



一般社団法人
鶴岡地区医師会
基本理念

鶴岡地区医師会は、地域住民の健康維持・増進と健やかな長寿社会の実現のために地域に貢献するとともに、医の心を忘れず知識と技術の向上をめざし、不断の研鑽に励みながら日々前進する組織をめざします。



「鳥海山鉾立展望台から（ドローン映像）」

新旧役員・役職員懇親会

日時：令和6年7月12日(金) 19:00～
場所：新茶屋

連日雨が続く中、久しぶりの晴れた日となった7月12日、新茶屋にて鶴岡地区医師会新旧役員・役職員懇親会が開催されました。この会は今年から役員改選が行われる2年毎の開催に変更となりました。

福原会長のご挨拶に続き役員体制の発表、担当の先生方のご紹介がありました。担当理事の先生の変更は一部あったものの、大きな体制変更はありませんでした。次に、昨年10月と今年4月に昇格した役職員の紹介がありました。菅原副会長より、「役員体制の変更がないためスムーズに進行できるが、さらに向上していけるよう取り組んでいきたい」とご挨拶があり、乾杯のご発声で宴会が始まりました。

懇親会は感染に注意しながらではありましたが、役員先生方と役職員が積極的にコミュニケーション、交流を図り楽しく笑顔あふれる会となって、皆さん親睦を深められたことと思います。

宴もたけなわの中、石原副会長より、「医師会の組織も大きくなり、それぞれの部署で多くの事に取り組んでいかなければならない」とのご挨拶があり、三本締めで盛会のうちに閉会となりました。

役員先生方、担当理事の先生方と一丸となって、医師会事業の発展・貢献のために努力していかうと気持ちを新たにす会となりました。

介護老人保健施設 みずばしょう
療養課課長 五十嵐 美喜



鶴岡地区医師会勉強会抄録

日時：令和6年8月30日(金) 19:00～

場所：鶴岡地区医師会館 3階講堂



『Covid-19から日本は何かを学べたのか？』

—これからの感染症診療はどうか、
新たな感染症への備えはどうか—』

川崎市健康安全研究所

参与 岡部 信彦 先生

2019.12末 中国武漢市で発生した原因不明の肺炎は新型コロナウイルス感染によるものであるとされ、WHO（世界保健機関）は2020.1.30に「国際的に懸念される公衆衛生上の緊急事態：PHEIC」を、3.11にパンデミック宣言をし、その後世界中での大流行となりました。日本も例外ではなく、新型コロナウイルス感染症（COVID-19）は拡大し、2023.5まで8回の流行の波に見舞われました。感染者数のピークは第7波、重症者数のピークは第5波となり、致死率は次第に低下したものの感染者数の増加は重症者数も押し上げ、第8波では死亡者数がピークとなりました。

2023.5.8国内では新型コロナウイルス感染症は感染症法の5類疾病となり、WHOも5.5にPHEIC宣言の終了を発表しました。それまでの国内の感染者数約3千4百万人、死亡者約7万5千人、致死率約0.22%でした。海外ことに欧米での発生状況に比べると、我が国の重症度・致死率などは低く、ことにハイリスクグループである高齢者の割合が高い我が国において重症化率・致死率が低かったということは、多くの人々の努力・注意の賜物と考えられるところです。しかし、今後高齢者に対する感染症への注意ことに高齢者が集団で暮らしをするような場における注意はますます重要になる、と思われます。

5類疾病になって1年以上が経過し、社会の中では良くも悪くも「よくある病気」として受け入れられるようになってきています。人々は落ち着いて過ごせるようになっていますが、新型コロナウイルスとそれによる感染症は緩い増減を繰り返しながら常在し続けており、ウイルスの変異の状況も含めて予断は許さないところです。

2020～2024年の間に医療・公衆衛生・衛生行政はもちろんのこと、人々に与えた影響は大きく、各分野での総括、今後のあり方、備えなどについての議論がいろいろな分野で行われていますが、いずれの分野でも平時からの準備・対応の必要性が強調されています。感染症への直接的対応という点からは、感染症を見る・知る・捉える（サーベイランス）と予防策（非医薬品的介入：non-pharmaceutical intervention、医薬品的介入：pharmaceutical intervention：治療薬・ワクチン等）、そして医療が基本的に重要であることはいまでもありません。

今回のパンデミックで得た経験を活かし、これからの感染症診療はどうか、新たな感染症への備えはどうかなどについて私見を述べ、また先生方のご意見を伺えればと考えております。



第30回 医師会納涼ビアパーティー

日時：令和6年8月2日(金) 19:00～
場所：グランド エル・サン

8月2日(金)に医師会納涼ビアパーティーをグランドエル・サンにて開催いたしました。今回で30回目を迎え、会員・職員合わせて224名よりご参加いただきました。

福原晶子会長のご挨拶、担当理事である鈴木聡先生の乾杯のご発声により開宴となりました。恒例の新人余興は、医師会館・健康管理センター、みずばしょう、湯田川温泉リハビリテーション病院の順に行われ、それぞれの職員が仕事の合間をぬって練習した成果を発揮しました。菅原真樹副会長と職員有志による「令和のラッツ&スター」は結成から本番まで約10日間とタイトなスケジュールでしたが、行動力と自主練の成果が発揮された医師会への愛を感じるステージでした。

エンディングは先生方のご協力のもと10年ぶりに「サライ」を歌いました。職員はペンライトがわりにスマホを振り、10年間の時代の変化を感じるとともに会場が温かい一体感に包まれました。最後は石原良副会長より閉会のご挨拶をいただき閉宴となりました。

医師会納涼ビアパーティーは、会員と全施設の職員が一堂に会する唯一のイベントです。来年も多くの方々にご参加いただき、おいしいお酒とお料理を楽しみながら交流を深める場になればと思います。

実行委員長 加賀山 恵美子





医師会館・健康管理センター



みずばしょう



湯田川温泉リハビリテーション病院



令和のラッツ&スター

今回初めて医師会納涼ビアパーティーに参加させていただきました。湯田川温泉リハビリテーション病院の新入職員は看護部とリハビリテーション課を合わせて5名と人数が少なく、リハビリテーション課の2年目6名に協力を得て計11名で余興をさせていただきました。披露したのは「バッキバキ体操」です。

実行委員の方から案を出していただきながら代表者を中心に選曲し、2年目の方々から協力をいただきながら構成を考えて練習をしました。病院に所属しているとはいえ、終業後の研修会参加や業務など予定が合わず、全員で集まれた日はありませんでしたが、限られた時間の中で集合できた人達で全体練習を行い、分からない振り付けはその都度確認し、話し合いを行いました。全体練習がない日は各自動画を参考に自主練習を実施しました。

ビアパーティー前に全員で一度合わせることが出来たため、最終確認もすることが出来ました。本番前に円陣を組み、気合いを入れてステージに臨みました。会場の広さと人数の多さに圧倒され終始緊張はしましたが、湯田川温泉リハビリテーション病院の先輩方がステージ前で盛り上げてくださったので最後まで楽しんで踊ることが出来たと思います。

ビアパーティーの余興を通して、他部署の方々と交流を図ることができ、大変うれしく思います。今後も新人一同精一杯頑張りますので、よろしく願い致します。

最後になりますが、このような素晴らしいビアパーティーを企画・運営してくださった実行委員の皆様ありがとうございました。

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課 佐藤 寿津

YBCラジオ「ドクターアドバイスで きょうも元気」ラジオ出演体験記

	放送日程	出演者	テーマ
1	8月12日～8月16日	鶴岡市立荘内病院 矢野 亮 先生	子宮頸がん予防。あなたとあなたの大切な人を守るためにできること
2	8月19日～8月23日	オリーブこころのクリニック 遠谷 肇 先生	うつ病について
3	8月26日～8月30日	石橋内科胃腸科医院 石橋 朗 先生	炎症性腸疾患について
4	9月2日～9月6日	岡田医院 岡田 恒人 先生	感染症（呼吸器感染症を中心に）

今年度は4名の先生方よりご出演いただきました。ご協力いただきありがとうございました。
9月号では、2名の先生の「体験記」をご紹介します。

• YBCラジオ収録記

オリーブこころのクリニック 遠谷 肇

8月8日に山形のYBCラジオにて「ドクターアドバイス」の収録に臨みました。うつ病についてお話しすることにしました。5日間放送する分を収録する予定で、1日分毎にディレクター、アナウンサーの方と話す内容について打ち合わせをしました。打ち合わせはリハーサルも兼ねていると思われ、概ねインタビュー形式で行いました。そのお陰で本番ではあまり行き詰まらずに済んだと思います。初回はうつ病の概念や疫学について、2回目は症状について、3回目と4回目は治療について、5回目は予防についてお話ししました。収録は終始和やかな雰囲気が進み、私のような素人でもさほど緊張せずに話せたと思います。その辺もプロの技なのかと思いました。貴重な機会なので妻と小学4年生になる娘も同行し見学させていただきました。収録後はディレクターのご配慮により帰りがけにピヨ卵ワイドの収録を見ることが

できました。生放送の撮影を見学させていただくのは貴重な経験で、ちょっと感激してしまいました。複数のカメラを前にその場でコメントを発するアナウンサーを目にし、その少し前にしどろもどろになりそうだった自分と比べ、畏敬の念を覚えたものです。最もプロと自分を比較すること自体間違っていますが。撮影終了後に出演者の方と記念撮影もさせていただき妻と娘にとっても良い思い出になったようです。



•YBCドクターアドバイス収録記

鶴岡市立荘内病院 産婦人科 矢野 亮

子宮頸がんワクチンキャッチアップ接種の期限が迫る中、子宮頸がんの日本の現状を産婦人科医として世にお知らせできるチャンスかもしれないと思い、今回の出演を決めました。この番組では自分が好きな曲を5曲選びますが、個人的にはこの曲選びがたいへん楽しくも、決まるまでに多くの時間がかかってしまいました。懐かしいいろんな曲が次から次へと頭に浮かび、曲を行ったり来たりした挙句、今度は順番を考えねばならず、それにまた時間をかけている始末でした。曲決めに没頭しすぎて頭がヘンになりそうになった頃、「曲ばかり選んでないで、いい加減話す内容を考えよ」と家族からツッコまれ、ハッとして原稿を練りました。いよいよ収録日。その日は庄内が大雨に見舞われ、全国的な災害ニュースになっていました。「帰れるかな……」と思いつつも、大雨の中をYBCラジオ局に向けて車を走らせました。収録はMC山内さんのきれいで元気の良い、これぞ「プロの声」に圧倒されつつも、和やかな雰囲気が進みました。しかし収録途中、自分が持ち込んだ5曲のうちの2曲が再生できないことが判明。数万枚のCDが貯蔵されているという局内のライブラリーに案内され、別の曲探しをすることに。「なんとまた曲選び……」と嘆く気持ちをグッと堪えてCDを物色。その間、局内では遅い時間にも関わらずいろんな方が入れ替わり立ち替わり、あーでもないこーでもないと尽力してくださり、なんとか再生できるようになりました。お陰様で自分のオリジナル(?) 5曲で無事収録を終えることができました。収録はあっという間に感じましたが気づけば夜10時を過ぎていました。お世話になった

MC山内さんとディレクター加藤さんに見送られ、ラジオ局を出発。初めての収録を終え、なんともいえない充実感に浸っていましたが、ふと車のナビを見てみると何やら途方もない迂回経路しか示してくれません。何か変だなと思い調べると、それもそのはず大雨の影響で庄内に向う道路が軒並み閉鎖しており、どうやっても帰れないことが判明しました。急遽山形市内のホテルを探すことに。明日の外来は果たしてできるのだろうかと思いつつ、5件目にあったホテルの部屋にようやく入れたのは12時近くでした。その日のご馳走はコンビニそばとなりましたが、疲れた体になんとも格別でした。大雨ニュースを見ているといつの間にか力尽きて寝てしまいました。翌朝寝ぼけながら道路状況を確認すると、なんと開通しており、とび起きて庄内へいそぎました。無事病院に到着し、何事もなかったかのように1日が始まりました。いろいろあった今回の出演ですが、普段では得られない貴重な体験でした。ハプニングの連続のようなかつての一人旅を思い出し、懐かしくもありました。腰の重たい私に、熱心に出演を勧めていただいた、荘内病院内科の和泉先生に、心より感謝いたします。



Introduction

研修医

筋トレと花火とカレー



みなさん、こんにちは。鶴岡市立荘内病院の臨床研修医 1 年目の伊藤宗文（いとう そうぶん）と申します。

山形市出身で、2 年間の浪人を経て仙台の東北医科薬科大学に入学しました。大学時代はゴルフ部に所属し、山形はもちろん、仙台や福島 of 自然豊かなゴルフ場でもプレーする機会を得ました。

自然を愛する私にとって、山も海も近くにある荘内病院での生活は、大変充実しており、日々楽しく学ばせていただいております。

趣味は筋トレとゴルフです。そして、鶴岡に来て初めて間近で見た赤川花火に感動し、花火鑑賞も新たな趣味に加わりました。筋トレは、こころの医療センターの目の前にあるエニタイムフィットネスに週 3～4 回のペースで通っています。筋トレを始めたのは、コロナ禍でリモート授業が増え、自宅にいる時間が長くなった時期です。授業中にふと思いついて腕立て伏せを始めたことがきっかけでした。気がつけば 4 年も続けており、今では自分のペースで楽しんでいます。

筋トレについては、「なぜ筋トレをしているの？」や「何を目指しているの？」とよく聞かれますが、まだ自分の中ではっきりとした答えが出ていません。強いて言えば、最高の時間つぶしです。体は少しずつ変わり、性格も前向きになり、食事にも気を使うようになりました。そして何より、筋トレをしている間は仕事の悩みなど吹き飛ばしてしまいます。最高です！何もかもどこかに吹っ飛んでいくので！！

新たに加わった花火鑑賞ですが、赤川花火を

鶴岡市立荘内病院臨床研修医 1 年目 伊藤 宗文

初めて目にしたとき、その美しさに心を奪われました。夜空に広がる色とりどりの花火が、心の奥底にまで響き、日常の喧騒を忘れさせてくれました。仕事の合間を縫って休日に訪れた花火大会では、その瞬間瞬間を大切に感じる事ができ、日々の忙しさを忘れてリフレッシュすることができました。花火の魅力に取りつかれ、全国各地の花火大会を巡ることが次の目標になっています。

普段はほとんど外食をしない私ですが、鶴岡でリピートしているお店があります。それはマサラマスター鶴岡店です。カレーはもちろん好きですが、何よりもナンが大好きです。主食がご飯ではなくナンでも良いのではないかと思います。もちりとした食感がたまりません。チーズナンやハニーナンなど、様々な種類があるので飽きがこないのも魅力です。

そして、お店の方々の元気さもこのお店の大きな魅力です。食事を終えて店を出る際には、厨房のスタッフまで「ありがとうございますーしたあー！！」と明るい声で見送ってくださいます。食事だけでなく、その元気さにいつもエネルギーをもらっています。テイクアウトも利用できるのも、忙しい日や自宅でゆっくり過ごしたいときにも重宝しています。次は何を注文しようかと、考えるだけでワクワクします。

4 月に鶴岡へ移住してきましたが、この地域には本当に多くの魅力があり、奥深さを感じています。少し車を走らせるだけで美しい海が広がり、地元の人々は温かく、食事もとても美味しいです。こんな素晴らしい場所で仕事ができることを、心から嬉しく思っています。

この地域に恩返しができるように、そして患者にとって最良の友である医師でいられるよう、日々研鑽を重ねていきたいと考えています。

"うめつ はるひこ"と申します



鶴岡市立荘内病院研修医
1年目の梅津陽光と申しま
す。出身は鶴岡市羽黒町で、
大学卒業後に地元に戻って
きた形となります。高校ま
で育った庄内の土地で研修

医として勤務し、研修しながら地域社会に貢献
できる喜びを強く感じているところです。

地元ということで、風土が肌になじんで住み
やすさ・働きやすさは感じています。地元出身
がアドバンテージだと思うのはやはり言語の壁
がないことだと思います。高齢の患者さんはい
ちろんそのご子息ご息女とお話しする際、方言
やイントネーションで会話の流れが滞らないこ
とは仕事をするうえで一定以上の効果があると
感じます。その意味では「訛っていて話を理解
するのに時間がかかった……」とぼやきつつも
根気強く患者さんの話に耳を傾ける同期には尊
敬の念を禁じ得ません。

同期6人は出身地も出身大学も多様ですが、
本当に縁に恵まれたことを感じています。志望
科やモチベーションは異なりますが、日々成長
していきたい、明日はよりよい診療をしたいと
いう思いは共通しているところだと感じていま
す。私自身、正直に申せば働く中で休みたい気
持ちや妥協したい気分が沸くこともあります
が、そうではいけないと自ら奮い立たせてくれ
る環境であることが研修医としての何よりの幸
福であると感じ、周りに感謝しながら働いてい
ます。

志望科は脳神経外科です。もともと脳の高次
機能に興味があって医学部を志したのですが、
学生時代にみた脳梗塞の患者さんの症状が治療

鶴岡市立荘内病院臨床研修医1年目 梅津 陽光

前後で大幅に改善したのを見たことがきっかけ
で脳神経外科を志すようになりました。まだ研
修医の身分ですが、先生方に学び、できること
を増やしていきたいと考えています。

私の趣味・特技について語らせていただきま
す。私は小学校時代にブラスバンドに入ったの
をきっかけに中学高校大学と現在まで楽器演奏
を続けています。最初に始めたのがチューバと
いう低音金管楽器で、それを現在まで一番得意
としています。バンドやオーケストラでは比較
的目立たない下支えをすることが多い低音楽器
ですが、ハーモニーの支柱に自分が存在してい
ることで生じる快感や、ときたまもらえるメロ
ディーを奏でたときの爽快感が堪りません。そ
してなにより自分たちがいいと思う音楽を観客
の方々にも楽しんでもらえたときの達成感がと
ても大きいです。

大学で参加していた団体では病院や介護施設
などでの演奏活動をしていたのですが、現在で
も演奏機会を頂けることがあります。最近では
中高生の頃からは想像もつかなかった形で現在
まで音楽に関われていることに、しみじみと大
きな喜びを感じております。

医師として社会人として、するべきこととし
たいことをどれだけ積み上げられるかまだ先行
きは不透明ですが、自分にできることを意欲的
に挑戦していきたいと思います。先生方・先輩
方には多くのご迷惑をおかけすると思いたしま
す。ご指導ご鞭撻の程よろしくお願いいたしま
す。がんばります！

表紙

「鳥海山鉾立展望台から（ドローン映像）」

三原 一郎

鳥海山鉾立展望台からのドローン映像です。日本海へ沈む夕陽を撮りたいと思っていたのですが機体を北方へ向けると今までみたことない絶景が広がっていました。その時撮った映像はQRコードからご覧ください。



編集後記

今年は6月あたりから暑い時期が持続しておりますが、皆様体調はいかがでしょう？

7月末には県内でも生じた災害級大雨、8月には九州での地震など天災が続いております。こればかりはいつ何時生じるか分からず、避けられない事象であることから、我々は常にある程度想定した準備をしていく必要があります。1日でも早い復興・復旧を祈念しております。

さて、今年はオリンピックの年でしたが、見ていて感じたことは日本勢のメダル数です。

一昔前は、正直言って体格等、筋力等で海外選手に見劣りする印象で、種目全体的に敵わない印象があり、試合する前から、多分勝てないだろうな…と勝手に決めつけて見ておりました（実際本当にあまり勝てていなかったのです）。しかし特にここ最近では世界と見劣りしない体格で、対等に闘っている印象があり、気になり日本のメダル数の推移を調べてみました。その結果、やはり私の直感は当たっていました。

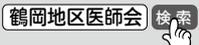
パリ五輪ではメダル総数が45個（金メダル20個）、この結果は前回の東京大会の58個に続き歴代2位とのことです。同じ日本人として誇らしく感じます。性格的に勤勉で真面目、協調性もあり、それに食事や睡眠、トレーニングといった生活習慣の変化が組み合わさったものによる効果だと感じています。次回のロサンゼルス大会に向けても、全世界の選手と切磋琢磨し、更なるメダル数の増加を期待したいと思います。

(中目 哲平)

編集委員：菅原真樹・吉田 宏・阿部周市・三井卓弥・真島英太・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 <https://www.tsuruoka-med.jp>