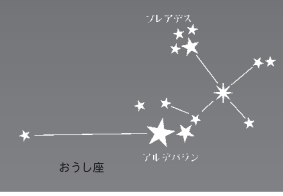
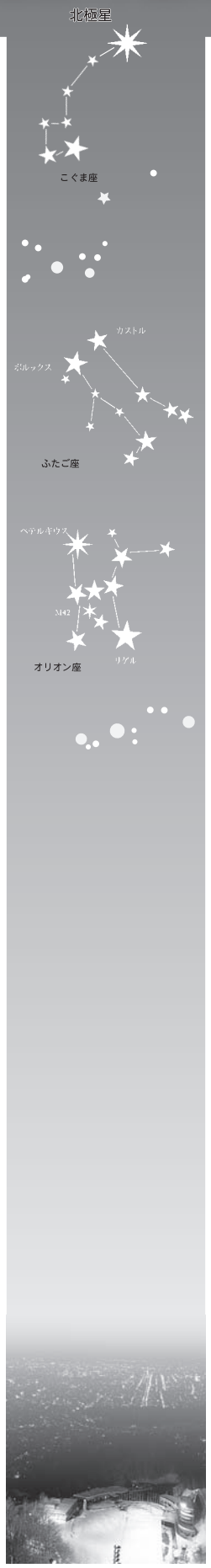


ー医師会長エッセイー

ポラリスを仰ぐ北の大地から



上湧別リバーサイドゴルフ場

遠軽医師会　会長　田中　　実

上湧別リバーサイドゴルフ場（18ホール、パー72）は、湧別川沿いに広がるパブリック制コースとして昭和62年にオープンした北海道ゴルフ連盟公認コースです。河川敷コースなので比較的平らで歩きやすく、フェアウェイも広めでティが４ヵ所用意されており、女性や高齢者にも優しいコースとなっています。ただし、レギュラーティでも6,576ヤードの距離があり、ウォーターハザードはもちろん樹木でセパレートされたホールや小さめの固いグリーン、さらにフェアウェイにも微妙なアンジュレーションがあるため方向や距離を誤認しやすく、加えて特有の強風が吹くことも多く、上級者でも攻略はそう簡単ではありません。

水はけの良さも河川敷コースの特徴で、湧別川の増水や雷がなければ雨でクローズすることはまずありません。逆に雨が少ない７月頃はフェアウェイがとても固くなり、散水も追いつかずラフはもちろんフェアウェイの芝も枯れてしまうため、グリーンよりフェアウェイの方が速いなんて冗談がでるほどボールがよく転がり、ホールによっては50ヤード以上転がることもあるので自分の飛距離を勘違いしてしまいます。

このコースの魅力は遠軽中心部から車で15分弱と近いこと、仲間が集まればいつでもプレーできること、そしてセルフプレーなら休日でも５千円程と料金が安いことです。練習場も完備され、週末には「運動不足とストレスの解消」と称して夫婦でボールを追っていますが、点数が出るスポーツなので､スコアカードに大きな数字が並び、しかも妻に負けたとなるとストレス解消どころか蓄積となることもあります（まだ修行不足？）。例年４月下旬から11月中旬までラウンドが可能で、近所でいつでもラウンド（運動）できる場所としてこれからも大切に利用させていただこうと思っています。

看取りについて思うこと

美幌医師会　会長　工藤　康生

近頃在宅での看取りについて話題に上ることが多くなっています。昨年末期がんの義母を約二月間在宅で介護した経験を書かせていただきます。

母に子宮体癌が見つかったのは５年前のことです。手術は無事に終わりしばらくよい状態が続いていました。術後３年目に腰椎の骨転移と大動脈周囲リンパ節への再発が見つかり放射線治療等を行いましたが、まだ自覚症状もなく通常の生活を送っていました。亡くなる８ヵ月前から下肢の疼痛と左頸部リンパ節の腫大が始まりその２ヵ月後から痛みが増強し数メートルしか歩行できなくなりました。

しかし母が入院を拒否したためここから我々の在宅介護生活が始まりました。妻は麻酔科出身でしたので疼痛のコントロールを在宅で可能な限り行い、食事摂取量が減少すれば点滴等で対応しました。しかし介護するにあたってもっとも大変なのは移動の介助と見守りなのだということが初めて分かりました。

私たち夫婦は昼間は医院で診療しているため１日中一緒にいることはできませんでした。１週間は妻が診療を休み付き添っていましたが介護離職というのはこんな風にしておきるのかということが初めて理解できました。訪問看護ステーションのサービスは利用していましたがその後は個人的に介護士の方を雇い昼間の介護をお願いしなんとか妻の離職は回避できました。それでも夜間は我々が何度も介助のために起きなければならず睡眠不足の日々が続きました。最終的には母も入院に同意してくれ緩和ケア病棟で静かに亡くなりました。

昨年から病床機能の細分化の議論が行われています。しかしその本質は慢性期病床を減らし在宅、介護施設へ対象者を移行させるのかと思います。これからの終末期医療はどうあるべきかは分かりません。贅沢かもしれませんが有床施設での看取りを家族が自由に選択できれば良いかなと考えさせられました。