

めでいかすとり Médicastre



「雪の造形」



鶴岡地区医師会新年会

期 日：平成23年1月14日(金)
場 所：新 茶 屋

厳冬の候、鶴岡地区医師会新年会がご来賓・会員・職員あわせ98名出席のもと、新茶屋にて盛大に開催されました。

中目会長からの、新年の挨拶と新荘内地区健康管理センターの建設と医療の広域化についてのお話のあと、ご来賓の榎本鶴岡市長より祝辞を頂戴しました。また、酒田地区医師会長本間清和先生からもご挨拶いただき、その後祝電の披露に続き祝宴に入りました。

雪景色の庭園に、宴会中も静かに雪が降り積もる中、会場は和やかな雰囲気、美味しい料理を食しつつ、来賓や先生方のご挨拶と意見交換などが行われておりました。

恒例の新年会に初めて参加させていただきましたが、事業計画の推進や連携の関係作りなど、コツコツと努力していくことの意識を新たにしました。

(在宅サービスセンター所長 工藤 由美)



YBCラジオ「朝だ！ 元気だ！ 6時半！！」ラジオ出演体験記

「安心・安全なお風呂の楽しみ方」

庄内保健所 松田 徹

11月22日からの5日間、「朝だ元気だ6時半」に出させていただきます。

私は平成20年度から庄内保健所勤務になりましたが、30年以上を消化器内科医として過ごしていたので、保健行政の素養はなく、埼玉県にある国立保健医療科学院での約4ヶ月間の研修を受けることになりました。管内への挨拶回りをすると、各首長からは自殺対策への要望が多く、じっくりと勉強しようと考えて研修を受け始めました。ところが講義の中で、思いもかけずに入浴事故に起因した死亡症例が冬季の寒冷地で頻発し、北海道に少ないことなどから、居住環境に問題があることを知りました。保健所勤務の最大の課題は市民の健康の維持で、その前提として死亡率の低減が課題と位置づけていた小生にとっては急に想定外の大きな課題が出現したと言えます。

保健所に戻ると早々に保存されている死亡診断書を調べ始めました。すると結構な数の方が該当することがわかりました。しかし、このデータは、外部への公表は目的外使用となり、利用許可を得るには相当な期間を要するといわれています。そのため文献探しをすると、やはり事故数は多く、年間14,000名は入浴事故で死亡しているだろうとの推計値を得ました。風呂場で亡くなっても脳卒中や心筋梗塞等の診断であれば、外因死ではなく、病死と判断されることになり、実態が把握しにくくなっており、Ai（死亡時画像診断）などが保険診療扱いにでもなればかなり実情ははっきりしてきますが、

この手の調査法ではやはり実態とは異なる結果が得られることとなります。そこで消防署との協同調査を行うことになり、データを整理して公にすることが出来ました。

半年間の調査の結果、庄内地域で入浴事故は128件、うち死亡者は30件（同期間の交通事故死の7倍）、死亡例は全員65歳以上、自宅での死亡が多く、寒い時期が多い等の特徴を話しました。これらの結果もリーフレットに盛り込んで、「8つのポイント」として脱衣所・浴室の温度差、お湯の温度、水分補給や家族の声かけ等の注意喚起を行いました。入浴事故の原因には血圧の乱高下、脱水、水圧による静脈還流の変化等々、興味深いものがありますが、この点はサラッと触れたのみです。

放送させていただいた週は庄内地域の5箇所の温泉施設で「41℃（よい）ふろジェット」と称したキャンペーン中で、市民に認知していただくために露出度を高めるという目的にかなった、絶好のタイミングでした。

消防署からは応急手当講習会の際に入浴事故が起きた場合の対処法について御講演をいただき絶大なご協力をいただきました。皆様も行動変容して38℃位の温度で半身浴をし、風呂場での読書などはいかがでしょう？ なお、調査結果や市民向けのリーフレットなどを保健所のHPにアップしておりますので、それを用いて患者さんや家族などにご指導をお願い申し上げます。

マイペット & マイホビー

— 第69回 —

子犬がやって来た！

諸 橋 三保子

こちらのコーナーへの原稿のご依頼を頂き、迷わず我が家のアイドル犬、ルカ（写真1）について書かせて頂くことに致しました。8月5日生まれのレッドのトイプードルが、我が家にやって来たのは、暑かった夏が終わり、季節が一気に秋に向かって駆けだした昨年10月上旬のある日のことです。家を新築するときから、娘の強い希望により、室内犬を飼うこと、飼うなら、アレルギー持ちの家族にも優しいシングルコート（季節による毛の抜け替わりがないため、抜け毛が少ない）の小型犬で愛くるしいトイプードルを、と決めていて、家のリビングとダイニングの真ん中にワンコ用のスペースも用意してあったのでした。

我が家にやって来たときは生後2ヶ月、体重約1キロで、まだまだ赤ちゃんという感じでした。フード用のお皿に1段ぼっきりのドッグフードを入れ、その上に粉ミルクを振りかけ、お湯でふやかしてご飯を与え、遊ばせすぎると疲れておなかが緩くなるからと、15分くらいしかケージから出さないようにと気を配り、家中のみんなが新しい家族を大事に大事に迎えたのでした。

室内で飼う場合に一番問題になるのはトイレトレーニングだと思いますが、ペットショップからやって来たその日から殆ど失敗がなかったので、この子は賢いぞ、と喜び、夜鳴きをしても構わないで一人で（一匹で）眠れるように躰けようと覚悟していましたが、1日目からすやすや眠ってくれたので、また喜び、ものすごい

勢いでご飯を平らげればまたそれをみてさらに喜び、出だしからすっかり親バカならぬ飼い主バカになっていました。

犬は、人間の5倍のスピードで生涯を生きるのですが、特に生まれて1年の成長は早く、あれから4ヶ月、人間にすると既に6歳くらいに相当する時期になりました。最近では、殆ど構ってもらえない日は、トイレを失敗して気を引こうとしたり、ケージの開け方を覚えて、出してほしくなると開閉部を前足でがりがりやったり、色々な知恵？もついてきました。

今時のペット事情は目を見張るものがあり、年齢や犬種に応じたペットフードやお手入れグッズ、ケージやキャリーバッグ、洋服など様々な物が商品化されています。数年前には、玩具メーカーと日本音響研究所などが共同開発したバウリングなる犬とのコミュニケーションツールが販売され結構な人気商品なのだそうです。しかし、特にこんなツールの助けを借りなくても、4ヶ月も飼っていると、動作と鳴き声を見聞きしているだけで、だいたいパターンが読めるようになり、こんな事を言っているんだろうと勝手に翻訳して楽しんでいます。お腹が空いているときの、絞り出すような低いうなり声は「もうだめだぁ～、早くごはんにしてえ～」。暫くケージに入れられていて、出して遊んでもらいたい気分の際の、キュ～ンと甘えるような声は「ねえねえ、遊んでよ～」。床に置いてある小型の家具を鼻先でつついてガタンと音がする

と、飛び退いてウ～とうなるのは「おいおい、なんなんだぁ、びっくりさせないでよ～」。言葉だけでなく、脇の下をマッサージされると仰向けになって気持ちよさそうにしたり、トイレに成功したときに、ご褒美くれるよねっと見上げたり、落ちている靴下を口に咥えて後ろを振り向きながらダッシュで逃げたり、と態度や動作で考えていることが分かるのも楽しいものです。自分のしっぽを追いかけてくるくる回る様子は、ショパンの子犬のワルツがあまりにもびったりなので感心したりもしています。

まだ、子犬なので毛がふわふわしていて、あまり洗いとると毛がばさついてしまうらしく、月に1回程度しかシャンプーできません。一旦シャンプーして2週間程経つと、少しずつ独特の犬臭さを発するようになってきます。この臭いがじっくり煮込んだおでんを連想させるので、ルカの呼び名は、時々おでんちゃんに変わります。また、口を開け犬歯が見えている横顔は、主人によるとウルトラQ第18話に登場する地底怪獣パゴス（写真2）に似ているとかで、パゴちゃんと呼ばれることもあります。今では、我が家の真ん中にすっかり居所を落ち着かせ、室内犬を飼うことに、当初前向きでなかった長男も、中立の立場だった主人も、帰宅すると真っ先にルカに挨拶しに行くようになり、朝寝坊だった長女が、犬の食事のためにやや早起きになったりと、家族の生活が少しずつ変わりました。

アニマルセラピーとかアニマルヒーリングという言葉が耳にする機会も増えてきましたが、実際に犬を飼い始め、ペットとともに生活するなかで、心がほっと緩む時間、家族が笑う時間は確実に増え、犬の癒し効果を実感しています。さらに、一緒に散歩することで運動不足の解消にもなるな等と考えていましたが、こちらは…。

寒いときにルカに着せる洋服も準備し、必須の予防接種を全て済ませ、月齢的にも年明けくらいからはいよいよ散歩デビューができると期待していましたが、恨めしいこの雪のお蔭でまだ果たせない状態です。雪が溶け、春が来るのをみんなで楽しみに待ちたいと思います。



(写真1)



(写真2)

(c)円谷プロ





大切な本・思い出の曲

No. 17

土田兼史

長い間、逃げまくっていたこの企画の執筆でしたが、とうとう捕獲されてしまいました。そこで、かつて内輪の仲間だけに紹介したことのある、極めて個人的な「忘れえぬ歌、大切な歌」を加筆修正して皆さんにも読んでいただこうと思います。

まずは国内編

『時代』中島みゆき：ご存知中島みゆきのデビュー作。まだ十代だった彼女がこんな歌を作るなんて……その後の彼女の活躍もむべなるかな。ほんとうに心にしみてくる歌です。しかも力強い。

『あなたの行く朝』加藤登紀子：昭和53年、会津若松で研修医をしていたころ、当地で開かれた彼女のコンサートではじめてこの歌を聴き、涙が止まらなくなりました。以来、いくつかの思い出がこの歌に加わり、生涯忘れ得ぬ歌となっていきました。曲の途中に挿入された「語り」も、全体を通して抑制の効いた静かな歌い方をする加藤登紀子の声も素晴らしい。

『未来へ』Kiroro：この歌をはじめて耳にしたのは、カラオケボックスで娘が歌うのを聞いたとき。有名なサビの部分になったら、二人の息子も一緒に歌い出し、この歌を知らなかった僕は子供たちの歌声に本当に感動してしまいました。あとから聞くことになったオリジナル、Kiroroの歌もまた素晴らしい。ボーカルの玉城（たましろ）千春の声はとて素晴らしい。

'99年のコンサートがTV放映されたときがあって、コンサートの最後でこれを歌った彼女が、途中から声がうわずり始め、とうとうサビの部分で絶句してしまったシーンを観たことがあります。このシーンは何回見返しても必ずもらい泣きしてしまいます。

ほら あしもとをみてごらん

これがあなたの歩む道
ほら まえをみてごらん
あれがあなたの未来……

『惜別の歌』小林旭：小林旭には申し訳ないが、別に彼の歌に感動したわけではないのです（彼の歌だったら『熱き心に』のほうがずっといいと思うし）。平成4年秋、私が秋田赤十字病院を退職したとき、送別会で院長先生を中心にして仲間が大合唱してくれた、思い出の歌です。

遠き別れに 耐えかねて
この高殿に 昇るかな
悲しむなかれ 我が友よ
旅の衣を ととのえよ
(二番省略)
君がさやけき 眼の色も
君くれないの 唇も
君がみどりの 黒髪も
またいつか見ん この別れ

こんな歌を大合唱されて泣かない人間がいるのでしょうか。聞くほうも涙、歌うほうも涙。私は誰かを送別する場でこの歌を最後まで歌い切ることにはできそうにありません。好きな歌を、途中で感極まって声が出なくなるからという理由で歌えないというのは実に困ったことです。つぎは国外編

『You've got a friend』James Taylor：

When you're down and troubled,
and you need a helping hand,
And nothing...nothing is going right,
Close your eyes, and think of me
And soon I will be there
to brighten up even your darkest night
.....

Singer & Song writerと呼ばれていた人たちの歌の代表としてこの歌を。友情についてこ

れほどストレートに謳いあげた歌を私はほかに知りません。あまりにも単純明快で、ほとんど童謡のようです。どの歌を聞いてもすぐに彼だと分かる James Taylor の特徴的な声がまた素晴らしい。元々これはCarole Kingの作品で、彼女自身も歌っていますが、ことこの歌に関してはJames Taylorに軍配。

『Scarborough fair / Canticle』 Simon & Garfunkel : S & Gの曲からひとつ。歌詞の持つメッセージ性からいえば『Bridge Over Troubled Water』なのですが、あえてよく意味の分からないこの曲を選んだのにはわけがあります。映画『卒業』のなかで、去って行った恋人（キャサリン・ロス、奇麗だったなあ）を忘れられない主人公（ダスティン・ホフマン）が、彼女が通う大学のある町に行き遠くから彼女を見つめるシーンで、この曲が流れます。まず彼が運転する車を上空から撮影したシーンからこの曲は始まります。それからの数分間は、この映画だけでなく僕が観た全ての映画の中で最も切なく美しいシーンのひとつです。美しいアルペジオと Arthur Garfunkel の比類ない歌声（本当に天使のようだ）がこの佳曲の魅力を決定づけています。

『忘れな草』歌い手不明：幼い頃、父に連れられて見に行った初めての外国映画は『素晴らしき風船旅行』でした。懐かしいスカラ座！でも僕がのめりこんだのは、同時上映の『忘れな草』のほうでした。今にして思えば、すごい組み合わせの二本立てでしたね。

映画の中、主人公のテノール歌手が観客席にいる愛しき人に向かって、相思相愛でありながら報われぬ恋を切々と歌い上げるこの曲を聴いて、幼い僕は生まれてはじめて“悲恋”というものを知って泣きました。幼児体験というのは恐ろしいもので、あれ以来僕は成就する恋よりも報われぬ恋に（密かに）憧れて生きてきたような気がします。実際に体験してみると切ないばかりで、決して快いものでないことを知った後でもなお……。

『ソルヴェーグの歌』：グリーグの組曲『ペール・ギュント』の中の一。愛する人ペール・ギュントとの再会をひたすら（髪が白くなるまで！）待ちつづけるソルヴェーグ……。ストーリーも結末も知らないのに、この曲にだけなぜか惹かれます。クラシックなので、色々な演奏があります。ソプラノ歌手が歌うのもいいですが、器楽のみの演奏もいい。ソルヴェーグの心を勝手に想像して美しいメロディーを聴いていると、ほんとうに切なくなります。

最後にもうひとつ友情に関する歌を。これを忘れちゃあいけません。

『Wind Beneath My Wings』 Bette Midler : '94年のグラミー賞で「年間最優秀楽曲 (Song of the year)」を勝ち取ったのがこの曲。僕の知る限りで90年代最高の歌です。あの授賞式の舞台上、お世辞にも美人とは言えない Bette Midler がこの歌を歌い終えたとき、聴衆は総立ちになって彼女に喝采を送りました。発表前のパフォーマンスでしたが、Song of the year はこれで決まり、と誰もが納得した瞬間でした。

この曲は映画『フォーエヴァー・フレンズ』でも実に効果的に使われています。この映画には、なんと当の Bette Midler が主演して好演しています。素敵なお歌もいっぱい！是非観てください、心が優しく温かくなる映画です。

エピソードをもうひとつ。2001年、あの9.11同時多発テロ事件の少し後にニューヨークのヤンキースタジアムで行なわれた追悼集会において、彼女がこの歌をピアノ1本の伴奏で歌い上げました。その歌声がスタジアムを埋め尽くした人々をどれほど感動させたか。どうぞ皆さんも YouTube でご覧下さい。

Did you ever know that you're my hero?
You're everything I wish I could be.

I can fly higher than an eagle

For you are the wind beneath my wings.

こうしてサビの部分の歌詞を打ちこんでいるだけで眼が潤んできます。

このへんでおしまいになります。

工一(A) 会員になりました

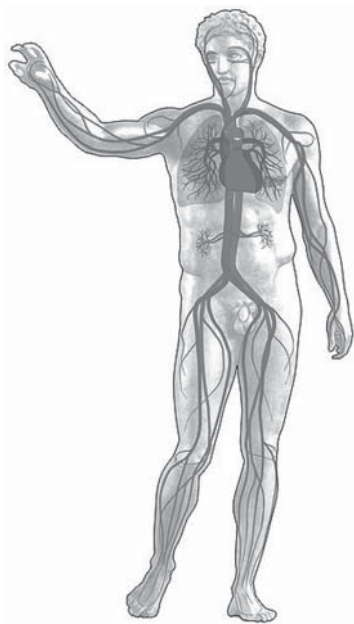
—新規開業医紹介—

心臓・血圧

満天クリニック 阿部 寛政

医師会の皆さま、いつもお世話になっております、このたび、鶴岡市のぞみ町の満天橋近くに、心臓・血圧 満天クリニックを開業させていただいた阿部寛政です。荘内病院では、心臓血管外科・呼吸器外科医として15年勤務させていただきました。荘内病院在籍中は、三科先生・石原先生をはじめ多くの先生方、職員の皆さまに助けていただきました。この場をお借りして、お礼申し上げます、ありがとうございました。

元より非才な身ですが、外科だけでなく脈管をはじめとした心臓血管内科の診療をしたい、在宅医療もしていきたい、小生を信じて心臓をゆだねてくれた外来に通院される患者さん方を含め、地域の方々に少しでも恩返しができたらと思い、開業を決めた次第です。



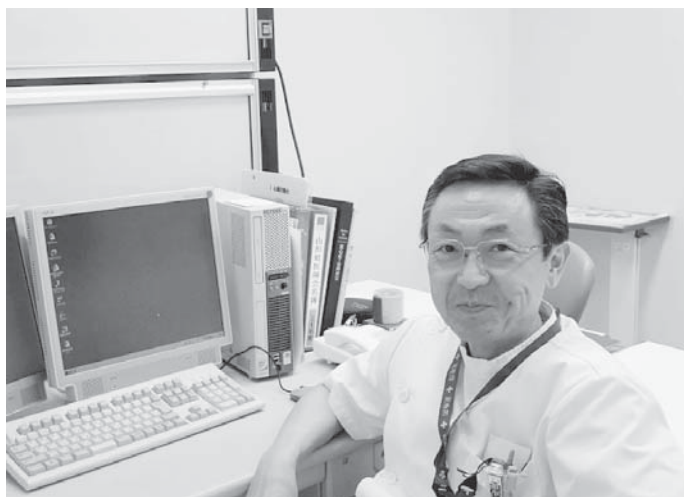
(ウィキメディア・コモンズより転載)

脈管学は、欧米では、AngiologyまたはVascular medicineとして確固たるスペシャリティを持っていますが、日本では、脈管学、或いは血管内科学といった大学講座が存在しないため（ごく一部の私大にはあるようですが）、循環器内科、脳神経外科、心臓血管外科、放射線科などなど多くの科が、その一部の機能を割いて臨床・研究に当たってきたようです。血管造影の略語である「アンギオ」が本邦で市民権を得たにもかかわらず、angiologyである「脈管学」が、ほとんど知られてこなかったのは、携わってきた我々の怠慢に帰するだけでなく、そんな理由もあったのかもしれませんが。以前は、「動脈硬化」は、年寄り病で治る見込みが無いものと思われていたものが、ストロングスタチンをはじめとする有効な薬剤の登場、ステントやステントグラフトによる動脈閉塞や瘤の治療など新たなデバイスの登場があり、時代の要請を受けた形で、日本脈管学会（50年以上の歴史のある学会です）は、一昨年より専門医認定を開始しました。小生も、昨年東京での試験を経て、脈管学会の専門医認定を受け、おこがましくも心臓血管内科を名乗らせていただいた次第です。エコーだけではわかりにくい動静脈の瘤や閉塞を診断するために、3DCTを導入いたしました。肺疾患と合わせ、是非ご用命いただければ幸いです。また、脈管疾患は殆どすべての科と関係してくるものなので、医師会の先生方に、色々ご紹介させていただくことになると思います、ご教示を宜しくお願い致します。

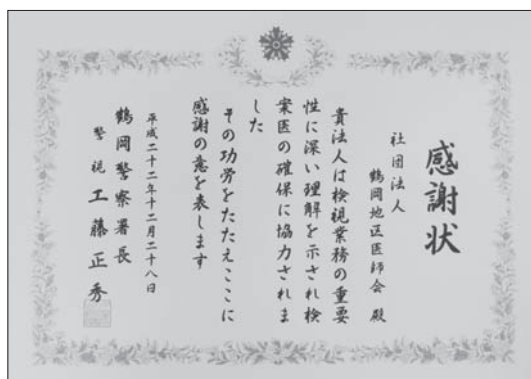
小生の趣味は、ご存じの先生方も多いと思いますが、魚釣りです。「フィッシング」ではなく、「ざっこ釣り」です。内川でのハヤ釣りから、船でのヒラメ釣りまで「ざっこ釣り」なら何でも好きです。その大好きなざっこ釣りに昨年は殆ど行けずじまいでした。開業前後の多忙さを耳にはいたものの、これほどまでとは思ってもみませんでした。今年、1回でも行きたいと思っております、お誘いいただける先生方宜しくお願い致します。今の唯一の楽しみと言えば、赤ワインを飲むことです、その中でもブルゴーニュが好きですが、先輩の先生からは、ボルドーが分からないのはまだまだ尻が青いからだと言われております。今後少しでもボルドーがわかるべく（でもやっぱりブルゴーニュが好きですが）、努力してまいりますので、医師会諸先輩方の御指導・御鞭撻のほどよろしくお願い申し上げます。



(静脈瘤の 3D C T、非造影でも可能です)



鶴岡警察署より感謝状をいただきました



新健診センター建設準備室便り

No.25

1月20日に第32回建設委員会が開催されました。委員会前に建設委員の先生方が建設中の新センター内部の見学をする時間をとり、工事の進捗状況について確認をしていただきました。その後の建設委員会では、最初に報告事項として、工事の進捗状況については設計業者から、内部工事は順調に進んでおり、1月下旬から外構工事が行われるとの報告がありました。また、鶴岡市による市道の拡幅工事も開始されるため、新センターの外構工事と現センターの改修工事の作業工程を調整しながら詳細について打合せを行っていく旨の報告がありました。その市道の拡幅工事について、植栽の移植や側溝、舗装工事等の鶴岡市から提示された工事スケジュールについて説明をしました。受託検査については、3月に検査システムサーバーの移設と検査機器の移設のために2度検査機器を停止する予定ですが、停止期間中も集配業務は通常通り行い、前処理をして検体を保管して機器類の移設、稼働後に検査を再開し、結果報告させていただくとの報告がありました。また、その期間の緊急検査の依頼については、市中病院の協力に対応するとの報告があり、今後の会報で詳細についてお知らせすることとしました。次に、協議事項として、サイン工事については実物大のサンプルを用いて室名や英語表記、館内の案内図について最終確認を行いました。現センターの改修工事については、最初に工事スケジュールの説明を行い、窓の改修について、当初の改修箇所以外に法律上改修が必要な箇所と不具合が生じている箇所が判明し、追加工事として改修を行うべきか協議し、改修することが承認されました。3月の新センターへの引越しについては、机やキャビネット、ロッカー等の備品の移設を引越業者に依頼する事を承認いただき、使用する予定がなく、まだ使える備品に関しては、他の医師会事業所や会員へ無料で譲渡する事を考慮して、保管場所と保管期間について今後検討を行うこととしました。受診者に対する食事提供については、2月9日に4社によるコンペを開催して職員間で検討を行い、次回の建設委員会で試食をしていただき、最終決定することとしました。今後のスケジュールとしては、新センターの内覧会を会員向けに3月下旬から昼・夜合せて4回開催し、4月1日にテープカットを行い、一般向けの内覧会は4月2日(土)と3日(日)に開催し、4月4日(月)から健診を行うこととしました。



事務室



健診ホール



中央検査室

新センター会員向け内覧会のお知らせ

下記日程にて新健診センター内覧会を予定しております

- 3月24日(木) 17:00～18:30
- 3月27日(日) 10:00～15:00
- 3月30日(水) 15:00～20:00
- 3月31日(木) 13:00～15:00

ぜひ、ご覧くださいようお願いいたします

お問い合わせ 医師会庶務課 TEL22-0136

表 紙

「雪の造形」

佐藤 洋 司

一昨年12月の大雪は観測史上初めてとのことでしたが、どうもいつもの降り方とは違っていました。いつもなら強風を伴い地吹雪となり雪は内陸の方に積もるのですが、この時は里雪型で、もこもこ音もなく積もってしまい、いつもは積雪量に差がある鶴岡も当温海も同じぐらいの積雪にないました。交通の混乱などと共に、山でも雪の重みであちこちの木が倒れてしまい林業にも大変な被害があったようです。

さて今年はどうかと言うと昨年と全く同じような大雪になってしまいました。当院の小さな中庭にも見事なクラゲもどきが出来ました。これもひと時のことですがすぐに雪に隠れてしまいました。

編 集 後 記

平成17年の12月に鶴岡の宝田で開業させていただいてから、早いもので今年で6年目に入りました。その冬は平成18年豪雪と言われた年で、12月初旬から降りだした雪は毎日止むことなく降り続けました。開業当初は患者様もまばらで、私は診療よりもむしろ雪かきに追われた毎日でした。手かきではとても追いつかないからと奮発して買った小型除雪機で、診療の終わった夜7時過ぎに除雪し、朝7時の開院に合わせて翌朝4時30分頃から雪かきを開始するといった日が多々ありました。かいてもかいてもまた積もる雪…、今年状況と同じです。

調べてみますと平成18年豪雪も今年も『ラニーニャ（現象）』が影響しているようです。スペイン語で『エルニーニョ』は男の子（El Nino）、『ラニーニャ』は女の子（La Nina）の意味です。ペルー沖など東部太平洋赤道域の海面水温が高くなるのを『エルニーニョ』、低くなるのを『ラニーニャ』と言い、それぞれ異常気象の原因の一つになっております。『ラニーニャ』が起きると、温かい海水が太平洋の西側に寄せられ、インドネシア近海で上昇気流の勢いが増します。その影響でオーストラリアや東南アジアが豪雨に見舞われ、日本では昨夏の記録的な猛暑や厳冬の一因となっているのだそうです。今季は海水温の低い海域が広範囲にわたり、太平洋の東と西で上空の気圧差が例年より大きいことなどから、「過去100年で最強のラニーニャの一つ」と言われ、2010年夏から始まり5月初めまで続く可能性があるそうです。さて昨年夏の猛暑の名残のスギ花粉、過去100年で最強のいたずらっ娘の置き土産はこの春も我々を悩殺するのでしょうか？

(阿部 周市)

編集委員：中村秀幸・伊藤末志・福原晶子・斎藤憲康・阿部周市・高橋由至

発行所：社団法人鶴岡地区医師会 山形県鶴岡市馬場町1-34

TEL 0235-22-0136 FAX 0235-25-0772 E-mail tsurumed@jupiter.ocn.ne.jp

URL <http://www15.ocn.ne.jp/~tsurumed/>