

# 健康交差点

企画:日本医師会  
No. 17

健康交差点では、  
皆さんからの  
ご意見・ご要望を  
お待ちしております。

日本医師会  
「健康交差点」

〒113-8621 東京都文京区本駒込2-28-16  
FAX: 03-3946-6295  
Eメール: kousaten@po.med.or.jp

## 体調管理も仕事のうち？

古市幸子  
(アナウンサー)

想 像はしていましたが、仕事を始めてみて、「アナウンサーって本当に体力勝負だなあ」と実感しています。もともと、規則正しい生活が好きなのは、毎日の起床、就寝、食事

時間がバラバラな生活に最初は面食らい、新入社員時代は疲れのあまり休みの日に一日中起き上がれなかったことも…。

そんなハードな生活を送りながらも、生き生きと仕事をしている先輩アナウンサーを見て、「こんな生活していて、先輩たちはなんで元気で疲れも顔に出ないの?」と不思議でしたが、仕事をしてその楽しさを覚えていくうちに、目の前にあることに一

生懸命取り組むことがいちばんのエネルギーになることに気づきました。そう思える仕事に出会えたことに、本当に感謝しています。

でも、体調管理も仕事のうち。「たかが風邪」も仕事の敵。うがい・手洗いは欠かさないようにしています。時々、ただ寝るだけの休日をお過ごすのも、健康の秘訣かも知れません。



日本医師会ホームページでもご覧いただけます。 <http://www.med.or.jp/kousaten/>

## 現物給付制度ってなに？

日本の医療保険制度は、被保険者（患者さん）に、医療サービスそのものを給付する制度、つまり「現物給付」になっています。お金のあ

るなしに関係なく、だれもが同じ医療を平等に受けることができるのです。

「お金を払えば、特別な医療が受けられることにすべきだ」という人もいます。でも、もしそうしたら、すべての国民に平等な、今の医療保険制度が破壊されてしまうのです。



待合室に掲示し、患者さんにお見せください。