

会員の ひろば

私の趣味は…

札幌市医師会
荒木病院

荒木 啓伸

「趣味は何ですか?」と聞かれることがあります。学生の頃までは、「旅行と飛行機に乗ることで」とすんなり答えていました。この仕事に就いて、特に病院を管理するようになってからは、どうしてもまとまった時間をとることができず、悲しいことにちょっと答えに詰まってから「語学学習です」とか、「ジョギングです」と答えるようになってしまいました。今まで行った中では、卒業の時に行ったドイツがとても印象に残っており、ぜひまた行きたいとは思っていましたが、実現するのはいつのことやらというのが正直な思いでした。

そう思いつつカレンダーを見つけていたある日のこと、「もしかして3連休にドイツに行けるのではないか」と思いついてしまいました。思い立ったが吉日とばかり、昨年の10月9日から11日まで、2泊3日のドイツ旅行を決定しました。

10月9日の朝、成田空港で最新鋭のエアバスA380型機の前に私はいました。まだ夢を見ているのではないが、との気持ちで。フランクフルトまでの11時間40分の空の旅。大好きな飛行機の中で、大好きなワインを飲みながらライン川への思いを募らせます。ちなみに今回は一人旅。妻と子供を誘いましたが、「そんなのもったいない!」とあっさり却下。同日14時

15分にフランクフルト空港に到着し、「ドイツに来たなあ」との思いから自然と顔がほころんでしまいました。鉄道で1時間弱で宿泊地ケルンに到着。あこがれの大聖堂が目に飛び込んできます。言葉では言い表せない想像を絶するスケールに圧倒されました。

10月10日の朝、まだ明けきらぬケルンを出発し、ライン川に沿って普通列車を乗り継いで町を一つ一つ歩いて回りました。コブレンツではドイチェスエック、ポッパルトではリフトから眺めるライン川の大蛇行、サンクトゴアールではあのローレライ。どれもが忘れがたい絶景でした。旅の余韻に浸りつつ、20時45分の飛行機で成田への帰路に。ボーイング777型機で心地よい眠りにつき、今回の旅行は幕を閉じました。楽しかった。また行きます。今度はどこにしようか。

え、私の趣味ですか?
「旅行と飛行機に乗ることです」

フランスの 看護師さん

札幌市医師会
北海道社会保険病院

松久 忠史

私達医師にとって看護師さんは診療を行ううえでの大切なパートナーですが、その仕事の内容やかわり方は国によって違いがあるようです。約8年前のフランスのがんセンター一般外科部門という限られた環境に基づく内容ですが、1年間の臨床研修で感じたことを記したいと思います。

日本と同様に女性の割合が多いのですが、男性が就く職業の一つとして、ごく自然な印象です。ユニフォームは上下セパレートタイプのパンタロンスタイルで、スカート姿を見かけることが少ない街中の光景にも共通します。院内が多少寒くてもカーディガンをはおるということもせず、看護をす

るうえでの必要性によるものと考えますが、気温に対する人種間の耐容度の違いがあるのかもしれませんが。

専門職としての看護師さんには医師や患者さんから大きな信頼が寄せられています。したがって“看護”が仕事であり、患者さんもそのことを十分に理解して接しています。手術の器械出しをするためには追加の教育課程に入る必要があり、麻酔科医の指示により術中の全身状態を観察・管理する看護師も同様です。

女性に対してさりげない心配りのできるというのが紳士であるための条件の一つですので、日本のテレビドラマのように、回診の時に女性の看護師さんが病室のドアを開けるということは原則としてありません。職業や年齢を越えて女性を大切にす気持ちは、男性患者さんの看護師さんに対する振る舞いにも現れていますし、女性全般がエスコートされ上手であるという背景もあるように感じます。手術前後の患者さんを乗せたベッドを移動させるのは、看護師さんではなく専門に雇用された強靱な男性であることにも、お国柄を感じます。

医師と看護師さんとの関係は日本よりもドライな印象です。研修医はファーストネームで呼ばれますが、スタッフの医師はムッシュ+名字となり、敬意をもって、見えないボーダーラインが引かれるようです。研修医の立場であった私は、大きなお母さん看護師から頼キスをされて一日が始まり、午後には詰所の温かいコーヒーで、慣れない環境でのもどかしさが随分癒されたものです。

フランスの病院が看護師さんを含めて細分化された多くの専門職種のチームワークから成り立っていることを考えると、日本の病院が看護師さん達の大きな努力によって支えられていることを実感し、日々、尊敬と感謝の気持ちを持ちながら診療にあたっています。

脱兎のごとく

函館市医師会
函館五稜郭病院

福中 規功

娘の保育園の運動会、父母リレーでついに転倒してしまいました。今は小3となった長女が0歳のころから、次女、三女とお世話になっている保育園で、今回は自分史上10周年記念となるリレーです。一般競技では最も盛り上がる、前半の部のハイライトです。30代の終わりから参加し続け、最初の頃は自分と同じ年代のお父さんも見かけましたが、当然のごとく周囲はどんどん若くなり、自分は爺化していきます。息子といってもおかしくないパパ達に包囲され、爺様だとばれないように白いショートパンツとディズニーシーで購入したナイトメアピフォアクリスマスの黒いキャップのいでたちで順番を待ちます。

皆の走りを観察すると、若いけれど明らかに運動不足と思われるお父さんもちらほら。よしよしと少し安堵したのもつかの間、ナイナイの岡村とキンコンの梶原を足して2で割ったような感じのお父さんが、ばねのある走りをみせ、観衆を沸かせています。やはりああいうタイプは運動神経がいいのかな…などと考えているうちに順番がきました。

弱気の虫でしょうか、心なしか折り返し地点のパイロンが例年になく遠いような気がします。何とかなるさとバトンを受け取って走り出しました。いける！去年より腿が上がっているし、隣のお父さんもどっこいどっこいです。パイロンで減速し、再加速を試みた瞬間…上半身と気持ちは前方に、しかし足は全く回転せず、転倒というより地面に激突です。やっちゃまった！…違う意味で観衆を沸かせつつ、何とか起き上がってバトンを渡します。

見ると、右肘と膝が結構えぐれており、流血の惨事です。水道で土と凝血をよく流してからテントへ行くと、園長先生が手当てをしてくれました。そのまま後半の子供との競技にも参加しましたが、創傷保護剤の下から浸出液混じりの血があふれて垂れて来るので、案の定子供たちが、「血だー、血だー」と言って喜んで集まってきて、にわか人気者(?)になってしまいました。

中学、高校、大学と軟式テニス部に所属していました。昔使っていた軟式ラケットは折れたり割れたりして、あの柔らかい球をひっぱたく快感から遠ざかっておりましたが、中学生になった静岡の甥っ子が軟庭を始め、前回の年末年始、函館へ遊びに来た際に、のりおじちゃん(私です)と軟式テニスがしたいと連絡がありました。自分のためだけだと行動する気になりませんが、たった一人の甥の願いです。早速21年ぶりにラケットを購入しなくては。

大手スポーツ用品店を訪ねると、軟式ラケットコーナーは結構品数豊富です。ニューナンバーワンとかカーボネックスとか、一世を風靡したラケットは全く見当たりません。卵を逆さにしたような独特の面の形状は変わりませんが、硬式ラケットと見間違えるようなかっこよさです。ストロークプレーヤー(いわゆる後衛)向けの、一番高いのを大人買います。ついでに長女の方も買っていきましょう。そのうち始めるかもしれません。ガットを選び、軟式ボール1ダースと空気入れも購入して、準備万端です。張り切って茶の間で素振りをしていると、妻にしかられました。

年末、姉夫婦と甥っ子がやってきました。おばあちゃんがはりきって、硬式テニススクールのコートで2時間ずつ3日間もレンタルしました。早速、乱打(らんだ)をします。軟式ボールはさほど球が弾まない上に変化が激しいので、フットワークで確実に球の元

にスタンスを決め、軽く柔らかいボールにスピードを乗せるために、常にフルスイングしなければなりません。結構ハードです。

フォアハンドでラケットをフルスイングしました。ボールは矢のように…あれあれ?ありえない方向にUFOのように飛んでいきます。打点の感覚が狂っており、面に当たりません。おまけに、少し球を追いかけてだけで心拍数は異常に上昇し、肩で荒い息をします。ものの2-30分でダウンしてしまいました。うーん情けない。

脚力と心肺機能だけは自信があった私ですが、この体たらくです。夫婦で産婦人科の勤務医をしていますが、仕事と家事、子供たちの世話、折々の行事等であっという間に24時間×365日が過ぎて行き、自分のための時間というのが驚くほどありません。2-30分でも時間を割いて自分の身体のメンテナンスをしたいところですが、そのわずかな時間も捻出不可能です。年齢を取ってきたら足腰が大事と分かってはいるものの、走るという行為すら年1回のリレーの時だけでもなれば、廃用性萎縮に陥るのも当然です。

甥とのテニスの3日目、打点の感覚は回復しましたが、足は激痛とともに動かなくなり、ジ・エンドです。次の年末までに、コートを、グラウンドを駆け回れる身体を作らなくてはと毎日思いつつ、また一年経ってしまいました。おばあちゃんが今回も張り切ってコートを借りてしまったので、あと3週間のうちに動ける身体にならなくてはなりません(無理ですね)。まあここは何とか乗り切って、年男の今年こそ生活を再仕付けし、必ずや昔の体力を取り戻して、6月の、保育園での最後となるリレーで、脱兎のごとく駆け出す姿を子供たちに見せられるよう努力したいと思います。

家族で 氷上ワカサギ釣り

旭川市医師会
カムイの森皮フ科クリニック

和田 隆

友人に誘われて家族で氷上ワカサギ釣りに行くことになりました。かねてから氷に穴をあけるワカサギ釣りをしてみたいと思っておりましたので、早速、竿、仕掛け、テント、アイスドリル、餌（ゴボウ虫と紅サシ）などを準備しました。ゴボウ虫は、前日に妻と二人でゴボウの種をむいて、中にある白い虫を取り出しておきました。この作業が結構面白く、虫嫌いの妻が夢中になってやっておりました。

当日、現地に到着すると氷上には既にたくさんのテントが並んでいました。高鳴る胸の鼓動を抑えながら、ワカサギ釣り用テントを素早く設置し、アイスドリルで氷に穴を開けました。氷の穴は思っていたより簡単に開きましたが、家族3人分の穴をあけるとなると結構骨が折れました。

穴が開くと早速、子供が氷穴に釣り糸を投入、底から表層へ棚を探って釣ることを教えているうちに、すぐに一匹釣り上げました。子供は釣った魚を手にとって満面の笑み。リールを使うのが初めてでしたので、前日に家の2階から竿とリールを使って糸を出したり、巻き上げたりする練習をしていたため、上手に操作していました。妻と子供はテントの中、僕は吹きさらしの中でぶるぶると震えながら釣っていました。途中からさすがに寒さに耐え切れなくなって炭火をおこしました。やはり暖があると暖かいです。

続いて妻も釣り上げて笑顔で子供に釣った魚を見せていました。僕はまだ一匹も釣り上げていないので、なんとか一匹釣り上げようと、冬の自然を肌を感じながら氷に開いた穴をじっとにらんで氷穴

に糸を垂れていると、ピクピクという当りとともに待望の一匹をゲットしました。一匹釣れると不思議と立て続けに釣れ始めました。小さい竿と小さい魚、大物釣りの醍醐味とはまた違った楽しさがあります。妻と子供もどんどん釣り上げていました。

昼はみんなでバーベキューを楽しみ、食後にもうひと頑張り釣っていました。釣果はみんな合わせて200尾ぐらいでした。子供が一番たくさん釣ったようでした。家に帰ってからワカサギを天ぷらにして食べました。チカより小型で骨があまり気にならず、美味でした。家族全員で楽しい釣りができました。冬のレジャーはスキーと決まっていたのですが、今後は氷上ワカサギ釣りも冬の楽しみの一つになりそうです。

老いの呟き

上川郡中央医師会
館花医院

水野 清司

人は皆老いてゆく、どんなに金持ちでもどのような有名人でもやがては老いて朽ち果ててゆきます。何を今更そんなこと、当たり前で分かり切ったことじゃないかと、そう思われる方もたくさんいると思います。この当たり前のことを自分自身のこととして考え、鏡に写る自分の顔、気力と体力も低下してきて背中に高齢化の雰囲気を感じる昨今です。

しかし自分の信念を忘れることなく、しっかりとした気持ちを持って日常生活でも高齢者同士との触れ合う機会をつくり、周りの人達との信頼や協力を得られるよう努力もして、老いの時を過ごしてゆきたいと思っています。

苦しい、悲しい体験、それに耐えた人達だから豊かな老いを過ごしていただきたいと思います。

老いは終生のテーマであり、悟

りの美学として見つめる必要もあります。人生、晴れた日ばかりでなく、曇りの日もあり、風の日もあり、自分の老後を意識して生活することも大切です。

人生の経験を重ねてきた人間として、自立できる間は自由な老いをしっかり見つめて生きてゆきたいと思っています。

全国で頻発した、消えた高齢者の所在不明問題や単身高齢者や高齢者のみの世帯数の増加が予想される一方で、地域のコミュニティ形式の希薄も指摘されており、長寿社会は今や大きな社会問題となり、バラ色の第2の人生のはずが待っていたのは、夫婦関係や親子関係の危機で、長寿社会を根底から揺さぶり親も兄弟も子供も孫も「どこにいるのか分からない」なんてひどい話です。

世知辛い世の中に身を置き老いてゆく人々が、家族のきずなを断絶と地域社会での孤立と、ひそかに蓄積された社会の沈みと、その現実と戦っている人達の老後を高齢化社会問題という言葉で埋められてしまうことなく適切な対応が望まれます。

現代の社会をどのように過ごせば良いのかを考え、自分の手で少しずつ老後の準備を始めることも大切だと思います。去年と今年では体調の違いを感じさせられ、つくづく身体というもの自然のめぐりの中で活動しているものだと思知らされます。

日常生活全般において意欲や自発性も低下してきているので体のメンテナンスもしっかりとやり、心と体を休ませ心身のケアに心がけ、自分を大切にしてゆきたいと思っています。

人生の生老病死の終焉が誰にでもプログラムされていることは当然なことですが、北海道の澄んだ空気の中で健康で毎日が送られれば極めて幸いなことです。自分の生活が無味乾燥にならないように何が楽しいことなのかを探して暮らして行かねばならない今、人生における老いの時の喜びを考え、

自分一人で人生を楽しめる場を作ることにも必要です。

これからの人生の最後をたっぶり味わって行くためには、その時々を大切にしてお元気をもらい、自分にあった老いをしっかり見つめ味わって生活していきたい思っております。

中欧3カ国の旅： Ⅲ. ハンガリー・ブダペスト

札幌市医師会

門脇 純一

ブダペストは、ハンガリー共和国の首都であり、人口約170万(2008年)。世界遺産の登録物件は5と記されている。

言語はハンガリー語(マジダル語)。マジダル人は、ウラル山脈から移動した騎馬族とされ、氏名は苗字、名前と日本語と同じ書き順となっており、名詞の後に接尾語を配するなど、類似性も指摘されている。マジダル人の総人口は世界に約1,450万人、そのうちハンガリー居住は、950万人(2001年)だそうである。

日本語に似ているものとして、塩;シヨウ、塩が足りない;シヨウタラン、よい;ヨウ、よい女;ヨウグウなどがガイドさんから紹介された。

王宮の丘はドナウ川に並行して1.5kmの長さにわたり延びている。1700年初頭に、伝染病ペストの感染から守る祈願を神に捧げるため、丘の中心に三位一体像が立てられた(実際に建設されたのは1913年)。

この一体像の前に壮麗なマーチャーシュ教会がある。1500年代、トルコに占領されたころは、モスクの改装、19世紀半ばに大修復され、部分的にゴシック様式で装飾された。

ロマネスク様式の漁夫の砦は、19世紀から20世紀にかけて建造された。砦の名は砦の下にかつての魚市場、漁師村があったことに由来する。

王宮は初めゴシック様式であっ

たが、トルコの占領、独立戦争、第二次世界大戦などによる破壊で建築様式も変わり、王宮内の部屋は、現代風に美術館、博物館用に改装されている。

ブダペストの町名には、その由来に興味を持つヒトがいる。特に日本人は。

王宮が丘の上に建てられ、そこがブダと呼ばれるようになった。そして、それまでのブダはオーブダと呼ばれるようになった。

ブダの名前は、フン人の王アッテイラの弟の名前といわれている。

モンゴルの襲来で、ハンガリー全土が破壊された。1242年にモンゴル人が撤退したころ、ハンガリー人の人口が極端に減少した。そしてドイツ人の入植が推奨された時期があり、ドナウ川左岸にドイツ人の集落ができた。この集落がドイツ語でオーフェンと呼ばれた。英語の“オープン”を意味し、スラブ語でペストという。

ブダとペストの間を結んだ常設橋は鎖橋、開通は1848年、橋の長さは380m、幅は16m。昼だけでなく、夜も美しい。この町唯一のトンネルは、鎖橋のブダ側にある。建造期間は6ヵ月。マルギット島はドナウ川に浮かぶ中州。島はブダペストの中心にあって、みどり豊富な公園である。かつては、王宮専用の狩猟場であった。

英雄広場には、建国一千年記念碑がある。世紀末にマジダル人が記念して建てた。この近くに市民公園がある。広さは、ほぼ1平方キロメートル、なかには動物園、温泉浴場、城、遊園地がある。



英雄広場(ブダペスト)

温泉といえば、近辺を含め20数ヵ所もあるらしい。開発したのはローマ人とされているが、温度は24~75℃。温浴しながら、チェスをしている写真がよくみられる。温泉の利用は、ローマ人の戦争で負傷した兵士の治療に始まったという。温泉の湯は二酸化炭素の含有濃度が高く、これが血管を拡張させ、治癒を促進させることが放映されていた(世界不思議発見!、2009年9月5日放映分)。

温水は出るが、地震はほとんどないのが、この地方だという。昔は活火山があった、とガイドの話があった。

居住のほうであるが、家の値は、安いところで50平方メートル、2部屋で700万円相当、ブダ山側の高級住宅は2億円というから格差は大きい。生活の中では、まずは車が先に位置付けされるくらいに、要求ランクは上。トイレにも車でいくとは、ちょっと誇張した表現で驚いた。好みの車はトヨタと聞いた。

食物は野菜が多くとれることもあり、パプリカが頻りに調理されている。使用されるパプリカは甘口、辛口と種類が多い。肉入り、豆入りのスープが多い。ビタミンCの発見はハンガリーからという。

この地の北東部トカイ地方は、貴腐ワインで有名である。霧が発生しやすいことで高湿度となり、この種のブドウ産生に適しているという。高湿度はブドウに付着発生するカビと関係している。

ハンガリーの生んだ偉大な作曲家はフランツ・リスト。音楽アカデミーの設立は、1875年、リストによる。ハンガリーには、約40の劇場があり、その半分以上がブダペストに集中している。

ブダペストの市内の自転車道は、自動車道の外側に設置されており、かなり早いスピードで走ってくる。この早業に慣れてない日本人は要注意である。

毎日のように開催される文化イベントは、彼らの求めるアイデンティティの姿勢をここにも見るように感じる。