

平成30年12月14日

# 砺波医師会誌

## 杏和だより

第210号

### ◇◇◇ 目 次 ◇◇◇

〔時評〕	・パズルとミステリー ～情報過剰時代を生き抜くために～ … 伊東正太郎	2
〔活動報告〕	.....	4
〔追悼〕	・杉下尚康先生を偲んで ..... 藤井 正則	7
	・高橋先生の普段の姿 ..... 五十嵐保史	8
〔市民公開講座〕		
	・頻尿で何が悪い! ..... 澤田 樹佳	10
〔散居村〕	・『肛門外科医のハッキョイ』 ..... 田畑 敏	12
	・「最後の公式戦」 ..... 濱田 秀雄	14
	・地球温暖化時代の夏スポーツ、電動アシスト自転車 ..... 比嘉 敏明	15
	・「恩師」 ..... 東出 慎治	16
	・西安紀行 ..... 深谷 良	17
	・高橋卓朗先生、杉下尚康先生との思い出 ..... 福井 靖人	18
	・天下人 豊臣秀吉の大野望とは? ..... 藤井 正則	19
	・最近の学会参加状況について ..... 伏木 弘	20
	・山を見る楽しさ ..... 榎本 伸哉	21
〔新入会員紹介〕	..... 市立砺波総合病院 病理診断科 垣内寿枝子	22
	..... かねぎホームクリニック 金木 昌弘	23
	..... 市立砺波総合病院 麻酔科 伏木 梨紗	24
〔編集後記〕	..... 津田 博	25

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 藤井 正 則

## パズルとミステリー ～情報過剰時代を生き抜くために～

市立砺波総合病院 院長  
伊 東 正太郎

ほとんどの方は、一度や二度、新聞や雑誌のクロスワードパズルを解いてみたことがあると思います。「カギ」と呼ばれるヒントは「マス」に対して一つしかなく、そのうちの幾つかは難しいものになっています。このとき、一つの「マス」に対して複数のヒントがあれば、断然、解きやすくなるはずです。日常的に遭遇する問題も、クロスワードパズルのようにヒントの数、すなわち、情報量が多ければ多いほど解きやすくなるのでしょうか？

この情報量と問題解決の関係に鋭いメスを入れたのが、アメリカ国家安全保障の専門家であるグレゴリー・トレヴァートンでした。彼は、未解決問題は「パズルとミステリー」という二つのフレームワークに切り分けられると述べています。彼曰く、「オサマ・ビン・ラディンの居場所はパズルである。彼の居場所が突き止められないのは、パズルを解くための十分な情報が揃っていないからだ。対照的に、サダム・フセイン政権の崩壊後にイラクがどうなるかという疑問はミステリーだ。ミステリーは不確実な状況や情報を判断し、評価する作業が求められる。しかし、ここで難しいのは情報不足ではなく情報過剰のときである」と言い表しています。

すなわち、東西冷戦時代など情報公開が当然ではなかった時代において、未解決問題の多くは「パズル」でした。つまり、ピースさえ揃えば、あとはそれをはめ込むだけ。必要なのは、隠されたピースをどのようにして集めてくるかという情報収集力でした。今や情報公開時代であり、フェイクニュースも含め、巷には数多くの情報が溢れています。このような時代において未解決問題は、「ミステリー」であるとトレヴァートンは説いているのです。推理小説を想像してみてください。推理するための情報は本文中に全て提示されています。しかし、「どれが解決に役立つ情報なのかわからない」という所がミソです。つまり、ピースは全て揃っていますが、ピース以外の物も大量にあれば、ピースに似た物もあるので、情報過剰のときは対処が非常に難しいと彼は指摘しているのです。

ここで、パズル型とミステリー型を整理してみます。

### ・パズル型

情報「不足」が問題解決を困難にしている。情報「収集」が大事になる。

情報が集まれば集まるほど、問題解決は易しくなる。

### ・ミステリー型

情報「過剰」が問題解決を困難にしている。情報「整理」が大事になる。

情報が集まれば集まるほど、問題解決は難しくなる。

情報量が「超過剰」になると、もはや誰も理解できなくなる。

ミステリー型の事案として、マルコム・グラッドウェルは、著書『失敗の技術』の中で、2001年に突如破綻した巨大エネルギー商社「エンロン」を例に挙げて解説しています。

エンロン社は、2000年度の年間売上高は1,110億ドル（全米第7位）、2001年の社員数21,000名という、全米でも有数の大企業であり、大きな黒字を計上する最優良企業でした。しかし、その実態は恐るべきものだったのです。同社は特別目的事業体（SPE）を3,000社も作り、その収支決算書の利益額には実際の利益ではなく、「時価会計」すなわち「将来のいつかの時点で稼ぐことになる」という見積額を記載していたのです。ただし、SPEも「時価会計」も合法的であり、なんら法を犯してはいませんでした。しかし、同社は、3,000社の収支決算書の中に巨額の損失を功名に埋め込んでいたのです。これに対して、裁判所は「不正取引の存在を隠した」とエンロン社を非難しましたが、同社は「実は何も隠していなかった」のです。隠すどころか、すべての情報を「完全に開示」していたのです。

エンロン社は、自社と3,000社にのぼる全ての関連会社（SPE）について、それぞれ1,000ページにわたる詳細な資料を一般公開し、誰でも閲覧できるようにしていました。しかし、3,000社分の総計300万ページに及ぶ書類の実態を正確に把握していたのは、数人の経営陣だけだったのです。不正疑惑がもたれてから、各社の概要書がまとめられました。一社あたり1,000ページの資料を40ページに要約した概要書でさえ、3,000社分では12万ページにもなりました。これでは実態がよく分からないので、概要書の概要書が作られました。それが破産検査官の作成した文書であり、それでも1,000ページのボリュームがありました。これを「最も重要な取引の要旨」として要約された会計報告書でさえ、やはり200ページの厚さがあり、はじめから読む者の気力を失わせるような込み入ったものだったのです。こうして、超一流の専門家が膨大な時間と人手をかけて200ページの会計報告書を作成し、何とかエンロン社の「不正取引」を暴き出したのです。

このような大量の情報処理は、よほどの決意と忍耐をもってしても人間には極めて困難な作業です。しかし、近年、ニューラルネットワークやディープラーニングを活用したAIが登場し、このような「ビッグデータ」を扱う技術が急速に進歩しています。法曹界でも、膨大な書類やメールなどを整理し、誰と誰が関連し、書類内容の何が争点と最も関連しているのかなどを分析・抽出することが可能になってきています。エンロン事件が発覚した2001年に、現代のAIがあれば「不正会計」は、すぐに白日の下に晒されたかもしれません。しかし、この事件の教訓は、今になっても色褪せることはありません。

企業や省庁だけでなく、私たちの職場や日常生活においても、解決すべき問題や課題が幾つも押し寄せてきます。いま抱えている問題が、パズル型思考を続けてもなかなか解決しない時は、その問題は、実はミステリー型問題かもしれません。情報過剰の現代において、問題解決には「パズルとミステリー」という二つのフレームワークがあることを認識し、いずれの型かを見極めることも大切だと思いました。

## 活動報告

(平成 30 年 7 月～平成 30 年 11 月まで)

### 平成 30 年 7 月

- 9 日 第 4 回理事会
- 11 日 平成 30 年度第 1 回砺波地域医療推進対策協議会、砺波地域医療構想調整会議  
及び砺波地域医療と介護の体制整備に係る協議の場の合同会議
- 19 日 砺波地区病診連携がん診療連携カンファレンス
- 20 日 在宅医療介護支援巡回講座
- 24 日 学術講演会  
「脳卒中後遺症（痙縮）のボツリヌス治療」  
グラクソ・スミスクライン(株) MD PhD 銭 亮
- 25 日 平成 30 年度砺波市歯科保健推進協議会
- 26 日 社会保険医療担当者の新規個別指導及び個別指導

### 平成 30 年 8 月

- 13 日 第 5 回理事会（移動理事会）
- 20 日 市立砺波総合病院地域医療支援病院運営委員会
- 21 日 砺波市健康づくり推進協議会
- 22 日 在宅医療支援講座
- 24 日 在宅医療介護支援巡回講座
- 27 日 平成 30 年度砺波市要保護児童対策地域協議会代表者会議
- 29 日 平成 30 年度「介護保険－主治医研修会」

### 平成 30 年 9 月

- 2 日 平成 30 年度富山県総合防災訓練
- 6 日 特定健診・がん検診委員会（県医）
- 8 日 男女共同参画委員会・イクボスセミナー（県医）
- 10 日 第 6 回理事会
- 12 日 砺波地域医療推進対策協議会 心血管疾患（急性心筋梗塞）部会
- 13 日 平成 30 年度市立砺波総合病院地域医療連携懇話会

19日 平成30年度第2回広報委員会

20日 砺波地区病診連携がん診療連携カンファレンス

21日 在宅医療介護支援巡回講座

25日 学術講演会

レーザー内視鏡の最先端を探る進化する routine endoscopy」

「P-CABの特長を酸関連疾患の臨床に活かす～地域医療における重要性～」

自治医科大学 内科学講座 消化器内科学部門

富士フィルムメディカル国際光学医療講座 教授 大澤 博之

### 平成30年10月

3日 産業医研修会

「職場巡視」－(株)トナミ鉄工－

4日 砺波准看護学院第54回戴帽式

9日 「2020年度全国学校保健・学校医大会」準備委員会（県医）

10日 砺波地域医療推進対策協議会 がん部会

13日 中部ブロックDMAT実動訓練

15日 富山県医師連盟執行委員会

16日 第7回理事会

在宅医療支援センター運営委員会

17日 在宅医療支援講座

富山県医師会との懇談会

19日 在宅医療介護支援巡回講座

22日 平成30年度砺波地域災害医療連携会議

23日 学術講演会

「高齢者の不明熱 ～血管炎を中心に～」

富山県立中央病院 内科和漢・リウマチ科 部長 藤永 洋

29日 「2020年度第51回全国学校保健・学校医大会（富山）」実行委員会、

乳幼児・学校保健委員会の合同委員会（県医）

平成30年11月

- 4日 ねんりんピック富山2018 剣道交流大会
- 7日 産業医研修会  
「職場巡視について（事例検討）」  
砺波地域産業保健センター 代表 藤井 正則  
富山産業保健総合支援センター 産業保健相談員 小早川 忠行
- 9日 平成30年度砺波圏域地域リハビリテーション連絡協議会
- 11日 平成30年度砺波救急医療・消防連携協議会大規模訓練  
市民公開講座  
トイレの悩みで困っていませんか？  
「頻尿で何が悪い！」  
さわだクリニック 院長 澤田 樹佳
- 12日 第8回理事会  
在宅医療支援センター運営委員会
- 13日 在宅・福祉・介護委員会（県医）  
平成30年度第1回看護研究倫理審査委員会
- 15日 砺波地区病診連携がん診療連携カンファレンス
- 19日 平成30年度砺波医療圏結核予防医師研修会  
「管内の結核の現状について」  
富山県砺波厚生センター 所長 垣内 孝子  
「肺結核について」  
南砺市民病院 副院長 品川 俊治
- 25日 全国医師会・医師連盟 医療政策研究大会
- 27日 学術講演会  
「脳卒中診療医の視点で考える病診連携と院内多職種チーム構築の重要性」  
社会福祉法人恩賜財団 済生会支部 富山県済生会富山病院  
脳神経外科 脳卒中センター部長 久保 道也
- 29日 平成30年度糖尿病対策推進強化事業連絡会議

## 杉下尚康先生を偲んで

砺波医師会

会長 藤井正則

9月27日の杳和会幹事は杉下先生でした。幹事席に陣取り若い先生方と共に日本酒を呑み比べながら、いつもの名調子で楽しく語られていました。10月3日には産業医実地研修会が行われました。いつもの白衣姿で誰よりも早く研修会場に来られ、熱心にメモを取り、そして質問されました。10月5日昼には学校医をしている保育園で0歳時検診をされ、夜には富山県医師会館で行われた産業医研修会に参加されました。帰り際には会館ホールで知り合いの先生方数人と軽く会釈し9時過ぎには帰宅されました。またこの日には杉下医院进行した医療機器卸担当者と、和気あいあい雑談されました。これが杉下尚康先生の普段変わりない日常の出来事です。

杉下尚康先生は宏仁堂杉下医院4代目として平成3年に医院を継承されました。そして先生は明朗闊達で何事も理路整然とお話され、砺波医師会の懐刀として長きにわたりご活躍されてきました。さらに学校医、産業医、警察医、准看護学院講師、急患センター当番医、医師協同組合等の医師会活動は勿論のこと、町内会長、祭礼裁許など地域活動にも積極的に参加されました。そして誰もが頼れる赤ひげ先生として地域住民に親しまれていました。

しかしこの変わりない日常がある日突然、散桜したのです。杉下先生、本当にありがとうございました。先生のこれまでのご尽力に心から尊敬と感謝の意を表し、謹んで先生のご冥福をお祈りいたします。末筆になりましたが、ご家族の皆様におかれましては、どうかくれぐれもご自愛くださいますようお願い申し上げます。

合掌



平成30年10月3日 産業医実地研修会にて

# 高橋先生の普段の姿

あおい病院

五十嵐 保 史

高橋卓朗先生は、昭和42年に金沢大学医学部をご卒業され、その後、第1外科に入局、最終的に市立砺波厚生病院（現総合病院）をへて、昭和53年に砺波市寿町に高橋外科医院を開設されました。その後、老人保健施設あかり苑、療養病院あおい病院、福光あおい、グループホーム：すまいと、自分で診てこられた患者様の最後まで責任をもってみられるように、施設の拡大展開を図っておられたと聞いております。

とにかく、体を動かしていることが、大好きな先生で、止まると死んでしまうのでは？と逆に思ってしまうほどでした。すべての事に興味があり、自分で体験してみないとすまない印象がありました。ですので、本業の消化器外科のほか、脳外科、麻酔科、産婦人科と色々な科の研修治療もされていたそうです。

非常に患者様思いで、すべて患者様優先の対応であり、どんな診察時間でもみてあげて、入院が必要であれば、時間、曜日かまわず入院対応としておりました。その分、医療に対するスタッフへの要求は高く、厳しい言い回し、注意が多かったそうです。ただし、叱咤しても、翌日はふつうに対応され、激励も忘れずに対応されていました。

スタッフも裏表のない高橋先生を信頼し、長い間仕事に従事されていました。患者様へは、非常に自然体で接しておられましたが、プライベートの人間関係は苦手とよく言われました。人見知りがつよく、照れ屋でもあり、なかなか多くの友達を作れなかったと言っておられました。ただし、ご家族への愛情は強く深く、“陰ながら”応援、協力している姿をよく見かけました（この時も、照れ屋が邪魔をして陰ながらの対応をされておりました。隠密行動が中心でした。）

昨年末から不整脈、胸痛といった循環器症状がみられ、はじめは心臓関係の病態悪化と考えていたそうです。外来で点滴、内服薬を使用し経過をみておられましたが、本年5月に倦怠感、食欲不振となり、ご子息であり内科医師である暢人先生にみてもらい、膵臓癌と診断され、砺波総合病院、金沢大学病院、南砺市民病院、その他治療出来そうな施設を検索し受診加療を受けられていたそうです。もう診断時点で進行しており、本人はいつ亡くなるのかわかっていたと思います。ただ御家族のために1日でも長く生きていたいと、無駄とは承知の上で色々な治療を受けられておりました。非常に各病院、先生への感謝の言葉が多く

聞かれました。自分は懸命な治療で生かされていると。看病疲れの激しい奥様の様子を見て、ちゃんにご飯を食べているのか？寝ているのか？と自分の事以上に気にかけて言葉に出して伝えていたそうです。自身の体を使い、最後のご子息様への医療の指導を行い、こうしたらいいよと教えながら治療を受け入れていました。

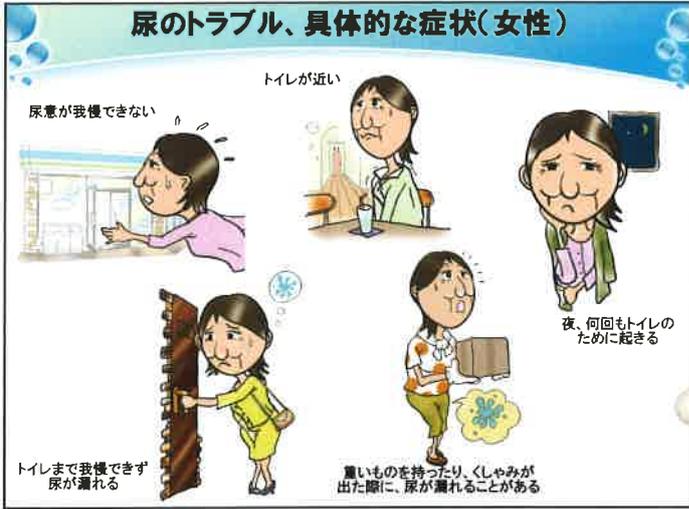
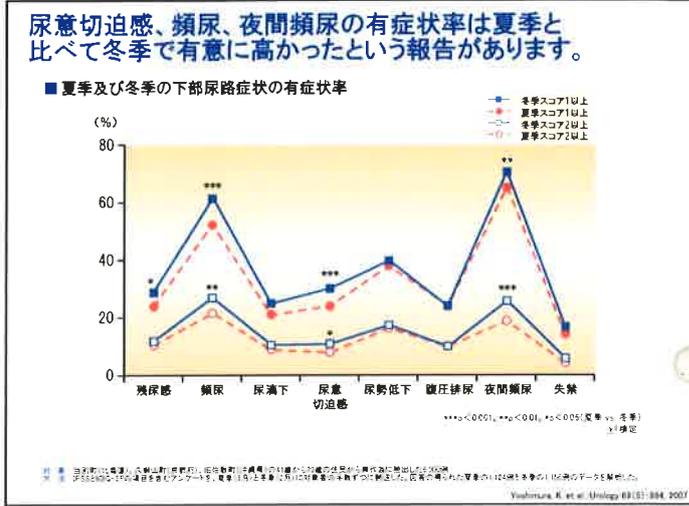
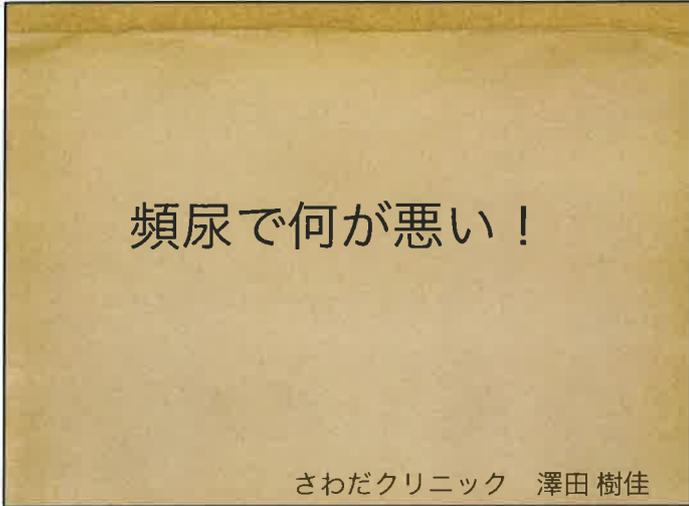
10月25日朝8時に南砺市民病院での懸命な治療も及ばず、ご永眠となりました。その日は、高橋外科開院記念日であり、従業員全員にお弁当が支給された日でもありました。

先生、本当に、本当に、さみしいです。



# 頻尿で何が悪い！

さわだクリニック 院長 澤田 樹佳



頻尿は... 悪いんです！

生活の質 (QoL) が低下します。

作業効率が低下します。

活動の幅が狭まります。

生活費が上がります。

### 尿路の経年変化

	男	40-49歳	50-59歳	60-69歳	70-79歳	80歳以上
1回以上	44.0	61.8	83.8	91.2	96.6	
2回以上	10.3	20.6	39.7	62.0	83.9	
3回以上	4.0	7.0	17.3	31.5	55.9	
4回以上	1.6	4.2	6.0	11.3	21.2	
	女	40-49歳	50-59歳	60-69歳	70-79歳	80歳以上
1回以上	38.4	59.5	76.6	88.7	92.9	
2回以上	8.5	15.1	28.6	48.3	71.2	
3回以上	2.7	4.2	9.6	19.0	40.2	
4回以上	1.7	1.0	2.6	6.5	11.4	

夜間頻尿は...

QoLを低下させます。

うつ病などの精神疾患の頻度を上げます。

生活費を上昇させます。

寿命を縮めます！

夜間、3回以上トイレに起きる

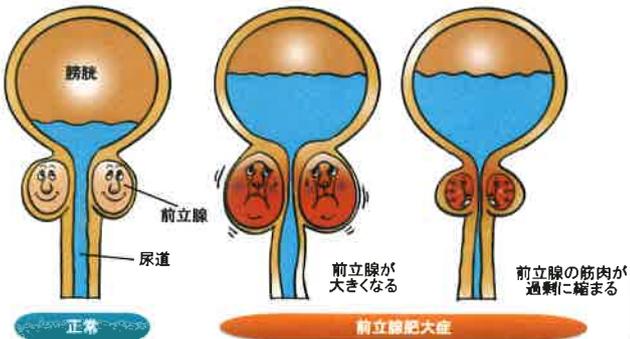
↑ 死亡率に2倍以上の差

夜間、トイレに起きるのは0~2回 (北欧)

男性で1.54倍、女性で1.28倍死亡率が上昇  
(オランダ)

### 前立腺肥大症とはどんな病気？

前立腺が大きくなる、あるいは収縮力が増すことにより尿道が圧迫され、トイレに行く回数が増えたり、おしっこの出が悪くなったりするようになる病気です。

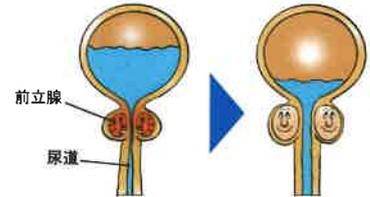


### 前立腺肥大症の治療

#### 薬物治療

注) 前立腺肥大症に伴う尿路障害の治療

- α1遮断薬(狭くなった尿道を広げる)
- 5α還元酵素阻害剤・抗アンドロゲン(前立腺を小さくする)
- 漢方薬・植物製剤・アミノ酸製剤 等
- PDE5阻害薬



#### 手術療法

- 経尿道的前立腺切除術(TUR-P)
- ホルミウムレーザー前立腺核出術(HoLEP) 等

### 過活動膀胱(OAB)とは

膀胱が必要以上に過敏に活動することで、頻尿が起こる病気です。主な症状は突然尿意がおそってきて頻尿になり、ときには我慢できずに尿を漏らしてしまうことがあります。



過活動膀胱診療ガイドラインより

### 過活動膀胱の治療

#### 行動療法

- 膀胱訓練
- 骨盤底筋体操



#### 薬物療法

過敏になっている膀胱を安定にする

- 抗コリン薬
- β3刺激薬 等



## 『肛門外科医のハッキョイ』

市立砺波総合病院 大腸・肛門外科、外科

田 畑 敏

昨日（注：この原稿は9/26作成）、平成の大横綱貴乃花の年寄引退会見がありました。相撲協会を辞めるとのことでした。私の中では大きな衝撃で、夜中の3時までネットニュースを読みあさりました。特に貴乃花の大ファンというわけではないのですが、今は納得できない不快感と寝不足で放心に近い無気力状態です。こんな状態で依頼原稿が書けるのかな？

昭和30～40年代のいわゆる高度成長期に1回目の東京五輪が行われ、巨人V9や大鵬の黄金時代がありました。その頃、どの家庭にもテレビが置かれるようになって、大人たちは巨人戦とプロレスの中継を観て熱狂していました。幼少時の私は他の番組をみたいとねだるのですが、大人たちから『ダメや、巨人とプロレスをみないでどうする』と叱られ、納得できなかったのを憶えています。そんな中で唯一チャンネル争いをしなくてもいい時がありました。両親が仕事で兄も学校という時間帯で、小学生だった小生が帰宅する16時頃～18時頃までです。NHKでちょうど大相撲の中継がある時間帯。きっかけは覚えていないのですが、当時は相撲が大好きで、年6回の場所中は、友達とも遊ばず、「仮面ライダー」や「巨人の星」も見ないで、授業が終わると一目散に帰宅して欠かさず『大相撲中継』を観ていました。当然、幕内全力士の出身地や所属部屋、年齢、優勝回数、三賞受賞歴などあらゆることを知っていました。今考えると変な小学生ですね。幕内土俵入りの所作は言うまでもなく、横綱土俵入りの雲竜型だの不知火型だのをマネしていたことを懐かしく思い出します。ちょうど昨日記者会見した二代目貴乃花の父で先代貴ノ花と七尾市出身の輪島が人気で貴輪（麒麟）時代の真っただ中でした。今の子供たちに相撲好きっているのかな？

話は変わりますが、当院には毎年互助会研修旅行というものがあります。当院出身の先生方をご存知だと思いますが、研修と称するものの出発直後からバスの中ではビールで乾杯、というものでいわゆる慰安旅行です。20年近く前までは海外にも行っていたようですが（僕は行ったことがありません）、最近はほとんど日帰りか1泊ものです。毎年6～7通りぐらいのツアーが企画されますが、この10数年の間に3回大相撲観戦付きのツアーがありました。なかなか個人では観に行けないしチケットも正規のルートではとれないので、大相撲好きの小生は3回とも参加させていただきました。いずれも時期が違って、9月場所（東

京両国)、九州場所(福岡)、名古屋場所(名古屋)でした。福岡では白鵬が敗れるという大番狂わせがあり会場は割れんばかりでしたが、残念ながら升席に座布団がない会場で座布団が舞うのを体験することはできませんでした。花道に行って目の前の稀勢の里や遠藤に声も掛けました。敗れて花道をうな垂れて戻ってきた遠藤には、歩く真横で『遠藤、能登から応援に来たんやぞ、頑張ってくれよ』と言ってしまいました。遠藤はご存知の通り隣県石川県穴水町出身で小生は石川県宝達志水町出身なのです。観戦した日は6日目だったのですが、(僕の声掛けがおそらく奏功し)何と翌7日目から14日目まで勝ち続け、あの遠藤が8連勝したのです。(信じてください!、本当のことなのです。)彼は人気がありCMにも起用されていますが、本気を出せば実力もあるのです。やらないだけでやればできるんだ、と言っていた受験時期のようなものです。全然違うかな?

さて、富山県出身力士と言えば、昔は琴ヶ梅という八尾町出身の幕内力士がいましたが、今はやっぱり富山市出身の朝乃山です。笑顔が可愛くて、いつもテレビの前で応援しています。角界でも期待されているようですが、強いと感じる勝ち相撲とあっけなく負けてしまう相撲があります。ハングリーさが乏しいのかもしれませんが。この9月場所では終盤に5連敗して負け越してしまいました。高砂部屋に所属し、親方はあの長岡改め四代目朝潮太郎です。親方も元大関でいい相撲取りでした。押し相撲で、笑顔が可愛く性格が優しすぎて(本当かな)横綱にはなれませんでした。弟子の朝乃山も親方に似て優しい性格らしくいつもオットリした感があるので、負けが続いているときは花道まで行って『富山から応援に来たぞ』と声掛けしてみてください。急に強くなるかもしれません。

僕は富山県民になって21年になりました。これからも県民の一人として朝乃山をもっと応援したいと思います。関取ももっともって強くなって、いつかは横綱になって横綱土俵入りを見せてほしいと願っています。僕は幼少時のように(家族に見られないようにして)テレビの前で土俵入りを真似したいと思います。そして、いつかは五代目朝潮太郎になって高砂一門を背負って立つような富山の英雄になってほしいものです。

起承転結を無視した取り留めもない文章を書いてしまいました。最後に、最近相撲会は不祥事が続いて、相撲協会の幹部たちも落ち着きを失いバタバタしているように見えます。2回目の東京五輪も2年を切り間近に迫ってきて世界が日本を注目しています。相撲は五輪競技ではありませんが、自慢の国技なので、早く落ち着きを取り戻していただき、相撲ファンを安心させていただきたいものです。

追記;豊ノ島(高知県出身)という大好きな力士がいます。元関脇ですが、2年前にアキレス腱を断裂してから転落が始まり9月場所まで幕下にいました。来場所ようやく十両に復帰し関取に戻ることにになりそうです。名古屋場所では幕下力士に勝った後、(元関脇なのに)人気(ひとけ)のない体育館の外でガッツポーズしているのを見てしまいました。奥様が高岡市出身です。来場所から注目してみてください。

## 「最後の公式戦」

市立砺波総合病院 脳神経外科

濱田 秀雄

10月6日は中学3年生の娘のサッカーの公式戦がありました。全日本女子ユース（U-18）北信越大会でした。小学生の頃から兄たちを見て自分もサッカーをやりたいと言い男の子と一緒にボールを追っかけてきましたが、中学生になってからは女子のクラブチームで活動していました。

女子中学年代の最高峰の大会である全日本U-15女子サッカー選手権は7月に大阪J-GREEN 堺で開催されました。北信越代表として2年ぶりに出場しましたが、残念ながら愛媛県チームに1回戦で敗れていました。

親ばかりではありますが小学生の頃からトレセンにも参加していたので、もしかしたら「なでしこジャパン」になんて淡い期待をいただいたこともありましたが、残念ながら当の本人は純粋にサッカーを楽しんでいたようです。

話はもどりますが、夏以降中学3年生は我が家の娘もご多分に漏れず、受験のため（それほど勉強はしていませんが）練習参加も少なくなっておりました。そのため今回の全日本女子ユース（U-18）北信越大会ではベンチ入りはしたものの控えでした。チームは先制しましたが後半に逆転される厳しい展開となり、娘は終了間際に少しですがピッチに立つ機会をいただきました。最後の最後にワンチャンスあり、センタリングを胸で押し込みましたが無情にも枠をわずかにはずれ、その直後ホイッスルが鳴って試合終了となりました。

高校進学後サッカーを続けるかどうかはまだわかりませんが、試合の応援で北陸のみならず全国各地に連れて行ってもらいました。娘以上に私がどきどきわくわくしていたことに間違いありません。

「これまでありがとう。これからもよろしく。」



# 地球温暖化時代の夏スポーツ、 電動アシスト自転車

パナソニック健康保険組合 砺波健康管理室

比 嘉 敏 明

今年の夏は格別暑く、7月に気象庁予報官が「ひとつの災害」「命の危険がある温度」と評しました。私もジョギングやサイクリング中、頭痛や気分不快など軽い熱中症症状を経験しました。地球温暖化はまちがいないようです。比較的涼しい森で自転車に乗っても、アブ(ブヨ)が多量に発生していて群れとなって人を襲い、刺し吸血します。痛さのあまり逃げ出しました。アウトドア活動が難しくなり、屋外プールで青空を見ながら泳ぐものの、運動不足でした。毎月の産業医訪問先事業場で従業員が退社直後、工場門を出たところで熱中症で倒れました。

積極的な熱中症対策として、まずデジタル黒球温度計を使うようになりました。直射日光にさらされた場所で測定し、熱中症の危険度をみます。また熱中症にならずに乘れそうな自転車を試しました。

山で車を停車するとまもなくアブが集まってきます。エンジンの排気ガスや人の呼気の高い二酸化炭素濃度に引き寄せられるようです。アブやハエは動きが少ないとたかかりますが、早く動いているとたかりません。そこで、登り坂も速く進める電動アシスト・マウンテン・バイク (e-bike MTB) を試しました。効果てきめん。上り坂で概ね時速 15 キロメートル以上の巡航速度でアブを寄せ付けません。

電動アシスト・マウンテン・バイクは人のペダリングに呼応して加勢します。いわばロボットスーツを利用する感じ、エリート・サイクリストの脚力をつけた感じになります。正にホモ・サピエンスのグレードアップです。やわらかい泥や砂利でタイヤが沈みスリップし空転すると進めませんが、スリップしなければ斜度 30 度くらいのゲレンデスキー斜面のような急坂でもゆっくり登れます。中高年にもお勧めの新しい自転車の楽しみ方です。

ぜひ皆さんもお試しく下さい。



## 「恩師」

ひがしでクリニック

東 出 慎 治

10月25日高橋卓朗先生のあまりに突然の訃報を聞き、言葉を失いました。先生と初めてお会いしたのは平成13年の6月頃だったと思います。その時私は、新潟県の県立病院で外科医長として勤務して6年くらいたっていました。富山大学の医局から高橋外科医院の院長の話をうかがい、家族3人で砺波を訪れました。先生御夫婦と面談させていただき、親子ほど年は離れていましたが同じ外科医として先生の生き方、考え方は魅力的に思われました。

そしてそのわずか2、3週間後に高橋外科医院から患者さんの紹介状を頂き驚きました。外来に通院中の患者さんが旅行先の砺波で転んでけがをして先生に治療を受けたというのです。あり得ない不思議な縁を感じて、先生の所でお世話になろうと決めました。

赴任後、1か月間先生と一緒に外来をさせていただき、いろいろなことを勉強させていただきました。先生の守備範囲は広く、まさにオールラウンダーですが、特に「除痛」という外科系外来での主要な命題に対して、先生は経験と多分独学で作上げた治療体系をもっておられ、そのノウハウを伝授していただきました。そけいヘルニアの日帰り手術や局麻の乳房切断などを行ったこともありました。内視鏡で胃瘻造設も何度かご一緒させていただき、私自身の胃カメラをしてもらったこともありました。先生は365日、24時間仕事を厭わない超人で、夜間、休日も対応し、泊りの外出はされないとも聞きました。誰も真似できないパワーの持ち主でした。

私のわがままで3年足らずで開業させていただき、もう丸14年になります。以前乳癌検診でご一緒することが年に数回あり、隣の診察室から聞こえてきた先生の快活な声が懐かしく思い出されます。先生には何も恩返しできませんでしたが、今後も砺波の地において微力ながら外科系の地域医療に邁進していきたいと思っております。本当にお世話になりました。



# 西安紀行

市立砺波総合病院 内科

深谷 良

2018年9月に砺波総合病院の第39次訪中団としてハルピンの黒龍江省医院を訪問し交流を深めてきました。後半の日程では西安を訪れる機会がありました。

西安は紀元前から中国の様々な王朝の都でしたが日本人には唐の都長安として馴染みが深いと思います。遣隋使や遣唐使が命がけで目指し、三蔵法師が天竺に向かった場所です。もつとさかのぼれば司馬遷の史記の舞台でもあります。空港からの高速道路が終わり西安の町に入ると前漢時代のシルクロードの開拓者である張騫とその部隊の群像が目に入ります。そう、ここはシルクロードの出発点でもあるのです。市の中心部は明の時代の城壁に囲まれています。高さ12m、幅12mの堂々とした周囲12kmの城壁です。城壁の上は車が走れるほど広さがあります。南の城壁に隣接して碑林博物館があります。ここでは古代からの書を石碑にして林の如く並べてあります。王羲之、顔真卿、玄宗皇帝などの書が石碑となって保存されているのです。書の覚えがない私にもその美しさや力強さが迫って来ます。思わず王羲之の拓本を購入してしまいました。

夜は西安名物の餃子やうどん（讃岐うどんのルーツで空海が日本に伝えたといわれています）に舌鼓をうった後で西安の中心部にある回族街を散策しました。回族は唐の時代から住み続けているイスラム教徒で今も西安で一大飲食街を造っています。通りは人で溢れかえり活気に満ちています。お祭りで賑わう夜店を歩いているような状態で様々な食べ物の匂いが入り混じっています。餅、饅頭、様々な麺類、羊肉の串焼き、シシカバブーの様なもの、石榴を積み上げた石榴ジュース屋さんなど何でもおいしそうです。いにしへの長安に迷い込んだような不思議な高揚感に浸ることができました。

翌日は兵馬俑を見学しました。兵馬俑は秦の始皇帝を永遠に守るために作られた陶器製の軍隊です。それは想像をはるかに超えた規模でした。発掘現場は巨大な格納庫に覆われています。埋まっていた人馬の像は8,000余りといわれています。兵士は身長180cm程度で夫々表情豊かに整列しています。発掘当初は色鮮やかに彩色されていたようですが今は外気に触れて土と同じ色になっています。2000年以上の間、始皇帝を土の中で守り、きっと今も守り続けています。始皇帝はあの万里の長城を造っただけではなく兵馬俑を含む巨大な墓をも造ったのです。始皇帝陵自体はまだ発掘調査をされていません。史記に水銀が大量に使われたとの記述もあり安全にかつ破壊せずに発掘する見通しが立たないからといわれています。

その他に西安には玄宗帝と楊貴妃が愛した華清池や玄奘三蔵（三蔵法師）ゆかりの大雁塔など日本人が楽しめる史跡が数多く残されています。読者の皆様も機会があれば一度訪れてみてはいかがでしょうか。

## 高橋卓朗先生、杉下尚康先生との思い出

砺波サナトリウム福井病院

福井靖人

杉下尚康先生と高橋卓朗先生の訃報に接し、言いようのない深い悲しみと寂しさを感じています。これからもご指導いただきたいと思っておりましたのに残念でなりません。残されたご家族様には心からお悔やみ申し上げます。

私が医師会の理事をしていた頃のお二人の先生との思い出について紹介したいと思います。

高橋先生が会長をされていた平成20年に、砺波医師会が100周年を迎え、杏和だよりの100周年特集号が発刊されることになり、広報を担当していた私もその編集に携わっておりました。高橋先生はその特集号で、砺波医師会誕生から現在までの年表と会員名簿をまとめてくださいました。その時々のお出来事を記録に残しておくことの大切さを改めて感じています。

杉下先生は、医師会の庶務と会計を長らく務めておられました。先生はいつも理事会や総会の議事録を手書きでまとめておられました。それがどういう経緯で私の手元に来るようになったのか忘れてしまいましたが、それをワープロで入力し、理事会の議事録として、一時期「医師会報」としてペーパーやメールで会員の皆様方に配信していました。南砺市医師会が設立された際も、何か月にも渡った理事会での意見の応酬を克明に記され、我々に明らかにされました。やすやすとこなしておられた印象がありますが、大変な労力であったと推測されます。

偉大な先生方を失い残念でなりません。残された我々は、これからも地域医療にさらに貢献していきたいと思っております。高橋先生、杉下先生のご冥福を心よりお祈りいたします。

# 天下人 豊臣秀吉の大野望とは？

藤井整形外科医院

藤井正則

「豊臣秀吉によってソウルの街は焼け野が原になりました。」

9月の連休に富山空港発着の格安ツアーで韓国ソウルまで足を延ばした時の、半日市内観光で訪れた景福宮（キョンボックン）での現地ガイド氏の仰天の一言です。

この一言が気になり少し歴史探求をしてみました。

「文禄・慶長の役」（1592～1598）より我々日本人には「朝鮮征伐」の方が馴染み深いはずです。ところで征伐とは、反乱を起こした勢力を鎮圧したり、反社会的な犯罪集団や賊などを武力で処罰する事を言います。何か悪い事をしてかしたので秀吉の逆鱗に触れ、こういう事態になったものと漫然とっていました。平和な時代が続き有名無実となっていた朝鮮軍は、戦国時代を生き抜いた日本武士軍団に太刀打ち出来るはずもなく首都の漢城府（現在のソウル）を放棄し近郊の山岳地帯に逃げ込みました。世界史上、16世紀最大の国際戦争との記述もあります。ガイド氏の一言は正にこの時の事態を言っているものと容易に推察されますが、ではなぜ秀吉は朝鮮半島に兵を送ったのでしょうか？

大航海時代、世界制覇目前のスペイン帝国に恐れをなした秀吉は、中国 明を支配下にする事でスペイン帝国から侵攻を防ごうとした節があります。つまり「朝鮮半島は通り道であり素直に降参しなさい」という様な書簡を送ったものの反故にされた仕打ちが「朝鮮征伐」となったのです。勝者から見れば賊を追い払った。敗者から見れば土地を追われ財産を全て失った。秀吉の急逝により、この計画は頓挫しましたが、韓国では極悪人、日本では大英雄です。秋の夜長、天下人秀吉に思いを馳せる今日この頃です。



## 最近の学会参加状況について

伏木医院

伏木 弘

開業してからは、大学病院や総合病院で経験できなかった多くのことをいつも患者様から教えていただいています。今当医院では、最高 102 歳の元気で歩いてこられる方と往診で診ている 2 名の方がおられますが、何か特別なオーラを感じます。現在の 10 歳の子供さんも将来の平均寿命は 100 歳を超えると言われていています。昨今の少子化もそれにマッチするための自然の流れなのでしょうが？

ところで、4～5 年ぐらい前から月に 1 回は全国規模の学会に出席するようにしています。これにより当医院のスタッフには非常に感謝されています。当然、新しい知識を入手するためと専門医のポイント獲得の為であります。以前まで経験していなかった観光を取り入れるようになりました。今までは、いろいろなところに学会に行きましたが観光は国際学会に参加したときのみで国内の場合はほとんど会場と宿泊ホテルの往復でした。今は、必ず学会当地でレンタカーを借りることにしています。福岡の学会で門司港レトロ～秋吉台～萩とまわって感動しました。また、一番多く行っている東京でも意外とイカないスポットである東京湾のナイトクルーズもよかったです。最近では、京都の学会の後、徳島の大塚国際美術館へいってきました。これにはいつものバンド (Rolling 60's) のメンバー夫婦も参加して大変有意義な旅行となりました。今後も元気で動ける限りいろいろと出かけてみたいと思っています。



# 山を見る楽しさ

砺波誠友病院

榎本伸哉

私は岐阜県高山市に生まれ、3000メートル級の山々が連なる北アルプスを見て育ちました。山に対する憧れが人一倍強い子供になりましたが、登山が趣味となることはありませんでした。しかしいろいろな場所、主に平地から高い山々を眺めては、その山の名前や形に思いを馳せることは好きでした。小学4年生の夏、国道41号線を走る車中において、晴れた日の富山平野から初めて見た立山連峰の雄大さに私は度肝を抜かれました。その迫力は高山市から見た北アルプスとはスケールが違う神々しさから、子供ながら富山に住む魅力を強く感じました。大学生になってその憧れの富山に暮らす思いがかなった私は、今日にいたるおよそ30年間、晴れた東の空に見える北アルプスの雄姿に魅了され続けています。雪が積もっていたり消えていたり、せいぜい変化があってもその程度でしょう？長年変わらない景色にどんな興味が湧くの？と聞かれることがあります、四季折々の山肌の彩りに加え、大気の状態による見え方、雲のかかり具合など、少しでも山が見えれば、それはその都度異なる景色となって私の目に飛び込んできます。そして山々の景色を形作る一本の稜線は決してつながっているわけではなく、複数の尾根が複雑に組み合わさったものですから、パズルのように解いていくことで、山の位置関係を知ることができる楽しみもあります。また呉西地区の海沿いからは、乗鞍岳、御嶽山といった100km以上離れた彼方の峰々さえ見ることができます。そんなに遠くの山が見えるの？と驚かれる方もいらっしゃることでしょうが、数多の山の合間から思いがけない遠くの山が顔を出していることを知る、これこそ山を見る楽しみの醍醐味だ、と私は思っております。

砺波に赴任して15年になり、立山連峰からは少し離れてしまいましたが、幸いその雄姿はこの地からもしっかりと眺めることができるばかりでなく、南に目をやれば、霊峰白山も顔を出しており、まさに日本三名山の二峰を拝むことができるという、これ以上ない素晴らしい環境に、私はとても満足しております。



## 新入会員紹介

市立砺波総合病院 病理診断科

垣内 寿枝子

初めまして、市立砺波総合病院病理診断科に勤務いたします垣内寿枝子と申します。医師3年目で、新専門医制度の一期生です。富山大学付属病院病理領域専門研修プログラムとして4月より砺波で後期研修を開始いたしました。当科では地域の先生方から直接提出された病理検体や当院に紹介となった患者様の検体の二次診断を行い、砺波医療圏における診療を補助する役割を担っております。より迅速で正確な診断を心がけておりますので、これからもどうぞよろしくお願い申し上げます。



## かねぎホームクリニック

金 木 昌 弘

金木 昌弘(かねぎ まさひろ)と申します。このたび10月29日に砺波市本町で「かねぎホームクリニック」を開業、砺波医師会の皆様に自己紹介のはこびとなりました。クリニック開設前、市立砺波総合病院外科・緩和ケア科勤務の際は、患者さんのことでいろいろご相談させていただいたこと、大変ありがとうございました。

簡単に自己紹介いたしますと、大阪で生まれ、幼少期のほとんどを砺波で過ごしてきました。砺波で父が開業しており、金木外科医院院長である父の背中をみて育ってきました。高校までは地元に通学、大学は順天堂大学を卒業、卒業後は縁あって東京女子医科大学第2外科に入局しました。この医局は通称一般外科で、胃外科、大腸外科、乳腺外科、小児外科と救命救急センターの5グループに別れており、研修中はいろんなことを学ぶことが出来た期間でした。パワハラといわれるような厳しい修行でもありましたが、ここで得た知識、経験やスキルは今後の外科医人生を左右する大きなものだったと思われます。その後は牛久市、福島県勿来市、秩父市、伊勢崎市など研修病院に出向、勤務しました。

年を重ねるにつれ(今年56歳になりました)開業を考えるようになり、自身の健康面の問題もあり、開業することを決めました。

もともと外科医ですので、いままでの一般外科の経験をいかしつつ、幅広く取り組んでいきたいと思ひます。また緩和ケア科での経験を生かしつつ、かかりつけ医として在宅訪問診療や症状緩和にも取り組みます。

患者さんやそのご家族だけでなく、医師会の先生方をはじめとした医療関係者の皆様にも親しみのあるクリニックでありたいと思ひます。何なりとご相談いただければと思ひます。そして今後とも、かねぎホームクリニックを、よろしくお願ひ申し上げます。



## 市立砺波総合病院 麻酔科

伏木 梨紗

このたび、砺波医師会に入会させていただきました伏木梨紗です。

砺波市の出身で、射水市育ち、富山大学を卒業後、再び砺波に戻ってきました。

現在は市立砺波総合病院で麻酔科医として勤務しています。

特別な趣味はありませんが、20代の頃は東京ディズニーランドに毎年行くことを目標(?)とし、日々の仕事を頑張ってきました。この夢の国の物価は砺波での生活に比べると、随分お高いところですが、非日常の世界を味わうことができました。乗り物に乗るでもなく、お土産を買うでもなく、日々と違う場所で異世界の雰囲気を楽しむことが大好きでした。それから歳を重ね、夢の国に行く機会も一緒に行く友達も減りました。非日常の世界を味わう機会が減ってきたところで、新たな楽しみに出会えました。美術館や博物館、展覧会に赴くことです。室温や湿度が調節された心地よい空間で、ゆっくりと作品を見て回り時間の流れを忘れることができます。北陸新幹線のおかげで関東圏に行きやすくなり、行きたい展覧会には可能な限り仕事を調節して行くようにしています。仕事にもメリハリが付き、前向きに仕事に臨むことができるようになったと思います。

また医師になって2年目に、自宅での癒しを求め、我が家に2匹の猫を迎えました。子猫の頃から育てたので、懐いてくれているのが嬉しいです。休日と一緒にお昼寝するのが自宅での癒しとなっています。手のひらサイズの子猫たちが数kgに成長し、その猫達も今は老齢猫の仲間入りをしています。猫達の成長から年月の流れを感じますが、己を顧みてほとんど成長できていないことも実感しています。

公私においてまだまだ未熟ですが、多くのことを学び、広い知識と見解を持てるよう努めていきたいと思います。どうぞよろしく願いいたします。



## 砺波医師会誌 第210号

### 編集後記

皆様いかがお過ごしでしょうか。このたび編集担当になりました津田 博です。

10/28の富山マラソンをなんとか完走し、筋肉痛を楽しみながら編集後記を書いています。

皆様、富山の新しいお米の「富富富」は食べたでしょうか。

評判は…

高温や病気に強く、長さはコシヒカリより20cm程短く倒れにくいなどのコシヒカリの弱点を克服し、収量は「コシヒカリ」並、炊き上がりは艶があり透明、甘みが強く極上の旨味と粘りが特長だそうです。

最近の異常気象に耐えられるお米なのかな。

父の実家がお米屋であり、販売されるちょっと前に手に入り食べてみました。あまりに前評判がよくおいしいと聞くと、素直になれないひねくれ者ですが、食べてみると口当たりがよく、噛んでいくと甘みがあり美味しいなとしみじみ思う味でした。

ごはんの炊き方もあるのですが、新米は上手いものです。

やっぱり「富富富」は違うなってなるかもしれません。皆さんも1度は、「富富富」を食べて見ましょう。

津 田 博 記

(広報委員) 山田 泰士、佐藤 重彦、津田 博、柳澤 伸嘉

