### 第60号



### • CONTENTS •

私のオリンピック・

健康テーマ

四十肩・五十肩について・・・・

新機種導入のお知らせ

上部消化管内視鏡検査について・・・・・

トピックス

インフルエンザワクチン/おいしい秋みつけました・・・7

ツイート

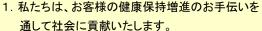
神の折紙を目指して/編集後記・・・・・・8

#### 

#### - 基本理念 と 基本方針 —







2. 私たちは、労働衛生機関のプロフェッショナル として誇りをもち、精度の高い技術をお客様に

3. 私たちは、健康で明るく働きがいのある職場を つくります。

法令・規則を遵守し、社会的規範となる 〈法令遵守〉

センターを目指します。

〈個人情報保護〉 個人情報保護、リスクマネジメントの実施

により、情報のセキュリティとお客様の

プライバシーを守ります。

精度管理活動に取り組み、高品質な 〈品質保証〉

サービスの提供に努めます。

〈自己研鑚〉 自己研鑽に励むとともに、次世代の人材を

育てます。



提供いたします。

#### 【巻頭言】



## 私の東京オリンピック



### 医局 唐木 清一

私は昭和2年12月、父が歯科医として開業した小石川白山、東京では三流の芸者街で、長男坊として生まれました。芸者に抱かれ、お客の座敷まで連れ出されることが度々だったと、後年、母から聞かされました。

会計検査院の官吏で堅物の母方の祖父は、このような環境は子供を育てる所ではないと心配し、間もなく祖父の近くの青山へ住居を変えられました。その場所は青山通りから明治神宮球場にむかう道から入ったところでした。

昭和15年に第12回オリンピックが東京で開催されることが、昭和11年7月31日IOCで決定され、わが家の前の通りも大幅に拡張されるなど、子供の眼にも着々と準備されている様子が散見されてました。

ところが昭和12年7月7日、支那事変と称する日支戦争が勃発、国の財政は軍費の増加に追われ、昭和13年7月15日オリンピック開催を返上することが決定されてしまいました。

今回2020年にオリンピックが東京で2回目の大会として開催されることが決定され、 大騒ぎでしたが、この中止された昭和15年のオリンピックが開催されていたら、その後 の日本の進む方向も変わっていたのではないかと、非常に残念に思われます。

そして昭和39年10月10日、敗戦後19年経過して復興した日本が、世界より、参加94か国、選手総数5541人を迎えて、アジアで初めての第18回オリンピック東京大会を開催しました。



私はテレビを通して、秋日和好天の国立競技場で行われた開会式を各国の競技者がそれぞれ特有の衣装で国旗を掲げ誇らしげに胸を張っての入場行進を見ました。

この光景で私が想い起こしたのは、戦況不利の状況となり、同じ場所で昭和18年10月21日に行われた学徒の徴兵延期停止により出陣する学徒の壮行会でした。記録によると、東京近在77校の学徒数万が激しく降る雨中を劇的な分別行進を行ったと記されています。



満席の観客席からは、動員された中学生、女学生、女子大生が見送り、その中の一人として中学4年の私は立っていました。マイクからは東条英機首相のかん高い激励の声が、ただ流れている異様な風景でした。

後のオリンピックの選手と同じ道を、私の僅か年上の先輩がそれぞれの校旗を先頭に、 ずぶ濡れの姿で行進して行ったのが、その中で何人が生還され戦後の東京オリンピック を迎えることが出来たであろうかと感慨無量です。

7年後に開かれる第2回目の東京オリンピックが、前会オリンピックの開会式に見られたように各民族和気あいあい手を携えて行進し別れていきましたが、このような世界平和に貢献できる素晴らしい大会になることを期待しています。





# 四十肩・五十肩 について

#### 医局長 桝元 武

四十肩・五十肩は、正式には「肩関節周囲炎」という疾患群のことで、肩関節の周囲に起こる炎症のこ とを指します。

人間の肩関節はとても広い範囲を動かせるようになっていますが、その分だけ構造は非常に複雑です。 肩関節は肩甲骨と上腕骨が接続していて、周囲には多くの筋肉や腱(筋肉が骨に付着する部分)、関節を スムーズに動かすための一種の潤滑液の入った滑液包などがあります。そのため、炎症が起こりやすい 部分が非常に多いといえます。四十肩・五十肩は中高年に多く起こりますが、原因は明らかにされていま せん。外傷や特別な病気がないのに発症します。

### ■ 四十肩・五十肩のおもな特徴

#### \*50歳代に起こりやすい

まさに病名の由来となるわけですが、だいたい 40歳代後半から始まって50歳代にピークを迎 え、60歳代までは見られます。不思議なことに 20歳代、30歳代には起こりません。70歳代、 80歳代にもまずまれです。発症する割合は、 全人口のうち2~5%といわれます。

#### \* 肩から腕にかけての痛み

痛みの範囲は肩関節のみにとどまらず、肩から腕 にかけて痛むのが特徴です。首から肩にかけての痛 みを訴えてくる場合、これはほとんどが首に由来する 疾患です。左右の肩に同時に発症することは少なく、 ほとんどはどちらか一方の肩に起こります。ただし、 左右が時期をずらして発症するケースもあります。

#### \*「腕」の動きが制限される

四十肩・五十肩になると、腕を前や横から真上に 上げる、外や内にひねる、後ろにまわすなど、肩関節 の可動域(動かせる範囲)がかなり制限されます。痛 みをこらえればひと通り動かせる場合は、五十肩と はいいません。痛みだけだと紛らわしい病気は多々 ありますから、運動制限があるかないかが見分ける 大事なポイントだと言っても良いでしょう。

#### \*自然に治る

図 五十肩の病態 鎖骨 棘上筋の石灰化 肩峰 上腕二頭筋 棘上筋 長頭腱の腱鞘炎 癒着性関節包炎 上腕骨頭 肩峰下滑液包 肩関節腔 肩甲骨 三角筋 関節窩 関節包 上腕骨 上腕二頭筋長頭 赤文字が五十肩の主な病態。 そのほか、滑液包炎も五十肩の原因となる。

東北大学整形外科ホームページより

### ◆◆◆ 普通の肩こりとの違い ◆◆◆

#### "筋肉疲労"と"関節の炎症"との違いです。

多くの肩こりは悪い姿勢や緊張などによって肩や 首の筋肉が疲労し、血液の循環が悪くなって肩に痛 みや張り、だるさが発生するものです。一方、四十 肩・五十肩はおもに次の3つのケースで発症します。

- 1 腕の筋肉の先端にある腱の炎症 (上腕二頭筋の腱炎)
- ② 上腕骨頭を取り巻く幅広い筋腱 組織「腱板」が損傷、または断裂 を起こした場合
- ③ 骨と腱板の間にある「肩峰下滑 液包」が炎症を起こしたり(肩峰 下滑液包炎)、石灰がたまった (石灰沈着)場合



四十肩・五十肩の多くは、おおむね半年から1年、個人差はあるものの自然に治っていきます。ただし、 「放っておけば必ず治る」と解釈してはいけません。確かに自然に痛みはとれますが、長い間放置しておく と治ったあとで運動障害が残る可能性があるので、適切な治療が必要です。

整形外科では、肩関節のどの部分にどんな炎症が起こっているかを検査・診断し、痛みには消炎 鎮痛剤などを処方します。早く回復するために、肩関節の可動域を少しずつ広げる運動療法の指導 なども行います。医師に相談し、治療を受けることは、完治に向けての近道です。



(4) 健康さんぽ 第60号 平成25年10月



#### どんな人がなりやすいか・・・

40歳代以降の人に起こりやすいという点以外、 男女差や運動習慣などによる発症頻度の違いはな く、利き腕に起こりやすいということもありません。 ただし、長い期間、野球などのスポーツや仕事によ って肩関節(腱など)を酷使し、過去に関節を傷め たことのある人は、いったん、四十肩・五十肩にか かると治りにくい傾向があります。



#### どんな症状が出るか・・・

腕をねじったり上げ下げすると肩に痛みが起こり、 思うように動かせなくなり、シャツを着る、髪を結う、 帯を結ぶなどの動作がしづらくなります。とくに関 節内や滑液包に石灰が沈着している場合、激しい 痛みが起こります。また、肩の背中側を手で押して もあまり痛くありませんが、肩の胸側を押すと強い 痛みを感じるのが特徴です。

#### 【四十肩・五十肩に似た症状を示す疾患】

<b>L</b> — 1 415 — 1 415 = 14	
肩峰下滑液包炎 (けんぽうかかつえきほうえん)	肩峰下滑液包が炎症を起こす。五十肩の前段階とも考えられる。原則として 腕がひと通りは動くので、運動制限がある五十肩とは区別される。
腱板炎	腱板が炎症を起こす。肩峰下滑液包炎と同様、痛みはあるが腕はひと通りに 動く。これも五十肩の前段階の 1 つだと考えられる。
腱板断裂	腱板は最も老化の早い組織の 1 つ。重いものを持ち上げる、上にあるものを無理にとるなどの動作で突然切れることがある。 棘上(きょくじょう)筋の腱板断裂が多くみられ、50歳代から増え60歳代がピーク。 激しい痛みと突然腕が上がらなくなるのは五十肩と同じ。
肩峰下インピンジメント 症候群	インピンジメントとは医学英語で「ぶつかること」「衝突」という意味。腕を上げるときに腱板が 肩峰にぶつかることから起こる様々な症状の総称。一例として、年をとると、棘上筋の上に ある肩峰の突起部分に「骨棘(こっきょく)」というカルシウムのトゲのようなものができ、腕を 上げると、腱板がこの骨棘にぶつかり、炎症や腱板が擦り切れて断裂を起こしやすくなる。
上腕二頭筋長頭腱炎	上腕二頭筋の腱の1つである長頭腱に炎症が起こる。ここは炎症を起こしやすい部位で、 ひところはこれが五十肩のすべての原因と言われたこともある。運動制限は起こらないので、 今は五十肩の始まりの 1 つの様相であると考えられている。
石灰化腱炎	腱板に石灰化(血液中のカルシウムが結晶となって沈着すること)が起きて、突然、激烈な痛みが生じる。腱が破れて周囲にもれ出たカルシウムの結晶が急性の炎症を起こすと考えられている。年をとるとともに起きやすくなる。あまりの痛さのために腕を動かすことができない。 五十肩とよく間違えられるが、X線写真で石灰化が起きているかどうかが一目で鑑別できる。

※これらは重複して起きることもあります。いずれにしてもきちんと診断を受けることが大切です。

### ■ 四十肩・五十肩のおもな治療



四十肩・五十肩は激しい痛みを伴うため、ほとんどの場合、薬で炎症と痛みを抑えることから始まり、次に、肩関節を動かす体操を続けるという2つの柱で行われます。 通院は痛みがひどいうちは週1~2回、その後は1ヶ月に1回ぐらいになるでしょう。//



#### \* 痛みを抑える消炎鎮痛薬

炎症を抑えて痛みを和らげる「非ステロイド性消炎鎮痛薬」や「ステロイド薬(副腎皮質ステロイドホルモン)」を用います。おもに痛みの強さや患者の全身状態などを把握したうえで適切な薬剤を選択します。

消炎鎮痛薬で最も多い副作用は吐き気や胃痛などの胃腸障害です。四十肩・五十肩では短期の使用がほとんどのため、胃の粘膜を保護するための薬を同時に処方することで副作用に対処しています。ただ、副作用についてはあまり神経質にならず、夜も眠れないほど痛みがひどい時など、ずっと楽に寝られるわけですから、賢く薬を使ってください。

#### 〈形状・種類など〉

一番痛みの激しいときは坐薬、そうでもないときは内服薬や外用薬を処方します。

**坐薬**: 投与時間が食事と関係しないため、就寝前や起床後すぐにも使用できるのが特徴です。内服薬より胃腸障害の発生頻度は少ないですが、血液中に薬剤が吸収されて消化管の粘膜の中に入っていくため、胃腸障害の生じやすい患者には他のタイプの薬を併用することで副作用を予防します。

内服薬:空腹時に内服すると胃腸障害が多いため、1日3回食後に内服します。

**外用薬**: パップ剤(湿布薬)やプラスター剤(粘着テープ薬)などがあり、プラスター剤の ほうが薄くてはがれにくいので、患者に好まれるようです。肩にうまく貼れない人に は軟膏や液剤を出すこともあります。



注射: 夜も眠れない、日常生活が本当につらいという時期に、局所麻酔薬にステロイド薬を少し混ぜた「混合注射」を患部に打つと非常に楽になります。ただし、ステロイドは使いすぎると、肩関節の組織の性質を弱めて腱が切れやすくなるなどの副作用があるため、決められた用法・用量の指示に従います。注射後しばらく痛みはとれますが、2~3時間たつと少し痛みがぶり返します。中には効果の無い人もいます。

**神経プロック療法**: 痛みを伝える神経に局所麻酔薬を注射し、その神経が支配する領域をマヒさせて痛みをブロックする方法です。痛みがマヒしている間に腕を動かします。個人差はありますが、効き目は1時間30分から2時間くらい。うそのように痛みが取れます。もちろん、麻酔が切れると痛みはぶり返します。入院の必要はないので、しばらく休憩したあと、その日に帰宅できます。

**関節鏡視下受動術**: 内視鏡(この場合は関節鏡)を使って、関節の中の癒着を剥がし、関節の動きをよくする手術を試みるのも1つの選択肢です。全身麻酔をかけたうえで、医師は関節鏡によって映し出された肩の内部をテレビモニターで確認しながら手術を行います。

#### \*肩の動きを回復させる体繰

四十肩・五十肩では炎症がおさまる過程で癒着(繊維化)が起こり、腕が十分に動かせなくなります。できるだけ早いうちから肩を動かせば、癒着しようとする力を妨げ、癒着を剥がし、運動制限を軽く済ませることができます。運動制限が治まるまで半年~1年間、辛抱強く体操を続けましょう。また、治ってからも体繰を続けていると、もう片方の肩の予防にもなります。医療機関で指導を受けることもできますから、相談するのもよいでしょう。

#### <体操のポイント>

肩を温めてください。肩の血流が不十分なまま始めると、筋肉や腱を傷めてしまい、逆効果になりかねません。入浴後や市販のホットパックやカイロで10~15分間温めてもよいでしょう。また、痛みをまったく感じない運動ではあまり効果は望めません。だからといって無理をすると、腱に弾力がなくなっているために断裂したりするので、「少し痛みを感じるくらい」でとどめ、同じ運動を回数繰り返して行います。痛みがやわらいでいるときに行いましょう。

#### \*四十肩・五十肩の予防

よく作業現場などで仕事前にラジオ体操をしていますが、これはまさに四十肩・五十肩予防といえます。一般的に、肉体を酷使している職業の人に多く発症しそうですが、逆に教職者や事務職などに多い傾向があります。例えば、建築現場では腕を高く上げる作業が多いので発症する可能性が高そうですが、実際になる人の数はデスクワーカーより少ないのです。やはり毎日ラジオ体操をするのがよい結果になっているとも考えられます。

肩関節は年齢とともに可動域が狭くなります。コンスタントに適度に使っていると、長く正常に機能するのではないかと考えられます。普段から適度な運動を習慣にし、肩関節を無理をしない範囲で動かすように心がけてください。

#### **▶▶▶**「前北を見逃さない」「早めに受診」

四十肩・五十肩は突然起こるのでなく、肩に違和感やしびれ感があるなどの前兆があります。これを見逃さず、起こったら肩関節を適度に動かしたり温めることで、症状の進行を抑えることができます。また、異常を感じたら早めに整形外科を受診し、正確な診断のもとで適切な治療を開始することが最も賢明な選択肢です。以上がご参考になれば幸です。



(6) 健康さんぽ 第60号 平成25年10月



### 上部消化管 内視鏡検査 について



#### **■□■ 上部消化管内視鏡検査の特長 ■□■**

胃がんは現在、部位別にみてがんによる死亡の第二位を占めています。胃 X 線検査(バリウム)による検診は短時間に多数の受診者に実施できることもあり、胃がん死亡率を下げる効果が統計学的・科学的に示されています。しかし、胃 X 線検査は病変の存在を示すことはできますが、色調や粘膜の微妙な変化を観察したり、組織を採取して診断を確定させたりすることはできません。

上部消化管内視鏡は食道から胃、十二指腸の一部までの粘膜を、微妙な色調・表面凹凸まで含めて詳細に観察でき、色素散布や組織採取での確定診断ができる強みがあります。このような特長は、食道や十二指腸疾患の診断・治療にも大きく役立っています。また近年、胃粘膜の老化(ペプシノーゲン)とピロリ菌有無で胃がんのリスクを評価し、必要な方に内視鏡検査を実施する方法(ABC検診)も広まりつつあり、効果的な胃がん対策となることが期待されています。

#### 【胃X線検査・内視鏡それぞれの利点】

#### 胃 X 線検査

- ・短時間で多数の受診者に実施できる
- ・内視鏡より安価に実施できる
- ・実績が多く、死亡率減の科学的根拠がある
- 胃の全体的な形を見ることができる

#### 上部消化管内視鏡検査

- ・微妙な色調・表面凹凸など詳細な観察ができる
- ・色素散布や組織を採取できる
- ・放射線被曝なしで実施できる
- 確定診断ができる



### では、当センターでの検査について

当センターでは2013年9月より、特殊な波長の光による詳細な診断も可能な新機種を導入しました。 また胃腸の動きを止める薬剤は、筋肉注射から内視鏡での直接散布に切り替えました。さらに、細くかつ 画質も実用に足る内視鏡の導入を進めるなど、精密検査としても、またオプションでの健康診断項目として もより気軽に受診していただけるよう、対応を進めて参りたいと考えております。

# MEMO (

人間の体の中を直接のぞき、診断や治療に役立てようという取り組みはかなり古くからあったようですが、ある程度実用化されたのは19世紀に入ってからです。初期の内視鏡は細い筒とレンズ、光源を組み合わせたもので、曲がるところがなく硬性鏡と呼ばれました。これは大道芸人が剣を呑む曲芸を参考に作られたものですが、検査には大変な苦痛と危険を伴ったということです。



これらを改善するため、曲げることのできる軟性鏡の開発も徐々に進みました。1950年には東京大学の医師が中心となり、軟性管と小型のカメラを組み合わせて、胃の中の状態を撮影することに成功しました。このため現在でも上部消化管内視鏡はしばしば"胃カメラ"と呼ばれています。ただし、胃の状態は小型フィルムを現像するまで確認することができませんでした。

グラスファイバーを利用して胃の状態を即時に観察できる内視鏡は、1957年に米国で開発されました。その後、先端にCCDカメラを取り付け、画像を電気信号として処理しモニターで観察する電子スコープが実用化され、広く普及しています。

近年、内視鏡の照明に特定の波長の光を使用し、コンピュータで画像処理を行うことで、早期がんなど微小な病変をより発見しやすくする方法が開発されてきました。また検査の負担を軽くするため、スコープの細径化などの改良も進んできています。細い内視鏡ではその分明るさや画質が不十分となりがちでしたが、こちらも近年改善が進んでいます。

9775

## **COPIC**

### インフルエンザワクチン



もうインフルエンザ!?毎年新しく製造されるインフルエンザワクチン。10月から医療機関にて接種 が開始されます。日本では毎年1~3月を中心に流行しますから、流行時期にワクチンの効果が期待で きるようにワクチンを接種することが予防のコツ。特に年少のお子さんは2回接種が必要です。

ご家庭でワクチン接種の計画を立ててみてはいかがでしょうか?

#### 

インフルエンザワクチンの基となるウイルス(ワクチン株)は、国内外のインフル

エンザ情報に基づいた流行の予測から決定されています。 毎年、WHO(世界保健機構)が推奨 ワクチン株を発表し、国内の流行分析、世界の最新情報などを基に、国立感染症研究所をはじめ、専門家によ って日本のインフルエンザワクチン株が決定。各ワクチン製造メーカーによって製造されます。

インフルエンザにはA型、B型、C型といった型があります。A型は、渡り鳥などによって地球規模で運ばれます。 どの型が来年流行するのかという予測は地球規模での動向を分析して行われていますが、パンデミック(世界流 行)を引き起こす可能性もあります。B型は、ヒトと海生哺乳類の一部のみに感染するため宿主範囲は狭く、A型 のようなパンデミックは発生しません。C型は、ヒトとブタに感染してインフルエンザを引き起こします。A型、B型 に比べて稀ですが局地的なエピデミック(※注)を引き起こします。

因みに、ワクチンを製造するのに必要なものは「生きたウイルス( 病原体 )」と「ウイルスを増殖させるために必 要な細胞」です。ウイルスは細菌とは異なり、生きた細胞の中でしか増殖しないという特徴があり、大量に必要と なるため、受精した鶏卵で作られます。未受精卵では細胞が分裂・増殖しませんからね。

※注 一定の地域にある種の感染症が通常範囲を超えて罹患する、またはこれまで流行がなかった地域に 感染症がみられる予期せぬ状況で一定期間に限られた現象のこと。



# 沿つ付表した!



日本は四季折々の味覚があります。その中でも秋はお米の収穫にはじまり実りの秋、食欲の秋という ように特別な季節ともいえるでしょう。新米それから秋刀魚、秋鮭、松茸、栗、銀杏、柿、ぶどう、さつま芋 などちょっと思い浮かべるだけでも山盛りです。旬の新鮮な食材は、手のこんだ料理にするよりも素材の 味を堪能できるような単純な調理方法もおすすめです。みなさんもおいしい秋をみつけてください。

### いつもより少しこだわって秋刀魚を焼いてみましょう



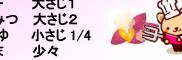
- ▶ まずは身の引き締まった新鮮な厚みのある太った秋刀魚を選びましょう
- ▶ 洗い終わったらキッチンペーパーなどで水気をしっかりふき取り、臭みをとりましょう
- <mark>◆ 振り塩</mark>を全体にいきわたるように振りかけましょう(少し高い位置から振るのがコツ) \*できればマグネシウムなどミネラル分豊富な天然塩がおすすめ! 塩の量は魚の3~4% 焼く15~30分前に振ると味がなじみます
- ◆ 振り塩をして焼く前にもう一度水分をふき取り生臭さをとります。
- ▶ いよいよ焼きに突入! 火加減の基本は<mark>「強火の遠火」</mark>(グリルの場合は火加減を調整) 何度も裏返したり、箸で触ると身崩れの原因になりますのでお気をつけください

### かんたんスウィーツ ▶ヘルシー洋風大学芋

【材料(3人分)】1人前:163kcal

さつま芋 中1本(約200g)

バター 大さじ1 はちみつ 大さじ2 しょうゆ



- ① 洗ったさつま芋は水気のついたままラップでつつみ電子 レンジで3~4分加熱する
- ② さつま芋を好みの一口大にきる
- ③ フライパンにバターを入れて、軽く焼き色がつくように 中火で焼く\*外はカリカリ、中はほっくりのポイント!
- ④ フライパンのはしにはちみつ・しょうゆをいれてフライ パンをゆすりながらさつま芋にからめる
- ⑤ 黒ごまをふりかけてできあがり!



(8) 健康さんぽ 第60号 平成25年10月



## 第3回「神」の折り紙を目指して



環境管理課 松本 翔

「おりがみの日」というのがあるのをご存じですか?

11月11日、数字の1が4つ並ぶこの日は、1を一辺と見立て正方形の4辺を表すこと、また世界平和記念日にもあたり、折り紙の平和を願う心と通じるものがあるということで、1980年に日本折紙協会によって制定されたそうです。

私が折り紙に興味を持ち始めたのは、小学校高学年の頃でした。きっかけは、偶然テレビで折り紙の番組をやっていて、その中で様々な作品を見て「自分でああいうものを作ってみたい」と思い、始めました。

小さい頃から細かい作業は好きで、買ってもらった折り紙の本を読みながらたくさんのものを作っていきました。その中でいつからか、どこまで小さく折れるのだろうと思い、小さな紙を使って折り紙をするようになりました。そして今では折り鶴なら1cm四方の紙で作れるようになりました。

最近は目標としていた「折り紙の神」、「神の手を持つ男」と呼ばれている神谷哲史という方の作品に挑戦しています。複雑な折り方や紙の厚さ、脆さに悩みながらも、なんとか完成させたときの達成感は今までにはないものでした。これからも多くの折り紙に挑戦して、機会があれば披露したいと思います。



### 「新日鐵住金かずさマジック」出場!

\*第39回 社会人野球日本選手権\*

開催場所 : 京セラドーム大阪

開催期間: 10月28日(月)~

11日間

#### 看護師募集

① 募集人数: 若干名(正看護師、准看護師)

② 形態: 正職員(パート職員を希望される方は相談に応じます)

③ 勤務地: 君津健康センター施設内および巡回健診

④ 勤務時間: 8:15~17:00(休憩45分)

⑤ 給与: センター給与規程に基づいて決定する

⑥ その他: 詳細はお問い合わせ下さい

(募集期間:平成25年12月末迄)

【連絡先】 電話番号 0439-55-6889 総務部 松本

### 編集後記

マドリード有利といわれた逆風をはね返し、大差で東京に決まった2020年のオリンピック。決まった瞬間、関係者の歓喜とともに日本中が喜びで沸騰した。

逆算すると前のオリンピックの時は中学生ということになるが、「東洋の魔女・河西選手」「マラソンの 円谷選手」、そして「首都高速道路」、断片的かつ白黒のイメージしか記憶にない。56年ぶりということで オリンピック初めての方が圧倒的に多いと思う。みんなで盛り上げ、じっくりと楽しみたいものである。

世界最速のスピードで高齢化が進む日本、20年も続くデフレ、リーマンショックや3.11の追い討ち、成長軌道に 戻れるのか疑心暗鬼に覆われていた日本経済。確たる景気回復は実感できないものの、漸く動き出したタイミング での吉報は「アベノミクス第4の矢」に加えてもおかしくない。「経済効果は2兆9000億円、2020年まで平均すると 年間4230億円、GDPの0.1%にも満たない」やや控えめともとれる新聞論調もあるが、世界の方々を「おもてな し」の心で迎え入れ、ギクシャクする隣国との相互理解を深め、被災地の応援にも一層の弾みがつく。こうなると 「サイコー!」。事がうまく運ぶようにと思うのは誰しも同じだろう。 (K.O)

\*\*\* 「健康さんぽ」はホームページでもご覧いただけます \*\*\*