

# 会員のば

## 間もなく卒弁

余市医師会  
勝田内科皮膚科クリニック

勝田 貴子

「ピッピッ、ピッピッ」

朝、5時50分、枕元の目覚まし時計のベルが鳴る。目を閉じたまま、手探りで止める。

「あと10分眠れる」

若いころから寝起きは悪くないつもりだが、この10分が心と体に余裕を与えてくれる。至福の時間だ。私の妙な拘りなのだが、わが家の時計のいくつかを故意に15分進めている。追い立てられるような状況が苦手だ。バスに乗るときには、あらかじめ丁度の運賃をポケットに用意しておく。信号は黄色に変わりかけたら諦める。旅行の荷造りは「念のために…」、「いざという時に…」と詰め込み過ぎて、気付けばいつも大荷物。コロコロさん（キャスター付きスーツケース）、ありがとう。石橋を叩いてもなかなか渡れない性分なのだ。

ともあれ、10分後、携帯のアラームが鳴る。「よししょっ」と掛け声とともに、今日一日の始まりだ。お弁当作りと朝食の支度にとりかかる。長女・次女とともに、現在、大学在学中で家を離れているが、長男は高校3年生。3歳違いの子どもたちのお弁当作りは、今年で9年目になる。料理は嫌いではないが、得意とは言えない不器用な私にとって、朝の短い時間内の作業は失敗の連続だった。

ある日、持ち帰った長女のお弁当箱を見ると、萎びてスカスカになったスイカが入っていた。「スイカって時間が経つと、こんなことになってしまうんだ」とびっくり。お弁当には入れてはいけないものがあることを知った。お腹をこわさないようにと、肉・魚は焼き過ぎ、煮過ぎ。今時の「キャラ弁」とはほど遠い。あこのころの娘（特に長女）に謝りたい。それでも、毎日やっている、少しは上達し手際も良くなり、並のものを作ることができるようになってきていたつもりだった。

ところが、体育会系の息子のそれは、勝手に違った。まずお弁当箱の大きさ。ご飯の量を増やし、おかずの種類も頑張って増やした。にもかかわらず、

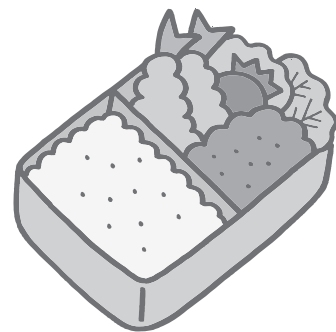
クレーン。「あーでもない。こーでもない」。いろいろと工夫を凝らすも、うまくいかない。友達同士でおかずを交換するらしいが、時々交渉は決裂し、断られるらしい。申し訳ないやら、腹立たしいやら。

結局、たどり着いた結論は、がっつり系の焼き肉丼、かつ丼、オムライス、焼きそば、唐あげ付きのり弁、といった単品で十分、いや最高らしい。実は一番、楽だった。

重い荷物を担いで、息子が帰宅する。第一声は「お弁当、出しなさい」。とりあえず、完食していれば、体調は悪くないと判断。見覚えのない爪楊枝やら鳥の骨が入っていたりするのを横目に、実際には目にしていない息子のお昼ごはんの風景を想像する。

思い返せば、私が子どものころ、母は忙しい中、毎日、私たち三姉妹のお弁当を作ってくれた。しかも、味も見た目も申し分なく、よく先生や友達にほめられた。

息子もたまたま、「お前の弁当、おもしろいな」とほめ(?)られるらしい。とりあえず、喜んでもらえれば、良しとしよう。母のようにはいかないけれど、何とか続けてきたお弁当作り。間もなく卒弁。もう、ひと頑張り。大切な時間を楽しみたい。母として。



## 夏の楽しみ —ゴーヤ自慢—

札幌市医師会  
市立札幌病院

### 今泉 寛子

この文章を書いているのは10月半ばで、掲載されるのは冬とのこと。季節はずれの題材ですが、どうぞお許してください。

10年ほど前に当時高校生だった娘に「お母さんは趣味がないよね」と言われました。そのころは仕事&子育て(?)で精一杯、趣味を持つ余裕はなかったのですが、おそらく娘は後々母親の興味対象が自分だけに降りかかったら困ると思ったのでしょう。その後複数の趣味を持ち楽しんでいますが、夏の期間の楽しみは何といっても家庭菜園です。特に私が凝っているのはゴーヤ。沖縄が有名ですが、北海道でも十分に育ちます。

数年前にホームセンターで苗を買って植えたのが最初です。プランターに植えたのですが見事失敗、3年ほど失敗が続きました。昨シーズンから近所の花屋さんに農家から苗を取り寄せてもらい、地植したところ大成功。昨シーズンは2株で30本以上、夏の暑さが昨年より短かった今シーズンも20本以上収穫できました。7月半ばに花が咲き始めてからは毎朝犬の散歩の後に雌花が咲いていないかチェック、雌花を見つけたら虫の代わりに受粉、夕方は雌花のつぼみをチェックして花が咲くのを心待ちにし、収穫時期(受粉後約2週間)を指折り数える、というとても楽しい毎日を通しました。雨降りでも傘を差して受粉し、「まるで子どものよう」と娘に言われ、ご近所で栽培しているゴーヤを見ては「うちのゴーヤのほうが大きい」と心の中でつぶやき、親バカそのものでした。



収穫したゴーヤ(写真)は食卓に上ります。おひたし・佃煮など、ネット検索したレシピも試してみましたが、やはりチャンプルが一番。週に2回は鯉節をたっぷり混ぜて作成。とっても美味しく、ゴーヤのおかげで夏を乗り切った、と言っても過言ではありません。親戚、友人、同僚にも収穫したゴーヤをおすそわけして、夏の楽しみは終了しました。

来シーズンは植える場所を変えてアーチ型の棚を作って、と今から楽しみにしています。熱を加えても壊れないビタミンCがたっぷりのゴーヤ、皆様もいかがでしょうか？

## 車好き

札幌市医師会  
札幌医科大学病院眼科

### 大黒 幾代

「うちには、車が5台あるの」と言うと、「え〜っ、まじですか?」と、大概の方にあきれられます。もちろん、私も運転免許は持っていますが、実際に運転するのは主人です。主人の車好きが高じて1台また1台と増えていき、「これが最後だから」という言葉を何回聞いたか忘れましたが、気が付くと5台になっていました。車の種類は、シトロエン・DS4(ファミリーカー)、ダイハツ・コペン(ツーシーター)、日産・フィガロ(映画『相棒』で水谷豊が乗っている車)、スズキ・ジムニー(冬は4駆でなければダメとのこと)、日産・パオ(レトロでめっちゃくちゃいいからと…)です。ベンツ、BMWなどの高級外車は1台もなく、中古車が3台で、うち2台は特に古くて、「なんでこんな車がいいの?」という感じです。エンジン音は高いし、揺れるし、パオに至っては窓が手動で、時々エンストすることもあります。

それでも、目的やシーンに合わせて5種類の車に乗せてもらえるので、私も結構楽しませてもらっています。一番重宝している点は、地方出張の際に駅まで乗せていってもらえることです。これは助かります。特に冬場はありがたいです。

私事ですが、来年春に地下鉄東西線西18丁目駅で、眼科クリニック(愛おおぐろ眼科)開業を予定しています。開業後は出張することもなくなるので、必然的にアッシー君の出番もなくなることになりました。しかし、彼は車好きなので、「西18丁目駅まで送る」と言うかもしれません(ちなみに自宅から西18丁目駅までは徒歩10分位)。あるいは娘の送り迎えでもするのかしら?

車好きにはそれなりの車の転がし方があるようです。

## 外来のぼやき

札幌市医師会  
三浦メンタルクリニック

### 胡 青余

西区の三浦メンタルクリニックで、外来診療を担当する、精神科医の胡です。

原稿を頼まれてから正直悩みました。というのも、依頼文に「新進気鋭の若い会員から広く新鮮な投稿を求めろ」と書いてあるからです。

私はもともと中国からの留学生です。20歳で日本に来てから日本語を覚えたので、分からない言葉があると、すぐ辞書を引いてしまう習慣があります。「新進気鋭」とは、「その分野に新しく現れて、勢いが盛んであること。また、その人」だと。しかし、私はこの精神科医という仕事を、もう10数年やってきており、到底「新しく現れて」ないですし、「いつかベトナムに行って、余生を過ごす」ことを毎日夢見ていますので、「勢いが盛ん」ともいえないので、このまま書いてよいものか、大いに悩んでしまいましたね。

無論先輩方から言われた以上、書かないわけにはいかないの、少しだけ、今やろうとしていることを書きます。

一つは、絶対に新患の患者さんを待たせないことです。精神科の患者さんが受診しようと思っても、偏見などでなかなかその気にすぐなれず、やっとのことで電話したところで、予約が1ヵ月後になってしまうと、それだけで萎えてしまう人がいるのではないのでしょうか。なので、外来で約束をして、お電話をいただいてから、一週間以上待たせないで診察することにしました。これを始めてから正直大変です。再来が終わってから新患を診るのですが、目がショボショボ（電子カルテのせいです！）、肩は痛い（歳のせいです！）、口が渇く（男性の事務員が水を持ってきてくれないせいです！）。でも、おかげで何人か、早めに治療ができたので、まあ、いいかな、と思っています。

もう一つは往診です。これは外来の制約でなかなかできませんでしたが、初診に限り、できるようにになりました。認知症や統合失調症など、来てくれないければ行って診察をします。精神科にとって当たり前のことですが、病院ではないので、診療所にとってはやはり大変です。でも、週末だけでも、思ったら、本当にできるようにになりました。もともと認知症の老人をみると、どこかほっとする部分を感じるの、自分のためにもなりました。

これから何ができるかわからないですが、上の二つは続けて行きたいですね。

## はじめまして

旭川市医師会  
松井眼科医院

### 松井英一郎

平成25年4月に地元の旭川市に戻り、父の跡を継いで開業致しました。約20年間過ごした栃木県と、北海道に戻り感じることに、今後の抱負についてお話しさせていただきたいと思います。

栃木県は世界遺産に登録された東照宮・輪王寺などの歴史的建造物、鬼怒川温泉や日光湯元温泉、塩原温泉などの温泉郷、中禅寺湖や那須高原など、豊かな自然を有しております。母校の獨協医科大学は宇都宮市から約20km南にある壬生（みぶ）町にあります。大学周囲にはトミーやバンダイなどおもちゃ関連の工場、施設があり、最寄り駅の駅名が“おもちゃのまち”であるように、大学病院とおもちゃ団地の城下町です。

私が入学した平成5年当時、大学の周りは田んぼと畑しかなく、唯一23時まで営業しているコンビニエンスストアが憩いの場所でした。そのため大学6年間は少々の勉強とクラブ活動（アイスホッケー）に明け暮れました。医師になってからは主に手術件数の多い施設で研修させていただき、研鑽を積みました。

人生の半分を栃木県で過ごし、まさに第2の故郷となりましたが、栃木時代の一番の思い出は、残念ながら平成23年3月11日に生じた東日本大震災です。午後の特殊外来中に強烈な揺れを感じ、即座に患者さんの避難を行いました。大学のライフラインは保たれましたが、住まいは3日間ほど電気、水道、ガスが停止しました。家族と全く連絡が取れず、自宅マンションに近づくにつれ建物の明かりが失われ、信号も機能していない異様な光景が今でも目に浮かびます。部屋は家具が全て倒れ、足の踏み場も無い惨状でしたが、暗い部屋の中で当時2歳の息子と妻に無事再会できた安堵は忘れられません。

岩手、宮城、福島、茨城では津波で多くの命が失われました。マスコミでは報道されませんが、栃木県内でも沢山の方が亡くなっています。何らかの使命があって私も家族も生かさせていただいたのかもしれません。

旭川市に戻り感じたのは、もう地震の心配が無いことでした。ところが厳しい冬が待っておりました。そこには幼少児期の楽しい冬はなく、ひたすら耐えるのみであったのは重ねた年輪のせいなのでしょう。しかし患者さんは大雪の日でもきちんと通院してこられます。たくましく生活されている姿を拝見していると、診察を通じて少しでもお役に立ち

たいと思う日々です。

近年、眼科領域はiPSを代表するように、技術、機器が目覚ましく進歩しております。地方都市ではありませんが、これらを貪欲に吸収し、患者さんに還元できるよう今後も努力してきたいと思えます。

## どこでも足湯隊

旭川医科大学医師会  
旭川医科大学 法医学講座

### 清水 恵子

東日本大震災当日は、母（享年87歳）の通夜の日であった。

戦前、東京女子高等師範学校（理科）を卒業し、戦後、女子に門戸を開放した北大（理系）に進学した母は、厳しいがチャーミングな女性であった。

その日、母は生前お気に入りであったお茶室に安置されていた。通夜の会場となる東区のカトリック教会に運ばれるまで、まだ時間があった。

午後2時46分、居間の風鈴が鳴った。

私は弟に「あ、お母さん、帰って来てるね！」

「地震。シャンデリアが揺れているでしょ」

エンジニアの弟は冷静だ。

その夜、信じられないテレビ映像を見た。日本法医学会公式メーリングリストでは、検案に参加できる会員を募っていた。被災三県の県警本部から警察庁を通して、法医学会に検案要請があったからである。母の告別式を終えた夜、法医学会の対策本部に、学会庶務委員であるにもかかわらず、返信が遅れたお詫びと言いつきを送信した。まさか、忌引中に被災地派遣されるとは思わずに。

召集は突然やってきた。対策本部の学会理事からの電話が午後8時。道警本部からの電話が午後9時。

「旭川出発のタイムリミットは、午前0時です。どこにお迎えに上がりますか？」

その時私は、行きつけの整骨院の治療台の上で、肩凝り腰痛をリラックスさせてもらっていた。腹臥位のまま携帯電話で、「大学の解剖室にお願いします。私物を持って大学に行っています。現地が必要と思われるものを、警察車両に積めるだけ積みたいのです」。

当時はまだ、現地の正確な情報が無かった。午後10時に整骨院を飛び出し、私物をまとめて11時に大学の解剖室へ。迎えに来た道警旭川方面本部の警察車両に、解剖室から検案に必要なと思われる資材を積み込んだ。午前0時前に旭川鷹栖インターを入り、輪厚サービスエリアで道警本部（札幌）の車両に乗り換え、一路函館へ。青森へのフェリーが、朝7時

過ぎに出港とのこと。

「すみません。母の葬儀で、このところ、あまり寝ていないのです。おやすみなさい」

私は後部座席で爆睡した。

気が付くと、函館のフェリー乗り場であった。フェリー内から、慌てて講座にメールを打った。解剖室からいろいろな物が忽然と消えており、泥棒騒ぎになってはいけない。後日聞いた話では、忽然と消えたのは清水自身であり、道警に誘拐された???…という話になっていたらしい。

あれから3年。時々被災地の仮設住宅に、“どこでも足湯隊”の傾聴ボランティアとしてお伺いしている。「足湯活動とは、足湯を提供することで被災者の方に心身ともにリラックスした時間を提供することで、被災者の心の負担を軽減させることを目的としたボランティアです。特に福島では震災直接死を震災関連死が上回るなどそのストレスは深刻を極めており、こうした幅広いケアが求められています」と、説明を受けた。被災者の話を傾聴する際、学生時代に熱中(?)した、“いのちの電話”というボランティアの経験が役に立っている。とても、感謝している。



## 巻き爪矯正技術 3 TO

札幌市医師会  
下田ひふ科クリニック

下田久美子

従来、巻き爪（陥入爪）の治療は、既存の保存的治療や外科手術が行われてきました。ここ数年普及してきたのが、これからご紹介する「3 TO（VHO）式巻き爪矯正技術」です。1979年にドイツで、手術以外の選択肢、すなわち血を出さず、痛くない方法として開発されました。Virtuose Human Orthonyxieの頭文字を取ったもので、「熟練の技による人間的な巻き爪矯正法」というような意味です。3つのパーツからなるので、現在は3 TOと呼ばれています。

巻き爪の形や爪周囲の状況に合わせて、ワイヤーを2個準備し、各々両側の爪甲側縁に引っ掛けて、これら2つのワイヤーを別のループ状のワイヤーに通して巻き上げることで、爪甲のカーブを矯正するものです。このワイヤーを作る作業に熟達が必要で、最初は大変時間がかかりました。文章ではなんともイメージがわからないと思うので、各種ホームページなどをご覧いただければ理解が深まると思います。

ワイヤーを皮下組織に刺すのではなく、爪に引っ掛けて、ワイヤーの弾性により少しずつ爪の湾曲を治していきます。すなわち、爪や皮膚に損傷をあたえず、爪や皮膚への通気性が保たれ、衛生的です。極めて短時間で痛みが引く（施術時もさほどの痛みはありません）、ワイヤーを掛けた状態で日常生活に支障がない、矯正完了後は自然で健康的な形状になる、などの長所があります。ただ、治療は一度で終わるのではなく、爪の伸びに応じて、数回ワイヤーを掛け替える必要があります。また、保険適用外で自由診療の扱いです。

施術を行うにはセミナーを受講して、知識と技能を修得し、ライセンスを取得する必要があります。余談ですが、このセミナーはドイツ人の講師が一日講義と実技指導をするのですが、ユーモアたっぷり楽しく、時間が短く感じられました。

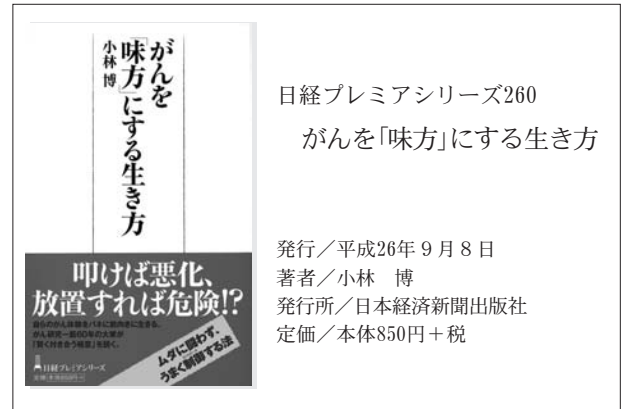
個人差がありますが、だいたい30分から1時間の時間が必要なので、私のクリニックでは今のところ、診療開始前の8時半ごろからお昼休みを利用して施術しています。現在まで特にトラブルもなく、患者さんにも好評です。私見ですが、手術では爪が小さくなってしまいますが、3 TOでは元の爪の形を保てるところが、患者さんの満足につながっているような気がします。

## 友としてのがん ～パラダイム転換～

札幌市医師会  
藤女子大学

藤井 義博

### 〈book review〉



日経プレミアシリーズ260

がんを「味方」にする生き方

発行／平成26年9月8日

著者／小林 博

発行所／日本経済新聞出版社

定価／本体850円＋税

がんは昔も今も生命を脅かす疾患であることには変わりはないが、その経験はこの数十年で様変わりした。かつては医師ががんと診断・告知することは余命幾ばくもない患者の死の宣告に事実上かわかることであった。がん患者になることは医学的に危機にひんすることを意味し、その困難さの中からホスピス・緩和ケアが誕生した。現在、国内がん患者の5年生存率は50%を超え、がんは「死に至る病」から「長く付き合う慢性病」に変わりつつある。がん患者になることは患者・家族が医学的のみならず、社会的、心理的、精神的にも危機にひんすることから、がんのケアは全人的ケアであり家族中心のケアでもある。

本書は、世界的ながん学者である小林博先生の、六十年にわたるがん研究者・実践者としての経験、世界各国における貴重な出会いと体験、さらに著者自身の二十数年前のがん患者としての経験が重ねられてきた医学・人生論議である。

本書を読むと、著者の「がんとの付き合い」は大きく4つの取り組みからなることが分かる。一つは、北大医学部教授時代の動物モデルを用いた実験的がん治療研究、すなわち「がん細胞の異物化」によるがんの自然退縮モデルの樹立およびがんの転移能力についての研究。二番目は、北大退官後、スリランカにおける子どもたちの健康教育を通じての大人の口腔がん1次予防の実践。三番目は、二十年前に始まり今も続く患者・家族への「がん相談」。そして米寿を迎える著者は、現在、四番目の取り組みを開始している。著者の取り組みの多様さは、がん経験の変化の歴史に呼応した結果ともいえよう。

著者の種々の経験を本書の緯糸とすると、その経

糸はがん認識の「パラダイム変換」の模索になるであろう。この「パラダイム変換」とは、「がんを味方、あるいは友として生きる道はないのか。願わくば、がんを悲しむのではなく、喜びというプラスの対象として受け入れる」ことという。それは、「がん細胞は一生懸命、弱った細胞の部分に置き換わって代役を果たそうとする」「がん細胞の発生はもともと周囲の友人を助けようとの善意に基づくものであったといえるのかもしれない」「克服すべき憎い敵というだけではなく、時には寄り添うべき味方として付き合うほうがうまくいくのではないか」という著者のがん認識に基づいている。

本書では、長年にわたる専門的な研究や実践が一般原則にまで還元されており、それらが分かりやすく表現されている。例えば、「がん細胞の異物化」とノーベル賞受賞者の山中伸弥教授のiPS細胞(人工多能性幹細胞)とは、「他から何かの力を借りる(何らかの因子を入れる)ことで自身が変わる」という点で一脈通じるものがあるという。そしてこれを比喩的にいえば、「大事なことは、他人を変えようとする時、『相手を変えようとするのではなく、まずは自分が変わらなければならない。そのためには自らに何か新たなものを取り入れる』こと」とであると述べる。

本書に紹介された「がん相談」の実例のうち、本文に登場するお坊さんの話はとりわけ感慨深い。終始、笑顔で死への準備を語り、十分悟りきっていると思われたお坊さんが、あるとき何とか助かる方法はないかと著者に問いかけ、「脳天を打たれる思い」を抱かせた。その尋ね方すなわち「先生、私のがんは何とか助かる方法はないのでしょうか?」という言い方がとりわけ注目される。なぜなら、ここに提示されているのは「私は」ではなく「私のがんは」である。これは、がんへの思いやりがあるからこそその言い方であろう。方法についても、「助かる方法」という穏やかな響きの表現でなされている。がんを征圧して私が助かることではなく、「がんを味方、あるいは友として生きる道はないのか」とお坊さんは尋ねておられる。このような「がん相談」の経験が「がんを『味方』にする生き方」という発想に著者を導いたのである。

著者は、現在、スリランカでの実践の成果である「子どもが親を変え、地域を変える」という概念を日本の小中学校において応用しようとしている。現在2種類のDVDの作製を完了して、日本の小中学校の保健体育の補助教材として使ってもらえるよう取り組みを開始している。「子どもは純真無垢、しかも感性豊かだし、私たちの考えを素直に分かってくれるはずだ」という。そうならば、「私たち」自身に内なる「子ども」がいないとうまくいかないことになる。「純真無垢」は無理かもしれないが、「素直で感性豊か」であることは要請されてくる。ここで「大事なことは、他人を変えようとする時、『相手を変えよ

うとするのではなく、まずは自分が変わらなければならない。そのためには自らに何か新たなものを取り入れる』こと」という著者の原則が生きてくる。それは、科学者・医師として良識ある主体のなかに素直で感性豊かな子ども心を取り入れることである。これが「パラダイム変換」に向かう著者の出発点となる人間性であり、その第一歩をまずは身をもって実現しようとしているように思われる。

19世紀後半以降の近代西洋医学を担う医師は、専門分化した“科”の学を担う科学者であることが要請されてきた。一方、医師は、洋の東西を問わず二千年以上も前から、癒しのartをもった“人間”として、医療だけでなく社会のさまざまな分野において主動的な役割を果たしてきたことも事実である。

本書は、著者自身の科学者・医師・人間としての多彩な活動の経験を通じて、科学者である医師が人間として社会においてどのように活動し役割を担っていきけるかについて、豊富なヒントを読者に提供してくれる。本書が、医師による人間としての社会活動とその役割がいかに大切であるか、世に再認識される糸口になることを心から願う。



## 父との思い出

小樽市医師会  
錦町医院

### 高川 志保

父 故浜上裕一は、平成9年4月から平成19年3月までの10年間、北海道医師会常任理事を務めさせていただきました。北海道医師会の先生方には大変お世話になり、ありがとうございました。昨年6月28日に肝臓癌のため亡くなりましたが、このたび原稿執筆のお話を頂きましたので、父の思い出をつづらせていただきます。

幼いころから医師である祖父、そして父の姿を見て育った私の夢は、やはり医師になることでした。私には4歳と7歳年下の2人の妹がいます。妹たちには優しい父でしたが、長女の私には「言葉遣いが悪い」「人間性がなくていい」などといつも厳しく、時には体罰もありました。念願が叶って医学部に進学し、休みに実家に帰った時には、深夜まで父とビールを飲みながら、医学のことやたわいのない話をするのがとても楽しい時間でした。

卒業して父の出身でもある札幌医大第二内科に入局して研修し、4年目に婚約して夫のアメリカ留学に専業主婦として同行することになりましたが、留学の日が近づくにつれ、医師としてのキャリアを中断することに不安が募りました。当時の私は精神的にも不安定で、眠ることもできない状態でした。悩んだ末に留学に付いていくことをやめたいと父に話すと、「馬鹿に塗る薬はない、約束したことでしょ」とものすごい剣幕で怒られました。確かにその通りでしたが、大好きな父が夫の味方をするようで、孤独な気持ちになりました。

留学中に子どもも生まれ、医師としては6年ほど遅れてしまいましたが、振り返れば得たものも大きく、父の言うとおりでよかったと思います。

平成15年から夫とともに実家のある小樽に戻って市立病院に嘱託医として勤務し、また父と話す機会も増えました。あまり怒られることもなくなりましたが、父が病気で入退院を繰り返すようになってからは実家の医院を手伝うようになり、少しは頼りにしてもらえたのかなと思います。癌が進行し気力、体力ともに衰えを見せた父でしたが、私の前では最後まで弱気を見せず、母と私と妹に看取られ静かに息を引き取りました。私も3児の母となり、子どもたちが中学生になって、親が子を叱る気持ちも分かるようになった気がします。

まだまだ未熟な私ですが、平成24年4月から錦町医院を継業しています。もう少し父と一緒に仕事をしたかった、母と旅行に行かせたかった、親孝行を

したかったなと思いますが、今は父の遺してくれた地域の患者さんとの絆を守り、育んでいきたいと思っています。

## アドバンスケアプランニング

余市医師会  
勤医協 余市診療所

### 瀬野尾智哉

北後志の余市町という2万人の町で家庭医療専門医として診療所の所長をしています。当院では訪問診療を行っており、その中でがんや非がん疾患の患者さんを在宅看取りさせていただいています。そのような方々には、最期にどこでどのように過ごしたいかを事前に確認しています。最近ではこのようなことを「アドバンスケアプランニング(Advance care planning; 以下ACP)」と言うようになってきました。ACPとは「将来意思決定能力がなくなったときに備えて、あらかじめ自分が大切にしていること、治療や医療に関する意向、代理意思決定者などについて専門職者と話し合うプロセス」と定義されています。終末期の患者さんを診る機会が増えるにつれて、ACPの重要性をとて感じるようになりました。

非がん患者さんでは、特に認知症に罹患している人で意思決定能力に問題があることを多く経験します。また終末期以外でも、定期通院している高齢者が急な病気で夜間に救急病院に搬送されたとき、延命処置を行うかどうかについて考えなければならないということもあります。このような状況では、家族は患者さんのことを考えながらゆっくり考えて、というような時間はないことが多く、家族にとって大きな負担になります。患者さんが望んでいたことと違うことを家族が選択してしまうこともあります。さらに、初めて会った患者さん家族に延命処置の是非についての説明しなければいけない医師側もストレスがかかります。

そのようなことを考えると、ACPは終末期だけではなく、日々の外来や訪問診療で継続的に行われるべきではないでしょうか。誕生月を迎え歳を一つ重ねたとき、急性疾患にかかりそれが治ったとき、その他外来や訪問診療などで患者さんが話す何気ない一言から、ACPを意識してかかわっていく必要があるのではと思います。その場で結論が出なくても、その話をきっかけに患者さん自身が自分の人生を振り返り、最期の時をどう過ごすかを考えてもらう一つの機会にできればよいのです。最期の時をより満足のいくものになるように、患者さんと一緒に考えていこうと思います。

## 雇われですが、何か？

札幌市医師会  
JA北海道厚生連札幌厚生病院

### 柵津 宏昭

北大耳鼻咽喉科・福田教授、札幌厚生病院・豊田院長のご好意により、札幌厚生病院にかれこれ6年以上お世話になっている柵津と申します。よろしくお願いたします。

さて、ご存知であったり、常連であったりの先生方も多いかと思いますが、すすきのには今年開店25周年を迎える老舗のワインバーがあります。経営者は何度か変わり、内装も多少はリニューアルされていますが、訪れるたびに居心地の良い、すすきの名店だなぁと感ずるお店です。

その店にはK君というソムリエがおりまして、彼とは18年程の付き合いになります。当時はお互い社会に出たばかりでして、僕も医者としては当然未熟、彼もソムリエ目指して勉強中で、サービスもそれなりだったと記憶しております。程なくして彼はソムリエ試験に合格し、遅れて僕も専門医を取得、お互いの道を進んでいます。

先日もふと思立ち、仕事帰りに寄らせてもらいました。いつのころからか忘れましたが、お店に予約して行くといつも彼は勝手にシャンパンを冷やして待っていてくれ、座席に案内され座るな否や、毎度一応「泡でよろしいですか？」と聞いてきます。「うん、泡、それもビールね」と言い返してやろうかと

と思いますが、シャンパンクーラーにズボッと刺さっているボトルを見るとグッとその言葉を飲み込み、「泡ね」と返して彼に任せると、彼はおもむろに冷え冷えのシャンパンを僕の前に差し出し、これいかがでしょうかと勧めてきます。シャンパンクーラーの中に明らかに異色の瓶が1本だけ刺さっていて、それを持ってこられて断る気力は仕事帰りの僕には残されていません。「それ頂戴」と一言だけ発し、頂くことになるのがいつものことです。好みも何となく分かっているようなので確かに美味しいんですね、任せると気付けば一人でボトルが空っぽになっています。

いろいろバカ話をし、時にはこれからソムリエを目指すという綺麗なお姉さんとも話します。彼ら彼女たちがK君に試験のアドバイスを請うと「穴が空くまで本を読み」とのこと。結構チャラく見えるけど、彼も努力したんだなぁと感ずです。

で、いざお支払い。注文の際に値段を聞くことはありませんので、いつもドキドキです。でも、いつもお値段は同じ位でリーズナブル。お財布の中身まで分かっているようで、勤務医にはとてもありがたいです。

水商売は結構出入りが多く、20年近くも同じ会社に働き続けている人は珍しいので、先日帰り際に「なんで独立しないで働いている？」と聞いてみました。

「K君、K君と慕って来てくれるお客様がいることですかね。あっそれと、最近は若い子たちを教育するのも楽しいんですよ」と。

お互いobenであります。いまだ雇われの身、何か腑に落ちた気がしました。

