



あだいに☆

116号

令和8年1月25日

編集発行：男鹿潟上南秋医師会 <http://oknmed.jp>

〒010-0101 秋田県潟上市天王字追分西4-30-E ☎(018)872-1022 (FAX)(018)872-1021



目次

特集 干支^{うま}の午と人生の楽園を語る

- ・干支に思う ～うそは常備薬、真実は劇薬～
杉山 和 … 2
- ・人生の楽園一日々に思うことー 松野健一 … 3
- ・猫園 越川静和 … 3
- ・人生の楽園 壺^{こちゅう}中の天と井の中の蛙
三浦一樹 … 5
- ・人生の楽園から人生の試練へ 鈴木貴美子 … 6
- ・海遊び事始め 秋元正年 … 7
- ・コントラバスの演奏人生 斉藤勇樹 … 8
- ・パレートの法則20対80
長谷川幸弘・瑞代子 … 9
- ・楽園の仲間たち ～天使と怪獣篇～
伊藤善昭 … 10
- ・希望のリスト ～走って登って理想の歯科へ～
石井秀彦 … 11
- ・わが人生の楽園「推し活」 吉成ひろ子 … 12

- ・北の国から一新春のゆううつ 肥田野文夫 … 13
- ・恩師のエヴァ^{エヴァ} ～記憶と楽園～ 佐々木康雄 … 14
- ・60年ぶりの丙午 今野則和 … 15
- 会長レター³⁴ 人生を楽しむ力
佐々木範明 … 16
- 男鹿潟上南秋医師会忘年会 …………… 17
- 医聖祭 …………… 18
- 生涯教育講座 …………… 19
- 小田正哉 先生／関 勝仁 先生
下平陽介 先生／三浦喜子 先生
- ワンポイントアドバイス⁴³ …………… 23
- 人口減と施設の行方 菅原則次 先生
- 私のおすすめ 菅場 恵 … 24
- どこにもいる詐欺師たち 大窪天三幸 … 25
- ナイトキャップ …………… 26
- 編集後記 …………… 27
- 表紙説明 …………… 28

特集

うま 干支の午と



人生の楽園を語る

馬や鹿には胆のうがない。馬は馬でも河馬^{かば}は胆のうを持ち、自分が棲む池に自分のウンコが浮かんでいないと不安になるという。それがどうした？

ともかくもあなたまかせの年の暮れ（一茶）に1年を、或いはこれまでの人生を顧みて、満足、物足りない、今後はかくありたい、今が最高などといった「希望のリスト」「人生の楽園」および「干支の馬」を語って頂いた。ともかくも笑いともらぬ『おだいじに』一。

今年は何年。何回目かは忘れることにしています。当院内科の入院患者さんや老人介護施設入所者の、それもごく一部の方を除けばどこに行っても最年長者になってしまいました。



干支に思う

うそは常備薬、真実は劇薬

杉山病院（潟上市）

杉山和

若い人たちとの感覚の相違に驚いていますが、それでも皆さん大事にしてくれていますし平均寿命まであとわずか、時期未定ながら死ぬことは保証されているので何の心配もいらぬし、今まさに人生の楽園の住民そのものです。

私の元気の源は、勝手気ままな好き嫌い短時間睡眠（疑似断眠療法）による軽躁状態にあるようです。

例えば白っぽい食べ物（牛乳・卵・豆腐）は嫌いなのに、白米は大好き・ヤクルトも好き。読むことは好きなのに、書くこと

は嫌い。話好きなのに聞きベタ（これで精神科医？ いいえ当たらない占い師です）。全く一貫性がありません。

心理学者の河合隼雄先生の言葉は大好きです（多少、私流にアレンジしてありますが）。

「うそは常備薬、使いすぎると中毒になる。真実は劇薬（使いようによっては、相手を殺す）」
「真面目も休み休み言え」と、こんな風です。

イヤダ、イヤダと言いつつたまたま書くのもすつきりするものです。編集長、ありがとうございます。

今年が皆さんにとつて良い年でありますように！！



ポニー（南由利原）



元旦0時の元気な若者たち
(一日市裸参り) 八郎潟町)

今の病院では40年ほど勤めさせていただきました。ここまで守られたことに感謝しています。男鹿市の人口減少などもあり、あまり忙しくはありませんが、時々患者さんを病院の他科の先生方に診ていただいたり、また大学病院や秋田市内の病院へ紹介することがあります。快諾くださり、感謝しております。また週に一度の大学病院からの



人生の楽園

「日々」に思うこと

男鹿みなと市民病院 (男鹿市)

松野 健 一

今年は何年とこのことで、私の歳になります。72歳になります。一昨年より耳漏と副鼻腔炎のために大変に落ち込みまして、大学の耳鼻科を受診しまして、大学の耳鼻科を受診しまして、大学耳鼻科を受診しまして、副鼻腔炎の診断をいただき、指定

難病とのことでデュピクセントの皮下注射が始まりました。幸いにも効果は数ヶ月で現れまして、現在は耳漏の消失とポリープの縮小となっております。老化は、心とはほぼ無関係に進んでいると実感しています。

応援にも、感謝しています。来年度いっぱい定年となりますが、その後も微力を尽くして行きたいと思っております。家族は子供が4人おりますが、昨年一番末の三男が就職しまして、一区切りがついたかなという感じです。

年齢が進むとともに、地上での人生の終わりを考えるようになりました。日本人の多くは、統計は取っていませんが、自力本願的かもしれません。しかし年齢が進むにつれて、体は衰えて行きます。草は枯れ、花はしぼむという表現が聖書にあります。すが、そのような自分に信頼して行くことは、滝壺が先にある

川でいかだに乗って、これに乗っているから大丈夫だと言っているようなもので、当てにはならないものだと思います。その意味では、自分自身は他力本願的と言えます。

ある偉大な信仰者が、明日世界が終わるとしたら今日何をしますかと、そんな意味のことを質問されたということです。その信仰者は「たとえ明日世界が滅びるとしても、私は今日リンゴの木を植える」そんな意味の答えをしたという逸話があります。私自身も日々の歩みが、永遠にまでもつながるような、そのような毎日を送りたいと思っています。

猫園

男鹿加藤診療所 (男鹿市)

越川 静 和

2025年といえはへび年ならぬ猫年。ずっと猫と家族にな

りたかった私。そんな中ようやく保護した3匹の猫。メス猫が



越川家の子どもたち

赤ちゃんを7匹産み計10匹に。その後また2匹保護して、今は総勢12匹の猫たちと5人のこともに囲まれた生活になりました。動物のいる中で子育てをするのも夢の一つでした。趣味、好みがあつたく違ふ夫と私ですが、猫が好きなのは当初から。私が新潟、夫が宮城にいた時のこと。勤務先までランニング中、茶とらの子猫が道の真ん中で倒れているのを発見。素人目にも交通事故かなにかで脳障害を負ってしまったと思われたその子。生きてほしくて「いっき」と名付けました。短い間懸命に

生き、静かに亡くなりました。お花畑の棺に入れて埋葬したことを思い出します。その時も、夫は休みの日に宮城から飛んできて子猫をかわいがってくれました。結婚式のケーキの上にもお菓子で作った「いっき」の像を乗せたほどです。

こどもたちも同じ親なのに全く違う性格。持って生まれたものはあるのだなと日々感じていますが、それは猫も同じ。そこがかわいいなあと思います。どこを向いてもかわいい子（こどもと猫）だらけだねと夫と話しています。うちのかわいい子たちを紹介させていただきますね。
くうちゃん★シルクのような毛並みで撫で心地抜群。まるいフォルムと穏やかな性格で癒し



「ペこ」と「ちゃあ」(右)

系男子。

ぺこちゃん★茶とら。臆病で控えめ。おいしいご飯も好きな人の隣も譲ってしまいます。家族が大好きで高いところが苦手。ちゃあちゃん★美猫。モデルさんのようなお母さん猫。人が苦手で触らせてくれません。
こねむちゃん★三毛。ときどき一緒に寝ようと甘えてくれるのがとてもかわいい女の子。丸顔。

まるちゃん★キジトラ。顔が丸いからまるちゃん。この頃ボディもまるくなってきました。
すずちゃん★グルメなキジトラの女の子。とてもスリムなフォルム。実は甘えん坊。
こうちゃん★生まれて間もない時に吹き抜けから落ちたり、着地に失敗して足を傷めたり…。幸と書いてこうちゃんに改名。いまは元気な茶とらの男の子。
かぎちゃん★かぎしっぽの茶とら君。食欲旺盛。暖炉の前がお気に入り。甘えん坊の添い寝好き。
ゆきちゃん★右足だけ白い茶とら君。右足が白いので、白い



越川家の仔猫たち

のは：雪！ でゆきちゃん。お母さん似のかわいい系男子です。外の世界に興味津々。
とらちゃん★人懐こさは断トツの茶とら君。昼夜問わずごろごろごろ。夫が大のお気に入り。洗濯物をたたむ膝の上、暖炉の前で休むあぐらの中が特等席。
ここあ★冬用タイヤと壁の間にはさまって抜けなくなったところを保護。小柄な三毛の女の子。
大福★別名うしちゃん、みるくちゃん。白に黒い斑がいくつか。ここあの兄弟。長男と相思相愛。

猫とこどもたちから元氣をも

らった2025年でした。すっかり家族になったねと話せるこ

とに幸せを感じます。2026年も宜しくお願いいたします！



人生の楽園 壺中の天と井の中の蛙

藤原記念病院（潟上市）

三浦一樹

「人生の楽園」。語句に拘るのが私の癖であり趣味なのだが、早速、「楽園」って何？ パラダイスのことだとしたら天国や極楽浄土のように来世のことであって「人生の」に馴染まないのでは？とか、「楽」って何？ 楽しいと

か嬉しいとか気が楽ということ？ 更には、「園」は石垣や壁、柵に境界された所のことだが、郷や里、野、域、場じゃダメなの？ 最近、ブルーバックスの『はじめの圏論』で現代数学を生かじりしたばかりの私としては、圏は

どうかな？ などなど、ぐたぐたとひねくり回していた時、ふと、本医師会報『おだいじに』の編集ご担当の萌芽舎が発行する素敵な無料のオピニオン誌の名は何と『楽園』。表に「人生を楽しむ寄り道あれこれ」とあったのを思い出した。なんだアこれできまりジャン。

それはそれとして言葉遊びもしたい。「楽」はもしかしてLUCK（運、幸）？ とか、リラックスは「里楽須」かな？ まるで温泉につかって「極楽、極楽」と眩くような境地のことと想像してみる。人生の、という程まではないが日々の楽園ではある。ちなみに私の寄り道先は「さとみ温泉りらつくす」。

苦あれば楽ありといわれるように、意のままにならないことが苦であれば、楽は逆に何とかすれば夢や願いが叶うことかもしれない。ゴダイゴの『ガンダーラ』では「そこに行けば、どんな夢も かなうというよ 誰もみな行きたがるが 遙かな世界」つまりは理想郷が唄われる。し

かし行先には幾多の苦難があり、道は遙かに遠く、ここからが、という境目はない。

ところで、私にはこの「楽園」にちよつと引つかかるものがある。小学校低学年の頃、隣の席の女の子が学校に来なくなった。よくわからなかったが、朝鮮総連がどうのこうのと父親が話していたことから、その頃にはじまった在日朝鮮人の帰還運動に係わることだったらしい。謳い文句は「地上の楽園」。後に知ることになるが、親類家族が向こうに渡った金元祚氏の『凍土の共和国』では恐ろしい欺瞞が暴かれている。楽園どころかまるで犯罪者や奴隷扱いだったと。拉致問題が報道される毎に、あの子は一体どうなったのだろうと思う。

空想や夢は楽しいファンタジーだが、思想は時に身勝手な暴力を正当化する道具となることを、今我々は目の当たりにしている。押しつけがましく、騒がしく、理想ばかりが語られる現代は「楽園」には程遠い。憂き世が苦界だ。せめてはちまちまと



横手市立雄物川図書館

白水社コーナー「文庫ク・セ・ジュ」(白水社を創設し1921年に仏政府からレジオン・ド・ヌール勲章を受章した雄物川出身の福岡易之助を記念している)

読書という結界に遊び、壺中に天を見るように本の内に世界をまると眺めるのも人生を楽しむ寄り道なのだろう。森敦の『新編 意味の変容』には、「内部+境界+外部」で全体の概念であり、内部は境界がそれに属せざる領域だから、無辺縁の領域として、これも全体概念をなす。したがって全体概念は内部に実現することができるとある。壺中の天はそのままに天ということだ。してみると、見上げなくても天が見える、大海（壊？ 悔？ 戒？）を知らぬ井の中の蛙こそ楽園に住むのかもしれない。



秋田のきりたんぼ in URAWA

「古希」の祝いから早いもので2年が過ぎた。今年は6回目の年女である。

昔は「古稀」と書いた。70歳まで生きることが「稀」だったので「古稀」。今は稀でなく当たり前になったので「古希」に変えたと何かで読んだ。

今振り返ってみるに70年近くおきらくに生きてきた。家事はすべて母にお任せ、上げ膳据え膳、至れり尽くせりの生活を送ってきた。

そして今、生活は一変した。貧血になり赤血球が造られていないことが分かった。ダーブロックを1日12mg服用開始。そうこうしているうちに異常な口渴と頻尿、体重減少とつづく。もしかして？ が現実！ 立

人生の楽園から 人生の試練へ

ひかり薬局（五城目町）
鈴木 貴美子

派な糖尿病であった。すぐインスリンと言われて私の人生はもういつぱん一変した。

一日の唯一の楽しみは消えた。まずは禁酒。15歳の時から食べていなかった朝食の復活、野菜中心の三食をきちんと食す。アルコールはプーアル茶とブラックコーヒーに変わり、大好きだった麺もパスタも中止。それなのにどんどん太り、ウエストがはまらなくなり着れない物だらけになり、患者さんからは太りましたねと言われる始末。

一番困ったことは「食べたい病」。食べるなど言われると食べたくなる病。毎日が己との戦いである。

そんな生活が2年くらい続い

た11月に、今度は97歳になる母が転倒して圧迫骨折。車イスになつてしまい、ショートステイのお世話になつてい

思えば暖かく明るい家で夕飯ができていた頃が「人生の楽園」であった。今年は「人生の試練」の時と、ダメ女に訣別。母が帰ってきたら上げ膳据え膳で迎えようと決心を新たにした年女。果たしてどうなることやら？

最後になりましたが、今年も宜しくお願い申し上げます。



がんばろう家事！
(ミャクミャクとボンボン福井)



海遊び事始め

男鹿みなと市民病院（男鹿市）

秋元正年

行ったら見る事ができると伺っていた、いわゆる、「マンタ」が出てきそうなどころまで潜るには、スキューバダイビングのライセンスを取れてなければいけないとガイドから聞かされて、現実に連れ戻された。

翌日からもっと楽しむつもりでいた体験ダイビングも、30分前後、船に揺られてできる島巡りも、ホテルの窓辺に吹き付ける風と、眼前で激しく泡立つ東シナ海になす術もなかった。街を歩くにも、風に飛ばされた物が直撃したら秋田まで帰られないので、ホテルでテレビを眺めた。アテネオリンピックで日本選手団の活躍を大きく報じていたが、熱くなれず、天気予報で周辺から台風が消えることを祈るだけ。ささやかな慰みはわずかな風の止んだ隙に買った、カップの八重山そばと、オリオンビールと、泡盛とドラゴンフルーツだけであり、南国の現実に直接触れた台風体験ツアーとなってしまった。台風が過ぎたら、筆者の夏休みも終わった。

男鹿に赴任してから、ふとしたきっかけであのライセンスもとれて心に余裕ができた頃に、台風体験ツアーを味わった石垣島がどうなっているか気になってきて行ってみたいと思った。今度は、ある日の午後スコールが直撃したきりで、台風を見ることなく、猛暑の中、穏やかに海遊び。やはり、これ。天気にもよるが、ずっとニコニコしてられる。これからも、心に余裕を持たせて、適宜、自分のメンテナンスをしながら、そんな楽園へ何遍でも行こうと思う。

きっかけは大学卒業から4年目の夏。大学の同級生に招待されて行った沖縄。用事のあとで乗ったタクシーに連れて行かれたみーばるビーチで、グラスボート越しの世界が頭から離れなかった。3泊4日の日程で、日常業務へ戻れるか不安があったが、沖縄は自分にとって非日常的な空間であり、もう少し長くいたら更に楽しめそうな気がした。この年の夏休みに、都会めいていた本島から離れて、石垣島周辺で過ごしてみようと思った。

秋田から羽田、那覇と飛行機を乗り継いで石垣島へ昼過ぎに着く。海遊びをしたくて体験ダイビングを予定に入れてみた。快晴の中、ホテルへ着いたらオ

リオンビール、泡盛、と行きかけたが、早速、体験ダイビングの業者からは、「次の日から台風が上陸する予報が出ているので、明日午後予定の体験ダイビングは、なるべく早めに始められるようにしてほしい」と連絡があり、アルコールは手短かに済ませた。当日、昼頃、水着に着替えて港から船に乗る。ただ、船に乗ったら直後に潜行するものと思っていた筆者は、急いでウェットスーツを着ようとしたものの、左足を入れるはずのところへ右腕を突っ込んでしまったっており、ガイドから大笑いされた。気を取り直し、10分ほど沖へ出たところで潜行した海の中では、やはり別世界。しかも無重力状態。でも、石垣島に



南の島もいいが冬の八郎湖もいい
(潟上市)



好事魔多し
(昨年1月に閉鎖した大久保のスーパー)

楽園とは何を示すのか？ 私の人生においては音楽との関わりが大きいウエイトを示しています。小学生の時はピアノ、中学校時代はトランペット、高校の初期はサックスと色々経験しましたが、高校2年より今のコントラバスという楽器に落ち着きました。吹奏楽ではストリングベースという名称の弦楽器です。一般的にヴァイオリンの一

番大きいサイズの楽器と思われるのですが、先祖はヴィオール属であり起源が異なります。そのため、形状や調弦、弓の持ち方が違います。京都の大学時代よりプロの指導者に師事し本格的にオーケストラに参加しました。当時は、大学オケはもちろん、他大学オケへのエキストラ参加や市民オケなど様々なオケ活動を行なっていました。しかし社会人になつてからは、なかなか時間がとれず、秋田に帰って来た24才の頃からほぼ休眠状態となりました。

その後大館の工場勤務、結婚と育児、能代での病院勤務、薬局新規開業と忙しい日々の中、私の楽器は大きい家具に変貌してしまいました。

転機となったのは、知り合いに誘われ能代吹奏楽団に参加した40才の時です。久しぶりの音楽活動に夢中になったことは言うまでもありません。しばらく問題はなかったのですが、吹奏楽の範疇はんちゆうでは物足りず、だんだんオケへの参加を渴望している自分がいきました。

45才頃、秋田なまはげオーケストラに参加してから今の自分の演奏活動の中心が決定したような気がします。その後、湯沢市民オケや秋田市管弦楽団のエキストラ活動をしていました。が、なまはげオケの解散および岩手への転勤もあり活動は縮小しました。

その後54才頃秋田に帰って来たら、今の秋田市管弦楽団の所属となります。演奏での充実感という面では過去一番という状況でしょう。

そこで楽園というテーマに話を戻すと、今の状況が本当に楽園なのか、という疑問が残ります。秋田に帰って来たことが本当に良かったのか、大学の友人

が多い京都に残っていた方が良かったのでは、プロのレッスンをもっと受けていれば…と思うことは多々あります。もっと練習し上達したら違う人生があったのでは、と考えることも多いのです。

演奏に関してほとんどの時間は練習であり、本番は全体の数%に過ぎません。楽器の状態維持に多額の費用がかかり、テクニク保持のため普段は日々修業の一環に近い状態です。でもこれが演奏の楽しさであり、ストレス解消、精神状態の改善にと繋がっています。

この苦行を経て、いずれ来る演奏活動の終了後、あの時が人生の楽園だったなあと回顧できるような日々の練習を行なっていたいと考えています。



コントラバスの演奏人生

飯田川調剤薬局 (潟上市)

斉藤 勇 樹



3代目の愛器



人生の楽園 パレートの法則20対80

長谷川医院 (男鹿市)

長谷川 幸弘

瑞代子

今回のテーマは楽園というこ
とで辞書をひいてみたら「苦し
みがなく幸せな生活を送れる場
所、一般的にはパラダイスや理
想郷ともいう」とありました。
竜宮城の浦島太郎？ ちょっと
違うかな。チャットGPTに聞
いてみましたら、

「理想郷での毎日は、柔らかな
光に包まれて始まる。目覚めれ
ば心地よい風が頬を撫で、遠く
から穏やかな笑い声が聞こえ
る。皆が互いを尊重し助け合
い、必要なものは自然と満ちて
いく。昼は緑の中で思索に耽
り、夕暮れには静かな湖が心を
映す。夜には星々が語りかける
ように輝き、一日がやさしく締
めくくられる。ここでは誰もが
自分らしく生き、日々が調和と

幸福に満ちている。」

なかなか良さそうではあり
ますが、どうも緊張感はなく、
朝から夜まで幸せ続きの毎日
だったら、自分は暇を持って余し
てしまいそうです。

ここまで見ていたら、パレー
トの法則を思い出しました。こ
れは20対80の法則で、例えばミ
ツバチが100匹いると80匹の
ミツバチはしつかりミツを集め
てくるけれども、残り20匹はさ
ぼって働かないというもので
す。さらに働くミツバチ80匹だ
けにしても、やはり2割のミツ
バチは働かなくなつて残り8割
は普通に働くそうです。では毎
日苦しみがなく幸せな生活だけ
だったらどうかというと、やは
り8割は幸せな生活だけでも2

割は実際は幸せなだろうけれ
ども感覚的に幸せではないと感
じるようになるのではないだろ
うかと心配になりました。

以前の秋田医報にK先生が書
いておられました。退職して第
2の人生を楽しめれると思つて
いたが、いざ退職してみると仕
事がなくて毎日が暇で退屈で困
たという記事でした。日々の暮
らしの中で、やるべきこと、や
りたいことがなければ、やつぱ
り暇で幸せはあまり感じないの
でしょうか。

私たち2人は後期高齢者の
真つ只中ですが、なんとか仕事
は続けています。患者さんを診



ナマハゲたちにパレートの法則は…
(昨年2月の男鹿柴灯祭り)

るのは楽しいです。そして仕事
以外の時間は畑を耕して季節の
野菜を作ります。最近収穫を
孫がやってくれるのでそれも楽
しいことです。風がなければ海
に出ます。年間通してはアジを
釣ることが多いです。これも婚
殿が「づけ」にしてくれて、ご
飯のお供になります。新鮮だか
ら美味しいですよ。

また、私たちはわらび座応援
団を自称していて、わらび座の
ミュージカルは必ず観に行きま
す。この文章がでるころは『人
魚姫伝説』が上演されているは
ずです。海の王女・人魚姫ほの
かは、15歳となつたその日、憧
れの海の上へ昇り、陸(ロク)
の国の王子清治と運命の出会い
をする物語です。冬は観客席が
炬燵こたつになっていきますので暖かく
観劇できます。皆様も観劇に
行つてくださると嬉しいです。

仕事をしながら暇を見て楽し
むことがある、こんな生活は全
部幸せな毎日です。あれっ、う
ちではパレートの法則は当ては
まらない？



楽園の仲間たち

「天使と怪獣篇」

湖東厚生病院（八郎潟町）

伊藤 善昭

今回お話をいただきましたテーマ「人生の楽園（希望のリスト）」、私にはいささか難しいテーマではありますが、ひねり出していきたいと思います。

…とはいうものの、実は書くことは決めておりまして、2025年を振り返った我が家の話題から。実は10月に私の「楽園」に「怪獣」が仲間入りしました。2025年の最も大きなイベントだった「怪獣」の仲間入り。それまでは、私と妻と「天使」の3人で、比較的穏やかな楽園生活を満喫しておりましたが、この「怪獣」は腹が減っては夜中だろうと「飯をよこせ!!」と大暴れし、私と妻がソファに腰をおろして休も

願っています（笑）。

さすがなのは我が「楽園」の「天使」です。「怪獣」にミルクをあげ、私たちが「怪獣」の吐き戻したミルクを片付けているとそつと着替えを持ってきてくれ、まだまだ自分も甘えたい気持ちもあるだろうにぐつとこらえて「怪獣」に我々を差し出ししています。もちろん赤ちゃん返りして「抱っこマン」になることはありますが、一番葛藤を抱えて頑張っているのは彼女なのだと思えます。私も妻も長男・長女でしたので上の子の大変さはある程度知っているつもりではありましたが、それでも「今日も我慢させちゃったな。頑張らせちゃったな」と反省する毎日です。ですから今、希望のリストを作るならば、一番初めに書くのは「娘との時間」でしょうか。「お姉ちゃん」として十分すぎるほど頑張ってくれている娘が、めいっばい甘えられる時間を作ることができればと思います。気がつけばどんどん成長し、2026年は年長さん

になる「天使」。こちらはすでに我々の手がかからなくなっており、「もう少しで一緒にお風呂呂に入れなくなるんだな」「反抗期がきたらお父さん嫌いって言われるのかな」と父としてはすでに寂しくなってきました。

テーマからだいぶ離れてしまった気もしますが、2025年に起きた大イベントから振り返り、私の「楽園」の変化と一番の「希望のリスト」を挙げさせていただきました。2026年も医師として父としてより精進していきたいと思えます。今年もご指導ご鞭撻のほどよろしくお願いいたします。



天使と怪獣



「駒ヶ岳とニッコウキスゲ」(著者撮影)



希望のリスト 走って登って理想の歯科へ

石井歯科クリニック(潟上市)

石井秀彦

希望のリストとは現在の状況を踏まえてまだ手に入れてない、今後手に入りたいことを挙げることを考えます。すぐにやれること、来年やるべきこと、数年先を見越してやること、生

涯を掛けてやることなど心の中にたくさん湧き上がってきます。しかし、現在があるという前提はいつ崩れるか判りませんからまずは現在の状況に感謝したいと思います。体力、時間、金銭など制限がありますから、数ある欲しいものリストの中から本当に欲しいものは何かを見つけて出す必要があります。以前「うらやましい」と思うことが自分の欲しいものであると読んだことがあります。自慢話を聞かされているのかと思うことがあっても「うらやましい」と思わないこともあります。一方、ちょっとした会話の中でも「うらやましい」と思う気持ち湧き上がることがあります。それは本当に私の欲している、

求めていることであると思いきや。いろいろな事情があり「うらやましい」と思っても実現できない事が多くあります。しかし、自分の気持ち次第、やる気次第で叶えられることもあります。それを一つでも叶えていきたいと思えます。

私の来年の希望リスト一つ目は趣味のマラソンと登山です。マラソンは昨年、雫石ファミリーマラソン、錦秋湖マラソン、メロンマラソンでは10km、田沢湖マラソンでは20km、一関ハーフマラソン大会ではハーフ21kmを完走しました。年々タイムが遅くなり制限時間に走り終えるか気になりますが、今年もハーフマラソンを制限時間内に走りたいと思います。

登山では昨年は春から夏にかけて真昼山、和賀岳、駒ヶ岳、森吉山に登りました。秋以降はクマに遭遇することを恐れて登山が出来ませんでした。今年はクマの心配をすることなく登山を楽しめて、出来れば鳥海山、岩手山、岩木山など標高の高い

山や県外の山にも挑戦したいと思えます。

希望リストの二つ目は仕事についてで、数年かけて実現したいことです。歯科界では、子供の虫歯が激減し、80歳で20本以上歯が残っている人の割合が50%を超えるなど大きく変化しています。その一方で子供には、菌列不正、食事をうまくできない、発音がうまくできないなどの口腔機能発達不全が増えています。お年寄りでは咀嚼できない、飲み込めない、誤嚥するなど口腔機能が低下している方が増えています。

これまで歯科医師は虫歯があれば削って詰める、歯が欠ければ冠を被せる、歯がない所はブリッジや義歯などを用いて形態を回復させることが主な仕事でした。今後も従来の治療は必要ですが、併せて口腔機能発達の支援、口腔機能低下のリハビリを求められています。時代の要請に応えていける歯科医師となるよう努めていきたいと思っています。



わが人生の楽園「推し活」

藤原記念病院（潟上市）

吉成 ひろ子

「人生の楽園」はどこにあるかまだ分かりませんが、最近幸せだと思ふひと時があります。家で「あとは寝るだけ！」となつてから、スマホで音楽や動画を見ている時間です。以前から某グループのファンで、活動休止の前には必要に駆られてYouTubeやNetflix、Twitterに加入しました。2020年以降は時々視聴する程度で、TwitterはXに変わったのを機にやめてしまいました。活動再開を信じて待っていたところ、正式に活動終了が発表され、来年の5月には終わってしまうことに…。

た。某グループとは別の意味でも癒される音楽で、よし、応援しようと思ひいわゆる「推し活」を始めました。初めてインスタグラムに登録し、フォローしました。インスタグラムはよくわからなかったのですが、娘に教わりながら登録し、今はアーティストのほかに美味しいケーキ屋さん、肘の手術後リハビリ中のプロ野球選手（そう、彼です！ 今年活躍してくれるといいな！）など5人ほどフォローしています。いろいろな動画が流れてくるため最初は戸惑いましたが、だんだん面白くなった動画が合成なのかどうか見分けがつくようになり、自分で良いと思つたお料理動画やクイズ、MLB情報など

を楽しむようになりました。

また、ドラマは地上波だと放送時間に視聴できないことが多いのですが、サブスクではいつでも見ることが出来ます。そんな中で今まで聞いたことのないアーティストの曲に出会うことがあります。Back Numberの「水平線」という曲がありますが、コロナ禍で高校総体が中止になったとき、縁があった高校生から来た手紙を読んで、大会を目標にして頑張っていた高校生たちに捧げる歌として制作し、YouTubeに挙げてくれたのです。いつでも、だれでも聞けるように。

あの時は甲子園の高校野球をはじめ様々なことが中止になりました。オリンピックも1年延期になりましたし、ライブは無観客配信になりました。当時この曲に励まされた人は多いのではないのでしょうか。YouTubeに加入していなければ出会うことがなかったかもしれない曲です。そして寝る前にのんびりと推しの音楽を聴きながら癒され



「ハチラボ笑点」で人生を楽しむ（八郎潟町）

る時間、これが今の私の幸福な時間で、明日の仕事への活力になつています。皆さんの癒しの時間はいかがでしょうか？

最後に「希望のリスト」をひとつだけ。ライブに当選しますように！！



北の国から

―新春のゆううつ―

杉山病院（潟上市）

肥田野 文夫

倉本聰脚本、さだまさしのオーブニングテーマが流れるこのドラマを見たのは20代で、すでに人生は終わったと感じていて、「やっとうまく行きそう」「もう少して幸せになれそう」なのに「必ず不運な展開になる」の見えるのが辛くなり、封印していましたが、年をとっていろいろなことに諦めがついたのかDVD全巻買って改めて見ました。台詞が重く、ある回では「人間はクマを追い出し土地を拓いておきながら、都合が悪くなると全部捨てていく…」みたいな、必死に生きているのにすべて良くない方に落ちていく、という現実をしみじみ感じます。

お題は「希望」「楽園」ですが、そもそも「生きる」ことに希望

があり、どこかに楽園があるという物語がいったい…。とりとめがなく分裂症気味ですが「クマ」です。人類の歴史は殺戮の物語で、古くはマンモス、オオカミ、バッファローなどを労働絶滅させ続け、馬、牛などを労働力として酷使し、食べるためなどに都合いいように劣悪な環境で家畜化し、近年それが加速しこの50年で野生の（もうすぐ死語、ダーウィンが来たなどの番組のジャンルは保護区かCGにしか存在しない）哺乳動物が半分になり昆虫が激減して捕食者の鳥が死にスズメの群れや蝶も見かけなくなりました。農薬、除草剤などの化学薬品で微生物も絶滅間近です。

私は人間至上主義（ヒューマニズム）が嫌いで、万物の霊

長、尊厳や人権など「人の命だけが地球より重い」から回復の見込みない高齢者を苦しませながら無理やり生かし続ける素晴らしい世界になったのです。人の楽園を保つためにクマを「駆除」しますが、進歩・開発・便利・成長のために気候変動を引き起こし、生態系を破壊し山を荒廃させておいて飢えたクマを（運悪く襲われた方は大変気の毒ですが）殺しまくっているのでしょうか？ そのうちクマ

認証できる緊急銃猟用の自律型ドローンを大量に飛ばしてあつという間に全滅させてしまえます。共生は無理でしょうから怪我予防用の全顔ヘルメットや時代劇に出てくるような鎖かた



く身捨つるほどの祖国はありや
寺山修司（宇野亜喜良展 昨年11月
秋田市千秋美術館）

びらや防弾チョッキを装備して暮らすのでしょうか。第二次世界大戦時、イギリスはドイツの毒ガス散布を恐れて国民に防毒マスクを配り、着用して出勤、ダンスなど普通の日常を送りました。私たちもコロナの時に自粛してステイホームし、マスクと防護衣で仕事をしました。

邪魔なもの、いらぬものは生きていてもすべて抹消するのが人間の習性ですが安心・安全で快適な生活なんて妄想です。クマの消去に反対するのは「今度は自分たちがいらなくなれば（エリート層やA.I.）削除される」とうすうすわかつているからでしょう。

ついこの間までコロナ、今はクマ、高市首相の発言、国分太一などの洗脳報道、そのうち非科学的な地震注意（！）でバカさ加減を競っているメディア自身が駆除され機械に取って代わられ「嘘と煽りとバカ騒ぎばかりだったけどあの頃は良かったなあ」とマスクゴミを懐かしむ時が来るでしょう。希望という明日はきつと来ないのです。



恩師のエヴァ

（記憶と楽園）

ハートインクリニック（潟上市）

佐々木 康雄

ちよっとキザですが、40年前の1986年4月、私はフランス各地に点在する古いロマネスク寺院を訪ねる一人旅をした。大学時代から敬愛する恩師が好きな教会のタンパン（扉上部半円アーチ）や柱頭芸術をこの目で見るためである。屋根や天井を支える柱と梁の間に彫られたユーモラスな像は文字を読めぬ信者に教訓を垂れる「石の聖書」と呼ばれ、新旧の聖書物語を題材に12世紀に集中的に制作された。恩師の勧めで訪れたオータンのサン・ラザール聖堂とロラン美術館。林檎の木から禁断の実をもちで逃げんとする「エヴァ」1基のみの小部屋に客は他になくエヴァと私だけ。

破って口にした林檎をアダムにも勧める。かくて言葉と善悪の知と性を覚えた2人と人類は出産苦と労働を科され、へびは地を這い夫婦は諍いも覚えた。アダムとエヴァは悔いて神に許しを請うもエデンを追放され「失楽園」の現在に至る。

ゴヤチーズを肴に一本空け、ブルーに染まるトゥールの街を千鳥足。楽園であった。

昨年師走13日、秋田市アトリオン音楽ホールでガブリエル・フォーレ没後100年メモリアルコンサートがあった。秋田混声合唱団と青少年オーケストラに県内外からプロ、アマ総勢200名。指揮の羽川武氏は「響きの美しさに魅了された憧れの曲がフォーレのレクイエムだった」とパンフに書いておられたが、私も若い時分から心酔してきた。海の彼方から寄せる波の如く弦楽が広がり、やがて、キリエ、キリエ・エレイソンと繰り返す合唱。第6曲でバリトンのリベラ・ミ・ドミネに身が震える。秋田に楽園が…。

朝ドラ「ばけばけ」の小泉八雲は『知られぬ日本の面影』で松江と宍道湖の朝をこう描写している。「地の底から響く巨大な脈動、米つきの音…禅寺の大鐘が町中に響き渡る。それから行商人の声が聞こえ始める。「大根やーい」「蕪やー蕪」…やがて太陽の黄金の縁が姿を見せるやその光は水面も梢も金色に染め上げ…」。大学1年の夏休みの黄昏時、私はこの地にいた。秋田では八郎潟の干拓が本格化した頃である。今、宍道湖は当時の美しさを保ち、かつて文人墨客が訪れ賑わった八郎潟は、再婚どうしだった八雲とセツはお互い2つ目の林檎で「怪談」を紡ぎ世界の文学に寄与した。オータン、ヴェズレー、トゥールと松江の夕靄。昔日の楽園は遠くなり、最愛の恩師は昨年師走95歳でレクイエムの人となられた。



森岡恭彦先生
ご逝去95歳
(昨年3月栃木
県下野市にて)



エヴァのレプリカ
(東京代々木の森岡家)



60年ぶりの丙午

男鹿みなと市民病院（男鹿市）

今野則和

令和8年（2026）の干支は午、それも60年ぶりの丙午で、私も還暦を迎えることになりました。浅学の私は干支や還暦を祝う意味を詳しくは知りませんでした。今まで干支というのは、十二支一子、丑、寅、卯…亥の事だと思っていました。しかし干支は「十干と十二支」の組合せによる数え方だそうです。

十干とは古くから分類や順番を表すために使われる記号で、甲、乙、丙、丁…癸だそうです。昔の学校の成績が甲・乙・丙・丁だったというのは知っていましたが、同じ干支の組合せが巡るのは、10（十干）と12（十二支）の最小公倍数である60年後となるわけです。還暦はこの60

の干支が一巡して生まれた年の干支に還ることから人生の節目としてお祝いされてきたそうです。現在60歳という年齢はとも若く（少なくとも自分はそう思っています）還暦を特別に祝うほどでもない気がしていましたが、還暦祝いには理由があることを知りました。

諸説あるようですが「中国では丙午・丁未の年は天災が多い」と言われていました。日本では江戸時代に「丙午の年は火事が多い」という説があり、天和3年（1683）に火あぶりの刑に処された八百屋お七の事件が関係しているようです。お七は江戸・本郷の八百屋の娘で、火事をきっかけに吉三郎という

若者と恋仲になり、やがて「火事になればまた会える」と思いつめ、自宅に火を放ち、処刑されるという悲劇を迎えます。このお七について、浄瑠璃などで寛文6年（1666）の丙午生まれと描かれたことから、火災の迷信と結びつき「丙午の女性は気性が荒く、惚れた男を滅ぼす」という言い伝えが広まったようです。これで八百屋お七と丙午が私の中で繋がりました。

小学校時代、私の学年は4クラスで、1つ下の学年は児童数が多く5クラスでも足りないくらいでした。母から、私の小学校入学式の校長先生のあいさつで、丙午の年に子供を生んでくれたことをとても感謝されたこと聞いた事がありました。迷信で出生数が驚くほど少なくなることで子供心に不思議でした。

「人口動態統計」によれば1966年の丙午の女子出生数は明治時代の丙午より変動が大きく前年に比べ25%の減少、翌年は42%の増加だったそうです。現象の背景には前回の「明

治の丙午」世代の女性に自殺者が多く出たことや、当時の悲劇を知る人がまだ多く存命だったことに加えて、1960年代前半からマスメディアによる丙午の報道が盛んに行われ、迷信が社会的に増幅されたことも影響したと考えられていたようでした。

その後、最大の理由は簡便な避妊方法が普及し出生をコントロールしやすくなったこと、という研究論文が発表されたこと、ことで、なんとも驚きです。以上、丙午に関してレポートしましたが、真偽はご自分で判断して下さい。令和の時代に迷信を信じる方は少ないでしょうし、そもそも超少子化なので丙午騒動は起きないと思いますが、どうなるでしょうか？



はいつてんせ
（横手のかまくら 今年から
2月第2金土に開催）

会長レター

34

人生を楽しむ力

佐々木医院（潟上市）

佐々木 範明



今年の一文字は「熊」でした。秋田県人からすると当然の一文字という感じですが、関西では大熊猫（パンダ）の「熊」だったかもしれません。第2位、3位は「米」と「高」。急騰した米価、古古古米、備蓄米などの「米」、関税を翻弄した「米」国の困った大統領。日本の憲政史上、初の女性宰相となった「高」市早苗氏、そして物価「高」。



皆さん、上手に一文字を選ぶものだなあと感心してしまいます。

医療材料も高騰中。第一標榜が外科の当院では、ガーゼ、消毒液、絆創膏、縫合糸など外科処置用具、注射器や針、フィルム、何から何まで値上がり。もちろん職員の給与もあげなくては…。医療機関が支払基金に請求できる治療費は公定価格である診療報酬額のみです。2年に1度改定がある診療報酬もこの10年、上がっても1%未満、下がった年もあります。

この春の診療報酬改定では、総枠で3・08%の増額ですが、中身はどうでしょう。財務省の諮問委員会、財政制度等審議会は「過去一貫して病院に比べ、

診療所は高い利益率を維持している。病院への重点的な支援のため、診療所の報酬の適正化が不可欠」（つまり下げるということ）、病院については「病床・病院機能ごとに異なる経営実態に応じきめ細かく対応する必要」（つまり上げるということ）としています。医師が選ぶ

2025年の10大ニュースの第3位は「医療機関の経営悪化が深刻化、閉院や倒産」で、第9位が「高市内閣に医師の松本氏が初入閣」でした。医師の将来への不安や期待が色濃く出ている10大ニュースという印象です。

大変なことがあった1年であつても、新しい年を迎えようとしている今ですから、明るい近未来を思いながら過ごしたいところ。私にとつて人生の楽園という言葉から浮かんでくるのは、勤務医をしている頃、スキューバダイビングのために出かけた南の島々です。どの島も美しかったけれども、タヒチのランギロア島、クック諸島のアイツタキ島、フィジーのカメア

(Ganea) 島はどうしてももう一度行きたい島です。特にフィジー Ganea 島は「ドクター」としてこの島に住まないか?」と、当時、この島のオーナーであつたレンディー氏にウインクされながらオフアールされた思い出の島。

また行きたいと思つても、この島に行くにはニューカレドニアを経由してフィジー本島国際空港に到着後、そこからセスナ機に乗り換えタベウニ島に飛び、着いた牧場のような空港から幌をかぶせたトラックに乗り、約1時間揺られて着いた船着場からボートで約20分、やっと到着します。この「天国に一番近い島」に行くには人生を楽しむ力（パワー）が必要です。

医師会長職が長くなつたからなのかもしれませんが、30代40代の頃に比べこのパワーは落ちてきて、楽園は遠くなつていきます。昨年自身の健康の一大事を乗り越えたので、2026年からは心身ともにパワーを取り戻すことを第一にと思つて、悪天候でもケンシンと散歩です。



▶後列左から
鈴木、木村、畠山、今野、小林、田村、秋元、波多野、大島、藤原、成田、関
▶前列左から
下間、関啓二、編集長、坪井、範明会長、白山、香曾我部、児玉、安田

令和7年11月29日、昨年と同じANAクラウンプラザホテルにて当医師会忘年会が開催されました。今回は参加23名と比較的多くの先生方にお集まりいただき盛会でした。

開会のあいさつで佐々木範明医師会長は、今年はとにかくクマの出没が自分を含めて患者さんの健康状態にこのように影響を及ぼすとは想像もできなかったと次のように話されました。クマ出没のため外出が減り散歩もできなくなる患者さ

んが増え血糖値やコレステロール値が悪化している人が増えています。また医療経済に関して来年は診療報酬の改定がありませんが、現在の物価高や人件費の高騰を考慮すれば診療報酬の増額なしでは病院、診療所の経営は立ち行かなくなつて厳しい、厚生労働省は2050年までには人口減少が加速度的に進み、将来、医師も余つてくるので今後医学部の定員削減や医師国家試験の合格率を下げるなどの医師数抑制政策を考えているようだ、しかし現状は、現役で働いている医師も高齢化し引退するはずなのでこのような試算はおかしいと話されました。

ついで坪井純先生に乾杯のご挨拶をいただき、自分も後期高齢者になつてしまいましたが、毎年皆さんとこの会でお会いできるのが大変うれしと話されました。参加者全員からも今年1年の所感をお話していただきました。やはりクマが人里に現れ我々の生活を脅かしていることが問題でこのようなことが起



こるとは予想もなかったという感想が多数でした。また会員の高齢化もあるのでしょうか、自分の健康や病気の話題が目立ち、病氣自慢ではないものの皆さんそれぞれが病氣を抱えつつも医療に携わる者として奮闘されているようでした。皆さんにはこれからも健康に留意しつつ男鹿南秋地区の医療を支えていつてもらいたいと思います。

最後に、神田仁先生のご提案で本年亡くられた西村英夫先生と小玉弘之先生のご冥福をお祈りして黙祷を捧げ、一人も欠けることもなく来年もまたお会いしましょうと締めくくられて閉会しました。



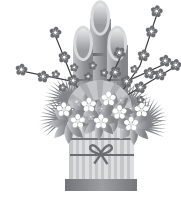
男鹿潟上南秋医師会忘年会

せきクリニツク（潟上市）

関 仁 史



医 聖 祭



1月10日^土

美富士小料理店（八郎潟町）

正月恒例の医科歯科薬科三師会の湖東医話会による医聖祭が八郎潟駅前的美富士を会場に行われた。年々参加者が減って今年も14名。神田仁先生の音頭でヒポクラテスと神農の掛軸に医療の安全を祈願し二礼二拍手一礼。塩、米、お神酒を頂き、記念撮影後、新年会に移った。

医師会の佐々木範明会長、歯科の石井秀彦先生から新年の挨拶、薬科の佐藤友紀先生の音頭で乾杯。14名ながら大いに盛り上がり、数名は二次会へ。常連であった大久保の鈴木明彦先生（歯科）は昨年鬼籍に入られた。改めてご冥福を祈る。（編者）



塩、米、お神酒を頂く



拝む



- ▶後列左から 永井由貴子、宇杉、橋本徹、斉藤、秋元、児玉光、武藤
- ▶前列左から 畑沢、範明会長、佐藤、神田、佐々木、石井、児玉亮

脳卒中の診断から治療まで ～かかりつけ医の役割と外科的治療の実際～



中通総合病院 副院長・脳神経外科統括科長

小田 正哉 先生

日時▼令和7年9月24日
場所▼ZOOMを介したオンライン講演会

脳卒中を疑うには病歴の聴取と診察を行う。突然の発症は早急な対処を要することが多い。脳卒中の症状として顔の左右差、腕の筋力の左右差、言葉がうまく話せないことが挙げられ、このような症状が出た場合はすぐに受診することが大切である。TIA（一過性脳虚血発作）は数分～1時間で症状が改善するが、脳梗塞の前兆なので様子をみずに受診をする必要がある。めまいの中には小脳梗塞や脳幹梗塞の場合がある。激しい頭痛

はクモ膜下出血かもしれない。

脳卒中は、発症時の迅速な対応が予後を大きく左右するので、発症から治療までの時間短縮、専門的治療の提供体制の確保が重要である。静注血栓溶解療法が可能な一次脳卒中センター（PSC）と、さらに機械的血栓回収療法が可能なPSCコア施設の整備が進んでいる。

かかりつけ医は脳卒中診療において、生活習慣改善の指導、再発予防のための抗血栓療法、発作時の対応に関する患者・家

族の教育、脳卒中発症時・入院中・退院後の患者・家族のサポート等、多方面にわたり大事な役割を担っているが、かかりつけ医と脳卒中センターとの連携がさらに必要とされている。

脳梗塞の急性期再灌流療法の主な目的は、超急性期に途絶した脳血流をごく早期に再開させ、不可逆的障害を回避することである。現在において最も転帰改善効果の高い治療として静注血栓溶解療法と、機械的血栓回収療法などの血管内治療がある。

急性期脳梗塞における開頭減圧術は重度の脳浮腫による脳圧亢進を軽減するための手術で、脳幹など重要な部位への圧迫を防ぐ。

クモ膜下出血（SAH）の内因性疾患では動脈瘤破裂が原因の大部分を占めている。急性期の死亡率が高い疾患で、3大予後不良因子としては破裂した時の脳への1次ダメージ、24～48時間以内の再出血、手術後の脳血管攣縮による脳梗塞の発症がある。約2割の方が微小出血でより軽微な症状で発症し、救急でのCTで明らかなSAHと認

められず、再出血で大発作を起こすことがある。また、切迫破裂（破裂する直前）で突然、動眼神経麻痺（眼瞼下垂、複視、散瞳）や視野障害がみられることがある。いずれも緊急手術の適応となるためMRIも考慮する。コイル塞栓術、開頭クリッピング術のいずれが適切か総合的に判断し迅速に施行する。

脳出血は高血圧性脳出血が約8割を占める。死亡率はクモ膜下出血より低いものの、中等度から重度の障害を後遺する割合がクモ膜下出血に比べて高い。意識レベル、出血部位、出血量の項目で手術適応が決まる。開頭血腫除去術や内視鏡を使っての血腫除去術を考慮する。

抗凝固療法中の脳出血について、下垂体卒中について、高血圧管理・治療ガイドライン2025（JSH2025）とARNIについても講演内で言及された。



上松木内の紙風船
(昨年2月10日
仙北市)

高齢者の多い地域で私がSGLT2 阻害薬を処方し続ける理由

「非腎臓内科医が語る腎保護の話」



能代山本医師会病院 循環器内科

部長 関 勝 仁 先生

日時▼令和7年10月30日
場所▼ブルーメッセあきた

非腎臓専門医が相対すべき慢性腎臓病（CKD）としては、糖尿病関連腎臓病と高血圧性腎硬化症がトップ2と考えられ、全国で2000万人いると言われている。糖尿病関連腎臓病はCKDのなかで最大の原疾患で、これまでは「透析を遅らせる」ことに主眼があったが、現在では「透析を回避すること」に移っている。一方、高血圧性腎硬化症は、CKDのなかで糖尿病関連腎臓病に次いで多い疾患で、これまでの治療は「血圧管理」のみであったが、現在では「血圧管理+腎保護」に主眼が移っている。

3か月以上蛋白尿あるいはア

ルブミン尿があり、かつeGFRが60未満の場合、CKDといつてよい。CKD診断の意義は、CKDと診断されて早期に介入が始まると、eGFR低下を遅らせることが出来ることである。

CKD患者に対し、SGLT2阻害薬はeGFR低下を遅らせる効果があり、その効果は投与を中止しても持続する（キヤリーオーバー効果）。キヤリーオーバー効果の3つの可能性として、1つはネフロン保存効果（機能的ネフロンを維持し、腎機能低下速度を緩やかにする）、1つは心血管系への間接的効果（腎機能を維持することに

よって心血管死のリスク低下に寄与）、もう1つはレガシー効果（早期介入による臓器保護によって薬剤中止後も効果持続）が考えられる。また、2型糖尿病の有無、高血圧や糸球体疾患などの基礎疾患に関わらず幅広いCKD患者に対して効果を示す。

eGFRが60から低下していくと急激に心不全のリスクが高まる。今までは、心不全症状がみられるステージC（心不全）以降が治療の本番だと捉えられていたが、2025年版心不全ガイドラインの改定によって、心不全は、心臓の構造異常はあるがまだ症状が出ていないステージB（前心不全）の段階から始まっている、治療は、心臓の構造的異常や症状はないが心不全のリスクの高いステージA（リスク）の段階から開始することが推奨されている。薬物治療では、SGLT2阻害薬は左室駆出率にかかわらず、全ての心不全ステージ、すなわちステージAからの投与が推奨されている。

日本人の高齢者に対するSGLT2阻害薬投与群で複合転帰、全死亡、心不全入院のいずれにおいても非投与群に対して優位に低かったとの報告がある。そこでは、安全性複合事象、虚血性脳卒中、尿路感染、脱水症のいずれにおいても非投与群に対してリスクを上げなかった。年齢、2型糖尿病、BMI、左室駆出率、フレイル、栄養の良しあしのいずれの場合もSGLT2阻害薬を使った方が、良い結果が出ている。高齢者の多い地域で私がSGLT2阻害薬を処方し続ける理由の1つとなっている。

腎臓リハビリテーションというものがあるが、SGLT2阻害薬と運動療法を併用することで更なる効果が期待されている。



かまくら
(昨年2月 横手市)

地域で診る潰瘍性大腸炎 紹介のタイム ングは？ プライマリケア対応から最新の アドバンスセラピーまで



秋田大学医学系研究科腫瘍制御医学系
消化器内科学・神経内科学講座

助教 下平陽介 先生

日時▼令和7年11月4日
場所▼ブルーメツセあきた

潰瘍性大腸炎（UC）は大腸粘膜に原因不明の慢性炎症を来す疾患で、直腸から連続して大腸粘膜にびまん性に炎症が拡がり、ひどくなると潰瘍が形成され自然出血が起こる。粘血便が多く、また便を出そうという感覚が強いため、しぶり腹という痛みが起こることが非常に特徴的である。再燃・寛解を繰り返し慢性に経過する疾患であり、現時点で根治療法は存在しない。

潰瘍をはじめとする炎症所見をそれぞれ認めるというのがUCの診断基準に含まれる。2〜4週間後の症状を確認するが、診断が難しい場合は疑似例としてさらに経過観察を要する。

UCの経過中、炎症性の発癌が起こることがある。20年で約5%と言われている。ただし、若年発症、長期罹患者、全大腸炎型、重症例、大腸癌の家族歴がある例、原発性硬化性胆管炎を併発している例は癌になりやすい。同時または異時、多発性に発生し、背景に炎症があるため発見しづらく、低分化癌が多く予後が悪い。内視鏡検査時

非常に注意してくまなく観察する必要があり、また定期的に内視鏡検査を行う必要がある。

治療は悪い状態を良くする寛解導入療法と、良い状態を長く保つ寛解維持療法に区別される。初診時の約半分は軽症だが、軽症の治療をきちんと行うことが非常に重要である。

基本的な治療薬として5ASA製剤がある。これらをしっかりと使うのが治療のベースであるが、飲まなければいけない錠数が非常に多いためアドヒアランスが低下しやすい。アドヒアランスが低下すると再燃しやすいので、なるべく飲み続けていくことが大事である。

ステロイドは中等症か重症例の寛解導入に使用される。開始容量は患者さんによつて選択されるが、2、3週間後に漸減していつて最終的に中止する必要がある。維持をしても維持効果は少なく、副作用のリスクが上がる。



森吉山阿仁スキー場

にステロイド点滴静注が必要なのですぐに紹介して頂きたい。逆に専門施設からかかりつけ医へ紹介する場合、患者さんの不安を軽減するために病診連携のルールをきちんと整備していくことが重要だと考えている。

5ASA製剤、ステロイド製剤をうまく使っても1年後に良い状態を維持しているのは50%程度と言われている。難治性UCに対して最近行われているのがアドバンスセラピーと呼ばれる治療であり、抗TNF α 製剤、副作用のないタイプのステロイドの注腸治療、JAK阻害剤など様々な薬剤が発売されている。

日常診療でよく診る排尿疾患

過活動膀胱・腹圧性尿失禁・

前立腺肥大症・間質性膀胱炎



市立秋田総合病院 泌尿器科透視センター長
兼 医長 三浦喜子 先生

日時▼令和7年11月20日
場所▼ZOOMによるオンライン配信

日常診療でよく診る排尿疾患についてお話しする。

○過活動膀胱

過活動膀胱は症状症候群で、問診が非常に重要である。急に我慢出来ない強い尿意が起こる「尿意切迫感」、トイレが近くなる「頻尿・夜間頻尿」、トイレに間に合わずに漏れる「切迫性尿失禁」が代表的な症状である。過活動膀胱症状質問票（OABSS）が利用されている。

検尿・残尿測定・血液検査・超音波検査等での疾患との鑑別診断を行う。一般医家において、血尿・膿尿がなく残尿が100ml未満の場合は過活動膀胱と診断して治療を開始する。

治療は薬物療法が主体で、抗コリン薬（尿意切迫感改善効果）とβ3受容体作動薬（蓄尿機能改善効果）を中心に行われるが、それぞれの薬の副作用に注意する必要がある。薬物療法以外に生活習慣の指導（減量、飲水指導、カフェインを控える）や膀胱訓練の指導も行う。難治性過活動膀胱の治療に、ボツリヌス膀胱内注入療法がある。

○腹圧性尿失禁

咳やくしゃみをした時、重い物を持った時、立った時、歩いたり運動した時に尿が漏れてしまう疾患に腹圧性尿失禁がある。骨盤底筋の脆弱性が原因になっている。

軽症の場合は骨盤底筋体操を指導している。薬物治療としては三環系抗うつ薬（尿意覚醒促進、抗コリン作用）とβ2刺激薬（膀胱平滑筋弛緩作用、膀胱内圧低下作用、外尿道括約筋収縮作用）が主に使われる。薬物治療の効果が乏しい場合は手術も考慮される。手術にはTVT手術、TOT手術がある。

○前立腺肥大症

男性の排尿疾患として前立腺肥大症がある。年齢と共に肥大化した前立腺内を通る尿道が機械的に圧迫されて、頻尿・夜間頻尿、残尿感、尿意切迫感、尿勢低下、尿線途絶、腹圧排尿など様々な排尿症状を生じる。

診断は検尿、残尿測定、血液検査（PSAを含む）、超音波検査等で他疾患との鑑別をし、前立腺体積を計測する。

治療には薬物治療と手術治療がある。薬物治療にはα1遮断薬（前立腺と膀胱頸部の平滑筋緊張阻害作用）、PDE5阻害薬（前立腺平滑筋弛緩作用）、5α還元酵素阻害薬（前立腺縮小効果）などがある。過活動膀胱合併例

ではα1遮断薬と抗コリン薬またはβ3受容体作動薬の併用療法が推奨されるが、いずれの場合もα1遮断薬の先行投与が望ましい。手術治療では経尿道的前立腺切除術（TURP）がある。

○間質性膀胱炎・膀胱痛症候群

蓄尿時の膀胱痛があり、頻尿・尿意亢進・尿意切迫感などの症状を伴い、混同し得る疾患（膀胱炎、腫瘍、結石、過活動膀胱）がない状態で、膀胱鏡検査でハンナ病変（膀胱粘膜の特有な発赤、びらん、出血を伴う病変）があれば間質性膀胱炎、ハンナ病変がなければ膀胱痛症候群と区別される。稀な病気ではあるが、過活動膀胱として治療されている中に間質性膀胱炎・膀胱症候群がいる場合がある。原因は不明だが近年、間質性膀胱炎は免疫炎症性疾患であるということが分かってきた。

治療は、膀胱水圧拡張術、経尿道的ハンナ病変切除術、膀胱内注入療法（DMSO、ジムソ）がある。



吉田賢志 記者

ワンポイント

アドバイス ④3

おらほの先生から一言



75歳以上人口の減少と今後の展望

質問

湖畔時報のひろば「老人施設の10年後は？」を興味深く拝読しました。施設や法人の連携・合併問題も含め介護福祉の現状と今後について教えて下さい。

ご指南役

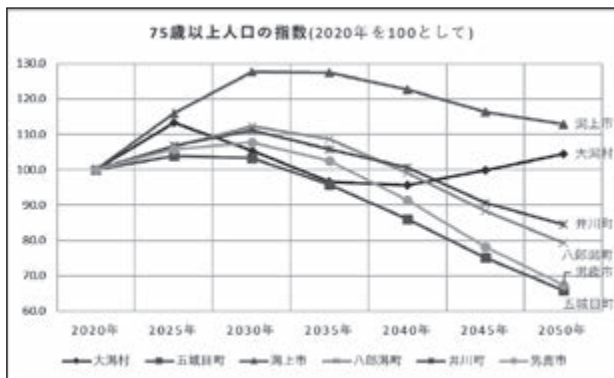
特別養護老人ホーム

昭寿苑(潟上市)

施設長 菅原 則次 先生



日本一の高齢県といわれる秋田県ですが、国立社会保障・人



口問題研究所による「日本の地域別将来推計人口(2023年推計)」の報告においても、漏れなく秋田県が出てきます。

- ・ 65歳以上人口割合が40%を超える都道府県は2025年には秋田県のみ(40・3%)
- ・ 秋田県の2020年を100とした2050年の総人口の指数は58・4であり、4割以上減少

・ 2050年の65歳以上人口割合は、秋田県が49・9%で最

も高く、75歳以上人口割合が高いのももちろん秋田県(32・2%)といった具合

以前、人口問題研究所の企画部室長と話す(飲む)機会があったのですが、当時「自分たちの出すデータ『人口移動傾向』は、一時的な要因によって大きく変化することはあってもほぼ予測できる」と自信をもって話していました。

ところが、記憶に新しい大きな要因として2020年から3年間のコロナ禍がありました。若者の出会いの機会が失われ、初婚数も大きく下がることとなり(イコール出生率低下)、それが10年前推計をはるかに上回る少子高齢化の要因にもなっています。

さて、その高齢化の今後ですが、75歳以上人口は2030年まで全都道府県で増加するものの、その後は減少傾向に転じるとされています。75歳以上人口の減少は、医療需要・介護需要に直接反映します。

さらに健康寿命の延びもあり、業界としては対象者が減少する

ということであり、長期的には事業規模の縮小が必須になると思われれます。秋田県においては医療需要のピークは既に過ぎ、介護需要のピークが2030年頃と想定されています。

当地区においても、75歳以上人口のピークは2030年であり、その後全市町村で減少しますが、男鹿市・五城目町においては、2050年までの20年程の間に、75歳以上人口は4割近く減る予測です。(男鹿・潟上・南秋地区における75歳以上人口の推移予測はグラフのとおりです)

2030年がピークというものの、既に地区内では、介護需要の低下がみられ、施設等の利用減に悩まされています。こうした状況の中、介護(医療)もそれに合わせたものでなければ立ちいかなくなりそうです。厚労省が法人の連携を推奨するのも、こうした社会情勢の変化を踏まえてのことと思われれます。

当社会福祉法人「昭和ふくし会」は、秋田市の法人と昨年11月に秋田県で初となる合併を行

私のおすすめ



良い弱音は吐いてもいいんだよ

出戸診療所（潟上市）

萱場 恵

ヨシタケシンスケさん。
 1973年神奈川県生まれ。筑波大学大学院芸術研究科総合造形コース修了の絵本作家、イラストレーター。彼が絵本作家としてデビューしたのは40歳だったので、残念ながら我が子にはその絵本を読み聞かせは出来なかったが、大人がはまってしまふ魅力が詰まっている。「りんごかもしれない」「もうぬげない」「おしっこちよびりもれたろう」など読んだことがあるのではないでしょう。MOE絵本屋さん大賞、ポロニーニャ・ラガツツイ賞特別賞、ニューヨ

ク・タイムズ最優秀絵本賞など海外でも人気だ。
 今年の夏、秋田市金足の県立博物館で「ヨシタケシンスケ展 かもしれない」を見に行った。今回紹介の『ヨイヨワネ』あおむけ編とうつぶせ編はそこで出会った。彼が日々吐いている弱音を描いているスケッチ集である。「あおむけ編」は魂が疲れ気味の方を励ましてくれる一冊。「かけていいタイプの迷惑と、してもいいタイプの失敗がある。けっこうたくさんあるんだよ」「あせらなくても大丈夫。そして、あせることをやめられなくても大丈夫」など。
 『うつぶせ編』はしんどさを受け入れ、自分と折り合いをつけるための一冊。「比べなくてもいいものを、比べちゃうのが人間ですナ」「あきらめることで生まれる希望もあるのです」「過労で倒れたりしないために微労で倒れる練習を」「水の勢いが強すぎると、器に水はたまらない」「君たちのありあまる元気は、私の身体に悪い」ふむふむ、ほんとほんとと頷きなが



らあつという間に読める。
 職場、家庭、社会活動の日常で、怒りや、不安、自己嫌悪に陥るときが誰にでもある。そんな時、家族や友人に聞いてもらつて心が軽くなるなら、それは「ヨイヨワネ」
 誰にも話せない、話す相手がない、そんな人は日記でもメモでもいい、言葉にすることで、文字にすることで自分に弱音をみせてあげること、明日を生きるのに大事なのだと思わせてくれる。
 「おわりに」の最後の言葉は「願わくば、この本を手にとってくださったあなたに、『良い弱音』が見つかりますように…」

い、「令和ふくし会」となりました。ともに杉山病院と関連があったこともあり、合併はスムーズに行われました。
 法人合併のメリットは多々あります。大雑把に言えば、両法人の良い面が共有出来ること。互いのやり方のすぐれた方に統一すればいいわけで、そこには多少の問題ももちろんありますが、時間を設けて調整していく

ことも可能です。情報共有は物品購入に関してはすぐに効果があがり、スケールメリットと合わせ、事業費支出の減につながっています。他、法人規模が大きくなることによる運営の安定があります。とはいっても、合併後の日も浅く、今後大なり小なりの検討事項もあります。秋田県のモデルケースとなるべく今後も務めてまいります。



どこにもいる詐欺師たち

大窪胃腸科内科医院（五城目町）

大窪 天三幸

高齢になって困ることの一つは財産の整理である。親から相続した土地の一面の貸地に立つ事務所の所有者が死んだのは2017年。契約により建築物を撤去し更地にして返還するはずであったが、相続人の長男が相続を放棄し、家庭裁判所に届けた。その年は家庭裁判所の担当者から8年経ってほかに相続者が現れなければ国庫に入ると聞いた。今年8年経って家庭裁判所を訪ねたら「この建築物に国は管理の権限は無い。財務管理については弁護士に相談するほうが良い」と言われた。8年の間、家庭裁判所は何もしていなかった。民法を検索すると財産保有者が不明

であれば家裁は利害関係者や検察の申し立てで財産管理者を決定するように規定されている。家裁は8年間放置して、私が裁判所を訪ねた時は一切法律の説明はなく、弁護士に相談するようにと言っていたが、六法全書を調べて2週間後訪れた時には、しぶしぶ一般人でもできる管財人決定のための申請書を出してきた。この時点で高額な弁護士費用がかからない方法があるとわかった。

秋田市は近年、空き家、空き地問題で頑張ろうとしている。問題の建物は築50年で市役所から危険建築物で解体すべき趣旨の文書をいただいたが、家庭裁判所はほぼ無視。素人でもできる空き家や空き地問題の解決方

法に関する申請書を国が公にせず、困ったら弁護士へという態度からは、敷居も費用も高い弁護士介入では問題の解決にはほど遠いと思った。自分でやればタダ同然（？）。いただいた申請書提出準備でこれから忙しくなりそうだ。

さてAIの進化でどんどん増える政府強制のマイナカード詐欺。度重なる選挙敗退で資金不足の自民党がカード会社から莫大な献金を期待しているのは明らかだが、来年度の予算合戦も大変なものだ。恩師安倍元総理を見習い予算の不足は国債でとバカでも考え付く常套手段だ。将来貧乏の若者は目先のことで精一杯、高市政策を支持している。物価対策にも熱心というがどうってことない。労働者の賃金を上げるため物価上昇させ、これと平行し政府の子会社日銀が円安を継続し、輸入製品の価格が暴騰し、日本国民が貧困にあえいでいる。ダレのせい

もありやしない、みんな〇〇が悪いのさ。

高市総理を支えている若者は不正に立ち向かうより遊ぶ金、SNS、詐欺、強盗、弱者殺害へ。国会も下剋上のチャンス逃した。国民民主党の玉木代表（女性問題で娘にビンタ喰らった）は総理にもなれたのに。恥ずかしい。払うあてのない借金国債。いざれ日本の財政はへまっかつかつか空の雲、でしょうかかね。ポツンと一軒家がうらやましい。詐欺師まがいの自慰（維）政権よ、バンザイ！総理、この度は玉ゴールド陥落おめでとう！



「切腹最中」は実にもうまい
（新正堂 東京新橋）

ナイト キヤッツ

夫婦だけのクリスマス



たむら船越クリニック（男鹿市）

田村 広美



ばちゃんが（と言っても僕より若いんだろうが）「これはナポリの工房で職人が」と教えてくれる。「5年前に注文して作ってもらったの。今は値上がりしてとてもこの値段では出せないよ」素直に頷く。危ない。「ちよつと考えます」と口撃（？）をかわし医報編集委員会へ。後ろから「明日までだからよく考えてね」とおばちゃんの声が追いかけてくる。

翌クリスマスイブは県医師会の理事会。会議前にまたまたデパ地下。ついショートケーキを2個買ってしまった。クリスマスだもんね。気が付くといつの間にかおばちゃんの売り場。あれから何かをよく考えたわけではないのだが：。「これはナポリの」と言いかけて昨日も来たジジイだと気付いたようで、一段と説明に熱が入る。僕は、「でもいい値段するよね」と言いながら、あの人はこういうの好きだろうな、と思いい半分買う気に

なっている。値切って（開業して院長になってから値切ることを覚えた。医療関係の見積もりを真に受けてはいけないことを学んだ）2割引き。まあいいか。クリスマスだもんね。雑貨売り場に売れ残っていたガラスのサンタとトナカイをテーブルの端に並べてちよつぱりクリスマス感を演出。メインディッシュはおでん。と言っても最近僕が用意するおでんは市販の袋入り。「7種7品目入り」とか「味しみ厚大根」なんていうやつを鍋にあげ、そこに酒やマギーブイヨンなんかを追加しながらスペアリブを入れる。昔居酒屋でおじさん3人（そしておじいさんになる前、おじさんだった）でおでんを注文したとき具材にスペアリブがあつて驚いたのだが思いのほか美味かった。その後時々入

れてみている。スペアリブは、脂身が多す

僕は、お祭りやイベントが好きだ。ささやかなハレの瞬間、ちよつとしたサプライズ、人生にはほんの少し心華やく瞬間がたくさんあるべきだと思う。ということでクリスマスも大好きだ。子供達がいなくなり、初老の夫婦だけになつても。

不思議にこの時期は医師会の会議が入ることが多い。事務局の若手職員たちは大変だろうなと思う。彼らのところ

にもサンタさんが来ますように。イブの前日、県医師会の会議前にデパ地下に寄ってみた。大イタリヤ展なる催物会場をうろ。ジェラート、チョコレト：目移りするが、「痩せるんだからあたしにお菓子を食べさせないで」とだいぶ前に言われているのでぐつとこらえる（我が家にお菓子を買ってくるのはほとんど僕だ）。

きれいな陶器やアクセサリーの売り場でつい足を止める。お

ぎず、だけど肉がそれなりに
ついている物を選び下茹です
る。今回は冷蔵庫でフニヤン
となりかけのネギと飲み残し
の日本酒を入れ1時間くらい
茹でた。そのあと水洗いして
改めておでんの鍋に入れる。
あとはできるだけ弱火でひた
すら温める。

シャンパングラスに冬のほ
ろ酔いウインターベリーを注
いで乾杯。例によって奥さん
は10mlも飲まないのだがこ
は気分だ。僕はほろ酔い3%
なんかさつさとやつつけてペ
ンリアック1997年。ウイ
スキーエージエンシーのボト
ル50・7%。冬はやつぱり
シエリー樽熟成がおいしい。
2人でトレンディドラマの一
挙再放送を見ながら、番組主
題歌のマライア・キャリーで
クリスマス気分に入る。大
イタリア展のお土産を渡す
前に奥さんのいびき、いや、
ちよつと大きめの寝息か。今
年のクリスマスも無事終了。

〈酔〉

編集後記

秋田のハタハタ漁が悲惨であ
る。昔は口ハでたらふく食えた
のに昨年末は1匹4千円超。豊
漁と人口増は祈願しても「ない
ものはない」が、奈良の鹿の楽
園から、働いて、働いてと連呼
して初の女性首相となった高市
さんには期待を寄せる国民が多
い。神々は歌い踊って天岩戸か
ら天照をおびき出した。世の闇
を明るくして貰うためである。
あれこれいちやもんをつける中
共らの恫喝どくわくに屈せず、羊頭馬肉ようとうばにく
にならぬよう背筋をしゃんとし



1年前の師走はまだこの価格だった
(ABSニュースより)

て頂くしかない▼今号にも
多数の会員と非会員各位か
ら玉稿を賜り感謝。和先生
が好きな河合先生の「嘘は
常備薬：真実は劇薬：」盟
友ヒダノ先生へお歳暮だつ
たか▼「草は枯れ、花はし
ぼむ」聖書を引用した松野
先生は定年後も林檎の木を
植え続けるだろう▼清和先
生の子5人の家庭に続々加
わった猫12匹、更に亡き猫
の像を結婚式のケーキに乗
せたとは：長い編集歴だがさ
がにたまげた▼胸にいつもブ
ルリーボンをつけている一樹先
生の「地上の楽園」。宣伝に惑
わされ北に渡った人々、それを
けしかけた当時の報道の罪を忘
れてはならぬ▼親の車いす生活
の予感で人生の楽園が試練にな
りそうな鈴木先生。優雅だった
おばさまの腕の見せ所だ▼秋元
先生の旅には毎度ハプニングが
つきもの。石垣島ダイビングも
例外ではなかった。それでも次
を企むあたりがエライ▼秋田の
オーケストラでステージ上かみ手に
すらりと立つコントラバス奏

者、放浪の薬剤師にみえた斉藤
先生は、大久保に居を定めてす
ぐ近所の大型店が閉鎖し愕然と
していた▼「医漁」の長谷川先
生と瑞代子先生はチャットGP
Tにご不満らしい。パレートの
法則8対2は医療機関の多くや
拙宅に当てはまりそう▼楽園を
失いかけた伊藤先生のお姉ちゃ
ん、怪獣を懐柔するのは時間の
問題。楽園は進化する。心配ご
無用▼小泉潟公園でド派手なウ
エアのランナーを見かけたこと
がある。石井先生だったが、輝
かしい走歴・登山歴には開いた
口がふさがらない。その口の
機能のために励むという▼動



宮本三郎「山下、パーシバル両司令官会
見図 (戦後80年展 東京国立近代美術館
にて 昨年10月)

画、インスタなど横文字を使いこなすひろ子先生の先進性に脱帽。久々にご亭主の顔が見てみたい▼人類と人類以外との関係を鋭く考察する肥田野先生は研究熱心だ。ノーベル文学賞を拒否したサルトルは、地球のためには人類がいない方がいいと書いている▼遅筆の今野先生から師走に届いた60年ぶりの「丙午と女子の関係」には改めてびっくり。少子化の現状は毎年が丙午も同然：▼会長お説の如く医療機関の経営は大小を問わず右肩下がり。医療DXが追い打ちをかける。ひと息ついたら南の島へどうぞ▼忘年会では関先生に感謝。医師も年を取ると養病が増え、来年も元気で会いましょうと些か情けない。もっと若い会員も参加を。医聖祭も同じである▼今回も生涯教育の講師陣、記事担当の吉田記者、ナイトキヤップ酔氏に深謝▼ワンポイントの菅原則次氏は、定年後も働き運動に励む高齢者が増え健康寿命が延びた結果、老人施設利用者が減っている、医療界では既に需要のピークを過ぎ

たと緻密かつ明快にご回答下さった。感謝▼いつも心温まる恵先生の推薦本。ポロニーヤで開催の国際児童図書評議会でヨシタケシンスケ氏と出版社が受賞した。かつてインドでの同会でビデオ講演された上皇后美智子さまの『橋を架ける』を出版したすえもりブックの社主も選考委員だった。思いを文字にすることは明日を生きる上で大事ー和先生の結句に呼応する▼大分の大火災でも問題視された空き家の増加は大窪先生ご指摘通り深刻だ。詐欺の方も被害額は認知件数が昨年前半600億、無届も併せると秋田県の年間予算5800億の4分の1に匹敵か▼熊と詐欺、病にもご注意とは難儀な我々だが、有馬記念のデムーロ騎手のように馬く乗りこなして次号5月もご協力を宜しく。〈編集長・佐々木康雄〉



今年もよろしく！
(不仲なジオンとチョコのなかよし生成A1)

表紙説明

祈りを冬の夜空へ

〜上桧木内の紙風船上げ〜

大日向かなえ(千葉克介写真教室)

武者絵や美人画が描かれ、火が灯された巨大な紙風船を、その年の願いを込めて打ち上げる仙北市(旧西木村)上桧木内の紙風船上げ。伝説では、江戸時代の科学者とされる平賀源内が阿仁鉷山へ指導に向かう途中、熱気球の原理を応用した遊びとして住民に伝えたとされています。

昨年8月、9月と続けて豪雨に見舞われ、貴重な和紙がかなり失われた上桧木内地区ですが、復旧作業も進み今年も紙風船上げの開催に向けて準備がされているようです。真冬の夜空に打ち上げられ、煌めきながら漂う紙風船を、ぜひ一度観に行ってみてください♪(毎年2月10日に開催)



打ち上げに失敗した巨大ハタハタ風船 今年再挑戦する
(昨年2月 上桧木内)

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