



令和6年1月1日、能登半島地震が発生し、多くの方々の命が奪われ、多くの方々が被災されました。心からご冥福をお祈りし、一日も早い復興を願うばかりですが、また何時同じ事が起こるか分かりません。能登半島の地図を180度回転し、南北を逆に見ると、丁度千葉県の様に見えます。ということは、千葉県も房総半島の道路が寸断されれば、復興にかなりの時間が必要だと思われれます。

こここのところ千葉県周辺でも地震が頻発し、大地震が起こるかも知れません。各地区の医師会は、災害医療について議論し、準備もしていますが、各家庭や個人では如何でしょうか？ 連絡が取れなくなった場合の集合場所や、避難場所を話し合った事が有りますか？ 「津波でんでんこ」と言われるように、瞬時の個人の判断で生死が決まる場合もあります。もう一度、何時何処で災害に遭っても困らないように、各自で確認してみても如何でしょうか？

「天災は、忘れた頃にやってくる」 明日は我が身かも知れません。

21世紀を「健康の世紀」に…。その願いから「ミレニアム（新千年紀）」と名付けました。

# ミレニアム millennium

2024 June

第 89 号

## 目次

### 特集

膵臓の病気〔前編〕  
何の前触れもなく激痛に襲われる  
「急性膵炎」について 1

### スポーツコーナー

夏場の運動について  
～室内の運動で体力維持～ 5

### からだのソラシド♪ マナボット

「オーバードーズ」について考えてみよう 6

### 千葉県インフォメーション

- ・認知症のことでお悩みではありませんか？
- ・健診は毎年受けましょう！
- ・梅毒の患者が増え続けています！ 8

### 元気からだ! Q&A

認知症の予防薬  
最新の治療薬について 10

### 子ども相談室

妊婦と赤ちゃんのビタミンD不足について 11

### 旬食野菜クッキング / 医師会インフォメーション

きゅうりのごまあえ  
まちがい探し 12

\* 本誌に掲載された情報は2024年5月末時点のものです。  
\* 転載・複製をご希望の方は、(公社)千葉県医師会広報係までご一報ください。