

会員のば

果てしない大空と広い大地 —懐かしい出張生活—

札幌市医師会
たむら内科クリニック

田村 康史

札幌市南区の片隅で開業して28年となりました。単調な日々の診療に追われ、ある日ふと診察室の窓から空を見上げると、医局員として北海道各地へ出張していたころを思い出しくなりました。

最初の出張は余市協会病院でした。昭和51年北大第三内科に入局して間もない7月末、オープンから診療上の注意事項を教えていただき、張り切って朝8時に札幌駅から急行雷電に乗りました。今でも思い出すと冷や汗ものです。内科外来にツブ貝を食べた患者さんが受診したのですが、“ツブを食べながらお酒を飲んだため酔ったのかな”と考え点滴を指示しました。先輩ドクターに報告すると、「それはツブ貝の卵巣を食べたことが原因だ」と笑われました。出張4日目、右下腹部痛の患者さんを診察、急性虫垂炎と考え外科に相談。すると診断が正しいか鉤引きを手伝うように言われました。術中、睡魔に襲われ、執刀医から「君、眠っても良いからヨダレを落とさないように」と言われ、看護師の笑い声で目を覚ますお粗末さでした。救いは虫垂が発赤腫脹していたことでした。

翌年、函館共愛会病院での研修を終え、3年目に北大へ帰局すると再び出張生活です。釧路労災、美幌町立国保、平取町国保、4年目は池田町立、標茶町立、室蘭白鳥台、5年目は市立稚内、森町国保、納内国保、北海道中央（深川）、6年目は三菱南大夕張、洞爺協会、函館中央、7年目は釧路十糸製紙、公立芽室、長万部町立、8年目は滝川市江部乙国保、網走厚生と全道各地へ派遣されたものでした。さらに日帰り出張として妹背牛町国保、歌志内市立、千歳第一病院に数年間通っていました。

出張も慣れてくると、他科のドクターとも知り合いになり、千歳の空港で会うこともあり、私は釧路、知人は女満別とのことで、「釧路空港が霧で飛ばない時は中標津に行ったら良い」などと他愛のない話をしたものでした。出張医同士は初対面で出身大学も科も違うため、コミュニケーションはもっぱら麻

雀でした。幸い麻雀は三内医局で厳しく訓練を受けていたため非常に役に立ち、そこで得られた他科ドクターとの出会いが私の財産となったようです。“芸は身を助く”と言われますが、私の場合“麻雀は身を助く”でした。それでも大学でのストレス？のためか、タイトルのような松山千春の『大空と大地の中で』を口ずさむ余裕もなく、昭和59年釧路労災病院へ赴任する時は、心優しい後輩が私に同情して冠二郎の『旅の終りに』を歌ってくれ、“今日は函館、明日は釧路”と聴きながら私の長い出張生活にピリオドを打ちました。

65歳になって振り返ると、若い出張医に温かい応援の手を差し伸べ、その成長を見守っていただいた北海道各地の病院関係者に深く感謝するばかりです。ありがとうございました。



私の音楽ライフ

札幌市医師会
よまいだ内科医院

四枚田耕平

記憶の片隅にある私の最初の音楽体験は、幼稚園のころに何となく気恥かしい気持ちを抱えながら通ったエレクトーン教室だと思う。小学生になり、最初からあったかも定かではない親の期待をしっかりと裏切り、音楽よりも近所でスポーツや川遊びの毎日。

長らく音楽に触れないまま時は流れて、高校生に。仲間と部活で爽やかに汗を流すわけでもなく、ただなんとなく過ごす日々。そんな時にふと何か音楽をやりたいと思いついた。今さらピアノを始めてもすでに周回遅れどころの騒ぎじゃない。競合相手が少ない楽器、この年齢から始めても何とかなりそうな楽器、当時憧れていた海外アーティストが演奏していた楽器。自分にはこの楽器しかないと親に頼み込んでようやく手に取ったというか、わが子のごとく胸に抱き上げたのがアコーディオンだった。

大学入学後は、音楽系の部活に入ろうにも、当然アコーディオン部などあるわけなく、かといって軽音楽部でもないという途方にくれているところに手を差し伸べてくれたのがジャズ研究会だった。それまで、ほとんどジャズを聴いたことがなかったが、これを機にのめり込んでいった。とはいっても、演奏技術は一向に上達せず、ただでさえ部員数の少ないことに加え、大黒柱のピアノの先輩が卒業し、なぜか同じ鍵盤楽器という理由だけでピアノへ転向することに。ただし、そこは似て非なるもの、幼少期からピアノを習っていたというトランペットの後輩よりも圧倒的に下手なピアノ。かつての幼いころの自分になぜ無理やりでも音楽を続けさせなかったんだと、親を恨んだところで後の祭り。コンプレックスを抱えながらも、細々と仲間内での演奏を楽しんだ。

ジャズは演奏家の間近で音圧を感じながら、お酒を飲みながら音楽を聴けるところが好きだ。そして、有名な演奏家はもちろんのこと、その土地土地に素晴らしい演奏家が必ずいるところが楽しい。10年ぶりに帰ってきた故郷札幌。大学を卒業し、めっきり楽器に触れることは少なくなったが、ライブを聴きに行くことは増えた。ほかの街と比べると、市内にはジャズを楽しめる場所が多く感じる。

さて、今日はどこのお店に聴きに行こうか。

ウチの犬のこと

函館市医師会
函館渡辺病院

太田 久宣

5年前から小型犬を飼っている。白と黒の柔らかな毛が特徴の雄の狍である。振る舞いは犬というより猫に近い。家にいるとめったに鳴き声を上げることはなく、おとなしい性質である。映画の『大奥』にも出てくるとおり鼻ぺちゃで目が離れており、お世辞にも美形とはいえないが、それでも、ウチのは少しイケメンなのではないか、と密かに思っている。妻にそう言うとすぐ馬鹿にされる。しかし向こうも実はそう思っている。血統書を見ると幼名は「秀吉」だったらしいが、あまり気にせず洋風な名前を付けてしまった。丸く巻いたしっぽの毛は長く、外を歩く時は金魚のようにゆらゆら揺れる。散歩は大好きである。子犬のころから妻の引率で足腰を鍛えられたためか、骨格はかなりしっかりしていてどんどん歩く。

そんなウチの愛犬であるが、兄の家に遊びに行くと、そこで飼われている3匹のパピヨンの前ですっかり“借りてきた犬”になってしまう。年齢からするとこちらが先輩犬なのだが、多勢に無勢でみんなに吠え立てられ、どうしても口角からよだれを垂らし立ち尽くすことになる。最近は少し吠え返すようにもなったが、慣れていないためかどうにも鳴き声の格好がつかない。なんとかほかの犬との交流が増えれば、と思い、たまにはドッグランに連れ出してみるが、あまりこちらから群れようとはしない。その代わり、優しくそうな人間を見るとすぐに近寄って愛想をふりまく。子どもや年配の方が大好きである。犬同士のつきあい方にはまだまだ修行が必要だが、まあ、ウチの犬はこれでいいのかな。



憧れの参考書と ナマハゲのお面

札幌市医師会
佐野耳鼻咽喉科

佐野 宏行

最近、先輩Dr.や高校の友人から、ハイレベルな壮年英語習得術を聞くことがあります。例えば、「英検一級を目指している、あるいはもう取得した」「TOEICで何点だった」「センターの問題を、どうしても毎年1、2問だけ間違っしまい、悔しい」等です。

仕事や子育てが一段落し、「好きだった英語を昔以上に極めたい」ということのようにです。一方、怠け癖が染みつき、センターの平均点も多分無理で、その話に感心しきりの私ですが、それでもその時口元に出かかることがあります。

それは、『検定試験のような資格は得られないが、それを読むだけで別種別格の満足感の得られる参考書が、実は古くから存在している。もしご存知無いら、ぜひ手に取って見ていただきたい。そして、できるなら遇才な私の代わりに、攻略していただきたい』ということです。これを実際に口にできないのは、説明が長くなる割には、あまり理解を得られず、かえって話の腰を折るのではないかと思うからです。でも、文章なら可能と思い、この場を借りて真剣に紹介させていただきます。

その参考書とは、多田正行氏著の『思考訓練の場としての英文解釈』です。オリオンという通信添削の筆頭添削員であった氏により、本格的精読を目指す書として1973年に初版された物で、当時は会員限定販売であったが故、「知る人ぞ知る名著」と言われた物です。しかもマイナーだったオリオンは、その後廃業。この書も廃版となり、「幻の名著」となったのですが、マニアックなファンの要望に応え、他社より復刻版が出るに至り、その帯には、広告塔かもしれないラサール石井氏らのコメントで「よろこそ、偏差値90の世界へ」と記された「文法と語義の理論書」です。

私と書との出会いは、早くも中三の時でした。オリオン会員であり、自分にはオーバースペックであることに瞬時に気付いた私の兄から、新品同様のお下がりを託されたのでした。高三になるまでには当然読破し、憧れの多田先生の添削を受けるのだと張り切っていました。しかし、高二になっても高三になっても、青き読破の夢は現実のものとはならず、未だに挫折感にさいなまれています。思えば、偏差値90の世界に到達するには、読み始める前に少なくとも75以上の力が必要だったのでしょう。でも、満足感も少しはあります。実際に先生に添削をしてい

ただいたことです。

オリオンには、添削者の指名制度があり、一番人気の多田先生を指名するイコール、全身全霊を注ぎ込んだ答案を提出するということでした。いかに自信のあった答案も、戻った時には綺麗な赤字に染まり、ほかの先生より恐らく15点は辛く減点された悲しい点数を受け取るのでした。あげく、「思考力に欠ける」「努力が足りない」「そもそも常識がない」等、誰にも浴びせられたことのない存外な叱責を頂戴します。先生のご性格を疑いつつも、確かにすべてその通りなので、少しでもお褒めの言葉をと、くじけながらも再挑戦したものです。

先生は、東大仏文科卒。金銭欲が無く、脱サラし、有能な翻訳者に。少年期のエピソードが奮っています。…『極貧の家に生まれ、銭湯にも行けず、夕立の雨で体を洗った。学校嫌いの父親で、家での勉強も許されず、教科書もノートも買って貰えず、授業を聞くだけで覚えらるだけ覚えた。親を騙して東大を受験。東京への片道切符は、高校の恩師が買ってくれた』

「貧苦が生んだ異端児」と称された先生は、一昨年に78歳でご逝去されました。この稿を書くにあたり、初めて訃報を知った私ですが、もっと驚愕したことがあります。実の妹さんによると、何と、あの「極貧のくだり」は、すべて先生の創作であり、教育熱心で不自由のない家庭で育ったのだそうです。兄妹とも、ちゃんと湯船に浸かっていたのです！これには、「40年も騙されたー！」と、頭に血が上った私です。でも、私も教え子の端くれ、すぐに冷静な「思考」をしました。先生が自ら被ったカリスマ性の仮面は、受験生に激励の喝を与えるナマハゲのお面のようなものではなかったのか？実は、とても気に入ってしまい、めったに外せなくなってしまったのではないのか？

『そう、その通り。でも、私の大法螺を見抜けなかったのは、やはり思考力が足りなかったね。まあ、君にも少しは常識が付いたようで安心したよ』と笑ってくださる先生の素顔が、うっすらと見えたような気がします。（合掌）



山手線はなぜ 東京環状線と言わないのか

宗谷医師会
遠別町立国保病院

芝田 行徳

どうしても気になっている言葉に関する話題を2題。しょうもない話ですが、どうかお付き合い願います。

(1) 散髪屋vs床屋 大阪環状線vs山手線

日本医事新報は多くの病院で定期購読されていると思います。ただし個人で購読されている方は多くないかもしれません。私は同誌が横書きになって以来、個人購読しております。

まず最初に読むのが大阪生まれで大阪育ちのN教授の連載エッセイです。ある号で「散髪屋さんに行って…」という一文があり、そうやそうや関西（私は神戸出身）では散髪屋（さんぱつや）というなあと思いました。東日本では床屋といいますが、髪を散ずるので散髪屋、それでいいじゃないか。もしかして床（とこ・ゆか）に髪を散ずるから床屋というのでしょうか？ 関西（西日本と一般化できるかどうかは分からない）での「散髪屋」という言葉は実体をそのまま表している。それに対して「床屋」はそうではない。ずばり実体を示すような言葉は粹でないというような文化が、東日本にあるのでしょうか？

ほかに同様の例はないかなと考えていたところ、テレビで大阪環状線に関するニュースを観ました。これだと思いました。「大阪環状線」そのものずばりです。東京で環状に運行するJR線は山手線といいます。大阪環状線なるものを知らない人であっても、字面から理解できます。山手線はそうはいきません。ちょっと不親切だと思います。

歴史をひもといてみます。東京でも大阪でも、はじめから環状運行を目指していたわけではないようです。東京でループが完成したのが1925年。そのとき当該路線が山手線と呼ばれていたのもそのままとなったようです。というかループになりそうなので、その部分は山手線と名付けていたのではと想像します。大阪でループが完成したのが1961年。いくつかの路線の継ぎ足しであり、味も素っ気もない環状線という呼称になったのです。ということは東西の文化の違いなどというもではないのかもしれませんがね。

(2) 「選手」という言葉

気になって気になってしょうがない言葉の一つが、「選手」です。単独で使われることもあるし、人名を前に置いて「〇〇選手」というように使われることもあります。

スポーツの競技者という意味が一般的でしょう。しかし字面だけみると「選ばれしもの」という意味です。プロスポーツの選手や国際大会に出場するような選手は、文字どおり選ばれし者なので、それでよい。ただしスポーツ新聞で「戦力外通告された〇〇選手」とあると、「おいおい選ばれなかったんでしょ」と言いたくなります。

スポーツに限らず何らかの競技会の出場者を指すこともあります。旭川で冬に国際氷像コンクールなる催しがあり、「ロシアからの〇〇選手」とか「カナダからの〇〇選手」とか紹介されているのを聞くと、「選手というけれどヨーロッパ地区予選とか北米地区予選があつて、そこで選抜されてきたのですか」と突っ込みを入れたくなるのは私だけでしょうか（私だけですな）。

ところが、この語が文字どおりの意味で使われていた事例があるのです。50年近く前の神戸市立S小学校での話です。春秋年2回の運動会の花形種目は、クラス対抗リレーでした。このリレーのクラス代表こそ「選手」と呼ばれていたのです。私のような一般児童にとっては、はるか仰ぎ見るスポーツエリートなのです。メンバーはほぼ固定的で、5年・6年計4回の運動会で「選手交代」はほとんどなかったような気がします。

運動会期間以外でも、たとえばドッジボール大会で活躍する児童がいると「やっぱりあの子は選手やからなあ」などと言うのです。

最後までお読みいただき、ありがとうございます。失礼いたしました。



父の健康法

札幌市医師会
とまれレディースクリニック

佐藤 智子

父が米寿を迎えた。昭和3年生まれだ。年のせいで耳が遠いが、病気知らずでかくしゃくとしている。母も膝関節痛以外は元気で、久しぶりに子どもと孫が勢ぞろいし、お祝いの温泉旅行へ。

父と母の新婚時代から最近までの思い出の旅行写真、私と弟の幼いころ、孫4人の成長の記録をスライド上映しながら、美味しい食事で楽しい時間を過ごした。会の最後の挨拶で律儀な父は「これからは健康管理に留意して参ります」と締めた。

45歳で禁煙、毎日晚酌はするが、絶対に深酒はしない。もっぱら焼酎のお湯割りで冷たいものは一切飲まない。毎日1時間のウォーキングを続けている。ただ歩くだけではない。リュックサックを背負って、膝の悪い母の代わりに今が旬の安くて美味しい食材を見つけてくる。体に良いと思えばいろいろな食事療法を試してみる。最近手作り塩麴と酢玉ねぎがブームらしい。サプリメントは飲まない。

かぜのひきかけには「汗取り」だ。かぜ薬は飲まない。首にタオルを巻いて厚着し、毛布に布団を重ね、熱い卵酒を飲んでひたすら汗をかく。ひとしきり汗が出たころには気分もすっきり。病気で仕事を休んだ姿は見たことがない。

子どもころは言われるままに「汗取り」をしていたが、十分発汗するまでの暑さをがまんするのはとてつもなく苦痛だった。大人になり医者になって、父のかぜ治療を何て古くさいことをしているのかと受け入れず、もっぱら総合感冒薬を冷たい水で飲んでた。葛根湯も水で飲んであまり効果を実感できないでいた。

開業前の勤務医時代、悪寒がする、喉が痛いといっても仕事を休めるわけもなく、予定通りオペ室へ。厚地の術衣をまとして帽子、マスクで无影灯の下、必死にメスを握り、手を進めるうちに何の苦痛もなく多量の発汗があり、オペ終了時にはすっきりさわやかということは何度も経験した。やっぱり汗をかくことが治療になるのだ。

最近漢方治療に興味を持ち、未熟ながら勉強を続けているうちにやっと分かった。何と父の「汗取り」は太陽病の治療法である「解表」と原理は同じなのだ。すなわち衛気を発散させることで、体表面の邪を外に出す結果として発汗する。

最近の私は温かい飲食物とともに葛根湯を服用し、父の教えの「汗取り」も実践して、一人開業のクリニック診療を病欠なくこなしている。

糖尿病診療と運動療法

帯広市医師会
帯広厚生病院

小梁川直秀

私は帯広厚生病院で糖尿病診療に携わっております。糖尿病の患者さんの診療にあたり、いつも苦労していることが運動療法の指導です。食事療法については栄養士さんの指導の甲斐もあり、比較的多くの患者さんに取り組んでいただけていますが、運動療法を継続して行っている方は極少数です。

私「〇〇さん、1日20分歩くのを週1回から始めてみませんか？」

患者さん「外が暑くて…」「仕事が忙しくて時間が取れません…」

というやりとりが繰り返されています。

運動療法の目的はインスリン抵抗性の改善を通して血糖値の上昇を抑え、それに加えて糖尿病の進展防止を目指すものとされています。一般的には最大酸素摂取量(VO2max)50%までの中等度の有酸素運動を、1回20分～60分、週2～3回が推奨されています。

糖尿病の予防や治療に運動が有効なことは患者さんも知っていますが、なぜ実践できないのでしょうか？恐らく運動するという動機付け、モチベーションの問題なのだと思います。他人から言われて仕方なくやる運動は楽しくないし、長続きするわけがありません。私自身は元々特に習慣的に運動はしていませんでしたが、2年前からスポーツジムに通い始めました。最初はランニングマシンに時速7kmで走ることも息が上がって辛かったのですが、通っているうちに少しずつ慣れてきて、現在では時速10kmで1時間走ることができるようになりました。私が2年間継続できた理由は、少しずつでも上達していることが実感できる、運動による体重減少、体が締まってくる、基礎代謝が良くなり太りにくくなるなど、楽しみがあったからだだと思います。

少しでも多くの患者さんに、糖尿病の予防や治療としての運動療法に限定せず、自分なりに身体を動かすことによる楽しみを実感していただき、運動の魅力に気付いていただけることを願いながら日々診療しております。

かかりつけ医として 認知症対策を積極的に 取り組もう

旭川市医師会
吉野耳鼻咽喉科

吉野 成一

介護報酬が平成27年4月1日に改定になったことは、会員の皆様ご存知のことと存じます。それまで介護の中で医療保険を使って認知症に取り組むのは、原則、主として神経内科を標榜する医師に限られていましたが、現実、もの忘れ外来を行うかかりつけ医としては、もの忘れを訴える早期認知機能障害（MCI）の高齢者を診察して、「この高齢者」に「こんなリハビリテーション」を医療の中で取り上げて診察したら、きっともっと改善できて「認知症にならない」で済むのではないかと思える状況にたくさん遭遇します。でも原則、かかりつけ医は、リハビリテーションを「保険取り扱い」としてやっていませんでしたから、そこまで進めませんでした。悪くならないように、やはりかかりつけ医として、医療として早期からできるだけリハビリテーションを取り入れてあげたい、効果も期待できるのになあと感じていました。でも今回の介護報酬の改定により、早期からかかりつけ医として積極的にリハビリテーションを入れて認知症対応に取り組めることとなりましたので大歓迎です。

また、厚労省は「高齢者は肺炎の死亡率が高い」と言っていますが、「口腔栄養改善政策の取り組みの充実」についても、現在、高齢者の死亡率が高いのも、日常の咽頭の発病を抱える高齢者が多い現実に鑑みて、その診療上からも咽口腔治療は大きな意味があります。かかりつけ医は口腔鼻咽喉頭等基本的な医療範囲で治療対応できますので、この対応もかかりつけ医の仕事の一つになると思います。

私は耳鼻科医なので、高齢者をそれなりに対応していますが、現実高齢者を診察していると、本当に多数の高齢者はそういう症状が多いことから、その取り組みもかかりつけ医の一つの業務であり、今回の改正で、医療効果は拡大すると思います。いずれにしても、かかりつけ医として対応でき、これらの対応がすべて認知症の早期症状改善に結びつくのではないかと感じております。この観点を考えると、今こそかかりつけ医が介護の中にさらに一歩大きく踏み込むため、そのための研修会が必要なんです。その効果を上げて一躍進を担いたいと望んでいます。

認知症対策の中で「リハビリ対策」は本当に大きな問題点なのです。ご存知のように、高齢化社会の到来とともに、認知症患者は急増しています。すでに「500万人、高齢者の3人に1人は認知症だ」と

さえ言われています。またMCIは、その前段階として大きな意義があるんです。

その原点からも、早期にかかりつけ医が「それを医療レベルで活かして対応すれば」認知症は90%にならない、いや90%まで進まないと言われています。

しかも、テレビ放映や認知症の専門家の信頼できる発表がたくさんありますが、これを生かすも殺すもかかりつけ医の「リハビリ研修」が第一歩なんです。現況では残念ながらかかりつけ医の認知症の早期取り組みとしては「僅少」で、ぜひその環境を医師会に作っていただきたいと思います。

ここで今回の「改正」を十分生かしていくため、その内容を進める研修機会を増やして、医師会、市役所のバックアップを頂いて、まず「かかりつけ医は医療保険の枠の中」で進めさせていただきたいと思います。そして、認知症のための個人負担が大きく介護を圧迫しているとの批判も解消でき、認知症も減らせる道筋だと思えます。

とにかく、早期対応を進めれば、高齢者の負担はMCI対策で40%になる、30%になるとさえ言われていることから、まず、具体策作りを医師会・自治体レベルでやる、そしてかかりつけ医のリハビリ対策は必要不可欠だと思います。

ぜひ、こういう環境作りを、自治体、医師会は早期対策に協力していただきたいと望んでいます。



浦島太郎の憂愁

札幌医科大学医師会

浦澤 正三

高齢者はどんなことを考えて日々を過ごしているのか。定年後あるいは医業を終えた後の医師のこの種の文章をあまり見かけないので、いっそ自分のことを書いてみようかと考え、生き甲斐などその時々感じたことを綴ってきた。行き着いた先は「長生きするのもなかなかいいものだ」という心境であったが、既に医大卒業同期の多くの仲間が他界し、加えて懇意にしていた同じ年ごろの教授仲間の訃報も相次ぐ中、この心境にもやや揺ぎを覚える昨今である。

学生時代に同じ解剖実習グループに属し、開けっぴろげで、スポーツマン、開業後よく仲間とともに奢られた内科医のU君（以下、君付けで呼ばせていただく）、決断力に富み、同じ羽球部と演劇部の活動に参加し、しばしば下宿先を訪ね試験前ノートの交換をした外科医のK君、病気で一期遅れたが、真面目で慎重居士、教授会からの帰りによく部屋で話し込んだ法医学者のM君、学生・教授時代より定年後になってからあちこちでお会いして、その真面目でさっぱりした人柄、研究者としての生き様に感銘した病理学者のM君、初めてのシンポジウムでの司会者で、野球好き、大きな体、ユーモア、包容力に満ち、奥様ともどもご厚誼頂いた米国N. I. H. のK博士など、身近な方々の他界はとりわけ身に堪える。さらに同期卒の三分の一以上が次々と鬼籍に入り、自分が次第に残された少数派の一人になっていくのだと実感した時には愕然とし、胸中冷たい風が吹き抜けるのを感じた。

それで思い出したのは、小学二年生のころに国語の教科書で習った「浦島太郎」のことである。これは、「助けたカメに案内された竜宮城で浦島は大いに歓待され楽しく過ごす、家に帰りたくなり暇乞いをする、乙姫から『決して開けてはいけない』と言われて玉手箱を土産にもらう」ここまでが芝居形式の記述で、最後は七五調の「生まれた村に かえったら、だれも知らない 人ばかり。とほうにくれた うらしまは、あけてみました、たまたまこ。白いけむりが たちのぼり、元気でわかい うらしまは、みるみるしらがの おじいさん。むかしむかしの 話です。」で終わるのであるが（中島真弓、愛知淑徳大学論集—文学部・文学研究科編—第35号、2010より）、この最後の部分が子ども心に引っ掛った。当時を思い起こすに、見ず知らずの人たちしか

いなくなった村に一人残された浦島太郎の孤独感、寂寥感がわがことのように身に沁みた。「なんというひどい話だろう。自分のことを知る人もなく、昔のことを話す人もいないこんな世の中に一人取り残されるなんて。人は昔から不老長寿を望んでいるが、これでは長生きしてどんな意味があるというのだろう」。一時、もの思いに沈んだ。

こうしてみると、子ども時代に長生きした浦島太郎の身になって感じた‘憂い’が、七十年後の現在わが身のこととして実感されているというわけである。年齢を問わず人間誰もが持つ本来的、根源的な思い、心情であるといえるだろう。

では、「何ゆえにこのような人間感情が生れてくるのであろうか」と現代に生きる浦島は思案する。それは、人間は地球生態系を構成する要素であり、個人は地域社会という環境のもとでほかの住民と相互にかかわりつつ生きている、という事実に関係しているに違いない。人間は個で生きてはいけない。

それでは、この個である‘私’、より明確に言えば、このような思いを抱く‘私の心’とは何だろう、と考える。テニスは長編詩「ユリシーズ」の中で、「I am a part of all that I met」（私は今までに出会ったすべてのものの一部）と歌っている。言い換えれば‘私’（私の心）とは、（遺伝素因のベースの上に）誕生以来の人生のさまざまな状況下での母、家族、友人などを含む他者や環境との無数の相互接触のエピソードと、その時々を意識を土台として構築された一貫性のある高次の脳細胞の体系、とでも言うのであろうか。この意味では‘私’には、多くの‘他者’（他者へのエピソード記憶と意識）が内包されることになろう。また、自他の関係を逆転して考えると、これまでに私が出会った‘他者たち’（それぞれの心）には‘私’が内包されていると言えるであろう。

思い出を共有する親しい友人の死による寂寥感は、友人の中の‘私’が失われた（と感ずる）ことによるものであり、多くの友人の死がわが身に堪えるのは、彼等がそれぞれに預かってくれた‘多くの自分’が失われた（と感ずる）ことによるものであろう。一方、自らの老いを生きることのしんどさは、加齢による体力の衰えのみならず、預けられた多くの‘友人たち’（のエピソード記憶と意識）を負いつつ生きることのしんどさによるのではなかろうか。

浦島太郎の憂愁の本態とはこのようなものではなかろうか、などと理屈をこねながら、自らを説得し寂寥を慰める日々である。

時の過ぎ行くままに

渡島医師会
木古内町国民健康保険病院

小澤 正則

私は、いつのころから、その愛撫に満ちた夕暮れのひとときに心惹かれるようになったのであろうか。日が漸く山際に隠れようとする前後の数十分は、地上のものに対する自己顕示なのか、慈悲に満ちた労りなのか、太陽はそれまでと全く異なった趣を見せ、この色彩と輝きは紛れもなく芸術である。

私の学童期は終戦後の混乱期であった。岩手県の宮古にいて、満州や樺太からの引揚者住宅街に近接して住んでいた。たくさん子どもたちがおり、遊び仲間には不自由なく、共に日暮れて遅くなり、コウモリの飛ぶ時間まで「缶蹴り」や「馬とび」に興じた。日が落ちて夕闇の迫るころ、彼らが家人の呼び「ご飯ですよ」との声に、一人また一人消えて最後の一人になったとき、今日の遊びの興奮に明日がつながることを期待して胸膨らませていた。これは確かに夕暮れの口惜しい記憶である。

高校時代は仙台で暮らし、専ら練習のきつい硬式野球部に籍を置いていたので情緒の余裕はなかった。しかし多情多感な青春の憂愁からか、兄に教わって当時学生の中で流行り始めた「北上夜曲」を下宿のベランダから沈む夕日を見ながら口ずさんだ鮮明な記憶がある。

本当に夕焼けが美しいと感激したのは弘前に住んでからである。この街の西には「津軽富士」と称される岩木山があり、秋はことに空気が澄み、陽がちょうどその山の頂付近に沈むため、りんご畑の向こうに質量感を失って、ただの黒い平面と化した山が映し出される。この背景を、燃えるように赤紅色に染めて乱反射する光の織り成す芸術を、至福の感動を持って見惚れていたことを思い出す。特に夏は、ネプタの喧騒とも交錯するが、このころは子どもの成長とともに時間が流れたこともあり、これらが織り成す節目をリズムにして、限りない追憶の彼方に最も輝かしい愛惜の歌を刻んで止まないときでもあった。

函館の住宅は妻が魅されて独断で買った家である。ここは少し高台になって西に展望が開け、真っ直ぐ先の函館山は季節ごとに庭の草花の借景となり、その美しさを添えてくれた。妻は、この山が時とともに姿を変え、日により変貌する様子に観光客の思いを重ね、ひとり一喜一憂しながら共に日々を送っていた。しかし、夕日がその輝きを増したのは、夕焼けを自分の人生に重ねて、消え行くものへの憐憫として捉えるようになってからである。妻の突然

の死と、その数年後の退職を機に、初めて時の過ぎ行く静かな音の流れに耳をそばだてることができるようになった。彷徨から光明を求めて模索の旅に出て、地球を一回りしながら、海原や草原や異国の不可思議な町の屋根や塔の奥に沈み行く数多くの陽の美しさに会い、自然の力量の大きさと深さを思い知らされた。どれとって同じ夕暮れはなく、したがって感動も限りなかった。日々新たなものの賛美が夕日にはぎっしり詰まっていることを知った。

JICAでモロッコへ行き2年暮らした。私のアパートは4階建ての最上階で、ヨロイ戸をいっぱいを開けると、遙か西向こうの小高い丘の彼方からショウショウと乾き切ったアフリカ特有の風が吹き渡ってくる。ここから見る春と秋の落日は、澄んで底抜けに透明な青い空から一旦灰色に色彩を奪った後、次第に金色に変え、真紅と成し、自らを雲に投影して瞬時ごとに微妙に姿を変えながら、やがて暗闇に没して無に帰してゆく。こうした一連の様を私はじっと見つめてきた。一方、夏の空は薄霞が掛かったように透明さを落とし、陽は山際近くまで来ると、輝きを失い、金屏風の前に貼り付けた安物の飾りのようにまん丸な輪郭をそのままに、月に姿を変えて沈んでゆく。それが帰巢する鳥の群れと重なり、郷愁と共に、自らの意思でこの地にいることの寂寥感と孤高にしばし高ぶりを禁じえないこともあった。

人生を仮に81年生きるとして、私の74歳はその91%余りを消費したことになる。これを一日24時間に換算すると、22時少し前の時間に相当する。この時間は、昼の喧騒を逃れて、漸く沈静した自分自身に戻れる時でもある。確かに私の昼の時間は、暇なく絶えずヒトに追い立てられて過ごしてきた。喜びや願わしい成就の瞬間よりは、慙愧と焦燥が私の姿を形作ってきた。しかし、これは本意ではない。私は今、あの青空の彼方に大きな忘れ物をしたことに気付く。もっと家庭を大切に、ヒトが私的に求めるべき生きる価値の真の姿を妻と共有する時を失ってはならなかったのかもしれない。



モロッコの夏の落日

真夏の夜の夢

北海道大学医師会
北海道大学大学院 医学研究科 がん予防内科

浅香 正博

この夏、日本列島は熱波に包まれゲリラ豪雨にも悩まされています。箱根、桜島をはじめとする火山の噴火が日本各地で起こっています。何十年ぶりや百数十年ぶりの災害の可能性ありという言葉が気象庁から普通に飛び交うようになってきました。世界的には地球温暖化が進み、今世紀末には北極、南極の氷がかなり溶け、海面が上昇して陸地が減少する可能性が高いと伝えられています。われわれは歴史などと同様に自然についても十年、百年単位で考える傾向にあります。これは正しいことなのでしょうか？

年代の縮尺をどんどんあげてみると、これまで全く考えたことのない世界が見えてきます。地球が誕生して約46億年が経過していますが、微生物以外の生物が誕生してからは5.4億年しか経過しておりません。地球が誕生してから今までを1年としたカレンダーを作成しました。そうすると、2月までは全く生物のいない時代で、3月に入って微生物が誕生します。この微生物のみの世界が長期間にわたって10月まで続くのです。11月に入ると地球すべてが1,000mもの厚い氷に覆われる全球凍結の時代がやってきます。この時代が数千万年も続いた後、カンブリア爆発と呼ばれる新たな生物の誕生がやってきます。これから顕生代という時代に入り、さまざまな生物が登場してきます。1年の内、11月、12月のわずか2ヵ月が地球において生物の活動する時代なのです。人類の誕生は700万年前ですから、12月31日のお昼過ぎになります。われわれの直接の祖先であるホモサピエンスは20万年前に出現していますので、12月31日の午後11時40分ということになります。ピラミッドの建設など人類の歴史が始まるのは5000年前ですから12月31日の午後11時59分30秒になり、あっという間に新年に突入してしまいます。

このように、地球の歴史からみると人類の歴史は一瞬でしかないのです。これではあまりにも説得力がないので、地球誕生からではなくカンブリア大爆発が生じ地球上に多数の生物が誕生した顕生代からのカレンダーを作成してみました。1年を5.4億年に縮めてみたのです。この縮尺では地球で活躍した生物の実際の姿が浮かんできます。1月から7月中旬までは古生代で、この時代のすべてにわたって三葉虫が活動しています。古生代は7月中旬に生じたペルム紀の大絶滅で、地球上の生物の96%が死滅したことで終了し中生代に入ります。8月の下旬、ジ

ュラ紀から11月の下旬3ヵ月にわたって恐竜の全盛時代がやってきます。隕石の衝突による地球気象の大変動により恐竜は絶滅し、哺乳類の時代である新生代に入ります。この縮尺のカレンダーで人類は何時に誕生したのでしょうか？ 実はクリスマスの翌日の12月26日なのです。われわれの祖先のホモサピエンスは12月31日午後9時に誕生しています。歴史時代は午後11時55分とわずか新年の5分前に始まっていることにびっくりします。

地球上に生物が活動し始めてから考えても、われわれ人類の繁栄している時間はこのようにきわめて短いのです。1年365日のうち、年の暮れぎりぎりになって現れた人類がこれまで自然の摂理に従って歩んできた地球を彼らの都合に合わせて変えようとしているのが現状であると分析できます。三葉虫3億年、恐竜でさえ1億3千万年にわたって活動してきた生物の歴史の中で、人類20万年というのはいかにも短く、評価できるような活動期間とはいえないのです。地球生物の歴史上での人類の評価は少なくともこれから1千万年以上経ってからでなければ不可能と考えられます。その時、地球上の一生物にすぎない人類が自然を自分に便利なようなように作り替え、多くの動植物を絶滅させている行為はどのように評価されるのでしょうか。生物学の分類でヒトは動物界、脊索動物門、ほ乳綱、サル目、ヒト科に分類されており、ヒトは決して万物の霊長ではないのです。

今年も暑い日が続きました。時には、現実の世界から遠く離れた大きな視点で、人類の営みを眺めてみるのも、真夏の夜の夢としては興味深いのではないのでしょうか。



明日は何の日？

北部檜山医師会
今金町国保病院

楯 秀貞

8月某日午前外来の診察中、病棟から患者さんが心肺停止との連絡。心臓マッサージを継続しながら気管内挿管し、心電図モニターを見ると自発心拍はある。が、動脈は触知せず。転倒後の腰痛のため入院し、退院予定だった方で、心疾患の既往はなし。心肺蘇生を継続するも心電図波形は次第に悪化。経過からは心筋梗塞による心破裂あるいは大動脈解離だろうが、院内発症なので不要な疑惑を招かぬよう胸部CTを撮影し、前者と確定。

同日午後7時特別養護老人ホーム入所者が胸痛を訴え、搬送される。当直医が心電図記録し、心筋梗塞。御家族の希望で函館市内の循環器内科へ救急搬送。

同日深夜、浴槽内で死亡された方を当直医が検死。全身CT撮影し、心嚢液の大量貯留を認め、心筋梗塞・心破裂と検案。

年間発症数が一日間に集中した心筋梗塞の日であった。今後高齢者の心筋梗塞が増加する予兆とは思

わないが、日本動脈硬化学会の脂質管理基準は厳しすぎると考え、薬物治療の基準を緩めている最近の私への警告と思わないでもない。もちろん、学会でも高齢者の心筋梗塞一次予防にスタチンが有効とは言っていないのだが。

8月某日の翌々は消化管出血の日。午前外来で骨粗鬆症の点滴治療に来院した患者さんが貧血であると、外科医から連絡あり。普段赤血球346万Hb10.3だが、赤血球150万Hb4.6。当院には現在消化器内科医が不在なため、消化管出血疑として八雲総合病院へ搬送。同じく午前外来で、主訴は起床時からの息切れ・吐気。?? 立位でクラクラする。!! なるほど顔色も白い。前回赤血球455万Hb14.5が、本日赤血球267万Hb8.6。ご本人の希望で函館市内の消化器内科へ搬送。

そーだったのか。くも膜下出血の患者さんが続いた日には、まだ気付かず、感染性のようだから感染対策を講じなければならぬと、愚かにもアルコール消毒に出かけたのだった。救急を要する同一疾患の患者さんが、同一日に集中するのは、私のような腕の悪い医者に誤診されぬための、患者さんの護身術であったのだ。腕の程が知れわたることなく、私が何とかこれまで勤めてこられたのも、患者さんの護身術あつてのことと感謝を深くしている。おかげさまで。今日は月遅れの盆。

北海道医師会 福利厚生事業のご案内



北海道医師会ホームページの会員優待サービスに mikiHOUSE 通販サイトが OPEN!



子供服のミキハウスにご協力をいただき、北海道医師会会員の福利厚生として会員通販サイトをOPENしました。ご自宅用だけでなく、ご出産祝いなどさまざまなアイテムを通常の

20%OFFで

お買い求めいただけます。

ご登録方法

まずは、北海道医師会ホームページへアクセスしてください。

<http://www.hokkaido.med.or.jp/>

「医師のみなさまへ」⇒ **会員専用メニュー**

⇒ 会員優待サービス



ご利用にあたって、「新規会員登録」より会員登録情報を入力してください。ご登録のメールアドレスに、メンバーズショップより仮登録のお知らせが届きます。お知らせメールにあるURLにアクセスしていただき本登録完了です。登録後、ショッピングをお楽しみください。

ご利用について

お届け先

ご登録済のご自宅の他、別の指定先へも発送可能(最大20件まで登録可能)

お支払方法

代金引換もしくはクレジット決済可能

ギフト包装・のし対応

のしカード、メッセージカード、簡易ラッピングは無料

送料

お買い上げ合計金額が10,800円以上(税込)の場合、発送先1ヶ所につき送料無料

※お買い上げ合計金額が10,800円未満(税込)の場合1ヶ所につき送料756円(税込)。

発送

10日後以降で発送日、時間指定が可能

医業経営・福利厚生部
(事業第五課)