



「富士山」



当院の病棟の5階西側の病室からは富士山が見えます。栄区には富士山を見ることのできる場所がいくつもありますし、富士見という場所もあります。当院の旧病棟は南北に窓がある病室でしたので、富士山を見ることはかなり難しかったのですが、新病棟を東西に窓がある病室で設計し建築したため、富士山を見ることのできるようになりました。空気が澄んでいる冬の晴れた日は、雪をかぶった富士山が非常に綺麗で、さすが日本一の山と感じます。

富士山の語源は、唯一無二の存在である不二からという説もありますが、千年も前に作られた「竹取物語」にも伝説があり、富士山は日本で一番高い山として登場します。月の都に帰らなければならなくなったかぐや姫は、迎えにやってきた人が持ってきた不死の薬を帝に贈ります。しかし帝は「かぐや姫に合うことができないうちに不死の薬が何になろう。」と言って、不死の薬を駿河の国の日本で一番高い山で焼くよう命じました。(当時の富士山は活発に火山活動をしており、噴火することもあった様です。)このことから「ふじの山」と呼ぶようになったとか。

この富士山ですが、日本の最高峰ではなかった時がありました。日本が台湾を統治していた時、台湾には新高山と呼んでいた富士山より高い山がありました。日本が海軍の作戦部隊にアメリカの真珠湾攻撃を命じた暗号電文「新高山登レー二〇八(ニイタカヤマノボレヒトフタマルハチ)」の新高山です。戦後、富士山は再び日本一の山になりました。

機会があれば、当院からの日本一の富士山をお楽しみください。

事務部長 濱田 和也



呼吸器疾患とたばこ



「ハームリダクション」という言葉をご存知でしょうか。直訳すると「害の低減」となりますが、実際、公衆衛生上の実践、指針、政策でもあります。喫煙がそれに当てはまり、完全禁煙できない方もいると思うので今回、記載してみることにしました。

ハームリダクションの目的は、喫煙に関連する疾病リスク（肺がん、慢性閉塞性肺疾患、心血管疾患）を低減させることにあります。燃烧式たばこの煙には数千種類もの化学物資が含まれ、うち 70 種類以上が発がん性物資として知られています。燃烧式たばこの煙に含まれるこれら有害物資への暴露を低減する、あるいは完全に排除することが、疾病リスクを減らす最も効果的な方法とされています。

国内の研究機関推計によると、全ての燃烧式たばこ喫煙者が加熱式たばこに切り替えた場合、2020 年～2060 年の間に最大 204 万人の早期死亡を回避できる可能性があると思われています。長年、紙巻（燃烧式）たばこの危険性が協調されてきたことで、ニコチンそのものも、がんの原因であるという認識がありました（実は書いている私自身もそのように思っていました）が、危険因子はニコチンではなく燃烧によって生じる有害性物資です。世界の主要な規制当局（米食品医薬品局、英国国民保健サービス、英国公衆衛生庁）は、加熱式たばこへの完全な切り替えは、燃烧式たばこの継続使用に比べてリスクが低い可能性があることの見解を示しています。

もちろん、ニコチン依存の問題もあり、加熱式たばこも未成年者向けではないことは明確に示されています。完全な禁煙が最も望ましいですが、燃烧式たばこを続けてしまう方々に対する現実的アプローチとして、加熱式たばこなどのスモークレス製品の代替手段を活用するのもひとつの手段かもしれません。

呼吸器内科部長 三浦 健次



市民公開講座

気になる病気と 健康を考える…

1. 「嚥下障害の診療」

上郷やまくち耳鼻咽喉科 院長 **山口 智 先生**

2. 「採血や健診結果の見かたを学ぼう！」

～医者いらず！？生活習慣のコツも～

横浜栄共済病院 副院長 代謝内分泌内科

山田 昌代 先生

(当日、普段の採血や健診・人間ドックの結果をお持ちください)

日 時：令和8年3月19日（木）
午後2時～4時（開場1時30分）

場 所：栄公会堂



ご来場の際は公共交通機関をご利用下さい

申込み：申込みは不要です 当日会場にお越し下さい

問合せ：横浜市栄区医師会 ☎893-2202

主 催：横浜栄共済病院・横浜市栄区医師会

日 時

3 / 19 (木)

参加費
無料

14:00～16:00

後 援：横浜市栄区役所

〈栄区連会承認第406号〉



本紙に関するご意見ご感想がありましたらお聞かせください。
〒247-8581 横浜市栄区桂町 132 番地 横浜栄共済病院 まちあい室係
電話 0570-012-171 (ナビダイヤル) FAX 045-895-8351
当院の診療案内はホームページ(QRコードより)でご確認ください。



病院敷地内は
全面禁煙です

ご協力お願いいたします