、早期治療が可能です。

②患者本人や家族の病状や病歴、家族構成、薬のアレルギーなどを把握しているので、もしもの時に素早い対応ができます。また健康相談や健診結果などをもとに、運動や食事の生活改善など、日常の健康管理のアドバイスをしてもらえます。

③入院や治療など、病気や症状に応じた適切な医療機関や専門家の紹介がスムーズです。

●9月9日は救急の日です。

本市では、休日や夜間の救急医療体制として、急な病気や主として入院治療が必要な重症な救急患者を受け入れる「救急輪番病院」、急な発熱や腹痛などの軽症患者を受け入れる「平日夜間・休日診療所」、休日の歯科診療を行う「休日歯科診療」があります。詳しくは市ホームページをご覧ください。

▲市ホームページ

わたしのなせばなる
YONEZAWA CITY SDGs

〈第３回〉

女性活躍の推進、そしてその先を目指して

■問合せ／政策企画課企画調整担当 ☎ 22-5111

サクサテクノ㈱は、全国の主要な空港や東京オリンピック時に採用された、聴覚に障がいがある人に、光の点滅で火災を知らせる「光警報システム」を日本で唯一製造するなど、サクサグループの主力工場として知られています。同社の取り組みである「多様な人材が働きやすく、活躍できる職場づくり」について、代表取締役社長の矢萩優（やはぎまさる）さんにお話を伺いました。

昨年、グループの女性社員を構成メンバーとするダイバーシティ（多様性）＆インクルージョン（受容）推進委員会が設立され、取り組みの第１ステップに女性活躍推進を掲げました。推進委員会では、早速アンケートを実施して課題の洗い出しなどを行い、今後はさらに意見交換を深めながら、グループとしての取り組みの方向性を定めていきます。

矢萩さんは「男性が定時に帰宅し家事を行うようになることも女性活躍に繋がるため、男性社員の更なる意識改革も重要」であるとし、「こうした取り組みを続けていくことで、女性社員が仕事にやりがいを感じ働き続けることができ、会社としても働く人にとってもプラスになる」と話してくださいました。さらに今後は、障がいがある人など、誰もが働きやすく活躍できる職場づくりを目指していくとのことです。

▲議論を交わす女性社員の皆さん

▲代表取締役社長 矢萩優さん

「わたしのなせばなる」情報

▲募集ページ　▲取組紹介

よねざわ 文化財散歩

〈第 10 回 前編〉

戸塚山古墳群（とつかやまこふんぐん）

■問合せ／社会教育文化課文化財担当 ☎ 22-5111

全３回にわたり、米沢市指定史跡「戸塚山古墳群」を 紹介します。

上郷地区にある戸塚山は、山頂を中心として山麓（さんろく）一帯に多数の古墳が造られています。確認されているだけで古墳の総数は約 200 基にもなる山形県下最大規模の古墳群で、各々の古墳の分布域から 12 の支群に分類されていますが、山全体では未確認の古墳もあるものと思われ、古墳群の様相や実態はまだ解明されておりません。

古墳は、３世紀から８世紀にかけてヤマトの地（現在の奈良県・大阪府）を中心に、北は山形県・岩手県、南は鹿児島県にかけて日本列島のほぼ全域に造られた有力者のお墓で、土を高く持った高塚（たかつか）状になっていることが特徴です。

戸塚山古墳群の学術的な調査は、昭和 50 年代に地元の考古学団体を中心に調査が開始されたことが始まりです。昭和 57 年（1982）に行われた調査では、山頂支群 137 号墳から女性の人骨が出土し、当時は「置賜の卑弥呼（ひみこ）」と称され、戸塚山古墳群が全国的に注目されるきっかけとなり、昭和 61 年に市の史跡に指定されました。

その後、文化庁の文化財調査官を招聘（しょうへい）して現地指導を仰いだところ、戸塚山古墳群は、東北地方における律令（りつりょう）国家形成および発展を考える上で重要な意義を持つとの評価を受け、平成 21 年度からは、古墳群の実態解明と将来的な国の史跡指定を視野に入れた学術的な調査を開始することとなりました。

▲戸塚山古墳群遠景