

めでいかすとる
Médicastre



「種蒔き爺」

鶴岡地区医療学術懇話会抄録

期 日：平成 25 年 3 月 29 日(金)
場 所：東京第一ホテル鶴岡

『 認知症診療の考え方 』

竹田総合病院 脳神経疾患センター
神経内科 科長 石田 義則 先生

1) はじめに

わが国の高齢化率は現在約23%とされ、今後とも上昇を続け2025年には30%に達すると予測されています。また年齢は認知症のリスクであり、85歳以上の高齢者では約半数が認知症と言われています。その有病率の高さから認知症はもはや common disease であるとも言えます。今後、専門性を超え、全ての医師が認知症患者を診る必要性が高まっていくものと考えられます。

そうした中で、2011年からアルツハイマー型認知症に対し複数の治療薬が使えるようになりました。それぞれの治療薬の特徴を知り、正しく鑑別診断された患者に適切に治療薬を使い分けていくことは、今後すべての医師に必要とされる skill となるものと考えます。それを支える医療連携はますます重要となり、連携作りは今後必須のものになると予測されます。

2) 講演内容

アルツハイマー型認知症の症例（73歳・男性。2003年ころから徐々に物の置き忘れなどが見られ、頑固になってきていたが、家人は年齢のせいと考え医師には相談せず。2011年8月、てんかん発作で入院した際に失見当識、易怒性

が確認された…)を軸として、その診療経過・思考過程（下記outline）に沿って、認知症の定義・疫学、鑑別診断、アルツハイマー型認知症の病態についてお話しします。

治療については、ドネペジル、リバスチグミン、ガランタミンのコリンエステラーゼ阻害薬とメマンチン（NMDA受容体阻害薬）の4剤の特徴、特にリバスチグミンの作用機序・エビデンスについて説明し、上記の症例にリバスチグミン（イクセロンパッチ）を用い、自発性・易怒性が改善した経過、家族から見た印象などを提示します。

最後に認知症診療における地域医療連携（専門医・かかりつけ医の役割、スムーズな連携のポイントなど）について、熊本モデルを参考に考えます。

〈講演のoutline〉

- I. 認知症の鑑別診断～臨床症状と経過～
- II. アルツハイマー型認知症の概念
- III. アルツハイマー型認知症の治療
- IV. 認知症のケアと地域医療連携

外部評価委員会抄録

期 日：平成 25 年 3 月 7 日(休)
場 所：医師会館 3 階講堂

医師会としての災害時対応 – 災害への備え –

山形県立中央病院救命救急センター
副所長 森野 一真 先生

「災害」とは何らかの事象もしくは事象の結果生じたエネルギーが突然地球におよんだ結果生じる、生態系や環境の急激な変化や破壊と社会の混乱である。我々は急な変化に事の外弱い。突然の環境の急激な変化と社会の混乱の中で我々は何が出来るかを、事が起きる前に考えるべきである。

夏の海水浴場は水着で楽しむものだが、冬にスキーを水着で楽しむ事はないだろう。我々は環境の変化に適合することにより生きながらえているが、まずどのような環境に生きているのかを知るべきである。どのような国土に暮らし、どのような社会制度の中で暮らし、医療を取り巻く組織にはどのようなものがあるか等々、己を知らなければ、災害によって生じる様々な変化にどのように対応すべきかがみえないからである。そして、己が地域社会からどのような期待を受け、どのような責務を全うしているのかを認識し、災害時に求められる責務を考えるべきである。

我々は災害発生直後の強烈な印象を伴う、急性期に目が釘付けになり、急性期対応に重きをおきがちであり、救急医療と重ねる傾向にある。しかしながら、災害時の医療は平時の救急



医療にはなり得ない。ライフラインの途絶する中、突然現れる圧倒的な被災者に対し、平時と同様の救急医療を提供する事は不可能だ。実際の災害対応の大部分はその後の途方に暮れるような長い年月の復旧と復興に費やされる。

このような状況に対応するためには、細々でもよいから医療の継続をいかに行うかを長い期間で考えるべきである。いわゆる災害マニュアルは災害発生直後からの緊急対応を示したものであるが、上述のような理由からそれだけでは不十分である。緊急対応計画に医療の継続と復旧の計画を加える必要がある。このような観点から一般企業は事業継続計画(Business Continuity Plan, BCP)を策定するようになり、官公庁もこれらの概念を取り入れるようになった。BCPは自組織の弱点を洗い出し、様々な緊急事態(突然の、緩徐な)を想定し、その際に低下する業務遂行能力を補うための現実的な計画である。不足する人材のもとでの業務遂行のあり方、役割分担、個々のライフラインの障害への対応、具体的な食料物資の備蓄量などを災害発生からの時間経過を考慮しながら長期的展望に立ち計画するものであり、災害マニュアルもこのような視点に立ち策定する必要がある。



鶴岡市立湯田川温泉リハビリテーション病院 新院長ごあいさつ



院長就任のご挨拶

鶴岡市立湯田川温泉リハビリテーション病院
武田 憲夫

1. はじめに

2013年（平成25）4月1日より、竹田浩洋先生の後任として、鶴岡市立湯田川温泉リハビリテーション病院院長として勤務しております武田憲夫と申します。医療連携、回復期医療には以前から興味はあり、少し勉強はしていましたが、これまで40年間は脳神経外科医として急性期病院の仕事が中心で、回復期医療、療養医療の現場での仕事はほとんど経験が無く、これからは病院職員、鶴岡地区医師会の皆様方のご指導、ご協力の下に精進し精一杯努めさせていただきます。何卒宜しくお願い致します。

2. 幼少時代

少し私の自己紹介をさせていただきます。私は昭和22年東京都世田谷区の“片田舎”に生まれました。世田谷区は、今や首都東京の住宅地ですが、私が幼少時代の世田谷区、とりわけ私の実家の周りは畑と田んぼ、それに武蔵野丘陵の雑木林と竹林が広がり、“片田舎”そのものでした。近くに小川が流れ（今はふたをして、上は児童公園）、季節により川や田んぼにはザリガニやドジョウがわんさかいて、腕白盛りのガキ達と毎日、日が暮れるまで遊び狂っていました。今の東京からは想像もつかないような自然味溢れる生活でした。私の自然を慈しむ心の根源は、この時代の経験からだと思います。

3. 新潟大学時代

時代が飛びますが、昭和48年(1973)横浜市立大学医学部を卒業し、当時大学の尊敬する恩師に刺激され、脳の研究をやりながら脳神経外科をやりたいと思い、新潟大学脳研究所の脳神経

外科（植木幸明教授）に入局。以後20年、新潟におりました。大学での主な専門テーマは、脳腫瘍の手術、治療、悪性脳腫瘍の化学療法、小児脳神経外科などでした。新潟大学脳研究所は医学部とは独立した組織で、脳神経外科、神経内科の臨床2部門を含め7部門あり、皆専門は異なっても脳の研究を行っているという一体感があり、どの研究室も頼めば出入り自由でした。また定期的に、学外、海外から訪れる著名な方の講演会も開催され、脳の研究をする者にとってこの上ない環境でした。専門医、博士号を取得後、昭和60年(1985)新潟大学脳神経外科助教授を拝命。教育、研究、手術、診療に邁進しました。植木幸明先生、神経病理の生田房弘先生からは学問的分野のみでなく、医師たる者、科学者たる者のあるべき心、考え方を教えて頂きました。この間、1992年から1994年までカナダ、モントリオールにあるマギル(McGill)大学、モントリオール神経研究所にresearch associateとして留学。研究もさることながら、カナダという国の国際性のすばらしさ、社会の優しさを身に染みて感じました。カナダは私のような一時入国者を含め国民皆保険制で、病院では外来の薬剤費以外は私でも無料でした。また、街中に電動車椅子の人達が縦横に走り回っていました。カナダでは公共機関は勿論、店やホテルは車椅子が入れないところは営業出来ず、歩道も広くスロープはゆったり。町の人は皆、車椅子の人が何かあったらすぐ声を掛けたり気軽に手伝ってくれます。子供を含めた身体の弱い人、ハンディキャップの人達へ

の心憎いまでの行き届いたソフト、ハード両面の社会的配慮に関心しました。消費税は17%（生活必需品は0%）でしたが、仕組みも人も優しい社会を実感し、派手さは無くとも心の豊かな生活を楽しみました。

4. 山形県立中央病院時代

1995年(平成7年)山形県立中央病院へ赴任。脳卒中、脳腫瘍、小児脳神経外科の手術、治療、診療に専念。2003年(平成15年)山形県医師会常任理事。2006年(平成18年)に山形県立中央病院副院長に就任。脳神経外科診療に加え、経営改善、病院機能評価、倫理委員会、臓器提供対応等について担当しました。この上山形県医師会の仕事に加わり、睡眠時間を削っても足りない日々でした。

山形県医師会では学術を担当し、医師会員や一般の方々向けに講演会、講習会などを企画運営し、鶴岡、酒田地区にもしばしばお邪魔しました。それまで脳神経外科のことしか知らず、脳外科の仕事だけで体力も時間もぎりぎりの生活で、それ以外のことに関与する余裕はなかったので、実は渋々の常任理事就任でした。しかし、理事会などで医師会の仕事に接し、社会や医療を大所高所から見ている医師会の諸先生と接するにつれ、医師として別の面からの取り組みがあることを改めて感じました。

この中で、鶴岡地区医師会現会長の三原一郎先生（当時は情報担当常任理事）とは年齢も近いこともあり会話が弾み、鶴岡地区のNet4U等の情報システムを使用した県内でも最も進んだ医療連携システムやその意義などを教えて頂きました。その中で、お互いの熱いスピリットを感じ合い、時に理事会での連携プレーも行いました。また、当時の鶴岡地区医師会長の中目先生の医療連携に関する造詣の深い話や、竹田浩洋先生から鶴岡市立湯田川温泉リハビリテーション病院の様々な実績や情報を伺い、鶴岡地区医師会の医療連携システムのすばらし

さ、その中で働く医師会、職員の方々のモチベーションと能力の高さを感じました。

5. 山形県立中央病院退職後から今日まで

2012年3月で私が山形県立中央病院を定年退職、その後至誠堂総合病院に勤務しました。40年間急性期医療に専念しましたが、やはりその後の患者さんの状況を知ることが、医師としての勤めと感じて回復期の患者さんを診察しなかったためです。至誠堂総合病院では、高橋院長始め職員の皆様慢性期、回復期医療を一から色々と教えていただき、その重要性を身をもって体験することが出来、心から感謝しております。

そうこうするうちに、昨年秋、竹田浩洋先生と三原一郎先生が山形にお越しになり、3月にお辞めになる竹田先生の後任に是非とのお話しを頂きました。青天の霹靂の話でしたが、医師会の仕事を通じて敬愛しておりました竹田浩洋先生の後任とのことで、正直荷が重く、責任の重大さを感じ躊躇したのですが、私の尊敬する先生方に相談しましたところ、是非行って頑張ってきたらどうだ、と背中を押され、また、家内からもあなたが行くのなら大変だけれど付いて行きましょうと、心にジンとくる言葉ももらい、この度、老犬老猫含め家族一緒に初めての地鶴岡にやってきたところです。

6. おわりに

日本の医療行政の将来像は中々読めませんが、高齢化社会の到来と人口減の時代は間違いなくやってきます。それらに対し、医療人が対応すべき選択に、難しい判断を強いられる事があると思います。しかし、医療人の基本原則が、患者さん、ご家族、国民の医療と健康の為に働くことであるという立ち位置がぶれることはあり得ません。そのことを肝に銘じながら、患者さん、ご家族に希望と元気を与えられる医療を行える様鶴岡地区医師会職員、病院職員と一緒に頑張りたいと思っています。

期 日：平成 25 年 3 月 22 日(金) 19：00～
場 所：グランド エル・サン

総会後の懇親会、米寿・喜寿祝賀会並びに病医院永年勤続者表彰式

【米寿・喜寿を迎えられた会員】

米寿 石黒 栄一 先生 中村 純 先生
喜寿 渡部 直哉 先生

【永年勤続者表彰受賞者】

斎藤胃腸クリニック	小野寺祐子 さん	土田内科医院	清和 初美 さん
こどもクリニックすずき	斎藤 紀子 さん	土田内科医院	安野 清美 さん
丸岡真柄医院	菅原 信子 さん	佐藤診療所(湯温海)	佐藤 鉄子 さん

謝 辞

この度は永年勤続の表彰まことにありがとうございます。本当に嬉しく、感謝の気持ちでいっぱいです。

私たち二人（安野清美と清和初美）は、土田内科医院開業当初からのスタッフです。看護師の仕事に就いて35年、土田内科医院にお世話になって20年という長い年月、仕事と家庭を両立してやってこれたのは、土田先生はじめ職場の仲間のご指導ご協力があったからこそと思っています。そして何よりも私たちを育ててくださったのは、沢山の患者さんたちであったということを実感しているところです。

これからも患者さんをはじめとする多くの方々の声に耳を傾け、心を開き、その信頼に応えられる看護師を目指して、精一杯頑張りたいと思っています。

本日はまことにありがとうございました。

土田内科医院 清和 初美



退任の先生 長い間ありがとうございました。



竹 田 浩 洋 先生

H 6.4 ~ H 8.3	理 事	1 期	2 年間
H 8.4 ~ H14.3	副会長	3 期	6 年間
H14.4 ~ H25.3	理 事	6 期	11 年間
		計	10 期 19 年間

県医師会関係

H 6.4 ~ H10.3	代議員	2 期	4 年間
H10.4 ~ H12.3	監 事	1 期	2 年間
H12.4 ~ H14.3	副議長	1 期	2 年間
		計	4 期 8 年間

新入会員の紹介



氏 名：森 村 広 子

生年月日：昭和54年 1 月 16 日

生まれた所・育った所：熊本県熊本市

勤務先・診療科目：鶴岡協立病院 皮膚科

出身校：東京大学 在籍教室：東京大学医学部皮膚科学教室（2012年 9 月退局）

趣味・特技：音楽鑑賞、食べ歩き

鶴岡地区医師会員の皆さんへ一言：どうぞよろしくお願ひ申し上げます。



氏 名：武 田 憲 夫

生年月日：昭和22年 3 月 21 日

生まれた所・育った所：東京都世田谷区

勤務先・診療科目：鶴岡市立湯田川温泉リハビリテーション病院・脳神経外科

出身校：横浜市立大学

趣味・特技：スキー、音楽鑑賞、コンピュータ（Mac）

鶴岡地区医師会員の皆さんへ一言：40年間、脳神経外科医として急性期医療に携わって来ました。その経験を、慢性期医療を受けられる患者さんの為に、生かしたいと思ひます。鶴岡に住むのは初めてですが、海を見ることが新鮮な魚が食べられるのが楽しみです。宜しくご指導のほどお願ひ申し上げます。



医師会 ニューフェイス

①氏名 ②所属 ③趣味・特技 ④ひとこと



- ① 菅原 萌
② 荘内地区健康管理センター
事業推進課企画調整 一般職
③ 読書、植物を育てる事
④ 一生懸命頑張ります。よろしく
お願いします。



- ① 今埜 遼香
② 荘内地区健康管理センター
健診課 診療放射線技師
③ 楽器演奏（ピアノ、クラリネット）
④ 酒田からの通勤なので、仕事はもちろん
鶴岡の街にも早く慣れるよう頑張ります。
まだまだ未熟ではありますが、地域のため
に日々前進していければと思います。



- ① 三浦 藍
② 湯田川温泉リハビリテーション病院
リハビリテーション科 理学療法士
③ スノボ、マラソン等
④ わからないことばかりですが、
頑張りますのでご指導のほど、
よろしくお願い致します。



- ① 佐藤 竜乃介
② 湯田川温泉リハビリテーション病院
リハビリテーション科 理学療法士
③ 音楽鑑賞、楽器演奏
④ 初心を忘れず精一杯頑張ります
ので、よろしくお願い致します。



- ① 梅木 美枝
② 地域医療連携室
看護師
③ ちりめん細工
④ 初心に返って頑張ります。宜
しくお願い致します。



- ① 庄司 雄大
② 荘内地区健康管理センター
事業推進課 一般職
③ 映画鑑賞、野球、スキー
④ 一生懸命頑張りますので御指
導のほど宜しくお願い致します。



- ① 工藤 榛香
② 荘内地区健康管理センター
臨床検査課 臨床検査技師
③ 写真
④ 早く仕事に慣れて皆様のお役
に立てるように努力いたします
ので、よろしくお願い致します。



- ① 枝 信孝
② 湯田川温泉リハビリテーション病院
リハビリテーション科 理学療法士
③ スポーツ観戦、ドライブ
④ 日々勉強を重ね、しっかりサ
ポートできるように毎日笑顔で
頑張ります。よろしくお願いし
ます。



- ① 齋藤 郁絵
② 湯田川温泉リハビリテーション病院
リハビリテーション科 理学療法士
③ バスケット
④ 明るく元気に、一生懸命頑張
りますので、御指導の程よろし
くお願いします。



- ① 齋 藤 沙緒里
- ② 湯田川温泉リハビリテーション病院
リハビリテーション科 理学療法士
- ③ ショッピング、お菓子作り
- ④ 笑顔を大切にしながら職員の皆さん、
患者様とコミュニケーションを図り、楽し
く仕事をしていきたいと思ひます。また、
沢山のことを学び、成長できたらと思ひま
す。どうぞ宜しくお願ひ致します。



- ① 高 野 一 輝
- ② 湯田川温泉リハビリテーション病院
リハビリテーション科 理学療法士
- ③ 映画鑑賞
- ④ 患者さんや医師会の方々に信
頼されるような理学療法士にな
りたいです。よろしくお願ひし
ます。



- ① 阿 部 侑 司
- ② 湯田川温泉リハビリテーション病院
リハビリテーション科 理学療法士
- ③ ゲーム、スポーツ観戦、酒を飲むこと
- ④ 早く仕事に慣れるように頑張
りたいです。



- ① 齋 藤 麻 美
- ② 湯田川温泉リハビリテーション病院
リハビリテーション科 言語聴覚士
- ③ バレーボール、手話
- ④ 患者様が「リハビリを受けて良かっ
た」と思っただけのようなりハピ
リを行っていきたくひです。がんばりま
すので、よろしくお願ひいたします。



- ① 今 野 恵 美
- ② 湯田川温泉リハビリテーション病院
看護課 (第 3 病棟) 看護師
- ③ おいしいご飯屋さんやお菓子
屋さんを探すこと
- ④ フットワークよく頑張ります。
よろしくお願ひ致します。



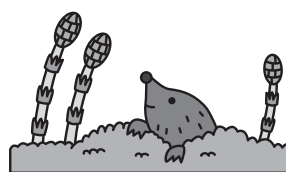
- ① 清 和 直 美
- ② 湯田川温泉リハビリテーション病院
看護課 (第 2 病棟) 准看護師
- ③ ドライブ、食べること
- ④ 患者さんより信頼される看護
師となり、日々努力し、たくさ
んのことを学んでいきたくひです。
ご指導よろしくお願ひします。



- ① 岡 崎 初 子
- ② 介護老人保健施設 みずばしょう
療養課 看護師
- ③ 特にありません
- ④ スタッフのみなさんとともに
地域の方に愛される施設づくりに
参加させていただきたくひと思ひま
す。よろしくお願ひします。



- ① 五十嵐 くみ子
- ② 鶴岡准看護学院
教務課 教務係
- ③ 愛犬とくつろぐこと
- ④ 初心にかえり、看護学の基礎
から学んでいきたくひと思ひま
す。よろしくお願ひいたします。



マイペット & マイホビー

— 第 82 回 —

鶴岡協立病院 菅原 真樹

はじめまして。鶴岡地区医師会の広報誌には初投稿となりますので、簡単に自己紹介からさせていただきます。私は鶴岡市の斎地区の出身で、鶴岡南高校を卒業後、山形大学医学部に入学しました。大学卒業後は、初期研修医、消化器内科医として北海道、東京で研修を行い、平成23年4月に現在の職場である鶴岡協立病院へと戻ってきました。現在医師10年目です。専門は内視鏡治療と抗癌剤治療で、内視鏡的粘膜下層剥離術（ESD）を得意分野としています。胃癌や大腸癌を内視鏡で切除するという手法です。現在では、年間約50例程の治療を行っています。地元出身ということもあり、多くの期待の声をいただいております、それに応えるべく、今後も一所懸命がんばっていきたくと思います。

さて、本題にうつりますが、私の現在の趣味はランニングです。現在の趣味と書きましたが、大学までは本当にたくさんの趣味をもっていました。友達とバンドを組んだり、ボーリング、ビリヤード、カラオケも好きでしたし、運動もあらゆるスポーツを経験し、大学6年時の球技大会（野球、バレー、バスケ、フットサル）では、学年で唯一、全種目に助っ人として参加したという経験があります。私は、小さいころから運動が好きな子で、小、中学校では野球部に、高校、大学と陸上部に所属していました。そして、部活動以外にも、両親の協力もあり、小学生ではゴルフを、中学生ではスキーの



インストラクターをつけてやらせてもらいました。体を動かしていると、勉強や仕事にもリズムができます。現在も運動を続けているのは、そういった理由があるからだと思います。

多くのスポーツの中からランニングを選んだのには、いくつかの理由があって、まず、①手軽に練習ができること。走りたいときに好きなだけ走れます。準備体操をして、外に走りに行くと、だいたい10kmであれば40分前後で走り終わります。医師という職業上、いつ何時電話で呼ばれるか分かりません。どんな時でも電話を持ちながら出かけなければなりませんので、もちろん、PHSをポケットに入れながら走り出します。長時間の遠出を必要とするスポーツは難しいと考えました。そして、②けがが少ないこと。野球やサッカーのような接触の可能性のあるスポーツは、同時にけがの危険性を伴います。内視鏡医としては、手のけがは仕事に支障がでます。プロ意識を持って仕事をしているので、趣味といえど、そこまで考えてやらない

といけないと思っています。そして、最後に、自分の中ではかなりの比重を占めていますが、③地域の需要があったこと。鶴岡市では、10月になると鶴岡市駅伝という大きな大会が行われます。15区間の駅伝大会で、鶴岡市の26学区で競う大会です。地元の斎チームは、非常に小さい学区ながら、毎年3位以内に入賞しているとてもすごいチームです。旧村町も1つの学区になりますので、人口が1万人以上もいる学区と勝負しなくてはなりません。そんなマンモス学区にも負けたくないという地域住民のみなさんの心意気に共感し、少しでも地域のためになるのならばと走り始めました。

趣味＝ランニングと答えると、ゆっくりと走るイメージがあるかもしれませんが、私の場合は、どちらかというのアスリートに近いと思います。目標の大会に向けて調整していき、ベストの状態ですべてにでれるようにする。市民マラソンへの参加はもちろん、競技場で行われるトラック競技にも参加し、現役の高校生にも負けなくらいの走りをしています。現在は、週1～2回の練習を継続しています。1回の練習距離はだいたい10km前後ですが、若いころは15～16kmは余裕をもって走っていました。残念ながら、年齢には勝てないようです。

フルマラソンの経験は一度だけです。その他に、地元で行われる100キロマラソンにも参加しました。結果は70キロでしたが、持てる力を

出し切りました。その週に沖縄で結婚式をあげたのですが、さすがに、2～3日は体や頭が痛く、生きた心地がしませんでした（笑）。

走っている最中は、本当につらいです。長い距離を走っていれば、ランナーズハイになって気持ちよく走れる瞬間もありますが、短い距離ではほとんどが苦しい時間の連続です。しかし、ゴールした時の爽快感、みんなで襷を繋いだ時の達成感、何ものにも代えがたいものです。

妻もフルマラソンを2回完走しています。現在は子育てに奮闘中ですので全く走れていませんが、将来的には、一緒にフルマラソンにでも出場できればいいなと考えています。



オーストラリアの楽園・ハミルトン島を旅して

三原皮膚科 三原 一郎

毎年行こうと決めた海外旅行は昨年で 3 回目です。1 回目は、新婚旅行と称してイタリアへ。2 回目はバリ島でした。それぞれ、とても楽しめた旅行でした。

3 回目は、中村先生の旅行記に触発されて、オーストラリアへ行くことにしました。実は、いところが旅行社に勤めているので、彼にどこそこへ行きたいのだけど、とメールをすると、パック旅行のパンフレットが送られてきて、その中から適当なコースを選ぶだけです。忙しいこともあり、ほとんど内容も確かめず、こんなんでいいじゃないって感じて決めています。今回は、妻が海好きなこともあり、シドニー経由でハミルトン島をメインにしたツアーにしました。パックのツアーとはいっても飛行機やバスでの移動が団体というだけのことで、現地では全くの自由行動です。

ハミルトン島は、グレートバリアリーフの中央に位置し、南北 4.5km、東西 3 km、面積 750ha（東京ドーム 160 個分）の小さな島です。もともと無人島だったところに、ジェット機が離発着できる空港をつくり、ある企業がビーチとハーバーを整備したそうです。島全体がアミューズメントパークみたいなところですよ。有名なハート型のサンゴ礁「ハートリーフ」や世界で最も美しいといわれる「ホワイトヘブンビーチ」に近いのでオーストラリア人に人気のリゾートアイランドです。島内には宿泊施設が 7 タイプ存在しますが、今回は、奮発して世界トップ 10 にランキングされた 5 星のリゾート、クオリアに 3 泊しました。

さて、成田を夜発ち、2 時間の時差のあるシドニーには早朝に着きました。そこから、飛行機を乗り継いで 3 時間ほどでハミルトン島です。空港では、われわれのためだけにクオリア専用車がお出迎え。5 分ほどでクオリアに到着です。車を降りると、支配人が直々にお出迎え、丁寧な歓迎を受けました。エントランスから中に入るとホール正面には碧い海が広がり、さらにウエルカムシャンパンが用意され、楽園を実感です（写真 1）。



写真 1

クオリアにはパビリオンと呼ばれる別荘（ホテルという部屋）が点在しています。パビリオンには、海を一望できるリビング、ベツトルール、バス付の洗面室、それに、シャワールーム、トイレ、さらには、リクライニングチェアを備えたプライベートプールまでもあり、豪華な別荘という感じの建物です（写真 2）。パビリオンは広大な敷地内に点在しているため、移動にはゴルフ場でみかけるような電動のバギーを利用します。また、ホテル滞在中は、バギーを自由に使えるので島内の移動もすべてバギーです。因みに、島のなかではバスや輸送用のト



写真 2



写真 3

ラック以外普通のエンジン車はほとんど走っていません。バギーが当たり前の移動手段なのです。バギーにはウインカーやクラクションはなく、信号もありません。ホテルや公共の駐車場には、充電用の電源が至るところに設置され、どこでもいつでも充電できる環境が整っています。近未来の町は、こんな風になるのかな～、なんて感じました（写真 3）。

とにかく、島全体が絵にかいたような楽園です。プール付の素敵な部屋や、海に面した美しいプールでのんびり過ごしつつ、いくつかのアクティビティーに参加しました。まずは、パラセーリングに挑戦です。パラセーリングとは、パラシュートにぶら下がり、モーターボートに引かれて上空へ舞い上がるというマリンスポーツです。セーリング前は、ちょっとビビッ

ていたのですが、するすると空へ舞い上がっていく感覚は、何とも言えない心地良さ。空中では涼しげな風に吹かれながら、眼下に広がる美しいコーラルシーや島々を一望でき、爽快感この上ありません。途中スピードを落とし、海にお尻をジャボンというサービスもあり、とても気持ちのいい経験でした（写真 4）。

次いでクルーズ船で、グレートバリアリーフの無人島にある真っ白な砂浜、その名も「ホワイトヘブンビーチ」へ。欧米の旅行誌等で「地球上で最も美しい砂浜」として紹介されるところです。9 km 以上にも渡って続く美しい砂浜は、目もくらむほど真っ白！ 珊瑚のかけらや貝殻などが波によって細かく砕かれ堆積したシリカサンドでできたビーチは、驚くほど粒が細かくてサラサラ。歩くと、キュキュと音がします。



写真 4



写真 5

澄んだ海が作り出すブルーのグラデーションと延々と続く白い砂浜、海に浮かぶヨットや水上飛行機、テレビなどで疑似体験した景色ではありますが、本物はやはり息をのむ美しさです（写真 5）。

さて、旅の楽しみのひとつは食事です。オーストラリアといえば、オージービーフ！二人ともステーキ、とくにガツンとした厚切りの肉が大好きなので、出かける前から楽しみにしていました。島にも評判のステーキハウスがあるとのことで、早速行ってみました。席はプールサイドのバルコニー。注文はカウンターに並んで、サンプルをみながら肉の種類を選び、焼き加減やソースの種類を指定します。肉の種類は T ボーン、フィレ、サーロンインなど 10 種類ほどから選べます。また、ソースもいろんな種類があるのですが、ガーリックバターをのせた T ボーンステーキ 450g をシェアすることにしました。和牛のような洗練された味ではありませんが、ガツンという肉らしい肉で、噛み応えも十分で大満足でした。なお、ワインやビールなどのドリンク類も、カウンターで買う仕組みです。日本でなかなか経験できないワイルドな

ステーキディナーでした（写真 6）。

それからシドニーに戻り、オペラハウス（写真 7）やその周辺のベイエリアと新鮮なシーフードを堪能し帰途につきました。さて、4 回目となる今年はどこに行きましょうか？



写真 6



写真 7

表 紙

「種蒔き爺」

三浦 二三夫

春になり雪解けとともに山々にはいろいろな模様が出現、雪形とよばれています。雪形には「ポジ型」と「ネガ型」とがあり、前者は消え残っている残雪の形であり、後者は雪の解けた黒い山肌の形です。昔より農事暦、自然暦として、田畑の仕事や漁を行う時期の目安に用いられてきており、その溶け方で早い年は干魃、遅い年は冷害など豊凶の予測などに用いられました。当、庄内地方では鳥海山、月山がありその雪形は多くの人々に季節の遷ろいを感じさせてくれます。この写真は酒田市の本楯付近からのもので西鳥海の笹ヶ岳の中腹に中腰になって種を蒔く老爺の姿が見られます。5月になれば遠目ながら鶴岡からも見ることができます。

編 集 後 記

早春は晴天の朝がより清々しく感じられますが、皆様はいかがお過ごしでしょうか。

さて今月号は認知症と外部評価委員会の講演抄録が掲載されています。竹田総合病院脳疾患神経センターの石田義則先生からは認知症の解説や認知症診療の地域医療連携を紹介して頂きました。そして県立中央病院救命救急センター副所長の森野一真先生からは医師会の災害時対応について講演して頂き、災害対応マニュアル整備の際は事業継続計画の概念を取り入れる必要があると御指導頂きました。

また湯田川リハビリテーション病院の新院長に就任されました武田憲夫先生のご挨拶や、医師会ニューフェイスの紹介も載っております。新任の皆様よろしくお願ひ申し上げます。

久々のマイペット&マイホビーは協立病院の菅原真樹先生のストイックなランニングのご趣味そして旅行記は我々が三原会長の垂涎のオーストラリア・ハミルトン島紀行です。ともに楽しく読ませて頂きました。会員のプライベートを紹介するこれらのシリーズは会員以外の方からも大変人気ですが、投稿が少なく苦慮しております。趣味やペットの話題がきっかけで仲良くなり、異なる職場の人との連携が円滑になることもあるかと思われれます。まだお書きになられていない先生方の原稿をお待ちしております。

この号が届く頃には桜が開花しているかもしれません。新しい環境で出発する皆様が良いスタートを切れますように。

(今立 明宏)

編集委員：伊藤 茂彦・福原 晶子・石原 良・中村 秀幸・斎藤 高志・今立 明宏

発行所：一般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 ishikai@tsuruoka-med.jp

URL <http://www.tsuruoka-med.jp>