

平成28年11月30日

砺波医師会誌

杏和だより

第206号

◇◇◇ 目 次 ◇◇◇

〔時評〕	・人工知能の恩恵と脅威	伊東正太郎	2
〔活動報告〕		4
〔追悼〕	・在りし日の中島よし子先生に捧ぐ	福井 悟	7
	・高田外喜雄先生を偲ぶ	福井 悟	8
〔市民公開講座〕			
	・最近の白内障手術事情	大田 妙子	9
	・めまい その原因と治療法	山本 環	12
〔散居村〕	・雑感2	湯浅 雅志	14
	・加令	吉田康二郎	15
	・ダブルデッカー	若松 伸彦	16
	・中国の大通りの渡り方	浅山 邦夫	17
	・もうわからないギャグ	網谷 茂樹	18
	・走ること	家接 健一	19
	・洗車	五十嵐保史	20
	・富山マラソン走りました!	稲坂 淳	21
	・古稀	井上久美子	22
	・文章を書く	上野 輝夫	23
	・村上春樹はなぜノーベル賞候補か	大澤 謙三	24
	・運のよい父	太田 英樹	26
〔編集後記〕	藤井 正則	27

発行所 砺波市幸町6番4号

公益社団法人 砺波医師会

発行人 砺波医師会長 金井正信

人工知能の恩恵と脅威

市立砺波総合病院

院長 伊東 正太郎

2016年春、Google社の人工知能を搭載した「アルファ碁」は、世界最強の呼び声の高いプロ棋士イ・セドル九段（韓国）に大勝しました。対戦前のインタビューで、イ・セドル九段は「人工知能が私に挑戦するなんて10年早いと思いますよ」と余裕綽々でした。第一戦の解説をしていたプロ棋士も、序盤では、人工知能の打つ手に「いやあ、ひどい手です。囲碁の常識も知らないようですね」と馬鹿にしていました。しかし、手数が進むうちに解説者は「あれっ、この手はなんだ？ プロ棋士を27年やってますが、初めて見ましたこんな手は！ アルファ碁のねらい（序盤の非常識な手）はこれだったのか！」とつぶやき、盤面に向かうイ・セドル九段の表情も苦渋に満ちてきました。そして、結果は、ご存じのとおり「アルファ碁」の大勝でした。半年前の2015年秋まで、人工知能はプロ棋士に絶対に勝てないと言われていたのです。それは、囲碁の手数は10の360乗もあり、チェスの10の120乗、将棋の10の220乗と比べても比較にならないほどの天文学的な数字だったからです。

それでは、「アルファ碁」がどうして世界最強のプロ棋士に勝てるようになったのでしょうか。まず、ここ10年足らずでコンピューターの演算処理能力が圧倒的に向上し、ビッグデータ処理や複雑な機械学習に要する時間が実用的なレベルにまで速くなったことがあげられます。次に、特筆すべき点として、機械学習の一つである「ディープラーニング（深層学習）」が、ここ2～3年で長足の進歩を遂げたことによります。ディープラーニングは、人間という教師の手助けがなくても自分で勝手に大量のデータから何かを学び、ある問題を解く上で何が本質的に重要な規則であるかをシステム自身が探し出してくるのです。これを「アルファ碁」に例えれば、人間同士の対戦棋譜だけではなく、「アルファ碁」内部で人工知能同士が対戦した多数の棋譜をビッグデータとして蓄積し、これらの棋譜の分析から、従来の好手だけでなく、今まで人間が想像もしえなかった好手を「自分」で次々と見つけ出したということになります。

「アルファ碁」との対戦後、イ・セドル九段は、「私の方が有利に思えたときでも、アルファ碁は、私が経験したこともないような素晴らしい手を次々と繰り出してきました。アルファ碁の手を見て、これまでの自分の知識が正しかったのかどうか、疑問を抱くとともに、囲碁

の世界をもっと極めたいと感じました」と語っていました。完敗したにもかかわらず、イ・セドル九段の晴れやかな表情がとても印象的でした。

ディープラーニングは、人工知能の分野に革命を起こしたとも言われています。この手法で、人工知能がほんのわずかでも自分より賢い人工知能を生み出すことができるようになった瞬間から、人工知能は神がかった存在になるかもしれません。数学的な例で言い換えますと、1.1を1000回かけると、非常に大きな数(10の41乗)になります。かけ合わせる元の数が1.0を僅かでも超えると、いきなり無限大に発散することを意味します。このことを「シンギュラリティ」(Singularity; 特異点)といい、コンピューターが全人類の知性を超える時が来るのではないかとの危惧も、やおら現実味を帯びてきました。

現時点でも、がん研究の論文を2500万件以上、薬の特許や生命のメカニズムの情報を1500万件以上をインプットされたIBMの「ワトソン」は、急性骨髄性白血病の患者に対して、僅か10分で最も効果的な抗がん剤治療レジメンを提示し、患者さんの命を救っています。また、ディープラーニングを搭載した人工知能は、熟練した放射線科医でも診断が困難な早期肺がんを的確に指摘できるようになってきました。人工知能の「目」である画像処理、「耳」である音響処理、そして、「手足や触覚」に相当するセンサーやデータ処理技術も急速に進んでいます。近い将来、人間を越えるスーパードクターが出現するのも夢ではないようです。では、私たち人間は一体何を担えばいいのでしょうか？ 私たちは、そんな課題が突きつけられる時代に直面しています。



活動報告

(平成 28 年 5 月～平成 28 年 10 月まで)

平成 28 年 5 月

- 9 日 富山県医師連盟執行委員会
- 10 日 第 2 回理事会
砺波在宅医療支援センター運営委員会
選挙管理委員会 (県医)
- 19 日 砺波地区病診連携カンファレンス
- 24 日 監事会
学術講演会
「高齢者における不眠治療～実症例を踏まえて～」
金沢医科大学病院 高齢医学 講師 入谷 敦
- 25 日 特定健康診査等事務説明会

平成 28 年 6 月

- 3 日 富山県在宅医療支援センター運営協議会
- 6 日 県・郡市医師会協議会
- 7 日 第 3 回理事会
砺波在宅医療支援センター運営委員会
- 9 日 平成 28 年度第 1 回砺波地域メディカルコントロール部会
- 16 日 市立砺波総合病院 肝臓病教室
- 22 日 平成 28 年度定例社員総会
- 23 日 砺波市高齢者及び障害者虐待防止ネットワーク運営委員会
第 192 回富山県医師会定例代議員会
- 27 日 平成 28 年度砺波市訪問看護事業運営委員会
- 28 日 砺波市防災会議
学術講演会
「超高齢化社会を迎えた C K D 診療－連携診療の視点から－」
滋賀医科大学 糖尿病・腎臓・神経内科 准教授 宇津 貴
- 29 日 砺波地域産業保健センター第 1 回運営協議会

平成 28 年 7 月

- 8 日 砺波厚生センター地域・職域連携推進協議会
市立砺波総合病院医局会との交流会
- 11 日 第 4 回理事会
砺波在宅支援センター運営委員会
- 21 日 砺波地区病診連携カンファレンス
- 26 日 学術講演会
「似て非なる疾患 COPD と喘息をどう管理するべきか」
南砺市民病院 副院長 品川 俊治
- 29 日 砺波准看護学院 研修旅行

平成 28 年 8 月

- 4 日 平成 28 年度富山県透析患者等発生予防推進事業連絡協議会
- 8 日 第 5 回理事会（移動）
- 10 日 富山県医療審議会地域医療構想部会
在宅医療支援講座
- 18 日 市立砺波総合病院 肝臓病教室
- 23 日 平成 28 年度「介護保険－主治医研修会」
- 27 日 平成 28 年度富山県総合防災訓練に係る机上訓練
- 30 日 砺波市総合計画審議会

平成 28 年 9 月

- 1 日 特定健診・特定保健指導委員会（県医）
- 2 日 平成 28 年度砺波市要保護児童対策地域協議会代表者会議
- 5 日 富山県医師会との懇談会
- 8 日 保険医療機関及び保険医集団指導
平成 28 年度第 2 回広報委員会
- 9 日 砺波地域医療構想調整会議
看護学生交流会
- 12 日 第 6 回理事会
砺波在宅支援センター運営委員会
- 15 日 砺波地区病診連携カンファレンス
- 21 日 砺波地域医療推進対策協議会 急性心筋梗塞部会

27日 学術講演会

「日常診療でよくみる Common Epilepsy の診断と薬剤選択」

金沢大学附属病院 小児科 特任助教 黒田 文人

30日 平成28年度富山県透析患者等発生予防推進事業ワーキンググループ

平成28年10月

6日 砺波准看護学院第52回戴帽式

産業医研修会 ー(株)富山サロンー

20日 市立砺波総合病院 肝臓病教室

21日 平成28年度砺波厚生センター運営協議会

24日 男女共同参画委員会 (県医)

25日 学術講演会

「慢性腎臓病 (CKD) にまつわる最近の話題」

富山市立富山市民病院 腎臓内科 部長 大田 聡

在りし日の中島よし子先生に捧ぐ

砺波サナトリウム福井病院

福井 悟

まだ駆け出しの頃、福野に中島よし子先生、津沢にご令弟の中島光正先生がご活躍でした。ともに地区民の信望厚く、私たち後輩に対しても診療に勉学に範を示していただきました。

縁あって、よし子先生が平成13年頃近くに転居なさったのを機に当院に勤務いただきました。優しく思いやりのある診療は忽ち近所の皆さんの信望を集め、「おばあちゃん先生いるかい？」と気軽に訪れては長く話し込んでいく患者さんもおいででした。穏やかなお人柄の中にもウィットに富んだ語り口は聴く人の心を魅了したものでした。

ある日のこと、先生から「実は自分は難病に罹り治療を始めたこと、最近車の運転にも支障が出るようになり、とても自信を無くしている」旨のお話がありました。徐々に病勢は進行して遂には入院加療を余儀なくされました。平成13年4月～17年9月と短い期間でしたが、先生からいただいた教訓は計り知れないものでありました。

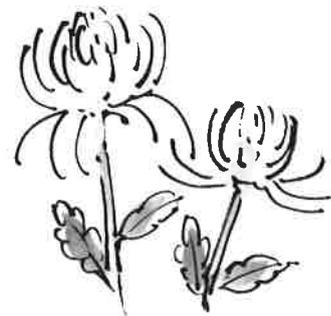
古き良き時代に医療の道にお進みになり、心ゆくまでの自由な診療に打ち込まれた先生は、今の窮屈な医療環境にある身にとって羨ましくもありました。

今は、記念にご恵贈いただきました一幅の名画だけが名残りとなりました。一同機会あるごとに先生の在りし日をお偲びしています。

ご令弟 中島 光正先生 平成28年3月4日ご逝去 享年92歳

中島よし子先生 平成28年4月28日ご逝去 享年95歳

謹んでご冥福をお祈り申し上げます。



追悼

高田外喜雄先生を偲ぶ

砺波サナトリウム福井病院

福井 悟

昨年秋のこと、いきいきとやま健康と長寿の祭典が富山市で盛大に開催されました。その席上先生は「いきいき長寿者顕彰」受彰の栄に浴されました。

90歳になった現在も、現場で医療活動を行い公衆衛生の向上に貢献されている功績によるものであり、先生の皆様から敬愛され慕われる高潔なお人柄によるものと深い感銘を覚えました。常に優しく思いやりがあり、何時でも何処でも患者さんの求めに応じて診てくれる先生、注射の上手な先生と近隣の皆さんから愛される先生に相応しい出来ごとと一同小躍りしました。

今年に入って春まだ浅い頃、先生は突然体調を崩され入院されることになりました。幸いなことに治療の効果と先生の懸命のリハビリの効果で見事に回復されました。「毎日のリハビリが楽しくて・・・」と常に何ごとにも前向きにとらえる先生でした。

去る6月15日朝、奥様から急な電話があり訃報を知らされました。あれ程元気だった先生が…と大きな衝撃を受けました。弔問に伺った折、「前日に散髪に出かけ次の診療の日を楽しみにしていましたのに…」との話を聞き胸に迫るものがありました。

先生は正に生涯現役を全うなさいました。日頃先生の仕事ぶりを目の当たりにして、いつもかくありたい、かくあらねばと思ったものでした。皆さんから愛され、親しまれた先生、これまでのご恩に深くお礼を申し上げます。

平成28年6月15日ご逝去 享年91歳

謹んでご冥福をお祈り申し上げます。



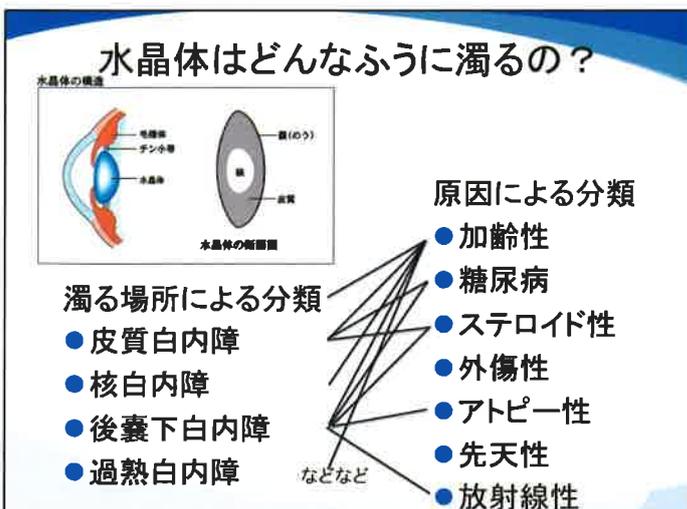
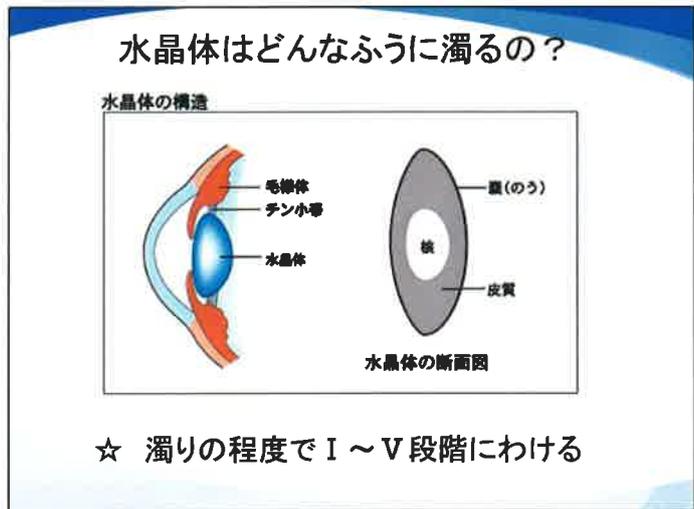
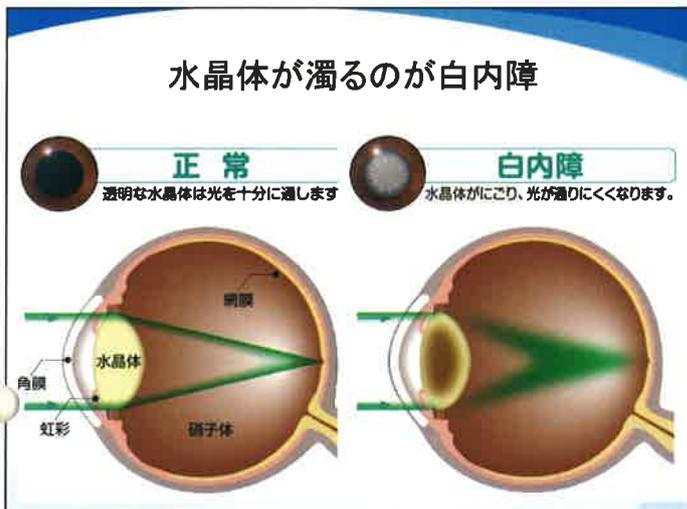
最近の白内障手術事情

市立砺波総合病院 眼科 部長 大田 妙子



本日の内容

1. 白内障とは？
2. 白内障の治療法
3. 白内障手術で使う眼内レンズの種類
4. よくある質問



白内障の治療法

- 根本的には手術療法
- 現在認可されている点眼薬は白内障の進行を遅くするという報告もあるがエビデンスがないという報告もある
- 少なくともいったん濁った水晶体を透明にする作用はない

白内障の手術時期は？

白内障ではまず失明しない！

失明とは？ = 光を失う
光が全く分からなくなった状態を失明という

しかも、病気が白内障だけなら手術で濁りをとればまたみえるようになるのでそれほどあわてなくてもよい



本人が不都合を感じているなら手術
ただし、あまり放置しすぎると他の病気を併発したり、手術が難しくなったりするので医師とよく相談して決めましょう！

白内障の手術方法



眼内レンズとは？

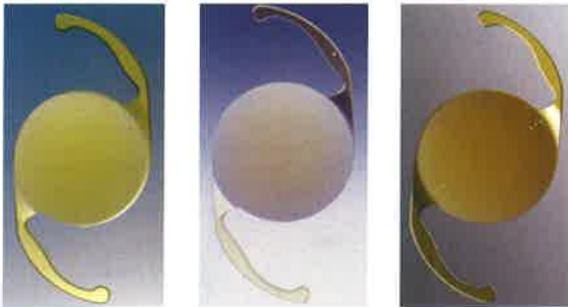
吸い出した水晶体の代わりとなる人工水晶体です



イメージ図

☆最近の眼内レンズは網膜を保護するためにほとんどがイエローレンズ

- ☆単焦点眼内レンズ : ピントが合う距離がひとつ
- ☆多焦点眼内レンズ : ピントが合う距離が複数
- ☆乱視用眼内レンズ : 乱視の強い人に使用 使うかどうかは医師の判断



単焦点

多焦点

乱視用

多焦点眼内レンズの利点と欠点、適性

☆利点

- 眼鏡なしで遠くも近くもだいたいみえる

☆適する人

- 多少コントラストは悪くても遠くも近くも見えたい人
- 仕事柄メガネをかけられない、かけたくない人
- 性格的にあまり細かいことにこだわらない人

☆欠点

- 中間の距離がぼやける
- コントラストがやや悪くなる
- 夜間の運転時、ライトがにじむ
- 価格が高い

☆適さない人

- すっきり見えないと気が済まない人
- 夜間運転をよくする人
- 神経質な人
- 高いレンズだからよいと思っている人

よくある質問

- ◆ 日帰り手術と入院手術とどちらがよいのですか？
- ◆ 手術すればかならずよくなりますか？
手術した後にまた白内障になることはないですか？
- ◆ 手術したけどよくなかったという人がいますがどうして？
- ◆ 手術しないでいて手遅れになることはないですか？

◆ 日帰り手術と入院手術とどちらがよいのですか？

日帰り手術

- 重篤な全身疾患がない
 - 通院のできる人
- 医院によって差はあるが、手術日、術翌日、(翌々日)、1~2週間後に通院が一般的？
両眼手術すると月に6~10日通院が必要となる場合もある

入院手術

- 通院が困難な人
- 全身疾患のある人
- 認知症の人
- 片眼: 2泊3日または1泊2日
- 両眼: 4泊5日または3泊4日
- 退院後1週間後に受診
その後は3~4週間または紹介元に逆紹介

◆ 手術すればかならずよくなりますか？
手術した後にまた白内障になることはないですか？

- 手術に100%はありません
- 術中合併症
後囊破損:手術中に水晶体嚢が破れる 500人に1人程度
- 術後合併症
眼内炎:目に細菌感染をおこす 比較的早期 2000件に1人程度
⇒緊急手術が必要となることも…
後発白内障:残した水晶体の袋自体が濁る
術後数月から数年後に発生
⇒レーザー濁った部分を散らすことにより簡単に治療できる

◆ 手術したけどよくならなかったという人がいますが
どうして？

- 白内障以外の病気がある人
眼底出血:糖尿病網膜症 網膜静脈閉塞症
黄斑疾患:加齢黄斑変性 黄斑円孔 緑内障、
視神経疾患:緑内障 視神経炎 などなど
- あまり日常生活に不自由を感じていないのに
手術してしまった人



みんな手術したら遠くも近くも
すきっと見えるようになった
たっというから手術してもら
けど、な〜んかわらんちゃ!

◆ 手術しないでいて手遅れになることはないですか？
実はあります！

● 急性緑内障発作を起こす可能性のあるひと

急性緑内障発作とは…

- 眼の中のお水(房水)の出口(隅角)が塞がって、
眼の中にお水がどんどん溜まることにより急激に
眼圧があがる病気
- 放置すれば2,3日で失明することもある
- 緑内障といわれて点眼治療をしている人にはほとん
ど起こらない
- むしろ若いころ良すぎるぐらい視力の良かった人
(遠視の人)に突然起きる
- 中年以降の女性がなりやすい

- 加齢とともに水晶体の厚みが増すと
隅角がさらに狭くなり発作を起こすリスクが高くなる



厚さ4~5mmの水晶体を厚さ0.3mm程度の眼内レン
ズに交換することにより、隅角が広がり発作を予防で
きる

- その他…
強度近視や高度遠視の人で
すでに老眼になっている人は
矯正視力がよくても屈折矯正目的で早めの手術が推
奨される

めまい その原因と治療法

市立砺波総合病院 耳鼻科 部長 山本 環

砺波医師会 市民公開講座 2016/11/13

「めまい」

その原因と治療法

市立砺波総合病院 耳鼻咽喉科 山本 環

めまいとは

めまいは、目が回るようなくらくらとした感覚の総称で、主に3種類に分けることができます。

回転性めまい
自分自身や周囲がぐるぐる回っている感覚。

揺動性めまい
揺らめくふわと浮き立つ感覚がして、ふらつく。

突発性のめまい
目の前が暗くなり、嘔吐を伴うことがある。

種類と特徴
めまいは、早期発見を欠いた不安定状態を招きます。主に3種類に分けられ、発生源や症状に違いがあります。

めまいの種類	主な発生源	特徴
回転性	内耳疾患	* 吐き気 * 嘔吐 * 難聴
揺動性	頸椎・小脳	* 頭痛 * 寝起き * 乗り酔い(酔酔・酔酔)
突発性	聴	* 立ちくらみ * 聴覚過敏 * 失聴を伴う

上記のめまいが繰り返して起こる場合があります。

立ち眩みめまいの対応・予防

- ・規則正しい生活のリズムを保ちましょう
- ・起立時や体の向きを変えるときには ゆっくりとしましょう
- ・特に高齢者は 夜間のトイレ時に気をつけましょう
- ・軽い運動も取り入れましょう
- ・自律神経を整えることが重要です

良質な睡眠/栄養バランス/ストレス緩和

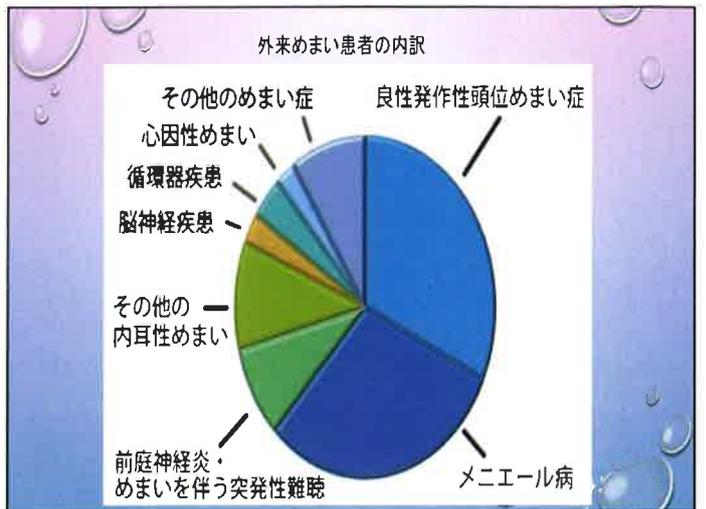
浮動性めまいの対応

- ・脳神経症状を認める/急発症で症状重く改善しない
→救急/脳神経外科を受診 精査を要する
- ・その他の場合 (慢性的・繰り返す)
内科 全身性疾患のチェックを
耳鼻科 耳性問題の有無をチェック

ストレス緩和/規則正しい生活のリズム/睡眠etc.

回転性めまいの分類

- ・中枢性めまい
脳幹や小脳の異常(小脳出血/椎骨脳底動脈循環不全他)
- ・末梢性めまい
蝸牛症状(耳鳴り・難聴)を伴う
メニエール病/突発性難聴/聴神経腫瘍/薬剤性
蝸牛症状を伴わない
良性発作性頭位めまい症/前庭神経炎

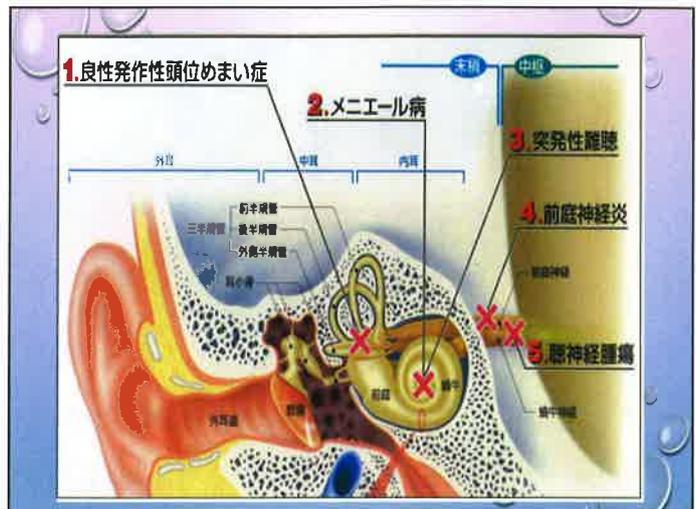


★危険なめまい★

脳の中で、運動の調節を行う小脳/小脳に隣接する脳幹に脳卒中による障害が起こると

→内耳に病気が起こったような激しいめまいが起こる

意識の障害、言葉の障害(ろれつが回らない)、
運動・歩行の障害、燕下(飲みこみ)の障害、
感覚の障害(触っても判らない)、物が二重に見える、
激しい頭痛 などの症状を伴うことが多い



メニエル病(内リンパ水腫)

難聴/耳鳴り/耳閉感などの聞こえの症状を伴う

めまい発作を繰り返す(その間隔は様々)

内リンパ水腫(内耳を満たしている内リンパ液が過剰に)

→ただし その原因は不詳

治療:一般的な抗めまい薬/内リンパ水腫を軽減する薬

ストレス/睡眠不足/過労が関与 生活習慣の改善

良性発作性頭位めまい症(BPPV)

頭を動かしたとき(寝返り/起床時等)に起きる

突然にグルグル回るような強い回転性めまい

症状の持続時間は短い(数秒から数十秒)

原因:内耳の前庭にある耳石が剥がれて三半規管へ侵入

治療:薬物療法/運動療法

めまいのリハビリ 運動療法

耳石を元に戻すことが目的

・エプリー(Epley)法が代表的

しかし、患側の診断が必要であり 専門的な診断必要

・めまいが起きるような頭位変換を自分で繰り返す

寝返りをうつとか ベッド上で寝起きの運動を行う

めまいは寝ていては治らない

薬物治療⇔運動療法

急性期を過ぎたら

積極的に運動を取り入れましょう

雑感 2

ゆあさ眼科

湯 浅 雅 志

Carl Zeiss の手術顕微鏡を愛用している。元々定評のあるメーカーであったが、2007 年頃にテクニカルなブレイクスルーがあり光学的観察系が飛躍的に改善した。以来当院での Microsurgery には欠かすことのできないものとなっている。他病院で、和製某社の手術顕微鏡で手術を行った経験があるが、全体的に薄く暗く立体感に乏しく、素直に使いづらかった。眼科鑷子を例にとっても、ドイツ製とそれ以外のものとの比較すると、劣化までの時間に差があるような気がする。そういった理由から、多少値が張るのではあるが、特に要所に用いられる器械は、当院のものは殆どがドイツ製となってしまっている。患者様に最高の環境で手術を受けて頂きたいし、私自身の安心、自信にもつながる。

ドイツ職人が何かに打ち込んだら中途半端なものは出来ないらしい。完璧主義、品質基準が高い、労働倫理が強く、永く使えるよいものを作りあげることには価値を見出している。また一方、享受する側も、正しくそれらを評価する素質を有している。

対照的なのはアメリカなのかもしれない。硝子体手術で用いる鑷子は大変高価だが、繊細で壊れやすく、扱いには至極苦勞する。手術前には細心の注意を払って洗浄滅菌し、大切に何度も繰り返し使用したものである。ところが、米一流眼科メーカーが数年前ディスポの鑷子を上市した。時を同じくしてその他器械も一様にディスポ化されてしまった。これには少なからず驚かされた。コンタクトレンズがハードからソフト使い捨てになったというレベルの話ではない。壊れやすく、扱いが面倒なものは捨ててしまえという文化なのであろうか。あるいは利潤の飽くなき追求か。日本メーカーも、まもなく、これに倣っていった。

かつて、ドイツはヨーロッパにおける日本のようだと感じた と語った人がいた。以前の日本にも同じ文化があったのではないだろうか。

百聞は一見に如かず、而して百聞を伴わない一見は百聞に如かず と知人は言う。技術の進歩に甘んずることなく、手術道を邁進していただくだけである。

加 令

寿康堂 吉田医院
吉 田 康二郎

73才半ばを超えました。「年取ったな」と強く感じます。加令現象を自覚したのはいつ頃か、思い起こしてみました。

①髪の毛 30才頃より軟らかくなり整髪しやすくなった。40才頃から白いものが混じるようになり次第に増えてきました。そのうち頭頂部で雨降りが良く判るようになり、髪の毛の数が目にみえて減少し、今では乾かすのにドライヤーは不要の状態です。

②眼 42才時の投稿文に老眼鏡が必要かとありますので、この頃に初代の老眼鏡をかけたのでしょうか。その後近く用と遠く用と2台の老眼鏡を携帯しなければならなくなり煩雑さを感じています。現在は六代目です。次は遠近両用の眼鏡を考えています。

③体力 勤務医時代は歩いて通勤し一日一万歩は歩いていましたので脚力の低下は感じていませんでしたが、心臓マッサージに息切れを50才頃より認めていました。ゴルフの飛距離が落ちてきたのが55才頃でしょうか。ハンデキャップが下がってきて20台へ固定してきた。61才で砺波へ戻ってきましたが、歩行数が激減し（3000歩に届きません）危機感を持って歩きました。しかし5年程で歩行頻度の低下となり益々体力の低下を是認せざるを得なくなり、加令＝老化を意識するようになっていきます。現在、投薬に際して「高齢者に投与するには・・・」の文言に過剰に反応している自分がいます。

加令の認識と老化の認識は個々違うと思います。加令現象は是認せざるを得ませんが老化現象は認めたくないという基本的願望の中で、今後の葛藤があるのではないかと思っている今日現在です。年代により異なると思いますが、先生方は如何でしょうか。



ダブルデッカー

あおい病院

若松伸彦

皆さま、お出かけの際に高速バスという移動手段を利用された事ありますでしょうか？

最近この高速バスに異変が起きつつあるのをご存知ですか？

興味のない方にはどうでもいい事だと思いますが、実はこの高速バスから「ダブルデッカー」いわゆる2階建てバスが引退しつつあるんです。

日本国内ではごく少数の外車を除き、三菱ふそうのエアロキングというバスしか2階建てバスはないのですが、この車両が、10年以上前に製造中止になり、現在使用中の車両も、老朽化のため徐々にその数を減らし、ここにきて急速に数を減らしてきているんです。

かつては金沢 ⇄ 富山なんて路線にも使われ簡単に利用できたのですが、この12月で、金沢、富山 ⇄ 大阪線からも引退し、北陸路からは撤退します。

合わせて東海道、中央道筋からも大部分が引退することとなり、残るのは数路線となり乗車機会はかなり少なくなると思います。

日本国内の道路規格では屋根が低く車内の居住性は一般のバスに劣りますが、二階最前列からの眺望は素晴らしいです。皆様もこの機会にご利用されてはいかがでしょうか？

最近流行りの鉄道などとは違い、実にひっそりと消えてゆき、いつの間にか無くなった。となりますのでご興味のある方はお早めどうぞ！



中国の大通りの渡り方

市立砺波総合病院OB

浅山 邦夫

2016年5月からの中国・ハルピンでの3か月間の生活で腕が上がったのは、中国語ではなく、猛進してくる車の波を掻い潜り大通りを渡りきる技術でした。

私の宿は職場の黒龍江省医院と中山路という大通りを挟んでおり、朝夕にこれを渡らねば生活が成りません。宿を出て右手に向かえばやがて歩道橋があり、そこを通勤に利用するようにと病院の人は勧めます。しかし、中国の歩道橋は日本の1.5倍ほど高い上に、遠回りになり通勤時間が2倍ほど掛るため、私は宿の左手にある信号のない横断歩道を通勤に利用しました。そうすれば、10分以内に職場に着けます。

中山路は、片側4車線、両側合わせて8車線、そして中央には高架の自動車道を支える橋脚が並ぶ中央分離帯があり、全体で道幅は30メートルほどになります。道路の両側には歩道とさらにその後ろにビル群の前の駐車スペースが造られています。現在、ハルピンの街は自動車であふれかえりクラクションは鳴り止まず、この歩道と4車線のうちの一番歩道側の車道は半駐車場と化しています。公安（警察）が注意しているところは見つかりません。

真夜中でもない限り、まして通勤時間帯に車が途切れることはあり得ませんし、人が横断歩道を歩いているからといって車が一旦停止しないどころか、速度を落とすこともほとんどありません。遠くから横断歩道の歩行者の状態を観察し、進路変更を行い、速度を落とさずに、人を撥ねずに済むタイミングを計りながらクラクションを鳴らして接近してきます。正しい歩行者としては、一気に道路を渡り切るタイミングを待つのではなく、道路上の車線のペンキの延長線が横断歩道と交差する位置を見定め、そこに立ってじっとして体の前後を車が通り抜けるのを待ち、それから次の車線の延長線上へと移動します。これを繰り返して渡り切ります。

初心者はどうしても、車線の延長線上の真上に立たず、その手前で止まってしまい、背中をすり抜ける車に迷惑を掛けます。何より大切な度胸が不足しています。妻が遊びに来たときに指導してよく分かりました。おじいちゃん・おばあちゃんが幼稚園児ぐらいの孫に道の渡り方を教える姿もちょくちょく見ました。

しかし、この技術は日本では全く必要がないため、帰国に際してハルピンに置いてきました。

もうわからないギャグ

あみたに医院

網谷 茂 樹

いつも通っている患者さんで、毎回同じギャグをとばす人がいる。最近は少し認知症がみで前回言ったギャグも忘れるので毎回同じ事になる。

昭和10年代生まれの人なので、受付の事務員には理解できないギャグである。私もやっとわかるくらいのテレビ出演者の名前をつかったギャグなので解説をしてあげて、事務員も最近はやっと笑えるようになってきた。

そのギャグは、『それでイイデス ハンソン』である。『血糖値良くなりましたよ。これでイイですよ。』と私が言うと、患者さんが、『これでイイデス ハンソン』と返してくる。今は便利な時代でネットで調べるとイイデス ハンソンさんの略歴も出てくるので懐かしくなってよく読むと、E.H エリックさんもその解説に登場する。昔のテレビの白黒の画面が一瞬頭をよぎる。

会計になると、『もう、お金はナイジェリア。』『お釣りは イラン』と続き、国名のギャグに移っていく。

そこでまた、東京オリンピックの入場行進の情景をテレビでみた事を思い出した。しかし、世代が違う事務員はそれを聞いても笑えない。

もう、なかなかこんな患者さんが今後は、現れないであろうと思うと、なんとかして生活習慣病をコントロールして長生きしてもらいたいと思う。昭和の親父ギャグは絶滅危惧種なのだから。



走ること

市立砺波総合病院 外科
家 接 健 一

かなり以前杏和だよりで、運動不足解消のため、プールに通い始めたことを書いたような記憶があります。残念ながら長続きはしなかったのですが、理由をあえて言うなら時間が取れなくなったのであります。西部体育館のプールは21時で終わります。片付けの時間も考えると、20時45分にはもう終わらなくてはならないのです。仕事を終えて、いそいそ出かけていっても残り30分ですが、いいですか？なんて受付で言われたりすることもありました。

最近、水泳に代わる、いい運動を見つけました。走ることです。長距離を走るとは生来苦手でありました。しかし、何かないか探しているうちにやっぱりランニングがいいなと思い始めたのです。幸い、病院には同じように走る趣味をもつ人が何人かおられますので、なんとか続いています。最初は、早歩きのような恥ずかしい感じだったのですが、今ではそれよりも少し早い感じのスローランニングになってきました。3年ほど前から、近隣のマラソン大会にも出るようになりました。ほとんど10kmコースの参加ですが、今年は初めて黒部名水のフルマラソンにも参加しました。これもいつまで続くか分からないのですが、楽しんで続けることができればと思っています。

もし、街角で出くわしたら、頑張っているなと声をかけてください。



洗 車

あおい病院

五十嵐 保 史

この夏、子供たちの部活や習い事の送迎に、車を使うことが非常に増えました。自分の子供だけなら何の問題もないのですが。子供の友達と一緒に送迎する機会が、この夏非常に多くなり、あまりの自身の車の汚さに、さすがに洗車をしなければならないと思ったのが間違いの始まりでした。

以前ジープを乗ってから、車は汚れたまま乗るのがカッコいいと、勝手に思い込んでしまい、現在の車でも同じ事をしておりました。洗車は、最近、ガソリンスタンドで洗車をしてもらう為、洗車道具も持っていませんでした。

今回、何を血迷ったのか？自分で洗車をしようと思い、オートバックスへ行き、洗車シャンプー？（シャンプーというのか？）や水をふき取る布、ホイールを磨くブラシなど、合計すると結構な費用となりました。

家に帰ると、さっそく車の洗車にとりかかるのですが、……。

タイミングが、悪い事に、雲一つない晴天であり、洗車の際のボディーの焼け付きやすい事を全く知らないで、せっせと洗車を始めてしまいました。

水でしっかり汚れを落してから、洗車しなくてはいけないことも全く考えず、適当な水で流した上から、“ゴシゴシ”と、とても力強いスポンジがけで何度もこすり、洗い流し、照りつける太陽の下で、次第に水滴がボディーをつたいながら乾燥してしまい、拭取ってしばらくしてから、愛車をみると、パンダ様の濃淡と縦横の格子模様の線、艶が抑えられたとてもアンティークな仕上がりとなっておりました。

「……。もう、やめようかな。自分で洗車するの。」

とても“寒いきもち”で、ピッカピカの買ったばかりの洗車グッズを物置にしまうのでした。



富山マラソン走りました！

市立砺波総合病院 産婦人科

稲坂 淳

食欲の秋・スポーツの秋です。先日、私は富山マラソンを走ってきました。当日の天気は曇りのち晴れで絶好のマラソン日和でした。立山連峰はシルエットしか見えませんでした。新湊大橋からの景色は、県外のマラソンランナーに誇れるものでした。おかげさまで、私は4時間を切って自己ベストを更新することができました。

ここ10年、私にとって唯一の趣味がマラソン大会に出ることで、マラソン大会は年3回ほどでています。最近では能登和倉、黒部、そして富山マラソンです。

きっとこれを読みながら、しんどいのによく走るなあと思う方もいらっしゃると思います。いえいえ、私は走るの好きではなかったし（今は好きになりました。）、足も速くないし、走るのしんどいのです（今も）。逆にゆっくりしか走れないからこそ負担も少なく、長続きしてマラソン大会にもコンスタントにでられるようになったのだと思います。

私が健康のために走り始めた頃のお話しです。私が東邦大学の腎臓学教室を退局して、富山大学産婦人科へ入局を決心したのは今から10年前の事です。今から考えても、なんて大胆で無謀なことをしたのかと思います。もちろんあの時、転科して産婦人科になって良かったと思っています。腎臓外科医をやっていた頃は、全く運動をしていませんでした。仕事も一生懸命するけれども、朝までお酒を飲むことも珍しくなく、自分の体調管理を考えたこともありませんでした。ゼロから新しい環境に飛び込み、自分より若いドクターに教を請うのに大切なのは体力だと考えて、決心した日から私は走り始めました。ランニングを続けていくうちに走ることでできる距離が増えていき、お酒の量も減っていきました。産婦人科医になるという強い意志が、ランニングを続けるモチベーションにもなったのだと思います。ストレス発散のために夜走りながら、その日に若い女医さんから怒られたことを思い返しては、なにくそと思い、そして自分がしっかりすればもっと患者さんのためになると考え直して家路につくという繰り返しだったと思います。

ところで、マラソン大会では4時間を切るかどうかでいつもゴールしています。ゴール付近になり4時間を確実に切れそうなときは、周りのランナーもがんばって走りきる人が多いようです。反対に4時間切れないことが予想されると、周りのランナーは歩き始めている人が増えてきます。走るタイムによって、周りで走っている人たちの景色が違うのです。今回の富山マラソンでは、4時間を切る人たちの集団と一緒に走っていたからでしょうか、最後まで歩いている人を見かけるのが少なかったようです。去年の富山マラソンは、35km地点で歩いてしまいとても後悔していたので、リベンジできて私にとって最高のマラソン大会となりました。

古 稀

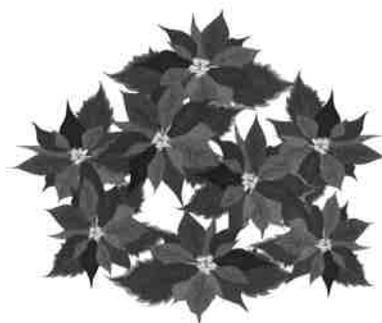
井上皮フ科医院

井 上 久美子

3月に医師会から古稀のお祝いをいただきました。有難うございました。なぜ古稀というのかわからず、辞書を見てみました。「数え歳70歳、杜甫の詩の一節、人生70古来稀なりに基くとありました。」一体どんな詩なのだろうと思っておりました。先日医院の部屋を片付けていたところ、197号の杏和だよりがでてきました。よく読まない内にしまいこんでしまったようです。ここに仲村先生の書かれた「古希」という文章がありました。先生はこの詩「曲江」を探し出し、少し手を加えて載せておられました。「人生は短いから、酒を飲んで楽しみ、美しい風景を愛でよう」といった内容の詩でした。これでやっと古稀がわかりました。

ふと年齢のことでお祝いをいただいたことが今まであったのだろうか、と考えました。ありました。成人になったということで、市から記念品をいただいた事がありました。その時は金沢にいたので、金沢市からいただきました。成人式には出席しなかったので、記念品が間借りしていたお宅にとどけられました。書類などを入れる小さな箱でした。

あれから50年という時間が過ぎてしまいました。50年は人間にとってはかなり長い時間のはずです。しかし、長かったとは感じられないのです。この感じでは残りの時間もまたたく間に過ぎていきそうです。もうしばらく元気で働きたいと願っております。



文章を書く

市立砺波総合病院 形成外科

上野輝夫

元来、文章を書くことを苦手としている。しかし、勤務医で医師会に属していると、情報発信としての原稿の依頼が度々やってくる。国語力を試されているようで、できれば断りたいものである。最近ではテレビのクイズ番組などで言葉の意味や語句の使い方についての問題を良く見かける。答えをみてエッと驚くことも多々ある。

また、話し言葉を文字にすることでネットやテレビが炎上しているようにも思える。自分が意図した意味と異なる意味に捉えられて騒がれているようにも見える。さらには、前後の文章を抜きにして一文だけを捉えて問題視されてもいるようでもある。

最近のニュースで話題の「土人」という言葉も、自分（50代）が若い頃は「先住民」という意味でしかなかった気がする。試しに学生時代に使っていた国語辞書を調べると、「先住民」を表し侮蔑的な意味はないようである。しかし、最新のパソコンに内蔵の国語辞書を調べると、「原住民を軽蔑して言った語」との記載が追加されているようで驚きである。むしろ若い警察官が「土人」という死語のような言葉を使ったことが最大の驚きである。

文章を書く際には、言葉の意味を調べたりして不適切な表現にならないように注意しなければならないようである。幸いにも、最近のパソコンには最初からいろいろな辞書が内蔵されており、大いに助かっている。



村上春樹はなぜノーベル賞候補か

大沢内科クリニック

大澤 謙 三

読書は、大の字はつかないまでも好きな方です。医局の新入生時代は先輩から bookworm と、からかい半分で言われたこともありました。今は備蓄エネルギーもなく日々の業務でくたびれ果てて、折角の休日にも、寝転んだらすぐに眠りに落ちてしまい、なかなか読書は進みません。連休のとある1日や、たまたま学会や研究会でのつかの間の解放の時間に、前々から「積ん読」してある本を少しずつ読み進む程度です。限られた時間で読むものは厳選せざるを得ません。最近では村上春樹と司馬遼太郎が読書の6～7割となっています。

「村上春樹が worldwide になぜ読まれているのか？ アンデルセン賞を受賞し、なぜ毎年ノーベル賞候補になっているのか？」についてです。彼の小説の主人公にヒーローはいません。どこにでもいる風采の上がらない普通の青年です。妻や恋人に捨てられたりして、何かパッとしません。大した望みも持てずに、ただ「漂っているような」生き方をしています。ところが、ある日、途方もない理不尽な事態が勝手に向こうからやってきて運命的にそれに巻き込まれます。生き延びるために戦いを始めざるを得ません。とても不器用に、たくさん失敗し、傷つきながら。でも彼は彼なりに健闘します。最後は勝利もあれば、五分五分のことも、敗北することもあります。奇想天外な世界、登場人物、どんでん返しに驚きながら、いつの間にか読者は自分と等身大の主人公の冒険に同行しているような感覚にとらわれます。そして主人公の寄る辺のなさ、弱さ、不安、恐怖は自分の中にも「在る」ということに気がきます。村上春樹は小説を書くために毎回「深い井戸の中に降りて行く」、「そこに潜っているばかりだと壊れてしまう」ので「まともな自分を取り戻すために走っている」と述べています。彼の文章はとても読みやすいし、ジャズや料理や「男女の交わり」がよく出てくるので「軽い、文学ではない」と特に日本の権威（文壇とやら）には馬鹿にされました。しかし私はとても「深い」物語だと認識しました。「海辺のカフカ」で予感し「ねじまき鳥クロニクル」で衝撃を受け確信に至りました。彼の小説には、ドストエフスキーやフランツ・カフカ、スコット・フィッツジェラルドの系譜があり、過去の日本にはなかったものです。彼の個人的経験には、早稲田大学文学部時代の多くの友人の死（学生運動での他殺、自殺）があり、卒業後に手のひらを返すように体制側の人間になることを拒否した過去があり、父親の中国戦線での筆舌に尽くしがたい体験の継承、日本の文壇への絶望などがあります。誠実・真剣な思索が彼の小説の源にあります。彼の小説は「日本文学」ではありません。たま

たま日本を舞台に日本語で書かれた「世界文学」です。日本の犯した中国での過ち、現代の日本の出来事（阪神・淡路大震災、地下鉄サリン事件）にも言及していますが。

体制の手先となったNHKが、TVを観る者が絶望するような国会での強行採決を報道しない一方で、皮肉にも「最も体制の軽薄さ・理不尽さを察知する人間を育てる村上文学」を毎週日曜日深夜にラジオ放送し始めて4年目です。砺波のある書店には彼の小説は山積みされるのに、「英語で読む村上春樹」のテキストブックは毎月1～2冊しか置かれず、自分以外に買っている人はいないようです。もしいつの日かノーベル賞受賞となっても大多数の国民は彼の小説を娯楽小説としか理解せず、彼のことを本当に尊敬したりはしないのだろうなと思っています。大江健三郎がそうであったように。



運のよい父

おおた内科クリニック

太田英樹

今年8月、実家の母から、“父が倒れた”と電話があった。父の入浴中に、風呂場から“ドスン”と音がしたため、母が見に行ったところ、洗い場で父が倒れていたらしい。休みで家にいた甥がすぐに手当てして、救急車で搬送されたとのことだった。

搬送された病院に向かった。待合室に甥がいた。甥は救急救命士をしており、話を聞いたところ、父は洗い場で心肺停止状態であったらしい。すぐに心臓マッサージを行い、しばらくして自発呼吸が出て意識が戻ったとのことだった。甥は「あせった!」と言っていたが、迅速に救命処置をしてくれたことに感謝した。

病院の主治医から説明があった。搬送された時、完全房室ブロックであったため、緊急の体外式ペースティング処置を行ったが、心肺停止は心室細動の可能性があり、今後、ペースメーカーの植込みが必要とのことだった。面会した父は疲れた様子であったが、意識ははっきりしていた。父は「もう平均寿命は超えているし何があっても仕方がないと思っているが、今度は直也（甥）に助けてもらったな。」と言っていた。

高齢者の入浴中の事故は時々みられるが、今回、入浴中の父が倒れたことにすぐに母が気づき、偶然、非番で家にいた救急救命士の甥が直ちに心臓マッサージをしたことが救命につながったと思う。運のよい父である。その後、ペースメーカーを植込み、冠動脈造影でみつかった血管狭窄のステント留置術を行い、父は無事退院した。今後、元気で長生きしてほしいものである（願い）。

最近、自宅で風呂に入り、のんびりしていたら、女房が戸をたたいて「あなた大丈夫！起きている？」と声をかけられた。自分もそろそろ気をつけないといけない年になったのかなと思った。



砺波医師会誌 第206号

編集後記

秋も一段と深まり鮮やかな紅葉の候となりました。見どころ満載の富山県は、国内外からの観光客で例年以上に賑わっています。さて紅葉以上にホットな話題と言えば、混迷を深める2020東京オリンピックです。小池都知事が開いた「パンドラの箱」からは、次から次へと厄病が降りかかり、見かねたIOCバッハ会長も早々に来日されました。

ところで「パンドラの箱」の意味はご存知でしょうか？これはギリシャ神話の「あらゆる災いの詰まった箱」という故事に由来しています。神話によれば「全ての災いが地上に飛び出したが、急いで箱を閉めたので希望だけが残った」とあります。はたして小池都知事は、どのようにして「パンドラの箱」を閉めるのでしょうか？そして小池劇場最後の結末は？我々庶民はお手並み拝見としか言えませんが、誰もが希望を持てる「おもてなしのオリンピック」にしたいものだと願う今日この頃です。

藤井正則記

〔広報委員〕 山田 泰士、藤井 正則、柳下 肇、網谷 茂樹、柳澤 伸嘉

