

めでいかすとり  
Médicastre



「夕暮れの秋の海」

## 観楓会、病・医院永年勤続者表彰式

日時：令和2年10月23日(金) 19：00～  
場所：グランドエル・サン

### 【永年勤続者表彰受賞者】

真島医院 白幡 由紀さん  
犬塚医院 黒井ひとみさん  
犬塚医院 大瀧 晃子さん

犬塚医院 小池 芳さん  
鶴岡地区医師会 石塚 由佳さん

### 謝 辞

本日は永年勤続表彰をいただきまして誠にありがとうございます。受賞者を代表して、一言御礼を申し上げます。

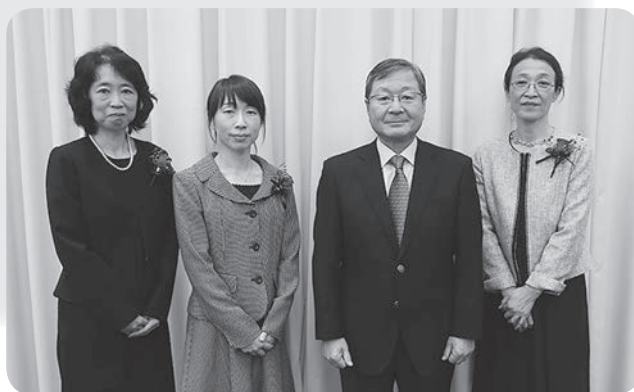
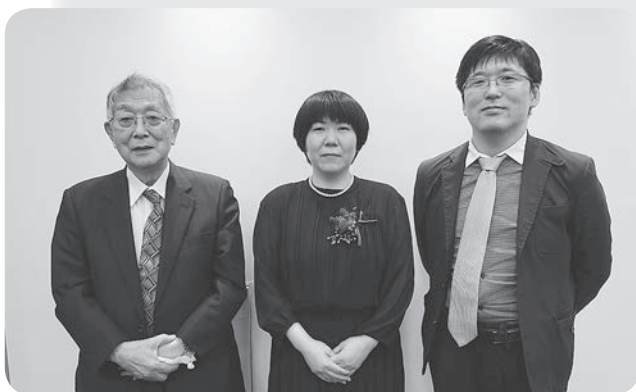
平成12年より真島医院に勤めさせていただいていますが、その前の准看護学生時代からお世話になっており、現在に至っております。新社会人として何もかもが初めてで、緊張や戸惑いなどの連続だったことを思い出します。しかし、現在まで勤めることができたのも、先生方のあたたかいご指導や激励、ご助言に支えられ、また職場の同僚の協力のおかげで続けてこれたと思っております。

また、鶴岡地区医師会の皆様にも、多くのご協力、ご指導いただき感謝申し上げます。

現在、コロナ禍で大変な時期ではありますが、皆様には今後ともご指導いただきますようよろしくお願い申し上げます。

本日は誠にありがとうございました。

真島医院 白幡 由紀



色づき始めた紅葉に秋の深まりを感じる頃、鶴岡地区医師会恒例の観楓会が開催されました。

理事の三浦道治先生の司会進行のもと、福原晶子会長の挨拶に続き、来賓の酒田地区医師会十全堂会長の佐藤顕様からご挨拶をいただきました。

引き続き、病・医院永年勤続者表彰式が行われました。病・医院永年勤続者表彰式は、これまで春の観桜会で行われていましたが、今年は新型コロナウイルス感染症対策のため観桜会が中止になったことから、このたびの観楓会で行うことになりました。病・医院および鶴岡地区医師会に長年勤務され、地域医療に貢献された5名（うち1名ご欠席）の方に、長年の功績を称え、福原晶子会長から表彰状と記念品が贈呈され、受賞者を代表して真島医院白幡由紀様が謝辞を述べられました。

また、例年観楓会で行われていた長寿を迎えられた先生方への賀詞と記念品の贈呈は、観楓会の中では行わず、福原晶子会長が直接お祝いに上がるとのことでした。

病・医院永年勤続者表彰式に引き続き、福原晶子会長から新たに当地区医師会会員になられた10名の先生方のご紹介があり、出席されたオリーブこころのクリニック遠谷肇先生、さとう耳鼻咽喉科医院佐藤邦広先生、あい庄内クリニック齊藤佳寿先生の3名の先生からご挨拶をいただきました。

その後、小野俊孝副会長の乾杯のご発声で祝宴に入りました。今年は、飲食をしているとき以外はマスクを着用するなど例年にはない制限がありましたが、和やかに楽しい歓談のひと時を過ごしました。宴もたけなわの中、阿部周市副会長の挨拶と三本締めで閉会となりました。

来年は新型コロナウイルス感染症が終息し、マスク着用などの制限もなく、そして更に多くの会員の先生方にご参加いただくことを願っています。

湯田川温泉リハビリテーション病院 大井 泰



福原 晶子 会長



佐藤 顕 酒田地区医師会十全堂会長

#### 新入会員



遠谷肇 先生



佐藤邦広 先生



齊藤佳寿 先生

# エー(A)会員になりました

## —新規開業医紹介—

オリーブこころのクリニック 遠谷 肇

当院は今年4月より小真木原にて開業しました。10月で半年経過したことになります。殊に経営のこととなると右も左もわからない初心者でしたので戸惑うことばかりでしたが、医師会の皆様をはじめ様々な方々のご支援によりここまでやってこられました。改めて人と人との繋がりのありがたさを痛感しております。

開院当初特に頭を悩ませたのがCOVID-19の対策でした。開院の直前から流行しだしたため開院を延期したり中止したりする選択肢は既になく、不安を抱えたままでスタートすることになりました。医師として患者さんを感染から守るという使命はもちろんです、その一方で経営する立場として開院早々借金まみれの時に診療停止に追い込まれるかと思うと怖くて堪りませんでした。これまで人生の岐路にあって常に間の悪かった自分の半生を呪いつつ諸先輩方からのご助言をいただき対策を講じていきました。診察室や受付の遮蔽板設置、院内の消毒、除菌液の噴霧、フェイスシールドの導入、ソーシャルディスタンスと換気の徹底、受付の際にすべての患者さんに対する検温など行いました。すると、37度以上の方は意外に多く、隔離したり駐車場まで私が赴いて屋外で診察したりと慌ただしくなっていました。特に風雨の中屋外で診察するのは結構大変で、今も明日

の好天を祈りながら毎日天気予報を見ています。最初のうちは患者さんの中には検温やソーシャルディスタンスに抵抗を示す方が少なく、受付で不満を口にされる方がしばしば見受けられました。その都度なるべく丁寧な説明を心がけながら取り組みを続けており、そのお陰からか、あるいは単に運が良いのか今のところ当院で院内感染は起きていないようです。いずれにしても院内感染対策への患者さんからのご協力には感謝に絶えません。引き続き感染症対策を続けていきたいと思っております。

院内感染対策のことばかり書き連ねてしまいましたが、簡単に自己紹介をさせていただきます。出身は宮城県石巻市で出身大学は山形大学です。精神科医として私は平凡な部類で、診療の内容にこれといった特色はありません。精神科では、例えば精神科薬理とか、認知行動療法とか、老年精神医学とか、児童精神医学など、様々な専門分野がありますが、その点私はこれまで突き詰めて研鑽してきた分野は特になく、専ら精神科救急に従事してきたこともあり精神科領域では所謂「何でも屋」です。広く浅くではなく、広く深く診療していけるよう今後も精進していきたいと思っております。諸先輩方におかれましては、ご指導ご鞭撻のほどよろしくお願いいたします。



## Introduction

## 研修医



こんにちは、荘内病院臨床研修医1年目の設楽 洸介です。出身はこちら鶴岡市ではありますが高校卒業後県外で10年ほどの武者修行の末、今年4月にまた地元へ戻って参りました。

久しぶりに鶴岡に帰ってみると、さまざまな変化を感じ取れます。当時は話が出ていた程度であったSpiberが発展していたり、鶴岡にもあのSTAR BUCKSが進出していたり、高校時代行きつけであった「ふくひろ」がなくなっていたり（あの大判焼また食べたかった…）など挙げればたくさんありますが、豊かな自然や美味しい食事、地域の方々の温かさといった鶴岡独自の良さは当時のままであり何とも言えない安心感がここ鶴岡にはあります。…ただし荘内病院周囲に出没する大量のカラスも10年前と変わらずであり一刻も早い対策をお願いしたい所存です。（通るたびに高校時代カラスにたくさんファンを落とされた嫌な記憶が呼び起こされます…）

研修生活が始まり早くも半年が過ぎようとしています。4月の頃と比べれば少しずつできることは増えていっているつもりではありますが、課題は山ほどあり日々鍛錬の毎日です。また初期研修プログラムの性質上1ヵ月から1ヵ月半ほどで科も変わるためせっかく業務や病棟

鶴岡市立荘内病院臨床研修医1年目 設楽 洸介

の雰囲気慣れ始めてもすぐにまた次の科へ、と広く学べる分精神的に疲弊することも多々あります。

そんな中で気分転換の方法として私がハマっているのがサウナで「整える」ことです。サウナで「整える」というのはサウナー（サウナを愛する人々）の方々には釈迦に説法と存じ上げますが簡単に説明させていただきますと、サウナ→水風呂→休憩を繰り返すことで血管を開け閉めし自律神経を整え深くリラックスした瞬間を得る、というものです。サウナで整えた後のあの愉悦の時間は他では例えようのないものであり、家に帰った後一度ベッドに入ろうものなら次の日の朝まで泥のように眠れます。嘘のように疲れが吹っ飛びますので少しでも気になる方がいらっしゃいましたら是非サウナで「整えて」みてくださいね。僕はよくこまぎの湯を利用させていただいています。

最後になりますが、指導医、看護師、メディカルの皆様から日々多くのことを学ばせて頂いており感謝しております。2年間という短い期間ではありますが、生まれ育った鶴岡で臨床研修を大いに励んで参りたいと思っています。初期研修終了後、専門機関にて研修を終えた暁には再び地元に戻り鶴岡の医療に貢献していこうと思う所存でございます。

これからもご指導ご鞭撻のほどよろしくお願い申し上げます。

## 表紙

## 「夕暮れの秋の海」

齋藤 慎

トワ・エ・モワの「誰もいない海」の失恋の歌や、フランスの詩人ポール・ヴェルレーヌの「秋の日の／ヴィオロンの／ためいきの／身にしみて／ひたぶるに／うら悲し」など秋の夕暮れ、それも浜辺ともなると一層感傷的になりそうですが、昨今の秋の浜辺は夕日見物の老若男女が車で押し寄せスマホやお菓子を持ってワイワイガヤガヤ大変な賑わいです。

かく言う私も夕日のグリーンフラッシュを狙ってウロウロしていました。

グリーンフラッシュはダメでしたが「真っ赤な夕日」を撮ってきました。

## 編集後記

「落ち着いて、走らない！」だそうです。

皆さん何のことかお分かりでしょうか？小学校や中学校内の廊下に貼ってあるメッセージみたいですが、これは最近世間を騒がせている熊との遭遇時の対処法です。熊と遭遇することなど今まで考えたこともなかったため、恥ずかしながら対処法はよく分からず、確か「死んだふりをしろ」とか「食べ物を投げその際に逃げなさい」なんて聞いた事があったな、といった記憶のみでした。ただその対処法に以前から、なんか嘘くさいな、とっていて半信半疑でしたが、調べてみたらやはりどっちも駄目みたいです。熊は死んだ魚や動物を食べるため、死んだふりしているとかえって熊が興味を持つようです（そもそも熊を目の前にして死んだふりする勇気なんてふつうありません、びっくりして気絶してしまう方はいるかもしれませんが）。「食べ物を投げその際に逃げる」はあり得るかも、とっていました。残念ながらこれも駄目。熊は逃げるものを追いかける習性があるらしく、また走ると速いため逃げきれないそうです。熊に捕まってしまったら、ウィリー・ウィリアムスや大山倍達でない限り勝ち目はありません（数年前に空手家の方が熊の目を突いて撃退した人がいたようですが…）。結局のところ遭遇時はあせらず、ゆっくりとその場を離れることがいいようです。熊は基本的に臆病で人を恐れているようなので笛や鈴で人間の存在を知らせることも有効とのこと。皆様、新型コロナで頭いっぱいかもしれませんが、冒頭の言葉を頭の片隅に置き、外を歩きましょう。

（中目 哲平）

編集委員：渡邊秀平・小野俊孝・吉田 宏・木根淵智子・菅原真樹・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](mailto: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>