



あだいに

104号

令和4年4月21日

編集発行：男鹿潟上南秋医師会 <http://oknmed.jp>

〒010-0201 秋田県潟上市天王字上江川47-1616 ☎(018)878-7976 (FAX)(018)878-2517



目次

特集 この地方を元気にしたい

- ・元気のよい町 長谷川幸弘 … 2
- ・「きく力」ということ 三浦一樹 … 3
- ・若い力で活性化を 小玉雅直 … 4
- ・この私を元気にしたい 吉成ひろ子 … 5
- ・平和ボケ 肥田野文夫 … 6
- ・『みんなの実家』の可能性 佐々木康雄 … 7
- 会長レター②② こどもたち 佐々木範明 … 10
- 新入会員「こんにちは。」 波多野善明 … 11

- ふんふんコラム … 12
- ワンポイントアドバイス③① … 12
石澤暢浩 先生
- 追悼 三浦 亮 先生
 - ・三浦亮先生の想い出 浅利正雄 … 14
 - ・追悼 三浦 亮先生 中鉢明彦 … 15
 - ・三浦亮先生のこと 大窪天三幸 … 16
- 今日の診察室から⑤② 大腰雅俊 … 17
- ナイトキャップ … 18
- 編集後記 … 19
- 表紙説明 … 20

特集

この地方を元気にしたい

「啓蟄や離農の噂あちこちに」（大仙市・田中悠心）地元紙で先般見かけた作品。冬ごもりしていた虫たちが土の中から出てきてみたら、あっちの爺さんもこっちの爺さんも去年限りで田んぼはやめたという噂だー。

当医師会地区の男鹿市、潟上市、南秋田郡でも里の方からどんどん人口は減っている。一方でこの地域を盛り上げようという若者たちが色々な企画に挑戦もしている。医師会はどうな寄与ができるだろうか。



元気のよい町

長谷川医院（男鹿市）

長谷川 幸弘

以前に『いき心地の良い町』（岡檀著）という本を紹介したことがあります。徳島県南部の小さな田舎町のことで日本自殺の少ない町の話です。その本を読み返しながら、では「元気の良い町」とはどんな町だろう

かと考えてみました。高齢者ばかりだったなら元気はあまり出ないでしょうから、やっぱり若い人がいて子供がいっぱい遊んでいるような町は元気があるでしょう。私の孫は小学校2年生ですが、1学年1クラスで生

徒は16人です。数十年前の自分が小学生の頃は1学年500人もいました。あまり多いので、船川第一小学校のほかに船川南小学校を作って、2校に増やした時代があります。今は本当に子供が少なくなりました。

『日経ウーマン』の出産に関するアンケートで出産しない理由を尋ねたところ1位は夫婦2人だけの時間を楽しみたい、2位は経済的に余裕がない、という結果でした。ならば経済的に負担にならないれば出産してもいいことになるでしょうか。

私の町の子育て応援制度として、夫婦2人とも働いていて、仕事で子育てが出来ない時間のために、一時預かり事業（幼稚園）、放課後児童健全育成事業（小学校）があり、仕事が終わって迎えに来るまで預かってくれます。さらに病後児保育事業も



わたしがキラメク秋田県
（県のポスター）

あつて病気の回復期の児童を預かり一時的な保育もしてくれま。これは男鹿みなど市民病院に場所を確保して行われていますが、有料であること、さらには急病と夜間に対応していないことが問題です。

私の職場でもお母さんたちに保育園、学校から連絡が来て、子供が熱を出した、体調不良などで迎えに来てほしいと言われて早退することがしばしばあります。介護の現場では夜勤もありますが、子供を預かってくれるところがないために夜勤ができませんという職員もいます。

私の提案は、子供の一時預かりと放課後児童健全育成事業を拡大して夜間も対応し、24時間いつでも利用できる体制にすること。病後児保育事業も24時間可能にし、急に熱が出た子供などにも病院と協力し、親の仕事が終わって迎えに行けるまで預かってくれること。そしてこれらの費用はすべて無料とし、さらに保育園、幼稚園、小学校、中学校でかかる費用も全て無料とすることです。即ち、子育てにかかる費用は全て町が負担していきます。そうするとアンケート2番の経済的理由で出産しない、が解決するので安心して出産できます。

こうゆう話をするといつも財源はどうするんだと聞かれますが簡単なことです。子育て応援事業を町の優先度1番にして、予算から最初に必要な金額をよせちゃえばいいんです。町の予算は約160億円です。例えば

子育て応援に10億円必要とすれば、初めに、その金額をよせて、160億円マイナス10億円で当初一般予算を150億円で組めばいいだけです。これで若者が

定住してくれて、子供もいっぱいいる「元気の良い町」になったら安いもんだと思いますが、如何でしょう。



「きく力」ということ

藤原記念病院（潟上市）

三 浦 一 樹

神仏を敬い、先祖と伝統を大切にすることの豊かな風土、穏やかな海。しかし、その向こう側にいる邪悪な支配者たちが狂気と瘴気（しやうき）をまき散らし、世界中が

否応なく不安の渦に巻き込まれて元気をなくしている。加えてコロナ禍での閉塞感と不況、メディアで目撃する理不尽な戦争。身の回りの煩わしい人間関係、家族と介護問題、そして自身の体調不良。これでもかとばかり

に身も心も苛まれ患う。この状況に我々医師会員は何かできるか、元気にできるのか、というのがこの度のテーマである。

世相の先が読めないこの難局に、「聞く力」を掲げる岸田総理がリーダーを務める。「聞く力」とは何か？「よく見聞きしわかりそして忘れず」であれば宮澤賢治の「そういふものにわたしはなりたい」ということか。十人の話を一時に聞いた聖

徳太子のような特技なのか？はたまた、途中に言葉を挟まずジッと傾聴する忍耐力か？「聞き流す力」も能力の一つか。「きく」とはどういうことかを言葉遊びで考えてみた。

「きく」とはまずは耳で音を聞くことだ。「聞く」は聞こえてくるものを「きく」、「聴く」は耳をそば立て心を傾けて「きく」ことをいう。「聴」の字には「耳」だけでなく「心」が伴う。「心」があっても聞く耳を持たなければ「悶（もんだい）」となり、「耳」と「心」だけでは「恥」になる。「至誠（しじやう）に悖（もと）ることなかりしか」の「心の内」からの声をもきくのが日本人の「恥の文化」だ。加えて私たちは「目」「鼻」や「口」「舌」そして「手」「体」でも「きく」。香りは「鼻」で「ききわけ」るが、「目が利く」、「鼻が利く」は、小賢（こけん）しい才（さい）でなく、分別（ぶんべつ）とみたい。「酒」は「舌」「口」で「利く」が、「口をきく」は何かの手配を助ける、さしずめ他

医への紹介状がこれにあたる。「手が利く」は器用よりは手際の良さだ。さらには、可聴域外の振動や「感動」の周波までも皮膚と「体」できくのだ。そして「効」く。体に染みわたるような治療「効」果の実感が我々

医師には求められる。さらに「掬」。古くから「水を両手で掬する」などという。「すくい」とは「すくいあげる」ということは「救う」ということであり経世済民の済^{すく}うでもあるだろう。如来の三十二相の一つ、手足指縵網相では、手足の指の間には金色の膜の水かきがあり、遍く漏らさず衆生を掬い上げるために備わっているといわれる。「きく力」は阿弥陀如来の本願である「すくい上げる力」にも通じているわけだ。

総理には曼荼羅の様な複合的「きく力」を発揮して頂きたい。そして我々この地の医師もまた、心と体の「きく力」を動員して、憂い、「患う」人々の「心」に刺

さった「串」を取り除いてあげたい。「はなしこちゃんときいてもらったば、らぐなつた」。効くのは薬のみではない。

10年ほど前、秋田市で第9回



若い力で活性化を

おおくぼ歯科診療所（湯上市）

小玉 雅 直

日本疲労学会総会を開催したことがあった。キャッチコピーを「元気になるうよ」としたのはこの謂^いいだった。

者の皆さんの口腔管理、治療が主体でもよいという両兄の助言で開業を決断しました。

以来、途中で医療法人正和会 おおくぼ歯科診療所に名称を変更し、近隣住民の皆さんはもちろん、両兄、法人職員を始め多くの方々に支えられながら現在に至っております。

さて、日本で新型コロナウイルスが大流行し始めてから2年が経ちました。この流行に伴って初めて緊急事態宣言がなされた時だと記憶していますが、外出自粛等秋田県の対応を問われた県のトップが、「郡部では普段から歩いている人はいりませんから云々」と答えたことがありました。その真意は、出かける場所が無いという事か、出かけるほど元気な人はいないという事なのか、あるいは人口減少が進み、人がいないという事なのか私には分かりませんが、恐らくその全てであり、この言葉に秋田県の現状が良く表されています。

社会医療法人正和会おおくぼ歯科診療所の小玉雅直と申します。今回、『この地方を元氣にしたい』医師会はどうな寄与ができるだろうか』というテーマにて寄稿依頼を頂きました。しかし、文才も見識も持ち合わせない私ですのでテーマに沿わないかも知れませんが、自己紹介をはじめ思いつくままに記したいと思います。

長兄が医療法人正和会（現



医師会の先生が果たす役割が大きいのは私が言うまでもありません。また医科・歯科をはじめとする多職種連携、加えて自治体も巻き込んだでの活動が心身共の健康獲得には必要であり、時には医師としての考えを捨て何が求められ、どのようにしたらうまくいくのかなど、起業家としての目を持つことで新たな道が開けるかも知れません。

ここ数年MDGsの流れを汲むSDGsの「持続的な」という文言が注目されています。健康寿命日本一という目標を達成するためには若年層も対象にした、まさに持続的な施策が欠かせないでしょう。医師会におかれましては難しい問題もあるかとは思いますが医師会の活動、社会貢献を継続していくために現在の会員に加えて新たな若い力も必要かと考えます。

皆さんご存じのように現在、秋田県では健康寿命日本一をスローガンに様々な施策を行っています。釈迦に説法ながら、その達成には医師会、特に各地域

るのではないのでしょうか。素直といえば素直ですが、自虐的でもあり思わず苦笑させられました。



この私を元気にしたい

藤原記念病院（潟上市）

吉成 ひろ子

この冬の豪雪、厳寒、終りの見えないコロナ禍、3回目のワクチン接種への出勤、そして日常診療でもお忙しい医師会員の先生方、いかがお過ごしでしょうか。そんな中で原稿依頼があり、勘弁してくださいとお願いしたのに、「いやいや、ぜひお願いしますね」と編集長に笑顔で却下され、さて元気になるためには？ うーん、自分が元気でないためですよね。というところで、現在の私の癒しになっているものは…。

けはファンである某アイドルグループの休止宣言でした。休止する2020年12月31日までの1年間、彼らの日常に密着したドキュメンタリー番組が制作され、ネットフリで独占配信されるために契約したのです。

スマホで見ることができ、月々定額で、番組が見放題、ダウンロードも可能ということで、娘から勧められて、家族全員が見放題というプランで契約しました。そしてその番組の予告編を見るためにYouTubeも見ようになり、新しい番組が配信されるたびに繰り返し見ていましたが、2021年1月にすべてが終了し、ぽっかりと心に穴が開いたような気分になりました。

実は、動画配信サービスのネットフリにはまっております。何のことか分からない方、今頃（？）と思われる方、かるーく読み飛ばしてください。きっか



もうすぐ田植えが始まる

その後は、Netflixでお勧めの番組などを見ているうちに、とある韓国ドラマにはまり、そのドラマの予告編やメイキングをYouTubeで探して見ているうちに、お料理チャンネルやストリートピアノ、80年代のヒット曲など、いろいろなジャンルを見るようになりました。

なんと言っても空き時間を利用して、いつでもどこでもスマホから見る事ができるのは本当に便利です。おまけにWi-Fi環境が整っていると、通信料を気にしなくて済みます。

またある日、自宅のテレビが故障し10年以上ぶりに新しいテレビに買い換えたところ、最初

からリモコンに、NetflixやYouTube、U-Nextスト、アマゾンプライムなどのボタンが付いているではありませんか!! 夫は私がスマホで動画を見ていた時は、そんな小さな画面では見る気にならないと言っていました。現在は大画面のテレビでNetflixを楽しんでいます。アニメがとっても充実しているらしく、鬼滅の刃、呪術廻戦、進撃の巨人、ブルーピリオド、ジョジョの奇妙な冒険などなど。そして韓流ドラマでは、愛の不時着、イカゲーム、キム秘書はいったい何故、などなど。休みの日は1日中見ています。

今Netflixを見ている時間は、1番が夫、2番が娘、次が息子、私はたまにスマホで見る程度です（お金払っているのは私ですが...）。それにしても、このコロナ禍で外出も思うように

ならず、休みの日も予防接種に出動している私の、心の癒しとなっています。自分で楽しみを

見つけるとまた頑張れる気がします。元気を出していきましょう！



平和ボケ

杉山病院（潟上市）

肥田野 文夫

秋田を元気に...とのお題で、少し調べてみました。地方でうまくいっている政策は「保育所の待機をゼロ」「近隣の大都市のベッドタウンにして生活・交通環境を改善」「子育てが孤立しないように集まり、会話の場を設ける」「児童手当などの拡充で安心して子供を産めるように」ですが、さしたる産業・働き口もなく若く魅力的な男女が東京周辺に吸い寄せられていく秋田県の現状で参考になるものはありません。

ロシアのウクライナ侵略でメディアの第一報は「ガソリンが、小麦が値上がりして私たちの生活が...」で、国内で80年間も戦争のない状況はまさしく平和ボケで、自分たちの生活がこのまま続くはずだし、安全なところにおいてテレビで戦争を眺め、安心は政府の国民への絶対の義務で、日米安保条約でアメリカが日本国民のために血を流してくれるという「妄想」、コロナの死亡率が感染者1万人に7人（0.7%）で、しかも高齢など

重篤な基礎疾患を持つ方ばかりなのに不安をあまり、「10代の基礎疾患なしで初めての死亡者」を過剰報道してゼロリスク幻想に固執し、有名人の誹謗中傷に匿名で熱狂する状況は昔でいう一億総白痴化で、この状態はロシアや中国に戦争をしかけられ（ついでに北朝鮮から核ミサイルを撃ち込まれて）、どうみても頭が悪いとは思えない野党のいう「平和憲法があるからわが国は侵略されない」が音を立てて崩れ落ちるまで気がつかないのでしょうか。

しかし、第二次世界大戦から軍備も技術革新されて通常兵器ではなくサイバー戦や無人兵器へと戦争も様変わりするのではと思いましたが、まず対空網をたたき、制空権を確保して戦車、装甲車を先頭に、歩兵勢力で制圧・占領するといいわゆる陣取り（ゲームの大戦略を知っている人はわかる）戦争が全く変わっていないのは驚きでした。

秋田に配備されることになっていたイージスアショアが、撃ち落としたとしても破片で被害があるからなのか、あるいは性能に疑問があったのか、不適地だったのかは不明ですが、そもそも兵器に完全ではなく武器は基本「抑止力」として持ち、使わないのが原則です（だから戦艦大和・武蔵はほとんど出番がなかったのです）。反撃が厳しうなら攻撃を断念するのでアメリカは攻められないのです。

日本は、他国に侵略されても無抵抗で男性は強制労働か虐殺、女性は何をされてもいいと思うなら別ですが、安全保障は経済や（コロナはもちろん）医療よりもはるかに重要な問題になるでしょう。

侵略された場合、上陸地点になる日本海側の秋田は（新潟も）戦略上、重要な地域であり、防衛力の整備は必須です。改良版イージスアショアの配置、陸上自衛隊の増強で秋田県に若い

男性（もちろん前線には立たない女性も）を集め、港を整備して軍港化（旧軍の呉のような）し、湾内に多数の戦艦ではねらい撃ちされて目標になるので、核ミサイル搭載可能な潜水艦戦隊を常駐させ、反撃能力を保持すれば日本の安全に多大な寄与

が見込めると信じます。もちろん、平時は日本を守る中心の秋田が繁栄するのはいうまでもありません。戦争はあつてはならない、の願望はわかりますが、言葉だけのスローガンやデモ、妄想的楽観論だけで日本に明日があるはずはないのです。

『みんなの実家』の可能性

ハートインクリニック（潟上市）

佐々木 康雄

◆『みんなの実家』の始まり

佐々木 サンちゃんはおしとやか。額に刻印666（オーメン）のチコは遊びが激烈で…。

山崎 幼い動物はよく遊ぶね。でも年を取るとあまり動かなくなる。動物と違って人は色々。門脇社長みたいに年を取ってますます活動的な人もいる。

こゆり 発達障害だからね。つ

いてゆくのが大変。気が付いたら私、宿屋の女将さんよ…。

佐々木 奥様を『みんなの実家』に巻き込んだ社長の名刺「首都圏秋田県人会副会長」とは？

門脇 青雲の志を胸に上京し、30代だった昭和60年代に都内のふるさと会に関わり、各市町村



おでこに666のチコと椿

や出身高別の団体による首都圏秋田県人会連合会にも携わって今も『ふるさと応援団』理事です。「絆を取り戻す」と空き家バンクで物件を探し、築26年の豪邸を上新城に見つけ即決、2019年9月に単身移住してきました。妻、猛反対…。

こゆり あきらめて1年後に東京から上新城へきたら、まあ、いいところですねえ。

佐々木 社長は住民から怪しい奴がきたと思われたでしょ？

門脇 すぐ集落を1戸ずつ訪ねて計画を説明しました。妻がいるとご近所は安心するし、いないと民泊はできない。

山崎 民宿と違い民泊の営業は



門脇夫妻とサンちゃん（チワワ4歳メス）

門脇成英氏 かどろきせい 紙風船の旧西木村出身。首都圏で働きながら那須高原に購入した別荘と東京神田の貸事務所を県人会のたまり場にするなど運営に奔走。定年を機に実家のない県人の拠点、地元住民との交流民泊施設『おーる秋田ふるさと館・みんなの実家・門脇家』開設。敷地1千坪に12基の設計が目玉を引く。ステージ、イベントホール、ピザ

窯、BBQ場、和洋8宿泊室あり、弁当持参でペットと遊びに来る子連れ夫婦や酒を友に執筆する爺さんがいる。正面時計台裏に建つビニールハウス『ジュータス』はイチゴ研究所。IT企業社長、某国大使館員、大学入らが秋田で世界一おいしいイチゴ生産を企む。門脇夫人のこゆりさんは西会津出身。山崎は施設の総務部長もどき。

年180日以上ダメ、客に料理提供ダメ、市街化調整区域で喫茶店ダメ、でも利用客激増。

◆コロナの影響

佐々木 某市の芸文協ではコロナで2年連続文化祭を中止したら加入60団体が36に減った。高齢の各団体は発表の場を失い、集まらないため疎遠になり、足腰が弱り寝込む人が増えた。

山崎 密を避ける工夫をして稽



正門（写っている時計5個のほか手前左右にも5個）

古だけでも続ければね。

こゆり お客さんの話でも町内会行事が減って会費ゼロとか、工夫もしないで祭り中止とか。

山崎 ワクチン辞退したのにヤッ君は説教がましいこともいわず一緒にテニスも酒もやるけど、コロナは人々を分断した。**こゆり** 集まらせない、遊ばせない、これ、感染より厄介。

門脇 そう、厄介なのが「何か

あったら誰が責任を取る」って足を引っ張る人。中止したら思考も停止ですよ。

佐々木 足引っ張りには「着想即実行、生じた問題を次々つぶす」というけど、秋篠宮悠仁さまは中学卒業作文で「コロナで行事の中止や変更もある中で、何ができるかを皆で話し合い工夫をした」と述べています。

山崎 えらい。集まるっていうのは何か魅力があるから。『みんなの実家』も旨い食べ物、飲み物があつて親しい人がいて…。

◆たまり場

佐々木 近くの外旭川地区再開発が話題ですが。

門脇 2階から市街が一望できる。北ICは徒歩10分、秋田厚生医療センターも近い。でも再開発と集落は関係ないね。

佐々木 大久保商店街に昔「人間を教わりに行くモッキリ屋」があつて、昼は女たちが井戸端会議、夕方は男らが一杯やりな

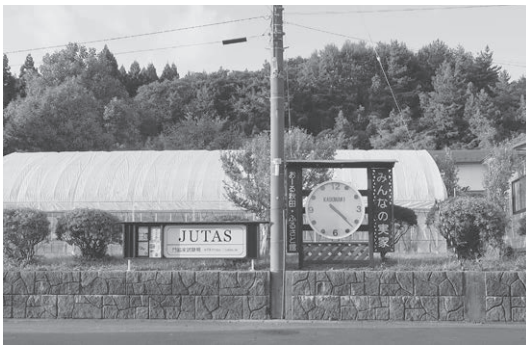
がら情報交換していた。コンビニはたまり場にならない。

門脇 うちもモッキリ屋で…。
山崎 市街化調整でダメ！

◆今後の展開

佐々木 ジュウタスの正体は？

こゆり イチゴを信じて世話に励んでいますよ。他のお客さんたちもテニス、バドミントン、バレエ、登山、絵の教室、お稽古の発表会や講演会など活発です。パーティも多いわね。



イチゴ研究所『ジュウタス』

山崎 ついに散骨墓地とか前方後円墳とかいう人まで現れた。

佐々木 私の実家の菩提寺では無縁仏になるのが心配な方のために観音像を建立しました。

山崎 全宗教OK、みんなのお墓、墓仕舞いよりいい。墓友が拜んでくれたら嬉しいな。というこで裏の山林を調査中。

門脇 夫と同じ墓は嫌だと遺言した女性、「霊園の隣の区画を妻が買い」という川柳もある。

佐々木 テニスでペアは組みたくないけど、散骨の原っぱは同じでいいとか。

山崎 俺のことか？

こゆり 枯木も山の賑わい、お骨になつても賑わえはいいね。

門脇 太平山は登山道が色々あるがみな頂上に集まる。人生色々、最後はみんなのお墓？

佐々木 オランダの歴史学者ホイジンガは『ホモ・ルーデンス』で文化は遊びからと述べています。子供は一緒に遊んでいる間は友だち、遊ばなく

なると友だちでない。春爛漫。私たちが「集う・遊ぶ」に励んで楽しい暮らしと豊かな終末を目指しますか。謝々。



山崎総務部長（左）と太平山にて

○利用料金

素泊り 3500円

休憩 1室 500円

イベントスペース

1000円（約30人）

○連絡

090-2660-2000

○FAX

018-853-0908

会長レター 22



こどもたち



佐々木医院（潟上市）

佐々木 範明

昭和48年や平成18年の豪雪ほどではありませんが、今年の冬は沿岸部の潟上市としては雪の多い冬だったと思います。庭の木々は雪の重みで随分と傷みましました。早く手入れをしてあげたいのですが、相変わらずコロナ対応に追われ、思うように時間が取れず、もどかしい限りです。当地区のコロナ集団接種事業も6月末で終了です。添付した写真は深い雪の中から春の訪れとともに顔を出した庭のバイオリン天使の石像です。いつもは雪が深くなる前に取り込むのですが、今年はそれもできず春まで雪に埋まったままでした。汚れ



雪に埋もれたバイオリンの天使

旧昭和町の頃に、町議会議員との懇談会で、「先生はこの街が発展して活性化するには何が必要だと思えますか？」と聞かれたことがあります。唐突に質問され窮してしまい、逆に「街が発展するとか活性化したというのはどのように評価するのでしょうか？」人口増加ですか？」というような質問で返した記憶があります。人口だけが増えてもベッドタウンが広がっただけであれば、それは活気のない寂しい街のような気がします。では、何があれば活性化していると言えるのでしょうか。ひとつの指標

は子供が元気な街、それは賑やかで活力のある街のような気がします。子供の数が多くなくとも、子供たちが健康やかで、自分の街に親しみを感じ、誇りを持ち、そして街を離れたとき、「帰りたいなあ」と思える街は活性化されている街ではないの

でしょうか。

今、毎日のようにウクライナの惨状が報道されています。耳目を覆いたくなるような報道がたくさんあります。特に子供たちが戦火に巻き込まれ傷つき涙している姿は見ていて本当に辛い。3月25日の秋田さきがけにある元住職の特別寄稿が載っていました。「1人の子供の涙は、人類全ての悲しみより重い」。これは皮肉なことにロシアの文豪ドストエフスキーの言葉ですが、これを引用して涙を流して故郷を追われる子供たちの悲しみ、そして大国のエゴの前に何もしてやれない大人達の無念さを綴っていました。

子供たちが元気に過ごせるようにしてあげるために、医療の領域で我々にできることは、例えば「健康かたがみ21」（潟上市のHPに載っています）など市町村の健康計画事業に興味を持ち、積極的に参加、意見して

いくことかと思えます。全く持つて凡庸な意見で私の勝手な想像でしかありませんが、健やかに育った子供たちが自己鍛錬の旅に出て、いつの日か、サケが生まれた川に戻ってくるように故郷の街に帰ってきてくれたらこんなに嬉しいことはないと思います。

さて当家の2歳のケンシンですが、冬の間、雪遊びが大好きでいつも外にいたので寒さに負けないようにたくさん食べさせたらコロコロになってしまいました。夏までにムキムキに戻るよう、運動とダイエットです。



ケンシン君

この度、平成13年7月より20年あまり勤務した能代厚生医療センターから、令和3年10月1日付で当院へ異動致しました。機会を頂きましたので自己紹介させていただきます。

昭和62年3月に秋田大学を卒業し、当時は珍しかった総合診療形式の初期研修を2年間、奈良県の病院で経験しました。この経験が現在も大きな影響を及ぼしているのですが、一方、学生時代から「白血病の診療をしたい」という思いもあり、平成元年4月に秋田大学血液内科に入局しました。国立がんセンター研究所での研究や博士号も取得させていただきました。

入局から10年以上が経過した頃から、大学での経験を地域医

こんにちは。

湖東厚生病院（八郎潟町）
波多野 善 明

療に生かしてみたいと考えるようになり、平成13年7月、能代厚生医療センター血液腎臓内科に赴任しました。その医療圏は能代山本地区から青森県鰺ヶ沢市あたりの日本海沿岸地域にまで及んで非常に広く、多様な患者さんが来院されます。この地域に血液専門医は私だけで、地域医療に貢献できるのではないかと考えたからです。多くの患者さんの経験でき、修業を積むには十分な環境だったと思います。

同センターの20年で大きな経験になったのは、初期臨床研修プログラム責任者としての活動でした。医師「新臨床研修制度」の基準を満たした研修を行うには、臨床研修としてだけでなく

く病院機能としても充実させる必要があります、さらに医学生にアピールするだけの独自性のある研修を行うには「病院全体での取り組み」が必要です。同センターは本州日本海沿岸で最も北に位置する臨床研修基幹病院であり、この広範な地域の研修医育成を担っています。多くの皆さんからご支援を頂き、東北地方の大学はもちろん、九州大学、岡山大学、神戸大学、東京大学、自治医科大学など、東北以外の大学からも研修に来てくれました。彼らは研修を開始するまで秋田県と縁もゆかりもありませんでした。各地の合同病院説明会で出会い、より多くの経験ができるチャンス求めて能代での研修を選んできました。これは指導医、看護師、検査技師など多くの病院職員の協力なくしては成されなかったことであり、「病院全体での取り組み」の成果と実感しています。

孫が二人になり、私も年齢を重ねて少しずつ心境に変化が生

まれてきていました。これまで
遺伝子診断・治療など特に最先
端を走る血液内科と、医の原
点とも言える初期研修指導を同
時に、かつ濃厚に経験してきま
したが、血液内科に加えて「医
の原点」に更に注力してみたい
と思うようになったのです。そ
んな折に、より地域医療の要素
が多い「湖東厚生病院」のお話

をいただきました。湖東厚生病
院の患者さんは地元の患者さん
が多く、私も地域医療とそれを
支える総合診療・家庭医療の一
翼を担いたいと考え、異動を決
断しました。

時代と地域は当院に何を求め
ているのか考えながら、新たに
挑戦していこうと思います。

ふんふんコラム

疾病分類

秋田でもオミクロン株がなか
か減らない。10代、20代に多いこ
とから、営業制限を受けている飲
食店から恨み節も聞こえている。

行政が感染者数に過敏なのは新
型コロナが赤痢、コレラ、サース
などと同じ疾病分類2類だからで
ある。医師の間では早くから麻疹、
エイズ、インフルエンザなどと同
じ5類に格下げすべきという声が

あった。5類ならそう騒がなくて
済む。

昔、ある夜、米ニュージャージー
州で知人の車に同乗していたら赤
信号でもゆるゆる進む。驚く私に
彼は「夜6時〜朝6時の赤は一時
停止」と法が変わったという。信
号機ではなく法を変えて省エネ。
何と柔軟な…。

1日400名弱の感染者なのに
重症ゼロでは警戒心もゆるゆると
なる。経済も大事だ。反論もあろ
うが疾病分類の変更を急ぎたい。

(ふんふんがし)



石澤 暢浩 先生

副院長 整形外科

藤原記念病院 (潟上市)

ご指南役

質問

週2回のスポーツジムに
毎朝のウォーキングなど
色々な運動に励んでいる中
高年ですが、大雪の朝、「い
ざ、勝負!」と除雪を始めた
途端ギックリ腰をやってし
まいました。腰痛の予防と
療養のコツについて宜しく。

人類の悪友「腰痛」

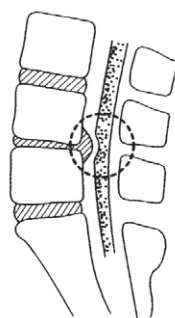
ワンポイント アドバイス ③1



おらほの先生から一言

全人類の7割はその一生のう
ちに腰痛を経験すると言われ
ています。そもそも、人類に腰
痛を生じるようになったのは、
350〜380万年前に4足歩
行から2足歩行になってからで
す。直立歩行をするようになり、
上肢が自由になって人類は道具
を使うようになりました。それ
に伴い知能を大いに発達させ、
脳ミソも大きく重くなりました。
その見返りに、直立歩行により
腰椎ヘルニアに代表される、腰
痛のリスクを負うことになりま
した。最近では犬などのペット
にも腰椎ヘルニアが発症してお
り、犬の生活様式とか、遺伝と
かが関与していると言われてお
ります。私的には、テレビでも
見るように、犬が立って歩く機
会が増えたせいではと勘ぐって
おります。

外来にも多くの患者さんが腰
痛を主訴に来院されます。「ギッ
クリ腰になっちゃって〜」と言
われてドクターも「ギックリ腰
ですね〜」と返し、「ではお薬



椎間板ヘルニア

軟骨が後方に突出し、神経を圧迫する病気です。

とシッパで経過を診ましよう」となります。しかし『それだけだば、おがでね、よくわがらね』『詳しく、話せ』とおっしゃる患者さんのために一言。急に腰が痛くなれば全部ギックリ腰です。ギックリ腰には、腰椎ヘルニア、腰椎椎間関節症、腰椎すべり症、筋・筋膜性腰痛、腰椎分離症、圧迫骨折、仙腸関節由来の痛み等、様々な病態が含まれています。

働き盛りの方に多くみられるのは腰椎ヘルニアで、中腰で作業をする方に多くみられます。腰の骨（椎体）と骨（椎体）の

間には、椎間板というクッションがあります。簡単に言えば、車のタイヤを横にして骨の間に入れたようなものです。タイヤのゴムに相当するのが、椎間板でいえば線維輪と言われるものです。椎間板の中には髄核というゼリーのようなものが入っており、これがタイヤでいえば空気に相当します。繰り返し、負荷が椎間板にかかる、線維輪に亀裂が入り、髄核が神経の走っている脊柱管というところに飛び出します。これが腰椎ヘルニアと呼ばれるものです。

腰椎ヘルニアの典型的な症状は、まず腰のだるい感じから腰痛を生じます。4〜7日後に腰痛がある程度軽快したと思うと、今度は下肢に痛みを生じます。実は、線維輪が劣化すると、線維輪の中に痛みを伝える神経線維が侵入してきます。この神経がちよつとした腰の動き（雪かき、中腰で物を持つ）で腰の痛みを伝えることになります。また椎間板内の圧力が高まり、こ

れも腰痛の原因となります。

このような状態が続いたのち髄核が線維輪を突き破って、脊柱管内に飛び出し、神経を圧迫し、足に痛みを生じることになります。髄核が出ることにより椎間板内の圧力は減少し、腰痛は軽快します。つまり、腰痛は軽快するものの今度は下肢痛を生じることになるわけです。この髄核というゼリーは炎症を引き起こすため、強い腰痛や下肢痛が生じるのです。炎症が痛みの原因なので、炎症を抑える飲み薬が効果を発揮します。薬の効果が十分でない場合にはブロック療法があります。かなりの効果は期待できますが、ブロックの出来る病院が限られていること、ブロック後に痛みが取れたからといって、すぐに仕事に復帰するとさらにヘルニアが大きくなって症状がかえって重くなる場合があるので、ドクターの指示に従いましょう。

次に手術の適応について。ヘルニアによる神経の圧迫が強

ざると神経麻痺を生じます。例えば、オシッコがでない、足が動かないという症状です。このような場合には早期の手術を必要としますので、総合病院の整形外科、または救急外来を受診してください。



背筋を鍛える



腹筋運動

最後に腰痛の予防です。基本は中腰にならないことですが、わかっちゃいるけどやめられないのが世の常で、介護職や土木関係、運送業の方はどうしても中腰にならざるを得ない場合があります。腰椎バンドがお勧めです。

腰椎バンドは固定する位置が重要で、骨盤を含めやや下目につけると良いでしょう。さらに、中年を過ぎると体脂肪が増え、逆に脊柱起立筋という上体を起こす筋肉が減ってきます。そのため、腰痛を回避するには筋力

訓練が必須です。写真に示すように腹筋の運動は、仰向けになり、頭を少し上げヘソを見るようにします。この姿勢を10秒維持します。頭を戻して5秒くらい休んだら、再度同じ動作を約30回繰り返します。背筋の運動

は、腹這いで頭を持ち上げ同じように10秒維持します。こちらも30回繰り返してください。次の機会に高齢者と成長期の腰痛についてお話ししたいと思います。かしこ（腰痛でお悩みのご婦人方へ）。

追悼 三浦 亮 先生

あきら



令和4年2月27日、秋田大学元学長で、潟上市の敬仁会所属だった三浦亮先生が亡くなりました。享年86歳。シテイホール広面で家族葬が営まれた。

先生は当医師会員として『おだいに』に何度か執筆され、101号掲載の『池田屋事件』が当会報では絶筆となっていました。無念でならない。

昔、当医師会勉強会でエイズのお話をなさった際、会員から「このままエイズが拡がったら人類は滅亡しませんか？」と質問があった。先生はあの温顔で「心配ありませんよ。どんな感染症でも必ずそれに強い人々がおりますから」と答えられ、会場に安堵の笑いが広がった。ご冥福をお祈りする。（編集長）



三浦亮先生の想い出

杉山病院（潟上市）

浅利 正雄

三浦亮先生が逝去されました。

秋田大学学長だった「偉い人」でしたが、男鹿潟上南秋医師会では一会員として生涯教育講座にも参加して下さいました。私も気安く話しかけることができました。キャリアが違いすぎて仕事の話はしませんでした。

ロシアのウクライナ侵攻など想像もできないその昔、「戦争はなくならないのでしょうか」

という私の問いに、先生は先人の意見も述べながら、「人間の尊厳を踏みにじられても無抵抗でいられるか。無理でしょうね」と答えて下さいました。

コロナ禍で2年近くも勉強会に参加できませんでした。最後にお会いした時の話は覚えていますが、80才を過ぎ、介助が必要とは思わなかったものの、今更誰か

に同伴してくれとも言にくいのです。先生は「今度、2週間ほど外国へ行くのです」とのこと。県外に行くのも億劫な私はその行動力にびっくりしましたが、その「ことば」には体力の自慢をしているわけではなく、むしろ少し不安そうに見えました。私は、むしろそういうところ

ろに感動したのです。

若い頃、偉い先生の講演で、人間の老化（精神）について「価値観が固定して頑固になる。典型的なのは医者である」という話がありました。

老いは避けられません。いろんな人に接して多様な価値観を経験することは大事だと身にし

みていますが、私は難聴もあって、今や図書館に通っても覚えることより、忘れることの方が多いこの頃です。

最近読んだエッセイの一節、「自分をつまらない人」と悟っている人が一番「えらい人」。子供に与えた教師のことばが少し分かるような気がしています。

追悼

三浦 亮先生

湖東厚生病院（八郎潟町）

中 鉢 明 彦



母が一人暮らしを続けている鳴子（宮城県大崎市）の実家に一泊して自宅に戻ってからメールを確認していると三浦亮先生の訃報が届いていました。御遺体が葬祭センターに安置されているとのこと、急いで最期のお別れの挨拶に伺いました。畳の上で安らかに眠る御遺体は生

前の先生そのままの穏やかな表情でした。先生に向かって奥様が、「中鉢先生がいまして下さいましたよ」と声を掛けられますと、思わず溢れ出る涙を堪えきれませんでした。

三浦亮先生は、私が秋田大学医学部卒業と同時に入局した第3内科の当時の教授であり、私

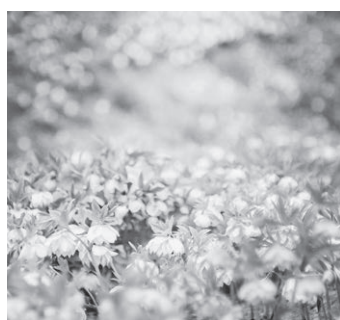
の最も敬愛する恩師です。明快で歯切れのよい講義は私たち学生の中で最も人気があり、私が第3内科への入局を決めたきっかけでもありました。入局後、医師としての臨床経験を積む中で先生からは、「担当する患者に対しては常に最善を尽すように」と折に触れて指導を受けました。亡くなられた患者さんの剖検（死体解剖）の承諾を頂けない状況が続いた時期、医局会の中で、先生としては珍しく決然とした語り口で「剖検を許可して頂けないということは、君たちの診療に家族の方々が納得

出来ない所があるからではないか。もう一度、自分たちの診療を振り返ってみて下さい」と話されました。私たちとしては一杯の医療を提供していたつもりでしたが、やはり診療の中で患者さんや家族の方に対する共感の情が薄らいでいた所があったのかも知れません。先生の一言により医局全体の中に微かな緊張感が戻ってきて、その後に剖検率が回復してきたことは今でも忘れられない記憶です。

先生は私の高校（宮城県仙台一高）の先輩でもありました。県内在住医師の同窓会（茶畑会）には入局後に毎年、参加させて貰いました。それは、教授と医局員という立場を離れて酒を酌み交わすことができる格別の機会でした。私が参加し始めた時は三浦先生の先輩や同年代の先生も多数おられました。高校時代の昔話から始まり文学や歴史、果ては代数学や物理学に至るまで同年代の碩学と楽しそうに酒を酌み交わす先生の姿

には、病院や医局で接する「教授」とは別の一面、いわば教養主義の最後の世代の雰囲気を感じられました。

三浦先生が秋田大学学長になられた頃には同世代の先生方の参加も随分と少なくなっていました。それでも先生は多忙の中にあっても欠かさず出席され、お互いの近況報告を楽しみにされていました。特に国立大学法人化を挟んだ時期の大学運営は、地方大学の将来を決定付ける重大な意義を孕む難しい課題でした。組織のトップである学長として陣頭指揮を執り続けるストレスは計り知れないものであったはずでした。茶畑会での気の



下浜珠林寺クリスマスローズ
(秋田市)

置けない同窓生との一時は、そうした時期のささやかな息抜きだったのかも知れません。とりわけ2007年のグローバルCOE (Center of excellence) の申請、そして文科省でのプレゼンは学長としての最後の大事な仕事でした。難関を見事くぐり抜けて採択された年の茶畑会で、その

苦労話を語る先生の表情には何とも言えない安堵と満足感が入り交じっていました。
三浦亮先生、先生から謹呈された2冊の著作、『忘れ得ぬ患者』『筆のすさび』を今、読み返しながら、先生の人間としての興行きの深さと真摯な姿を改めて思い起こしております。不

肖の弟子ではありませんでしたが、先生から薫陶を受けましたことが、私の医師としての歩みの大きな支えであったと、改めまして心より感謝申し上げます。三浦亮先生、今頃は天国で柴田昭先生、遠藤安行先生、秋濱哲雄先生と「海行かば」を心軽やかに四部合唱されていますでしょうか。



三浦亮先生のこと

大窪胃腸科内科医院 (五城目町)

大窪 天三幸

2月27日、元秋田大学学長三浦亮先生が逝去した。先生とは駅前の本屋で数回出会ったことがあるが、その都度気さくに「大窪君、元氣か」と声をかけてくれた。今回は私が知っている三浦先生のはんの一部の思い出を述べたいと思います。

昭和49年(1974)、私は秋

田大学医学部第一内科増田久之教授の教室に入局した。当時県立中央病院から移管した秋田大学医学部の第一内科に消化器内科と血液内科が一緒、医局も同じ部屋で、増田先生が教授、柴田昭先生が助教授(のち母校新潟大学の教授に就任)であった。どういうわけか消化器内科は

酒好きが多く、血液内科は格調高く、医局の机の中に、みなオーディオのセットを備えていてクラシックを聴きながら、顕微鏡を覗いていた。

血液内科の助手だった三浦先生と初めて話したのは、第一内科としての忘年会の幹事であり、向島偕先生と私も会場その他の打ち合わせに訪ねたときであった。先生の業績は分らないが、当時三浦先生は血液の電子顕微鏡に取り組んでいた。第三内科の教授となった柴田昭先生が、のち新潟大学に転任したのでトントン拍子に出世し、後任として

40代で三浦先生が教授になった。

話は飛ぶが、秋田大学の学長を辞め、潟上市の敬仁会の所属となられて、昨年7月20日発行の本会報101号『おだいに』に三浦先生が寄稿した文中に、かつて読んだ中里介山の未完の長編小説『大菩薩峠』の原文を確かめたとあった。私は映画『大菩薩峠』の机龍之介を三人の役者が演じたのを観たことがある。小説は文庫本で7巻まで読んだが、なんだか説教じみており、興味が湧かなくなり、あとは読んでいない。『大菩薩峠』の話是三浦先生から聞いたと思うのだが、残念なことをした。

『大菩薩峠』の映画について述べると、主人公の机龍之介を演じた東映の片岡千恵蔵、東宝の仲代達矢、大映の市川雷蔵の中でやはり片岡千恵蔵の迫力ある演技が好きであったが、小説に描かれた龍之介は少し優男かもしれない。市川雷蔵が一番似ているかもしれない。

また三浦先生はチェルノブイリ原子力発電爆発後の白血病患者にベラルーシを訪れたと記憶している。とにかく何かについて一生懸命な方で、先述したように秋田大学の学長にも就任している。

さてウクライナの原子力発電所を攻撃しているロシア軍のニュースを三浦先生が生きていたらどう言うだろうか。この戦争は何でもありだが、何のことは無い。プーチンが自分の政治生命維持のため始めてしまった戦争が数日のうち、戦争犯罪であることが分かり、今や自分の命が危ない。おびえて部下との会合にもかなりの距離を置いた席を陣取り、部下を寄せ付けないようにしている。最後は国際裁判か身内のクーデターで殺されるのか。過去の独裁者と同じ道をたどるだろう。ところで殺人鬼プーチンの親友の安倍晋三君はどうしたものかね。

今日の診察室から 52



おおし眼科
(潟上市)

大腰 雅俊

眼科医になって30年以上たちますが、当時からすれば現在では病気の診断や治療法はかなり進歩しています。例えば糖尿病性網膜症、網膜静脈閉塞症、加齢性黄斑変性症などの病気にともなう「黄斑浮腫」は眼科の日常臨床でもよく経験し、視力低下や、果ては失明にまで至ることのある症状です。

これまでは直像鏡といって、患者さんの顔に近づいて眼底の一部をアップにしてみたり、接触型のミラーを眼に乗せてみたり、造影剤を血管注射して造影の有無や漏出を調べて診断した

りと患者さんの受ける負担も楽ではありませんでした。しかし最近では、光干渉断層撮影という眼底カメラで網膜厚を繰り返し定量的に測定することにより確実に診断能力が上がり、光干渉血管撮影で造影剤を用いなくても網膜の血流の有無や新生血管や動脈瘤が撮影できるようになりました。

治療に関しても、レーザー治療、硝子体手術などを駆使してなんとか病勢を抑えようとするも失明を免れないこともよく見受けられましたが、今では分子



桜に「止まれ」はよく似合う
(角館武家屋敷)

標的薬の一つである抗VEGF薬（血管内皮増殖因子阻害剤）が開発され、薬剤の定期的な眼内投与で劇的に症状改善が得られるようになりました。

しかし、医療が進歩するのは喜ばしい限りですが、医療器械や新しい薬剤は非常に高価で誰でもホイホイと手に入れることはできないのが現状です。医療器械は1千万円を超えることは

ザラだし、薬剤の価格は高く、すべての人が継続して治療を続けられないことが問題となっています。ちなみに抗VEGF薬は薬剤価格が約15万円（保険診療なのでそのうち1割〜3割負担）を導入期として1ヵ月おきに3回投与し、その後は再発したら再投与や、再発前に定期的に投与したりしていくなどの使い方が多いのです。眼科領域では他にもベータエッセツト病による

ぶどう膜炎や、視神経脊髄炎などに對しても、分子標的薬が開発されて確実に効果が上がっています、やはり非常に高価な

薬剤です。

今まで治せなかった病気が治療可能になることは大いに結構なことですが、価格はなんとかならないのでしょうか。薬剤適応の一部の疾患では後発医薬品（分子標的薬の場合、正確にはバイオシミラーというのですが）が使えるようになり価格が下がってきたので今後に期待しております。

さて、今回のリレーエッセイは、藤原記念病院外科の大塚直彦先生にお願いできますでしょうか。



一番乗り桜（大久保）

ナイトキャップ。

3月の夕日

たむら船越クリニック（男鹿市）

田村広美



に密かに思いを巡らしているのだろうか。僕は緩やかにハンドルに手を添え、車は唄うようなジャズピアノのサウンドにシンクロするようにカーブを抜けていく。

と、彼女はふいに眼を開ける。「あー、寝ちゃいそうだった」（いや、しっかりと大きめの寝息が聞こえてましたけど！）

夜の帳が落ちたばかりのハイウェイ。またたく街の灯を横目に流れるテールランプを追いかける。低めの音量で流れるオスカー・ピーターソン。助手席の彼女は軽く目を閉じている。これからのひととき

山の中の集落を過ぎ、前のトラックの煙を避けながら音量を上げる。確かに、オスカー・ピーターソンは流れているのだが、僕の手はデューゼル車。しかも雪の消えたデコボコの秋田自動車道にスタッドレスタイヤ。僕に似合うはずのおしゃれなジャズピアノは、おしゃれな音量ではほとんど聞こえない。助手席でひと眠りした（？）女房は、「シチュエーションはおしゃ

れっぱいけど、ちつともそういう雰囲気じゃないのよね」と笑う。

2時間前。最後のスタッフを送り出した後、「夕日を見に行こう」「えっ? うん」

出会ってから40年。たぶんADHDの診断基準の多くを満たす僕が、突然何かを言い出し、突然行動し始めることに彼女も今ではあまり驚かない。日が長くなった。仕事が終わると真つ暗だった季節は過ぎた。今日は午後から顔を出した太陽が今はちょっと紅くなりだいたい低い位置に來ている。急がなくては。BG MはDanger Zone。日が長くなったと言ってもまだまだ日没はすぐやって来る。間に合う場所は?

トム・クルーズのように(?)車を駆り雪の残る寒風山を駆け上る。子供の頃はここに鹿

がいた、などと思いながら展望

台へ。うちのクリニクの施工担当者が言っていた。「あの展望

台も、うちの会社が手掛けたんですよ」以来ちよつと親近感が

わいている。間に合った。太陽はいよいよ大きさを増し、紅く

なり、あつさりと消えていった。この時期の太陽は、つれない。

「どうする? クリニックに寄つて、自分の車で帰る?」「運転面

倒くさい。このまま乗つていく」夕食は、スペアリブとゴロゴ

ロ野菜のポトフワイン煮込み。僕はスイッチが入ると、急に気

合を入れて料理し始める。今回は今年2回目のスイッチが入

り、サンデマンのルビーポトをまるまる2本使つて3日前

から煮込んでみた。モルトは1974年のバンフ。だいたい前

に閉鎖した蒸留所。時を重ねたものが出せる柔らかな味がのど

を過ぎていく。ふと昔見た夕日

を思い出す。

萩城のはずれ指月山しづきやまの頂上に最後の砦、詰丸がある。観光客はいなくなった時刻だつ

た。そもそも山の上まで登つて来る人は少ない。僕は一人

で木立の間から日本海に沈む夕日を見ながらつぶやいた。

「高杉さん。あんたは日本をひっくり返して面白く生きた

つもりかもしれないけどさつさと死んじゃったよね。俺は

あんたよりずっと長生きして、ずっと面白い人生を生きる。

俺はあんたに負けないよ」

1985年3月末、萩城址の夕日。
(酔)

編集後記

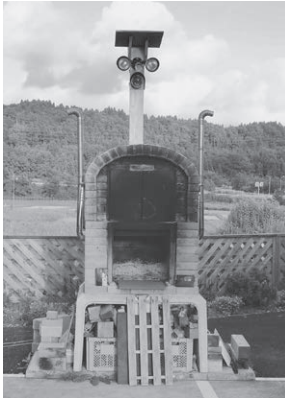


ムソルグスキーの名曲『展覧会の絵』の「キエフの大門」は「キエフの大門」となりそうなウクライナ。取り決めは守らず、ウソにウソを重ね、核は全人類を人質にできることを証明し、ロシア軍は容赦なく市民を殺傷、街を破壊し続けている▼破壊といえは今号のテーマ「地方活性化」。秋田厚生、雄勝厚生、北秋田市民など多数の大病院が中心部から辺縁に移転した結果、地域にドーナツ化など甚大な影響を与えた。小医は病を、中医は人を、大医は世を治すというが、駐車場や経営を優先してきた医療機関は病を治して地域を：▼大医の皆様から今号も多数の玉稿を賜った。しかも字数制限を守る方が多く編集には誠にありがたいことである▼県下の小中学校ではこの15年間で生徒数が半減した。地域の活性化には子供が一番と語る長谷川先生は、欧州などで既に導入している大胆な税制改革を提案する。三浦一樹先生が考察



聖ジャベリン
(ウクライナの聖女マグダラのマリアと
対戦車誘導ミサイル)

する多彩な「きく力」を国は今こそ發揮すべきであろう▼小玉雅直先生は、郡部では歩く人もいないと漏らした知事が目指す「健康寿命日本一」のために若い医師の力が必要だと強調する。今号唯一の非会員投稿に感謝▼まず自分が元気でないとお話にならないと、ひろ子先生はワクチン接種と自己活性化に励む▼平和への妄想的樂觀論を廃し、秋田港を軍港化して若い自衛隊員らでにぎわいをと叫ぶ肥田野先生。現実的なのか、妄想的なのか：切れ味は鋭い▼範明会長も「子供たちに鮭の遡上のように帰ってきて



ピザ窯の後ろは北IC
『みんなの実家』

ほしい」とつぶやく。そこで思い出すのが『大久保お祭り音頭』の4番だ。〽街をつらぬく奥羽線、ふるさと離れて武者修行、いつも帰って踊るのは、ああ、大久保音頭、ワッショイワッショイ〽▼新会員の波多野先生は多彩な経歴の持ち主である。学生や研修医の教育と診療を通して地域を刺激して頂きたい▼三浦亮先生の計報が届いたのは原稿募集開始後であった。それでも中鉢、浅利、大窪の各先生から追悼文を頂戴できたのは故人のご遺徳である▼石澤先生が平易に説明する人類と腐れ縁の腰痛、大腰先生が丁寧な眼科領域の最新知見にも感謝。高額薬剤は本当に何とかならないものか▼トリの田村ナイトキャップ。いつも怪しいまでの仲睦まじきご夫

妻に乾杯。ADHD（不注意多動癇）告白に編集子もドキッ。生涯教育講座はコロナ禍で足踏み、吉田記者は息抜き▼遠いウクライナとわが国との間にはプーチン帝国が寝そべり、海を挟む習近平帝国とロケットマン帝国もキナ臭い。

表紙説明

鳥海山と菜の花畑

大日向かなえ

（千葉克介写真教室）

2019年5月に撮影した鳥海山と菜の花畑です。

この年10回目を迎えた「鳥

海高原 菜の花まつ

り」では、屋台が出たりアーティストによるライブが開催されたりするなど、大いに盛り上がっていました。残念なが



大好きな団子髪のお姉さまに抱っこされてはにかむジオン君（土崎ベイパラ1階カフェラテはペットOK）

ら、連作による土壤障害が起こり、菜の花の栽培はこの年が最後となっています。

青空に映える鳥海山と菜の花の絶妙なコラボレーション。本当に息を呑むほど美しく、早く復活してほしいなと切に願っています。

105号発行予定の7月までにコロナも含め地球が穏やかになっていることを願う。最後に、座談会にご協力頂いた『みんなの実家』の皆様改めて感謝申し上げます。

（編集長・佐々木康雄）

お便りは 〒018-1401

潟上市昭和久保字町後173-42
ハートインクリニック 佐々木 康雄

医師会メールアドレス info@oknmed.jp