



誰が必要な医療をきめるのか

笠間市立病院 石塚恒夫
 皆さんは医者にかかりにくくなったと感じませんか。公的医療保険の財源問題は先進諸国共通の課題です。わが国でも高齢化と医療技術の高度化に伴う医療費の増加を抑制するために、患者自己負担率等が上がりました。

国際的に見ると、一般医の門番機能として医療費を抑制している国もあります。英国の税財源による公的医療制度（NHS）※1では、自己負担がありませんが、住民はあらかじめ登録した一般医を受診する必要があり、紹介がなければ専門医（病院）を受診できません。米国には“国民皆保険”はなく、医療は市場経済の一部です。マイケル・ムーア監督の「シッコ」という映画を観てください。民間保険会社が医療機関とグループ化し、営利目的に必要な医療も制限します。日本でも保険外併用療養費（以前の高度先進医療）というかたちで、部分的に混合診療が進んでいます。先進的部分は全額自己負担であり、民間保険が必要になります。

今年度開始された後期高齢者医療制度では保険料の年金天引きが問題視されますが、診療所の外来診療に「かかりつけ医」による包括制度※2が導入されたことは知

られていません。「かかりつけ医」の理念自体は素晴らしいものです。高齢者は複数の疾患を重複して持ち、多数の薬剤が処方されがちですが、生理機能が低下し副作用も出やすいです。認知症や廃用症候群※3の進行程度、家庭環境などを全人的に把握することで、無駄のない診療ができます。また包括制になることで、生活習慣の改善などに目が向くでしょう。

必要な医療を決めるのは医師でしょうか、国でしょうか、それとも保険会社でしょうか。私は「かかりつけ医」として、患者さんと相談して決めたいです。外来医はその役割を果たすための研修に努めるべきだし、患者さんも自分が信頼できる医師を探す必要があります。無駄のない医療のために実践する時が来ています。

- ※1 National health service（ナショナルヘルスサービス）の略。国民保健サービスと訳される。
- ※2 専門医による医療とは異なる、なじみの医師による医療・介護・生活支援を含めた総合的な療養の提供を目指すこと。
- ※3 寝たきり生活によって起こる床ずれなどの体の不調や障害。

食生活改善推進員が紹介する

かさま食彩

刺身を旬のエシャレットとあえて、よりおいしく。こんぶしょうゆだけのシンプルな味。薬味やタレは、好みにアレンジして我が家の一品にどうぞ。



栄養素量（1人分） エネルギー…103kcal
 たんぱく質…20.4g 脂質…0.4g 塩分…1.4g

かつおのエシャレットあえ

材料（4人分）

- かつお……………1節
- 青じそ……………適量
- エシャレット……………1束
- こんぶしょうゆ……………大さじ2

※エシャレットとは、国産のらっきょうを若採りしたもので、エシャらっきょうとも呼ぶ。

作り方

1. エシャレットは、葉を切り落とし、5mm幅の斜め切りにし、こんぶしょうゆをからめて10分間おく。
2. かつおは、7mm幅のそぎ切りにし、1とあえる。
3. 器に青じそを敷いて、2を盛る。