



あだいに☆

95号

令和2年1月25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 FAX(018)878-2517



目次

特集 ジ・ウンチ～糞便についてウンちく(瀧蓄)を傾ける～

- ・便秘 笹尾 知 … 2
- ・駆け出し介護老健施設長と「うんち」
小林政雄 … 3
- ・当施設での排泄に関する取り組みについて
介護課 鈴木健之 … 4
- ・THE Poo～う(ん)ちではこんなことをしています～
介護福祉士(佐藤輝子・鈴木純子・畠山淳) … 5
- ・排便人生～ウンチをめぐる～ 佐々木康雄 … 6
- ・排泄 肥田野文夫 … 7
- 会長レター⑬ 年の数だけ…。
佐々木範明 … 8

- 2019年 医師会忘年会 相澤 修 … 9
- 医聖祭2020 … 12
- 生涯教育講座 … 13
後藤 隆 先生/下斗米孝之 先生
- 新入会員 越川智康 … 16
- 私のおすすめ … 17
関 啓二/田村俊子/岩村文彦
- つまらない試合 浅利正雄 … 20
- 今日の診察室から④④ 三浦一樹 … 21
- ナイトキャップ … 22
- 編集後記 … 23
- 表紙説明 … 24

特集

ジ・ウンチ



「糞便について」

ウンちく(蒔蓄)を傾ける

徳川家康は「人の一生は重荷を負うて遠き道を行くが如し」と述べておりますが、重荷の一つが絶え間のない便の排泄。殊に齢を取って体が不自由になると便秘で悩む人が増えます。

そこで今回は「下の世話」対策でお悩みの介護施設職員から医師会員まで、ウンチにまつわるお話を語って頂きました。うんと(とても)役に立ちます！



便秘

笹尾医院 (五城目町)

笹尾 知

病気で長い間入院し安静にしている、たいていの人は便秘

になってしまふ。特別養護老人

ホームに入所している高齢の認

知症の方の多くも便秘のため何らかの下剤を服用している。その原因は運動不足だと思う。私

も最近便秘がちになってきた。

若い頃は目覚ましもないのに朝、定刻になるとパツと起き、

20分以内に歯を磨き髭をそって朝飯をかきこんでトイレに行き

学校へ行った。

医者になってからもそんな習

慣は変わらず、出勤前にトイレに行かない時は病院のトイレを使用していた。地方の病院に勤めていた時、よく病院の外來の職員用トイレを使った。明治時代に建てられた建物で、トイレの床は杉板張りだった。4畳半もありそうな広いトイレだった記憶がある。

子供の頃、旧満州の黒河という所に住んでいたことがある。冬になると零下30度の寒さにな

った。汲み取り式のトイレで大便をするとなちまち凍ってしま

い、だんだんうんこの氷柱が出来上がりお尻にくっつきそう

になる。すると満人の汲み取り人がやって来て、鉄棒で突いて

壊しスコップですくって荷馬車に積んで持って行った。凍った

うんこはちつとも臭くなかったが、飛び散ったかけらが春にな

ると溶けて猛烈に臭かった。

終戦の頃は南満の鉄嶺という街にいた。満鉄病院の杜宅は広

い家だったので北満から避難し



横手のかまくら (雪まつり)

て来た人達は何人も同居していた。トイレはたちまち満杯になったが汲み取りも来ないので、庭に穴を掘って板を渡し、周りをかこってトイレを作った。子供達には面白半分の経験だったけれど、女性にとっては大変だったと思う。

引き揚げて来た時、乗せられた船はISTというアメリカ軍の上陸船だった。戦車を載せて運ぶ船で、船首に大きな扉があり、砂浜にそのまま乗り上げて戦車を降ろす仕掛けだった。その船のトイレは甲板にあり、尻

の下は水路で、ポンプで汲み上げた海水が勢いよくうんこを流すのである。何人も尻を出して並んで用を足すことができた。男の兵隊達だけだからそれで十分だったのだろう。

船の中で伝染病が発生し、隔離のため一月近く佐世保の港に停泊し上陸できずにいた。食べ物が少なく腹が減って大変だった。五城目に着いた時は、子供達はあばら骨が見えるほど痩せてしまっていた。ろくにうんこも出なかったに違いない。

今テレビを見てみると、いつもおいしいと言いながら何か食べている。一方痩せるために食べた物を無理に吐き出す人もいる。変な時代だ。

生まれてから80数年がたち、1世紀近く生きているのだから時代が変わるのは仕方がない。私の父は明治32年の生まれだった。電燈も電話もなく、奥羽線もまだ走っていないかった。そんな時代からテレビの時代まで生

きたのだから、我々よりもっと時代の変化を感じていたかもしれない。

スマホがあれば現金はいらない時代が来るという。お金がいらず仮想通貨だけで用が足りる

という時代になりそうだけれど、我々が対応して行けるかどうか甚だ心許ない。大体この原稿を作成しているパソコンすらまともに操作できず、四苦八苦しているのだから。



駆け出し介護老健施設長 と「うんち」

介護老人保健施設 榮寿苑（八郎潟町）

小林 政雄

さて困った。「うんち」につ

いて一筆、との会報編集長からのご依頼。介護老健施設では日々「うんち」と格闘しているに違いない、とのご推察に基づくものと思われますが、正にその通りです。介護日誌を見る

と、寝たきりや高度認知症の人の定時や便臭時のオムツ交換、麻痺などのある人でのコール時支援、自力でトイレ可能な人でも失禁による介助要請、認知症

の人では時に弄（う）べん行為などもあり、これらの対応に職員は多大な労力を費やしています。今更ながら、入苑者のお尻環境を、昼夜を問わず、維持する介護職員に頭が下がります。

とは言え、循環器が専門の駆け出し施設長が書けることは乏しく、とりあえず、以前から気になっていた「弄（う）べん行為」をネットで検索してみました。認知症患者に見られることが多

く、自分の排泄した便を素手で弄（い）ったり、周囲に擦（こす）り付けた、時には口に持って行った、大切に保管するなどの行為。

原因は明らかでないが、排便感覚や認知機能の低下などから便を便と認識しない、加えてお尻の不快感除去のための不適切な行動、便との認識はあるが身体機能低下や羞恥心などのための不適切処理などが考えられ、介護者の大きな精神的負担になる場合がある。

対策として、排泄のリズムをとり、可能であればトイレ排便を試みる。また排便時の速やかなオムツ交換が重要で、失禁を含め排便およびその処理時の羞恥心には十分配慮する、とあります。当施設でも弄（う）べん行為のケースはあり、発見時は本人の清潔確保から始まり、着替えや寝具交換、場合によっては周辺清掃と一大事です。介護職員のマンパワーにも限界があり、止

むを得ずミトン型手袋や予防着の助けを借りるケースもあり、今後の課題と考えています。

平成30年施行の地域包括ケア強化法により、介護老健施設は在宅復帰と在宅療養支援のための施設と再定義されました。在宅療養の方向性は理解できますが、地域の現状との乖離も感じます。在宅生活のためには、医療的安定もさることながら、日常生活の維持、特にお尻環境の維持は重要です。

当施設の介護日誌内容を紹介するまでもなく、お尻環境の維持が老後の大きな問題になることは容易に想像されます。超高齢社会の中で、老老介護、一人暮らし、認知症は増加の一途であり、介護と医療の両者を必要とする人の支援確保は必須です。介護老健施設は、その際の安定した選択肢になり得ねばと今更ながら思っています。



当施設での排泄に関する 取り組みについて

介護老人保健施設 榮寿苑（八郎潟町）

介護課 鈴木健之

介護士から見た当施設の排便状況、主に便秘についてご紹介させていただきます。

当施設は定員100名で、平均年齢は約89歳、男女比はおおよそ1対6です。自然排便が3日以上ない場合を便秘としていますが、1日平均で約11名が便秘とされます。便秘の方の共通点として、ベッド上安静または寝たきりの状態、自立歩行が困難で車椅子を使用している場合が大半を占め、これらに伴う内臓機能の低下や排便に必要な筋力の低下が主な要因と推測されます。

当施設での便秘に対する取り組みとして、排便の正確な把握を基本と考え、排泄チェック表

を毎日作成し、排尿・排便の有無、量と性状、異常の有無に關し記録します。その日の各介護グループ担当者が排泄チェック表を確認し、記入漏れの有無、記入漏れの場合は排泄介助職員

への直接確認を行い、補完します。これに基づき、便秘者リストを看護師に報告し、看護師はリスト対象者を医師からの約束処方方に照らし合わせ、必要に応じて刺激性下剤や座薬を使用します。便秘時の臨時処方薬は午前中の定時排泄確認時に投与しますが、慢性的な便秘の方には医師が塩類下剤、刺激性下剤を定期処方しています。

また、便秘予防も含めた総合的な取り組みとして、栄養課で

は、腸内環境の改善のため、特定保健用食品の乳製品を週2回提供し、リハビリ課では、腹式呼吸や体幹ねじりなど腸への運動効果も期待できる体操を定期的に実施しています。さらに介護課では、立位保持が可能な方に制限されますが、毎食後にトイレ誘導と排泄介助を行い、可能な限り排泄意を回復、維持するよう努めています。

個々の入苑者に関する定期的なカンファレンスにおいては、排泄をはじめ様々な問題点の指摘やその対策が話し合わせ、各



阿仁の雪景色

部署が協力して問題解決できる体制を取っています。このためか、当施設ではほとんどの方が3日目での便秘解消に至っています。

今後、施設利用者の更なる高齢化が予想され、今回テーマの排泄も含めた多くの難問が出現

し、新たな対応や予防策が必要とされると思われます。そうした問題に対して私たちは個々で対応するのではなく、各部署で連携を取り合いONE TEAM（ワンチーム）として取り組んで、常に総合的な最善策を探し続けたいと思っています。

THE Poo

うんちではこんなことをしています

温泉シヨートステイ鵜の崎（男鹿市）

介護福祉士（佐藤輝子・鈴木純子・畠山淳）



佐藤 輝子



鈴木 純子



畠山 淳

当施設は鵜ノ崎海岸を見下ろす高台に位置する39床の施設です。

多忙な日々の業務の中で排泄介助は、ほんとうに大変な仕事

です。うんちに関する悩みは色々ありますが、その中でも利用者様と私たちの苦労は便秘です。高齢者は踏ん張る力が弱いので摘便が必要な程の硬いう

んちに悩まされています。利用者様の男女比は1対4。そのうち便秘に悩んでいる利用者様はおおよそ全体の50%で、男女比は1対7となっています。

便秘の原因は一般的に大腸の働きの低下、運動不足、水分摂取量の低下、ストレス、薬の副作用などが言われていますが、私たちはそのうちの3つ、大腸の働きの低下、運動不足、水分摂取量の低下に注目して対策を考えて行っています。

うんちが3日間ない利用者様に対して、浣腸や下剤、内服の使用により排便を促しています。これらの方法による効果は一時的なものです。また下剤使用の結果、下痢によって利用者様のお尻にかぶれができてしまったたり、下痢便の後始末も非常に手間がかかったりと、利用者様、介護職員の負担が増えてしまいます。そのため、施設全体として少しでも快適に過ごせるように、可能な限り利用者様

が自然排便できるようにと行っている当施設の取り組みを紹介します。

大腸の働きが低下している場合の対策ですが、腹部のマッサージを行っています。利用者様がトイレに座った時やベッドに横になった状態で、「の」の字を書くように、腸の動きの手助けをするようなイメージで行っています。これは、便意はあるがなかなかうんちが出ない利用者様に有効のように思われます。また、すぐそこまでうんちが来ているがなかなか出ない場合には、腹部マッサージで円を描くように肛門の周囲を押してあげると出やすくなるようです。

運動不足の対策では、午前中に集団で体操を行うほか、30分から1時間おきにその場で「立つ」ことをしています。これは利用者様が座りっぱなしにならないようにするためです。自分で立てる、又は介助があれば立

てる利用者様に対して、30秒間
みんなで大きな声で数を数えな
がら行っています。それに加え
て、下肢の浮腫の予防として踵
上げを10回行っています。

水分摂取量の低下についての
対策ですが、当施設では、起床
時、朝食時、10時、昼食時、15
時、夕食時と決まった時間に
200mlの水分補給を行ってい
ます。それ以外にも利用者様が
座るテーブルにポットを置き、
いつでも自由にお茶を飲めるよ
うにもしています。また、昼食
時には必ず、寒天を使用したデ
ザートをつけています。寒天に
は水分補給の面だけではなく、
腸内環境を整える水溶性食物繊
維と腸の動きを活発にしてくれ
る不溶性食物繊維を多く含んで
いるので、便秘予防にはもって
こいの食べ物です。

以上が、私たちが取り組んで
いる便秘対策ですが、これだけ
では十分とは言えないのが現状
です。介護職員の不足や利用者

様の介護度上昇による仕事の負
担増などのために、ただひたす
ら日常の業務に追われてしまっ

毎日ですが、そんな中でもでき
うる便秘対策をこれからも模索
していきたいと思っています。



排便人生

ウンチをめぐる

ハートインククリニック（湯上市）

佐々木 康雄

羽生結弦もザギトワも隣国の
金さん文さんも、そしてあなた
も私も80年間食いつけると排出
するウンチはおおよそ9トンであ
る。享年105才だった日野原
重明先生は10トンにもなっただ
ろうか。人の一生はまさにウン
チまみれといえる。

そのウンチは昭和中期まで大
切な畑の肥やしで、金肥と呼ば
れ売買する地方もあった。食
物が贅沢な家の糞尿は養分が高
いとされ値も張ったそうだが、
アイヌ民族が和式農耕になじめ
なかつたのは糞を扱うのを嫌っ

ためという。昔のパリでは各
家々が糞尿を街路へ捨てるため
花の都も臭く、不衛生で、逆に
糞尿を大切にした日本は清潔
だったといわれる。

そのウンチを餌にしているの
がフンコロガシだ。新鮮な糞の
臭いを嗅ぎつけ、糞を自分の体
の何倍もの球にし、逆立ち姿勢
で巣へ運ぶ。奈良公園はフンコ
ロガシのお陰で鹿の糞公害は少
なく、ウジ虫発生予防にも
なっているという。

わが家にチコなる1才のチワ
ワがいる。このお転婆の悪癖は



ウンチさえ食わなければ…

ウンチを食うことで、自分のハ
ウスに隠し持つことさえある。
体に悪いのではないかと娘が調
べたところ、糞は排泄後1時間
以内なら細菌の繁殖も少なく比
較的安全と判明し、家人も胸を
なでおろした。

平成10年ごろアルコール関連
障害学会で福島の猪苗代に出か
けた。明治末に有栖川威仁親王
が猪苗代湖畔に建てた優美な天
鏡閣を見学したらトイレにドア
がない。ルイ14世がパリ郊外に
建てたベルサイユ宮殿のトイレ
にもドアはなかった。排泄は他
人に見せたくない行為とされる

が、洋の東西を問わず超のつく貴人は例外らしい。

ところで、大腸内視鏡が登場した昭和50年代末、私は秋田大学第一内科研修医だった。ある日、指導医が内視鏡による大腸ポリープ切除を行った。切り取ったポリープを鉗子で掴み内視鏡と共に患者の尻から出す際、ポリープが鉗子から取れて消えた。彼は少しも慌てず「患者の便をバケツに溜めポリープを回収して検査科へ」と我々研修医に指示して去った。水で薄めた便をサラシ布で濾すこと1時間、遂に我々は小豆大のポリープを発見したのである。

湖東病院時代、便秘で腹が苦しいという中年の男性が受診した。すぐ手袋をした指を肛門に入れたら何か硬い物が触れる。不審に思い患者に問うも「痛い！」と悲鳴を上げるばかり。レントゲン撮影をしたら直腸肛門に白いギザギザがぎっしり詰まっている。彼は白状した。「鶏

の骨を犬に食わせると糞詰まりで死ぬと教わったが、まさか人間も同じだとは……」

このように幼い頃から臭い、汚いと怖がってきたウンチは胃腸科の医師になって身近になった。精神科に転身して遠のいた



排泄

杉山病院（潟上市）

肥田野 文夫

私は発育不良だったという話

はどこかに書きましたが、幼稚園がイヤで母が迎えに来るまで泣き続けており、スプーンすら使えず食べさせてもらい、外が怖いのでずっと母の背中にしがみつきの、園長先生から知恵遅れという評価を受け、排泄の自立も遅れ小学校低学年で体育館での映画鑑賞の時間中、暗がりでお漏らしして騒がれた経験が何

度もあつたが、老人施設の囑託になったらまたまた便秘対策に職員たちと頭を悩ます日々である。胃瘕や人工呼吸器のお世話になつても人は9トンに向かつてウンチを出し続けないといけない。面倒な一生である。

度もあります。

そんなわけで大事に育てられ過ぎて心身ともに極端にひ弱で、中学校の便所掃除ができず吐いてしまい、当然ですが「いじめ」の対象になり、休み時間に便所で殴られる、蹴られるので恐くて仕方ありませんでした。それでも、泣きながら便所掃除を続けるうちに何とか吐かずに擦れるようになりました。

今は、子供に汚いこと、嫌がることはさせるな、ストレスになつて学校嫌いになつたらどうするのだ！ という信じられないほど見当違いの甘やかしが蔓延し成長する機会をバカな大人が奪っています。

以前、療育センターで障害児に携わり（今は一切診ていない）、将来を考えると言葉よりも身辺自立の訓練が一番に必要なので、泣こうが喚こうが暴れようが反抗してわざとおしっこを漏らそうが、とにかく「座る」指導をし続けると少しずつ適応的になります。発達が遅れなどは年令が上がる其自然に成長して……とはならず、気持ちを尊重すればするほどわがままになりとても自己中な成人に育ちます。

排泄といえば官能小説の分野をなし、私の信奉する花房観音さんのデビュー作『花祀り』は第1回団鬼六賞に選ばれた名作ですが、排泄に狂喜する人物が登場し、美しく魅力的な主人公

よりはるかに強烈な印象を残し、僧侶という設定ですが彼を主人公にした『好色入道』まで作品になってしまいました。私の友人も「女性ほどこいものはない」と公言してはばかりませんが、そのあたりの性癖はいまだに謎に包まれています。

花房さんは、京都の（だけでない）歴史や古典に造詣が深く芥川や源氏物語を参考に描いた文章が秀逸です。「人はどうして、相手の気持がわかっていて、思い込むのだろう…わかるはずなんてないのに」「なぜ、人は他人の心に干渉しようとするのだろう」とまるで精神科医みたいに（笑）人間の愚かさを嗤（わら）い、そして愛します。しょせん、生きるとは食べて寝て排泄するだけで「生きがい」や「生きる意味」など、自分に関心が強過ぎる方以外はどうでもいいのです。著作の『楽園』では本当の楽園とは何なのか？『神様お願い』では願いが叶うとはどう

いうことなのか？が、きれいな文体で綴られます。

最後に排泄というのは自分の知らないものを捨てることです。「紹介状の怪」でも触れましたが、低水準の精神科医（もちろん小児科医を含む）は「嫌

な患者さんを他の医者に押しつける」癖があり、「うちはトイレやゴミ箱ではありません！」をもう少し穏やかな表現でお返事するようにしたら、最近はずいぶん少なくなってきました。

会長レター

13

年の数だけ…。



佐々木医院（潟上市）

佐々木 範明

皆さま、明けましておめでとうございます。うございます。

当地区は昨年に続き、除雪作業のいらない暖冬で助かっていますね。はらふわつと雪がちらついたり除雪機のオイルやアークセルワイヤー、塗装の剥げなどを点検補修し、いつでも出動OK、準備万端にしておいたの

ですが、全く出番がありません。除雪作業を請け負っている業者さんは困っているだろうな。でも、楽だ。しかも、今年はずいぶん並びがよくて、年末年始は連続8日間お休みさせて頂いているので、ガーゼ交換の日以外はゆっくりしています。そのせいか、胃腸の具合がとて

もいいです。

仲のいい医者仲間と飲んでいるとき、外来患者さんの年齢がホントに高くなった話が出ました。でも、秋田市で開業している先生と当院を比べると凡そ10〜15歳くらい、当院の方が高齢化していました。高齢化そして総合診療化（科ではありません）が進んでお一人に処方するお薬の種類は明らかに当院の方が多くなっていました。お薬は多い方がしっかり治療を受けているようでも安心だという珍しい患者さんもいますが、お薬が多くなると嫌がる方が普通です。私も薬は必要最低限を心がけて処方していますが、年齢とともにお薬はどうしても増えてしまう傾向にあります。増薬を嫌がる患者さんにはこんな風にお話ししています。年齢の10分の1だけ持病がある。50歳なら5つ、60歳なら6つ、70歳なら7つ。持病1つに対して1個のお薬が必要なら、60歳なら6種類、70歳



鵜ノ崎（筆者撮影）

なら7種類のお薬が処方されても多くはないのですよ。納得してくれる場合が多いのですが、ちよつとこじつけですかね？

さて、昨年還暦になった自分はどうか？ アレルギー性鼻炎、ドライアイ、逆流性食道炎、呑気症、萎縮性胃炎、そして最近、便秘型過敏性腸症候群が加わって6つの持病と6種類の薬（点眼薬1種、内服5種）を使用しています。やっぱり年齢には勝てないですね。腸の調子が落ちて来たここ数年は下剤無しにはかなり苦しい便秘にな

ることがあり、トイレタイムは随分長くなりました。また、厄介なことに、診察の真つ最中に便意が来る事があり、我慢してしまつとまたまた厄介な事に。やつと出ても、当家女子たちには「お父さんの後にはとても（臭くて）トイレに入れない」と猛抗議されます。

でも、このお正月休みの時は快調快腸、下剤がなくてもムリムリとバナナが出て来ますし、臭いもほとんどありません。腸の働きは自律神経でコントロールされているという事を今更のように感じ入つたお正月休みでした。

今年いただいた年賀状の中に、「健康には気をつけてくださいよ。先生は私の主治医なんだから！」と書いてくださった方がいました。

これを肝に銘じてこの一年、過ごしたいと思います。（新年早々、臭いような文章で失礼いたしました！）



2019年 医師会忘年会

あいざわ胃腸科クリニック（潟上市）

相澤 修

の忘年会、今年はとても穏やかな天候で、参加人数も例年より多い21名でした。佐々木範明会長の挨拶に続き、笹尾先生の乾杯で開宴です。恒例となった出席会員のスピーチをお届けしますが、写真にあわせたためスピーチ順ではありません。

神田 仁（神田医院）

今年はお馬さん（競馬？）の調子が良くとても運の良い1年でした。仕事の方では、7月から警察医をやることになりました。何時に呼ばれるか分からないという大変な仕事ではありますが、社会貢献のつもりで引き受けました。

千葉裕一（千葉内科医院）

いつも医師会の講演会にご出席頂きありがとうございます。来年は2月の高血圧の会から開催です。宜しくお願いします。

児玉 光（児玉内科医院）

この夏も息子のテニス応援のため軽井沢へ行ってきました。暑かった。あと4年ありますが、来年はオリンピックと重なるため、応援に行けるかどうか分かりません。今年も湖東病院



児玉、千葉、神田



佐々木範明、越川、田村

越川智康（男鹿加藤診療所）

11月から男鹿加藤診療所で診療しています。東京出身、慈恵医大を卒業後、宮城県塩釜市や新潟県長岡市で仕事をしました。循環器科、特にカテーテルを専門にやってきました。

田村広美（たむら船越クリニック）

以前からドライブが好きで、長距離運転が苦にならない質でした。先日台風の時、名古屋に1ヵ月前修理に出していた車を大阪経由で取りに行ってきました。車を引き取って運転を始めたが、様々なところで高速が通行止めになっていたので、迂回したり遠回りしたりで結局1,100kmの長距離ドライブになってしまいました。

秋元正年（男鹿みなと市民病院）

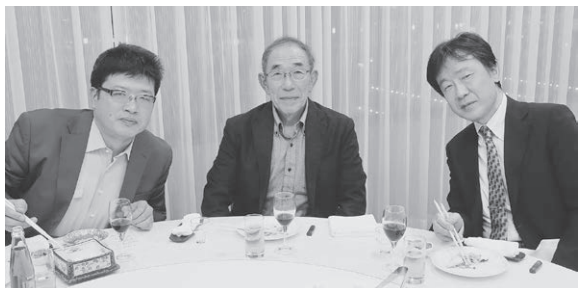
秋元正年（男鹿みなと市民病院）

今年のラグビーワールドカップでは大学時代のツテを頼りに日本対アイルランド戦を観ることが出来ました。ラグビーファ

ンとしては来年も日本代表と秋田ノーザンブレッツを応援していきたいと思います。

長谷川幸弘（長谷川医院）

今年はとても良い1年でした。脳に対する低周波治療（ウルトラマンという機械）を行い認知症が改善するという報告があります。次週から1ヵ月間その治療を行う予定で、結果がとても楽しみです。



秋元、長谷川、木村



小林政雄、大窪、相澤

す。専門は循環器内科です。今後とも宜しく願います。

大窪天三幸(大窪胃腸科内科医院)
イージス・アショアについて熱く、熱く語って頂きました。

相澤 修(あいざわ胃腸科クリニック)
12回を迎えた今年の正和会野球大会で当院野球部が一昨年に続いて優勝することが出来ました。この大会が続く限り優勝を狙って参加したいと思います。



笹尾、浅利、斎藤

笹尾 知(笹尾医院)

先日義妹が大学病院に入院しました。縦割り診療の弊害を目のあたりにし、いろいろと考えさせられました。

浅利正雄(杉山病院)

今はお酒を飲んでいません。私の糖尿病の主治医は笹尾先生ですが、ある時「浅利先生が酒を飲まない寂しい」と先生に言われ、3時間飲み続けて不良患者になりました。そしたら今度は大量の下血で一気に貧血が進み、その後ようやく元の値に戻りました。今、週4回杉山病院で仕事しています。

斎藤晴樹(湖東老健・湖東快晴クリニック)

1ヵ月前に沖縄の首里城を観光してきたらその2週間後に焼けてしまいました。飛行機に乗る機会が増えて感じたのは、最近乗り換えがとても複雑になったことです。皆様も乗り換える際には注意して下さい。



坪井、三浦

坪井 純(老健施設たちね)

今年はラグビーのワールドカップでものすごい感激を味わうことが出来ました。私たちの学生時代は8月に東医体が開催されていましたが、ラグビーだけは11月開催で、そのためラグビー部は6年生の11月まで部活に励み、それから卒業試験、国家試験に臨むという強行軍でした。現在69歳。今年のような興奮を今後どれだけ体験できるのか楽しみです。

小林政雄(榮寿苑)

今年4月、秋田大学を退職し八郎潟町の榮寿苑で働いています。

木村圭介(男鹿みなと市民病院)

男鹿みなと市民病院は今年も12人の医局員で診療を行ってきました。大学の学生が1人1年間実習する制度が始まりました。若い人が入ってくるのほとても刺激になります。近隣の医院に行くこともあるかもしれません。宜しく願います。

三浦一樹（藤原記念病院）

今年一番うれしかった出来事は44歳の息子の結婚です（一同盛大な拍手）。寂しい事もありました。先日の台風の折、何年ぶりかで野球の試合に誘われました。こまち球場でやるということ、押し入れからユニホームを取り出し気合いを入れて向かったところ、球場は真っ暗で誰もいません。おかしいと思ったら、中止の知らせが自分にだけ来ていなかったのです。

山城清司（脇本クリニック）

久しぶりの忘年会参加です。平成20年に開業し、12年目になりました。斉藤医院の建物でやっていましたが、ついにこの9月レントゲンをCRにしたため、あと3年くらいで辞めようと思っていたのが、10年はやらなければならなくなりました。

佐々木康雄（ハートインクリニック）

「おだいに」編集長として

県外の様々な方に当会報を送っています、誌面にエッセイが多いという事で高く評価されます。編集長は平成8年の17号からやっています（来年の新年号は95号。年4回発行）。来年少希になりますのでそろそろ引退したいと思っています。

小林 顕（ほのぼの苑）

昔は医者と言えば画家や書家が一般的でした。私も去年画家になりました。秋田県医師会展覧会などに発表する機会があれば是非ご覧下さい。



山城、佐々木康雄、小林顕、藤原

藤原慶正（藤原記念病院）

この2月に骨折し、生まれて初めて全身麻酔を経験しました。1年半前から県医師会の仕事をしています。今まで以上に東京へ行く機会が増え全日空のプラチナ会員になってしまいました。

締めめの挨拶を神田先生にして頂き盛況のうちに会が終了しました。何人かの先生は二次会に向かったようでした。

私たち医師会は2020年も住民の方々の健康維持と治療に貢献していきます。

医聖祭 2020



1月11日（土）午後4時半、八郎潟駅前「美富士」で令和初の医聖祭が行われた。主催は医歯薬3師会による湖東医和会。医7名、歯3名、薬5名の参加。笹尾知先生の音頭でヒポクラテスと神農の掛け軸に拝礼し、米と塩と御神酒を頂く。

2階大広間で新年会。幹事の児玉光先生から「医聖祭を欠席すると向こう1年、良くないことが起こるのではないかと昔は



阿部先生

万難を排して全員出席したと聞いている」と開会の弁。薬科の幹事は佐藤美津子先生。範明会長は県医の新年会で欠席、神田仁前会長が「会長の代行ですの」と医師会を代表し手短な挨拶。石井秀彦歯科医師会長の挨拶に続き、薬剤師会の阿部良之助先生が、今年も医歯薬連携を進めたいと挨拶した。

乾杯は笹尾先生。祖父は明治34年に五城目で開業した、おそらく大正初期に医聖祭が始まったので100年を超える、嘱託



笹尾先生

をしている特養に最高齢105才の方がいる、大正3年生まれなので祖父の診察を受けたことがあるかもしれない、医師会に入会したところ最年少だった私も今や最高齢(86才)となったが、みなさんと共に可能な限り励んでまいりたい。乾杯!

美富士の料理はいつも美味しい。今年はコンパニオンを呼ばず、秋田美人の誉れ高い女将さん、娘さん、お手伝いさんがお酌をして下さった。酒の勧め方が上手なため幹事の児玉先生は恒例の「全員1人1言」挨拶を

忘れて7時お開きとなった。

余談。心を鬼にして二次会を欠席した歯科の橋本徹先生、薬科の宇杉尚子先生と乗った電車で車掌から切符を買う際、から

かい半分でスイカをだしたら携帯型端末でOKだった。スイカはこれまで県内のJR駅では使えなかったので仰天。時代はまさしく令和になった。(編集長)

男鹿潟上南秋医師会 生涯教育講座

「肝炎・肝硬変の最新診療」



秋田大学大学院医学系研究科
消化器内科・神経内科学講座
准教授 後藤 隆 先生

日時 ▼ 令和元年10月24日
場所 ▼ ホテル大和

1. 慢性肝疾患の疫学

本邦における肝硬変の成因別割合はC型肝炎49%、アルコー

ル性肝炎19%、B型肝炎12%と続く。秋田県では肝硬変の成因の一番はアルコール性肝炎

44%、次いでC型肝炎28%で、このためアルコール性肝炎対策が重要な問題となっている。

肝細胞癌による死亡の原因として、C型肝炎の割合は以前に比べて減少しているものの全国的にはまだまだ非常に高い。肝癌になった場合の予後は比較的に悪い、B型肝炎、C型肝炎の治療をしっかり行つて肝硬変、肝癌に進まないようにすることが重要である。

2011年で、B型肝炎の持続感染者数は112～127万人、そのうち潜在キャリアと継続受診していない人の合計が、2/3以上いると推定されている。一方、C型肝炎では持続感染者数が98～158万人、そのうち潜在キャリアと継続受診していない人の合計が1/2～2/3いると推定されている。これらの患者さんをいかに拾い上げて適切な治療を施していくことが重要である。

2. B型肝炎の治療

当初、インターフェロンの4週間治療が始まったが、治療期間が短かったため十分な治療効果が得られなかった。その後、インターフェロンの治療期間延長、ペグインターフェロンの発売、数々の核酸アナログの発売を経て、現在、慢性肝炎の治療はガイドラインに沿ってペグインターフェロンか核酸アナログで治療する。核酸アナログでは今のところHBs抗原の消失は期待できないが、今使える核酸アナログを使ってHBV-DNA、肝機能のコントロールをさちつとやっていくことが肝硬変の進行予防、発癌予防の上で重要である。

以前急性B型肝炎で治った人の中に、免疫抑制剤や抗癌剤を使った時にB型肝炎ウイルスがまた活動してしまう場合がある。免疫抑制剤や化学療法をする際には全例、HBs抗原を測定することが勧められている。

3. C型肝炎の治療

1992年にC型肝炎のインターフェロン単独治療が始まったが、当時のウイルス消失率は10%にも満たなかった。その後いろいろ改定され、インターフェロンベースの最後の方の治療でプロテアーゼ阻害剤とペグインターフェロンとリバビリンの3剤併用療法の6か月治療でウイルス消失率は89%まで上がった。さらに2014年に日本ですべてアスナプレビル/ダクラタビル2剤併用療法の6か月治療が承認され、ウイルス消失率85%が得られている。インターフェロンフリーの新しいC型肝炎の治療が始まっていて良い成績をあげている。

4. 肝硬変に対する治療

肝硬変の治療は、難治性腹水、カルニチン欠乏症、血小板減少症、難治性の肝性脳症、亜鉛欠乏症、皮膚そう痒症、ATⅢ低下を伴う門脈血栓症などに対応し新しい薬が使えるようになる。

り、これらをうまく組み合わせることで患者さんの生活の質を高めることが出来るようになっていく。

5. 肝疾患診療に関わる諸制度
B型肝炎、C型肝炎、肝硬変に対する医療費助成制度や肝機能障害に関わる指定難病に対する公費負担制度がある。適切に利用して患者さんの経済的負担を軽減させ、治療からの脱落を防ぐことが重要である。



八郎潟町の元旦行事「裸参り」

「当院の重症低血糖症例の解析から

みえてきたこと」



秋田厚生医療センター
糖尿病・代謝内科

診療部長 下斗米 孝之先生

日時▼令和元年11月14日
場所▼ホテル大和

2009年にDPP-4阻害薬が、2014年にSGLT2阻害薬などいろいろな薬が出現し使えるようになってきて、当院での重症低血糖の救急搬送数は年々減少してきている。一方、入院数は徐々に増えてきているが、これは高齢化を反映しているものと思われる。

重症低血糖時には交感神経が活性化し血圧が上がる。180/120mmHg以上に上がった人が4割弱いた。また、低血糖で代謝が低下し体温が35.0℃未満になった人が2割強い

た。低カリウム血症を呈する人が約4割、QT延長を示す人が約6割いた。QT延長は致死性不整脈の引き金になると言われている。重症低血糖では心血管疾患リスクが約2倍、全死亡で約3倍、心血管死で約2倍に上昇するといわれている。

低血糖を呈する原因で1番多いのは糖尿病薬による薬剤性低血糖で、他に反応性低血糖（ダンピング症候群、軽症2型糖尿病）や二次性低血糖（敗血症、ショック、肝腎不全、アルコール、飢餓、内分泌疾患）、イン

スリン自己免疫症候群、インスリンノーマなどがある。

重症低血糖の原因薬剤は当院ではインスリンが50%、SU薬が45%だった。インスリンでは各年代でまんべんなくいるが、SU薬では75才以上で頻度が急増していた。インスリンでは血糖変動が激しい人はHbA1cが9%でも低血糖を起こす場合がみられ、SU薬ではHbA1cが7.5%を切ると低血糖の頻度が増え始め、特に75才以上ではHbA1cが6.5%以下の人では低血糖の頻度が急激に増加するので注意を要する。

重症低血糖に影響した要因としては食事の内容やタイミングの不具合、シックデイがある。

低血糖昏睡が長く続く意識障害が回復できない中枢神経系の後遺症が出ることもある。意識の戻らなくなる1つのラインとしては12時間と言われている。24時間続くと100%、障害が残る。

ADLに関しては半数以上が要支援・要介護のない人で、独居率は13%、施設からの入院は意外と少なく、家族と同居している方が多かった。SU薬で加療中のHbA1cが7.5%未満で75才以上の症例では低血糖時の症状の具体的な説明やシックデイ・低血糖時の具体的な対応を本人および家族に指導することが重要である。

SU薬の使用状況では、1番多いのはグリメピリド、次いでグリベンクラミドであった。当院でSU剤を処方する際は低血糖が1番少ないという理由でグリクラチドを使っている。グリクラチド10~20mgが最も安全性が高いと思われる。また、グリニドでも重症低血糖がほとんどないため、SU薬を減量・中止する際に少し半減期の長いグリニドに変更している。

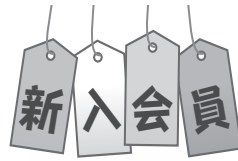
低血糖を減らすためには、インスリンとSU薬の併用例では出来るだけSU薬を中止するこ

とが大事である。あまり肥満のない方でSU薬を切り替える場合はグリニドに変更してみる。肥満例では臓器保護も兼ねてSU薬をSGLT2阻害薬に変更することも考慮する。インスリン治療中の症例では、混合型を持効型に変更する、持効型を経口



吉田賢志記者

薬に変更するなどとも考慮する。



男鹿加藤診療所（男鹿市）

越川 智 康

はじめまして。男鹿加藤診療所院長の越川智康と申します。

1979年、東京北区の生まれになります。東京品川区にある攻玉社高校を卒業。1年浪人後、東京慈恵会医科大学に入学しております。大学卒業まで東京から出ることなく過ごしましたが、就職を契機に2006年から宮城県塩釜市へ移りました。

塩釜市にある坂総合病院での初期研修はつらい時期もありましたが、幸い同期の研修医に恵まれたこともあり、支えあいながら、2年間の初期研修を無事終了することが出来ました。また初期研修を行う傍ら、蔵王のお釜や南三陸町などの観光も楽しませていただきました。初期研修終了後は、心臓のカテーテルを用いた検査や治療に魅了さ

れ、循環器内科の道へ進んでおります。

2011年に東日本大震災を経験。一病院として、様々な困難に見舞われましたが、同時に全国から多くの支援をいただき、とても感謝の念を覚えたものでした。その後心臓カテーテル治療の道をさらに追求したく、2013年から新潟県長岡市の病院へ移りました。

長岡市の立川総合病院では、入院治療をする傍ら、外来で診察する機会も多くいただくことになり、様々な患者さんに、より近いところで接することになりがいを感じるようになりました。そうはいっても、開業する

ということとは余り考えていなかったのですが、加藤診療所のお話をいただき、受けさせていだだいた次第です。長岡の花火は素晴らしく、初めて見た時はとても感動をしたことを覚えています。そういった住み慣れた土地を離れることには抵抗があ

りましたが、初期研修医になった頃には地域医療にも興味があつたことを思い出し、改めて地域に貢献していきたいとも考えるようになりました。

今回、加藤家及び以前から勤務されている診療所のスタッフのお力もいただき、「男鹿加藤診療所」として再開させていただくこととなりました。患者さんからのありがたいという気持ちをたくさん集められるようなクリニックにしたいと考えています。患者さんに寄り添い、不安がやわらぎ、憂いなく過ごせるようお手伝いが出来ればうれしいと思っています。

最後に私生活ですが、家族は私を含め5人、妻と子供が3人います。子供は上2人が男、一番下が女で、7歳、4歳、2歳でまだまだ騒がしいながらもかわい盛りです。妻は整形外科医をしており、長岡にいる頃は私より忙しいくらいで、2人で協力して子育てをしてきました。

診療所が落ち着くまでしばらく
単身赴任という形になり、寂し
く感じますが、頑張っていきた
いと思います。

今後ともよろしくお願いいた
します。

私のおすすめ

『名画と読むイエス・ キリストの物語』

中野 京子 著

男鹿みなと市民病院（男鹿市）

関 啓 二



今から30年以上も前のこと
ですが、私は新婚旅行でスペイン
に行ってきました。旅行会社の

ツアーでしたから、当然マド
リッドのプラド美術館も訪れま
した。旅行に行く前からそこに
あると知っていた絵は、ピカソ
のゲルニカと、ゴヤの着衣のマ
ハ・裸のマハだけで、今でも観
た記憶があるのはその3枚だけ
です。しかし、ほかにもとんで
もない名画が数多く展示されて
いることは、後になってから思
い知らされることとなりました。

私は最近、中野京子さんの
『名画と読むイエス・キリスト
の物語』を読み、プラド美術館
にベラスケスの「キリストの
磔刑」が展示されていることを
知りました。世界で最も多く描
かれていたイエス像は磔刑図だ
そうで、その中でも最も美しい
と言われているのがこのベラス
ケスの描いた磔刑図です。私は
この名画の前で立ち止まったか
もしれないが、悲しいことに観
たという記憶が全くありません。
できることなら、もう一度

観に行きたい。

私は西洋音楽も美術も好きで
す。特にクラシック音楽は子供
のころから親しんできたことも
あり、聴くことも演奏すること
も好きです（下手の横好きです
が）。クラシックといつても大
勢の作曲家がいます。私の好み
は歳と共に変遷し、50歳ころか
らはバッハがとてもしきになり
ました。はじめはバイオリンな
どの器楽曲をよく聴いたり弾い
たりしていましたが、じきに声
楽曲をよく聴くようになりまし
た。人類の宝とも称される「マ
タイ受難曲」は、イエス・キリ
ストが磔刑で亡くなるまでの最
後の2日間を描いた曲です。ま
た、数多くのカンタータ
は、バッハが音楽監督を
務めた教会で毎週日曜日
のミサに演奏されたもの
です。そこで、キリスト
教のことをもう少し知ら
ないと、バッハを理解で
きないのではないかと思

うようくなりました。

そうした中で見つけたのがこ
の本です。読み終えてまず感じ
たことは、実に読みやすかった
ことでした。これは、いわゆる
宗教関係の書籍ではありません
。イエス・キリストの生涯が、
客観的に分かりやすく綴られて
います。無論、その生涯での重
要な場面を描いた有名な絵画を
余すところなく紹介していま
す。キリスト教誕生の時代背景
や必然性もよく理解できます。
イエスが行ったとされる数々の
奇跡を、否定も肯定もせず、
淡々と著述しています。淡々と
書いてはいるのですが、イエ
ス・キリストに対する深い洞察



や敬愛の念を感じました。

西洋文化を理解するには、やはりキリスト教の知識は欠かせないと思います。宗教には興味はないけれど、西洋文化をもつ

と深く知りたいと思う方には是非お勧めです。

私はといえば、この本を読んですますキリスト教に興味が湧いてきました…。

する。夜になりかける時間の、森の匂い」

私のおすすめ

『羊と鋼の森』

宮下 奈都 著

たむら船越クリニック (男鹿市)
田村 俊子



「森の匂いがした。秋の、夜に近い時間の森。風が木々を揺らし、ざわざわと葉の鳴る音が

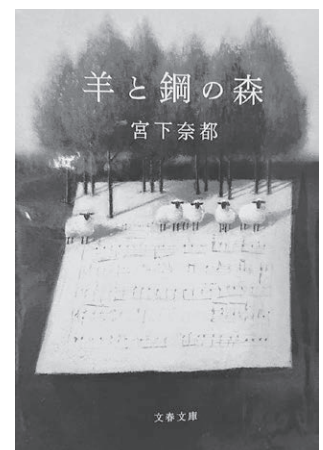
持ちで手を伸ばしたのである。文章全体に流れる静謐な空気感、瑞々しい樹々の描写、決して過剰に説明的にはならない人々のエピソード、読み終える」と何となく背筋を伸ばして生きていこうと思えるような小説でした。

北海道の山に生まれ育った主

人公の青年外村（名前はなんと最後まで出てこないのです）が偶然出会ったピアノの調律の世界に魅せられ、まるで深い森をさまようように自分自身を、音を探して成長していく物語です。

彼はまったくピアノに触れたこともなかった高校2年生の時に、天才調律師の板島が彼の高校のピアノの調律に訪れてピアノの鍵盤に触れた瞬間にピアノの音に魅入られてしまいました。何か自分にとってかけがえないものに出会う瞬間というのはこういうことなのだろう、と絵に描いたように平凡な人生を送ってきた私はうらやましく感じました。

私も子供のころから中学生のころまでピアノを続けたのですが、自分に特別な才能がないことは続けるうちにわかってしまったのです。ピアノは好きだけれど絶対に自分には手の届かない



世界がある、練習をさばるとレッスンのときに先生にはわかってしまうので毎日必ずピアノの前に座りながらそう感じていました。世の中にはスポーツ、芸術、文学、科学、さまざまな分野でその道を究めようとする人たちがたくさんいて日々の努力を積み重ねていますが、自分のすべてをかけることのできるそうした「何か」がはつきりとは見つかった感が残念ながら今までの私にはなかったのです。

外村は自分に調律師としての才能があるのか、どうしたら調律が上達できるのか、常に不安を抱えながら模索しています。そんな彼が先輩調律師たちや彼

私のおすすめ



『プロコフィエフ ピアノ協奏曲第二番 作品16』

ピアノ/ユンディ・リ 指揮/小澤征爾
ベルリン・フィルハーモニー・オーケストラ

大潟村診療所 (大潟村) ^{あや} ^{ひこ}
岩 村 文 彦

私は音楽を聴くのも演^やるのも好きです。今の目標はJ a z z



をカッコ良く弾くことですが、クラシックのピアノ曲を弾く夢も捨ててはいません。クラシックで弾きたいのはフォーレ、シューマン、そしてプロコフィエフ(ー)です。プロコフィエフは20世紀前半に活躍した大作曲家です。「ピーターと狼」やバレエ音楽「ロミオとジュリエット」、「古典交響曲」などが割に有名ですが、ピ

アニストでもあったのでソナタ・協奏曲を始めピアノ曲もたくさんあります。20世紀初頭の音楽界は大きな変革の時代であり(規制緩和です)若きプロコフィエフやストラビンスキーはその先陣を切っていました。若きプロコフィエフのピアノ曲の中にはガシヤガシヤして良く分からんような曲もありますが、それがまた面白い。私は大好きです。そのガシヤガシヤの一つが今回ご紹介するピアノ協奏曲第二番です。プロコフィエフは全部で5曲のピアノ協奏曲を書いていきます。第三番が一番ポピュラーで、これは割に聴きやすい

曲です。でも私のお気に入りには第二番。プロコフィエフが22歳の時の作品で、私がプロコフィエフを聴くきっかけになった曲です。初めて聴いた時は「?」でしたが、3回聴いて病みつきになりました。初演当時あまりに内容が先鋭的で物議をかもしたそうですが、なるほどと思います。第一楽章は壮絶なピアノソロが延々と続く。第二楽章はこまねずみのように走り回る。第三楽章はグロテスク。第四楽章はドタバタして何やってんだ? ってな感じだけど、それが奇跡的に音楽として流れて行つてフィナーレは熱狂! ピアノ的には

に調律を依頼する双子の姉妹やさまざまなお客さんとかかわりをおして「こつこつ、こつこつ」成長していく姿が丁寧に描かれ、人としてこんなふうに進んでいけるのは幸せなことだ

と感じました。外村が板鳥にどんな音を目指しているのか尋ねたときの答えが、板鳥の理想とする音をそのまま表していると感じたという原民喜の「明るく静かに澄んではなみき

懐かしい文体、少しは甘えてくれるようでありながら、きびしく深いものを湛えている文体、夢のように美しいが現実のようにたしかかな文体」という一文でした。

この文章に出会えただけでも私にとっては価値のある小説でした。いまでもときおり手に取って読み返しています。

全編超絶技巧の世界です。しかしシヨパンのような優美な美しさとはまったく無縁。ごつごつした感触のフレーズや硬質の和音の連続でグイグイ迫ってきます。私にとってはそれがひたすらカッコいい！ 第三番よりもずっと惹きつけられる。もっと評価されていい曲だと思いますが、なぜかあまり演奏されないようです。

10年ほど前に「そう言えばプロコフィエフって聴いた事ないなあ」と手に取ったのがこの曲のCDでした。ピアノはユニ・リ、指揮は小澤征爾です。ラヴェルのピアノ協奏曲がカッコブリングされてますが、そっちはほとんど聴いてない。ユニ・リのこの演奏は若気の至りのなところがありますが、この曲自体そういう性質の音楽なのでピツタリだと思います。この曲の演奏は他にもいくつか手に入れましたが、このCDが一番ぶっ飛んでいてカッコいいで

す。残念ながらユニ・リは一時期タレント活動に精を出していたようで、最近はこちらとも名前を聞きません。どうしてしまったのでしょうか。

私のプロコフィエフ趣味はこ



つまらない試合

杉山病院（潟上市）

浅利 正雄

のCDから始まりました。音楽は理解するものではなく感じるもの。この曲を聴いて「いいね！」と思った人、お友達になりましょう。

中学3年（昭和26年）の時、青森市で球場の「こけらおとし」があり、夢のプロ野球観戦ができた。セ・パ両リーグに分かれた年で、第1ゲームは松竹ロビンス対広島カープ。松竹はこの年、セ・リーグで優勝した。監督は後年、「何と申しましょうか」で有名な野球解説者の小西得郎氏。試合は広島が勝てるかという展開になったら、左足を高々と上げる真田投手が出てき

て、松竹敗れるかと期待していた巨人ファンはがっかりしたことを思い出す。

第2試合は巨人ジャイアンツ対西日本パイレーツ。先発は藤本（中上）投手である。ランナーが1人も出ない。最後は監督自ら代打で出た。ファールで粘ったが、あえなく三振。「ノーヒットノーラン」は知っていたが、翌日の新聞で日本初の完全試合とはびっくりしてしまった。

大学入学後、友人で「狂」のつくほどのジャイアンツファンのN君がいた。

「おい、N、俺は藤本投手の完全試合を観たんだよ」

すぐ「なに、浅利、あんなつまらない試合を観たのか」と。考えてみれば試合は一方的だったし、あこがれの川上、青田選手ホームランも出なかった。藤本投手も球のスピードよりスライダーを投げることで有名であった。全盛期は過ぎていたらしい。

ホームラン王をとったこともある青田昇氏が藤本投手の入団時のピッチングを見て、低めのボールがグーッと伸びてきてキャッチャーがファンブルするのを見て、その球威に「すごいピッチャーだ」と感動し、同じチームでよかったと言っていた。故障を少なくする高校野球の球数制限が決まったようである。ユニークな大洋ホエールズの近藤監督はエース級のピツ

チャーの名を挙げて「昔はあの程度の投手はいっぱいいた。つぶれても補充があった。今は少ない投手を大事に育てなければいけない」。この頃では当たり前、「先発・中継ぎ、抑え」ということを始めたのではないかと思っている。

佐々木信也さんのソフトな語り口で知られた『プロ野球ニュース』で、南海、巨人で活躍した剛球投手の別所氏が一番感激したと次のような逸話を紹介していた。名門滝川中学に入学した野球部希望者がグラウンドに集合させられ、「走れ」と言われて走り出したが「終わり」の声がないまま数日間、脱落した生徒は多数だったらしい。残った生徒に複数（3人？）の野球部員が至近距離からノックし、それに合格した5名が校長室でユニホームを渡され入部を認められたという。

時代が違うのか私には感動より別の世界である。



なまはげ柴灯祭り

じゃあね、またね！
呼吸器科ではありますが、それ以外の分野のことが段々疎かになって呼吸器だけが残っている。

今日の診察室から 44



藤原記念病院
(湯上市)

呼吸器科
三浦 一樹

るのではと危惧しています。ハイパー・グラント・ナース（HGN）という称号を（そんなのがあればですが）差し上げたい程の優れたベテラン看護師に尻をたたかれながら（いや失礼、はげまされながら）なんとか専門性を保ち仕事しているところです。咳や痰がなかなか落ち着かないという方が多くお見えになりますが、令和元年はいつになく「百日咳」を疑って診察することが多かったなアと思います。

長く非常勤で週1回の診療を担当しておりましたから、古くからなじみの慢性呼吸器疾患患者さんもたくさんいらっしゃいます。しかし大正生まれはもうほとんどいません。久しぶりに受診される方や、ずっと以前にお姑さんの付き添いで病院に入りされている方などもおられます。私がすっかりお顔を忘れてしまっても、件のHGN師が、何処に住んでいて、いつ

ごろ誰と来ていたかまで、本当によくちゃんと覚えていてくれます。診察前には「久しぶり、なんとしてた？」と声をかけて、てきぱきお話を伺い受診目的や症状を簡潔に私に伝えてくれます。お年のせいもあってなかなかうまく表現できないでいる方のお話なども実に上手に聞き取ってくれるのです。

ある時、診察室の中に入っても、まだ一生懸命HGN師にお話を続ける方がいらっしゃいました。HGN師が一応私に気を遣って「ほらほら、先生の方を見て話してー」。私は「ここには医者が2人いると思って、どっち向いてしゃべってもいいよ」と伝えてお話を聞いていました。おかげでうまく状況把握ができて、検査や治療に向かうことが出来ました。あまりに巧みなものですから、思わず「私と場所交代したほうがよさそうじゃない?」。しかしこれは適わぬ事であることは明らかでし

た。なぜなら、私にはナース役をこなすことなどまったくできませんから。

「どうですか？ 最近調子はどうですか？」。返事が「あまり変わりねえすな」であればあとは聴診し、血圧を計り（ながら）何かいつもと違う様子がないかをな

がめ、世間話などをして診察します。ちなみに私は診察時に白衣は着ていません。新患や久々に受診の方以外は聴診もほぼ下着の上からです。

たまに研修の先生や医学生が診察室に見学に来られ一緒に診察もします。その日は「弟子っ

こ育ててるとごだア？」などと訊かれ「アンダが教科書だア。アンダが育ててくれるようなもんだア」などと調子いい事を言って大笑い。幸いお薬を変更する必要がなかったもので、いつものようにお薬を処方して、「寒くなってきたから風邪っこに気

つけて、また来月来てみてねな、じゃーね」。すると「じゃあね、またね！」と応えてお帰りになるのです。

次は赤十字病院での元同僚、佐藤医院の佐藤浩和先生にバントタッチします。

診療していたようだが、よく思いつかない。

ナイト キャッツ

初仕事は皿洗い

たむら船越クリニック（男鹿市）

田村 広美

天気荒れる予報、予定を早めた長女は30日最終便で到着。いつ来るのか謎だった息子は、31日朝5時に12時間運転してやってきた。前日まで仕事の次女は、これまた欠航するかもという飛行機を諦め新幹線に変更、31日夕方に秋田到着。大晦日の夕食、数年ぶりに家族が全員揃った。

目が覚めた。腕時計を見ると6時過ぎ。さっきまで見ていたのが初夢か？ どこかで

女房が、毎年これだけは必ず自分で作る黒豆、数の子にひたし豆、彼女が今年は上手くできたという鴨ロースの赤ワイン

煮。どれも、さつさと子供たちの胃袋に収まり父には当たらない。おばあちゃんが張り切って大量に作ったキノコの煮つけと塩辛も、順調になくなる。おじいちゃんの作るクルマじだれは今年も好評で、みんなで作ったできたてのお餅がどんどん減っていく。

僕は、娘からもらった一升瓶を抱え飲み続けていた。31日は、買ってから初めて使う江戸切子を出してきて、冷やしておいた（ただ玄関の隅に置いておいただけけど）一升瓶から清水焼の片口に移し冷酒。元日は

赤に金彩が華やかな飯田屋風九谷の盃を選び常温（瓶を居間に移動しただけ）。2日はスーパードで見つけたフグのヒレ4枚入り298円を買ってきて朝鮮唐津の湯呑で熱燗、ヒレ酒。3日は、一升瓶から直接いつものコップになみなみ注いでコップ酒。

夫婦2人の生活に急に3人も戻ってくると父は居場所がない。ソファに3人、そのそばで女房はゴロゴロ。僕はいい気分になったところで2階に上がりいつものまにか寝てしまうという毎日。残り4人

は遅くまでテレビを見ながらあれこれしゃべっている。

今朝も僕が一番早かった（僕が一番早く寝るからなあ）。台所にコップが4つ、小皿とフォークが3つずつ。新旧女子3人が夜中にケーキ、それに息子が付き合って麦茶だけ飲んだというところか。それなりに楽しい時間を過ごしているようだ。年3回

の僕の洗い物スイッチが入る。皿を洗いながら、女房、子供が楽しそうだなと思えるのは幸せだと素直に思う。

昨日のテレビ、カリスマホストのローランド様が「女性に振り回されながら生きていたい」と言っていた。「いまさら：男はみんなそうやって生きているでしょ。男ってのは女の子の食べたい物を食べて、女の子の行き

たいところに行くもんだよ」と突っ込む僕。「そうじゃない男の人もいるんじゃないの？」と女房。「いや、（真っ当な？）男

は基本的に女性に振り回されるもんだと思って生きている」ルパン3世は、「男はよ、女に騙されるために生きてんだ」って言うてるし、黒足のサンジだって「女のウソは許すのが男だ。俺は女の涙は疑わない」って

言ってる。

ジジイは、今年もおばさんと未来のおばさんに振り回されて過ごすんだろう。そして未来のジジイよ。君もいつかはそういうことに気付くんだらう。いや、もう気づいているから夜中のケーキに付き合っていたのか？

〈酔〉

編集後記



▼誰彼かまわずスキーに誘ったが、「今さらスキー？」と皆さんつれない。師走29日早朝、やむなく単身岩手の安比高原スキー場へ走った。人は減っているのにスーパー国道に変身した285号から十和田IC、東北自動車道経由で2時間ちょい。初滑りはザイラー4kmを根性の11本。くたびれた。が、春を待つだけの冬でいいのか諸君！▼95

号にも玉稿多数を賜った。笹尾先生は酷寒の満州、引き揚げ船、終戦後の排泄事情を書いて下さった。



森吉山阿仁スキー場のモンスター（樹氷）も今年はやせていた

温水洗浄便座で育った今の若人には想像できまい▼おしり環境の大切さを述べた小林政雄先生の弄便論、編子は昔、「母は、どうも私の弁当にご飯を詰めているつもりらしい」と苦笑していた孝行息子を思い出す▼老健「榮寿苑」の鈴木健之、シヨートステイ「鵜ノ崎」の佐藤輝子、鈴木純子、畠山淳の各氏から排泄に関わる苦労や対応について貴重なご報告を頂いた。お忙しい中、ご協力に衷心より感謝▼つらかった肥田野先生の学校

時代、「トイレの神様」はまだいなかった。だが、そんな過去を文学的に昇華している。さすが▼還暦を迎え会長職にも益々精力的な範明先生が6つの病で薬6種を服用とは意外だった。7つに増えないことを祈る▼故加藤一磨先生の診療所を継承した新人越川先生は東京慈恵医大卒業まで都内から出たことがなかったという。男鹿のナマハゲたちも医師会も大歓迎！▼関啓二先生がプラド美術館で見た「ゲルニカ」を編子はニューヨーク



湖東厚生病院地域連携の会
(五城目町民センター 11月9日)

の近代美術館で見たが、数年後に訪れたプラドにはまだ里帰りしていなかった。バッハを聴き、演奏し、中野氏の本から宗教へと先生の守備範囲は広い▼ピアノ調律師の成長を描いた小説から、詩人作家だった原民喜の『文体』に注目する田村俊子先生の慧眼に感服▼岩村先生ご愛聴のユニディ・リと小澤征爾のCDは編子もお気に入りだが、先生がほとんど聴かないというラヴェルのピアノ協奏曲第2楽章は妙なる旋律で、先ごろある人の告別式で流れていた▼浅利先生の「ノーヒットノーランはつまらない」はごもつとも。こんな試合では投手と捕手以外もヒマ

だろう▼三浦先生のほんわか外来正にお人柄。「病気は格で治す」という言葉もある。学生諸君、大いに学ぶべし▼勉強会担当の吉田先生と人気の連載コラム酔氏にも感謝▼男鹿の劇団「ふきのとう」が師走にハートピアでつかこうへいの『熱海殺人事件』売春捜査官』を上演した。つかの芝居は台詞が多く早口が特徴。若手の役者2人を相手に還暦過ぎの2人が熱演し、客席から惜しめない拍手が送られていた▼自由や法治、高度な自治を保証した香港の一国二制度は2047年で期限切れ。台湾総統選挙では「香港にはならない」と国民が大陸の脅しを拒み、香港では「今日の台湾が明日の香港だ」



劇団ふきのとう
(男鹿ハートピア 12月7、8日)

とバラード『香港に栄光あれ』を切なく歌う。なぜ涙が止まらぬ、怒りにふるえる、顔を上げて叫べ、

表紙説明

出戸浜海岸沿いの巨大風車群 編集部



半島の玄関に立つナマハゲと風車

出戸浜に風車が増えて天王地区のテレビ画像が乱れ、住民の間で三池『炭坑節』の替え歌が

自由よ、舞い戻れ▼96号は4月発行予定。ご協力を宜しく。
(編集長・佐々木康雄)

流行っているようだ。「風車が建つ建つ 人は減るヨイヨイ 出戸の海岸 埋め尽くす あんまり羽根が長いので さぞやお月さん目障りだろサノヨイヨイ」

にかほ市では鳥海山と周辺の眺望に風力発電は邪魔だといった声が根強く、男鹿から能代沖合にかけて計画中の洋上風力発電90基に対しても低周波音、寿命後の始末、雇用につながる、景観の変化が不快といった意見が噴出している。

男鹿半島の玄関で睨みをきかすナマハゲ2体、背後に屹立する巨大風車に圧倒され…。ブスには3日で慣れるという。風車にもなじめるだろうか？

お便りは 〒018-1401

医師会メールアドレス

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
info@okmed.jp