

めでいか、すどる

Médicastre



「むべ（郁子、野木瓜）」

『痴呆（認知症）の医療とケア』

杏林大学 医学部高齢医学
教授 鳥羽 研二 先生

ドネペジルの長期効果の結果から、1年でも早く服用を開始すれば、施設介護になるまでの期間を延長し少しでも住み慣れた自宅にいられることが示された。痴呆に対する栄養や運動など非薬物療法の効能が多方面で証明され、痴呆は少なくとも多くの部分は生活習慣病である側面が示されてきた。このような状況から、いかに早く軽度の認知症を発見するかが課題となってきた。

早期発見の手がかりとしての具体的エピソードとして、話題が乏しく限られている、同じことを何度も尋ねる、ものの名前が出てこないと生活障害（物のしまい忘れ）と性格変化（興味や関心の低下）の3群に注意する。

痴呆（認知症）と診断されることは、本人はもちろん、家族にとって深刻である。生命予後も平均7年と短いだけでなく、この先どうなっていくかについての家族の不安は大きい。安心を与えるためには、医師自身が、痴呆患者の視点になり、痴呆をケアする家族の視点に立つことが最低限要求される。介護負担に問題がある場合は介護負担を評価する。

痴呆診療では、殆どの合併症に対しても診断と治療を行う。どのような老年症候群を合併しやすいか検討してみると高頻度の老年症候群は、主としてケアに直結する一連の症候群（譫妄、失禁、転倒）やコミュニケーション障害（難聴、視力障害）、栄養に関連する症候（やせ、便秘）などに分類される。このように、痴呆は他の代表的な老年症候群である尿失禁、転倒骨折、誤嚥性肺炎、低栄養、廃用性症候群などを高頻度に合併し、さらに譫妄やうつなども問題となる複雑な医療分

野といえる。

痴呆の重症度では、自立困難や日常生活動作の困難などが判定で重要視されるが、治療効果では「記憶検査」以外長く省みられることがなかった。進展予防に有効な薬剤が開発され、記憶力の保持には著明な効果が見られないことが分かって、ようやくこれらを加味した評価が取り入れられるようになった。

痴呆治療のゴールは

- ①「生活機能の一目でも長い維持」
- ②「周辺症状の緩和」
- ③「家族の介護負担の軽減」につきると考える。

杏林大学高齢医学では、物忘れ外来開設以来、全例に総合的機能評価を施行し、治療判定に役立てている。これまでの成績では、薬物療法（塩酸ドネペジルなど）や行動療法（運動療法、ADL療法、栄養指導）などで、最も改善維持が強い機能は、短期記憶力と基本的ADLで、在宅の生活自立に関連する手段的ADLは短期的改善に止まっている。物忘れ外来の限界と思われ、より地域のケアと密着したサービス形態（地域物忘れセンター）が必要と思われる。

観 桜 会

日時：平成 17 年 5 月 27 日（金）

場所：新茶屋

5 月 27 日、新茶屋に於いて観桜会が開催されました。

ご来賓として、県医師会から有海躬行会長様、伊藤正明事務局長様、また、公認会計士佐藤正一様をお迎えし、最初に齋藤会長より前日行われた定時総会の報告ならびに鶴岡地区医師会の今後の活動方針についての挨拶があり、つづいて有海県医師会長様より日本医師会・県医師会の状況についてのご挨拶がありました。

その後、本田議長の代役として副議長の横山靖先生の乾杯で宴が始まりました。前半は隣席との話しに盛り上がり、後半は座席を離れそれぞれに宴を楽しんでいました。宴たけなわの中、鈴木伸男先生の一本締めにより散会となりました。

今回は総勢 54 名と例年より少ない人数となりました。私たち職員も先生方と交流できる数少ない機会ですのでより多くの先生方にご出席いただきたいと思います。最後に横山先生、急な代役をお引き受けいただきありがとうございました。

（庶務課係長 井上 祐司）



白鬚 神 社

黒羽根 洋 司 先生



「近江」、司馬遼太郎はこの国名を口ずさむだけで、自分の中で詩がはじまっている、と語る。彼の大作「街道をゆく」の第一歩はこの国からであった。日本はおろか世界を歩く巨人をそれ程までに魅了してやまない「近江」は、私にとっても憧れの地であった。

昨年の秋、私は京都に棲む遠戚を訪ねる機会を得た。「比叡山から琵琶湖をまわしましょう」との申し出を受けた私は、喜色を隠さぬまま、湖西のルートを希望した。とある地に立ち寄りたかったからである。

白鬚（しらひげ）神社である。

近江最古の神社でありながら、京都で生まれ育った知人ですら、その名には馴染みが薄いという。どうやら知る人ぞ知る地らしい。

ところで、平成三年から随筆らしきものを書き始めた私がペンネームとして使っているのが「しろひげ先生」である。折りしも、頭髪に白いものが増え始めた頃であり、名医の代表が「あかひげ」ならば、凡医には「しろひげ」がよかろう、と考えてのことであった。もう一人の自分の宗祖、本家のようなその神社に、私が興味を抱いてきたとしても不思議でない。

参拝を千載一遇の機会ととらえるには、また別な理

由があった。

京都を訪問している頃、私は某出版社が主催する出版賞のノンフィクション部門に自作を応募していた。第一席になれば、かなり高額な賞金が得られることと原稿が本に変わるという、魅力からである。勝手に同じ名を僭称している私だが、氏神に頼めばご利益があるのではないかと考えたのであった。

白鬚神社は琵琶湖岸の白砂青松の地にあった。背後には山が迫り、湖中の丹塗り大鳥居と対をなす壮大な社殿は、昔ながらの神々しさをたたえていた。それは、「近畿の巖島」と称されるにふさわしい美しい景観であった。

うみよりも深き恵みか みな人の よはいをし良す
白鬚の神 一千種有功

積年の夢をかなえた私は、深き恵みがあることを願いながら、長い時間をかけて伏し拝んだのである。

私の作品は、第一次審査を通ったものの、結局大賞には至らなかった。だが、子授けの神はしっかりと私の分身を無事産みおとしてくれた。28年も昔の異国体験を「遙けき国、ガーナで」として、まとめることができたのも、我が文運の守り神・白鬚神社の加護によると私は信じている。

「遙けき国、ガーナで」は当地区医師会のイントラネットを介して、2001年4月から2004年6月にわたって年7回のペースで、配信されたものを一冊の本としてまとめたものである。内容は、国際協力事業団（JICA）の医療専門チームの一員としてガーナ共和国に派遣された医師の14ヶ月間の生活を記したものである。文芸社より刊行、お求め、お問い合わせは、各書店もしくは黒羽根まで。

楽しかった～！研修旅行

期日：平成17年5月18日～20日まで

小沼 あい

2泊3日の研修旅行はとても楽しかったです。2日目がとにかく暑く、見学場所に行くまでの電車とバスはギューギュー詰めとても混んでおり、都会は田舎とは全然違うと思いました。電車に1人で乗るのも不安で、都会で生活することは大変だと思いました。見学場所である北里大学病院の大きさにビックリ！！病院の周りには緑がたくさんあり、環境もとてもよかったです。看護師として就職してもフォローアップ制度やI～IVまでの継続教育の制度があり、常に勉強の必要な職業なんだと改めて実感しました。実習で「看護師さん厳しいな」とよく思っていました。それも人の命を預かっている仕事なので知識や技術をしっかりと身につけてもらいたいからなんだと思いました。看護部長さんの話にもありましたが、「日進月歩」ではなく、「秒進秒歩」で確かな知識を身につけ、柔軟な発想ができるようにそして、どんな時でも冷静に行動できるように実習や日頃の生活を通して身につけていきたいです。そして患者様中心の看護、自分や自分の家族が受けたい看護が提供できるように正確な知識・技術を身につけ、学生としての態度に気をつけ行動していきたいです。家に帰ってきたら現実に戻され、いよいよ実習が始まると思うと少しずつ不安そして緊張です。あつという間の2泊3日の研修旅行でしたが、みんなで楽しむことができました。

大滝 久美子

旅行に行くまでの期間が長く、またクラスの中でいろいろあり、大丈夫だろうかと思いながら迎えた旅行でした。心配事も日ごとになくなり、帰りの集合時間に全員集合できたときはホッとしました。教室では見られないクラスメートの一面が見られ、思い出が作れました。旅行が終わってもお土産の値段はがしや袋に入れるなど後始末に至るまでスムーズに行え本当に旅行が終了したことを実感できました。夜遅くまで起きていたので、思い出と共に肌荒れ、吹き出物、口内炎まで作ってしまいました。北里大学病院は基本理念が忠実に守られていて看護部長様はじめ他のスタッフの方も穏やかで知性のある感じで好印象を受けました。プリセプター制度はとてもよいことだと思いました。病院の役割を改めて感じ、また外来受診する人が1日2,500人くらいと聞き、病気で悩んでいる人がたくさんいることにも驚きました。日々努力してレベルアップを図りチームとしてコミュニケーションをとりながら活動し、患者中心の医療を確立させることの大切さを知りました。旅行委員長さんをはじめ旅行委員の皆様お疲れ様でした。

老 健 便 り(1)

みずばしょうの開所にあたりましては、会員の皆様をはじめ、多くの方々から多大なご協力いただきまして誠にありがとうございました。

5月9日の開所から1ヶ月が経ちました。開所式が終了後、午前中よりみずばしょう最初の入所者を迎えて、以来徐々に入所者が増えていき、現在では、短期入所を含めると35名の方が入所されています。しかし、施設入所を希望している方は依然として多く、これらの需要に応えるべく受け入れ体制を整えていかなければなりません。

通所リハビリテーションについては、開所から1週間遅れて5月16日より事業を開始しました。平日のみの営業で、平均すると10名程度の方にご利用いただいております。近日中に車いす対応のマイクロバスが納車されるので、今後、利用者の増加が見込まれます。

また、5月25日には、施設内で天神祭りを行いました。みずばしょうとして初めての行事ということもあり、開所まもない時間のない中、計画を立てて準備を進めてきました。当日は、化けものに変装した職員がお酒・ジュース等を入所・通所者に振舞って回り、魚釣り・缶くずしのレクリエーションも行いました。参加した皆さん楽しい時間を過ごせたのではないのでしょうか。

今後とも会員の皆様にはご支援、ご指導の程宜しくお願い致します。



Introduction

勤務医

No.66

斎藤胃腸病院

外科 関根 慎一 先生

今年の4月から斎藤胃腸病院の外科に勤務している関根慎一です。どうぞよろしくお願い致します。こちらに赴任するときは、まだ月山あたりでは吹雪で、「大変なところにきたもんだ」と思っていました。しかし、先日、車を走らせたときには、まぶしい新緑で、季節の移り変わりを肌で感じられるすばらしいところだなあと改めて感動しました。今年は桜の開花が遅く、3月まで勤務していた東京では結局花見ができませんでしたが、鶴岡公園で満開の桜を見ることかでき、とても嬉しく思います。酒、魚、米がおいしい鶴岡で、充実しながら毎日働いております。

埼玉、富山と合わせて15年住んでいましたが、実は山形の生まれです。母親の実家の村山市には幼少時には毎年夏に帰っておりました。庄内には海水浴で何度か遊びに来た事があり、今頃になって思い出しました。(お盆後に泳いで、クラゲに刺されたことも…)

自己紹介をします。27歳、独身。平成15年富山医科薬科大学卒業です。同大学の第二外科に入局し、若葉マークが取れたばかりの3年目です。院内でも理事長はじめ皆さんからの半信半疑(いや、三信七疑くらいでしょうか?)の眼差しに見守られながら楽しくやっております。趣味はドライブ、スポーツ(するのを見るのも好きです、でも特に野球と競馬でしょうか)。大学時代は野球部でキャッチャーをやっていました。西医体でも勝ったり負けたり

平凡なチームでしたが、バッティングセンターでバイトしながらついでに打撃練習したり、筋力トレーニングの後に牛井屋でバイトし、牛井食べてタンパク質を補給したりと、野球中心の学生時代でした。私が医者を目指した理由は、「振り返れば奴がいる」とか、「外科医 有森冴子」などのドラマを少年時代に見て、かっこいいなと思ったからです。消化器外科を志望したのは、自分もおいしい物を食べたり酒を飲むのが好きなので、患者さんが病気になっても、また食べられるようになったらいいと思ひ、それには消化器外科がいいのではないかと学生時代に漠然と考え、進路を決めました。(第二外科には野球部のOBがいっぱいいて、知らないうちに洗脳されていたとを感じる面もありますが…)

働き始めて2年が経ち、自分の担当する患者さんにうまく説明できなかつたり、検査や手術で余計な苦痛を与えてしまつたりと、技術と知識の未熟さを毎日感じておりますが、少しでも成長できるよう、この地で精進していこうと思ひます。鶴岡での勤務は9月末までの半年間と、短い間ではありますが、鶴岡医師会はじめ各病院の方々、ご指導の程よろしくお願い致します。

マイペット&マイホビー

—第22回—

なつメロ人生

中村 純

昭和34年産婦人科内科を開業日常診療に従事していたが、やがて世相も次第にバブルの時代となり多くのスナック、クラブなどが夜の街を賑やかにしてくれた。

職業柄若い女性の患者が多かったせいか、街の飲み屋に出入りすると私は唯客のつもりなのだが相手の女性はどうも私を知っているらしく私を意識している様にみえたが自分なりに或程度納得した。

当時次第にバブルの時代で製薬会社、薬品問屋さんも景気よく、次第に私も止むを得ず飲み酒田まで足を伸ばすようになった。

私は多少なつメロの歌が好きだということを知り、問屋さんの一人が知っていて酒田の船場町の浮というクラブに良く案内された。当時はスナック、クラブなどでも現在のようなカラオケの設備は勿論なく、テープの設備も当時は鶴岡は勿論、酒田にもなかった時代でもあった。そのクラブ浮にはソピックというなつメロの演奏の機器がありそれをバンドとして客がなつメロの歌を競い気分を上げていた。私も通ううちにそのソピックに大変興味を持ち、そのソピックの出場所を尋ねるとなんとソピックを製作している会社の客がクラブ浮の常連で、酒田で第一号としてクラブ浮が買わされたらしく、歌える店として有名だったのである。わたしもそのソピックが欲しくなり、たずねると当時東芝系統で日本重化学工業ソピック事業部(?)として酒田に工場が来てい

たらしく、そこでソピックが造られていたらしい。家も欲しくなり、ある人を介して購入することにしたのである。値段が幾らだったか失念したが、職業を尋ねられ開業医だというと小児科でなつメロの音楽を聴かせるのかと一笑されたが、以来私もそのソピックを重用したわけである。

次第に鶴岡でもカラオケブームとなり夜の街が賑やかになった。中でも現在も賑っている中央駐車場近くのバックスという店があり、よく通ったが、そのソピックの話をママに話したら是非欲しいと言われ、ソピックを購入して貰って大いに張り切って歌ったのを思い出す。確かこれが鶴岡でソピック第1号の店の筈である。以来数年を経てカラオケ、8トラテープ更に現在の様にいろいろと発達の道をたどったわけである。

ある時ある先生の結婚式に招待され、他の余興の合間に私がそのソピックから自分のテープをとり、それを伴奏になつメロを歌ったのを思い出す。当時立派な結婚式場など勿論なく、確か市役所の前の商工会館の会場でやったように記憶している。

私のカラオケ人生はそのソピックの発明が転機となり紆余曲折の連続で進歩してきた様な気がする。やがて昭和の末頃にいたり全国的にカラオケ、殊になつメロブームが盛んになり当地においても地元出身の作曲家阿部武雄氏を顕彰する会が発足、なつメロを楽しむ親睦の会が発足、庄内なつメロ会を結成、初代の会長

という重責を引受けさせられ、更に平成10年になり鶴岡なつメロ愛好会の親睦の会が発足し、再び心ならずも会長に選出され現在までその立場を継続する羽目になっている。

鶴岡なつメロ愛好会は勿論歌手などを目指す会でもなく会員相互の親睦の融和を尊重し昭和45年までの歌われた歌をなつメロ曲として規定しているが、しかしこの年次は各団体によりなつメロの意義が大分違っている。又われわれの会は男女年齢を問わず例会は市勤労者会館にて月2回即ち月第2、第4土曜日の午後6時から9時まで行われている。

又、鶴岡なつメロ愛好会の団体は鶴岡市芸術文化協会に入会し毎年1回市文化会館にてその成果の発表会を開催している。

特に特筆すべきは平成に入り介護保険制度の創設があり方々に特別養護老人ホーム、老人保健施設が多く設立され、それらの要領により積極的にボランティア活動を行っている。平成16年度には15回の施設でのボランティア活動を行っている。それらに対し社団法人「小さな親切」運動本部より当会に対し「小さな親切」実行賞の表彰を受けている。

ボランティア活動の中で高齢者、障害者と一緒になつメロを歌い大きな声を発することはボケの予防更に健康にも大変良い影響を及ぼすといわれ、全国の病院などでも広い意味での音楽療法が盛んになり全国的にも多くの音楽療法士の資格が作られる様になってきている。私のカラオケ人生もまだまだ途中のように思われる。

表 紙

「むべ（郁子、野木瓜）」

林 順一

いつも自家製の野菜をとどけて下さる患者さんが、診療所の玄関の前に、早朝また置いて下さった果物。コメントが添えてあって「あけびに似ていますが、皮は食べられないようです。むべ（郁子、野木瓜）といいます。開裂はしません。佳香はかなりのものです。」撮影後に、職員と味わった。上品な香りで、甘味はほんのり。

～ 編集後記 ～

林 順一先生に投稿していただいた今月号の表紙の「むべ」は、初めてご覧になった方が多いのではないのでしょうか。暖かいところでないと育たないと聞きましたが、名の由来にも興味がありますが、一度食べてみたいものですね。

最近、「認知症」に関しては医師会勉強会や医療学術懇話会で何回か取り上げられてきましたし、7月にも講演会があると聞いています。新薬も出ましたし、まだまだ話題が尽きない領域と思います。しかし、医師会勉強会以外はメーカー側主導で講演会が開催されてきましたので内容に偏りが出やすく思います（高脂血症や糖尿病など）がいかがでしょうか。そこで先日、医療学術懇話会幹事と外科系、内科系会員それぞれの有志と会合を持ち、今後はメーカー側から講演演題を募集し、偏りがないように当方で選択していくことにしました。平成18年3月までは決まりましたが、今後の講演内容で要望がございましたら医師会庶務課に一言お伝えください。

ところで、鳥羽研二先生は講演の中で「認知症」予防にはマージャンがベストとおっしゃっていました。近年医師会マージャン同好会の入会者が減少しております。

毎月第2月曜日には医師会館二階で午後7時から始めてますので遠慮なく顔を出してください。

さて、6月3日まで6週間にわたって鶴岡地区医師会が担当した「朝だ 元気だ 六時半！」の放送が無事終了しました。出演者の松原要一、鈴木伸男、福原晶子、中目千之先生、そして私ですがご苦勞様でした。医師会員には早起きは多くなかったようでほとんど聴かれてなかったようですが、一般の早起きの皆様には大変好評でした。来年には今回の出演者以外の6人の会員の皆様をお願いすることになりますますがその時はよろしく願いいたします。

もうすぐに入梅です。体調管理には充分ご配慮ください。

(伊藤 末志)

編集委員：伊藤 末志・三原 一郎・中村 秀幸・石原 良・福原 晶子

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@mwnet.or.jp

URL <http://www.mwnet.or.jp/~tsurumed/>

印刷所：富士印刷株式会社 鶴岡市美咲町27-1 TEL 22-0936 (代)