



東洋医学と西洋医学の
専門医があなたの健康を
サポート

整形外科・リハビリテーション科・外科・内科（消化器・肛門・乳腺・糖尿病・がん）・漢方内科・小児科



野生の「オオキンケイギク（大金鶏菊）」

9月のあいさつ

まだまだ蒸し暑いですね。皆さま、いかがお過ごしでしょうか。暑いとっていると雷が鳴り、急に土砂降りとなって川が溢れるほど降ったりで、変化が激しく厳しい気候です。気温30度、湿度60%というのは、かなり体にこたえますが、それでも雲や風は秋の気配を運んで来ています。

テレビ・ラジオでは、熱中症に気をつけてエアコンをつけましょう、水分を補給しましょうなどと繰り返し報道していますが、労働者がどんな状況におかれているかについては、ほとんど報道されません。最近、兵庫県にある「ヤマト運輸」の倉庫で働く55歳の男性が、職場の環境があまりに劣悪だと一人でストライキを行いました。宅配便業界2位の「佐川急便」では、4年前に倉庫で働く人に対して空調服を配布。さらに今年からは配送ドライバーにも空調服やネッククーラーを配布しているとのことですが、業界1位の「ヤマト運輸」の熱中症対策は、塩あめの配布と、業務用扇風機1台、スポットクーラー2台、ウォーターサーバーの設置のみだったそうです。ちなみに男性が働く倉庫の広さは、18台の車が停

車できる大きな営業所で、最大40度まで計測できる気温計が振り切れていたそうです。配達車のエンジンがつけっぱなしなので、可能な限り切ることを求めています。しかし、「クール宅急便がある以上は仕方がない」との回答だったとのこと。

近年、職場における熱中症の死傷者数は増加傾向にあります。猛暑となった2018年と昨年は、全国で1000件以上の死傷者が報告され、建設・製造・運送・警備で多くなっています。また、ここ2年間の死亡者数が初めて30人を超え、業種では建設業（12人）や警備業（6人）で多く発生しています。家庭での熱中症がお年寄りに多いのと対照的に、労働現場では若い人が多く50歳以下が60%を占めます。20歳代でも道路のアスファルト舗装していた方、農地で草刈りしていた方、水路の除草作業していた方、ガラス工場で働いていた方が亡くなっています。中には80代で工事現場の警備をしていて亡くなった方もいます。

一人でストライキに立ち上がった方の勇気を称えると同時に、職場の環境が改善され、労働災害が減少することを切に願っています。

今月もよろしくお祈りします。（院長）

絵本の紹介



この絵本は、クリニックに置いてあります。輪島の活気ある市場の様子が、地元の言葉で会話形式で書かれています。明るく、たくましく、優しい、働く女性の姿が描かれています。能登半島地震から8ヶ月。

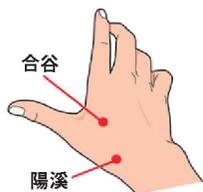
1日も早く、活気あふれる女性の声が聞こえるように願っています。

自分でできる `ツボ、マッサージ

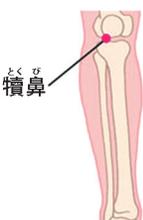
シリーズ⑪ 肘の痛みに効くツボ

※ ツボは、「経穴」ともいい、東洋医学の治療ポイントです。指圧・マッサージ・整膚（皮膚を引っ張る治療法）・円皮鍼（シールについた痛くない鍼）によって、ご家庭や友人同士でも治療できるので便利です。みなさんもやってみましょう。

① 陽溪（ようけい）：「溪」は山間の小川のこと。親指の付け根のくぼみ（嗅ぎタバコ窩（か）ともいいます）に位置します。テニス肘以外にも、のどの痛みや頭痛にも用います。



② 犢鼻（とくび）：「犢」は子牛の鼻のことで膝頭がそう見えることから名づけられました。ひざの痛みにも用いられます。



お知らせ

9月の休診日

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					

*22日午前は日曜診療の日です。

[休診] 祝祭日、学会・研究日
*日曜は月1回診療 / 水曜日整形外科休診
診療時間

月～金 9:00～12:30
 (水曜日を除く) 3:00～6:30
土 9:00～12:30
 2:00～5:00
水・日 9:00～12:30

4日(水)、14日(土)午後～18日(水)、27日(金)午後、隔週水曜日午後は休診です。

ご連絡は TEL03-3598-6697 までお電話下さい。