沢田内科医院
ニュースレター
第42号

工藤工さんが結婚

受付で笑顔を振りまいている工藤工さんが 11 月 3 日に結婚式を挙げました。齋藤工さんになります。披露宴では、最初から最後まで「ひまわりのような笑顔」でした。妹さんの方がウルウルしていました。お幸せに！！

新しい夫婦には、相田みつをの、「しあわせは　いつも自分のこころがきめる」の色紙を贈りました。高級車に乗り、きれいに着飾っている人でも、心はカサカサなのかも知れません。休む暇もなく働いて生活は楽ではないが、心は充実しているかも知れません。「しあわせは　いつも自分のこころがきめる」のですから。若い二人には、心の中で幸せを感じながらこれからの人生を歩んでもらいたいものです。

弘前市とその周辺で麻疹（はしか）が流行しています

現在、弘前市とその周辺で麻疹(はしか)が流行しています。9 月末に大人の麻疹の患者さんが診断され、10 月になって急速に数が増えました。弘前市医師会では、大人の麻疹から子ども達への広がりを心配していましたが、その心配が現実のものになってしまいました。さらに、この麻疹ウイルスが、まだ予防接種をしていない 1 歳未満の乳幼児に広がらないように対策をとる必要があります。

麻疹は乳幼児に多発する病気ですが、最近の流行は 20 歳前後から 30 歳にかけて多いのが特徴です。乳幼児で発症した場合は、予防接種をしていなかったためと思われますが、大人の場合は、ワクチンを受けなかった場合に加え、ワクチンを接種したにもかかわらず発症したケースが少なくありません。これは、ワクチン接種による免疫が持続せず、麻疹への抵抗力が低下したことが原因と考えられています。

麻疹ワクチンの接種による抗体陽転率は 95％以上で、接種を受けた子どものほとんどが抗体を獲得しますが、数％は抗体ができません。以前は、麻疹にかかったりワクチンを接種した場合は、免疫が一生続くものと考えられていました。しかし、感染防御レベルの抗体が持続されるためには、麻疹ウイルスと繰り返し接触する必要があることが分かってきました。免疫が持続するためには、麻疹患者と接触する機会が必要だということです。近年では、ワクチンの効果により麻疹の流行が少なくなり、麻疹ウイルスに接触する機会が少なくなってきました。その結果、免疫が低下して麻疹にかかってしまう例が数多く報告されるようになったのです。

今回の麻疹の状況を調べてみても、ワクチンを接種したことがある子どもが大部分です。ワクチンを接種した子どもたちは、高熱は少なく、発疹も少なく、合併

症もなく経過することがほとんどです。これに対し、ワクチンを接種していなかった子どもたちは、高熱が続き、発疹も全身におよび、食欲不振などの全身症状が強く出ています。麻疹は、肺炎、脳炎、中耳炎を合併することがあり、想像以上に重い病気です。

日本における麻疹患者数は、近年のワクチン接種キャンペーンが効を奏して年々減少してきました。しかし、確かな数値は不明ですが、まだ、かなりの発症数があると考えられています。少なくなったとはいえ、諸外国と比べて非常に多く、アメリカでは100人を超えることはなく、それも、ほとんどが外国からの輸入感染です。

天然痘とポリオは排除されたことになっています。麻疹も日本からの排除が可能です。インフルエンザウイルスは鳥や豚などに感染しますが、これら3つのウイルスの特徴は「人にしか感染しない」ことです。ですから、麻疹ワクチンを徹底することで、日本から麻疹ウイルスを排除できるのです。アメリカやヨーロッパの国々ではすでに麻疹の排除を達成したのです。

日本でも、遅ればせながら麻疹排除の目標を2012年としました。これまでは麻疹ワクチンは1歳を過ぎてから1回だけの接種でしたが、平成18年4月から、1歳時と小学校入学前の2回になりました。

① 1回目の接種で抗体を作れなかった子(数％です)に2回目の接種で免疫を作らせる。
② 2回接種することで、時間ともに低下する免疫力を高める。
③ 1歳時に接種できなかった子に入学前に接種の機会を作ってあげる。

この対策は、これら3つの意味があります。

さらに、平成20年4月からは、中学校1年生と高校3年に相当する年齢の人に麻疹・風疹（MR）ワクチンを接種することになっています。これらの措置を5年間にわたって行うことで、現在高校2年生の人たちが23歳になった時点で、23歳以下の人たちはワクチンを2回受けることになります。麻疹ウイルスを排除するためには、ワクチン接種率が95％以上になることが必要と言われています。どのような方法でワクチン接種率を高めるのか、まだ詰めは甘いようです。

麻疹治療に特効薬はありませんので、症状を抑える治療となります。ですから予防が重要です。それも、ワクチン接種がもっとも重要です。これしかないと言って差し支えありません。

① 1歳の誕生日を迎えたら、すぐに麻疹・風疹混合ワクチン（MRワクチン）を受けましょう。
② 入学前の2回目の接種は必ず受けましょう。
③ ①や②の定期接種以外でも、麻疹にかかったことがない人で麻疹ワクチンを受けてない場合は、任意でワクチン接種を受けましょう。
④ ワクチンを受けていても、免疫があるかどうか心配な方は、医師に麻疹抗体の有無を調べてもらいましょう。その結果、抗体価が低い場合には任意でワクチンを受けることができます。

麻疹の流行が起こらないように、一人ひとりがこれらを実行しましょう。

また、一旦、麻疹が流行した場合は、広がりを防ぐことが重要です。子どもの場合の対策として、

① 学校は休む。
② 医療機関へ直接受診しないで、電話で受診方法を相談する。
③ 外出を控え、他の子どもと接触をしないようにする。

これらを徹底しましょう。

これも重要なことですが、乳児の麻疹予防対策も必要です。母親からもらった免疫がなくなる6ヶ月から1年までの乳児は、ワクチンを接種していませんから、麻疹にかかり易い時期です。若い人は免疫が低下している可能性があり、このような母親から生まれた乳児の抗体も少ないことになります。1歳未満の乳児と1歳以上でワクチンを受けていない幼児は麻疹にかかり易いのです。とにかく、麻疹が流行している時期には、乳幼児を人混みに連れ出さないことです。

なぜ年金不安をあおるのだろうか、年金保険料を払っていない人は意外に少ない

社会保険庁は、平成18年度の国民年金保険料納付率が66.3%になったと発表しました。この結果、同庁が掲げた目標値（74.5%）には遠く及ばず、最終目標である「19年度に80%」の実現は絶望的で、国民の年金不信はさらに高まりそうだという。

さらに、新聞の報道では、「免除されている人も計算に入れると、平成18年度の国民年金保険料の実質納付率が49.0%となり、初めて5割を切ったことが社会保険庁の調べで明らかになりました。全加入者で見た場合、保険料を払っているのは2人に1人いないことになり、国民年金の空洞化が一層進んでいることが裏付けられた。」と、しきりに不安をあおっている感じがします。

でも、この報道は私の実感と全く違います。私の町内の人、親戚の人、学生時代からの友人、仕事仲間、この中で年金保険料を払っていない人はほぼゼロです。確実に払っていないのは、私の娘だけです。3 月まで県職員でしたが 4 月から大学院生になり、国民年金に加入する必要がありますが、その手続きをしていませんでした。これで保険料を払っていない人が 2 人に 1 人というのは、信じられません。

納付率ではなく、人数で確認してみました。すると、平成18年度の「国民年金加入者」は2,123万人だそうです。このうち未納者は322万人だが、未納とは別に、所得が低く保険料を免除されている人が 320 万人、猶予されている人が 208 万人いるのだそうです。国民年金加入者 2,123 万人という数字の実態は何なのか。調べてみると、日本全体で年金保険料を払うべき人は約7,000万人でした。「厚生年金」と「共済年金」に加入している人が約 3,800 万人、その被扶養配偶者（3 号被保険者といわれる）が約1,100万人です。

『国民年金』というと、国民みんなが加入している年金と誤解されそうです。話題になっている国民年金は自営業者や二十歳以上の学生、アルバイトの人などが加入している、いわゆる 1 号被保険者のことです。つまり、この66.3%数字は、日本全体で年金保険料を払うべき約 7,000 万人のなかでの納付している人の割合ではなく、その7,000万人の中から「厚生年金」と「共済年金」加入者約 3,800 万人とその被扶養配偶者約1,100 万人を引いた、1 号被保険者の国民年金の人約2,100 万人の中でどのくらい納付しているかという割合です。

さて、国民年金加入者2,123万人から免除者と猶予者を除くと1,595万人になります。この数字を使って未納率33.7%から計算すると未納者は538万人となります。あれ？ 未納者は 322 万人と発表になっているのにどうして？ と考えてしまいます。

そこで、またまた調べてみると、「納付率」というのは、加入者が実際に納めた保険料の月数を本来納めるべき保険料の「月数」で割ったものだという。つまり、年金保険料を払うべき人のうちの年金保険料を納めている「人」の割合ではないのです。これで、納付率から未納者を計算で出しても、公表されている数字と違っても不思議ではないことが分かりました。また、時効前（納期から 2 年以内）に過去の保険料を納めるケースが増え、最終的に 3～5%の人が追加して納めているようです。私の娘も手続きをして払いましたので、こんな場合をいうのでしょう。この結果、納めるべき人が納めた納付率は70%を超えていることになります。

これで私の実感と新聞報道の違いが理解できました。年金に関する新聞報道は、『国民年金だけの納付状況であって、厚生年金や共済年金を含めた日本全体での年金の納付率を表しているのではないこと』と、『納付月数で計算した割合であって、国民年金の保険料を実際に支払っている人の割合ではないこと』、をしっかり認識しておく必要があります。

さて、話は最終章に入ります。約7,000万人のうち、年金保険料を払っていない人は、322万人だということが分かりました。全体からみると約 5%です。「本来納められるべき金額」と、「実際に納められた金額」の差は、全保険料収入の4%に過ぎないのだそうです。年金は空洞化して将来もらえないと判断して未納のままでいては、65 歳になった時に、周りのほとんどの人は年金をもらっているという現実に直面しそうです。年金保険料を払っていない人は、「年金はすでに空洞化している」のかどうかをきちんと理解して判断すべきです。

でも、疑問が残ります。たった5%の未納者でどうして年金は空洞化するのでしょうか。未納であれば年金を払

う必要がないし、基礎年金の3分の1は税金から繰り入れているわけですから、未納者がいると、税金の繰入額がその分少なくなり、むしろ国の負担は少なくなります。このあたりをもう少し調べてみます。年金をもらう前に病気やケガで働けなくなった時は障害年金という制度もあります。年金保険料は払った方が将来のためのようです。

小田桐元先生が研修に来ました

弘大附属病院の臨床研修医である小田桐元先生が10月の1ヶ月間、当医院で研修を行いました。
健生病院での2ヶ月の研修を含め、弘大附属病院で約1年半の研修を終えていましたが、一般外来診療は初めての経験でした。
大学病院では重症な患者さんが対象でしたので、当医院では、病歴をきちんと取ること、甲状腺や肝臓を触れるなど身体所見を取ることを重点的に研修しました。高血圧症、糖尿病などの慢性疾患患者さんの管理を経験したことがなく、一からの勉強でした。外来患者さんの協力でたくさんのことを経験して大学へ帰りました。来年3月には研修を終了し、弘大で精神科専門医を目指して研修を続ける予定です。ご協力ありがとうございました。

『元気あふれる沢田内科医院』の廃刊

残念ながら、『元気あふれる沢田内科医院』は廃刊となりました。10月で医院を開業して12年が経ちましたが、「元気あふれている」と判断した私の認識不足でした。4号は予定原稿の4分の3しか集まらず、白紙部分が4分の1になりますので「元気あふれる」状態ではありませんでした。つまり、沢田内科医院は元気あふれる状態ではなかったのです。この時点で廃刊を決断しました。

『元気あふれる沢田内科医院』は、職員自身の声で職員のことや医院の状況を通院している患者さんに知ってもらうのが目的でした。しかし、短い文章でも定期的に書き続けるというのが職員の負担になるのであれば、本来の仕事に差し支えますので、廃刊するのがベストだと判断しました。楽しみにしていてくれる皆さんもいましたが、申し訳ありませんでした。

平成20年4月から
金曜日の午後も
休診です

発　　行：　〒036-8261 青森県弘前市茂森新町1-6-4　沢田内科医院　院長　沢田美彦
ホームページ：　http://www.jomon.ne.jp/~ysawada/　　TEL 0172-37-7755　FAX 0172-37-7788