

男鹿潟上南秋 医師会報

79号

平成28年 1月30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 ☎ (018)878-6028 ㊟ (018)878-2517



目次

- | | | | |
|------------------------------------|----|----------------------------------|----|
| ● 初 夢 笹尾 知…………… | 2 | ● 自己紹介をかねて
ポップアップトースター 鶴木栄樹 … | 13 |
| ● 武士道 浅利正雄…………… | 3 | ● 生涯教育講座…………… | 14 |
| ● 眼科医が老眼になって 大腰雅俊…………… | 4 | 長田 乾 先生/島田 洋一 先生 | |
| ● サイバー攻撃をどう考えますか
大窪天三幸…………… | 5 | ● ワンポイントアドバイス⑫ 石井秀彦 先生 … | 16 |
| ● 面白きこともなき世を面白く 佐々木康雄…………… | 6 | ● ワンポイントアドバイス⑬ 佐藤友紀 先生 … | 18 |
| ● クリスマスのチキン 田村広美…………… | 7 | ● 私のおすすめの一品 佐々木康雄 …… | 20 |
| ● 痛 風 肥田野文夫…………… | 8 | ● 今日の診察室から㊹ 杉山 和…………… | 20 |
| ● 2015年男鹿潟上南秋医師会の忘年会
佐々木範明…………… | 9 | ● ふんふんコラム…………… | 21 |
| ● 医聖祭2016…………… | 12 | ● ナイトキャップ…………… | 22 |
| | | ● 編集後記…………… | 23 |
| | | ● 表紙説明…………… | 24 |



初夢

笹尾医院（五城目町）

笹尾

知

夢をみているのは殆ど暁方になってからで、所謂レム睡眠の時間帯の頃である。熟睡している時もみているかもしれないが脳波は平坦に近くなっているから脳は活動をやめ、夢はみていないと思われる。夜中に急に起こされても夢の記憶は残っていない。

初夢とは大晦日の晩に寝て元旦の暁方にみた夢ではなく、1月1日の晩に寝てみた夢を初夢というらしい。縁起が良い夢は一富士、二鷹、三なすびという。

富士や鷹は縁起が良い感じがするが、茄子がなぜ縁起が良いのかわからない。事が成る、成すからきたのではなからうか。これは私の推量です。或いはなにかの本で読んだ事が記憶の片隅に残っているのかもしれない。

大晦日の午後はいつものように床の間に神農さん、ヒポクラ

テス、ジェンナーの掛け軸をかけ、鏡餅、お神酒、灯明、コップに水、小皿に米と塩などを供え、年取りの支度をする。夕方になると、床の間、神棚、仏壇を札拝してお神酒を頂き、年取りのごちそうを食べる。これが医家としての我が家の習慣だ。昔は沢山の家族がいて十数人の大宴会だった。子供達はやせま・んこというお年玉をもらって、腹いっぱいごちそうを食べベラジオから流れる紅白歌合戦を聞いたものだ。

今では家内と娘だけが相手に、ひっそりしたものだ。酒がさめてくると五城目神明社の宮詣めのため出かけなければならない。厚着で着膨れしてふらふらと歩いて行く。誰も通らぬ深夜の街を1人長靴で新雪を踏みしめながら歩く。午前0時を合図に初詣を始める。以前は数百人の参

拝者が行列を作っていたものだけれど最近は少なくなり若い人たちが多くなった。

札拝の作法など教えながら3時頃までつとめ、交替し家へ帰り、寒くて寝られないので入浴してから少し寝る。目覚めて顔を洗い9時からの歳旦祭に参列する。帰ると午後から兄弟縁者が集まって宴会をやり、酔いもさめないうちに寝てしまうので、初夢はみたことがないような気がする。どう考えても富士山や鷹、茄子の夢など縁がない。

或る有名な精神病医は夢が潜在意識の反映だとして、夢をみたときは目を覚ましてその夢の内容をノートに書き取って研究しろという。現在、統合失調症と呼ばれている疾患、以前は分裂病といわれていた。それ以前は破瓜病ともいった。破瓜期つまり20歳前後の若い頃発症しやすいから、そんな病名がつけられたのである。

精神分析学派は生後の精神的環境が、潜在意識に影響し発症すると考え、夢に現れた状況を分析することにより治療に結びつけていこうとした。この考え



は、この原稿をパソコンを動かしながら考えたことで、正しいかどうかは分からない。分析学派の先生に怒られるかもしれない。

しかし最近、脳の物質の代謝によりいろいろな病気、例えばアルツハイマー病などがひき起こされることを考えると、統合失調症も脳の中のなんらかの物質の変化によるものと考えてよいのかもしれない。最近ではいろいろな薬が開発され、治療に役立つようになってきた。薬と

いう物質により妄想や幻覚といった精神症状が抑えられるということは、そういった考えを裏付けることではないかと思う。

脳の働きはあまりにも不思議で、精神や感情、記憶などの働きは物質を超越したものでないかと考えられていたような気がする。しかしビッグバンによって宇宙が誕生、宇宙を漂っていた物質から地球が誕生し、人間が生まれたことを考えると、人間の精神活動も物質によるものと考えるのが分かりやすいのではなからうか。

既にコンピュータは記憶する力をもっているし、ロボットは人間と会話をし、囲碁将棋までできる。私のパソコンは操作を誤るとすぐひねくれて動かなくなってしまう、機嫌をとるのがたいへんだ。人間と同じようなものだ。

しかしコンピュータはまだ夢は見られない。記憶は正確だが人間の潜在意識のように修飾したり、無意識のうちに自分の都合の良いように忘れてしまったりすることもない。

この前私は夢で、ある人にお

金を貸していた。もう亡くなった人だけれど金額は2万円だった。そして自分の財布を見たら、お札がいっぱい入っていた。何十万もあったような気がした。普段はそんな大金を持ち歩くことはないの随分都合の良い夢だとおかしくなった。

また在る日は、なにか動物――恐らく猫だと思う――を蹴飛ばした夢を見た。そしたら実際に脚を動かして、そのはずみに（アッ、落ちる）と思ったけれど止めることができずにベッドから落ちてしまった。幸いどこも痛めなかったが、骨粗鬆症があれば大腿骨頸部骨折となり入院手術となっていたかもしれない。

よく見る夢はゴルフの夢である。ホールインワンの夢でも見ればいいのだけれど見たことがない。多いのはゴルフバッグが見つからなかったり、石ころだらけの所からボールを打ったりして球がどこに行ったか分からないというような夢だ。せめてバーデイをとって、ガッツポーズをする初夢を見たいところである。



武士道

浅利整形外科医院（八郎潟町）

浅利 正雄

昭和20年代、高校に入学した頃、「文明の発達は人間をしあわせにするか」と題する社会科の授業があった（記憶に間違いがなければ岡倉天心の著書）。まだ戦後の貧しい時代であったので、何を云うかと思っていた。

私の村には農繁期に休校となる4年制の県立定時制高校があった。それでも高校進学率は30%にはなっていなかった。

その後、朝鮮戦争やベトナム戦争による特需もあり、神武景気、天戸景気と好景気が続き、池田総理の所得倍増も実現した。高校進学率も大きく伸び、「15の春は泣かせない」という名言を吐いた知事も出た。

経済的にも教育的にも少しは良くなってきたこの頃、武士道だのサムライジャパンだのと云いたてる人が増えた。その精神とは、「うそ」をついて人をだま

さない、信頼を裏切らないことが最低の条件だろう。

鉄筋コンクリートの打ち込み不足・データのごまかし、我々医療界と関係が深い製薬会社でもうそがあった。

秋田県でも有機農業の問題が出た。TPPなど大変な時に農家の損失は大変なものだろう。その回復は至難のことと思う。

一度くずれた信頼は、元に戻らないかもしれない。テレビでは社長や責任者が深々と頭を下げる光景が繰り返される。

今、彼らが話すべきなのは、何故こういうことをやらざるを得なかったのか、こうならないようにどうすべきだったか、ということ、正直に説明して再発を防ぐことが大事だと思う。



眼科医が老眼になって

おおし眼科（潟上市）

大腰雅俊

潟上市に眼科医院を開業させていただき今年の夏になると10年経ちます。近隣住民・関係者の皆様方のおかげで今まで何とかやってこれましたことを御礼申し上げます。

さて「十年一昔」という言葉があるとおり10年も経てば古くなるのは建物や機械だけでなく人も年をとってきます。機械は壊れたら新しいものに買い換えることができますが人はそうはいきません。松本零士のアニメ『銀河鉄道999』に、機械の体になれば永遠の命が得られるというのがありました。歳をとって体にガタが来だすと魅力を感じるこのごろです。アニメの話では死があるから生が尊いという趣旨なのでしょうが、老いの苦しみは少ないに越したことはありません。

本当に年をとるもので自分も

50歳を過ぎたら白髪は目立ってきたし、趣味であるゴルフの飛距離も出なくなってきた気がします。それでも向きになって飛ばそうと無理をしてクラブを振り回すため肘や腰に負担がかかって痛みが出るとますますがつかりしてしまいます。機械の体でババ・ワトソン並みの350ヤードショットがいつでも曲がらず打て、ミスが全くおこらなかつたら逆にゴルフはつまらなくなってしまうかもしれません。

眼に関していえば、私はもともと近視が強く両眼とも-8.5D（ジオプター…屈折の単位）もある強度近視です。強度近視はそれだけで緑内障や網膜はく離、網脈絡膜萎縮などの発症リスクが高く、眼科専門で危険性を知っているからこそ人並み以上に将来の視力への不安、恐怖があ



ります。

幸い様々な検査機器が近くにあるのでたまにチェックすることが可能なのは役得ですが、最近のOCT（眼底3次元画像解析装置）で診ると網膜の厚さがやや薄いのをみてひやひやしています（強度近視なら多少薄いのは当たり前）。

自分の眼底は後極部なら眼底写真で診ることができそうですが、網膜はく離の原因に多い眼底周辺部は自分で自分を診ることができないためやはりちょっと心配です。

配です。

また、加齢現象である老眼は眼科医であろうと避けることはできません。昔はどんな小さなものでも近くならんでも見える自負がありました。最近では薬の説明書や契約事項などに書かれたびびり詰め込まれた小さな字は全く見る気が起きず老眼鏡使用が必須です。診療で涙点から通水検査をする際も涙点が見えにくく老眼鏡を使用する頻度が多くなってきました。

遠近両用コンタクトも試しましたが、満足度は個人差があるようで、私にとっては十分とはいえず、最近の診療中はクリックリーダーという首掛けの老眼鏡をネット購入し手放せなくなっています。

新春らしい話題をと原稿依頼を授かりましたがこれといった話題がなく、締切間際になってあわてて勝手な内容を書かせていただきました。乱筆・乱文で申し訳ありません。





サイバー攻撃を

どう考えますか

大窪胃腸科内科医院（五城目町）

大窪 天三幸

絶対大丈夫なマイナンバーを皆さんはどう考えますか。コンピュータの計算速度が毎秒京回（けい）の時代に、たかが12桁の個人番号が絶対盗まれないなどと平気で言っている政府のどこが信じられるでしょうか。「安全で安心」と宣伝する日本医師会の医師資格証ICカード作成に至っては、ここまで落ちたか、ですね。安倍総理は1億総活躍などと人を食った政策を新3本の矢の1つに掲げていますが、1億総痴呆政策の間違いではないでしょうか。新3本の矢は実は新3つの隠れ蓑であつたりして。

最近スカパーで『ファイブ・エス・テート／世界から狙われた男』という映画を見ました。ウイキリークスというサイトを創設しアメリカ・ホワイトハウスの機密情報をインターネットで盗んだジュリアン・アサンジと

いう人物を政府機関が追跡する内容ですが、なるほどね、こんなにもデータは盗まれ易いものなのかと再確認したのであります。いくらセキュリティがしっかりしているといってもアメリカのペンタゴンの機密資料が漏れる時代に、何を語っているんだということです。

数年前に世界ハッカー大会の模様が報道されました。普通の人間が考えたことは、もともと優秀な人間が腐るほどいるのですから解読されないわけではないじやありませんか。日本の真珠湾攻撃の暗号がアメリカに筒抜けであつたことの反省が全くありません。もともとそれは百も承知で天下りの管理組織を作つて官僚を守ろうつていうことですから、抜け目がないというか呆れますよね。

また安倍首相は、平成28年1

月7日の参議院で憲法改正の質疑でどの部分を変えるのかと質問され、それは国民の議論の中で生まれてくると、逃げた。この間、憲法改正に反対し、国会周辺で起きたデモをどう思っているのでしょうか。最近「オレオレ詐欺」を防ぐ機器を年寄りに配った県があるという。政府の詐欺公約にだまされない機器も国民に配布してほしいですね。年寄りには睡眠薬を飲んでテレビでニュースなんか観ないで7時から8時には寝ますから、この手の詐欺にはひっかかりやすいですよ。

こういう話はばかばかしいので、先日秋田駅前の書店で買った光文社新書の丸山宗利著『昆虫はすごい』という本の話をします。昆虫が幼虫、蛹、成虫と変化する過程の中で、きちんとその過程をたどるか否かで、完全変態、不完全変態、無変態というのがあるという。唐突な話だが、あの性格がご幼少のときから変わらないと思われる整形外科の浅利正雄先生は無変態、私（大窪）は中途半端にしか成長していない不完全変態、ハ

トインクリニクの佐々木康雄先生は色々人生経験も豊富で成長した完全変態というところでしょうか。ちよつとつまらない話でした。

この本の解説では、完全変態昆虫の生活史を要約すると、幼虫は餌を食べて大きくなるための期間、蛹は大きく変身するための期間、成虫は繁殖するための期間である。そしてヒトを含む生物の生きる目的の項に、個体とは遺伝子の乗り物であり、個体はその遺伝子を残すことを至上命題としている。無味乾燥なこの説明も生物を冷静に観察



飛ぶ人虫

するのには必要な知識と思っ
ていただきたいと述べている。

なるほど、こんな考え方も人
間様には必要だなとあらためて
感心した次第です。ちよつと遅
すぎたかな……。生物は生殖、繁
殖だけが目的で、ヒトもそんな
ものかと思うとなんかわびしい

気もしますが、冷静に考えると
そんなものなんでしょうね。

新年を迎え、また原点に返つ
て今年も診療に励みますか。最
初の題目からだいぶ外れました
が、私の人生も昆虫と大して変
わりませんね。皆様、今年も頑
張りましょう。

面白きこともなき世を面白く

ハートインククリニック（潟上市） 佐々木 康 雄

高杉晋作の辞世、面白きこと
もなき……を受け望東尼は、「住み
なすものは心なりけり」と詠ん
だ。人生、楽しく生きるも退屈
するも、モノの考え方次第。

昨年暮、魁新聞のフリーペー
パー・マリマリ『輝きの処方箋』
に「10時10分」と題して書いた。
運転免許更新時の認知症テスト
を心配する爺さんに「10時10分」
の時計を描かせたら、短針は9
時前、長針は15分とありえない
時刻。夫の運転が危ないので更
新に反対の奥さんには「たぶん

落ちます」と言ったが、爺さん
は家で1人猛特訓し、合格して
しまった話である。

高校時代の恩師から葉書が届
いた。「私は10時10分ではなく、
20分だったと思う。それで通つ
た」とある。10時10分は免許セ
ンターの独自案ではない。認知
症外来では普通に使われている。
恩師の記憶が正しければセンタ
ーが問題を変えたことになるが、
あいにく恩師と患者が試験を受
けた日は近かった。

新春につき唐突に話題を変え

る。欧米の街並みは、中心部に
教会の尖塔がそびえ、商店や住
居がその広場を取り囲む形が多
い。そこが住民のたまり場、街
の営みの中心である。だが住む
人が少なく生活のおいが無い
エリアなかいちなど秋田市中心
街は、私の高齢化脳のように空
洞化してきた。そこで道路、水
道などインフラ管理の面から都
市機能集約の話が出てくる。

学生時代に私がよく出入りし
ていた栃木の岡田商店はまだ土
間のままの古い店だ。夕方にな
ると近所の農家の人々が集まり、
「婆さん相手に飲んでもしかたあ
んめ」と尻上がりの栃木弁で缶
ビールやワンカップを傾ける。
男らには情報交換の、女性には
井戸端会議の場である。

ある日、町長選挙に誰か出そ
うという話になった。下野市に
合併となる前で、当時の町政に
不満を持つ彼らは代表を選ぶ。
「おれでいいんかい？」とビビる
農家の爺さんを、責任者はおれ
がやると言いつつへの書店社
長が励ます。とにかく選挙に打
って出た。選挙本部を商店に置
き、彼らは大いに演説をぶち、



表紙絵のトモコと（2015年6月 東京鮫洲での個展）

町はお祭り騒ぎとなった。

人口が減った街の様子は子供
が巣立った家庭に似ている。今
年の年賀状に、子らがいないく
なったら家の中が清々したとい
うのと、配偶者が亡くなった家
の中が広々として使いやすくな
ったというのがあった。ツバメ
はヒナが巣立つと親も引越す
が、人間はそうもいかない。

人口が減ると誰が困るか。か
つてフランスがナチスに占領さ
れた時、貨幣に刻印されていた
「自由・平等・友愛」は「労働・

家族・祖国」に変えられた。家庭は兵力供給と生産の場というのがナチスの発想だった。

商売人も医療機関もその他も人口減を嘆いても始まらない。原因とか対策とか交通の便・不便も関係ない。晋作や岡田商店のように、「面白きこともなき人口減の世を面白く」、我々も「住なすものは心なりけり」で今年も行きたい。なかいちもこの気合がなければまいちだ。



冬の枯れすすき（八郎湖岸）

クリスマスのチキン

たむら船越クリニック（男鹿市）

田村 広美



クリスマスと言われても、子供達が皆県外に旅立ち2人だけ残った50代の夫婦にとっては全く普段と変わらない一日だ。特に華やかな気分も特別な日という感じもなく、いつもと同じ空気で過ごす一日。

スタッフが帰り1人カルテ整理をしていたが、やっぱりいつものようにイヤになり、あと少しというところで、いつものように「あとは明日」と車に乗り込んだ。今年は温かいとはいえず、さすがに夜は冷える。でもヒーターを強めにすれば幌の車だっ

て快適だ（と思っているのは家族で僕だけかもしれないが）。カララジオがあんまり「今日はクリスマス：」を繰り返したからだろう。20時46分、真つ暗な海を右手に走っていたら突然チキンが食べたくなった。

ケンタッキー寄るか。でもCMでやってたモスバーガーもアリだな。うーんどっちにする。でもやっぱりチキンはケンタッキーだな。「ケンタッキーって、たまーに急に食べたくなるよね」っていつか奥さんも言ってたし。

モスバーガーを素通りし、ケンタッキーショップの前まで来ると、あれ（？）店の中暗い。駐車場も誰もいない。閉まっている？ 反対車線側だしゆっくり確認できない！ 後ろ車来てる。あー通り過ぎちゃった。クリスマスにコンビニチキンもちよつとな。じゃあマクドナルドに寄ってみよう。ドライブスルーに並んだ数台の先客を横目に、車を駐車場に。おじさんはドライブスルーが嫌いだ。さわやかなアルバイト君がお出迎え、「えーと持ち帰りで？」ファースト

フード店で注文するときは何となく緊張するおじさんは僕だけだろうか？ てきぱきと注文しなきゃいけないような義務感にかられて、メニュー見ながらぼんやり考えていちゃいけない感じがして…。あれ？ 無い！ チキンが無い。当然何かクリスマスメニューのチキンがあるだろうと思っていたのに、無い！ 満面の笑みで注文を待つアルバイト君を前に何も買わない勇気はなく、寂しくポテトとチキンナゲットを買って店を出た。

なんでモスにしなかったんだ



ろう。何でマックで「じゃあ、いいです」って言えなかったんだろ。ポテトの匂いに満たされていく車の中で急速にチキン心がしぼんでいき、何とも言えない挫折感を抱え、傷心の帰宅。お土産と言って力なくポテトとナゲットを差し出す。

「どうしたの?」「いや、実はチキンを買おうと思ったら……」あのね、この間買った鶏もも肉が1枚余ってたんだよね。とりあえず焼いてあるよ」

塩コショウで焼いたチキンがローズマリーをお供に皿に載っていた。

そうか。じゃあ、しょうがないな。今日は飲まないつもりだったんだけどな。スパークリングワインをあけ、奥さんは桃ジュースのスパークリングワイン割、グラス半分で眠いと言ってソファでころがっている。僕は残りを1人でチキンとともに片付け。うーんやつぱりメはモルトだな。とっておきのブローラを1杯。クリスマス：悪くない。



痛風

杉山病院（潟上市）

肥田野 文夫

「痛タタタタタ!」20年以上前から高尿酸血症で痛風発症の危険性は承知していましたが生成

阻害薬・排泄促進薬とも腹痛、吐き気の副作用が出て2週間で止めてしまったことがあります。数値が高くても症状が現れるとは限らないと高を括って、

また近藤誠先生（患者よ、がんばると闘うな）などの著者の信奉者なので自分を含めた医療に強い不信感があり、「大切な人のために早期検診を受けましょう」や「インフルエンザはワクチンの型が外れても接種を受けていれば症状は軽くなる」、「お父さん、眠れてる?」「うつ」かと思ったら専門医へ」などはすべて眉つばで、医者・薬屋さんの利益にはなっても患者様には「?」だと思っていて、基本的に抗生物質と外科手術その他少ししか信用せず、病院の定期健康

診断も受けておりません。

半年位前から原因不明の関節痛が襲い、頸部痛と左手のしびれも気になって脳研を受診してとりあえずCTで異常なし、そのままにしているうちに膝関節、踝が発赤・腫脹し疼痛が少しず

つひどくなつて何日かごとに場所を変えて移動します。時々歩けなくなり、美形職員から心因性あるいは仮病を疑われたり、靴が履けなかったりで、不自由でした。そのうち階段を上れなくなりましたが、何とか足を引かずって辛さをこらえて生きていました。

ある夜痛みが激しくなり、大げさに言えば足の甲が1・5倍に膨れ上がり触れると死にそうになりました。数日前に痛風発作と気づいたため治療薬を使い尿酸の濃度が急に下がって結晶が析出したらしいのです。動か

ずにいるとそれほど感じないのですが寝返りで飛び上がり（上がれませんが）、ほぼ絶対に起立できないのです。健康な左足だけではすべてが無理で、段ボールに本を詰めて30cm程度の支えを作り、まず左手をついて左足を支点に体を半回転させ、うつぶせになって右足を使わずに何とか……というのが理屈通りに行かず患足をついてしまい、激痛のため転倒し努力と工夫も虚しく水泡に帰します。体内の尿酸を薄めねばならず大量の水を飲むと尿意で立位試行→激痛・転倒がさらに繰り返されます。悪戦苦闘の末起き上がれても二足歩行は無理なのでケンケンを試みますが振動が響き、杖をついても50cmの移動が不能になり、ついに病氣欠勤になりました（患者さんから、代わりの先生の方が優しくてずっと良かったと杉山病院が褒められたのは望外の収穫でした）。

ところが、その状態は「痛い!」に全神経・全生活が集中します。この年になると、後悔と怨念、妄想ばかりで、故郷の96才の父（認知症）の葬式はどうしよう、



痛風がまん風

母（92才、がん）はほっておいてるなあ、前職場の上司は保身と善人ぶってばかりで臆病で小心な情けない方だったな、だから長になれたんだな、病院を仕切っているつもりのお偉いさんとその取り巻き・腰巾着も本当に人間ってしょうがないな、自分もいい医者になるつもりだったのにすっかり年取って皺だらけのヤブになってもうダメだ、いいことなんて1つもなくて一瞬は夢見たけど本当に夢だったな…あととはとても書けないことばかりがエベレストのように積もって毎日毎夜悶々として生き永らえています、それがほとんど脳から消えるのです。なる

ほど「安心できる生活」など幻想で立錐の余地のない決死の船上や空襲の真つただ中での難民さんは不安・恐怖だけで頭がいっぱいで他のことは考えられないはずなのに、人道的な（笑）メディアが勝手に感涙ドラマを創作して「あつてはならないこと！」と演技で嘆息しているのがこんな時にわかります。なんだかんだ言ってもひもじくなく寒くなく痛くないから人生を悩むのです。どうせ年老いてもそうでなくてもいずれはお迎えが来てくれます。そんな体験を患者さんにも還元したいと思い、内科的検査を何度繰り返しても異常がないのに不定愁訴を延々とエンドレスで繰り返す方が50分を超えて話し続けたころ、にこやかに「痛風に罹れば治りますよ」と返すと、怪訝な顔をされて首を傾げながら帰られるのです。

2015年

男鹿潟上南秋医師会の忘年会

佐々木医院（潟上市） 佐々木 範明



11月27日、昨年と違って

いつもの通り（？）の大荒れの金曜日、当医師会忘年会が秋田駅前ホテルメトロポリタンで、19時から始まった。総勢13名というかつて無い参加者の少なさであったが、集った精鋭で円卓を囲い、神田医師会長の開会の挨拶のあと、笹尾先生の乾杯の音頭で開会した。

さて、今年もこの会のメインイベントは出席者のフリスピーチ。盛り上がりすぎて外野の野次が多く、ボイスレコーダーにお声がうまく録音されていない方もいらして、報告としては不満足ですが、楽しい雰囲気気が伝わってくれば幸いです。

（スピーチ順）

1、白山（藤原記念病院）

今年は病気で入院治療を受けた会員が多かった。医者は病にかかっても、休診するためピンチヒッターがなかなかいない。健康には気をつけて自分と医院を守っていきましょう。乳がんになったタレントさんのおかげで、乳がん検診は大盛況だった。医療の世界も芸能界の影響が強いもんだと感じた。



白山

2、下間（男鹿みなと市民病院）
自分の恩師が亡くなった。外科のオーベンだった。内科系の

病気だったので外科の自分は出番がなかった。オーベンだった人が亡くなる年齢になったのだと思う。男鹿みなと病院に元気な女性研修医がいる。乳腺外科医を目指していてやる気満々だが、暴走しないよう少しブレーキをかけながら、一緒に総合診療もやっている。



下 間

3、坪井〈男鹿みなと市民病院〉
満65歳になったので介護保険が第1号被保険者になった。保険料が天引きでなくなり支払いが面倒くさくなった。役人の仕事はなんでこんななのかと思う。これでマイナンバー制度が始まったらどうなってしまうのだろうか。いづどんな病気になっても介護保険の認定は受けられるようになったが、まだ受けなくてもいいように健康に気をつけて頑張るつもりである。



坪 井

4、千葉〈千葉内科医院〉
還暦の祝いを兼ねて中学の同窓会があった。男はハゲとデブばかり、女はババアばかり、名札を見ないと誰だか分からない。自分もそうなのだろう、びっくり、愕然とした。



千 葉

5、児玉〈児玉内科医院〉
私も還暦の祝いがあった。相変わらずテニスをやっている息子の「追っかけ」をしている。冬もインドアの大会がありまだオフにならない。明日、「皆で考える認知症」というタイトルで臨床内科医会の勉強会がありその幹事をしている。認知症の周

辺症状に対して投薬をどうするか、車の運転をどうさせるとか、身近な難題を気さくに話し合う会で、医者が認知症になったらどうする？ なんていう話もある。是非参加して下さい。



児玉 光

6、大窪〈大窪胃腸科内科医院〉
消化器病学会の講習会があった。明日から診療に役立つ話ということで演題がいくつかあったが、あつと驚くような話はないものである。その道のエキスパートの悩み事を話しているだけで、本当に目から鱗(うろこ)のような驚く話をする人はいないものだ。浅利先生くらいかな。



大 窪

7、笹尾〈笹尾医院〉

私が医者になったのは昭和35年なので、今はもう前世紀の遺物みたいなものだ。最近、臭覚がかなり鈍くなってきた。パーキンソン病の前兆かもしれないと思ったが、きっと、検案のやりすぎで、強い臭気を嗅ぎすぎたからだ。今年も50回くらい出務した。男のアル中、孤独死が多い。自分も気をつけて奥さんより早く逝くようにしなければと思う。



笹 尾

8、浅利〈浅利整形外科医院〉

(今日の出席者の少ないことに對して) 組織として集まることはノルマであるほどの責任がある。無関心であることは罪悪であり、集まらないことには始まらないのである。集まって人の話を聞き、自分の意見を言う、これが大事だ。私もあとそんなに長くないと思う。皆さんに言

いたいの、仲間を作らないといけないということです。



浅利

9、古谷へふるやファミリーク
リニック

この10年病気ばかりだったが、今年だけはほとんど病気にならなかった。でも、タバコはやめられないし、酒も飲んでる。健康に関しては全然切迫感がないので適当にやっている。



古谷

10、佐々木(康)へハートイン
クリニック

昨年は忘年会を前に肝臓を悪くして黄色くなった。今年5月に油断して吐血し赤くなった。入院中も考えることはこの会報

のことだった。男鹿の故鹿嶋先生の後を継いで編集長になり来年20年目になる。この会報は人気があつて発行1500部が完売する。投稿してくれると先生たちの良いPRになり、看板や広告より効果があると思う(ので奮って投稿して下さい)。来年80号が出るまで入院しないように気をつけたい。



集合写真

11、秋元(男鹿みなと市民病院)
男鹿の秋元です。大したこと



秋元

12、佐々木(範)へ佐々木医院

今年も幹事をしております。医者が病気になったら...という話が出ておりましたが、今年带状疱疹になった。被服部分ではなかったので、対応に苦慮した。痛みもそれなりにあつて、なるほどこれが疱疹痛というものかと体感した。疲れを溜めると良くないことを今更ながら身に染みました。



佐々木範明

13、神田(神田医院)

去年の忘年会からの1年間で7人の会員が入院し、延べ9回の入院だった。10人に1人が入院したことになる。幸い誰1人欠けることなく無事に退院できたが、来年は健康に気をつけて頑張らしよう。



神田

会の終わりに、当医師会の活動がこの忘年会だけでなく全般に低調だという話から、それでは来年の忘年会はROUND1(ラウンドワン)でボウリング大会をやり、向かいのこまち温泉で汗を流してから表彰式と忘年会はどうかという話が出ました。



医聖祭 2016..



笹尾家に代々伝わる掛け軸（左からヒポクラテス、神農、ジェンナー）



やっと3幅の掛け軸に2礼2拍手1礼



恒例の医歯薬3師会による医聖祭は1月9日土曜午後4時から五城目町「松竹」で始まった。しかし、先客の新年会がなかなか終わらず、しばらく待ちぼうけを食らわされ...



医聖祭は五城目の笹尾先生のお爺様が始めたといわれる（笹尾先生も神田先生も3代目）



米と塩を頂き



お神酒を召し上がる



挨拶する
神田仁医師会長



写真担当の児玉亮先生
（児玉歯科）に感謝



幹事の千葉裕一
先生に感謝



田口先生（左）は60回目の出席。
石井先生は男鹿南秋歯科医師会長



あなた方がおられるのだからコンパニオン
は別にねえ（左＝薬科の貝田先生）





*自己紹介をかねて

ポップアップトースター

湖東厚生病院（八郎潟町）

整形外科 鵜木 栄樹

初めまして。昨年4月より湖東厚生病院に勤務しております。突然、編集長から、自己紹介もかねてエッセイを、と依頼されました。随想ですので、最近のマイブームでも書こうかなと思います。

先日、某ショッピングモールの家電コーナーで、昔ながらのポップアップトースターを見かけ、懐かしさのあまりつい買ってしまった。今時はトースターといえば、オーブントースターを思い浮かべる人が多いと思いますが、確か80年代までは、焼き上がるとパンがポンと跳ね上がる、ポップアップ式のトースターが主流だったと思います。そういえば、アップル社のMacが一世風靡していた頃、そのスクリーンセーバーに、フライン

グトースターってありましたね。トースターに羽がついていて、パタパタ飛んでいく、あれです。みなさん覚えてらっしゃいますか？ あれは可愛らしかったですね。

オーブントースターは確かに便利です。パンだけでなく、お餅も焼けますし、パンの上に具材を乗せて、ピザ風に仕上げることもできます。オーブントースターが普及するのは当然の成り行きだったでしょう。

で、ポップアップ式のトースターが市場から姿を消したか（？）と思いきや、根強いファンがいるのか、生き残っておりました。私は、焼けたらポンと跳ね上がってくるのが好きで買ったのですが、どうも利点はそれだけでは無いようです。以下、

『特選街』（2009年10月号）、
「厳選！ 男の逸品館」からの引用です。

外はカリカリ、中はしっとりというのが、トーストの本来あるべき姿。しかし、こと我が国においては、そんな絶妙な焼き加減のトーストが少なくなりました。なぜか？ その原因の1つがオーブントースターの普及だ。パンだけでなく、ピザも餅も焼けるオーブントースターは確かに便利。しかし、その多機能ぶりが、トーストの仕上がりに対しては弱点をみせる。オーブントースターは、庫内全体を温める構造になっているので、トーストを焼くにも4～5分かかってしまう。その間にパンの水分が飛んでしまうのである。その点、食パンを焼くことだけに特化したトースターは、熱源を密着させて、2分程度で素早く焼き上げる。そのため、パン内部の水分を保ったまま、外側だけにきれいな焦げ目をつけることができるのだ（以下省略）――

なるほど、そういう訳でしたか。パンの焼き加減が違うので

すね？ さすが、プロのライター、すごく説得力のある解説です。で、実際、自宅のオーブントースターで焼いたものと比べてみましたが：残念、違いの分かる男ではありませんでした。何となくそういう感じもするな、くらい。でも、焼き上がるとポン、と跳ね上がるのが、何となくほっこりするというか、可愛らしいです。ただ、弱点がありまして……。2連のトースターを買ったのですが、構造上、内側の熱源が強くなるので、パンが両面均等に焼けないのです。今度は1枚焼き専用を買おうか！ などと思う今日この頃です。



トースター

『認知症の危険因子と認知予備能』

秋田県立脳血管研究センター
神経内科学研究部

部長 長田 乾先生

日時▼平成27年10月22日
場所▼ホテル大和

近年、高齢化が進むと同時に認知症に対するニーズが非常に高まっている。認知症の考え方というのはともすれば遺伝子とかアミロイドβという生化学的な話で片づけられやすいが、認知症になりやすさ、なりにくさというものがいくつかあるのでそれについて考えてみたい。

認知症の代表的な基礎疾患であるアルツハイマー病では脳にアミロイドβが溜まって脳萎縮が認められる。一方で、脳にアミロイドβが溜まっていても認知症を発症していない集団がい

る。このことから認知症の危険因子を抑制しているか、あるいは脳に対して保護的な作用に働いている何かが存在するのではないかと考えられている。

認知症の危険因子としては、遺伝子、背景因子、血管性危険因子、併存症危険因子の4種類があると考えられている。

遺伝子についてみるとアポリポ蛋白Eのε4という遺伝子が関与していることが知られているが、今のところ遺伝子に関しては介入することが出来ない。

背景因子についてみると、生

物学的な背景因子としては加齢が非常に大きな因子である。65才を過ぎると有病率が増え、75才以下では男性に多く、80才以上では女性に多い。また、意識障害を伴うような頭部外傷の既往があるとアルツハイマー病の発症が早まることが知られている。環境的因子では教育年数が短い、早くに退職し老年期に仕事をしていない、独り暮らし、知的好奇心が少ない、社交的な生活が不得意、外出の回数が少ない、運動不足や歩く速度が遅い、引き籠もりなどは認知症の促進因子と言われている。

逆に認知症のなりにくさ、認知予備能という面で考えると解剖学的予備能と経験による予備能がある。解剖学的予備能という点では、ある程度頭が大きくて、少し余裕があつてシナプスが詰まっている脳の方が認知症になりにくいのではないかと考えられている。経験による予備能という点では、教育歴が長いと脳に障害があつても臨床型としては持ちこたえる可能性が高いのではないかとされている。



阿仁スキー場

併存症危険因子についてみるとフレイルという言葉が今、非常に注目されている。体重が減って疲れやすくて低アルブミン血症で栄養が悪くて筋力が低下している人という。また、何らかの原因で筋肉が減少するサルコペニアという考え方がある。フレイルやサルコペニアでは認知症の発症が増加する。

血管性危険因子は脳血管性病変である。ラクナ梗塞とか今まで見えなかったような小さな脳

梗塞が存在するということが認知症のリスクを上げる。さらにその原因としては加齢、脳卒中の既往、高血圧、一型糖尿病、高脂血症、喫煙、運動不足、うつ血性心不全、メタボリックシンドローム、ストレスなどの動

脈硬化危険因子がある。

認知症の薬物治療には抗認知症薬があるが、抗認知症薬の効果が影響している可能性が高いのではないかとされている。

我々は加齢とともに認知機能

『RA（関節リウマチ）と骨粗鬆症』



秋田大学大学院医学系研究科
機能展開医学系 整形外科科学講座
教授 島 田 洋 一 先生

日時▼平成27年11月12日
場所▼ホテル大和

秋田県内のどここの地区でも最高のリウマチ治療が受けられる体制を作るため、2010年にAORA（Akita Orthopedic Group on Rheumatoid Arthritis）という整形外科医のグループを作った。現在、18の病院、12のクリニックの計30の整形外科の施設が参加している。そこではデータベースとして全例を登録

し、ネットワークでいつでも相談が出来る環境を作り、あらゆる薬物治療、リハビリテーション、手術など、リウマチのすべてに対応できる体制がここ2、3年の間にすべて完成した。2014年現在で約2000名のリウマチ患者さんが登録されている。

現在のリウマチのトータルマ

が落ちてくるが、それに対して促進する因子（遺伝子、加齢、性別、喫煙、血管性危険因子、頭部外傷、脳卒中の既往、フレイルやサルコペニア）と、それに対して維持する防御因子（知的活動、危険因子の管理、ライ

フスタイルの改善、運動、栄養改善、そして抗認知症薬）をうまくバランスをとることによって認知症の発症を遅らせたり進行を遅らせたりすることが出来るのではないかと考えている。

ネージメントで一番問題なのは実はリハビリテーションである。日本のリウマチのリハビリテーションは世界先進国に比べて非常に遅れている。リウマチ患者さんの6割はリハビリをしていない。その理由は、リウマチのリハビリに対する知識を有する医師が少ないからである。

リウマチでは高率に骨粗鬆症になる。その原因には、リウマチそのものの疾患特異的なものと、グルココルチコイドの投与や不動、高齢女性という年齢・性別の関与がある。現時点のリウマチ治療のキーポイントは骨粗鬆症の管理であると言える。

2015年のガイドラインではビスホスホネート製剤とデノスマブが骨粗鬆症治療に推奨さ

れているが、特にデノスマブは最近、非常に注目されている。

骨粗鬆症の薬物治療というのはだいたい4割から8割、椎体の骨折リスクを減らしてくれる。骨にはビタミンDが極めて重要だが、リウマチ患者さんではビタミンDが不足している。最近、ビタミンDは筋力増強、転倒予防に役立ち、生命予後を上げると言われているので、それを補充することも重要である。リウマチ患者さんが一旦骨折を生じると、さらに不動が悪化して生命予後に関わるので早期からの薬物治療が推奨される。

リウマチ患者さんで一番不動になる原因は背骨と下肢の病変である。リウマチで致命的な病変は相変わらず頸椎病変（延髄

を圧迫して呼吸停止を起こす
であるが、診断基準にないこと
とリウマチ内科医にとってなじ
みが少ないためにその重要性が
忘れられがちである。頸椎X線
の撮影が重要である。

生物学的製剤導入後、リウマ
チの脊椎手術数は減少している
が、高齢化によって腰椎手術が
増えている。頸椎病変も減って

いるが、垂直性脱臼まで行つて
しまうとどんなに生物学的製剤
をやっても軸椎下脱臼まで進行
してしまう。

リウマチに対する人工股関節
置換術の症例数は減少し手術時
の年齢は高齢化している。高度
変形例は減少している。

膝は人体の中で最大の荷重調
節をする。リウマチに対する人

工膝関節置換術は除痛に最もよ
い。若年者の手術適応は減少す
るが、高齢者の身体活動性の上
昇に伴い手術希望・適応症例は
拡大する可能性がある。

生物学的製剤導入後、人工股
関節、人工膝関節は減少してい
るが、足部手術は増加している。
創外固定併用足関節固定術は秋
田大学が今、日本一である。

リハビリや手術を駆使しなが
らリウマチ患者さんに生きる希
望を与えてあげることが大切で
ある。そのためには整形外科医
の役割が重要であると考えてい
る。薬物治療だけではまだまだ
勝てないのがリウマチの現状で
ある。

ご指南役



石井歯科クリニック（潟上市）
院長 石井 秀彦 先生
（男鹿市南秋田郡歯科医師会会長）

ワンポイント アドバイス⑫

おらほの先生から一言
（インプラント治療編）

質問

60代男性。長年の不摂生
がたたってついに義歯が必
要と言われました。最近、
インプラント治療の看板を
掲げる歯科医院が増えてい
ます。これはどんな治療な
のでしょうか。

答え

インプラントとは、体内に埋
め込む医療機器や材料の総称で
すが、歯科では歯が抜けた部分
のあごの骨に人工歯根を埋め込
んであごの骨と結合させ、それ
を土台に人工の歯を装着する一

連の治療法のことを言います。

歯科インプラントは一般的に
あごの骨に埋め込む歯根の部分
にあたる「フィクスチャー」（イ
ンプラント体、人工歯根）、粘膜
の上に出る「上部構造」（人工歯）、
そして2つをつなぐ「アバット
メント」と呼ばれる3つの部品
からできています。なかでもフ
ィクスチャーは骨となじんで結
合しやすい金属のチタンが使わ
れ、スクリュー形状をしていま
す（インプラントの図表（P17）
を参照してください）。

失った歯の治療法としては、
従来のブリッジと入れ歯、そし
てインプラントの3つの選択肢

があります。利点と留意点はP17
の表を参考にして下さい。

インプラント治療は外科処置
を伴うため、希望されたどなた
でも受けることが出来る治療法
ではありません。循環器疾患、
肝臓や腎臓の疾患、糖尿病や骨
粗しょう症の疾患がある場合に
は注意が必要です。服用されて
いる薬によってはインプラント
治療が適さないこともあります。
また、インプラント埋入予定部
位に十分な骨が存在しない場合
には、インプラント治療を行う
ことが困難になります。このよ
うに全身状態の検査と口の中の

十分な検査を受けて出来る事が確認されてからの治療となります。

以前にはインプラント治療を受けるのと第2の永久歯を得ることが出来るような錯覚を持たれましたが、3年ほど前に一部の問題事例に対するテレビ等の報道で、インプラント治療すべてに問題があるかのように誤って受け取られました。風評に惑わされることなく正しい知識を持って、主治医から十分な説明を受け、納得した上で治療を受けていただきたいと思います。

最後に、歯を失わないことが何よりも大切です。毎日の丁寧なブラッシングと歯科医院での定期健診を受けましょう。

【自己紹介】

当院は追分三叉路から男鹿方面に1キロ程入った潟上市天王長沼にあります。近くに医院が数軒あります。出身は盛岡市。盛岡一高から岩手医科大学歯学部に入學しました。学生時代はワンダーフォーゲル部で登山や里山歩きをしていました。卒後

	従来の治療方法		インプラント
	ブリッジ	入れ歯	
治療方法			 人口歯（上部構造） アバットメント インプラント体（フィクスチャー）
利点	・両隣の歯に固定するので、違和感が少ない ・保険を適用して治療することもできる ・自由診療で治療する場合には天然の歯とほとんど変わらない審美性	・ブリッジで対応できない大きな欠損でも処置できる ・比較的簡単な治療で済み、治療費も安い ・歯を削らないで作ることができる	・天然の歯と見劣りしない高い審美性 ・天然の歯と同様の感覚で噛め、違和感がほとんどない ・周囲の歯を傷つける心配がない ・あごの骨に力が加わるため、あごの骨がやせるのを防げる
留意点	・ブリッジを支えるため、健康な場合でも両隣の歯を削ることが必要 ・ブリッジと歯肉の間に食べ物が残り、不衛生になりやすい ・支えになる歯に負担がかかるので、将来的にその歯を失う可能性もある ・大きな欠損では対応できないこともある	・取り外して手入れする手間がかかる ・バネによる隣の歯への負担が大きい ・食べ物がつまりやすく、口の中が不衛生になりやすい ・ガタつきや発音しづらいなどの違和感を感じやすい ・固い食べ物が噛みにくくなる場合がある	・少し難しい抜歯と同程度の手術が必要 ・保険が適用されないので入れ歯やブリッジに比べて治療費が高額 ・治療期間が長い ・診査の結果により、インプラント治療を施せない場合がある



石井歯科クリニック

大学院へ進み、口腔解剖学講座で歯の発生について研究し学位を授与されました。のち秋田市内で3年勤務し、平成4年に開業し現在に至っております。

趣味のマラソンは15年になり、昨年は5大会に出場しました。ハーフマラソンを2時間以内で走ることが目標です。昨年からは登山も再開し、男鹿真山、栗駒山、太平山に登りました。今年はマラソンと登山の両立でさらに忙しくなりそう（しようと

っている）です。

歯科医師歴30年ですが、最初の10年は一般の歯科治療、次の10年は矯正治療、その次はインプラント治療、そして現在は摂食嚥下に関して重点的に研鑽しています。これまでは歯科医院に通院できる健康な方を治療してきましたが、今後は飲み込みが困難な方や通院できない方の支援に取り組みたいと考えています。

所属する学会は、日本口腔インプラント学会（専門医）、日本歯科放射線学会（優良医）、口腔医学学会（認定医）、一般臨床医矯正研究会などです。追分地区の幼稚園、保育園、小学校、中学校、高校の学校歯科医、潟上市南秋田郡学校保健会の理事を務めています。

平成27年4月に男鹿市・南秋田郡歯科医師会会長になりました。会員は30名で、研修会と総会、ゴルフコンペ、ドクター家族旅行、年4回の研修会と役員会、学術講演会と新年会、県歯科医師会との懇談会が当会の主な行事です。従来の事業を継承、

発展させながら医療や介護など他職種との連携、公的機関への提言、地域住民への啓蒙強化、社会貢献できる環境整備に努め、特に在宅歯科医療と歯周疾患検診の推進、潟上市のフッ化物洗口の実施に重点的に取り組みたいと考えています。

虫歯や歯周病、義歯の不適合のために良く咬むことができない、あるいは口腔内が不衛生になっっている方は、低栄養から免疫力、活動量、筋肉量の低下、虚弱へと進んでしまったり、誤嚥性肺炎を引き起こしたりします。医師会の先生方にはぜひ歯科医師の診察を受けるよう指導をお願いします。

周術期（特に頭頸部や呼吸器、消化器の悪性腫瘍の手術、臓器移植や心臓血管手術、放射線治療や化学療法を行う際）に口腔機能の管理が行われると、口腔粘膜炎などが減り術後経過の改善に寄与できます。医師と歯科医師が連携して取り組むべき課題は多々あると思いますので、今後ともご指導ご鞭撻をよろしくお願いいたします。

**ワンポイント
アドバイス⑬**

おらほの先生から一言
（かかりつけ薬局について）

質問

『かかりつけ薬局』を持てといわれますが、祖母は複数の医療機関に通い、各々の門前薬局からもらった薬が大量になり困っています。何かいい方法はないですか。

ご指南役



佐藤薬局（八郎潟町）

佐藤 友紀 先生
〈秋田県薬剤師会常務理事〉

答え

20年程前から急速に進んできた医薬分業は、医師・歯科医師と薬剤師が各々の専門性を発揮

することで、医療の質の向上を図ろうとするものです。

最近耳にする『かかりつけ薬局』は、いろいろな病院を受診して処方された薬、市販薬やサプリメントなどに関し「一元的に管理」することで薬の飲み合わせや食物との食べ合わせによる作用（相互作用）をチェックしたり、服用している薬の副作用を早期に発見したりできると期待されています。

その他にも、それぞれの病院からもらった薬を用法1回分ずつにまとめること（一包化）も可能で、し、情報が一元化されることで健康相談にも適切な回答ができ、必要な時はしっかりとした情報を元に医師へ報告や提案することができそうです。

かかりつけ薬局の不便な点の1つは、処方された病院の近くでないと取り扱いがなく、薬の受け取りに時間がかかってしまう場合があることです。初めてのお薬に関してはどうしても時間がかかる可能性があります。お薬手帳を持参し、今まで服用している薬を事前に提示しておく、薬局も準備ができ、待ち

時間も短くなると思います。

お薬手帳は災害や緊急入院の際、「必要に応じて自分の薬に関するすべての情報を第三者に正確に伝える」ことができますのでうまく利用して下さい。

患者さんは調剤を受ける薬局を自由に選べます。かかりつけ薬局を選び、その中から、この人に任せたいという薬剤師を見つけると良いですね。是非「かかりつけ薬局」、「かかりつけ薬剤師」を持つて下さい。

【自己紹介】

生まれも育ちも八郎潟町。私は八郎潟LOVEの薬剤師です。東北薬科大学では薬剤師資格を取得するため勉強も遊びも全力投球で生活してきました。薬剤師となつてから3年程仙台の薬局に勤務し、結婚を機に9年前秋田に戻り、現在「えきまえ佐藤薬局」で働いています。2年前に秋田市から八郎潟町に移り住み、現在は妻と1歳の息子、私になつかない犬と楽しく暮らしています。

趣味は、学生時代から行っているバスケットボールで、八郎

潟町のクラブチームに所属し、大会にも出場しています。さすがに年々体力の衰えを感じてきているところですが、まだまだ頑張ろうと思っています。

昨年、秋田県薬剤師会の常務理事に就き、総務、会計、組織強化委員長を務め、分らないことだらけの中で、やれることだけでも活動しています。

地域での活動としては、湖東3町商工会青年部の副部長として様々な行事に参加し、お祭り



いちやいち
一夜市の面々

での屋台出店や七夕の灯籠作りなど、仲間と共に精力的に活動しています。

地元では「プロジェクト8」という団体に所属し、夏は「一夜市」というイベント、冬はイルミネーションなどを開催し、地域の活性化や、地元に残る若い世代が八郎潟町を好きになることに繋がってくれば良いなと思います。昨年の一夜市では私が実行委員長を務めました。今年も続投の予定です。7月の一夜市へぜひ遊びに来て頂き、私の挨拶で囃んだ時には笑ってヤジを入れていただけたら幸いです。

このように楽しく生活しているせいか、秋田に戻ってから体重がかなり増えてきたことが最近の悩みです。医師会の先生方との交流は医聖祭くらいなので、もう2、3回交流できる場があればより良い地域医療が可能ではないかと考えています。

ダラダラと書いてしまいましたが、今回はこのような機会を頂きありがとうございます。今後もし指導ご鞭撻のほど宜しくお願いいたします。

私のおすすめの一品

LED照明 「CALM (カーム)」

ハートインクリニック (潟上市)

佐々木 康 雄

写真の「カーム」は、手のひらに乗る縦横6・5cmの木板型LED照明。1回の充電で1カ月はもつ充電式常夜灯で、コードレスだからどこにでも設置でき、懐中電灯にもなる。2015年度グッドデザイン賞を受賞した。

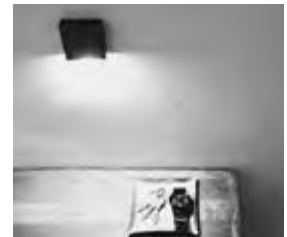
未来はないと数年で見切りをつけ、神奈川県で「進藤電気設計」を設立、木を使った新作のLED照明「ジワリ・ムーンライト」も2010年度グッドデザイン賞を受賞している。

3年前に帰郷した。そしてわが大久保上町の実家近くに工房を構えてくれた。絵に描いたようなUターン起業家である。生まれてくる子供の世話を両親に任せようという下心見え見えだったが町内住民は大歓迎し、桂三若の町内落語公演では彼を高座に上げ、今後の抱負を語らせてくれた。

最近、製品加工の発注を首都圏から県内企業に替え、共同で製品開発もしている。県内外の学校や大学、イベントに講師として招かれる機会も増え、師走には秋田市内の自治会長連合会



カーム



から30名が工房の視察に訪れるなど、親に言わせれば「忙しいのに儲からない」活動を展開している。

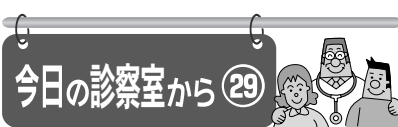
夫人は由利本荘市矢島出身。無謀にも見えた夫の独立騒動によく耐え得たのは、関ヶ原の戦いで四国から矢島へ国替えとなった生駒藩士の流れを汲むためか。工房1階のショールーム「ikka i (いっかい)」オープンの際は、町内にUターンママの純喫茶ができたこと住民を喜ばせた。だ



三若さん(左)と(2014年2月 大久保上町)

昨年の11月30日、漫画家の水木しげる氏が93歳で亡くなった。水木さん↓ゲゲゲの鬼太郎↓目玉おやじ↓患者Mさんと連想が進む。

Mさんは目玉おやじと暮らしていた。Mさんのプロフィール



が子育てが忙しい現状では週末の営業が限界らしい。

「カーム」は5200円とお手頃価格。結婚や叙勲など祝い事の引き出物にぴったりのおしゃれな逸品だ。聖書にもいわく「暗いと不平を云うよりも、すすんでカームを贈ろう」

をご紹介しよう。高卒後、設計事務所勤務していた30歳頃発症したらしい。精神科治療をし

ばらく受けた後、怠業していた。私との出会いは45歳頃だ。本人によれば「神のお告げ」に従って、隣家へ石を投げつけ、ガラスを割ったため、別居していた姉に苦情が入り、姉に伴われ私の外来を受診し、医療保護入院したことになる。

おとなしく礼儀正しい患者さんであったが、時に「神のお告げに従ったままで、変なことはしていない、〃きちがい〃ではない」と攻撃的になることがあった。しばらくして落ち着き、入院形態を任意入院に変更し、OT（作業療法）にも参加し退院を考える時期になったが、姉は「隣近所の人の目も厳しく、責任が持てない」と退院はおろか外泊さえ認めようとしなかったので、職員付き添いで自宅への外出を試みた。帰院時に様子を聞くと、「隣の人が、窓から自分の様子を覗いている」という。これはまた「注釈妄想」かと愕然としたが、付き添いの職員に確認すると、確かに隣家の人が、流し

（台所）のカーテンを一瞬開けてこちらの様子を覗いていたという。

その後、ようやく退院にこぎつけ、外来は定期的に通院、服薬をしていた。ある日の外来診察時、自分の額のあたりを指さし、「〃おやじ〃がここについていて、〃気〃を取るので気分が悪い」という。「目玉おやじ」ですか？」と聞くと「そうだ」という。「いろいろ指図する。若い美人の患者Yさんとセックスしろという。先生（私）ともセックスしろというので困っている」



田沢湖スキー場

という。私は一瞬ギョツとしたが、同時に、あんな若くて美人のYさんと同列に言われチョツと気を良くしたものだ。

ある2月の寒い日、「おやじがあまり〃気〃を取るもので、懲らしてやろう」と思っ^{からず}て空素沼に入^{つた}」との報告。すり鉢状で、死亡事故の多い危険な場所と記憶していたので、思わず、「そんな事をしたら〃きちがい〃だと思われる!!」と叫んでしまった。ハツと我に返り、恐る恐るMさんを見たら、「ンダすな、〃きちがい〃だと思われるスペナ」と静かに、目を伏せて座っていた。

その後、〃おやじ〃がだんだんMさんと仲良くするようになって、励ましたり、褒めたりするようになった。Mさんは70歳代後半で、胃癌で亡くなった。最近、〃きちがい〃などという言葉は偏見、差別語と言われ、抹殺されているが、Mさんと私の共有できる言葉であり、患者さんたちと分かり合える、共通語がどんどん減らされているのは悲しい事だと思う。

次号は編集長のお勧めに従い、小玉弘之先生にお願いします。

ふんふんコラム

〓 民意？ 〓

JR大久保駅が師走に新装開業した。住民の長年の悲願成就と報道されたが、ウソである。各町内で開かれた説明会では駅の東西を結ぶ連絡路新設が民意で、だが金がないと蹴られた。

秋田から能代まで主要駅で連絡路がないのは大久保駅くらいだ。昭和地区は線路の西側に人口が多く、乗客を送迎する車で駅そばの大久保踏み切りが毎朝混む。危険なため生徒の通学路から外されているくらいである。西口こそ町村合併前から住民の悲願だった。

新駅のトイレは立派になったが、切符売り場も待合室も旧駅舎に比べ超狭い。以前なかった階段を設け車いす用の広いスロープを造り、バリアフリー化と謳っているからいやになる。

と書いて初詣へ。おみくじは吉。「激情に身を任せてはいけません。情熱は冷めやすく、後に悔いが…心穏やかに日々を送れば不運を免れ…」白々しくもピカピカの新駅に敬意を表して謹賀新年。

（ふんころがし）



柴灯祭り

ナイト キャッツ

おじさん達の忘年会

午前中は晴れていたのに、午後から雪になり、夕方には吹雪になってきた。3ヵ月ぶりの外飲みなのに。今日はウイスキー飲みのおじさん仲間との忘年会だ。

7月から何となく右膝痛いな〜と思ってたが何とかテニスも出来ていた。8月になりいよいよ痛くなり、同級生の石澤先生に見てもらったら、触って2秒で「半月板断裂だな」という一言。そのあとMRIで確定診断。「やつぱりな。ほら、ここんとこ切れてるだろう」

膝のMRI画像なんて今まで何回見たことあるだろう。よくわからないまま「ああそうだね」と頷いておく。「お前も年なんだからさあ、いい加減年相応の動きにしろよ。テニスも張り切っちゃだめだよ。まず痩せろ」おいおい同級生だぜ。俺だけ年寄りってことはないだろう。と突っ込みたくなるがおとなしくし

てる。それでもなくても医者ってのは扱いにくい患者になりやすいんだから気をつけなくっちゃ。

その後、時々膝に注射してもらっていたが芳しくなく、痺れを切らして10月に手術してもらった。術後1週間で退院してきしたが、しつかり8週間は松葉杖生活。2週間前にやっと松葉杖を手放し、よろよろと歩いているが階段はまだ手すりが必要だ。

そんな状態で飲みに行くの？ 半ばあきれ顔の奥さんに見送られながら、ほんの数時間で冬景色となった街に出かけた。1次会は食事を兼ねてビール、清酒でまずは軽く…。

「今年のトップニュースは？」
「うちは京都に何回か遊びに行つたことかな」彼の娘は二人とも京都で学生生活をしている。「車で行くんだって？ 遠いだろう」「800kmくらいかな。慣れれば大したことないよ。4、5回行

ったかな」「タフだな〜」といったつ、そういえば僕は息子のとこまで500km何回か運転したな、と思う。

「我が家はやっぱりお兄ちゃんの就職かな」「あの〇〇君が銀行マンだもんな」小さいころから知っているだけに、他人の子ながらちよつと感慨深い。「岩手にいるんだっけ？ 秋田支店もあるんだろう」「ああ、でも将来的に秋田つてのは難しいんじゃないかな」どこも子供たちは秋田を離れていく。「田村のニュースは？」「俺のは何といつても人生初の入院・手術だけだ。田村家的には、息子の入学、次女の就職決定、お姉ちゃんの転勤なんかかな」みんな結局トップニュースは子供の話題だ。そしてそれぞれの仕事（みんな別々の仕事で自営業）の話。おじさんの人生は家族と仕事で出来てるんだな。そんなのさみしいと思う人もいるか

もしないけど、昭和のおじさんはそういうのを楽しみに生きている。

2次会は持参したモルトウイスキーの試飲会。1976

年のバンフ（1983年閉鎖）、

おじさん達が同級生だった高校生の頃に蒸留されたやつだ。

「うわ！ これ美味しいな」「な

んでこんなうまいのに閉鎖しちゃったんだろな」セント・マグダレン（1983年

閉鎖）「おつ、これは、度数（59・6度）の割に滑らかです

ーっと入っていくね。俺はこれが一番好きだな」グレンリ

ベット1966年「俺たち6

歳の頃の酒だぞ。すごいなウ

イスキーって。未来へつながる仕事なんだよな。この酒作

った人達もう生きてないかも

しれないんだな」

アラン17年、タリズカー24年、ボウモア28年…酒飲みの他愛もない会話が延々と続く。

昭和のおじさんは、仲間とうまい酒を飲むことも楽しみに生きている。昭和の奥さんはそれを知っているから、あきれ顔でも酒飲みの旦那を送りだす。

「あつ、もしも、家の鍵忘れて

て出てきちゃったんだけど」

「しょうがないなあ。じゃあ、

帰ってるとき電話して。あんまりとんでもない時間だったら鍵開けないからね。午前

3時なんてありえないから」

「いや、まあ前向きに善処する

けど。タクシー拾えないこともあるかもしれないし、道も凍ってタクシーもののろろ

運転かもしれないし…ね」

「もうすぐ家につくよ」

発信記録は2時28分だった。

〈酔〉



編集後記



いいかジョン、相手が望むような返事をするな、これが今年の目標だ：居候のチワワはコクンと領いたが、79号の記事には驚いた。編集部が望んだのは新春号らしい内容だったのに、小児科医の膝故障、外科医の帯状疱疹、眼科医の眼疾、精神科医の痛風や黄疸と病氣の話オンパレード。かがり火にじっくり焦がす慙愧かな師走の募集にこんな添え書きしたのが裏目に出たか▼しかし、最長老の笹尾先生は元旦を神社の宮詰めで元気に迎えられた。長生きによって高齢化する社会は人類の理想なのだが、高齢化対策などというから年寄りには肩身の狭い思いをする。最近、高齢者に運転免許証の返上を求める声が大きい。認知症と交通事故には本当に因果関係があるのか。いかがわしい風潮だ▼「集まって人の話を聞き、自分の意見を言う。仲間を

作らないといけない。無関心は罪悪。医師会も組織、集まらないとダメだ」という浅利先生のご指摘は忘年会の挨拶で異彩を放っていた。編集長の手前みそながら、この会報に投稿するのも「集まる」と同じ、医療機関には恰好のPR、看板や広告を出すより有効かつ安上がりとお思いついて頂きたい▼今号では歯科の石井先生、薬科の佐藤先生にワンポイントをお願いした。地域包括、医療連携、多職種協働と横断的な催しが多い中、医科との3師会交流は医聖祭だけ。これはもったいないと昨年の医聖祭でお2人と意気投合しこの企画となった。今後も会報で医歯薬の連携を深めたい▼会報をお届けしている介護認定審査会や商工会の職員から、「みんなでもいつも回し読みしています」という声を頂いた。また78号の介護座談会も「目からウロコ」と各方面に好評だった。八郎潟町異業種交流会からは、「下手な雑誌や新聞より面白い。ただ、表紙が『医師会報』なので一般

の人には堅いイメージなのである。は？」という意見を賜った▼そこで編集部は考えた。この際、思い切って会報に愛称をつけたらどうか。会員向けの閉鎖的の刊行物ではなく、医師会報としては全国的にもかなり珍しい一般開放である。愛称はこの特徴を際立たせるかもしれない▼県と「NPO浦城の歴史を伝える会」の共同主催で「あきた協働フェスタ2015」が昨年11月に八郎潟町で。三種町の地場産豚ベーコンでキノコを巻いた三種巻など起業の実践例、大潟村の水上スキー事業などが報告され会場は起業と創生で熱かった▼浅利先生の熱い武士道とは逆に、今年も大窪先生の蝶々は迷走しそう▼スキー場は雪も若者も少ない。中高年がゲレンデを賑わさない秋田の地方創生も溶解する。湖東病院の鶴木先生が光を当てたボツ



あきた協働フェスタ2015 in 八郎潟
(コーディネーターの太田良行氏はNPO矢島フォーラムの理事長)

ブアップトースターみたいにな、あるいは10年ぶり日本出身力士優勝の琴奨菊が得意とする「がぶり寄り」のように、次回80号は弾む内容で参りたい▼蛇足ながら、表紙のトモコは昔から口うるさいパリの絵描きおばさんで、説明文を読んで絵の依頼を少し後悔した。が、衷心より
Merci bien 感謝！

(編集長・佐々木康雄)

表紙写真

豊饒の海 Mer de cocagne

トモコ・K・オベール

(パリ在住/画家)

ミレー友好協会パリ本部事務局長)

昨年9月の新作。南ポーランドの古都クラクフ中央広場にある「ポーランド館」(秋にシヨパン・コンサートが1ヶ月間行なわれる由緒ある建物)で開催されたクラクフ作家協会の展覧会に、主催者代表で友人でもある画家エヴァから出品要請を受けて発表したものです。

テーマの「海」をピンクで表現したのは私だけで、インパクトが強かったため会場正面に飾られ、そのオープニングパーティでワインを飲んでいたら市長が近づいてきて、「私はあなた

の絵が好きです。このようなオリジナルな色彩は他に見られません」とウインクしてくれました。作品はその後、他の街に移動し展示されています。

ムシュ・ササキは40年ほど前、パリの私の家に居候していました。今回、クリスマス・新年カードを送ったところ、ぜひ会報の表紙にと請われ、快諾しました。夫のアンリと同じで、相変わらず手のかかるギャルソンです。



エヴァと筆者(左)の作品の前で

お便りは 〒018-1401

潟上市昭和太字保町後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