

めでいかすとり  
Médicastre



「冬日和」

## 鶴岡地区医師会新年祝賀会

日時：令和2年1月17日(金) 18:30～  
場所：新茶屋

令和に入り最初の鶴岡地区医師会新年祝賀会は、雪のない穏やかな冬の中、31名の来賓をお迎えし、総勢89名で開催されました。

土田会長の挨拶では、昨年続き年々本業以外の業務が多くなってきている事や、開業医の高齢化等により医師不足が深刻になりつつある事などが述べられました。

来賓代表として加藤鮎子衆議院議員、皆川治鶴岡市長、佐藤顕酒田地区医師会十全堂会長よりご祝辞を賜りました。

土田会長より来賓の皆様のご紹介があり、本間新兵衛鶴岡市議会議長のご発声で乾杯となり祝宴がはじまりました。

鶴岡地区医師会新年祝賀会当日は、大雪や吹雪で、新茶屋の庭園が幻想的に見えるイメージがありましたが、今年は雪がなく、ライトアップされた美しい庭園を眺めながら、季節の美味しいお料理やお酒を楽しみ、来賓の方々や医師会の先生方で交流を図る時間となりました。

締めは鈴木伸男先生より、昨年ラグビーワールドカップで日本中が盛り上がった「ワンチーム」を引用し、皆で「we are one team」と締めとお開きとなりました。

介護老人保健施設みずばしょう 若木 敬一



土田兼史会長



加藤鮎子衆議院議員



皆川治鶴岡市長



佐藤顕酒田地区医師会  
十全堂会長



本間新兵衛鶴岡市議会議長



鈴木伸男先生



## 荘内病院地域医療連携推進協議会・鶴岡地区医師会・登録医・荘内病院合同懇談会

日時：令和元年12月17日(火) 19:00～  
場所：東京第一ホテル鶴岡 鶴の間

合同懇談会には69名の方に参加していただき、第一部では、荘内病院の医師や看護師より診療や活動についての情報提供、第二部では懇親会が行われ、和やかに歓談し交流を深めました。第一部の発表内容について、発表者より要約していただきましたので、ご参照ください。

## 小児の食物アレルギーについて

小児科医長 新井 啓

## ①発症予防における考え方の変化

2000年代前半までは食物アレルギーの発症は経腸管感作によると考えられており、予防の基本は除去だった。アメリカ小児科学会提言(2000)や日本の食物アレルギー診療ガイドライン(2005)でも、特定の食品の除去や摂取を遅延すべきとの記載がある。しかしその後、除去のアレルギー発症予防効果に対して否定的な報告が世界的に相次ぎ、また疫学研究などから原因として経皮的な感作が注目され、Lack.G.らによって「二重アレルギー暴露仮説」(2008)が発表された。食物アレルギーの主たる原因は経皮的な暴露であり、避けるべきとされてきた経口的な暴露はむしろアレルギーを抑制する方向に働く、というこの仮説は、食物アレルギー診療に大きなパラダイムシフトをもたらした。その後世界各国で行われた様々な研究の結果から、少なくともピーナッツと鶏卵については、ハイリスク児は乳児期から摂取することが望ましいとされており、また経皮感作という面から併せて皮膚症状をしっかりコントロールすることの重要性も指摘されている。現時点での食物アレルギー発症予防としては、乳児期に皮膚症状があれば早めに介入してしっかりとコントロールし、5-6ヵ月頃から離乳食を開始して特定の食品を遅らせたりはしない、というのが標準的な対応である。

## ②食物アレルギーの診断と管理

発症予防において除去から摂取への変化があったように、管理の面でも可能な限り「完全除去



をしない」というのが最近の考え方である(必要最低限の除去)。そのための閾値評価には経口食物負荷試験(OFC)が必要となる場合も多いが、OFCを実施出来ない場合でも、詳細な問診や血液検査、皮膚検査などを組み合わせることで、除去しなくてよい食材の選別はある程度可能である。血液検査では近年いくつかの種実類でコンポーネント(Ara h 2、Jug r 1、Ana o 3など)の測定が可能となっており、一つにアレルギーがあるとまとめて除去となりがちな種実類で、真のアレルギーを見極める一助となる。スキンプリックテストなどの皮膚検査も、器具や試薬を準備すればそれほど手間のかかるものでは無く、血液検査で調べられない点(項目の無いものや加熱/非加熱の違いなど)についても評価できるため、有用な検査である。完全除去の状況を脱すれば、少なくとも乳児期～2歳程度までは自然寛解をまっとうとされるが、定期的に特異的IgEや摂取状況/誘発症状を確認することは重要で、IgEに上昇傾向がある症例や頻回に誘発症状を認める症例、複数の食材でアレルギーが疑われる症例、併存する皮膚症状のコントロールに難渋する症例などは、早めにOFCが可能な施設へ紹介するべきであろう。

その他、当日は近年報告が増えている消化管アレルギーや口腔アレルギー症候群についても簡単に触れたが、今回は誌面の都合上割愛させて頂いた。

令和元年度 登録医・医師会と  
荘内病院の懇談会の報告

副院長兼地域医療連携室長 吉田 宏

本年度、9月28日と10月12日に行われた登録医・医師会と荘内病院の懇談会の出席者の状況や

アンケートの結果について報告しました。参加者は2日間合わせて108名で、そのうち院外からの参加者は48名で、その所属は病院が24名と半数、診療所17名、行政7名でした。発表時間、発表内容については「ちょうどいい」「期待通り」との回答がおおむね9割であったことから、当懇談会は好評であったことが伺えます。開催日時については、本年度開催した土曜日の夕方が良いという回答が30名、平日の夕方が良いという回答が30名、そのほか土曜の午後が9名でしたので、来年度の開催について、参考にしたいと考えています。また、自由記載欄で登録医の先生方より「質問が活発になるよう時間が延長しないように工夫して欲しい」「すべての科ではなくて診療科を絞っても良いのでは」「疾患を絞って内容を深めた話しを聞いてみたい」という意見が寄せられています。また、院内の医師からは「荘内病院が地域から信頼されるためには開業医との密なつながりや協働が重要となるため、更なる協力体制の構築に努力したい」等今後も連携を推進していきたいとの意見が寄せられました。

来年度の開催に向けて検討していきます。

### 緩和ケアチームでのNet4U活用の現状について

外科外来看護係長  
緩和ケア認定看護師  
阿部 美知子

当院の緩和ケアチーム（以下PCT）には、症状緩和に加えて、在宅療養支援・退院支援等の介入依頼があります。2018年度のPCT依頼件数は90件で、その内32件が在宅療養支援・退院支援でした。患者さまが住み慣れた場所で安心して療養するためには、在宅スタッフと密な連携が重要となります。PCTには、タイムリーな症状緩和、安心して過ごせる療養環境の調整、在宅スタッフと共に継続的なサポート、相談窓口としての役割が求められていると感じています。その役割を果たすために、Net4Uを活用して在宅療養中の患者さまの状況把握と在宅スタッフとの情報



共有に努めています。Net4Uの記載内容を活用し、日々の診療に役立てています。また、迅速な対応が求められる場合に備えています。

2019年度からは、当院電子カルテからNet4Uの閲覧ができるようになり、今までよりも状況把握がスムーズになりました。また、主治医や病棟スタッフもNet4Uを利用している患者さまの在宅療養中の様子を知ることが可能となり、更に地域との連携が深まっていくのではないかと感じています。今後も在宅スタッフと共に患者さまの療養を支える一員として、継続的なサポートをしたいと思っています。

### 特定行為研修を終了した看護師の活動

医療安全管理室看護係長  
特定看護師（創傷管理）  
皮膚・排泄ケア認定看護師  
梅本 貴子

平成27年度より保健師助産師看護師法の改定により、医師の包括的指示書をもとに患者の病状をアセスメントし医師の判断を待たずに自身の判断で処置を実施することができるようになりました。これを特定行為と言い実践に当たっては、理解力、思考力及び判断力並びに高度かつ専門的な知識及び技能が特に必要とされます。看護師が特定行為を実施するためには、特定行為研修を受講する必要があります。私は自治医科大学看護師特定行為研修センターで1年間学んできました。今後は、包括ケアシステムが推進されていく中、地域における役割拡大が求められています。

早期介入による重症化の防止、創傷の適切な管理による早期改善と患者のQOL向上、チーム医療による医療の質向上、医師の負担軽減、創傷治癒率向上により病院経営への貢献など期待されることは多岐に渡ります。創傷に関すること（褥瘡を含む難治性潰瘍、創傷治癒遅延など）何かありましたら情報提供を頂ければ幸いです。今まで皮膚・排泄ケア認定看護師として訪問看護師に同行し褥瘡を有する在宅患者の訪問指導を行ってきました。今後は、地域医療に貢献できるように取り組んでいきたいと考えています。



## 鶴岡みらい健康調査セミナー

鶴岡市健康福祉部 小林 まゆみ

日時：令和元年12月15日(日) 13:30～

場所：鶴岡市先端研究産業支援センターレクチャーホール

今回で8回目となる「鶴岡みらい健康調査セミナー」が、12月15日(日)に鶴岡市先端研究産業支援センターレクチャーホールを会場に開催されました。テーマは「めざそう！健康長寿～フレイル予防最前線」で、市民や関係者ら330名が集まり、会場には熱気があふれていました。

今回の目玉は、高知市発祥の「いきいき百歳体操」を考案した堀川俊一先生（前高知市保健所長）と実践者でありお世話役・サポーターの高野澄江さん（NPO法人いきいき百歳体操応援団副理事長）をお招きし、住民主体の取り組みを学ぶことでした。

「いきいき百歳体操」は、平成14年に高知市が開発し、運動の短期的効果が実証され、住民主体で取り組んでいるもので、今や、43都道府県480市町村（令和元年8月時点）に広がっている「40分1セット」の筋力体操プログラムです。

第1部では、堀川先生が健康寿命を延ばすための方法として、①運動：筋力トレーニングをする②栄養：蛋白質は若い人より多く摂る③口腔：かかりつけ歯科医を持つ④社会参加：何でもよいから人との関わりを持つ、4つの項目についてわかりやすくお話しされました。また、高野さんは、サポーターとしての心構えや自らの体験を紹介し、みんなで助け合うことが継続の秘訣と土佐弁でとても力強く語っていただきました。

第2部では、鶴岡市で活躍している3人の方に登場いただきました。まず、市の石井美喜保健師が、平成27年度に7団体から始まった百歳体操は、令和元年度には112団体までに広がったこと、それぞれの団体や地域で工夫していることなどを紹介しました。次に、「筋トレサークル粋々男塾」（大山地区）の代表である三浦次雄さんは、ピンクのTシャツを着こんだ仲間（男性）の応援団も参加する中で、百歳体操以外にも仲間と一緒に「楽しく学ぶ・遊ぶ・役に立つ」＝「役立つじじちゃん」を目指し活動していることが紹介され、笑いあいのところ温まる内容でした。3人目の方は、歯科衛生士の田中愛美さんで、鶴岡地区歯科医師会が取り組んでいる「口腔機能維持向上プログラム」を紹介し、歯科衛生士が地域のコミセンなどに出向いて行う講演会形式で、参加者が増加しているという報告がありました。この後、5人でのパネルディスカッションでは、「いきいき百歳体操」の奥深さを共有し、継続することの大切さを確認しました。

最後に、富田勝慶應義塾大学先端生命科学研究所長より「鶴岡サイエンスパークの1年」として、ベンチャー企業の活躍や「花より根を養う」取り組みが紹介され、セミナーが終了しました。さて、来年度のテーマは何がよいでしょうか？



# マイペット&マイホビー

— 第 107 回 —

## 朝焼けに魅せられて

丸岡真柄医院 真柄 博志

10数年前に早朝に白鳥の写真を撮りに行き偶然撮影できた一枚の写真が(①)です。自分で勝手に“紅白鳥”などと命名し、二匹目のドジョウを狙って何回も通いましたが、撮れる事は殆どありませんでした。

①



②



(②)は沈む月と一緒にファインダーに納めることができた私にとっては、奇跡の“紅白鳥”です。

白鳥を紅に染めた朝焼けとは、どんな原理でできるのでしょうか？ブリタニカ国際大百科事典によると、“日の出の時に東の空が紅黄色に染まる現象。日の出や日没時には、太陽光線は最も厚い大気層を通過して地上に達するが、散乱光の強さは入射光の波長の4乗に反比例するため、波長の長い赤色が最後まで散乱されずに残り、赤い空が生じる。朝焼けは雨の前兆といわれる。”と説明されています。物理学の苦手な私にはちんぷんかんぷんです。夜明け

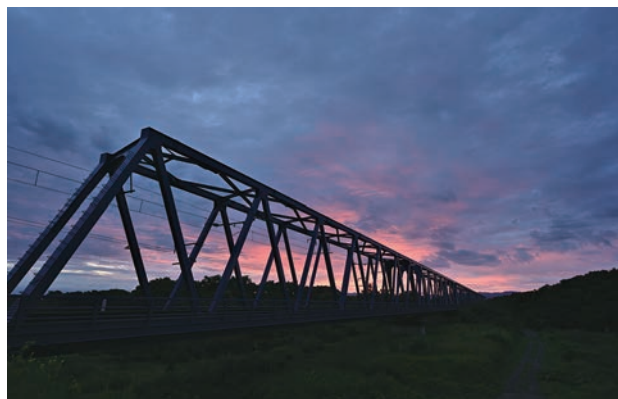
の水平線に太陽が近い時にのみ見られる現象と自分では理解しています。白鳥(動物画)は右に左にいろいろな方向に飛びたつ事に加えて、朝焼けがきれいに見える時間はほんの1~2分間ですので、1シーズン晴れの日頑張っても、お気に入りの写真は数枚にしかありません。数年間撮影に通い、白鳥がいなくとも雲の状態によっては雲が紅色に染まり、とても神秘的な写真が撮れる事を学習しました。

動かないもの(静止画)であれば三脚にカメラを固定し朝焼けさえ出現してくればチャンスは数倍になります。しかし、雲の状態で大きく雰囲気が変わってしまいます。

③



④



(③)は赤川堤防より見た赤川橋梁ですが、雲が少なく青空に染える朝焼けです。しかし別の日の雲が多い日には、(④)のような違う感じの朝焼けが撮れます。

⑤

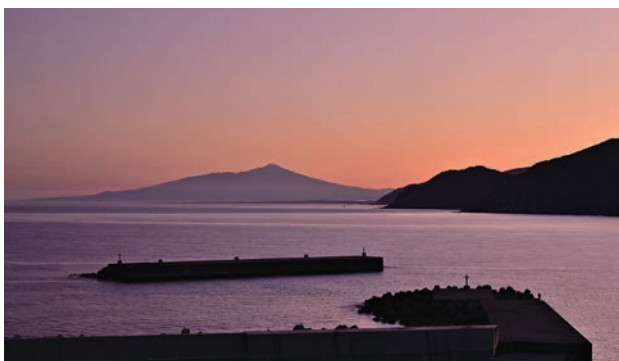


⑥

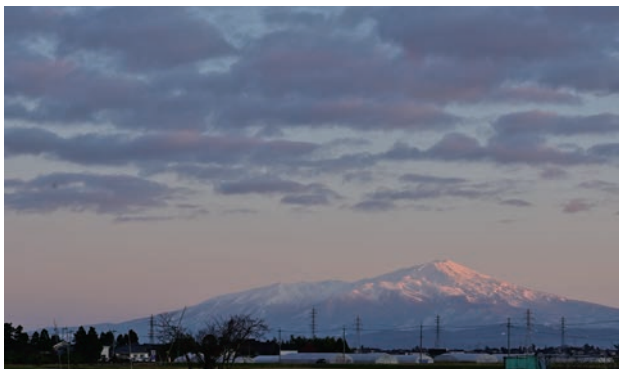


(⑤) と (⑥) も同じように雲の状態がらりと雰囲気が変わっています。(⑦) は堅苔沢灯台付近から撮影した朝焼けに浮かび上がる鳥海山のシルエット、(⑧) は雲に反射した朝焼けで、雪がほんのりとピンクに染まったものです。

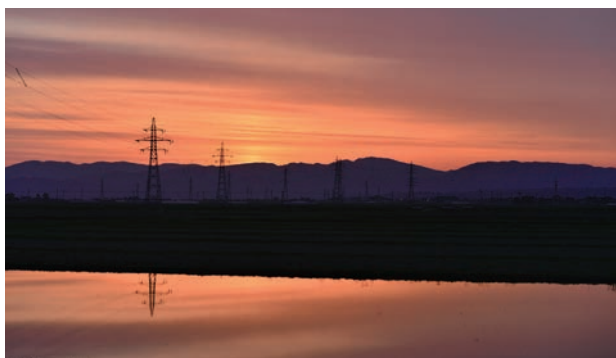
⑦



⑧



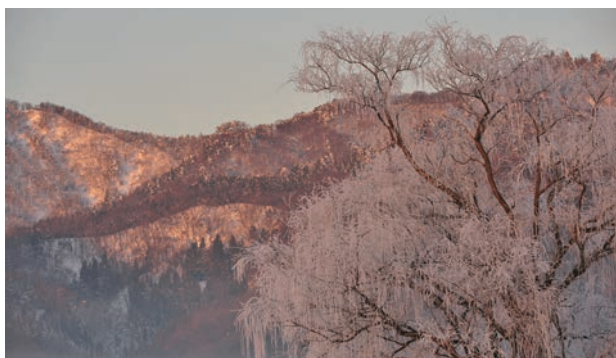
⑨



朝焼けを倍の面積にするためには、水面を入れる事で可能になります (⑨)。

(⑩) の写真は10数年前に撮影した丸岡城跡にあるしだれ柳が“凍みた”状態で朝焼けを浴びているものですが、近年は温暖化によりこのような写真撮影はできなくなってきました。

⑩



まだまだ構図も甘く、撮影設定条件も失敗が多く、さらなる鍛錬が必要と考えています。

加齢と共にどんどん早起きになっていく反面、めっきり寒さに弱くなり、加えて重いカメラが億劫になり、どんどんカメラを小型化していく (⑪) 軟弱な体で、いつまで続けられるかは不安です。それでも自分のペースで楽しみながら、魅力的な朝焼けを撮影し続けていきたいと考えています。(良い写真が撮れても感動しなくなってしまふまでは……)

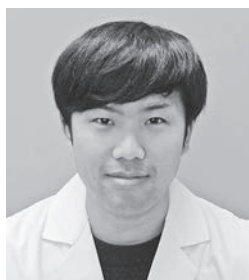
※写真はすべて撮って出しのJPEGです※

⑪



## Introduction

## 研修医



みなさんこんにちは。鶴岡市立荘内病院 臨床研修医 1年目の佐々木康介です。

僕は、京都生まれ京都市育ちのいわゆる生粋の京都人です。この4月に鶴岡に来

ました。人生で初めて京都以外の地に住むということもあり、さまざまな点で地域性を感じ、驚きとともに新鮮な気持ちを得ることが出来て、とても充実した日々をすごしています。

僕の鶴岡に来てからの目標の1つをご紹介します。それは庄内弁を習得することです。そのために日々の生活の中で試行錯誤しているのですが、鶴岡歴数ヶ月でいきなり庄内弁をマスターできるはずもなく、京都歴24年で培われてしまった京都弁がすぐに顔を出してしまいます。まだまだ修行が足りないと感じさせられますね。そして京都弁が顔を出してしまうと「出身は西の方ですか？」といった質問を必ず受けます。そして「京都です。」と答えると「いいですね京都。一回行ったことがありますよ。修学旅行で。」とみなさん必ずおっしゃられます。テンプレートがあるのかと思ってしまうくらいみなさんおっしゃられます。非常に不思議な現象ですね。時間があれば統計でも取ってみようと思います。ただ京都にそれだけ観光や修学旅行として多くの方に来ていただいているということは、非常に誇らしい気持ちにもなり、京都にいる時には感じる事が出来なかったことなので、世界が広がったのだなと強く感じさせられています。

鶴岡市立荘内病院研修医 1年目 佐々木 康介

地域性の中でも驚かされたことは、食文化や食の好みの違いです。庄内地域は北前船で関西との交流があったため、近い食文化のところはあるようです。例えばお正月に食べるお雑煮。基本的にお餅の形はフォッサマグナを境に東が角餅、西が丸餅と言われています。もちろん京都では白味噌ベースに丸餅です。しかし庄内地域は東日本で唯一の丸餅地域のように。こういった日常のちょっとした所で近い部分を見つけると、なんだか嬉しい気持ちになれますね。食の好みの違いは多少なりとも感じる部分があります。鶴岡の定食の量の多さや塩分の多さは、まだまだ僕の内臓が対応しきれいていません。また、逆に鶴岡の方の好みがわからないために困ることもあります。それはお土産です。京都のお土産といえば「八つ橋」「お漬物」あたりが有名ですかね。僕自身そのあたりを買っておけば間違いないであろうと考えていました。しかし、八つ橋の「ニッキ」風味が苦手な方や、お漬物の中でも有名な定番の「千枚漬け」や「すぎき漬け」を腐っていると感じる方が多いようです。そのため京都に帰った時は、毎回のようにお土産のお菓子に頭を抱えております。先日は悩みぬいた末に「京のおせん処田丸弥の花供曾（はなくそ）」を買って帰ったのですが、名前が原因なのか、あまり評判がよくありませんでした。何か鶴岡市民の心をグッとつかむような京都のお菓子をご存知の方がいらっしゃいましたら、是非教えていただければと思います。

「切望す 鶴岡市民を 釣るお菓子」



## 表 紙

## 「 冬 日 和 」

三原 一郎

雪景色をドローンで撮りたいと心待ちにしているのですが、今年は全く雪がなく、むしろ不気味な思いをしているのは私だけではないと思います。表紙の写真は2017年12月7日、雪が降った後の快晴の昼休みに空撮したものです。

羽黒大鳥居と月山という定番の構図ですが、少し上空から撮るとひと味違う景色になりますね。なお、写真の鳥居は建て替え前のもので朱が鮮やかでした。

## 編 集 後 記

～オリンピックを無事楽しみたい～

2020東京オリンピック・パラリンピック開催の年です。昨年のラグビーワールドカップは、日本代表の活躍もあり大いに盛り上がりました。今年も鶴岡市出身の選手もいますし、日本代表選手の活躍を期待したいと思います。鶴岡市はドイツ、モルドバのホームタウンとして登録されており、これから多くの外国の方が訪れると思われま


す。ところが、このようなお祝い気分になんか冷や水をかけた格好となったのが、中国武漢市にて発生した新型コロナウイルス感染症です。2月上旬時点では中国内感染症者数17000名あまり、死亡者数361名、SARSより死亡者も多くなり、中国外では計171名、死亡例も報告され、世界中にまだまだ広がる可能性は高いと思います。中国での死亡率は2.1%ですが、すべての情報を信用はしないほうがいいかもしれませんが、感染率は高いもの言われているよりは死亡率は低いかもしれません。武漢は人口1100万人という大きな町で、完全封鎖されているとのこと、中国政府当局の力業の対応には驚かされます。東京都を完全封鎖などとてもできないと思います。医療について武漢の病院では、薬品や診療材料、マスクなどの衛生製品の不足があり、危機的状況であると言われます。アルコール消毒が効果あり、飛沫感染対策で感染は防ぐことができますが、潜伏期が長く症状発現前にも感染力を持つと言われ、注意が必要です。庄内にも中国に進出している企業があり交流は盛んで、当市でもいつ患者さんが現れるかも知れませんが、慌てず適切な処置をお願いしたいと思います。早いうちに収束し、無事オリンピックを楽しめることを願っております。

(三科 武)

編集委員：渡邊秀平・小野俊孝・三科 武・佐久間正幸・木根淵智子・中目哲平

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

ホームページにも掲載しております  URL <http://www.tsuruoka-med.jp>