

平成25年11月30日

砺 波 医 師 会 誌
杏和だより
第200号
第200回発行記念号

◇◇◇ 目 次 ◇◇◇

[巻頭言] · 砧波医師会誌200号発刊を迎えて	網谷 茂樹	2
[時評] · ドクタースランプ 薦からの脱出	金井 正信	3
[活動報告]		4
[200号記念散居村]		7
[新入会員紹介]	ゆあさ眼科 湯浅 雅志	40
[編集後記]	藤井 正則	41

発行所 砧波市幸町6番4号

砺 波 医 師 会

発行人 砧波医師会長 金 井 正 信

巻頭言

砺波医師会誌200号発刊を迎えて

砺波医師会

編集長 網谷茂樹

伝統ある「杏和だより」が、200号を迎えました。今号にはたくさんの先生方から御寄稿いただきました。編集部を代表しましてお礼申し上げるとともに、金井正信医師会長はじめ砺波医師会会員の皆様に無事200号を発刊されました事をお祝い申し上げます。

最近の発刊は年2回なのでこのペースを守ると300号は50年後になります。50年後はどうになっているのか想像もできません。しかし、今回編集に関わるものとして、記念号を発刊するに際して100号をとりだして読み返した事を考えますとこの記念号は将来の砺波医師会の方々にとって貴重なタイムカプセルとなるはずです。ただし、現状ではすべて紙の状態で医師会に保存されていますので私が係を終わるときまでには、ガリ版刷りのものも電子化してほぼ永久のものにしたいと考えています。最近はメディアの値段も安いので希望があれば全号配布もできるのではないかと思っています。

医師会会員も広い世代にわたっており、広く原稿を募集するため、手書き、メール、打ち出し原稿など提出の方法も多岐にわたっており、医師会事務の坂元さんには原稿の打ち直しなど多くの時間をさいてもらい感謝しております。

彼女の協力なしには200号は発刊できなかつたと思います。

それでは平成25年（2013年）11月現在の砺波医師会会員のエッセイをお楽しみください。
未来の会員のみなさまもご一緒に。



ドクタースランプ 蔵からの脱出

砺波医師会

会長 金井正信

今年で60歳になって、開業医になってから17年と8か月が過ぎた。

毎日毎日外来患者さんを診て、健康診断と予防注射をする。ちょっとだけ在宅の人を診て、診断書を書いて、レセプトをして、酒を飲んで寝る。そんな変化のない暮らしをずっと続けてきた。

あまりにも変化がないためか、最近の私はどうもスランプのようだ。どんな頭痛を見ても、緊張性頭痛にしか見えないし、咳を伴う発熱はマイコプラズマ感染に思えて仕方がない。おじいちゃんの排尿障害は前立腺肥大症で、糖尿病の人の肝障害は脂肪肝、若年女性の貧血は鉄欠乏性といった感じで、鑑別診断をしようとしている。講演会に言って何か聞いてきても、2~3日は気を付けてはいるけど、すぐに忘れてまた前と同じ診療に戻ってしまう。何とも藏くさい危ない医者になってきた。困ったことに一緒に働くスタッフも、病気はそんなもんだと思っているようで私が藏くさいことには気づいていない。

思うに、開業医である私は、自分の診療内容は誰にも知られないことが多い。病院勤務の時のように、他の医師が、自分の診療録を見ることもないし、カンファレンスもなく、他人からチェックされることはない。そのため結局自分のしたことが一番正しいと思いながら暮らしているのではないか。誰からも、何も言われないがゆえに自分で勝手に平凡で変化のない日々を作っているのではないか。では、自分の診療内容の批判を受けるためにはどうしたらいいのか。

最近、私には、病診連携や診診連携は、患者さんのためのみでなく、私たち開業医のためにあると感じてきた。病診連携は開業医にとってのカンファレンスだろう。紹介状には自分のしていた診療内容を書き込み症例を提示する。返書には正解が書かれている。返書の持つ意味は重大で、今の私にとって専門知識に触れる唯一の機会だ。知識が現実として目の前に現れる瞬間でもあり、より深く知ろうとするきっかけでもある。今、私は、病診連携、診診連携を利用して何とかこのスランプから抜け出したいと思っています。

ご迷惑かもしれません、地域に活動しておられる諸先生方に教えていただきながらもう少し医療に携わろうと考えている今日この頃です。

活動報告

(平成25年5月～平成25年10月まで)

平成25年5月

- 13日 平成25年度第1回臨時社員総会
第4回理事会
- 14日 地域保健・健康教育委員会（県医）
- 16日 地域医療連携の会 第6回砺波地区オープンカンファレンス
- 17日 砺波救急医療・消防連携協議会定期総会
- 20日 特定健康診査等事務説明会
- 21日 富山県医師連盟常任執行委員会
富山県医師連盟執行委員会
学術講演会
「ここまで治る、C型肝炎IFN治療」
新小倉病院 診療部長 肝臓病センター長 野村 秀幸
- 22日 砺波准看護学院50周年記念事業運営委員会
- 29日 産業保健・健康スポーツ委員会（県医）

平成25年6月

- 3日 高齢者及び障害者虐待防止ネットワーク運営委員会
県・都市医師会協議会
市立砺波総合病院医局会との交流会
- 4日 第1回砺波市医療連携協議会
監事会
- 7日 平成25年度管内精神医療保健福祉機関長等連絡会議
- 10日 第5回理事会
- 14日 砺波地域MC部会
- 20日 第186回富山県医師会定例代議員会
市立砺波総合病院 肝臓病教室
- 21日 砺波准看護学院 研修旅行
- 24日 平成25年度砺波市訪問看護事業運営委員会
平成25年度定例社員総会

第6回理事会

25日 学術講演会

「心原性脳塞栓症予防に対する新規抗凝固薬－その使い方・考え方－」

独立行政法人国立病院機構 金沢医療センター 臨床研究部長 阪上 学

26日 研波市歯科保健推進協議会

富山県砺波地域産業保健センター第1回運営協議会

平成25年7月

3日 研波厚生センター地域・職域連携推進協議会

4日 第2回砺波市医療連携協議会

8日 第7回理事会

10日 研波地域医療推進対策協議会 急性心筋梗塞部会

18日 第8回砺波医療圏地域医療検討会ワーキンググループ

地域医療連携の会 第7回砺波地区オープンカンファレンス

23日 学術講演会

「喘息治療の考え方」

金沢医科大学 呼吸器内科学 助教 中川 研

29日 富山県糖尿病対策推進会議

平成25年8月

1日 救急医療委員会（県医）

5日 富山県地域産業保健推進センター運営協議会

7日 富山県医療審議会・富山県医療対策協議会

8日 研波医師会・砺波市歯科医師会合同研修会

12日 第8回理事会（移動）

21日 第1回糖尿病研修会

平成25年度砺波市要保護児童対策地域協議会代表者会議

県・郡市医師会協議会

22日 市立砺波総合病院 肝臓病教室

25日 平成25年度富山県総合防災訓練

28日 地域医療・福祉を考える会「第1回代表者会議」

平成25年9月

- 1日 小矢部市医師会訪問看護ステーション開所式
- 9日 第9回理事会
- 19日 地域医療連携の会 第8回砺波地区オープンカンファレンス
産業医研修会 工場見学一日の出屋製菓産業株式山本工場ー
- 22日 市立砺波総合病院 緩和ケア研修会
- 23日 市立砺波総合病院 緩和ケア研修会
- 24日 学術講演会
「プライマリ外来における地雷的な血管性疾患」
厚生連高岡病院 整形外科 診療部長 鳥畠 康充
- 30日 砧波地域災害医療関係者等連携会議

平成25年10月

- 3日 平成25年度砺波厚生センター運営協議会
砺波准看護学院戴帽式
- 15日 第10回理事会
- 17日 市立砺波総合病院 肝臓病教室
- 21日 平成25年度『介護保険－主治医研修会』
- 22日 学術講演会
「糖尿病性神経障害に伴う疼痛の治療戦略」
医療法人昭伊会 まるやまファミリークリニック 院長 丸山 哲弘
- 30日 砧波准看護学院50周年記念事業運営委員会
- 31日 第1回砺波医療圏医療情報連携システム診療所運用検討委員会

200号記念散居村もくじ

中国式乾杯 チンさんを尋ねて	浅山 邦夫	8
死後の世界	網谷 茂樹	9
最近の趣味について	家接 健一	10
異常気象、スマホ	五十嵐 保史	11
「手術ロボットと匠の技」	伊東 正太郎	12
不思議な幻覚	大澤 真夫	14
ごちそうさん	岡本 剛	14
「気象の変動とスギ花粉症」	河合 晃充	15
「杏和だより」創刊の思い出	河合 康守	16
「県境を往来する日々」	絹谷 啓子	17
散歩	坂下 泰雄	18
患者様	杉下 尚康	19
フライトレーダー	高田 外喜雄	21
「日本語の一人称について」	高橋 暢人	22
最近ハマっているもの。	津田 博	23
伝えよう「がまん」する心	津田 恵	24
「旅への誘い」	仲村 洋一	25
「少年サッカー：その後」	那須 渉	26
朝日歌壇	福井 悟	27
増山城跡を散策して	藤井 正則	28
冬の慣例行事	伏木 弘	28
杏和だより200号発行を祝して	古谷 陽一	29
四十五の手習い	八木 清貴	30
ウォーキング日本一周をめざして	柳澤 伸嘉	31
近況報告	山下 泉	32
時間の流れ	山下 良平	33
「日本一の石段」に登りたかった理由	山田 泰士	34
杏和だよりがガリ版刷りであったこと	山本 郁夫	36
創刊200号、そして55年	吉田 康二郎	37
学校嘱託医の意見	吉田 武雄	38

中国式乾杯

チン 陳さんを尋ねて

市立砺波総合病院 地域総合診療科

浅 山 邦 夫

当院にはヒトの全身骨格標本が一体ある。その標本になった骨格の持ち主が生前、街を歩いていた時の名前は陳さんと言うのだそうだ。そう言って標本になった人の生前の名前を私に教えてくれたのは、あの北野院長であるから、私は信じてはいない。しかし名前はともかく本物の人骨であることには間違いないのである。

陳さんの標本姿どころか、噂さえも聞いたことがない病院職員が多数を占めるようになつた。さもありなん。おそらく1999年（平成11年）の病院増改築工事が始まった頃に、彼は職員の前から姿を消し、日々忘れ去られていったものと推察される。その後に当院に就職した若い世代が知らずとも当たり前。先輩たちは、彼のことを思い出そうとさえしなかつたのであるから。ひどい先輩にいたっては、なんと陳さんことをインド人だと思っていたとか、師長になるくらい長く病院に勤めていながら骨格標本の存在すら記憶にないと言い張る方も複数名おられた。おまえたちは絶対にアルツハイマーが始まっている。

そんな中にあって、彼のことを15年間忘れずにいた男がいた。斯く言う私である。いつとき総合病院を離れ、8年ぶりに戻ってみたらあるはずのところに陳さんの姿はなく、噂も消え果てていた。それでも北野院長の笑い話を思い出しては今頃どこにいるのだろうと考えながら日々を過ごしていた。

その骨格標本の来歴は、小林 長 院長、李金亭院長時代（たぶん89年頃）に黒龍江省医険から当院に寄贈されたものである。中国から届いたときには、向こうの製作が雑であるため骨格に腱や筋の一部が付いたままで、標本とは呼べない状態であったと聞く。それを、当院があらためて日本の標本作製業者に依頼してきれいに完成してもらったものだ。そして、姿を消すまで彼は旧図書室の中に立ってわれわれ病院職員の仕事ぶりをながめて過ごしていたのである。

私は総合病院に戻り、陳さんの行方を気にかけながらも仕事にかまけて7年が過ぎた。そして震災の年の春のある日、へき地診療の仕事も休みで、読む本もなく、時間がたっぷりとれる日ができた。今日こそ院内探検をしてでも陳さんに逢うぞと決めて出勤、朝一で

回診を済ませる。

彼の居場所を尋ねるには、増改築前から病院に勤務し、引っ越しに携わった職員を訪ねることだ。^{えいもり}永森事務局長は快く自ら一緒に彼を尋ねる旅に出かけてくれた。

管理棟4階空調機械室、彼はそこの暗闇に一人で居ました。15年のあいだに、乾燥などで記憶の中の彼よりはずっと痛んだ印象でした。でも、元気でいてくれて本当にホッとした。

医学友好交流と友情の特使としてわざわざ黒龍江省から砾波に来てくれたのですから、職員のみなさん、私たちはもっと大切に接してもよかったのではないかでしょうか。

死後の世界

あみたに医院

網 谷 茂 樹

死後の世界はあるのかということが最近の話題だそうです。名前は忘ましたが有名な脳外科医が死後の世界についてその存在を解説した本がベストセラーになっているようです。これが科学的に解説され、最終的には記憶する事が脳以外で行われないと説明がつかないという落ちでした。その脳外科医の臨死体験に基づく説明で、かれはそれまで死後の世界をとことん否定する立場の人であったようです。これまで私も何度も生死の境から助かった人を診察したり、話を聞いたりしていますが、いつも冗談で患者さんが話していると思っていたが、この脳外科医の言っている臨死体験は私がこれまで患者さんから聞いた内容とほぼ同じでした。

きれいな世界で、光に満ちたところで、まだここにくるのは早いと誰かに言われて帰りなさいといわれて帰ったら生命の危機を脱して生き返るのが共通する点です。帰りなさいというのはだいたいすでになくなった親族というのがパターンらしいのです。

最近おおまじめに、脳以外で記憶することの研究が始まっていることですが、この杏和会だよりが300号になったときに解説されているのではないでしょうか。

自分としてはまだそんな世界があるとは思えないのですが。研究の成果に期待したいと思います。

最近の趣味について

市立砺波総合病院 外科

家 接 健 一

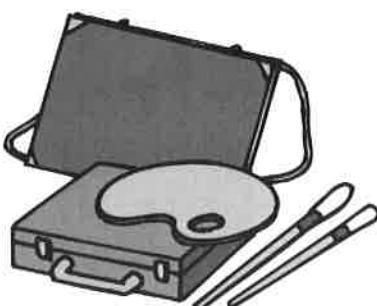
50歳を越え、定年後は何を楽しみにしていくのかなと思うことが出てきた。こんなことを考えるようになってしまった。今のうちに何かしら長続きしそうな趣味を持ちたい、そう思う。

今まで、あまり一つのことに長く執着して長く楽しむことがなかったと振り返って思う。でも学生時代のバドミントン部は楽しかった。今でも院内バドミントン部に所属しているが、活動はめっきり少なくなってしまった。その他に続くものがない。それで、これから少し積極的に趣味を持ちたいと思っていたところに、院内の写真部と美術部が部員の勧誘をしていた。いい機会と思って一員に加えてもらった。

写真部は、今の医局長が中心となって月1回の集まり、月毎のテーマを決め、各自撮影した写真を持ち寄り、アドバイスをもらう。まさか写真部に入るなんて思っていなかつた自分が、人に見せる写真を意識するとなんとなく気持ちが変わってくる。何となく楽しい。長く続けばいいと思う。

美術部は、砺波美術館に集まって自由な感じでスケッチ、彩色を行っている。まだ、参加回数は2回であるが、これも長く続けばいいと思う。11月の東京での学会で、途中抜けだして近くの皇居にスケッチに行った。まさか、こんなところで自分がスケッチをしているなんて想像してなかつた。少なくともほんの1ヵ月前までは。

とにかく、この2つの趣味をしばらく楽しんでみようと思う。また、どこかでカメラやスケッチブックを抱えて歩き回っている私を見たら声をかけてやってください。



異常気象、スマホ

あおい病院

五十嵐 保 史

最近の異常気象には、驚かされることが多いです。台風や突風、竜巻？？？。洪水、相変わらずの地震、異常な程の夏の暑さなど、挙げればきりがありません。

竜巻は、日本ではありえないものと考えていましたが、現実関東地方で今年も何度か災害をおこしておりびっくりしております。

その件でびっくりしていることは、スマホの普及で災害時の様々な場所や時間の画像が You Tubeなどで閲覧できるようになっており、テレビ局の報道もその画像を拝借して放送していることもあります。

どんな風にどんな凄さで起きているのか、リアルタイムで写した画像をいろいろな提供で見られることに時代の進歩を感じずにはいられません。こんなにスマホが普及しているとは・・・・。ちなみに自身はいまだ“ガラケー”です・・。

ところで、最近自分の勤めている病院に雷が落ちてしまい、電気系統の故障が生じました。砺波地方は、ここ7～8年の間に特に落雷被害が増加している印象をうけます。これも異常気象の影響でしょうか？

雷の印象については、以前はそんなに簡単に“落ちない”ものと勝手に思っており、自分が小学生の時などは、喜んで雷の様子をみて、傘をさしながら外へ飛び出しておりましたが・・・。

現在は、雷になると、傘をさしているといつ落ちないか？とビクビクして絶対ひどい雨が降っていても傘をささないあります。

家族を持ってから、そのあたりに消極的な対応となっている自分に悲しさを感じている今日この頃です。

どんなに便利な社会になんでも、自然の力にはかなわないと改めて痛感しています。自然の中で周りに迷惑をかけないように生きていたら・・と。

それでも、“スマホ”欲しいなあ～。

「手術ロボットと匠の技」

市立砺波総合病院 脳神経外科

伊 東 正太郎

先頃、何気なく朝のNHKテレビニュースを見ていました。コーヒーを飲み終え、出勤しようと椅子から立ち上がった時でした。愛知・豊田市のトヨタ自動車本社工場ではロボット任せだった工程の一部を手作業に戻していると報じていたのでした。ロボット工程は、熟練工にも優る高品質な結果を確実に、しかも、最短時間で実行してしまいます。それなのに、なんでわざわざ出来不出来のムラが生ずる人の手に委ねるのだろうか？私は、浅はかにも、時代錯誤も甚だしいと思ってしまいました。しかし、次の瞬間、本質を突いた言葉に、眼も耳もテレビに釘付けになりました。その言葉とは、「ロボットの技能レベルを上げるには、ヒトの技能向上が欠かせない。熟練の技が止まれば、ロボットの進歩も止まる」でした。そして、トヨタ自動車・技監の河合満さんは、さらにこう続けました。「自動化により原理・原則がわからない人が出てきた。いいものを作りたくても、工夫を機械に伝えられなければ進歩はない。工夫や発想が生まれる人を作らないといけない」と語っていました。

脳外科医である私は、先輩諸先生方の卓越した技術と突発的大出血に対する冷静な対応ぶりに、いつも畏敬の念を抱いてきました。その先輩方も脳外科を切り拓いてきた先人に見習い、それを自分のものにしてきたからこそ、その時々の的確な判断と正確なメスさばきが可能だったはずです。数年前から「ダヴィンチ」など手術ロボットが臨床で実際に使われています。アメリカでは、泌尿器科の前立腺肥大症に対する手術では、ダヴィンチを使用しないと訴訟になりかねないとも聞きます。たしかに、手術ロボットを使えば、術者が異なっても科学的根拠に基づいた均質な手術結果を担保出来るのでしょう。しかし、それに甘んじているだけでは、自動車の組み立てロボットと同様に外科手術の進歩はありません。

平成24年度版 金沢大学 第一外科年報の巻頭言で渡邊 剛教授は、「外科医が尊敬する外科医とは？」との問い合わせで、次のように述べられていました。“最も尊敬に値する外科

医”とは、神の手をもつ外科医でもなく、世界一の手術数を誇る外科医でもない。その人たちの遙か上位に位置する外科医は「新たなる術式に挑戦し成功させる外科医」であると。そのためには、頭の中や心の中、そして日々の臨床の中に眠っているアイディアを呼び起こし、そのアイディアが学問的に利にかなったものであることを検証し、それを実現する技術を研鑽し、さらに、患者さんに不利益を与えることなく臨床に持ち込む勇氣が必要であると。これは、例えて言うと、世界に一つしかないダイヤモンド原石を目の前にして、初めてブリリアントカットに挑戦した熟練宝石研磨士の技術と勇気に通ずるものがあると思いました。どちらも、練習でどれだけ上手くいっていても、本番では絶対に失敗は許されないとの覚悟が必要だからです。

物作りの現場では、一見、“非効率”に見える手作業の積み重ねから“効率”的なロボットが作られます。そして、効率的なロボットの効率をさらに上げるために、“非効率”な人の手が欠かせないのである。外科手術の世界でも、新たなる術式に挑戦し成功させる外科医は、当然ですが、ロボットではなく人です。

今後、様々な分野でどんなにIT化が進んでも、それらIT化された技術をさらに推し進めていくのは、やはり、人の手や人の叡智によるものであると朝のNHKニュースを見て再認識させられました。

【出典】

- 1) 2013-09-26の朝7時ニュース 『トヨタ自動車 工程の一部 手作業に』
- 2) 外山 滋比古 『思考の整理学(ちくま文庫)』 筑摩書房、1986年、223頁
(210~215ページ 「コンピューター」)
- 3) 平成24年度版 金沢大学 第一外科年報の巻頭言 渡邊 剛教授



不思議な幻覚

大澤眞夫

総合病院入院中、不思議な体験をした。

昼食を食べ始めてすぐ、亡き母の姿が突然私の眼前に現れて心配そうに私の顔をのぞき込んでいるのです。実物大、はっきりと私を覗き込んでいるのです。私は突然なことでどう対応すれば良いか分からず、「母ちゃん、助けて」と哀願したら、母の姿は消えました。年甲斐もなく情けないことを言ったなあ、「お母さん、大丈夫、心配しないで。」と言うべきだったと、後になって気がつきましたが、情けない始末でした。多分、母には私のインターーン時代に、天然痘にかかって隔離病棟に入院中、私を終始看護し、連日の高熱に苦しむ私の回復を助けてくれたイメージが私の潜在意識の中に常に存在していたせいか、つい母の靈に向って助けてと叫んだのだと思います。

然し、私は入院中担当の先生方、看護師さん全ての方々から親切に優しく、取扱いを受けたことを心より感謝したい気持ちで一杯です。お陰で余生を楽しむことが出来そうな気分が一杯です。有難う御座いました。

ごちそうさん

となみ野岡本眼科

岡本剛

国民的人気となったNHK連続ドラマ「あまちゃん」の後に始まった「ごちそうさん」。周囲の心配をよそに意外（失礼）にも高視聴率で、かくいう私も「ごちそうさん」にはまっている一人です。

私がはまっている理由の第一は、大正という時代が、日露戦争の後、激動の昭和の前というまだ比較的平穏な時代もあり、大正ロマンをかきたてる美しいテレビ画面です。昨年、大正3年開業の東京駅が修復され、その美しさに息を呑みました。そういういた美しい

大正の建築物に加え、路面電車がおしゃれで、更には綺麗な花や木が美しい町並みをいつそう彩っています。また、和装の女性は黒髪を結い、背筋を伸ばし、おくゆかしさ、おしとやかさ、上品さを備えています。大正時代の男性が羨ましいくらいです。

理由の第二は大正時代の日本人の食事作法の美しさです。食事前は手を合わせ「いただきます」、食後には「ご馳走様でした」とすごく自然に、ごく当たり前に言います。残念ながら最近あまり耳にしない言葉です。ちなみに、この「いただきます」、「ご馳走様でした」に該当する外国語はないのだそうです。「おかげさま」や「もったいない」などに並ぶ美しい精神性をもつ日本語だとしみじみと思います。

話は変わりますが、私が幼少の頃、祖母は必ず食後のご飯茶碗にお茶を入れて飲んでいました。湯飲み茶碗があるのになぜわざわざご飯茶碗にお茶を入れるのか不思議で一度理由を尋ねてみました。ご飯茶碗に張り付いたご飯のかけらを残すのはもったいない、だからご飯茶碗にお茶を入れてご飯のかけらを最後まで全部いただくのだという返事でした。今でも時々食べ終わったご飯茶碗にお茶を入れては祖母のことを思い出します。

なつかしい祖母との会話を思い出させる「ごちそうさん」ですが、食事が取り持つめ似子と悠太郎の大正ロマンスに朝から「ごちそうさん」です。食事がもたらす人と人との関わりが今後どう展開されるのか大変楽しみです。

「気象の変動とスギ花粉症」

河合医院

河 合 晃 充

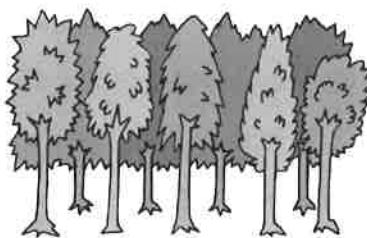
「杏和だより」200号おめでとうございます。昭和45年9月に第1号創刊とのことですので、40年を超える伝統があることになります。先輩方のご苦労に感謝致したいと思います。

この40年間で大きく変化していったものがあります。今年9月はじめ、気象庁は今年の夏の気候を異常気象であったと発表しました。確かに異常な高気温、ゲリラ豪雨、竜巻、強い台風など近年異常な気象現象が各地から報告されています。地球温暖化がすすみ、その一環と言えるもののようにですが、植物・生物の生態区域の変化が認められ、収穫・漁獲

量の変換に現れているようです。今後も気象状況の変化には十分注意しなければならないでしょう。

気象の状況に関するのが、スギ花粉症です。年々患者数が増加し、10年ほど前までは10%台であった罹患率が最近では30%台まで上昇し、地域によっては50%近くにまで達しているようです。また、低年齢発症も問題となって来ています。1歳未満での発症も見られるようになってきています。スギ花粉の飛散数は、前年の夏の日照時間、気温、降水量などが強く影響されます。今年の春のスギ花粉飛散数は、昨年の夏の気象状況より平年を上回るとの予報でした。実際、今年の私の医院でのスギ花粉計測では予想を大きく上回り、大量飛散だった年に次ぐ飛散数でした。県医師会の花粉対策委員会でも県内各所で例年の2倍の飛散数であったことが報告されました。

花粉症に対しての治療は、様々な種類の内服・点鼻薬が開発され、舌下免疫療法という新しい治療も始まっています。また、手術方法も開発されるなど、医学の進歩により治療選択肢は増えています。今後も適切な情報を提供していくことで、適切な治療を選択していただくよう努めていきたいと思っています。



「杏和だより」創刊の思い出

河合医院

河 合 康 守

砺波市内の医師会員は毎月親睦を図る「杏和会」が開かれ集まります。

昭和四十五年九月五日に発刊された「杏和だより」の巻頭に、故今堀淳生先生の「杏和会の名称の由来」の題名で投稿されています。それに由りますと、医家の異称である杏林から「杏」を頂き、「和」のある会にしたいとの思いで「杏和会」と名付けた、とあります。

発刊の二ヶ月前に開催された「杏和会」での話し合いの中で、「杏和会臨床検査部」の発足により会員全体に知らせたい連絡事項や、ニュースを掲載する会誌を出してはどうかと言う事になり、第一号ができました。

当時の東砺波郡市医師会長の室生助信先生を始めとして、十名の先生方から御投稿頂き、医師会の役員会の報告や、会員への連絡事項を掲載した十六頁の「杏和だより」が発行されました。

以来四十年余りの長い歴史の中で、百号、百五十号の記念誌も作られました。そして今回の二百号目が発行されます流れを見る事の喜びを、創刊当時の事を思い出しながら感じております。

「杏和だより」は第一号から現在迄砺波医師会に保存されております。興味のある方は是非お目通しください。

「県境を往来する日々」

市立砺波総合病院 核医学科
絹谷 啓子

平成11年より砺波総合病院に赴任して14年が経過しました。金沢から職場に通勤した距離は約30万kmに及ぶ計算となります。

着飾ったOLやスマホに夢中なサラリーマンと出会うことは皆無ですが、熊・リス・タヌキ・キジ・カモシカに遭遇できたのは山越え道中ならではの体験です。熊を見た山で雨降る中うつむいて1人で傘も持たずに歩いていた小学生を学校まで乗せた翌日、小学校入口の道路に多数の教師や地元の人が立っていたことがあります。驚きました。私って不審者だったのでしょうか？

14年の間には通勤ルートも変更しました。当初は(359)を利用していましたが、(27)が開通してからはもっぱら福光経由で信号の少ないルートを楽しんでいます。車内で聴くクラシックや砺波の図書館で借りたラジオ深夜便のCD、時折立ち寄るぬく森の郷の温泉もさ

ることながら、最も私が好んでいるのは雪が樹木に降り積もった冬景色です。襟を正したくなるような気持ちになり見飽きることがありません。

雪の季節といえば、年末の救急外来日直当番出勤の途中で除雪されずにぬかるんだ雪道の凹凸が激しい小矢部で単独スリップ事故をおこし、民家の屋根付駐車場の入口を車が横付けするようにピタッとふさいでしまったことがあります。配電盤も壊して民家全体が停電。日直当番も急速交代してもらい多くの方に御迷惑をかけてしまいました。

通勤生活が定年まで続くとすると、さらに約25万kmを運転することになります。どのようなハプニングが待っているのでしょうか。19km/lの燃費で走るHonda Fitもあと2年位で20万km走行となり、買い替えることになるでしょう。

通勤と同様に業務も安全第一で地道に継続したいと思います。こればっかりは買い替えがかなわぬ体をだましたまし使いながら。

散 歩

さかした医院

坂 下 泰 雄

ここ十年間ほど散歩を続けています。趣味でも健康志向でもなく、犬を飼うようになって、必要に迫られての散歩です。

車をやめ、自転車通勤を始めたときは周りの様子が肌で感じられるように思ったものです。しかし、散歩をするようになってからは五感に入力される情報量がとても増えました。

田畠に囲まれて歩いていると、春から秋にかけての変化はめまぐるしいものです。目に見える変化がわかりやすく、一番大きいのでしょうが、散歩を続いていると、季節の変わり目をにおいて感じるようになりました。

長い冬があけ、春が近づくと、土のにおいがしあじめます。そして、田んぼがおこされると、そのにおいにむせかえりそうになります。田植えが終わると、雑草が伸び始めます。草刈の季節になると、青いにおいが満ちます。雨が降れば、けだるいにおいがします。実

りの秋を迎えると芳醇なにおいが感じられるようです。そしてまた冬へと向かいます。

以前、城端線を蒸気機関車がリバイバルで走ったことがあります。機関車を遠目で見て懐かしいなと思いましたが、子供の頃の記憶が一度に湧き上がってくるような感覚に襲われたのは、機関車が横を通っていって、そのにおいを嗅いだ時でした。嗅覚は人の感覚の中では大脳の古い構造に関連していることと関連があるのでしょう。

医療もデジタルが主流になり、数値が重んじられ、エビデンスが道標となる時代です。そこに経験に裏打ちされた「嗅覚」が加われば診療の懐の深さが広がるのではないかでしょうか。自身を振り返って見ると、そのような考えに至ったとしても、その道の先はまだまだ遠く続いてもやもやと霧に囲まれてばかりなのですが。

患 者 様

宏仁堂 杉下医院

杉 下 尚 康

いつ頃からであろうか、医療現場で患者を「さん」と呼ばずに「さま」と呼ぶようになったのは。当初もっともらしい理由が色々並べられたが、私個人としては強い違和感を覚えた。当時色々なメディアで各界の人々が様々な意見を述べていたが、私の考えに一番近い意見を述べていたのが作家の曾野綾子氏である。彼女は医者から「様」と呼ばれると背筋がぞくぞく寒くなるという。また、そのような医者には診てもらいたくないという。その他にも、いろいろな理由が書き連ねてあったが細かいところは失念した。

最近医療現場ではmonster patient が問題になっている。医者を医者とも思わず、病気を治して当たり前と考えている輩が多い今日この頃である。このような風潮になった一端として「患者様」の呼称が関係してはいないだろうか。確かに昔に比べて今は医者・患者の関係はドライになりつつある。いわゆる「赤ひげ」先生は絶滅危惧種と言つていい。昼夜を問わず、最後までかかりつけの患者を看取る医者は、今や数える程である。また患者側の意識も昔と異なり、家族は診療時間外であればかかりつけの医者を頼らず、救急車

を呼んで病院で看取ってもらう。昨今、人生の最後は情緒的にではなく、機械的に処理されるようになった。

世界一医療先進国とされるアメリカでオバマケアと呼ばれる日本型医療保険制度が導入されようとしている。かたや、日本では混合診療というアメリカ型医療への道が開かれようとしている。誰でも、いつでも、どこでも同じ水準の医療を受けられる日本の医療が変わりつつある。最先端の医療は金次第となり、民間の医療保険に加入していなければ受けられない。自分の健康に不安を覚える人は、保険会社にとってはまさに「患者様」であろう。

最近テレビで医療保険の広告を見ない日はない。外資系、日系入り乱れての広告合戦を繰り広げており、「患者様」の不安を大いに煽っている。「患者様」は在宅医療現場でも非常に大切にされている。団塊の世代がいよいよ高齢化を迎える。介護保険でのサービス提供業者は言うに及ばず、介護付き高齢者専用住宅販売業者まで「患者様・患者様予備軍」を虎視眈々と狙っている。

厚労省もまた医療費削減のため、政策誘導を考えているらしい。在宅医療を推進するために国家認定資格の「家庭医」を作り、有資格者には診療報酬点数加算を認めるという案や、患者に「かかりつけ医」を決めてもらってかかりつけ医には診療報酬点数を加算するという案などが囁かれている。しかし、これではキャバクラの指名料システムと同じではないかと思うのは私だけだろうか。「患者様」に指名してもらうために医者もキャバクラ嬢のようにありとあらゆる手練手管を使って「患者様」のご機嫌を取るようになるのだろうか。考えただけでも空恐ろしい気がする。医療はサービス業であると一部の人たちは声高に主張する。医療に効率と競争原理（利益追求）を持ち込めば、そのような主張になるのであろうが、一面には当てはまつても、それが全てとは思われない。この先超高齢化社会となる日本で「患者様」はどのように扱われているのだろうか。その答えは私自身がこの先自分で確認しなければならないのかも。

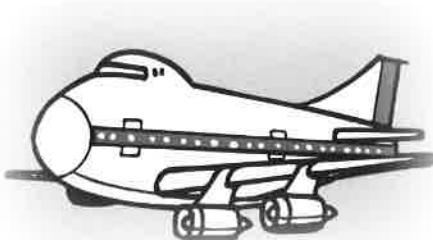


フライトレーダー

砺波サナトリウム福井病院

高田 外喜雄

私は少々大画面のやゝ古いパソコンを愛用して居ります。麻雀や碁をしたり、世界の町の大通りや小路をドライブしたり、鉄道旅行をしたりしていました。最近フライトレーダーをセットしました。世界の空、特に欧米の空に群がる航空機、クローズアップすれば、小さな町の小飛行場の滑走路も識別出来、機体にクリックすれば、機種、行き先、高度、スピードを教えてくれるので。それよりも驚いたのは、今迄富山県に無関係と考えていた国際線のルートが県内にも存在し、メインルートが自分の真上を通過し、相当頻回に使用されている事でした。韓国東岸から島根県島後を通り、後は一直線に、金沢市下安原に上陸し金沢駅西本町2～3丁目の中央、乙丸陸橋の南端、津沢を経て、砺波消防署の城端線陸橋、となみの湯、ジョーシンの入口、矢木交差点のJA、久泉のコンビニ、ファボーレの中心、神通川を渡り、黒瀬交差点、掛尾地内、白馬岳と杓子岳の間から栃木、福島県境に至って急轉し、茨城を南下、成田に至るので。発地は、ミラノ、イスタンブール、ドーハ、アブダビ、ドバイ、タシケント、ウランバートル、北京、大連、ソウル等です。毎日正確にルートを辿って頻回運航しているので。(時には少々外れる事もある。) 今でも条件の良い日は、画面上に機影が金沢に上陸すると、双眼鏡を手に外に出れば、リアルタイムにすでに頭上に到達し、白く輝いて足早に去る機影を少年にもどって、一種の感動を以て見送って居ります。



「日本語の一人称について」

高橋外科医院

高 橋 暢 人

気がつけばあれ程騒がしかった蝉の声もなくなり、すっかり涼しくなりました。皆様いかがお過ごしでしょうか。

さて、最近テレビ等のメディアで色々な方が自身を称する際に、聴いてて「ん？今なんと仰いました？」と言いたくなる程、様々に称されるようになりました。

大抵の場合は、男性であれば俺・僕、女性であれば私・あたしなどでしょう。公の場では男女共に私で落ち着くところですか。

その他、色々調べてみると比較的どこかで聞いたことがあるものもありますが、「何これ？これが一人称？」みたいなのも本当に多く存在します。例えば私の研修医時代に、目上の先生で使っている方がいた語で「小生」とか、関西では二人称でも用いられる「自分」、富山ですと「おら」などもありますね。

南九州の男性で「おい」というのがありますが、よく九州人以外がモノマネで「おいでん」と言ってますが、実はこちらはあまり使わないそうで、前述の「おい」が正しいそうです。私もモノマネして、そんなの使わないと怒られたことがあります。ちなみに「おい」には威嚇目的での使用もありますが、元来明治期の薩摩出身の警官が「ちょっと、君」と呼ぶ際に用いられていた事から転じて、使用されるようになったとのこと。そんなに威圧的だったのでしょうか・・・。

最後に、老人の一人称で本などにはよくみられる「儂」について。これ、話してる方つてみたことないですよね。広島出身の方の中には、年配の方ではなくても使う人もおられます、日常会話で「儂は～なのじゃ。」などと言う方はみかけません。もし、「儂」を使いこなしている方、おられましたらご一報下さい。



最近ハマっているもの。

津田産婦人科医院

津 田 博

ここ数年ランニングをしているワタクシです。最近は膝や足のつま先が痛くなるといった故障も多くなりタイムも伸びず壁にぶちあたっています。どうしたものかと悩んでいたところに自転車乗りのラン友の影響もあり、ランニングができないときの体力維持に自転車に乗るようになりました。

目的はあくまでもメインはランニング、自転車は下半身強化です。

とりあえず、高級（？）自転車を誕生日プレゼントと理由をつけ、家族に納得（仕方なく）してもらい購入しました。

お産もなく過ごせた朝は、まだ薄暗いころから庄川方面に向けて走りだします。もちろん出発前にもお産がないのを確認し出発です。週2回できればよいほうでしょう。

のらりくらりと漕ぎながら20～30km/hrで1時間ほど、庄川河川敷から水記念公園へ行くのが最近の定番です。

バイクとランニングの違いは、汗のかき方は全身運動のランニング、爽快感は断然自転車がよいのです。

ランニングは着地時に体重の3倍もの力がかかるので、それを何kmも続けると膝への負荷がかかります。自転車は体重のほとんどをサドルが支えさらに腕でも上半身の体重を支えるので、膝への負担はほとんどなく怪我をしているときにはちょうど良い運動になります。自転車の難点は、サイクリングパンツ（お尻部分にパットがついている）を履いていないと、小股が擦れて痛くなるので注意ですね。

自転車はランニングよりもスピード感があり、景色を楽しむ＆風を切るといった爽快感があるので長時間しやすくどこまでも行けそうな感じがします。

ランニングや自転車に乗り運動するとセロトニンが分泌され気分爽快になります。セロトニンには精神安定効果があり不快感を鎮める効果があり、日ごろのストレス解消にはもってこいです。しかも朝起きてすぐに朝日を浴びることで体内時計をリセットし、新しい1日を始められるように身体がリフレッシュされるのです。

ちょっと寒くなってきたけど朝の自転車は気持ちい～です。

伝えよう「がまん」する心

津田産婦人科医院

津 田 恵

長女の通っている出町中学校の本年度PTAスローガンは「育てよう自立する力、伝えようがまんする心」となっています。今年の第一回目の保護者会にて校長先生からこのスローガンが発表されたとき、私は大きくうなづくとともに、私と同じ考えの父兄がいてくれたことを嬉しく思いました。うちの娘はもちろん、今の子供たちはがまんすることができなくなっていると日々感じています。単純なことでは、ゲーム、パソコンの約束時間が守れない。楽しいことを途中でやめるということは難しいことですが、目先の易きに飛びつくことなくがまんしなければいけないのです。また、嫌いなことでもがまんしてやらなければいけない時やことがあります。例えば勉強や掃除など。嫌なことはしないは社会では通用しません。娘は友達がスマートフォンを持っているから自分も欲しいと言います。私は中学生には必要ないと思っているし、身分不相応と考えています。それを自分で判断してがまんしてほしい。そういう小さな小さながまんを子どものころから積み重ねることによって社会の荒波にも耐えられる辛抱強い大人になれるのではないかでしょうか。昨今、未成年が主体となった恐ろしい事件が珍しくありません。このような事件も子どもたちががまんできなくなったことが大きな要因の一つではないかと考えます。人は様々な欲求を抑えるためにがまんしなければなりません。事件を起こしてしまった子供たちは欲求のままに行動し、結果として大きな事件となっているのではないでしょうか。これは子供に限らず大人も同じです。

最近流行らない言葉に「努力」「忍耐」「根性」「我慢」などがあるそうです。もはや死語になりつつあるということです。私はつらいときにはよくこれらの言葉を自分に言い聞かせてがんばれたことを覚えています。子どもには「お母さんの時代とは違うから」と言われてしまいますが、いつの時代になってもいいものは受け継いでいってほしい、まさに伝えよう「がまん」する心です。

校長先生の言葉から引用させていただき「自分を律する心をもちがまんできる子供」が育つ日本であってほしいと願っています。

「旅への誘い」^{いざな}

仲村皮膚科医院

仲 村 洋 一

ボブ・ディランの「風に吹かれて」がラジオから流れ、フォーク・ソングが日本でもはやり、それに加え金沢へ「アート・ブレーキーとジャズメッセンジャーズ」がきて、モダンジャズを好きになった。香林坊に初めてできたジャズ喫茶「ピット・イン」にも足を運び、勉強は適当にして、高倉 健のヤクザ映画を見たり、友達の下宿を訪ね、クラシック音楽を聞きつつ、うだうだと喋っていた。学生時代の終り頃は東北、九州、紀伊半島への自動車旅行。そして医局に入る前には、グアム・トラック・サイパン旅行を友達とした。そうした数少ない友人のうち一人は胃癌、一人は急性心筋梗塞で早々と天国へ旅立った。

沢木耕太郎の「深夜特急」それはアジアからロンドンまで乗合バスで行く話だが、ほとんど息もつかずに読み切った。自分も旅している気分になるのでおもしろかった。

またスティーブン・キングの小説「ザ・ボディ」の映画化である「スタンド・バイ・ミー」は少年たちの成長と友情を描いたちょっとしたホラー映画ですが、ベン・E・キング等のつくった同名の主題歌は好きな曲です。誰もが知っている「ダーリン、ダーリン、スタンド・バイ・ミー、オー、スタンド・バイ・ミー、スタンド・バイ・ミー・・・・・・」しかし、これは弘法大師と一緒に歩くお遍路の「同行二人」に通じると思われませんか。誰か相談相手、相棒はずっとほしいものです。

最近みた映画「路上／オン・ザ・ロード」はジャック・ケルアックの同名自伝小説の映画化で、20代の後半に盟友と広大なアメリカを、ときどきヒッチハイクしながら何度も横断したり、最後はメキシコへも行った青春と苦悩のドラマです。ジャズ・ドラッグ・恋愛・安酒が行き交い、この本の影響を受けた若者がバックパックを背負って旅立ち、60年代にはヒッピー・ムーブメント誕生の導火線となっていましたというものです。コッポラが総指揮をしています。

非日常的なもの、何かを期待して家を出る。外の空気を吸うだけでもいい気分転換になります。

「少年サッカー：その後」

なす整形外科クリニック

那須渉

前回「杏和だより」に寄稿させて頂いてから、約1年が過ぎました。長男は中学生となり、次男は5年生なので、今年1年間は少し楽ができるかなあと考えていましたが、次男は上の学年の代表チームに呼んで頂いたこともあります、昨年同様のサッカー三昧の日々を過ごしております。

7月には、金沢で開催された32チームが参加する5年生大会で、奇跡的に優勝することができました。誰もが優勝の「ゆ」の字も考えていなかったので、びっくり仰天でした。準々決勝、準決勝は0対0のPK戦で勝ち上がり、決勝戦も1対1で、延長戦の末、死力を尽くしてもぎとった1点で優勝しました。見守る父母の目には涙が浮かんでいました。こんな感動を味わうことは、なかなかできないと思います。意外にも涙もろい私は、それ以外の試合でも幾度となく目頭を熱くさせております。本当に、スポーツ少年団（特にFCとなみというチーム）に入れてよかったです。

次男が小学校を卒業するまで、あと1年半はこの生活を続けていくつもりです。ただ、7月の優勝で表彰される兄を見て、年長の次女がサッカーを始める決意をひとりでに固めてしまいました。すでに小学生に混じって練習に参加させてもらっています。将来は、キャプテンになると意気込んでいます。なでしこへの道まっしぐらです。このまま気が変わらないようなら、あと6年半はサッカー三昧の生活になる可能性が濃厚に・・・。引退中のゴルフへの復帰はいったいいつになることやら。少年サッカーとの縁はまだまだ切れそうにありません。



朝日歌壇

砺波サナトリウム福井病院

福 井 悟

いつの頃からか嵌っているものの一つに朝日歌壇がある。というのは今では当歌壇の常連になっている富山市在住の松田さん母子の短歌に魅せられたのが始まりである。

なにしろ毎回二百五十首の応募の中から四十首しか選ばれないのだから素晴らしいといふしかない。その名声はつとに全国区になっていて、いつかは「ひと」欄や「天声人語」でも話題になった。

朝方まだ睡魔の残る頃、ベッドでインクの匂いを嗅ぎながらも、先ずは朝日歌壇の頁を開く興奮に似た気持ちは格別のものがある。

四人の選者各十首の中に松田さんの短歌を素早く目で追う。ピタリ自分の気に合う短歌に出合うと一瞬にして靄が晴れるのが何とも有難い。全くといっていい程その種の素養のない朴念仁の身にも不思議な癒しを覚える。

今週の朝日歌壇に中三の梨子さんの「中三の秋がゆっくり深まって無口な人の魅力に気付く」があり、四人の選者すべてが選ぶという快挙があった。益々目が離せなくなる。

梨子さん曰く、「歌とは自分の心の声を素直に聞くこと」と。とてもその境地には及ぶべくもないが、一服の清涼剤になっていることは確かである。これから松田さん母子の活躍を期待したい。



増山城跡を散策して

藤井整形外科医院

藤 井 正 則

国指定史跡、砺波市増山の増山城跡を散策する機会がありました。南北朝時代の戦国乱世、越中に400近くあった山城、砦の中でもトップクラスと言われ、その規模から日本十大山城に数えられています。神保氏の重要な城として盛えた後、慶長年間頃に廃城となるまで、約250年の歴史がありました。その間、上杉謙信が最も警戒した城として三たび攻めた事でも、その最前線拠点としての重要性が伺えます。自然の地形をうまく利用しながら、堀切、堅堀、切岸、石垣、土塁等を巧みに配した鉄壁の要塞で、大阪城、名古屋城等の平城の原型になったとも言われています。

悠久の歴史ロマンに想いを馳せながら、二の丸鐘楼堂及び亀山城主郭と周りました。山城から見えた砺波平野の散居村は500年前の武将たちにはどのように見えたのでしょうか。

混沌とした医療情勢の中、我々開業医は今後どうすれば良いのか、先達の戦国武将の声を直に聞いてみたい今日この頃です。

冬の慣例行事

伏木医院

伏 木 弘

温暖化の為か、今年も異常気象と言われ、フィリピンを竜巻のようなスーパー台風30号が襲いました。ところが、砺波にはもう冬が訪れようとしており、我が家の小さな庭の木々にも紅葉が来ております。庭を眺めて、そろそろ雪つりをしなくてはとカレンダーを眺めています。毎年妻と二人でこの小さな庭の木々の雪つりをしています。高価なものはなく雑木ばかりで必要はないようにも思いますが、毎年大きくなっていく木々の枝の一本でも雪の重みで折れるかと思うとかわいそうな気がして毎年行っています。最近は、体を動か

すこともなく運動不足がちな我々にとっては調度良い運動ではないかと思い、日曜日の半日ぐらいを費やして、庭職人の方々のされるのをまねて少しでもきれいになるように模索しています。毎年今頃ホームセンターむさしへ足を運び、交換しなくてはいけない竹や新しい縄を購入していますが、早めにいかないと必要とするいいものはすぐに売り切ってしまいます。特に細めの良い縄はすぐになくなります。

大したことのない庭でも雪つりをすることによって、景観がよくなり、ちらちらと雪が降ってくると格別です。今年のメインはどれにしようかとか、縄の結び目をどういう飾りにしようとか、などと色々と考えながら工夫してみると意外と楽しいものです。当家の庭には高木はなく転落事故などは心配しなくていいのですが、それでも還暦になった我々は焦らず、気を付けてコツコツと時間をかけて試行していかなければと気を引き締めています。今年も出来上がった庭を眺めて自画自賛し、雪見酒を楽しみたいと思っています。



杏和だより200号発行を祝して

市立砺波総合病院 東洋医学科
古 谷 陽 一

この度は、杏和だより200号発行、おめでとうございます。昭和45年9月5日が第1号ですので、私が昭和46年生まれとほぼ同じ年月を経過しているようです。私の方はだいぶ経年劣化しておりますが、紙面の方は益々活気があるように感じます。何事も3日坊主の私、これからはいろんなことを投げ出さずに頑張りたいと思います。

今後、杏和だよりが300号、400号と永続していくことを心より願っております。

四十五の手習い

ものがたり診療所庄東

八木清貴

芸術の秋、ふとした事からピアノを習い始めることになった。

遡る事、今年の5月。たまたま訪問診療に伺った家で、立派なエレクトーンに、楽譜が広げてあった。お孫さんのものと思いきや92歳のお母さんの介護の合間に60歳代？の娘さんが、習いだしたのだとのこと。

他にも、寝たきりのご主人を献身に介護されながら真剣に大正琴を習っている72歳の方にもお会いした。うれしそうに自身の演奏会のビデオを見せて下さり、「先生、事を始めるのに、年齢は関係ないね。好きな事ならなおさら」と。何よりのストレス発散になっているようであった。

同時期に3歳になる下の子がピアノを習い始めたのをきっかけに、今年の6月、我が家もキーボードを買った。グランドピアノを置くスペースもお金もなく、トイザラスで2万円弱で購入した。

俺も何か始めてみよう。

ピアノの先生はカシオのLK215。

楽譜も読めない45歳のおっさん初心者の固まった指を光ナビゲーションにて、導いてくれる。

課題曲はショパンのノクターンop9-2。

映画「愛情物語」の主題歌で、浅田真央のショートプログラムで選択もされたこともあり、ショパンの代表曲で、自分もクラシック音楽では一番好きな曲である。

難易度はEランク（収載曲150曲のなかでも最難関のようだ。）。

とりあえず、死ぬまでにマスターできればと始めた。

初めは、右手と左手が上手く協調しなかったり、左手の薬指が上手く動かせなかったり。すぐに投げ出したくなつたが、毎日5分でもと、続けた。

途中、どうしてもわからないところは子供のピアノの先生に教えてもらいながら、どうにかこうにか、約4ヶ月が過ぎ、一通り、まがいなりにも、最後まで通して引けるようになった。

現在では、もう少し完成度を上げようと、小学4年生の子供も一緒に、3人でピアノを習っている。

『六十の手習い』、『Never too old to learn.』等の故事ことわざがあるが、学問や習い事をするのに年齢制限などないのだと言う事を教えて頂いた。

ウォーキング日本一周をめざして

柳澤医院

柳 澤 伸 嘉

「杏和だより」発刊200号おめでとうございます。同誌は医師会の活動内容をコンパクトに知ることができ、また各先生の書かれるエッセイ「散居村」が面白く毎号楽しみしております。私は176号に医師会入会の挨拶を掲載していただいて以来、音楽、登山、鉄道旅行など私の趣味を投稿してきました。今回はH16年より続けていますウォーキングについて書きたいと思います。年々増加する体重、腹囲と運動不足対策目的に始めたのですが、目標がなくただ歩くためか当初は長続きしませんでした。そこでダイソーにて県別地図を購入し、H17年5月より高岡駅からJR北陸線上を関西方面に向けその日の歩行距離を記していました。1日の歩行距離は当初の3.5kmから徐々に増え、多い日には8kmにもなり、雨の日以外はほぼ連日歩くようになりました。ウォーキングは主に早朝に行うのですが途中、犬の散歩をしている人（杉下先生にも時にお会いします）、患者など多くの人と遭遇し簡単な挨拶を交わすようになりました。私の歩く姿を見て運動を始めたと申告する患者も出て医師としては嬉しくもあります。体重、腹囲の改善の効果はいまひとつですが、私には1日のリズム作り、ストレス解消に有用なようです。歩行距離はその後も順調に延びて九州、四国を一周し本州の太平洋～日本海側を経てH22年9月には出発点の高岡へ戻っていました。その後、一時腰痛のため中断していましたが本年春より再開し残った北海道一周をめざし歩き始めました。10月現在最東端の根室に達し一周まで残り1000km弱となりました。今後は最北端の稚内を廻り来年中には達成できればと思っております。北海道一周が終わったら次は内陸部のJR線を進みJR線全線踏破を目標としようかなどと自分の年齢を省みず妄想にふけるこの頃です。

近況報告

桐沢医院

山 下 泉

「杏和だより」も第200号発刊となるのですね、おめでとうございます。今まで砺波医師会を支え、率いてこられた諸先輩のご努力と歴史を感じます。

私は長らく所属していた県医師会を退き、身も心も楽になったところで思い切って、以前から煩っていた股関節の手術を受けることにしました。手術は砺波総合病院の整形外科山田先生にお願いして無事に終わりました。現在は仕事に復帰しています。脚の方はまだ本調子ではありませんが焦らずリハビリしていきます。

入院中は家族をはじめ、医院のスタッフにたくさん迷惑をかけました。この年齢になつて長期の入院となると自分の事よりも、入院している間の年老いた両親をはじめとする家族の健康管理をどうするかが重要な事となりました。これから両親の介護などの問題を考えると今の状況を吉と判断して「いつやるの、今でしょう」の勢いでやりました。

話は変わりますが、入院中の暇な時間にこれからの自分の人生を考えました。これからの生活を過ごしていく上では、若いころと違った「必要性」や「タイミング」で何かしら決断を迫られる事が増えてくるだろうな、その決断が何にせよ、どの時期に来るにせよ自分自身の底辺にはいつもモチベーションを持っていて、それは健康維持に努めたり、友人や地域の人とのつながりを深める事であったり難しいことではなく自分ができそうなことでいいから、何かひとつ自信につながるものを作っていくたらなと思いました。以上、健康であることの大切さや仕事に復帰できた幸せを最近つくづく感じたおばさんの近況報告でした。



時間の流れ

やました医院

山 下 良 平

私は、平成16年10月に開業し、この秋でまる9年が経ちました。これだけの月日を重ねると、普通に考えれば、開業医としてはベテランの部類に入りつつあるのでしょうか、実際にはまったくそのようなことはなく、未だに、夜間の救急外来で右往左往している研修医の如き頼りなさを感じながら、日々の診療に当たっております。また、勤務医の頃は、広い病院内を駆け回ることにより、肉体的運動量はそれなりに確保できておりましたが、今では狭い医院の中で、一日中、椅子に坐ったままで動くことなく、頭も体も、文字通り錆び付く一方となっております。

現在、体を動かすことと言えば、7年前に飼い始めた犬の散歩、正確には犬連れウォーキングであります。週3回、木、土、日の夕方、約3km程の決まったコースを、さっさと歩いてくれない犬を引きずりながら、早足で歩き回っております。当然の如く基本的に単調きわまりなく、犬がいるからこそ歩けると言った方が良いのですが、その単調さゆえに意外と心身をリラックスさせることができ、歩いた日は犬共々、良く眠れるという効用が得られております。

わずか3km程度の犬の散歩（犬連れウォーキング）ですが、日課として続けていると、通り道沿いの生活空間にいろいろな変化が生じるのに気付きます。いつもの田んぼが、ある年には休耕になったり、また別の田んぼでは玉ねぎ栽培が始まったり、大豆や麦が植えられたり。また、時々挨拶を交わしていた家が、しばらく散歩を欠かしたらいつの間にか空き家になっていたり。またその逆で、ずっと空き家だった家に小さな子供連れの家族が引っ越しして来て、会うと犬をとても可愛がってくれたり。また、ある家の前を通るとその家で飼われている犬がいつも吠え出て来ていたのに、姿を見せないと思っていたら、1ヶ月前に死んだと聞かされたり。代わり映えのないわずかな範囲の犬の散歩コースの日常の中にさえ、大小様々な変化が訪れ、方丈記ではありませんが、その時々、同じように見えて、絶えず異なる時間が流れていることを今更ながらに気付かされます。

これに関連して、昨年、ある新聞で目に留まった年末の一小景。「私（新聞記者）が住むアパートの2階上に子供連れの家族が住んでおり、毎年、クリスマスが近づくと窓に色

とりどりのイルミネーションが飾られ、仕事帰りにそれを見るといつも心が和み、年の瀬を感じた。ところが、引っ越しした様子もないのに今年はなぜかイルミネーションが飾られず、そう言えば窓に明かりの点いていない日も少なくない。階上の家族の変化については知る由もないが、子供のことを思った。」

自明のことですが、今年は去年とは異なり、そして明日は今日とは違った時間が流れます。この度の「杏和だより」は、昭和45年9月に創刊されて以来の第200回記念号とのこと。昭和45年と言えば、当時、私は中学2年生で、修学旅行を1年繰り上げ、3年生と一緒に大阪万博へ行ったことを思い出します。その後、実に43年に及ぶ歳月が流れており、この間に「杏和だより」の中に書き留められたであろうその時々の時間の風景に思いをめぐらした次第であります。



「日本一の石段」に登りたかった理由

市立砺波総合病院 整形外科

山田 泰士

「誰なの？こんなところへ来ようって言ったの？」

念願だった「日本一の石段」に今年の夏休みに登った。石段の途中には、100段ごとに石標がある。100段をすぎたところで早くも息が上がり、そうつぶやいた。妻と甥っ子は、私のたわごとに気づいていながらも、こたえることなく先へ進む。「あんたでしょ」とその背中に書いてある。

200段をすぎた頃だっただろうか、冒頭の言葉をまたつぶやいていた。「もう4回聞いた。これで5回目だよ。」と、甥っ子に指摘され、泣きそうになる。石段沿いには、企業などが寄贈した石碑が数多くあった。その中で「吾唯知足」と刻まれた文字を見つける。石段

はもう満足、足るを知ったよ。もう降りたい。充分だよ。しかしそういう意味ではない。

甥っ子と妻の背中、段数を知らせてくれる石標、そして両側にある杉とケヤキをみなが
ら、文字通り1段ずつ進む。台風が近づいていたためか、ほとんど人に会わない。降りる
時に5人ほどにすれ違っただけ。3333段はほぼ貸し切り状態だった。思い返すと1000段目
ぐらいから2000段目ぐらいのことよく覚えていない。夢中になれば、辛いことだって辛
いとは感じないのかもしれない。

3333段登りきったところにある石碑には、「白龍が昇るが如し石段は3333で日本一」と
刻まれていた。登り切った感動よりも、ここからまた下らなければいけないという不安が
よぎる。足はすでにガクガク、「もうダメだ」。それでも記念写真をとるために、デジカメ
の10秒タイマーを使い3人そろった写真をとる。シャッターを押し、妻と甥っ子のところ
へ私は無意識のうちに走っていた。まだ余力があるのに、「もうダメだ」と自分にブレー
キをかけていることを知る。

そして、膝が笑いながら石段を降りていく。いつのまにか、顔も笑っていた。説得力な
いけれど、とにかく楽しかった。いつの日か、くじけそうになったら、また登りたいと思つ
た。

この「日本一の石段」を知ったのは、今年1月にNHKで「5分間の大切な物語」とい
う番組だった。交通事故で右足を失った女性が旦那さんと二人で毎月のぼっているとい
う。

(インターネットで公開されています。<http://www3.nhk.or.jp/d-station/episode/gofunkan/2698/>) その映像をみたとき、どうしても登ってみたくなった。石段の途中でみ
つけた石碑には、「この石段に学びし 飛翔せん」とあった。(砺波医師会誌「杏和だより」
は、ようやく第200号である。第3000号を迎えるとき、本会がさらに飛翔されていること
を祈念したい。)



杏和だよりがガリ版刷りであったこと

山本内科医院

山 本 郁 夫

平成のはじめ、開業した年、砺波医師会誌杏和だよりを第104号より受け取りました。B5判ガリ版刷り、約25頁。当時、わりと小部数の印刷物がガリ版刷りが少なくなく、以前の杏和だよりも目にしていたので体裁についての違和感は全くありませんでした。その後、当方の町内（砺波市春日町）の付き合いの中で、ある方との話のなか、医師会誌の仕様が程度が低いこと（印刷が）を卑下して申し訳なさそうにいわれていました。その時、その方、吉田外与志さんが杏和だよりの印刷を創刊以来手がけておいでることを知りました。創刊の昭和40年代、大部数ではない印刷物、冊子、刊行物は謄写版印刷（ガリ版刷り）が多く、吉田さんは、その更に以前より謄写印刷を営んでおられました（吉田プリント）。学校・警察・市役所・役場・税務署など官公庁の印刷物も多く手がけられたとのこと、内容は当然、部外秘のものも多く、時には庁舎にカンズメ状態で仕事されたこと也有ったそうです。

「ガリ版」版“杏和だより”をあらためて見てみると、印刷面は整然とレイアウトされており、製本もガリ版印刷物からくるイメージとは全く異なるほど精確です。これらの作業は全て一人でされていたといいます。独特な孔版字体、講演会記事の中で円グラフや図形も正確に描かれている。用紙も謄写印刷に適したものを使っていたので、印刷はシルクスクリーンなしでのローラー刷り、一枚一枚刷った紙をはさみながら仕上げるのだそうだ。プロとはいえ、すごいこだわりのある技術のよう。

しばらくの間、杏和だより編集委員をさせていただいた。編集会議で、時々、体裁をこのままガリ版刷りで続けるかどうかの議論があったようです。やはり、ガリ版刷りは時代にそぐわない、見映えはよくない、ということでした。しかし、紙面構成、レイアウト、さらには所々に気の利いたカット画を配置されるなどうまく作っていただけた。また、これが素朴で、かえっていい味わいがあって、これで良いのではないかということで、その都度、体裁・装丁は現状継続となっていました。

平成が進んで、さすがに印刷事情も変わりました。ガリ版刷りに必要な“原紙”も不足になったようです。原紙は和紙に“ロウ”をひいたもので、美濃紙が良質のものだそうで、

吉田さんはこれにこだわっておられ、その原紙が足りなくなり、吉田さん自身もしっかりと書けなくなつたといわれます。

183号まで年6回奇数月に刊行されていました。平成18年砺波医師会は南砺市在住会員が抜けて新しい医師会となりました（医師会名は変わらず）。杏和だよりは184号からはA4判と大きくなり、“活字印刷”となりました（名称は変わらず）。医師会も変わり杏和だよりも変容しました。

吉田さんは今もお元気でおられ、自信をもってされた杏和だよりの仕事を自嘲気味に思いました。

創刊200号、そして55年

寿康堂 吉田医院
吉田 康二郎

創刊200号記念号の発刊おめでとう御座います。

富山県医師会ゴルフコンペが次回の納会で246回です。金沢大学第一内科ゴルフコンペが次回で171回です。自分が医師免許を得たのが昭和43年9月ですから経過年数はほぼ同じです。砺波医師会所属は平成16年4月からですが医師会誌の歴史と自らの経過を比べてみると忸怩たる思いがします。

大学で9年半、富山市民病院で26年半をがむしゃらに勤め、現在の状況になって9年半ゆったりと診療に携わってきました。医師会報（富山県医師会報・平成16年から砺波医師会報）には現状の分析および展望が各号に記載され、招来の理想・希望・道筋が示されています。皆様にとって厳しいながらも明るい展望が開けているように思えます。一方の自分はがむしゃらに勤務し周りを見つめる余裕も無く過ごしてきたと思います。現在肉体的には非常に余裕のある毎日ですが、周りを見つめ反応する術（情報収集）が無いのか取り残されているような一種不安な気分を抱いています。これには古希を迎えて、物忘れや間違いの指摘の頻度が年々増えてきた現状があります。臨床医としての限界の自覚が近く、いつ頃かと常に考えているからでしょうか。とはいながらinactiveには考えていないのですが。

未来を感じる医師会誌といつかは閉じる臨床医の比較でした。

学校嘱託医の意見

寿康堂 吉田医院
吉田 武雄

光陰は矢の如し。過ぎし年月は流水の如し。

吉田 武雄 大正15年生 昭和40年より現在地で開業

既往症として痔核・胆石・前立腺肥大・早期胃癌・腹部動脈瘤を手術。

平成20年に大腸癌手術。その機会に康二郎にバトンタッチ。

現在は庄南小学校、中野幼稚園・太田幼稚園の嘱託医に専念しています。

下記が委員会に提示した論点です。

「保健委員会殿」に問題の提起をします。2013.10.17 午後1~2時

昨年度は体罰と苛めが主題のようでしたが、体罰は教育の手段として高学年で問題が論議されています。今年度は、文部省は体罰と苛めは、存在すると認識して対策を求めてい るようです。

体罰は高校生などの、高学年では体育で体力増強と競技能力の向上を求めて、指導者の過度の期待が体罰の行為となる事が多いようです。

私立高校の運動部はプロの卵の育成の場ですから競技能力の限界に挑戦する手段として、教育の現場では、体罰を利用する事もあると思いますが、体罰の指導時には、心のケアとの同時指導が基本だと思われます。

基本的には此の高校に進学を勧めた、中学担任の高校の選定間違いだった事が原因のよ うに思われます。

此の委員会は対象が小学生ですから論議される主題は「いじめ」のようです。

テレビの情報によれば、次年度より、対策として、道徳の授業があるようです。

自己の心の成長の過程で、好き嫌いは誰でもある事が必然です。

「苛め」の問題点は（個人）対（集団）である事です。

A 解決策は沢山の小集団（運動部・文化部・合唱部など）を作りて個人が相互に複数の集団に加入して遊び・学び・競う事だと考えます。

B 育徳教育の流れとして、現在は入学後3ヶ月程度で校歌が、歌えるように工夫され

ているようですが、自然に発声して歌う事が心を豊かにする。

- C 一般に校歌は高調で、低学年の遊び言葉ではない。困難かもしれないが、童歌で第二校歌を夏休み等に作る。

現在の校歌に意味の不明・不足の文言があれば、児童、父兄、先生方が文言を選び、又は、歌詞の部分の募集等を試みて、校歌の新作を工夫する必要があるかもしれない。

礪波市の校歌が一覧出来れば参考になると思われます。

お遊び・運動会・遠足・集団登下校があれば格好な歌いの場となる。

- D 祖父母と一緒に、仏教のお経を唱える事が一番簡単な德育教育かもしれない。

- E 各地区に定年後の先生が無聊の解除とし子どもの放課に一緒に遊ぶ事も苛め対策の効果があるかもしれない。



新入会員紹介

ゆあさ眼科

湯 浅 雅 志

この度平成25年7月22日に砺波市大辻で開業させて頂きました、城端町出身の湯浅雅志です。常日頃より病診・診診連携の一環として、特に砺波医師会の諸先生方には大変御世話になっております。改めて深く御礼申し上げます。

幼少期より病になると砺波市等で御世話になっていた私にとって、地域に根ざした医療に貢献できること程幸せなことはないと常々考えておりました。平成16年に金沢大学医学部卒業後、直ちに第1志望の市立砺波総合病院で研修させていただきました。現在、私がモットーとしている医師としての信念すなわち「和・謙虚・感謝の心」は、砺波研修時代での経験が大きく影響しているように思います。またその時御世話になった諸先生方には感謝してもし尽くせません。或年末も差し掛かった頃、当時院長のS先生宅で我々若手一同宴会が催され、その際S先生御令嬢様よりわんこそばを盛るがごとく酒を注がれ断れきれず飲み干しついにはvomitし下水管を詰まらせ新築したての新居を破壊したこと今となっては懐かしい思い出です（S先生再度申し訳ありませんでした）。

その後はひたすら眼科道を歩み、金大～筑波大学眼科にて研修。金沢大学では角膜学術研究で小林顕講師、筑波大学では大鹿哲郎教授に直接白内障手術、平塚健太郎先生に一般眼科、白内障、眼瞼、鼻涙管手術を徹底的に教えて頂く機会を得、また東京厚生年金病院では我が恩師である野田康雄先生に網膜硝子体手術を教えて頂きました。その後、筑波大学眼科助教から小山記念病院（鹿嶋市）眼科部長等を歴任しました。

まさに今の私が在るのは、数多くの師匠と呼ぶべき諸先生方の教えがあったからと思います。心より深く感謝しております。

最後になりますが、地域医療の発展に微力ながら御力添えできればと考えております。至らぬ点も多々あるかとは思いますが、何卒、御指導御鞭撻の程宜しくお願ひいたします。

砺波医師会誌 第200号

編 集 後 記

多くの会員の先生方から、原稿を提出戴き誠にありがとうございました。
この場をお借りして心より御礼申し上げます。

さて、「杏和だより」発刊200回記念号は、砺波医師会の歴史を語り継ぐ上で、これから先、長きに渡り礎となることを願い作成いたしました。急速な変化を遂げる医療界において、日々の忙しい診療から解放される一つの息ぬきとなれば幸いです。

編集にあたりましては、不慣れなため資料、記述、校正等の不備や不十分な点も多いかと存じますが、何卒ご寛容賜りますようお願い申し上げます。また次回の記念号編集に向けましては、更なるご指導ご鞭撻を賜れば幸いかと存じます。

最後になりますが、砺波医師会及び会員の先生方の益々のご発展とご健勝をお祈り申し上げ編集後記といたします。

藤井 正則記

〔広報委員〕 山田 泰士、藤井 正則、柳下 肇、網谷 茂樹

