

# 健康交差点

企画: 日本医師会  
No. 38

## 自分の体を知ること

桂 歌丸 (落語芸術協会会長)

### 祖

母に育てられたので、大変わがままな少年時代だった。歳を取ってから、それがマイナスに働いたこともあるが、今の時代は、お年寄りに育てられた人間の方が、あいさつにしろ、歩き方や箸の持ち方にしろ、常識を持っているような気がする。お年寄りと同居している家庭が本当は一番良いのかも知れない。趣味の釣りは長く続いていて、夏はダム湖をエンジン付きボートで遡ってイワナ釣りに行き、冬は相模湖にワカサギ釣りに出かけていく。釣竿の本数も相当貯まってしまったが、タナゴ竿のように使えなくなった竿も多いのが残念だ。ブラックバス等の外来魚を心無い人たちが無節操に放流した結果、日本の河川の生態系がかなり壊れてしまったからだ。基本的に何もしないことが私の健康法だが、年一回の人間ドックは四十年近く継続中だ。また、信頼のできる近所のかかりつけ医を持つことも一つの方法だ。以前のデータがあるので、自分の体を知り、管理できるからだ。



トで遡ってイワナ釣りに行き、冬は相模湖にワカサギ釣りに出かけていく。釣竿の本数も相当貯まってしまったが、タナゴ竿のように使えなくなった竿も多いのが残念だ。ブラックバス等の外来魚を心無い人たちが無節操に放流した結果、日本の河川の生態系がかなり壊れてしまったからだ。基本的に何もしないことが私の健康法だが、年一回の人間ドックは四十年近く継続中だ。また、信頼のできる近所のかかりつけ医を持つことも一つの方法だ。以前のデータがあるので、自分の体を知り、管理できるからだ。



## 混合診療ってなに？

最近、「混合診療」という言葉をよく目にしますが、その意味をご存知ですか？「混合診療」とは、健康保険の範囲内の方は健康保険で賄い、範囲外の分を患者さん自身が費用を支払うことで、費用が混合することですが、日本の健康保険制度ではこれまで禁止されてきています。一見、便利そうに見えますが、「混合診療」が導入された場合、健康保険による診療範囲の縮小や患者さんの経済的負担増、お金の有無による不公平などを招く危険性があるといえます。

### 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-Mail: kousaten@po.med.or.jp

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/>

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。