

井上病院 伝言板

第232号 平成29年3月



井上病院

医療を通じ地域の方へ安心を提供すること
絶え間ない質の改善を行うこと
自分や自分の家族がうけたい医療を行うこと
働きがいのある明るい職場を作ること

理念

～始まりと終わり～



3月は日本の官公庁は年度末を迎えます。この年度とは「会計年度」のことを指します。

民間企業も、官公庁に合わせ3月を決算とする企業が多いかと思えます。他にも物資年度といって米穀年度(11～10月)、砂糖年度(10～9月)、酒造年度(7～6月)等が各種生産物の生産や収穫などの時間的計算単位として設けられているようです。

さて、官公庁等で用いられている一般的な会計年度はなぜ4～3月となっているのでしょうか。

これにはお米の収穫が関係していました。新年度とお米、全く関係なさそうなのに不思議な話ですよ…

年度始まりが4月と定められたのは、明治時代の1886年に遡ります。当時の政府の税金収入源は農家のお米でした。秋に収穫したお米を農家が現金に換えて納税し、それから予算を編成していくと、1月では間に合わなかったという事情があったのです。また、当時日本にとって重要な国だったイギリスの会計年度が4月だったことも関係しているようです。

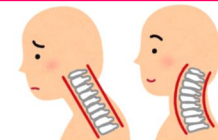
日本のように暦年と会計年度が異なる国もあれば、同じにしている国もあります。例えば同じなのはフランス、ドイツ、ロシア、中国、韓国など。日本と同じ4～3月なのはイギリス、カナダ、デンマーク、インドなど。7～6月にしているのはオーストラリア、ノルウェー、スウェーデン、ギリシャなど。10～9月もあります。アメリカ、ハイチ、ミャンマーなど。パッと見てもバラバラで、地域ごとにまとまっているわけではありません。日本の米のように、その国ならではの理由があるのでしょうか。

最後にもう一つの年度「学校年度」をご紹介します。日本は会計年度と同じ4～3月ですが、多くの国は別になっていて、アメリカをはじめ全世界の7割は秋入学制度を採用しています。日本でも秋入学について様々な議論が交わされているようです。

暦年に次ぐ大きな節目である3月、4月。節目と門出の季節とも言えます。別れと出会いも多くあるでしょう。悔いのないように年度末を迎え、新たな気持ちで4月のスタートがきれるよう準備を整えたいものですね。

(参考サイト：ライフデザインコンサルティング毎月レポート)

ストレートネックではありませんか？



ストレートネックというのは現代病のひとつ、真っすぐに歪んでしまった首のことを言います。「真っすぐに歪む」とはおかしなことを言っているようですが、首は曲がっているのが正常な状態で、大体30～40度位に曲がっているそうです。本当はゆるいカーブであるはずの首が、何らかの原因で真っすぐに歪んでしまった状態になっているのがストレートネックと呼ばれています。

考えられる原因としてはデスクワーク、読書や手芸、PCでの事務作業、スマホやタブレット、ゲーム機器の操作など…どれも前かがみの姿勢のままで長時間過ごしてしまいそうなものばかりです。スマホの普及によりますます症状が出る人が増えているとのことです。ストレートネックは厳密に言えば病名ではありませんが、様々な症状を引き起こすことになりかねません。

起こり得る症状としては、肩こり、首こり、手のしびれ、頭痛、めまい、自律神経失調症、椎間板ヘルニア、吐き気、逆流性食道炎、首が動かない、肩があがらない、二重あごになる等があり、たくさんの症状の原因となってしまうようです。

ストレートネックの状態になると、頭を支える頸椎に大きな負担がかかり、骨と骨の間でクッションの役割をする椎間板の弾力が失われてしまいます。さらに首の周りの血流も悪くなるそうです。

また、自覚症状がない状態で長続きして症状が出た時には重症化していることもあるので、自分の状態を把握しておく必要があると思います。

病院でレントゲンを撮ることが一番良い方法ですが、右のイラストのように4箇所が壁に自然につくか、つかないかで自己診断ができますので参考までにお試しください。休憩時間を設けたり、ストレッチをするなどして予防することも大事です。

