

めでいかすとり Médicastre

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。



「栗の里のモニュメント」

令和6年度 病院勤務医と医師会会員との懇談会

日時：令和6年9月13日(金) 19:00～
場所：東京第一ホテル鶴岡 鶴の間

医師会主催で令和6年9月13日(金)19:00から東京第一ホテル鶴岡で行われました。参加者は病院勤務医17名、会員13名、職員その他6名、計36名でした。

話題提供として鶴岡市立荘内病院 災害看護専門看護師の木村晃一さんによる「庄内地域の災害医療について」の講演が行われました。専門看護師とは大学院を卒業後に認定試験に合格したもので、14分野に現在(2023年12月現在)は3,316人が認定されている(認定看護師は24,095人)とのことです。木村さんは東北・北海道地区で唯一の災害看護専門看護師です。認定看護師は看護実践を主とするが、専門看護師はマネジメントを主にしており、荘内病院では災害マニュアルの見直しや普及・危機管理などを担当しているとのことです。講演では、庄内地域は災害が比較的少ないとされているが、災害リスクは決して少なくなく、事前の対応策を作ること、医療の連携、診療体制の構築が必要であると述べられていました。

引き続き、五十嵐裕一荘内病院副院長の乾杯で懇親会が行われ、9月から荘内病院に勤務されている外科の岡部康之先生、臨床研修医(8名)の自己紹介などがあり、懇親会は勤務医と医師会会員の顔の見える関係の一助となったと思われました。最後に菅原真樹副会長の中締めで閉会となりました。

勤務医委員会委員 石原 良



庄内地域の災害医療について

鶴岡市立荘内病院
災害看護専門看護師 木村 晃一



災害看護専門看護師とは（参照：日本看護協会）

専門看護師：Certified Nurse Specialistとは、看護師として5年以上の実践経験を持ち、看護系の大学院で修士課程を修了して必要な単位を取得した後に、専門看護師認定審査に合格することで取得できる資格であり、2023年12月現在で14分野3,316人の専門看護師が全国で活動している。

災害看護専門看護師とは、災害の特性をふまえ、限られた人的・物的資源の中でメンタルヘルスを含む適切な看護を提供し、平時から多職種や行政等と連携・協働し、減災・防災体制の構築と災害看護の発展に貢献することが特徴であり、2023年12月現在で40名の災害看護専門看護師が全国で活動している。

鶴岡市の災害リスク

地震調査研究推進本部の調査によると、**【地震】**では、地球上での日本国土面積は0.28%であるのに対して、世界で発生する震度5以上の地震のうち10%が日本で発生している。さらには、30年以内の地震発生確率が3%以上とされている断層が庄内地域の庄内平野東縁断層帯をはじめ山形県内には3箇所存在している。山形県総務部危機管理室による庄内平野東縁断層帯地震の被害想定においては、2004年新潟中越地震と比較して死者13倍／負傷者2倍、2024年能登半島地震と比較して死者3倍、負傷者7倍となっている。**【風水害】**では、100年前と比較すると、日降水量200mm日数は1.7倍、1時間降水量50mm以上発生回数は1.4倍となっており、2024年7月25日には酒田市で甚大な水害が発生した。日本海沖の海面水温は世界と比較しても3倍上昇（+1.94℃）となっており、今後も水害に対する対応策の検討が必要である。

災害から市民の生命・健康・生活を守るための地域医療連携を目指して

南庄内においては、災害拠点病院として鶴岡市立荘内病院が中核を担い、地域の医療機関・施設と協働することが求められる。鶴岡市立荘内病院の拠点化という視点では、地域の医療機関から医療従事者派遣による能力強化などが対応策として挙げられる。そのため、保健医療福祉・行政を含めた災害対応に対する会議体を構築していきたいと考えている。また、被災地で働く我々も被災者であり、超急性期以降においても継続可能な体制構築が求められる。いずれにおいても、災害が発生してから応急的な行動では対応しきれず、平時からの検討・顔の見える関係が重要であり、災害時においても平時の延長線上として多職種連携協働を行えるような地域医療連携が必要である。

鶴岡地区医師会勉強会抄録

日時：令和6年10月18日(金) 19:00～
場所：鶴岡地区医師会館 3階講堂

『問診、フィジカル、エコーによる総合内科診療』

群星沖繩臨床研修センター長
徳田 安春 先生

問診は患者の症状や既往歴を詳細に聞き取る重要なステップです。病歴、家族歴、生活歴、内服歴などを把握し、症状の経過や特定のトリガー、悪化因子を明確にします。今回は、診断のカギとなる問診の取り方についてケースを基に解説します。

フィジカル、すなわち身体診察では、診断仮説に基づいて実施します。血圧、心拍数、呼吸数、体温などのバイタルサインを測定し、皮膚、眼、口腔、心肺、腹部、四肢、神経などを診察します。今回は、診断仮説を確認することができるフィジカルの取り方についてケースを基に解説します。

エコー検査は、臓器の構造や機能を評価するために行います。心エコーでは心臓の弁膜、心筋、血流を観察し、腹部エコーでは肝臓、腎臓、膵臓、腸管などを評価します。最近では、肺エコーも、救急や在宅の場面で取り入れられています。今回は、問診とフィジカルに基づいて得られた診断仮説について、診断確定に特異的な所見を得ることのできるエコーについてケースを基に解説します。



観楓会、長寿祝い

日時：令和6年10月25日(金) 19:00～
場所：ベルナール鶴岡

去る10月25日(金)、観楓会、長寿お祝いをベルナール鶴岡にて、会員26名、ご来賓4名、職員11名の総勢41名が参加し開催されました。

保険衛生福祉担当の鈴木聡理事の司会進行のもと、福原晶子会長の挨拶に続き、来賓の山形県医師会会長の間中英夫様（代理 県医師会監事 阿部正和様）、酒田地区医師会十全堂会長の酒井朋久様（代理 酒田地区医師会十全堂 副会長 阿部正和様）よりご挨拶をいただきました。

次に、この度めでたく米寿を迎えられた真島靖子先生（代理 真島英太先生）に、県医師会および当会から賀詞、記念品の贈呈があり、真島英太先生よりご挨拶をいただきました。また、同じく米寿を迎えられた林順一先生、喜寿を迎えられた渡邊清先生、三浦二三夫先生は残念ながら欠席され、略歴のみのご紹介となりました。

石原良副会長の乾杯のご発声で和やかに宴が始まり、会場内各所で談笑の輪が広がりました。楽しい時間はあっという間に過ぎ、菅原真樹副会長の一本締めで閉会となりました。

菅原副会長の閉会の挨拶の中で、ベテラン医師と若手医師をつなげる役割を担っていきたいとのことがあり、私共もこのような会に参加させていただくことで、先生方と顔を合わせ笑顔で雑談し、お話させていただくことが、先生方と医師会をつなげるよい関係づくりになると感じております。今後も会員の先生方のご参加を心よりお待ちしております。

事務局次長 五十嵐 亜希



福原 晶子 会長



阿部 正和
山形県医師会 監事
酒田地区医師会十全堂 副会長

米 寿



真島 英太 先生
(真島靖子先生の代理出席)



令和6年度 鶴岡地区医師会釣り大会

日時：令和6年10月19日(土)12:00~20日(日)12:00
場所：日本海一円

今回は10月の第三土曜日および日曜日で大会が行われましたが、土曜日は大荒れの天気ですほとんど釣りにならない悪天候でした。

日曜日は寒いながらも晴れ間が出るとの天気予報だったので6時には海に出向いたのですが風が強く、雨も降ったり、とても寒くて釣りをしようとする気持ちが半減してしまいました。酒田方面へ出向いたグループのメンバーも風雨で凍えてしまったと話していました。そういう状態だったので釣果は全体的に昨年より低調だったようです。

そんな中、今年初参加の伊藤末志先生は土曜日曜と両日釣りをしていたようでびっくりしました。また、ずっと前から釣り大会に参加していただいている兼子さんは今回絶好調で、大きなアジを釣り上げていました。

女子メンバーもいろんな種類の魚を釣ってきてくれました。しかし、女子メンバー活躍の裏には、御橋さんの援助があります。自前の竿を10本以上持っていき、仕掛けも作ってあげています。本当にありがとうございます。

来年は更に参加者が増え和気あいあい、楽しい釣り大会になったらいいなと思います。

釣り同好会会長 齋藤 高志

釣り大会 結果

優勝	伊藤 末志
準優勝	兼子 俊男
第三位	御橋 慶治
大物賞	兼子 俊男 (アジ20cm)
大魚賞	伊藤 末志 (アジ196匹、フグ3匹)
五目賞	齋藤 田鶴子 (10種)
ブービー賞	小林 奈保子



初参加で優勝しちゃいました！

いとうクリニック 伊藤 末志

中学生頃までは時期が来れば毎日のごとく磯釣りをしていた浜育ちですが、記憶に残る最後の釣りは学生時代にヨットレース中の「マークボートからの手釣り」なので50年以上魚釣りはしていませんでした。1日目（土曜日）は大荒れの天気でしたが午後の2時間ほどで50匹ほどの小アジを釣りあげました。米子（温海）の港内の海は比較的静かでしたが大雨のためか、他に釣り人はいませんでした。2日目（日曜日）、雨はあがっていましたが海は大荒れ、波は時たま防波堤を越してきましたが安全な場所にポイントを定め、サビキ釣りを始めました。撒き餌につられ徐々に小アジの食いつきがよくなり、5匹同時のつり上げもあり9時過ぎからお昼までの3時間ほどで前日を上回る釣果あり、前日とのトータルで196匹を釣りあげました。この間、小アジ以外は2cmのフグ3匹でした。

伝統ある鶴岡地区医師会釣り同好会に昨年入会させていただき、今回が初参加でした。入会に至る経緯ですが、私がゴルフ同好会会長（現在は石原 良先生）時に、会員増員のため釣り同好会会長の齋藤高志先生に入会を勧めたところ、引き換え条件として釣り同好会への入会となりました。また同じように、写真同好会会長の齋藤 慎先生にゴルフ同好会に入会していただくために写真同好会に入会することにもなりました。結局医師会では現在のところゴルフ、釣り、写真、カラオケ同好会の会員です。いずれの同好会もベテランから初心者まで入会希望者大歓迎です。いつでもちょこっとお声をかけてくだされば簡単に入会できると思いますので宜しく。



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

・YBCラジオ ドクターアドバイスで きょうも元気 出演体験記

石橋内科胃腸科医院 石橋 朗

今回、8月26日～8月30日放送分の「ドクターアドバイスで きょうも元気」に出演させていただきました。鶴岡に戻ってきて2年弱、まだまだ未熟な自分がラジオで専門的な分野の話をしていいものか、と初めは迷いましたが、お話をさせていただいた疾患をもっと皆さんに知ってもらいたいと思い、チャレンジの気持ちでお受けさせていただきました。自分は消化器内科を専門として10年弱診療をしてきました。消化器領域は非常に多岐に渡るため、自分は消化管以外にも、肝胆膵や小腸も含め、いわゆる消化器の「何でも屋」のような日々を過ごしていました。その中でも、専門分野として担当していた「炎症性腸疾患」を今回のテーマに収録させていただきました。今では、当院の患者さんの大多数が他内科領域であり、専門分野を掲げていますが、炎症性腸疾患の最先端の治療を現場で自ら行うことは無くなりました。消化器領域の中でも、新規治療薬が近年特に多く世に出ている分野なので、自分も置いていかれないように必死です。そのような状況での収録でしたので、前日まで「果たして上手く伝えることができるのか？」と、不安がありました。午後からの収録のため、当日の診療は早々に切り上げさせてもらい、車で直接山形市へ向かいました。途中、月山越えの際にとてつもない豪雨に見舞われ、とにかく事故を起こさないように運転に全集中し、無事メディアタワーに到着。ディレクターの加藤さん、アナウンサーの山内アナとお会いし、収録に臨みました。今まで数多くの様々な学会発表等は行ってきたつもりですが、ラジオ収録というものは全くの初体験であったため、初めは緊張しました。しかし、20数年と

担当してきたディレクターやアナウンサーの方々のサポートもあり、スムーズに進行し、予定よりもかなり早く収録を終えました。内容としては、まず「炎症性腸疾患」とはどういうものか、代表的な「潰瘍性大腸炎」「クローン病」について、日常生活の注意点、等をお話させていただきました。病気について以外にも、趣味や座右の銘、5日間の放送なので思い出の曲を5曲ほど、その他プライベートのこと、等もお話しました。事前に話す内容に関してはある程度頭の中で練ってきたつもりですが、スムーズに終わられたのはアナウンサーである山内アナの進行の素晴らしさがあったおかげでした。本当に感謝しております。この病気が世の中から無くなり、知る必要も無くなることは、苦しんでいる患者さんにとっても一番いいことではありません。しかし、残念ながら炎症性腸疾患は年々増加傾向であり、未だに原因もはっきりとわかっておりません。大学病院勤めの時は、最先端の治療を誰よりもどこよりも早く現場で行って、自分もこの領域の発展の一翼を担うのだ、と思っておりました。しかし、開業医として苦しんでいる患者さんの声を聞くことや、一人でも病院へ紹介しなければいけない患者さんを減らすこと、自分ができることは少ないかと思いますがこの病気を一人でも多くの方に知ってもらうように伝えること、に今は非常にやりがいを感じております。今回の体験は、一人の医師として今までとは活躍する場は変わりましたが、自分ができることを再確認できた貴重な機会であったと感じました。本当にありがとうございました。

第14回「鶴岡天腎祭」

日時：令和6年10月5日(土) 13:00～

場所：鶴岡市総合保健福祉センターにこ♡ふる

市民公開セミナー「鶴岡天腎祭」は、平成21年に新潟大学腎医学医療センターの丸山弘樹先生（現在、聖籠病院勤務）のお声掛けを受け、慢性腎臓病（CKD）の予防啓発活動として開催されました。今年度は、鶴岡市健康福祉部健康課より依頼され、いきいき健康つるおか21保健行動計画に基づき「健康づくり強化月間オープニングイベント」として14回日の天腎祭を運営致しました。参加人数は、過去最高の延べ約120名で、うち90名よりアンケートを頂きました。アンケート結果からは、約半数が70歳代であり、大多数が初参加で未発症の方が学びを得られたことが分かりました。

今回は「腎臓は、健康を支える縁の下の力持ち～健康寿命を延ばすための腎臓ケアのすすめ～」をテーマとし、①鶴岡市立荘内病院：安宅謙先生「腎臓の解剖生理・CKDの治療」②(株)日機装：斎藤真氏「透析監視装置について」③福原医院：福原晶子先生「慢性腎臓病（CKD）と眼疾患～積極的に眼科検診を受けましょう～」④鶴岡協立病院管理栄養士：佐藤映理子氏「健康寿命を延ばす腎臓のための食事」⑤鶴岡市立荘内病院作業療法士：高橋賢也氏「自宅でできる運動療法」の講演と⑥看護師による「運動プログラムを取り入れたダンス」の提案を行い、腎臓を守るための日常生活

におけるポイントをお伝えしました。参加者は「CKDは、悪化を緩やかにする生活習慣が大切であることが理解できた」や「眼底検査は、CKDの進行や心血管疾患の発見につながるということが分かった」と述べています。運動プログラムを取り入れたダンスは、参加者も音楽に合わせて楽しく体を動かすことができ有意義であったと思います。

今年度の天腎祭は、鶴岡市健康福祉部健康課イベント内での初回の運営であり、来場者数やその背景の予測が付かず、有効な啓発活動ができるか不安がありました。しかし、実際は、会場の立地条件や他施設の企画運営の相乗効果もあり、腎代替え療法に至っていない多くの方に参加して頂くことができました。日本においてCKDは、成人の8人に1人が罹患する新たな国民病と言われています。また、鶴岡市は高齢化率35.9%（令和4年時点）であり、CKDの高齢者と医療・介護負担の増加が予測されます。この状況を打開するためには、鶴岡地区医師会、近隣の医療機関と行政が協力し予防啓発を続ける必要があると考えます。次年度以降も鶴岡天腎祭が、地域の医療保健活動として開催されることを希望致します。

鶴岡市立荘内病院 7階東入院棟 三浦 栄子



鶴岡市立荘内病院血液浄化療法センター 安宅 謙 先生



福原医院 院長 福原 晶子 先生



新規開業医紹介

医療法人明仁会 上野ファミリークリニック
院長 上野 雅仁

私は昭和55年2月に旧荘内病院で生まれ、小学校までは新潟市、中学の途中から鶴岡第二中学校、鶴岡南高校、大学を経て、医師となり15年間研鑽を積んで帰ってきました。

上野ファミリークリニックの院長の上野雅仁と申します。

当院は2022年8月1日、総合診療クリニックとして開院させていただきました。前身は上野整形外科で父が日吉町の菊池整形外科を継承して28年間診療し、私が帰郷すると同時に錦町に移転して現在に至ります。

鶴岡に帰ってきて2年が経過しましたが、地元の方達の温かさ、たべものの美味しさに改めて喜びを覚えております。高校時代は都会に憧れ、卒業後は東京に出て6年間の大学生活を送り、初期研修は山形県立日本海総合病院で2年間勉強させていただきました。目の前で倒れている人を救える医師になりたいと思い、新潟市民病院の救命救急センターで2年、その後は外傷外科医を志し東京医科大学救命救急センターで4年、外科医として神奈川の渕野辺総合病院で3年間研鑽を積みました。その経験を活かし埼玉県深谷赤十字病院救命救急センターで3年間、救命救急医として勤務しました。40歳目前で地元に戻る決意をして、群馬県利根中央病院の総合診療科で2年間家庭医専門研修を経て帰郷しました。

地元を離れ各地で良いものを経験させていただきました。他県で仕事をする合間で体を動かすことを趣味として、サイクリング、ランニングなどをおこなっております。最近ではトライ

アスロン、じろで庄内に参加させていただき、地元を満喫させていただいております。鳥海山、月山を愛でながら運動することは至福の時です。

今後の展望としては、庄内の医療を充実させること、地元の方々に安心して住んでいただける地域にすること、他県の方々がここに住みたいと思える地域にすることを目標に鶴岡地区の医療機関と共に貢献できればと考えております。

当院はお子さんからご高齢の方まで診させていただく診療所として、また在宅医療を充実させていきたいと考えております。皆が主役の地域、皆が協力して支える地域、次世代の人たちの教育も行える地域を目指し微力ながら協力させていただきます。困ったことがあったら何でも相談できるクリニックとして地域に根ざしていければと考えておりますので、今後ともよろしくお願い申し上げます。



Introduction

研修医



出身は鶴岡市大山です。今はなき鶴岡南高校を卒業し、東京の文系大学に進学、そのまま東京で就職して数年働き、社会人編入として旭川医科大学に入学しました。

こうした経歴ゆえ、どうして医者になったの？とよく聞かれるのですが、自分で振り返っても色々ありすぎていつも上手く答えられません。何度も聞かれるのだからいい加減に簡潔な回答を用意しておけば良いのに、毎回しどろもどろしております。今回も依頼いただいた文字数を大幅に超えそうなので、経緯については割愛させていただきたく存じます。一つ言うのであれば、何か新しいことに挑戦し、自身の成長を感じることにワクワクするタイプなのだと思います。

友人に言わせると、私は「熱しやすく冷めやすい性格」だそうです。今ハマっていることを熱心に友人に勧め、友人がハマった頃に自分は興味を失っていることがよくあり、苦情を言われます。そのため、この記事が掲載される頃には趣味が変わっている可能性があります。今のところ趣味はゴルフです。ただここ1ヶ月ほどレッスンに行っていないので、もしこの記事がゴルフのコーチが目にしたら「全然来ないじゃん！」とおっしゃることでしょう。私の勧めでゴルフを始めた友人は、私より先にコースデビューを果たしていました。

また、「遠見さんって、ヨガやってオーガニックなもの食べてそう」と言われることがありますが、実際は具なしのインスタントラーメン

鶴岡市立荘内病院臨床研修医1年目 ^{えんみ}遠見 ^{さとこ}里子

ンでエネルギーを、牛乳でタンパク質を補充しています。ですので、食事に誘っていただくと非常に喜び、ほいほい行ってしまいます。よく行くお店は焼肉いわじ、お気に入りには肉菜バルNiGoo（ニグー）の牛ハラミ弁当です。先日連れて行っていただきお気に入りに追加されたお店はPomme de Terre（ポムドテール）です。お料理の味はもちろん、お店の雰囲気や店員さんも素敵でした。鶴岡出身といっても高校生までしか過ごしていないため外食の機会は多くなく、県外出身の方々から美味しいお店を教えてもらう日々です。ちなみに小さい頃よく行っていたお店は金太郎寿司といろは食堂でした。最近は胃もたれすることも多いので、六君子湯を飲んで胃の調子を整えながら美味しい庄内を満喫しています。

好きなタイプは加藤剛演じる大岡越前と、松平健演じる徳川吉宗、赤井秀一演じる沖矢昴です。病棟回診の時、患者さんのテレビで暴れん坊将軍が放映されていると、ついつい見てしまいます。あの端正な顔立ちと万人に対する優しい振る舞い、そして人情味溢れる勧善懲悪のストーリーに心癒されます。一時期、時代劇専門チャンネルを契約しようと思いましたが、なかなか思いとどまっています。

東京に行きたくて仕方なかった自分がまさか地元に戻ってくるとは思ってもみませんでした。あたたかく迎えてくださる鶴岡のみなさんに恩返しできるよう医師として研鑽を積んで参ります。今度とも、どうぞよろしく願い申し上げます。

題名を付けるほどの文章ではございませんが Part2



はじめまして、鶴岡市立
荘内病院 臨床研修医 1年
目の加藤悦久（かとう よ
しひさ）と申します。

私は埼玉県行田市出身
で、埼玉県立熊谷高校を卒
業しました。ちなみにお笑い芸人のカズレー
ザーさんと同じ高校です。彼のユーモアには到
底及びませんが、私も笑顔を大事にしながら
日々の研修に励んでいます。高校では現象を数
式に落とし込んでいく物理学に惹かれ、東北大
学の物理学科に進学しました。大学では超伝導
などの低温物理学の研究をしていました。大
学卒業後はメーカーに就職しエンジニアとして
働いていましたが、次第に人の体や健康に対す
る関心が強くなり思い切って医学の道へ進む
ことを決意し、新潟大学医学部に編入学しま
した。

鶴岡には妻の実家があり家族のサポートを受
けながらこの地で生活しています。鶴岡は自然
豊かで、山と海に囲まれた環境が魅力です。ま
たユネスコ食文化創造都市にも認定されている
通り、地元の食材を使った美味しいご飯屋さん
が数多くあり、衝撃を受けています。休みの日
は毎日のように家族で外食をしています。そ
んな私が鶴岡に来てリピートしているお店が
あります。それは湯野浜にある中華飯店きく
屋です。海なし県の埼玉から来ておいて、「海
鮮じゃないのかよ！」と驚かれるかもしれませ
ん。が、ここの海老炒飯は絶品です。炒飯は家
でも簡単に作れるからこそ、美味しい炒飯を提
供する店は本物だと思っています。食リポを始

鶴岡市立荘内病院臨床研修医 1年目 ^{かとう}加藤 ^{よしひさ}悦久

めると止まらなくなりそうなのでここでやめて
おきます。お手頃価格なのも研修医の私にはあ
りがたいです。ただし駐車場までの道のりがや
や険しいです。私は毎回車を塀にぶつけそうに
なります。行く際は注意してください。折角の
鶴岡生活ですので、研修医 2年間の間に美味し
いお店をコンプリートするのが今の目標です。
おすすめのお店がありましたら是非教えてください。

趣味は野球観戦です。特にドジャースの大谷
選手の活躍を追いかけるのが楽しみです。彼の
ように圧倒的なパフォーマンスで世界中のファ
ンに夢や希望を与えることはできませんが、目
の前の患者さんに少しでも安心や元気を届けら
れる医師を目指しています。

4月から鶴岡に移住してきて早いことに半年
が過ぎました。学びの日々でとても充実した研
修生活を送っています。患者さんも含めて鶴岡
の人は皆温かく、恵まれた環境で研修ができて
いると実感しております。微力ではありますが
少しでも庄内地域の医療に貢献できるように、
日々精進してまいります。今後ともよろしくお
願いいたします。



山形県救急医療・救急業務関係者知事表彰

この度 栄えある表彰を受けられました。誠におめでとうございます。
長年にわたり地域の救急医療・救急業務にご尽力された功績が
認められ、山形県知事より表彰されました。（9月9日表彰）

おぎわら医院
萩原 学 先生



さくまクリニック
佐久間 豊明 先生

故 武田 晶子 先生のご冥福をお祈り申し上げます。

令和6年9月9日ご逝去 享年78歳



表紙

「栗の里のモニュメント」

伊藤 末志

私の診察室内に飾ってある写真の中で最も子どもたちに人気がある一枚です。葛飾北斎は栗の里として有名な小布施（長野県）と江戸との二拠点生活をしていたそうです。小布施にある北斎記念館近くにあったモニュメントです。

編集後記

暑さ寒さも彼岸までと昔から言われていますが、9月半ばでも暑さが続き気温はなかなか下がらず、昨年同様本格的な秋の到来が遅れています。地球温暖化による気候変動は春と秋を縮め夏と冬が長くなり、四季が二季に減っていくと専門家は予想しているようです。ようやく10月に入り最高気温が20℃前半に落ち着いてきて、秋の気配を感じるようになりました。

秋と言えば「スポーツの～」「読書の～」「食欲の～」などさまざまな枕詞と共に語られることが多い季節です。その中でも気候の良さや天候の安定性といった特徴から、運動に適しているのが秋になります。日頃体をあまり動かさない身にとって、体力維持やロコモ予防を兼ねて、天気の良い日はアウトドアで体を動かすよう心がけています。

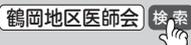
今年パリオリンピックが開催され日本のメダルラッシュに沸きましたが、今年スポーツ界のエポックメイキングは、何と言っても「SHOHEI OHTANI」でしょう。今シーズンの大谷選手は打者に専念し、ホームランを量産するとともに盗塁数を伸ばしました。そして前人未達の50-50（50ホームラン-50盗塁）を、しかも同一試合で達成しました。ホームランと盗塁はパワーとスピードという両極端の局面があり、長いMLBの歴史の中でも40-40達成は大谷選手を含め6人だけ。もちろん50-50達成は大谷選手が初めてで、それも同じ日に達成するなんてアンビリバーブルです。来シーズンからは投手もする「投打二刀流」に戻るはずで、投げて打って走っての「三刀流」になります。大谷選手の益々の活躍を期待します。

(吉田 宏)

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>