

令和5年12月15日

砺波医師会誌

杏和だより

第219号

◇◇◇ 目 次 ◇◇◇

〔時 評〕	・与える心の科学的戦略	河合 博志	1
〔活動報告〕		2
〔散居村〕	・運 転	川渕奈三栄	4
	・熱い夏を生き延びて	清原 薫	5
	・毎年恒例のプランター野菜栽培	小清水由紀子	6
	・祝 阪神 優勝!!	酒井 伸也	7
	・「煙突の上の人」	坂下 英雄	8
	・土地の名前がついた病名	坂下 泰雄	9
	・「スランプ」	佐々木 泰	10
	・モンテリオールの思い出	佐藤 重彦	11
〔編集後記〕	豊田 葉子	13

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 網谷茂樹

与える心の科学的戦略

市立砺波総合病院

院長 河合博志

先日、病院の接遇研修会の講師をしました。コロナ禍前の2019年以来2度目です。もちろん接遇の専門家でもありませんし、接遇が得意なわけでもありません。そんなわけで今年母校の医局の同窓会誌にも紹介した心に残った言葉から最近の心理学的社会的な知見を調べたことなどを話しました。

その言葉は三浦綾子さんの『続・氷点』に引用されているシャンドリーの言葉「人が死んで、後に残るのは、われわれが集めたものではなくて、われわれが与えたものである。」です。これはたまたま新聞の読者投稿欄に載ったものをネットで見かけたのですが、ちょうどその日に買ったばかりのプロテニスプレイヤーのノバク・ジョコビッチの本を開いて驚きました。扉の裏にはイギリスのウィンストン・チャーチルの言葉が引用されていました。「我々は得るものによって生計を立て、与えるものによって人生をつくる。」ほとんど同じ言葉。シャンドリーは調べるとフランスの聖職者のようですが、チャーチルが知っていたとは思えません。同じ日のシンクロニシティだなと余計記憶に残りました。

対人関係におけるギブアンドテイクに関して調べてみると映画「ビューティフルマインド」のモデルにもなったジョン・ナッシュのナッシュ平衡が出てきますがかなり難しい。わかりやすかったのはペンシルバニア大学の組織心理学者のアダム・グラント氏の「Give and Take」という本でした。与える人をギバー、奪う人をテイカー、バランスを取る人をマッチャーとしてその社会的な成功度合い戦略の取り方などを観察的実験的に非常に詳しく調べています。興味深いことに社会的にも医学部の学生でも最も成績の良い人もそして悪い人も与える人ギバーだそうです。推奨される戦略は優しいしつぺ返し戦略。マイケルジョーダンがテイカーの一人として紹介されていたのはちょっと残念でした。TEDトークにも日本語訳付きで講演が紹介されていますのでぜひご参照ください。

https://www.ted.com/talks/adam_grant_are_you_a_giver_or_a_taker?language=ja

若い人たちには、初心の心、衝動に負けない礼儀正しい態度、そして、自分の能力の獲得とともに人に与える心を持ってほしいと、折りに触れて伝えるようにしています。私自身もいつも老後の初心で学びを忘れず、与える公益の心、若い人たちを助ける気持ちで残りの任期を過ごすつもりでいます。

活動報告

(令和5年8月～令和5年11月まで)

令和5年8月

- 2日 砺波市歯科保健推進協議会
- 7日 富山県在宅医療支援センター運営協議会
- 9日 砺波市糖尿病対策地域連携連絡会
- 10日 砺波市訪問看護事業運営委員会
- 14日 第7回理事会
- 17日 在宅医療支援講座
- 21日 乳幼児・学校保健委員会（県医）
- 22日 砺波地域医療推進対策協議会 がん・在宅医療部会
- 28日 胃内視鏡読影委員会
- 31日 2023年度介護保険—主治医研修会

令和5年9月

- 7日 社会保険医療担当者の新規個別指導
- 11日 第8回理事会
在宅医療支援センター運営委員会
- 21日 砺波地区病診連携がん診療連携カンファレンス
- 25日 令和5年度第2回広報委員会
- 27日 胃内視鏡読影委員会
- 29日 在宅医療介護支援巡回講座

令和5年10月

- 2日 学術・生涯教育委員会（県医）
- 4日 在宅医療支援講座
- 5日 第59回砺波准看護学院戴帽式
- 11日 在宅医療介護支援巡回講座
令和5年度管内精神医療保健福祉機関長等連絡会議
- 13日 医師国保組合問題検討委員会

- 16日 在宅医療介護支援巡回講座
第9回理事会
- 18日 在宅医療介護支援巡回講座
- 27日 胃内視鏡読影委員会
- 30日 在宅医療介護支援巡回講座

令和5年11月

- 6日 社会保険委員会（県医）
- 10日 医師国保組合問題検討委員会
- 13日 第10回理事会
- 14日 富山県 立入検査
- 15日 医師国保組合問題検討委員会
- 16日 砺波地区病診連携がん診療連携カンファレンス
- 24日 富山県医師会との懇談会
- 28日 令和5年度第1回砺波地域産業保健センター運営協議会
学術講演会
「開業医における骨粗鬆症診療」
さわだクリニック 院長 澤田 樹佳
「二次骨折予防と疼痛管理の重要性」
富山市立富山市民病院 整形外科 主幹
とやま高齢者骨折センター センター長 重本 顕史
- 29日 胃内視鏡読影委員会
- 30日 胃内視鏡読影委員会

運 転

ものがたり診療所

川 淵 奈三栄

時々、患者さんから「先生の特技は？」と聞かれる事があり困ってしまう。身長が高いこともあってか、どうやらスポーツができると思われるらしい。残念ながら極度の運動音痴で特に球技はできることなら観るだけで終わらせたい。ただ唯一特技があるとすれば「車の運転」だろうか。免許取得する18歳の頃はまだマニュアルの免許がメインだった時代。自動車学校の先生からアクセルとクラッチのバランスの取り方が上手いと褒められ、とても嬉しかったことを覚えている。

現在は訪問診療が主の日々で、1日多い時で15件近くのご自宅に伺うこともあり延べ70km/日走ることもある。診療に同行してくれる看護師からは「先生、運転はお上手ですね」と褒められることもあり、密かに喜んでいる。10年以上、砺波市を拠点に小矢部市、高岡市、南砺市と訪問診療を担ってきたおかげで、多くの裏道も知ることができ効率よく周れている。しかも往診の際は、何となくの第六感で「大体〇時までには行きますね」と患者さんに伝えるが、概ねその時間に到着できるので自分でもびっくりしてしまう。もし、前世があるとするなら、自分はきっとバスの運転手だったかもしれないと思う程だ。ちなみにバスの歴史は遡ること明治36年（1903年）京都で運行が始まったようだ。

先日、20数年ぶりにマニュアル車を運転する機会があった。最初はクラッチの扱い方を思い出すのに時間を要したが、ものの数分で運転できた。やはり身体で覚えたことは忘れていないようだ。運転した！という満足感や充実感は格別なものだった。

きっと数年後にはAIによる自動運転の時代が来る。便利になる一方で、ハンドルを握ることなく道を選ぶこともなく目的地へ連れて行かされる。何だか寂しさもある。

運転できるという残された時間は限られている。これからも時間をつくって愛車で「運転」を楽しんでいきたい。ここ数年は蕎麦にもはまっていて、休日には美味しい蕎麦を求めて遠方までドライブしてリフレッシュしている。



暑い夏を生き延びて

市立砺波総合病院 外科
清原 薫

冒頭から誤字だと思われた方もおいでるかもしれません。気温が高い場合は「暑い」と書きますから。

そこで「暑い」と「熱い」の違いを調べてみますと、確かに「暑い」は気温が高い場合に使うのに対し、「熱い」は体や物の温度が高い場合に使うとともに、感情などの高まりを比喩的に表現する時にも使うそうです。例えば「情熱」です。

そこで今年の夏ですが、皆さんが「あついですね」と挨拶される時の表情にもはや笑みはなく、「どうなっているんだ！」という怒りにも近いものを感じました。そうするとやはり「熱い」の方が皆さんの気持ちを表していたのかもしれません。

そのような中でも、高校野球など真夏の屋外行事は例年どおり行われました。休憩時間や休養日を設けるなど体調管理に配慮されたようですが、青少年の健全な育成という観点からは難しいところではあります。

昔は最高気温が30度を越すのはひと夏で数日だったようです。そしてお盆を過ぎる頃には朝夕に秋の気配が感じられたものです。

今年は、9月に入り少し涼しさを感じられるようになった頃、まさに「生き延びた」という思いになりました。地球温暖化対策がいよいよ待ったなしであることを思い知らされたのではないのでしょうか。

二酸化炭素を出さない工夫をしておられる方もおいでますが、依然として化石燃料を燃やしている国や企業があります。「今」を生きるためには仕方がないのかもしれませんが……。二酸化炭素排出削減という総論には賛成するが、それについての具体的な事となると話が進まない。「総論賛成、各論反対」。

人間とは本当に困ったものです。行くところまで行かないと駄目なのか。二酸化炭素の場合、人類の破滅まで行かないと解決しないのでしょうか。

人類は地球上で最も有害な生き物になったようです。

こういったことを考えて背筋が寒くなると来年の夏は少しは過ごしやすいかもかもしれません。

喉元過ぎて熱さを忘れることがありませんように。



毎年恒例のプランター野菜栽培

桐沢医院 内科

小清水 由紀子

長男が小学校二年生の時、学校の生活科の学習で野菜（ミニトマトを選びました）をプランターで栽培しました。私も野菜を育てたことがなかったので、子供と一緒にネットで調べたり友達に聞いたりしながら、苗やプランターや土の準備、苗植え、脇芽をとったり支柱を立てたり追肥をしたりとお世話をしました。夏の間にはたくさんの実がなり、初心者は大喜びでした。

それ以来毎年ささやかなプランター農園を続けており、今年で5年目です。

2年目もミニトマト1本だけ育てました。一人でできるようになりました。

3年目は、次男が二年生になったので、プランターが2個になりました。ミニトマト2本をうえましたが、家庭で食べるには実がたくさんなり過ぎて大変でした。

4年目は違う野菜にも挑戦したくなり、ナス1本、ピーマン1本を植えました。ナスは夏に実をたくさんつけすぎたためか、秋には収穫できませんでした。ピーマンは適当な栽培のわりに大量に実がなって、食べきれないほどだったので驚きました。

そして5年目の今年は、家に余っていたプランターも動員して、ナス3本、ミニトマトを1本、サツマイモを植えてみました。今年の夏は大変暑かったので、野菜にも厳しかったようです。ミニトマトは赤く色づく前に干からびてしまう実がたくさんありました。こんな現象は初めて見ました。さらに、7月の連休に旅行に出たため水やりができず、しかもあいにくのカンカン照りでした。ナスの苗は大きなダメージを受け、その後花が咲かなくなってしまいました。8月初めごろに枝と根を切り、秋の収穫に期待することにしました。その後、どんどん新しく枝がのびて、たくさんの花が咲き、昨年うまくいかなかった秋の収穫に成功しました。10月にはサツマイモを掘りましたが、小さな実しかとれず、残念な結果でした。来年またリベンジしたいと思っています。

わずかな量ですが野菜の栽培を通して、植物の成長を観察し、季節の移ろいを感じたり、そして時々少し汗をかいたり、ちょっとした気分転換になります。

地植えになると大変そうなので、私にはプランター栽培がちょうどよいです。来年は何を育てようかと思案している今日この頃です。



祝 阪神 優勝！！

となみ三輪病院

酒 井 伸 也

高校生の頃からの阪神タイガースファンです。皆様ご存じの通り今年は、阪神タイガースが18年ぶりのリーグ優勝を達成しました。感無量であります。昨年まさかの開幕9連敗から、今年岡田監督に代わり、見事に優勝してくれました。今年の阪神は奪四球数が494と2位ヤクルトの447とは50近くの差ですが、他の4球団と比べると100個以上多く奪っています。評論家によると、これが優勝の大きな要因と言われます。特筆すべきは、岡田監督がフロントに掛け合って、四球の査定評価を上げてもらっていたということです。ただボール球を打つな、フォアボールでもいいんだというだけでなく、そうすれば給料も上がるとなれば、選手の納得度も違うでしょう。

病院の管理者として、なるほどなと思うところもありました。当院のような療養型の病院では、職員が高齢の患者様に、いかに優しく、いたわりの気持ちをもって接してくれるのが大事だと思っています。優しく、いたわりの気持ちをもって仕事をしている職員の給料を上げてあげたいのは山々です。しかし、それをどう数値化できるのか？あなたは優しさをもって接していませんと言われた職員はどう思うだろうか？人格を否定することにならないだろうか？などというところで、止まってしまいます。

ものを売るような商売だと、営業マンにはノルマが課されたり、各営業所にノルマが課せられたりということがあられるようです。しかし、これも行き過ぎると、なんやらモーターズのような、パワハラが横行し、顧客のことなど考えず、ただ安く仕入れて、高く売ればよいというような会社も出てきます。何事も匙加減が難しいところでしょうか。また、AIがいくら進歩しても、この匙加減というのは、人間にしかできないと思います。思いますというより、思いたいというほうが正しいのでしょうか。

さて、この駄文を書いている10月30日現在。日本シリーズは1勝1敗となっています。初戦はオリックスのエース山本投手をノックアウトして、8-0の勝利。阪神『つえー』と思ったのもつかの間、第2戦では0-8とやり返されました。明日から甲子園で3連戦です。果たして、阪神タイガースの38年ぶり日本一はあるのか？ビール片手にテレビの前で応援したいと思います。阪神ファンにとっては、一生に数回しかない至福の時でもあります。



「煙突の上の人」

さかした医院 耳鼻咽喉科

坂下 英雄

とある日の午後、リビングの壁に現れました。5分程度で消えちゃいました。

これは以前に「越中アートフェス」に応募した作品に、少しの遊び心を加えた物の陰です。ここ数年は創作活動はあまりしていなかったのですが、これを契機にまた何か作ってみようかと思えます。



土地の名前がついた病名

さかした医院 内科

坂下 泰雄

コロナの検査に予防接種。いい加減、飽きてきました。坂下@内科です。

先日、温泉の脱衣場でおじさん三人が愚痴っていました。まったくマスクって鬱陶しいよな、自分らがウイルスを撒き散らしたくせに、今度は汚染水などと難癖つけて魚介類の輸入を禁止しやがって、とんでもねえ話だ、と。

当初、武漢肺炎とも呼ばれたコロナウイルス感染症はWHOの指導でCOVID-19の呼称が定着しました。発生源（と思われる）地名を病名に付けるなというわけです。

さて、日本と病名に入っている疾患は3つあるようです。日本脳炎、日本住血吸虫症、日本紅斑熱。これらは日本固有の疾患ではなく、むしろ東南アジアなどに多くみられます。

日本の地名が入っている病名は公害病の水俣病（熊本、新潟）、四日市ぜんそくが思い浮かびます。熊本では水俣病の病名の見直しを求める声があるそうです。同じ公害病にイタイイタイ病もあります。このネーミングは微妙ですが、「富山病」とか「神通川病」だと富山県民としては抵抗を感じます。

100年前にパンデミックを起こしたスペイン風邪。最初に患者が出たのは米国カンザス州の陸軍基地で、当時は第一次世界大戦中で参戦国の情報規制がきつく、中立国であったスペインでの流行の情報が広くもたらされて、スペイン風邪なる名前を頂戴したようです。

病名のなすり合いともいう例もあったようで、最後に、かつて世界を席卷した梅毒についてのお話を引用します。

「気味の悪い見た目と耐えられないほどの痛みを引き起こす梅毒は、国によって呼び名が違っていた。ロシアではポーランド病と呼ばれ、ポーランドではドイツ病と呼ばれた。ドイツではフランス病。フランスではイタリア病。イタリアはやり返したかったのか、フランス病と呼んでいた」（ハンス・ロスリング FACTFULLNESS p257、2019日経BP社、一部改変）



「スランプ」

市立砺波総合病院 産婦人科

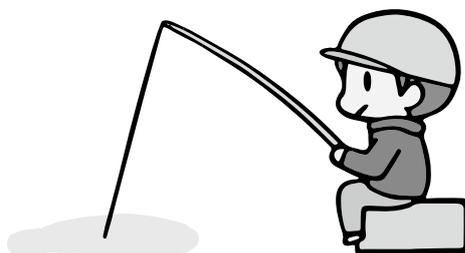
佐々木 泰

釣りはスキーと並んで長く続けている趣味の一つです。幼い頃のフナ釣りから始まって小さなものは湖のワカサギから大きなものでは外洋のキハダマグロやブルーマーリン(カジキ)まで、近くでは富山湾のシロギスから遠くはモルディブのGT (Giant trevally, 和名:ロウニンアジ) までいろいろな釣りをやりました。小物から大物までそれぞれの釣りにそれぞれの楽しさや難しさがあって面白いのです。

10 数年前に船舶免許を取得してからは自分で操船して富山湾の釣りを楽しむようになりました。手前船頭では大した釣りもできないのですが、仲間とワイワイ言いながら釣るのは楽しいですし、時には美味しい魚に出会えることもあります。

そんな富山湾の釣りで多分最も楽しいと思っていたのはアオリイカ釣りです。船特有の釣り方で狙うポートエギングという釣りです。この釣りはエギ(餌木)という擬似餌を沈めて海底を感じたら素早く竿を動かしてイカにアピールしてピタリと止める。止めたエギにイカが触った時に出る微妙なアタリを見逃さずに素早く掛け合わせる。この一連の動きがテクニカルで非常に楽しく、同船者同士でも釣果に差が出る釣りなのです。イカは掛かった後はジェット噴射で逃げようとはしますがこれは魚とは違った独特の引きですし、アオリイカは食べても非常に美味しいのです。ポートエギングには釣りの色々な楽しさが満載なのです。

そんなアオリイカ釣りが富山湾の釣りの中で最も楽しいと思っていたと書きました。そう「思っていた」なのです。実は最近では以前ほど満足できる釣りができないのです。釣行回数が減っていて、なかなか条件(風の具合とか)が合わないことも事実ですが「今日は条件が揃っているな」と思う日でも以前ほど釣果が伸びないのです。2~3年前からいわゆる「スランプ」の状態なのです。イカのせいでもなく、海のせいでもなく、おそらくは自分自身に何か原因があると思うのですが、それが何かが見つけられずに現在「スランプの沼」にはまっただまもがき苦しんでいる状態なのです。イカ釣りが嫌いになる前に脱出したい。う〜ん。



モンリオールの思い出

佐藤内科クリニック

佐藤重彦

1990年6月、カナダのケベック州モンリオールで開催された国際高血圧学会に参加した。私にとっても、同伴した妻と3歳の娘にとっても、人生初の海外旅行であった。成田空港からノースウエスト航空のジャンボジェット機でデトロイトへ向かう。揺れこそ少なかったものの、寝ても覚めても海の上というのはやはり不安なもので、落ち着かない11時間となった。今度はデトロイトで定員120名ほどの機体へ乗り継ぎ、モンリオールに向かう。天候のせい大きく落ちるように揺れた1時間、娘の肩に手を置きながら、妻とふたり生きた心地がしなかった。

モンリオールの滞在期間は1週間。学会発表を終えれば、いよいよお楽しみの観光である。学会ではあらかじめ、ナイアガラの滝1泊ツアーやモンリオールエキスポのメジャーリーグ観戦といった、いくつかのプランが選択肢として用意されていた。私たちはその中から、教会での音楽鑑賞を選んだ。会場はモンリオール・ノートルダム大聖堂。聖堂内には7000本ものパイプを使用したパイプオルガンがあり、その前にモンリオール交響楽団が位置する。ベートーヴェンのヴァイオリン協奏曲に続いて交響曲第3番という、なじみのある演目である。ヴァイオリン協奏曲の第2楽章に差し掛かる頃には、抱っこしていた娘の寝息が聞こえてきた。一緒に聴いていた隣の人が、微笑ましく見ていたのを覚えている。

日中は公共交通機関を利用して、オリンピック公園や、昆虫館、水族館などを巡った。バスも地下鉄も治安がよく、子連れでも安心して利用できた。今でも鮮明に覚えているのは、遊園地に行くためにバスに乗った時の出来事だ。満員だったので、私たちは立って乗車した。車窓から見える街のポスターは、パリまでの旅行案内が目立ち、ここがフランス語圏であることを印象付けた。この町にはルーツが異なる多様な人々が住んでいて、バスの中にもいろいろな肌の人がいた。ふと視線を落とすと、座席に座っていた高校生くらいの白人カップルの女性と目が合った。次の瞬間、女性は自身の膝をこんこんと指さして、私たちに微笑んだ。驚いたことに、アジア人である私たちの娘を、膝の上に座らせてくれたのである。とてもうれしくて胸が熱くなり、忘れられない思い出となっている。ところが残念なことに、娘本人はこのエピソードを全く覚えていないようだ。娘のこの旅行の思い出は、夕食に食べたロブスターがおいしかったこと、そして昆虫館で見たオオカバマダラがとても美しかったことだと言う。

このほのぼのとした旅行の2ヶ月後、イラクによるクウェート侵攻が起こり、世界は湾岸戦争へと突入した。2001年にはアメリカで同時多発テロが起こり、多くの国を巻き込んだ対テロ戦争へと発展。そして現在は言うまでもない。まるでいつ落ちるとも知れない飛行機に乗っているような、不安な心持ちの続く世の中である。

娘がその美しさに感動したオオカバマダラは、毎年メキシコとカナダの間を何百万匹という集団で大移動することが知られている。大自然で生きる彼らには、国境など関係ない。今年もクリスマスには、あの大聖堂でヘンデルのメサイアが演奏される。33年前と変わらぬであろう色とりどりの壮大な天井に思いを馳せながら、あのバスで出会ったような肌の色の違いを超えた穏やかな景色が、世界に広がるよう祈るばかりである。



砺波医師会誌 第 219 号

編集後記

最近の若者言葉、『タイパ』をご存じだろうか。「ドラマは倍速で視聴」「曲はサビだけ聴く」「まとめ動画を好んで観る」「掃除はお掃除ロボットで」「会議はオンラインで」など、時間当たりの満足度＝『タイパ（タイムパフォーマンス）』を得ようとするときに使用される言葉だ。わたしも最近では WEB 講演会のオンデマンド配信動画を 1.5 から 1.75 倍速で視聴しているが、理解不足になることもあるが、逆に集中できてよいときもある。

話は変わるが医療 AI はどこまで進んでいるのだろうか。2022 年に「人工知能技術（AI）を用いた画像診断補助に対する加算（単純・コンピュータ断層撮影）」が保険適用されたそうだが、わたしはその普及について全く知らない。医療ビッグデータの AI による画像診断支援で、病気の早期発見やヒューマンエラーを防止できたり、AI（IoT）で異常を検知することで入院患者の無人見守りを行ったり、スマートウォッチを常に身に着けることで血圧や心拍数、体温などの健康状態を常時チェックし、問題があれば医療施設側に異常を通知したり、AI アプリケーションの開発で認知症の判定をしたり、などいろいろ、プライバシーの管理など課題もあるが、AI 技術がうまく機能すれば便利であろう。

医療現場がやたらに「タイパ」を求めてはいけないのだけれど、AI が医療業界の人手不足や長時間労働といった課題の解決に役立つようになる日はもう近いのだろうか。

豊田 葉子記

〔広報委員〕 豊田 葉子、津田 博、山田 泰士