



あだいに☆

107号

令和5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47-1616 ☎(018)878-7976 (FAX)(018)878-2517



目次

| | | |
|----------------------------------|----------------------|----|
| 特集 干支に思う | ● 理事会…………… | 11 |
| ・健康でありたい 相澤 修 …… | ● 医聖祭2023 …… | 12 |
| ・6回目の年男が干支の不思議を 考察する 三浦一樹 …… | ● 生涯教育講座…………… | 13 |
| ・年男の旅 ～復旧した秋の只見線に乗って～ 秋元正年 …… | 菅井順一 先生/後藤 尚 先生 | |
| ・ウサギと廻る時間 斎藤晴樹 …… | ● 推薦図書 長谷川幸弘 …… | 15 |
| ・干支男の禁煙生活 神田 仁 …… | ● もうそろそろ 肥田野文夫 …… | 16 |
| ・干支がひと巡り 木村圭介 …… | ● 新年を迎えて 大窪天三幸 …… | 17 |
| ・発達障害の兎 ～卯年に思う～ 佐々木康雄 …… | ● ふんふんコラム…………… | 18 |
| ● 会長レター㊟ 新しい景色 佐々木範明 …… | ● 今日の診察室から㊟ 五十嵐信一 …… | 19 |
| | ● ナイトキャップ…………… | 20 |
| | ● 編集後記…………… | 21 |
| | ● 表紙説明…………… | 22 |

特集

えと 干支に思う



12年で一巡する今年の干支は兔。田沢湖を歩いて1周すると行程20kmの半ばあたりで疲労が出てくる。出発点でもある対岸のゴールを眺めると、まだあんなに歩くのかと思う。

ゴールが見えない私たちの人生。「まだ先がある」と「もう先がない」の境界はいつだろう。生涯の節目を考えるきっかけが、干支なのかもしれない。



健康でありたい

あいざわ胃腸科クリニック(潟上市)

相澤 修

中学の同級生から、還暦歳祝祭の案内メールが届いた。令和5年には還暦になるらしい。まだ58歳のはずなのに…。年の瀬に入った12月、2度も手術を受けてしまった。

白濁を認め、充血しやすかった。白かったのが白内障の始まりかなど適当に考えていた。家族には気持ち悪いと言われていたが、痛くも痒くも大きくなる事もなかったため放置していた。やがて痛みを感じるようになった

ため、先輩の眼科医院を受診した。診察前の検査で、担当者が私の目を見て一言「翼状片ですね」と言った。「えっ！翼状片って何？」と思ったがさすがに聞けなかった。その後の診察でも、「翼状片だね。手術した方がいいよ」と言われたため、「やっぱり翼状片でしたか。そうします」と話を合わせた。帰宅後、翼状片について調べ、視力が低下する事があるため手術が必要なことを知った。当院が休診である水曜日の午後に手術をしてくれる眼科を探し、お願いした。手術は時間通りに痛みもなく終了したが、術後の痛みは結構きつかった。充血が強かったため1週間くらい眼帯をして診察したが、患者さんにいちいち説明するのが面倒だった。目の抜糸はちよつと怖かった。我々では使う事のない細い糸で、縫ったり抜いたり良く出来るものだと感心した。とても貴重な経験をしたと思っっている。

目の状態が落ち着いた頃、ふと体のことを考えた。時々には胃

カメラを含めた検診を受けてきた。しかし面倒だったため便潜血はやったことがなかった。便の観察はいい加減だったが、赤かったり黒かったりという事はない気がしていた。いつも患者さんに勧めているのでやる事にした。本当に面倒だったが何とか2日分取れた。しかし試しにやったつもりがまさかの(十、十)



今年は元気で行こう (一日市元旦行事 裸参り 八郎潟町)

だった。全く予想もしなかった結果に動揺した。(＋、＋)の場合、病変の見つかることが結構多い(痔核も含めて)。自分には痔核の症状がなかったためかなり焦った。大腸癌のことを考えると居ても立っても居られなくなり、すぐ懇意にしている消化器科の先生に電話した。状況を説明したところ、その週の土曜午後以内視鏡をやっても入ることになった。試しに直腸指診をやってみたが良く分からなかった。自分でやるのは難しい。こっそりエコーをやったが肝臓移はないようだった。検査前日は朝から低残渣食を食べたが、意外とおいしく食べられた。緊張しているせいとか空腹はあまり感じなかった。一日中最悪の場合が頭の中を駆け巡り、妻と2人で恐ろしいほど暗くなった。当日は朝5時から二フレックを飲み始め、2時間くらいで飲み終えた。午前の診療が始まる頃には10回以上トイレに行き、かなり落ち着いていたものの診療中何度か走った。診療後、秋田

までの運転は、何とかトラブルなく着いた。新築してまだ数年の新しい診療所だったがゆっくりに見学する余裕はなかった。検査室には患者用のモニターも備わっていた。検査が始まってすぐS状結腸にポリープが見えた。「ありますね」とお互い言って先に進んで行った。これだけで終わってほしいと祈りながら盲腸に到達するのを待った。結局他に病変らしきものはなかった。ポリープは1.5cmくらいのIp typeで、これが便潜血の原因



6回目の年男が 干支の不思議を考察する

藤原記念病院(潟上市)

三浦一樹

十二支を六巡りして新年を迎えるが、これまで年賀葉書の絵面でしか干支を認識してこなかった。十二支の動物は「記号化」されており、視覚的にも頭

に刷り込まれているから順番も違わず「ねうしとらう」と唱えることはできる。しかしどうして空想上の聖獣「龍」がいて、狸、狐、猫はいないの？ 猪が

と思われる。「どうしますか？」と聞かれたため、「取ってください」とお願いし、その場で切除してもらった。これで安心して年を越せることになった。いつどんな病気に罹ってもおかしくない年齢になった。還暦祝いの式では一生懸命お祈りしよう。明るい6代になるように。。

なべしま先生、ささはら先生、本当にありがとうございます。

いて鹿は？ 熊は？ と子供の頃から不思議だった。また、「卯」と「兎」の字が頭で繋がらない。昨今、身の回りでこの「卯」の字を見かけるのは、せいぜいで卯の花だ。その卯の花も、花でなくオカラのほうだ。他にはうどん屋の「美々卯」くらいか？ 旧暦では4月を卯月という。「卯の花の匂う垣根に夏は来ぬ」と卯の花は初夏の季語だ。月の名前で十二支がつくのはこの「卯」だけである。ちなみに源氏物語にも「卯月ばかりに、花散里を思ひ出できこえたまいて(蓬生の巻)」とあり千年の昔から卯月だ。

さて、十干もわかりづらい。「甲乙丙丁」くらいまでは知っているが、この順番に優劣がつくのが不明だ。更にはこれを「こうおつへいてい」ではなく「きのえ、きのと、ひのえ、ひのと」続いて「つちのえ、つちのと、かのえ、かのと、みずのえ、みずのと」と読むからよけいにややこしい。更に、この「え」と「と」を交互に繰り返



『時と方位』坂井達省（井川町国花苑の十二支たち）

すから干支（えと）というのか？
十二支は関係ないのか？ と疑問がわく。

本来「干支」とは十干と十二支の組み合わせである。周期は10年、12年、60年に加えて、十干は「え」と「と」の隔年周期と、2年ずつ「き（木）」「ひ（火）」「つ（土）」「か（金）」「み（水）」の5か所を巡る周期も内包している。例えば戯れに年単位時系

列をフリーエ解析すると、人の世は振幅が変動する波長1、2、5、10、12、60のサイン波の燃り合わさった集合体で、カノンの如くに周り廻るものを想像する。中島みゆきの歌『時代』を「干支」に替えて「まわるまわるよ『干支』はまわる、喜び悲しみ繰り返し云々」。

この時系列も「一筋縄」ではなく、帯を半捻りして繋いだ、面が一つしかないメビウスの帯のようでもある。この面上で兎と亀がハンディをつけて駆け出す。兎は瞬く間に亀を追い越していく。しかし、しばらくして、兎は自分のずつと前方を亀が悠然と歩いているのを目にする。還暦の卯年、自分が兎だったことに迂闊にも同級会で初めて気づいたのだった。

自分が生まれた時は占領下で干支は辛卯（かのとう）だった。2回目の辛卯には東日本大震災があった。一度あったことは二度あって、二度あることは三度あるのが世の習いだ。現にコロナは波状攻撃を繰り返す。邪悪

な独裁者たちは「相手の方が悪いのだ」と屁理屈をこね、栄枯盛衰の回帰的縁起を識る叡智もなく三度目の世界大戦も厭わぬ鼻息だ。我が人生六度目の卯年は波乱含みの船出になりそうだ

が、助けられた兎が大黒様の御力を頂いて、肩に担いだ大きな袋から「神風」を吹かすような初夢でもみたいものだ。間違っても癸卯（みずのとう）が最後の干支でないことを祈る。

年男の旅

復旧した秋の只見線に乗って

男鹿みなと市民病院（男鹿市）

秋 元 正 年

10月下旬の朝5時、会津若松市のビジネスホテルを出た。『六角精児 呑み鉄』ごっこをすべく、会津の地酒のワンカップと小魚アーモンドをカバンに忍ばせ、只見線の始発6時08分間に合うよう会津若松駅まで10分ほど歩く。

明け方のホームには1両のディーゼルカーと数十人の行列があった。ドアが開き車両に吸い込まれていく客の多さに言葉もないまま滑り込み、何とか口

ングシートの片隅に腰を下ろす。ワンカップと小魚アーモンドをやりながら車窓の景色を愛でる六角精児ごっこの夢は脆くも崩れた。終点の新潟県小出駅までの4時間30分、地図や時刻表から景色の良さそうな区間を調べ、大人しくカメラを構えるしかないかと覚悟を決める。

定刻に発車すると、新型コロナウイルス流行以来乗る機会がなかった山手線の如くすし詰め



テレビに登場した私

で曇った。低く唸るエンジン音をBGMに紅葉の山並みへカメラを向ける。でも、はやる気分にはブレーキをかけるように窓ガラスは拭けども拭けども曇り、要所でカメラに収めても出来栄えは、どことなくかすんでいるか、自分が写り込んでいるかで冴えなかった。

会津川口を過ぎ、東日本大震災の年の7月に洪水被害で不通になり、この10月1日、11年ぶりに復旧した区間に入る。沿線

の蒲生岳から新潟県境にかけて山の木々は紅葉がさらに色濃くなった。乗客の顔ぶれは始発から変わらない。「こんな山奥で山手線ごっこじゃ、もう一度来ようなんて思わないよな」と苦笑する客がいた。通路に携帯型の折り畳み式の椅子を広げて座っている人もいた。

秋晴れの只見駅で約20分停車。ホームわきに居並ぶ案山子^{かかし}の出迎えを受けて駅舎を出たら福島中央テレビ局のクルーが私にカメラを向けた。インタビューに応え、さつき車内で耳にした「こんな山奥で山手線ごっこじゃ…」をそのまま話す。

再び列車へ。魚沼盆地に入っるところで乗り鉄は終了。小出駅から上越線、新幹線と乗り継ぎ、新潟から北上するいなほの



只見駅の案山子



会津のマッターホルン蒲生岳 828m



只見線全線再開

車内で13時頃、やっとワンカップと小魚アーモンドを広げた。「小原庄助さん、なんで身上^{しんじょう}つぶした、朝寝朝酒朝湯が大好きで…」民謡『会津磐梯山』が口に出る。いなほも酒田で乗り換えねばならず呑み鉄もこの区間で終了。19時頃男鹿へ戻り翌日から通常業務。

数日後の夕方、スマホが鳴った。もしや乗り鉄の前夜、夕食がてら飲んだ店でコロナが発生したのか。いや、あの店では手洗いをして、規則に従い名前と連絡先を書いたものの、終始貸

し切り状態で、おばちゃんが勧める会津の地酒を味わって気持ちよく引き上げただけだ。そのおばちゃんも、「テレビに出てましたね。よく映ってましたよ」という。只見でテレビ局に語った科白^{せりふ}が、当日の乗客代表の意見として流れたと知り驚くばかり。それでも幸いあれからJRは車両の増結や臨時列車を増発したらしい。

今年は、一応、年男であるだけに、より軽やかに(?)より快適に乗り鉄(呑み鉄?)ができるよう祈るのみである。

ウサギと廻る時間



湖東老健
湖東快晴クリニック（五城目町）
齋藤 晴樹

「来年はウサギ年なので」と私に原稿依頼です。定時で廻る「干支」は苦手ですが、時間を守れず約束等に遅れ、周囲に迷惑をかけてきた私なので、受けさせて頂きました。

138億年前が宇宙の始まりですが、令和4年9月ジェイムズ・ウェッブ望遠鏡に参加のカナダが「ビッグバンから5億年以内に形成とみられる最古の球状星団を発見」と発表しました。そして、この138億年で1秒も狂わない「光格子時計」をついに理研が実現しました（2014年）。さらに理研はこの時計をスカイツリーの地上と高さ450mの天望回廊に置いて時間測定し、天望回廊の方が1日に4ナノ秒だけ早く進むことを示しました。重力が小さい

と時計が早く進むという一般相対性理論の実証です。アインシュタインの説は「時間はどんな時でも一定ではなく、観測者によって異なる」、「止まっている人から見ると、光速で動く人の時計が示す時間は遅れる」だそうです。光速の宇宙旅行で数年後に地球に戻ると遙か未来の地球だった、という「ウラシマ効果」の言葉も生まれました。

子供の頃、近くの公園には砂場があつて暗くなるまで遊び、ポケットに小虫と砂を入れて帰宅。新聞紙の上で頭を掻いていると、姉から「フケが出るの？」と心配されました。実は頭髮に入った砂を落としてしていると知り、呆れていました。

その頃我が家では、元小学校

教師の母親が信じる情操教育からか、小犬を筆頭に、チャボ、ハムスター、亀など、多くの小動物を飼っていました。

チャボの母親は他人(?)の

卵も温める優しい性格で、母も鼻^{ひいき}肩^{かた}にしていました。孵化まで座り続け、食事時だけ離れま^す。雄鶏は毎日朝早くメリハリの効いた大声で鳴き、ご近所は大変だったようです。私は雄鶏の鳴き声から、白馬に乗って学習院や外務省に通ったという吉田茂元総理のエピソードを思い出していました。当時でも馬の飼育は自動車や運転手のお給料以上に高く、「新入社員がロールスロイスに乗って通勤するよ^{うな}もの」との記載があります。そう、我が家では、少し高価な目覚まし時計を「飼って」いたのです。

医学部卒業後の院での実験動物がウサギでした。ウサギは真っ白な体に真っ赤な瞳でペットとして人気ですが、当時は表情が乏しく、声帯がないので鳴けず、不思議な意味で「植物

的」動物でした。しかし私は数回ウサギの「声」を聞いています。苦しい時の「うめき声」でした。申し訳ありませんでした（合掌）。

筋血流を測定する実験で、動物麻酔から勉強です。麻酔科雑誌で小児用で直線形ブレードのミラー型喉頭鏡(①)が良いと知り購入。挿管して実験開始です。前歯は一生伸び続ける「常生歯」で、この歯を喉頭鏡で押しつけて気管開口部を確認、チューブ挿入です。成人では彎曲のついたマッキントッシュ型喉頭鏡(②)なのではるかに容易です。この時の経験は後に救急や施設の心肺蘇生で役立ちました。

終了後は、安定呼吸に戻るまで確認します。ある土曜の夕方に婚約者と婚約指輪を購入する約束



喉頭鏡②

喉頭鏡①

をしましたが、実験が午後まで延びて終了後も呼吸が不安定で更に遅れました。当時は携帯電話もなくて焦りながら見守り、1時間以上の遅刻でした。おか

げで今でも時々家内に「あんなに待たせて」と責められます。ああ時間が止まらないまでも、せめてアインシュタイン効果が生きてくれたなら。



干支男の禁煙生活

神田医院（潟上市）

神田 仁

6回目の干支は、5回ぶりのスモークキングオフ状態で迎えた。『法律で禁止されているわけではない。健康に悪いって。でも、みんな健康にいいことばかりしているって言うのかい。自己責任で吸ったっていいんじゃないか。1本吸う毎に〇〇分寿命を縮めているって。わかって吸っているよ。だいたい、税金を納めることで国に、みんなに貢献しているんだ。文句を言われる筋合はないね』、〈煙草は嗜好品ではない、麻薬である〉と言

い続けて禁煙を説く三浦一樹君（高校・大学と同期である）が聞いたら目をむく理論（屁理屈か）を唱えて、長きにわたって煙草を吸い続けていた。

スパイクタイヤ（知らない方も多いと思う）が禁止になったのは、〈春先の仙台の街の、スパイクによって削られた道路から舞い上がる粉塵による大気汚染〉、大学医局時代の恩師のT教授が言い出しっぺである。いつもは煙草を吸われなかった教授は酒席では「〇〇君、煙草を

持っていないかね」、1本差し上げて火をつけると、実においしそうに吸われていた。つまり、その時点では、まだ煙草は、大方の医師にとって、〈悪の権化〉ではなく、〈健康には良くない嗜好品〉であったのだろう。医局内も禁煙ではなく、学会が近くなったり論文を書かなければならないなど、多くのストレスは煙草の量を増やし続けていた。

今の若い人たちには信じられない話だろうが、山形で働いていた30年ほど前は、診察机の上に灰皿が置いてあり、診察の合間にそこで一服したものだ。

煙草が目の敵にされたのはいつ頃からだったろうか。減らそうとの努力はしても、止める気はサラサラなかった。周囲の迷惑を考えない、ジコチューだったわけだ。うまい具合に（？）喫煙ルームなるものができてくれたので、少し気分的にも楽になった。新幹線の場合は発車する直前に1本、降りてすぐ1本。医師会の会議でも同様で、喫煙ルームの顔ぶれはいつも同じ。

そんな私だったが、9年半前に転機が訪れてしまう。ある疾病を発症（診断過程は実にマンガチックだったが）、禁煙の決心をすることに。禁煙補助剤を使わずに自力のみは、実に苦しい思いだった。禁煙を続けるにいう要因としていろいろ挙げられているが、私の場合は（うつつ的な気分）・〈絶望感〉が強かったと思う。『こんなに辛い思いをして煙草を止めて何になるんだろう』、理屈ではなく感情の問題だった。

幸か不幸か、禁煙に成功し、3500日目を越えた。本や映画などでの煙草を嗜むシーン、吸いたい気持ちになることはあるが、再度禁煙する時の苦しさを想像すれば、吸えない…。



祖父の広告

いつの日か、自分の健康に何の制限がない日は来るだろう。その時は、心ゆくまで紫煙をく

ゆらせたいと思う。7回目の干支はどちらだろうか。

干支がひと巡り

男鹿みなと市民病院（男鹿市）

木村圭介

あけましておめでとうござい
ます。

今年（癸卯）年は「癸卯」年となります。「癸」は「十干」の最後、10番目に当たります。卯は「ご存知の通り、十二支の4番目に当たり、うさぎは穏やかで温厚な性格ということ、「家内安全」、また跳躍する姿から「飛躍・向上」を象徴するものとされておりま

なる次第です。

令和に入ってからここ数年、例の流行り病の影響で、仕事もプライベートも制限され、なかなか思い切った行動ができずに過ごしておりました。今年はこの騒ぎも収束に向かうと思われるので、心機一転、卯の如く飛躍の年になればと思っております。具体的には、先ずは学会・研究会への参加の件です。現在インターネット形式・ハイブリッド形式による学会・研究会が多く、会場に行き、発表を聞く機会が少ない状態が続いております。会場に赴いたとしても、出

席者が少なく、また発表者や座長がインターネット経由で講演することもあり、何か寂しい感じがしております。今年（癸卯）は全規模の学会へ、仕事に支障のない程度で開催地に直接足を運び、参加後の夜には彼の地の土産物を堪能するという、以前は当たり前なことでしたが、これを飛躍の一つとしたいと考えております。

また男鹿南秋医師会の勉強会も、今年こそは以前のように秋田市の某ホテルに集まり、講演を拝聴した後、お酒を酌み交わしながら皆様との楽しいひとときを過ごせることを切に望んでおります。

その他としては、プライベートで始めたバンド活動の件です。3年前から医局の有志と共にバンド活動を始めました。途中、メンバーの脱退（転勤・異動等です笑）や、一時活動休止もありましたが、令和4年春より再開することができました。現在のメンバーは、私（ボーカル・シヨルダキーボード・

映像担当）、外科伊藤学先生（エレキギター・デスクトップミュージック担当）と内科鈴木寿明先生（ベース・ミキシング担当）の3名で、月1〜3回程度、仕事の後に集まって小一時間ほどの練習ですが、これだけでも楽しく、私にとっては日常からの解放・ストレス解消に大変役立っております。活動としては、これまでは病院忘年会でズームを介してライブ配信をする程度でしたが、今年（癸卯）は飛躍として、ネットを介さないミニライブを行うことができれば、と考えております。

以上、年男の今年の抱負を徒然なるままに書き記しました。今年もよろしくお願ひ申し上げます。



いずれここでライブを（ミルハス夜景）

発達障害の兎

（うどし）
卯年に思う

ハートインクリニック（潟上市）
佐々木 康 雄

白と水色の縦縞囚人服で飛び跳ねるアルゼンチン代表たち。真ん中で金色のトロフィーを高々と掲げるMVP男リオネル・メッシは1987年生まれ卯年である。近くでうな垂れるフランス代表の得点王キリアン・エムバペは98年12月生まれで、半月遅ければ卯年であつ



鑑真和上の墓所にて（奈良）

た。昨年暮れ、兎みたいにぴょんぴょん躍動したW杯サッカーの選手たちは大寒波とコロナ猛攻をひと時忘れさせた。国どうしで争うスポーツは代理戦争といわれるが、終了後に互いを称えあう姿は、本心はともかくプーチンの戦争とは全く違う。私は今年6回目の卯年を迎えた。1945年8月15日の終戦から6年後、サンフランシスコ平和条約が締結された51年の生まれで、卯年初回は12歳、小学6年次である。初の衛星テレビ中継に飛び込んできたケネディ大統領暗殺事件は今も記憶に生々しい。一方、プロ野球の巨人と大相撲の大鵬は圧倒的に強く、子供の好きなもの「巨人・大鵬・卵焼き」といわれたのどかな時代である。5歳下の



天平の夢（唐招提寺金堂）

弟を、俺は兎、お前は猿、エテ公とよくからかった。当時は干支にまつわる本や遊びも多かった。

しかし、この頃から私は落ち着きがない、遅刻が多いとしばしば教師に叱られ、中学では見え見えのいたずらで担任に頬をビンタされ、高校でも遅刻が多く生徒指導室に数回呼ばれた。干支2回目の24歳当時は不勉強な大学生で、全寮制だった学生寮を飛び出して譴責処分、懲りずに翌々年、日本まで飛び出し2度目の譴責処分を受けるなど超の付く問題児だった。

そして医師になった訳だが、発達障害とは俺のことだったかと気づくのは5回目の干支、還暦の頃である。医師として情けない無知な話だが、当時「発達障害に医師は天職」という説を耳にした。4回目干支の年に着想したクリニック開業も長引く本誌編集も下手なテニスもスキーも、劇団にサンバに臨時の自治会長なども同根らしい。

因幡の白兎はぬれずに海を渡るうと騙したワニに皮をむかれ、海に入って潮風に吹かれれば痛みは消えると意地悪な神様に騙された。他人事とは思えない。また二兎を追う者は一兎も得ずというが、これも加齢とともに肌身にしみる。「発達障害は老いても退屈を知らない」という人もいるが、「老いても苦労は絶えない」のが現状だ。

干支7回目は12年後。特養か軽費ホームで外国からやってきた若くて親切な介護さんたちに囲まれているだろう。「おじいさんはどんな人生でしたの?」「3歳の反抗期までは落ち着い

ていたが、それからの80年は周りに迷惑ばかりかけた。思い出したくもない」「もういいのですよ…ご覧なさいあの満月。日本人には兎の餅つきに見えるそうですね」「父はソーメンを喉

にひっかけて死んだ。私は餅で大往生したい」「あらま。そうはさせませんわ」人生のアデイシヨナル、否口スタイム。失われた時を求めて、ああ、兎追いつきの山、小鮒釣りしかの川…。

会長レター

25



新しい景色

佐々木医院（潟上市）

佐々木 範明



「ベスト16の壁を破ることができず、新しい景色を見ることはできませんでしたが、選手たちは新しい時代を見せてくれました」

2022年サッカーワールドカップ（W杯）日本代表・森保一監督が帰国後のインタビューにこのように答えていました。私はサッカーよりどちらかと言うとラグビーの方が好きなので

すが、W杯は別です。今回も夢中で見てしまいました（もちろんライブではなく録画して）。

今回の注目はもちろん日本代表予選突破とその先でしたが、4人のファンタジスタ、C.ロナウド（ポルトガル）、ネイマール（ブラジル）、エムバペ（フランス）そしてL.メッシ（アルゼンチン）等のスーパースターです。特にL.メッシは10

年以上前から鼻屑にしていた選手です。彼は10歳の頃成長ホルモン分泌異常の症状（成長ホルモン分泌不全性低身長症）が発覚、成長ホルモン投与などの治療なしでは身体が発達しないと診断され、その治療費を出して13歳で母国を離れスペインへ。FCバルセロナ加入テストの時は身長143cm、体重35kgでしたが、ホルモン治療のかいもあり、5年後には身長170cm、体重67kgまで成長。

ジュニアチームでのポジション競争とホームシックと戦いながら現在（年棒175億円！）のスーパースターの地位に至っています。奥さんは幼なじみのアントネラ・ロクソさん。この2人の馴れ初めストーリーもほっこり、いい話ですよ。

W杯のような世界レベルのイベントがあると、ネット社会の悪者たちが活躍するようで、当院の事務パソコンにも写真のよ



危ない画面に要注意！

うな画像が送られてきました。マイクロソフトウィンドウズ公式ページのような画像です。でもどこをクリックしても、再起動しても、電源ブチ切りしてもこの画像しか映らず、仕方なく表示されている050から始まるヘルプラインとやりに電話するかと思ったのですが、やはり怪しい…。

いつもヘルプをお願いしている出張パソコン教室のH氏に連絡。「絶対その番号に電話してはいけません。電話すると（解決ソフトを送ると言って）アドレスを聞かれ、そこに本格的な



ケンシン君のお散歩

ウイルスが送り込まれ、再起不能になります。今日行けませんが明日夜に伺います」とアドバイスをいただきました。詳細は長くなるので割愛しますが、巧妙に隠されているウインドウのクローズボックスを表示させそれをクリックしてクローズ、そしてこのウインドウを送り付けたメール履歴を削除してすべて解除になりました。ウェブサイトのバナーの何処かに、こうなる罠が隠されているそうです。皆さん、気をつけてください。

冬至も過ぎてあと数ヶ月で新しい春がやってきます。私たちはコロナとの戦いに勝利して新しい景色を見ることはできません。いや必ず見られるようにならなくてはいけないと思っています。

理事会

令和4年10月18日午後7時
天王グリーンランド「くらら」

さて当家の2歳10ヶ月のケンシンです。散歩中に虹がでていました。新しい時代の予感がして何だか嬉しくなりました。冬

毛モフモフでウサギの毛みたいでも撫で心地がいいです。皆さんに触って貰いたい。

佐々木範明会長より諸報告。新型コロナウイルス。9月から感染者の療養期間は10日間を7日間に短縮、全数把握も簡略化された(?)。総合案内所の相談は看護師が行い、必要な場合は主に秋田大病院の医師が担当。ワクチンはオミクロン株追加で2価となり、3回目接種は1、2回目終了が条件。間隔は5カ月を3カ月に短縮。ワクチン供給に余裕あり接種計画は前倒しか。

生後6ヶ月〜4歳に行く潟上市の特例臨時接種ワクチン対象者は786名。3月31日までに3回。初回から20日後に2回目、その55日後3回目。だが時間不足で延長になりそう。藤原記念病院の大畑会員、小玉医師の田村千夏会員が担当。オンライン資格とカードリーダー導入。令和5年4月まで全医療機関に原則義務化。閉院休業など特殊事情への猶予および現在の健康保険証は6年秋で終了。県医師会は従う意向。(これに某県医会員が反論。マイナカード普及のため保険証を人質に取った国、リーダー専用パソコンを買わせメンテでも潤うメーカー、足元を見て値を吹

かける業者。サイバー攻撃に身代金を払った病院もある危ないシステムなのに回線はN T T 限定というのも奇妙。支払基金と国保中央会の情報を医療機関と薬局に提供できる利点をいうがプライバシーは?)

医師会費減免措置。臨床研修医を取り込むため5年4月より卒業5年目までの割引継続。

外旭川イオンタウン構想に関係するウエルネス開発協会より「医療総合施設」への協力依頼が県医と秋田大学にあり、県医の小泉会長は賛同している。

ホテル経営のために弁当くらい出せばいいのに割箸も出さず今宵も8時過ぎ腹ペコ解散。

医 聖 祭 2 0 2 3

令和5年1月7日午後5時、元会長の神田先生宅にて恒例の医聖祭を執り行った。コロナ禍のため昨年と同じく出席は3師会代表のみ。歯科医師会の児玉亮先生、薬剤師会の佐藤友紀先生、医師会の佐々木範明会長、神田仁先生、編集長の5名。神田家に伝わるヒポクラテスと神農様の掛け軸に二礼二拍手一礼。ついで米（サキホコレだそうで）と塩を掌に賜りお神酒を頂く。亮先生が撮影を担当して下さい。

今年も少々やりましようかと3師会新年会。ビールに続き濁り酒の1升瓶を5人で軽々と空けた。お世話頂いた神田令夫人に感謝。『医聖画会趣旨』なる古文書



前列右から範明会長、編集長、神田
後列右から佐藤、児玉

を拝見した。
昔時漢方の流を汲みし医師及び薬剤師は皆床上に神農様の像を掲げ以て医聖の高風を偲び医師としての風格を養いしものなり。然るに現今はその先哲に対する敬慕心薄くや稍もすれば医道の退廃を叫ぶるが如し此時に際し先哲の高風を喚起し肝に銘じたい。⑧



拝礼し米と塩を頂く



改めて新年会

「ヘルペス治療のセカンドエフォート

〜抗ウイルス薬の新しい使い方とは?〜」



菅井皮膚科パークサイドクリニック

理事長 菅井 順一 先生

日時▼令和4年10月13日

場所▼ZOOMを介したオンライン

講演会

栃木県宇都宮市で皮膚科クリニックを開業されておられる菅井順一先生に、最近のヘルペス治療についてご講演頂いた。

セカンドエフォートとはアメリカンフットボールの用語で、何かある行動を起こせば何かしら効果を得られるというものがあるが、それ以上の効果を得るためには2回目の努力をしましょうということである。ヘル

ペス治療においても少し先を見てちよつとした工夫が出来ないだろうか。

1954年に带状疱疹と水痘が同一のウイルスによって引き起こされるということが血清学的に証明された。1964年には体内に潜伏している水痘・带状疱疹ウイルスの再活性化により带状疱疹が引き起こされる可能性が示された。

抗ヘルペスウイルス薬(以下、

抗ウイルス薬と記す)には内服薬と外用薬がある。局所の病変に対しては外用薬でも効果はあるが、带状疱疹はある意味全身的な病気ともいえるので内服薬の方が効果的である。

1988年に最初の内服抗ウイルス薬が現れ、以後本邦では計4剤が発売された。抗ウイルス薬の効果は、初期の2剤では带状疱疹後神経痛が多く認められた印象だが、その後の2剤では皮疹の拡大が減少し带状疱疹後神経痛が減少し、鎮痛剤・ビタミンB12を使わなくても良い症例が増えて印象だ。

経口抗ウイルス薬の副作用としては腎機能障害が多い。特に高齢者の場合には抗ウイルス薬の選択や投与量には十分注意が必要である。また併用薬、特にNSAIDsとの併用にも注意が必要である。

単純疱疹では前駆症状、紅斑がみられてから2日目まではウイルス量が増加、3日目には急激に減少する。綺麗に治すためには出来るだけ早期に治療する

ことが大事だが、実際には単純疱疹ですぐに受診する方は多くない。また、単純疱疹は一旦治っても単純ヘルペスウイルスが神経節に潜伏していて、疲労や日焼けなどで免疫能が低下した時にしばしば再発を繰り返す。

早期治療の方法として2019年より単純疱疹の治療に本邦でもPIT (Patient Initiated Therapy...あらかじめ処方された薬剤を初期症状に基づき患者自身の判断で服用開始する治療法)が行えるようになった。すなわち①同じ病型の再発を繰り返す、②再発頻度が年3回以上、③初期症状を正確に判断できる、この3条件を満たしている患者に、初期症状発現から6時間以内に自己判断で内服できるよう事前に薬を処方することが可能になった。ただし治療は特定の薬剤の先発品に限られ、成人のみの適応で、妊婦および妊娠の可能性がある時には投与を避け、高齢者に投与する場合は腎機能障害に注意する必要がある。

PITの治療は皮膚科以外の診療科ではまだまだ馴染みの薄い治療法ですが、保険適応になっているので、単純ヘルペス

をしばしば繰り返す方は皮膚科医またはかかりつけ医にお尋ねしてみてください。
(文責 吉田賢志)

「血糖管理についての最近の話題から」



秋田赤十字病院代謝内科

部長 後藤 尚 先生

日時▼令和4年11月17日
場所▼ZOOMを介したオンライン講演会

秋田県の糖尿病治療を牽引しておられる秋田赤十字病院の後藤尚先生より血糖管理についての最近の話題をご講演頂いた。

糖尿病診療の目標としては最小血管合併症（網膜症・腎症・神経障害）の予防のためにHbA1cを7%未満にすることが推奨されている。今の合併症と関連しているのは24年前の血

糖であり、現在の血糖の管理は、24年後の合併症予防のために行っていると言える。HbA1cだけでなくその日その日の血糖がどうかであるかが大事で、同じHbA1cでも血糖変動が大きいほど長期的な合併症進展リスクが大きくなる。したがって食後高血糖は有害であり、その治療は有益である。日本糖尿病学会では日本人の

血糖管理・糖尿病管理に使用する薬剤についての推奨を発表している。最初にインスリンが必要かどうかをよく考える。インスリン治療が必要でない場合は目標HbA1c値を決定し、次に

かけている。

ADA（米国糖尿病学会）

2022の治療指針では第一選択は基本的にメトホルミンと包括的な生活習慣改善としている。動脈硬化性の心血管障害、心不全、慢性腎疾患の合併があればGLP-1受容体作動薬やSGLT2阻害薬を選択する。上記合併症が全くない場合は低血糖リスクや体重増加、コストを考慮して薬剤を選択する。ここで強調したいのが、SU薬はどこにも出てこないことである。唯一、コストを掛けたくない時にSU薬、または他の薬剤全てを投与してなおかつまだコントロールが不十分な時にSU薬かインスリンを選択する。ここでも肥満があるとSU薬の使用は体重減量の妨げになるとしている。高齢者の場合、重症低血糖が危惧される薬剤（インスリン、SU薬、グリニド薬など）を使用しなければ目標HbA1c値は7.0%未満に設定できるが、重症低血糖が危惧される薬剤を使用した場合、目標HbA1cは

高めに設定しないと低血糖を起こしやすく、体重の減量を行いくい。

糖尿病薬はどの薬でも長期に使用していると徐々に血糖があがってくるが、SU薬は早期に二次無効になる。治療が遅れば遅れるほど、治療開始時のHbA1cが高ければ高いほど、早期の二次無効が起こりやすい。また治療開始の遅れによって血糖降下度は大きくならざるを得ないので、合併症発生のリスクも大きくなる。したがって早期に治療を開始し、二次無効の起こりにくい薬剤での治療が大切である。(文責 吉田賢志)



吉田賢志記者

「頑張る人を応援します」よく聞くフレーズですが、実は「どうしても頑張れない人たちが一定数存在していることは、あまり知られていません。」「頑張ったら応援します」言葉通りに受け取ったら、「頑張らなかつたら、怠けていたら応援しません」という意味になります。では頑張れなかつたらどうなるのだろうか？ 頑張ろう


❄️ ❄️ ❄️ ❄️ ❄️ ❄️ ❄️ ❄️ ❄️ ❄️

推薦図書

どうしても頑張れない人たち 著者 宮口幸治

長谷川医院 (男鹿市)

長谷川幸弘



としても頑張れない人たち、どうしても怠けてしまう人たちはどうなるのだろうか？

頑張れない人たち自身にも、頑張つて「社会から評価された」気持ちにはきつとあります。

多くの人が子供のころから「努力すれば報われる」「やれば出来るんだから頑張りなさい」とよく聞かされてきました。でも、そもそも「やれない子」「頑張れない子」がいるということ、は紛れもない事実なのです。それは境界知能の子供たち、IQ 70～84の子供たちです。彼らは平均的な子供の8割くらいの発達レベルです。小学校4年生のクラスに小学校2年生が入って一緒に勉強しているイメージです。その後、小学校高学年、中学校、高校と進んでいきますが、徐々に授業についていけなくなります。授業で何が話されているかも理解できず、ただ座っているだけで、同級生からほとんど置いて行かれます。また同級生との会話にもついていけず孤立したり、イジメにあつたり

もします。

これまで話している頑張れない人たちは、認知機能の弱さを持った人たちです。見る、聞く、想像するといった力が弱いために、入ってくる情報にゆがみが生じ、結果が不適切な方向に向いてしまうのです。そうしているうちにいくら頑張つてもうまくいかず、失敗を繰り返して、次第にやっても無駄だと感じるようになり、頑張れなくなるのです。そんな中学生が話しました。「頭がよく、気遣いも出来て皆から頼られる人になりたい。でも先生は私のことを、皆と頭のレベルが違うから頭がよくない生徒だと思っている」

境界知能の子供だと中学生で小学校中学年程度の精神年齢と想定されます。著者はこの子はそこまで自分のことに気づいておらず、勉強ができないことをあまり気にしていないだろうと思っていました。が、そうではない、みんなと同じように出来るようになりたいのです。

「決してやる気がないわけ

はない」「わかってはいるけど出来ない」「でも結果を出したい」「評価されたい」「自分のことをわかってほしい」そんな心の叫びが聞こえてきます。

著者が勤務していた医療少年院には境界知能の子供たちが入ってきます。勉強が苦手、コミュニケーションも苦手、運動も出来ない、仕事も長続きしない、といったある意味自信を持てることが何もない非行少年たちもいます。1年弱の少年院生活を経て出院が近くなるととても不安になります。そういう彼らでも、自分の夢について語るときは、目が輝いています。「社長になって従業員を養う」「農業をやりたい」「お年寄りが好きだから介護職に就きたい」これらを語るときは生き生きとしています。そのほかに自分以外の人、家族が幸せになってほしい、という願いも強くなります。「誰かのために頑張ってみる」「好きなことから頑張ってみる」「夢だから頑張ってみる」このような思いは彼らを動かす力

になります。それには支援が必要ですが、それには支援が必要

しかし、頑張れない人たちは近くにいて親、先生、支援者に「頑張れないから助けて」とは言ってきません。それどころか、支援者を遠ざけるような行動をします。嘘をつく、お金の持ち出しがある、暴言、暴行、万引き、夜間徘徊などです。

こうなると支援者も支援しにくくなり、一筋縄ではいきません。でも工夫の余地はあり、うまくスイッチを入れてあげる



もうそろそろ

杉山病院（潟上市）

肥田野 文夫

地区の医師の回覧板みたいなものに2000字で何か書けといわれたものを流用して今日の問題です。希望に燃えて（笑） 医者

と、想像が出来ないほど頑張れることもあり。こういった支援者への支援やスイッチを入れる方法についても述べられています。皆さんにぜひとも読んでいただきたい一冊です。



になって早40年余、あつという間に退場の時が来ました。医師会の何とか委員会の役員も1つずつ辞退をして「長い間お疲れ

様でした」とねぎらいのお言葉を頂いているこの頃です。振り返ってみると、結局何もしなかったなあという感慨ばかりです。医療は患者さんがいなければ成り立たない仕事ですが、努力不足で能力もなく、患者さんは嫌なら他を当たればいいわけでヤブを自覚していても利用者さんに迷惑をかけたという負い目はありません。ただ、「建前」が今でもわからず、ずっと本音で生きてきたので、身近な人はとても大変だったでしょう。かなりゴマスリですがうちの理事長には今でも厄介をおかけしていて、人格障害でトラブルばかりの自分を雇い続けていただき、定年・定年延長・さらに1年更新でしかもけっこう高給で、随分前から老害で居座っています。あとは大学時代の友人たちに、自業自得の「うつ状態」で試験の答案も引つ越しももろもろすべてやつてもらった時期があり、何の恩返しもししていません。当然ながら家族も苦勞続きでしたが、後悔先に立たずです。ここ

まではひたすら反省ですが、あ
とはいつものように悪口です。

一体ごく一部の同業者は何を
やっているのかと憤ります。一
番ひどいのは小児の精神科で、
「小児科は終了しましたのであ
とは精神科でお願い」ですが、
自分で診断した障害であれば、
発達障害は治らないのに精神科
に何をしろというのかわかりま
せん。また内科で精神科の薬に
興味があるらしく、うつだと診
断(?)して、長期間の抗うつ
剤処方まで悪化してしまい「貴科
で精神療法をお願いします」は



謹賀新年。編集長ゆかりのサンと申します。

さすがにないでしょう(もちろん
患者さんの精神科忌避なら先
生に責任はない)。

前号にも書きましたが齢七十
になって、いつ辞めるかわから
ないので新患を数・疾患ともに
制限し10年目にして初めて診療
報酬が前年同月を下回り(コロ
ナみたいですが)ありがたい限
りです。老い先短い医者に紹介
するとは患者さまに失礼です。

よく「私は誰にも迷惑をかけ
ていない」という勘違いしてい
るおかしな方がいますが人類は
牛、豚を殺して食べていますし、
呼吸し、排泄するわけで存在自
体が有害なのは多分自明です
(大体人間はうるさい、からと
いて黙食・黙浴などのコロナ
脳はもっと気味が悪い)。とい
うわけで(?)人生最後の罪滅
ぼしにもう1匹猫を飼うことに
しました。

秋田県だけでも毎年600匹
の猫が屠殺処分されていて、そ
もそも、近くのノラが生んだの
を1匹と想っていたのですが、
親が警戒したのかどこかにいつ

てしまい、しようがないので雄
和の動物愛護センター(ワン
ニャンぴあ)に行つて、とても
不細工で絶対に貫われ先はない
だろう、処分されるのは確実な
一番愛想の悪い推定5才のを頂

いてきました。人間生きている
うちにひとつぐらいいいことを
しましうね。大尊敬する養老
孟司先生の愛猫(故猫)と同じ
「まる」と名づけて仲良く余生
を暮しております。



新年を迎えて

大窪胃腸科内科医院(五城目町)

大窪 天三幸

新年あけましておめでとうご
ざいます。昨年の安倍元総理暗
殺事件にからむ統一教会問題が
年末まで尾を引いてしまいまし
た。コロナ第8波もおさまらず。
今年はいいいことがありますよう
に。年末は防衛増税、コロナワ
クチン有料化、今年も政治には
期待薄でしょうか。昨年同様す
べては国民の自己責任でしょう
ね。餌のついた援助付きの旅行、
食事、さらに混乱を招きそう

ポイント付きのマイナカード登
録と保険証廃止など今年こそ国
家的詐欺にはひつかからないよ
うにしたいものです。取らぬ狸
の皮算用でマイナ保険証は2年
延期。加えて資産増など投
資詐欺まがいのNISA枠の拡
大の誇大宣伝。情けない限りで
す。株なんて本当に儲かる人は
10%もいるでしょうか。ほとん
どが損切りなのです。損しても
政府や政治家関連会社と大手銀



今年もとんがっていこう (森吉山)

行だけが損失補てんされ、国民の大多数は貧乏のどん底に陥るのです。かつてバブル崩壊時の政府の行動はまさにそれ。思い出すのは往診していた定年退職後の元教員。退職金でN T T株を高値で買い、バブル崩壊とともに何分の1かに暴落しました。その後のN T T株は元に戻ることはありませんでした。老いた妻を残し、失意のうちに亡くなったその先生は毎日どういう気持ちだったでしょう。政府と証券会社の甘い言葉でしかも念

入りに金をまきあげるのです。昨年衛星放送でA Iの番組がありました。将来的にA Iの発達で仮想か現実か区別がつかなくなることです。日経新聞には戦争回避にA Iを利用した外交という記事もありました。現時点ではとてもわれわれ一般人には想像もつかない時代がすぐそこまでやってきます。A Iは政治家、詐欺グループなど世の悪人どもが国民を欺くスキルでもあります。前段階のネット、スマホ時代にも悪人どもがはびこり、多くの国民を欺きました。肝心のセキュリティの世界コンクールでは日本は世界の10傑にも入らないとのこと。世界の大学のランキングでは日本の誇るべき東大、京都大学も30位以下との報告もあります。日経新聞によると昨年コロナワクチンでも治療薬でも隣国のアジアにも遅れているようです。我が国がいかに学問、研究に予算配分が少ないかを実証しました。かつて蓮舫議員が「2番目じゃダメなんですか」と言って擧げ

を買いましたが、2番目どころかアジアでもすべての面で下位に落ちてきています。昨年最後の総括は、年末に破れかぶれに出した、N I S A優

遇とマイナ保険証の恫喝案。「ずたずたに破れて寂し歳の瀬に 岸田さん奈落の底は見えたかい」

ふんふんコラム

底辺の味とブレンドワイン

昨年11月解禁のボジョレーヌーボーは今ひとつ盛り上がりなかった。1本平均1千円も値上がりしたのでは無理もない。飲み友が毎年企画する「ボジョレーの会」も今回は中止。チーズまで値上がりしたからだ。

都内に住む知人のソムリエはワイン数種をブレンドした品がいま人気だという。某社のイタリア赤ワインは1箱2,2千円。3,1500円の同種より高めだが飲み仲間らに好評であ

る。

45年前パリでお世話になったO家のご主人は、樽ワインを買って瓶に小分けしコルクで栓をしていた。そのテーブルワインも美味だったが、店で売っている日本円で3本1千円も毎日飲んで満足していた。

底辺の味を覚えたのは貴重な経験で、今でもワインを頂くと3本1千円程度か、O家のワインか、それ以上か分かる。だから流行のブレンドものが嬉しくなるのだ。(ふんころがし)



井川町診療所
(井川町)

五十嵐信一

(1) 産婦人科業界の変わり様について

小生は56卒で真木教室に入りましたので、内分泌の針生、手術の斉藤、周産期の樋口、細胞診の小川、心身症の長谷川の各師(四天王+1)の怒涛の教えを賜り(荒行)、県南で雄勝秋山、角館曾我、仙北九嶋各師の薫陶(中道)を受けた後、当時子宮がん検診の先駆であった蒔田光郎院長の湖東に参りました(菩提)。

同世代以上で他科の先生方もお感じかと存じますが、産婦人科も「あれから42年」随分変わ

りました。

生殖医療として、体外受精・

胚移植が当たり前となり、母体血を用いた出生前遺伝学的検査も現実となりました。子宮移植も視野に。都会のビル診では、低用量ピルや性感感染症検査のニーズが最近すごく高いのだそうです。じっくり更年期障害の方と向き合うのは難しいかな？

手術にはロボット支援内視鏡手術が導入され、低侵襲に。昔苦労して覚えた指先の感触が偲ばれます。がん化学療法分野では、遺伝子パネル検査に対する個別化治療、遺伝子コンパニオン診断が行われ、分子標的薬、免疫チェックポイント阻害薬の導入が婦人科にも及んでいます。顕微鏡の前であんなに悩んだ組織型ではなく、遺伝子異型に対して薬剤を選択。AY世代のがんの妊孕性温存は、昔も気になっ

てはいましたが。分娩数は激減し、帝王切開率は高くなりました。冷や汗とともに覚えた鉗子分娩や骨盤位牽出は実質禁忌に。細胞診、コル

ポスコーピー、組織診にもHPV検査やAI導入。心身症関連では、働く女性の適応障害が激増している実感があります。

他界された同期を思えば、新たな環境、ニーズに対応して、残るわずかな心身能力を奮って勉強・努力すべきでしょうねえ。すみません。

(2) 井川町診療所について

平成9年に東西の診療所が合併して、井川町役場西隣に現在の「井川町診療所」が開設されたそうなのですが、小生の知る範囲では、刈田宏作先生、吉川晴夫先生、千葉宏俊先生、伊藤貞男先生、千葉先生ご再任も体調崩され大森病院から応援、三浦勉先生、小生という「御血脈」のようです。美しい田園風景の中、きれいな内外装で、2階の医局など、吉川先生らしいすごいデジタル環境です。仕事は住民の診療と、産業医、園医、学校医、HPV等ワクチン、介護等の委員会とか予想外に多岐にわたり、ばたばた、わたわたと

日々を送っています。

幸い地域住民の医療ニーズを熟知するスタッフの皆様のご指導ご鞭撻により、これまででは、なんとかやってこれています。周りの先生方にはご迷惑ばかりおかけし、重ねてお詫び申し上げます。

リレーエッセイ、次回は、南秋田整形外科医院の成田裕一郎先生にお願いいたします。



森吉山の冬

ナイト キッツ

正月だから

たむら船越クリニック（男鹿市） 田村 広美



「カレー作ろう」

早々と正月休み（うちのクリニックは近隣で一番早く休みに入り、一番遅くまで休んでいる）に突入し、帰ろうと

したときに思った。早速、スーパーへ。豚バラブロック2本、いや3本。肉の量は幸福の量に相關する。3本入りの人参の袋をとった時に、「金時人参、煮物に最適」と隣のポップが目に入る。ジャガイモは家にあつたな、玉ネギを取り、カレールウ売り場へ。

子供のころは、ワンタッチカレーや印度カレーを食べていた気がする。カレーの王子様なんてなかったからね。成人した頃の頃はジャワカレー。ストレートな辛さがおいしいと思った。モルトの飲み始めの頃にアイラモルトに惹かれていたのに似ている。刺激の強さが美味さにながっていた。辛さ≠美味さの概念が変わったのは、研修医の頃。静岡のクリニック。そのの賄のおばさんのカレーがおいしくてびっくりした。辛さはほどほど、甘みも感じるくらいなのだが旨い。作り方を聞いた。ダイナーカレーを辛口甘口を混

ぜて使い、とんかつソース、ケチャップ……。それ以来僕を作るカレーはダイナーカレーがベース。（奥さんは最近、熟カレー+ジャワカレーらしい）中辛と辛口を買い、ザ・カリーの甘口も。ザ・カリーには煮込み用のブイヨンがついているからね。

まずはブロック肉を大きめに切る。薄切り肉のカレーもおいしいんだけど、やっぱりゴロゴロの肉が好きだ。フライパン一杯の肉を全部の面に焦げ目がつくまで焼いて鍋に放り込む。同じフライパンで玉ネギを炒める。今回は大玉6個。僕のカレーは玉ネギが異様に多い。

実は僕は、子供のころからネギ類が苦手だ。大人になり薬味のネギは好きになった。スライスした玉ネギに生卵と鰹節、醤油をたらずといっておつまみだ。でも、火の通ったネギが存在を主張するのは許せない。酢豚のシャキツとした玉ネギ、牛丼の中の歯ごたえのある玉ネギ、な



ミルハス開館記念ミュージカル『樺の記憶・蓮のトキメキ』
（公募の県民45人が1年余の猛稽古を重ねて令和5年1月14、15日に公演した）

べ物の中のネギ、どれも自己主張が強すぎる。そばやラーメンの上のネギは細ネギを薄く刻むべきだ。幅3〜4mmもあるようなのは薬味としては失格。

そんな僕なので玉ネギは細目にカットされて、ひたすら炒めて本当にあめ色になるまで何時間でも炒める。フライパンに山盛り、最初はあふれ落ちそうだった玉ネギが、ふにやっとなり、「もうどうにでもして」っていう感じになつたら鍋に放り込む。ゴロゴロに切った人参をまた炒め

て鍋に入れば準備完了。ザ・カレーの煮込みブイヨンを入れ、さらに市販の炒め玉ねぎペーストを山ほど入れ、煮込みブイヨンを追加し、ついでにリンゴとハチミツも入れて（なんてたって秀樹に言われたら入れたくなるだろう？）既に数時間経過。そう僕のカレーが出来るのは翌日だ。2日目、いよいよルウ投入。ザ・カレー甘口1箱、ディナーカレー中辛2箱、辛口1箱、うーん、ザ・カレー甘口もう1箱入れちゃえ。とんかつソース適当に、そのほかも適当に。僕の料理はい

つも適当に、なので同じ味は2度とできない。

正月の雑用に紛れている間に、カレーは無くなっていた。「かわいい娘たちがみんな食べて行ったよ。おいしかったって言ってたよ」うーん、もう少し味見しておけばよかった。玉ネギのにおい（玉ねぎ大量に扱うと何日も指先が臭うのは僕だけ？）のする指でグラスを持つ僕に、「ハイ、これは少し残しておいてあげたよ」と言っ出てきたのは、彼女の作った角煮と鴨ロースのワイン煮。うん、お正月だ。

〈酔〉

編集後記



あきた芸術劇場ミルハスで昨年12月24日ウクライナ国立バレエ団とウクライナ国立歌劇場管弦楽団の総勢70名による公演があった。コロナ禍にめげず2千

人収容の大ホールは超満員。演目のミンクス作『ドン・キホーテ』は、巨大風車ロシアに立ち向かう憂い顔の騎士ドン・キホーテウクライナの構図を連想させた。終演後のカーテンコール、鳴りやまない観客の拍手。同団はチャイコフスキーの『白鳥の湖』などロシアの作品は侵略を

理由に中止したとパンフレットにあった。だが戦争を語る言葉のない舞台芸術を通して、今後も祖国のために声を上げていくのだろう▼今号にも会員多数から玉稿を賜り衷心より感謝。元氣印と思っていた相澤先生の闘病記に仰天。ぜひ還暦の祝いでお祓いを▼12年前の還暦で自

分が兎だったことに気づいた三浦一樹先生。十千と十二支の組み合わせである干支についての考察はやはり些か難しい▼ワンカップを抱えて会津から新潟へ抜ける只見線の旅をした秋元先生は4回目の兎年。亡き父上のフィルムカメラで撮影したセピア色の表紙は豪快だ▼「チャボ



今冬の寒風山（男鹿市）

は少し高価な目覚まし時計だった」という晴樹先生、ウサギは気の毒な実験動物だったと感謝を込めて若き日を語る▼神田先生は1月生まれ。宿敵(?)三浦先生は3月でお互い早生まれ。同じ高校、大学と因果は巡り年を重ね今年2人は仲良く6回目の年男。蝸牛進んだ道を戻れない(伊藤園俳句大賞)禁煙偉い!▼木村先生が医局バンドを結成していたとは知らなかった。次の医師会忘年会でぜひ演奏を▼

会長によるメッシ選手の成長ホルモンの病気には驚いたが、パソコンの詐欺画面にもびっくり。マイナ保険証の導入でこうした危険性が高まりそう▼頑張れない子たちについて長谷川先生は、誰かのために、好きなことだから頑張ってみるという思いが彼らを動かす力になる、それには支援が必要だと訴える▼来年の辰が干支の肥田野先生、若い先が短いからと仕事を縮小し、動物愛護センターから殺処分確実な猫をもらって罪滅ぼしか▼大窪先生の時事放談は今年も元気に続く。五十嵐信一先生は最新の産婦人科医療と井川診療所について丁寧に説明して下さい▼勉強会記事の吉田先生、連載エッセイの田村先生にも感謝▼昨年11月、編集子は大学時代の学生寮仲間13名と大阪で一杯やり、奈良へ足を延ばした。朝早く訪れた唐招提寺の天平の甍と鑑真和上のお墓に、ジャズトランプベットの日野皓正が新聞に書いていた「寺や神社の屋根の反りが日本の心」を思い出し、4



ウクライナ国立バレエ

年ぶりの旅を満喫した▼ゼロコロナから地球オールコロナへ転換した中国。致死率が低下している今、コロナの疾病分類を早く2から危険度の低い5へ変更してほしい。ロシアの侵略も2月で1年。「忠勇征露丸」をウクライナへ贈りたい。108号は4月から5月発行予定。ご協力を宜しく。

(編集長・佐々木康雄)

表紙説明

SL銀河

秋元 正年 (男鹿市)

昨年11月の釜石線平倉駅です。北東北で唯一、動態保存を兼ねて走るSL銀河。令和4年度最後の運行、来春で運行終了ということで、沿線随所にかメラマンの群れ。遠野を出発して仙人峠へ登る途中、煙を吐きながら通過するころを狙って撮影場所へ向かいました。

奇跡的に誰もいなかったところを見つけ、亡き父の形見、フィルムの一眼レフと三脚を構え「一撃必撮」で捉えた1枚。フィルムカメラでの撮影は直後にプレビュー確認ができず、現像してみないと仕上がりが分かりません。この緊張感がたまらない。はずかしながらこれからも続けたい私の道楽です。

お便りは 〒018-11401

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