

先生/ Mr. Harrison (ジェフリー・スイガム)

生徒/ Sakura (多田記子)

生徒/ Yoko (金納ななえ)

Part I: Grade Pre- 1

Mr. Harrison:

こんにちは。このクラスを教えるハリスンです。  
ディスカッションを始めましょう。大きな声で発言してください。  
このクラスは、英検準1級対象です。

Hi. I'm Mr. Harrison, and I'm the teacher for this class.

Let's start our discussion. Please speak clearly when you give your opinion.

This class is for Eiken Grade Pre-1 level listeners.

いま日本では、高齢者が増え続けています。高齢になると病気になりやすく、治療が必要になる人も増加します。そのため、病気の人すべてを受け入れることができない病院が出てきています。政府は、「在宅医療 (home medical care)」を推進し、その体制づくりを進めています。今日は「医療」を共通テーマに、このクラスでは「在宅医療の必要性が増している社会的背景」に関して話し合しましょう。

The number of elderly people in Japan is increasing these days. As they age, they're more likely to get sick and require medical treatment, and this had led to a shortage of hospital beds. The government is therefore promoting what is known as "home medical care" and is working to set up a system for it.

Our theme for all the classes today is "Medical Care," and in this class we'll be discussing "the social background which makes home healthcare services a necessity."

It's Discussion Time!

Mr. Harrison:

そもそも「在宅医療」とは、患者が自宅で受ける医療サービスのことです。  
現在、国は在宅医療を推進しており、自宅で療養し最期を迎えることができる体制づくりを進めています。

さっそくですが、在宅医療の必要性がなぜ増しているのか意見を聞かせてください。

The government is currently promoting home medical care and working to establish a system where people can receive nursing care to live out their last days at home.

So, to start off, I'd like to hear your opinions about why home medical care is becoming more necessary.

Sakura:

高齢化が進み、病院が、病気の人すべてを受け入れる余裕がなくなっているからだと思います。

Japan's society is aging, and Japan's hospitals don't have enough beds for all of the patients.

Mr. Harrison:

その通りですね。将来推計人口などによると、2010年からの30年間で75歳以上の人が800万人以上増えます。入院までの待ち時間はさらに長くなるでしょうし、限られた医療資源の分配も懸念されています。

このような状況下では、医療機関以外で病気の人に対応することが求められますね。その手段の一つが在宅医療でしょう。

では、在宅医療の必要性について、別の理由も考えられますか？

That's true.

According to population forecasts, the number of people over the age of 75 is going to increase by over 8 million between 2010 and 2040. Waiting times for hospital admissions will increase, and there are concerns about how to allocate limited medical resources.

In such circumstances, we'll need other ways to deal with ailing people besides hospitals. One way to do so would be to have home medical care.

So, can we think of any other reasons that home medical care is necessary?

Yoko:

国の財政負担を減らすことが挙げられると思います。

さくらさんが言ったように、高齢化社会の日本では医療面に影響が出てくると思います。

It would help to relieve the government's financial burden.

Sakura was talking about the aging of society, and healthcare could be affected by it.

Mr. Harrison:

興味深い発言です。続けてください。

That's an interesting idea. Tell us more.

Yoko:

現在、国民の医療費は一部を国が負担しています。

高齢化に伴って病院にかかる高齢者の数が増えると、医療費がさらにかさむと思います。

Right now, the government covers a certain percentage of people's healthcare costs. As society ages, the number of people going to hospitals will increase, and medical costs will increase even more.

Mr. Harrison:

その通りですね。

この先高齢者がさらに増え、若者は減ると考えられています。

年金、医療、介護などに関わる社会保障費は毎年1兆円ずつ増え続けています。

医療費の削減は国にとって重要な課題と言えます。在宅医療はその解決策の一つとなるか

もしもありません。

では、他に何かあるのでしょうか？

That's right.

In the future, the number of older people will increase even more, while the number of young people will decline.

Social security costs, including pensions and medical and nursing care costs are increasing by a trillion yen every year.

Reducing medical costs is a significant challenge for the government right now. Home medical care may be one way to solve the problem.

So, any other ideas?

Sakura:

在宅医療を受けたいと考える患者の希望もあるのではないのでしょうか。

Some patients may prefer to receive medical care at home.

Mr. Harrison:

なぜそう思いますか？

Why do you think that is?

Sakura:

移動が困難な高齢者が医療を自宅でも受けられるのはうれしいことだと思います。

また、重度の病気の場合、家族がそばにいることで安心する人は多いはずですよ。

I think elderly people who have trouble getting around would be glad to be able to receive medical treatment at home.

And there are a lot of people who would get peace of mind from having their family around them especially if they came down with a serious illness.

Mr. Harrison:

さくらさんの想像は、当たっています。

というのも、全国の55歳以上の男女を対象にしたとある調査によると、「治る見込みがない病気になった場合どこで最期を迎えたいか」の問いに、半数以上の人々が「自宅」と回答したそうです。

さまざまな理由によって、在宅医療の必要性が増していると考えられます。

では、今後在宅医療をより充実させるには、どうしたらいいのでしょうか？

Sakura, you've hit on an excellent point.

In a nationwide survey of men and women 55 years and up, more than half answered that they would like to spend their final days at home if they had a fatal illness.

There are a lot of reasons that home medical care is becoming more important.

So, what do you think we can do to expand home medical care?

Yoko:

私は、自宅で使える医療機器の開発がもっと進むといいと思います。

I think it would be good if they could develop more medical devices that could be used at home.

Mr. Harrison:

例えば、どのような機器？

For instance?

Yoko:

例えば、医師や、離れて暮らす家族が、患者の体調をいつでも確認できる機器があるといいと思います。

Well, it would be good if there were devices that allowed doctors and family members who were not living with the patients to check on the patient's medical condition at any time.

Mr. Harrison:

それはいいアイデアですね。

実際に、普段の健康データを収集し、医師と共有できるサービスがあります。

また、患者の体調の変化を感知できるベッドも発売されています。

他にはどうですか？

That's a good idea.

Actually, there are services that collect day-to-day health data and share it with doctors.

And you can buy beds that alert you to changes in a patient's condition.

Any other ideas?

Sakura:

医療関係者同士の連携をスムーズに行うことが重要だと思います。

自宅へ訪問するのは医師だけでなく、看護師や薬剤師なども必要だと考えます。

その際に、患者の情報や治療方針について連携をとることが求められると思います。

I think it's important to have good coordination between the people treating the patient.

In addition to the doctor who visits someone at home, the nurses and pharmacists have to be included. In that case, there has to be coordination regarding the patient's information and treatment plan.

Mr. Harrison:

それは大事なポイントですね。

実際に、医療関係者が一体となって対応する「チーム医療」の重要性が在宅医療でも高まっているようです。また、地域の大きな病院が診療所、薬局、介護施設などと共に、在宅患者を支える取り組みが広がっています。

他に何か思いつきますか？

That's an important point.

It's also becoming more important in home medical care for all the medical personnel to work as a team. And, more large regional hospitals are unifying their treatment facilities, pharmacies, and nursing care facilities to support patients receiving home medical care.

Can you think of anything else?

Yoko:

さくらさんが言った医療側の連携と同様で、患者同士のつながりも持てるとよいのではないのでしょうか？

つまり、過去に同じ病気を経験した人に病気や薬の副作用などについて相談できる仕組みがあるといいですね。患者にとって医師以外に、気軽に相談できる人がいると心強いのではないのでしょうか。それに医師の診察時間を効率的にすることもできると思います。

Sakura was saying that providers of medical service should cooperate. But isn't the same true for patients?

I mean, it would be good if there was a way for patients to consult with people who had experienced the same illness. They could talk about side effects of the sicknesses and the medicines they take. It would be reassuring for patients if there was someone besides the doctor that they could talk with in a casual way. That would also be more efficient for doctors in terms of time spent seeing patients.

Mr. Harrison:

それもいいアイデアですね。

医師が患者1人にかかる時間は限られています。

実際に、患者同士で支えあう場はいろいろあります。そのような患者の会は、同じ病気や障害、症状など、共通する病気の体験を持つ人たちが集まり、自主的に運営しています。お互いの悩みや不安を話し合ったり、情報を交換したりします。会によっては、患者のためにより実質的な支援を用意しています。

That's a good idea.

The amount of time a doctor can spend with each patient is limited.

Actually, there are already various places where patients can receive support. These sorts of patients' associations are independently run, and people with similar sicknesses, disabilities, and symptoms can get together. They can talk about their worries and uncertainties, and exchange information. And, depending on the association, they may also have more substantial support services for the patients.

今回のテーマは「在宅医療の必要性が増している社会的背景」でした。

英検準1級対象でした。このあとは2級&準2級です。

Our topic today has been "the social background which makes home healthcare services a necessity." This class was for Eiken Grade Pre-1 level listeners.

The class for Grade 2 and Pre-2 levels is next.

## Part II Grades 2 & Pre-2

Mr. Harrison:

こんにちは、皆さん。

いよいよディスカッションがスタートします。他の人も意見もよく聞きましょう。

このクラスは、英検2級・準2級対象です。

Hello, everyone! It's time to start our discussion. Let's listen carefully to what other people have to say. This class is for Eiken Grade 2 and Pre-2 level listeners.

地域の病院や診療所、薬局などが一体となって、在宅の患者を支える取り組みが広がっています。在宅医療とは、患者が自宅で受ける医療サービスのことです。

Hospitals and doctors are working together with pharmacies to provide service at home for patients. This is called "home medical care."

今日は「医療」を共通テーマにしています。

このクラスでは、「大病院と診療所、どちらへ行くか」について話し合います。

Today's overall theme is "Medical Care". In this class, let's talk about "whether you choose to visit a large hospital or a smaller medical clinic."

### It's Discussion Time!

Mr. Harrison:

皆さんは、体調が悪い時、お医者さんに診てもらったことがあるでしょう。

I'm sure that each of you has gone to the doctor before when you were sick.

でも議論の前に、日本人と外国人の間の一般的な考え違いに触れておきます。

体調が悪く医師に診てもらう場合、日本ではしばしば「病院に行く」といいますね。しかし、同じことを英語で "I'm going to the hospital" と言った場合、それを聞いた人はとても心配するでしょう。西洋諸国では "hospital" は、医者がたくさんいて設備も整った、いわゆる大学病院で、通常は急患や予定された手術をする場所です。ですので、日常診療の場ではありません。

例えば、皮疹や背痛のような軽症の病のためには、「診療所、クリニック」に行きます。ここは、そこまで深刻でない病気を診てくれる、ほんの数人の医師がいるより小さな医療施設です。

ですから、もし軽い病で医師に診てもらう場合は "I need to see the doctor." か "I'm going to the doctor." と言いましょ。

Before we start our discussion, though, I'd like to mention a common misunderstanding between Japanese and people from overseas. When you are sick and need a doctor's advice, in Japan, people often say, "I'm going to the hospital." However, if you say this in English, the person you're talking to will feel very worried. That's because in many Western countries, hospitals are normally places for emergencies or scheduled surgeries, and not for everyday examinations.

For minor sicknesses like, for example, a skin rash or back pain, people go to a medical clinic.

This is a smaller place with only a few doctors who examine people and take care of less serious problems. So, if you are visiting a doctor for a minor sickness, you should say "I need to see the

doctor.” or “I’m going to the doctor.”

さっそく、議論を始めます。

皆さんは、ひどい腹痛だったら、例として、どこへ行きたいか、質問します。

Now, to start our discussion, I would like to ask you where you would go if you had a really bad stomachache, for example?

Sakura:

私は、クリニックよりも大病院へ行くとおもいます。

I would choose a big hospital over a clinic.

Mr. Harrison:

それはなぜですか？

Why is that?

Sakura:

一度に複数の科で受診できるからです。

お医者さんはそれぞれ専門領域を持っていますよね。さまざまな科で検査ができれば、原因を特定しやすいと思います。

Well, I could get examined by different types of doctors at the same time.

Each doctor has a specialty, so I think they could find out exactly why my stomach hurt.

Mr. Harrison:

なるほど。大きな病院で診察を受けると、さまざまな医師の検診を受けることができるため、不調の本当の理由を見つけることができるということですね。

ではよう子さんはどうでしょう。

I see. So, you are saying that the different types of doctors at a large hospital can examine different parts of your body to find the true cause of your stomachache. How about you, Yoko?

Yoko:

私は、さくらさんとは違い、近所の診療所へ行きます。

Unlike Sakura, I would go to a doctor’s office in my neighborhood.

Mr. Harrison:

それはなぜですか？

Why would you do that?

Yoko:

安心するからです。

私は、腹痛や風邪のように、よく起こる病気の場合、いつもかかりつけの医師に診てもらいます。昔からお世話になっている診療所なのでリラックスできます。

I feel comfortable there. When I have a common sickness like a stomachache or a cold, I like to

go to the same doctor that I always go to.

I have been going there for a long time, so I feel relaxed.

Mr. Harrison:

そうですね。おっしゃるとおり、長年通っている診療所なら先生やスタッフの人たちは、よう子さんの病歴を知っているのでしょう。より安心感がありますね。

では、さくらさんにふたたび。大病院を選ぶ理由は他にもありますか？

Yes, as you say, if it's a place that you have been going to for a long time, the doctor and other staff know you and also your medical history. You can feel more secure.

Now, back to Sakura, are there any other reasons that you would choose a large hospital?

Sakura:

はい。あらゆる設備が整っていて、より高度な医療を受けられるからです。

Yes. Large hospitals have all types of medical equipment so they can give me better care.

Mr. Harrison:

そうですね。大病院は、多くの検査と治療用の設備を持っています。

あらゆる種類の問題に準備が整っているということがわかっていて安心感があります。

では、診療所へ行くというよう子さん。

もっと小さい診療所を選ぶ理由は他に何かあるでしょうか？

Yes, large hospitals have equipment for many types of examinations and treatments.

You can feel safe knowing that they are ready for all sorts of problems.

Now, Yoko, can you tell me any other reasons that you would go to a smaller doctor's office?

Yoko:

診療所の場合、待つ時間も少ないですし、近所にあることが多いので、定期的に通う際に便利です。

Well, at doctor's offices or clinics, the wait time is usually short and they are often in the neighborhood, so it is also easy to go there for regular checkups.

Mr. Harrison:

二人ともたくさん意見が出ますね！他に何かありますか？

You both have many good points. Is there anything else?

Sakura:

よう子さんの言うように、近所にある診療所は確かに通いやすいと思います。

一方で、大病院だと院内に薬局があることが多いので、便利です。

Well, I do agree with Yoko about one thing. As she said, doctor's offices are often nearby so it is very convenient. On the other hand, hospitals often have their own pharmacy, so they are also convenient in their own way.

Mr. Harrison:



なるほど。

大病院は薬局、そしてコンビニエンスストアやレストランがあるということも多いですね。  
That's true. Many hospitals have pharmacies, and some even have convenience stores and restaurants, too.

Yoko:

はい。大病院だと地方から来る患者さんも多いです。そのため、一つの病院内で全ての用事を済ませることができるようになっているのだと思います。

Yes, some people come from far away to visit large hospitals, so they can get everything they need in one place.

Mr. Harrison:

皆さん、意見を聞かせてくれてありがとうございます。

大病院と診療所、どちらも必要な時もありますし、どちらかを優先して選ばなければならない時もあると言えます。

例えば、ある時、近所の歯科に行きましたが、かかりつけ医師から大病院を紹介してもらったことがあります。それから、例えば深夜に体調が悪くなった際は、かかりつけ医師より、急患として受け入れてくれる大病院に行く必要があると思います。

自分の状況に合わせて医療機関に行くことが重要です。

Thank you for all your input, everyone. To wrap up, I'd like to mention that there are also times when we need both hospitals and doctor's offices, or must choose one over the other.

For example, one time I went to my neighborhood dentist, but he said that I needed more specialized treatment, so he sent me to a large hospital with a specialist.

Or sometimes, when a usual medical problem happens late at night, we have to go to a big hospital that is open rather than our usual doctor.

It is important to be able to go to a doctor that matches our needs.

今回は、「大病院と診療所、どちらへ行くか」についてディスカッションしました。

英検2級&準2級対象でした。このあとは、3級&4級です。

This time we discussed "whether you choose to visit a large hospital or a smaller medical clinic."

That is all for Grades 2 and Pre-2. Coming up next is Grades 3 and 4.

### Part III Grades 3 & 4

Mr. Harrison:

こんにちは、皆さん。

ディスカッションを始めましょう。準備はいいですか？

このクラスは、英検3級&4級対象です。

Hello, everyone.

Let's start our discussion. Are you ready?

This class is for learners at Eiken Grade 3 and Grade 4 level.

高齢者が増えるにつれ、病気の人すべてを受け入れる余裕がない病院が出てきています。  
今日は、このニュースを踏まえて「医療」を共通テーマにしています。

As the number of elderly people increases, there are more and more hospitals which are full and cannot accept any more patients.

Given this news, today's overall theme is "Medical Care."

このクラスでは、「病気の予防法」について話し合いたいと思います。  
病気の中には、生活習慣が大きく原因に関与していることが明らかになっています。

In this class we'll talk about "ways to prevent illness."

It's becoming clear that lifestyle habits play a big role in causing illnesses.

### It's Discussion Time!

Mr. Harrison:

皆さん、日ごろから健康に気をつけていることがあれば教えてほしいのですが、その前に今の健康状態を教えてください。

Before we start talking about ways you can stay healthy, I'd like you to tell me just how healthy you all are right now.

Sakura:

私は健康だと思います。大病をしたことはありません。

I think I'm healthy. I've never been seriously sick.

Mr. Harrison:

すばらしいですね。今のところ、学校を無欠席ですよ。

よう子さんは、健康ですか？

That's wonderful. You've also never been absent from school.

Are you healthy, Yoko?

Yoko:

少し咳が出ますが熱はありません。

Well, right now, I have a slight cough but no fever.

Mr. Harrison:

よう子さん、大丈夫ですか？

お大事にしてください。

Are you alright?

I hope you're taking care of yourself.

Yoko:

ええ、大丈夫です。ありがとうございます。

Yes, I am. Thank you.

Mr. Harrison:

さて、みなさんは日ごろから健康でいるために、何かしていることはありますか？  
So, what do you do to stay healthy?

Yoko:

私は虫歯にならないように、歯を1日3回磨くようにしています。  
I brush my teeth three times a day so that I don't get any cavities.

Mr. Harrison:

いい習慣ですね。他にはありますか？  
That's a good habit. Anything else?

Yoko:

十分睡眠を取るようにしています。1日7時間以上寝ることを心がけています。  
I make sure that I get enough sleep. I try to get over 7 hours of sleep every night.

Mr. Harrison:

そう、それは実に重要です。  
日本の子どもの睡眠時間は世界と比べて、短いとされています。  
実際に慢性的な寝不足状態にある人は、生活習慣病にかかりやすいことが明らかになっています。生活習慣病とは毎日のよくない生活習慣の積み重ねによって引き起こされる病気のことです。  
さくらさんは、日ごろから健康に気をつけていることは、ありますか？  
Yes, that's really important. It's said that Japanese children don't sleep as much as children in other parts of the world.  
It's becoming clear that people who are chronically sleep deprived are more likely to have lifestyle-related diseases.  
Lifestyle-related diseases are illnesses that occur because of different choices in lifestyle habits.  
So, how about you, Sakura?

Sakura:

私は、風邪をひかないように、家に帰ったら、手洗いうがいをしています。  
I wash my hands and gargle when I get home so that I don't catch a cold.

Mr. Harrison:

いい習慣ですね。ほかに気をつけていることはありますか？  
That's a good habit. Is there anything else that you do?

Sakura:

人ごみではマスクをつけて、病気を予防しています。

それから、食べすぎて太らないように注意しています。

I also wear a mask to prevent illness when I'm around a lot of people.

And, I try not to eat too much and become overweight.

Mr. Harrison:

それはいいことです。

肥満は、しばしば多くの病気の原因にもなります。

標準体重を超えたら、体重を気にすると良いかもしれません。

さて、生活習慣病のリスクを高めるメタボリック症候群にならないために、どんなことをすればよいと思いますか？

That's good. Obesity often leads to many other illnesses.

If you are over average weight, it may be a good idea to watch your weight very carefully.

So, what do you think are some things you can do to avoid being overweight, which increases the possibility of lifestyle-related diseases?

Sakura:

定期的に健康チェックをするとよいと思います。

学校では、年に1回、身体検査を実施してくれます。

I think having a regular health checkup is good.

We have a physical exam once a year at school.

Yoko:

栄養バランスのよい食事と、適度な運動をするとよいと思います。

I think eating balanced meals and exercise are important.

Mr. Harrison:

お二人ともその通りです。

ちなみにみなさんは健康的な体であることを教えてくれる指標を知っていますか？

BMI 数値といい、算出するのはとても簡単です。

体重（キログラム）を身長（メートル）の2乗で割ったBMI（体格指数）を25未満にするのが目標値となります。

肥満と不健康にならないように、日ごろから健康に気をつけたいですね。

I agree with all of the above.

By the way, do you know that there is an indicator which tells you whether you're healthy or not?

It is called "BMI", or "body mass index", and it's very easy to work out.

Your BMI can be calculated by dividing your weight in kilograms by the square of your height in meters.

You should try to keep this number under 25.

So, I hope you all will maintain a healthy lifestyle, so as not to become overweight and unhealthy.

さて、今日は、「医療」をテーマに話し合いました。最初は、「在宅医療の必要性が増している社会的背景」について考えてみました。2つ目のパートでは、「大病院と診療所、どちらへ行くか」について話し合いました。そして最後のパートでは、「病気の予防法」についてでした。リスナーの皆さんは、どれくらい理解できましたか？

Today's overall theme was "Medical Care." In the first part, we talked about "the social background which makes home healthcare services a necessity." In the second part, we talked about "whether you choose to visit a large hospital or a smaller medical clinic." And in the last part we talked about "what we do to prevent illness."

To our listeners, how much did you understand?

今週の番組内英語のセリフとその日本語案内、ディスカッションの参考記事は、番組のウェブサイト (<http://www.radionikkei.jp/lr/>) に掲載しています。

次回は、「クルマ」について、ディスカッションします。

The Japanese and English transcriptions for this session, as well as the referenced article, are available on the program website.

Next week, we'll be discussing "Cars."

©NIKKEI RADIO BROADCASTING CORPORATION