

# 健康交差点

企画：日本医師会  
No. 32

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います。医療に関する川柳も募集しています。

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

## 「仕事日のホテル」

財津 和夫 (歌手・ミュージシャン)



コンサート・ツアーを長年やっている、ホテル暮らしが長くなります。たつぷりと睡眠をとることが健康の秘訣です。

まず、部屋選びです。道路に面しておらず、エレベーターや自動販売機から遠く、そして従業員通用口からも遠いこと。すべての条件を満たす部屋はなかなかありませんが、できるだけ静かな場所を選びます。次に乾燥対策。ホテルはとても乾燥しています。そこで、加湿器を部屋にいつも二台置きますが、万が一のために小さな加湿器を持ち歩いていきます。濡れタオルを床に敷くことも。どんなに寒くても暑くても冷暖房はオフにし、それでも嫌な予感がするときは、マスクをつけて眠りにつくのです。

というわけで、私にとって商売道具である“のど”は守られるはずですが、必ず良い結果を得られるとはかぎりません。結局は環境の変化にビクともしない自分の体力づくりが大切なのだと思います。とまれ周りのスタッフの協力は欠かせません。いつもありがとう。

### 全国の医師の数をご存知ですか？



全国にどのくらいの医師がいるかご存知ですか？

平成14年末時点の全国医師数は262,687人です。病院の医師は約16万人、診療所医師が約9万人、その他約1万人で、主たる診療科名別にみると、内科 外科 整形外科 小児科 の順になり、小児科医は微増しています。

男性医師数は、全体の84.4%、女性医師数は15.6%ですが、29歳以下の若い医師の3人に1人は女性医師です。今後も若い女性医師は増加傾向にあるといえます。

待合室に掲示し、患者さんにお見せください。