

会員のば

休みの日には鷗外巡礼

札幌市医師会
札幌宮の沢病院

笹岡 彰一

山の日振替休日の翌日がお盆休みになりました。平日に休めます。数年前、都営地下鉄大江戸線若松河田駅から徒歩5分の国立国際医療研究センター病院には土曜外来休館のため引き返したことがあります。今回は大丈夫。広い受付空間を過ぎてエスカレーターホール右手奥は喫茶店です。この横に資料展示室のドアが開いていました。入ってすぐに古い机があります。森鷗外が使っていたそうです¹⁾。

国立国際医療研究センター病院の前身は陸軍病院で軍医学校が併設されていました。明治14年、鷗外はこの病院に勤務したのちに4年間ドイツ留学をしました。その後、明治末期に陸軍軍医学校長を勤めていた時に使用していた机です。大きな机です。両袖の引き出しと、机上の棚に重厚な風格を感じます。資料室には病院の沿革などが記され、人間ドック発祥の病院であることも知りました。

その翌月は夏休み。バスはテゲル空港からベルリン中央駅を経由して、旧東独のロベルト・コッホ広場へ行きます。東西ドイツ再統一によりフンボルト大学医学部付属病院を含めて統合再編した欧州最大の大学病院シャリテCharitéに近く、ここの医学史博物館ではウィルヒョウの病理標本が圧巻です。ロベルト・コッホ広場から南、鉄道高架の手前の建物2階に森鷗外記念館があります。このビルの壁に大きく書かれた【鷗外】の文字は、鉄道に乗るとよく見えます。記念館は鷗外がフンボルト大学（当時はフリードリヒ・ヴィルヘルム大学、通称ベルリン大学）留学中に下宿していた場所であり、鷗外の部屋が再現されています。ここはフンボルト大学日本学科の所属機関であり、鷗外に関係する多彩で膨大な蔵書を閲覧することもできます。記念館からさらに南へ10分ほど歩けば、ブランデンブルク門です。

帰国結婚後の住宅が上野公園の西に隣接する水月ホテル鷗外荘に保存されています。「舞姫」の時代です。北千住にあった実家の橋井堂森医院は残っていませんが、近くに小説「渋江抽斎」に登場する名

倉医院が現存し、江戸時代からの門が残されています。さらに鷗外は2回来道しました²⁾。日記「北遊記」によれば、大正3年の来道で偕行社に2泊し、衛戍病院（国立病院機構旭川医療センター）などを視察しました。偕行社は旭川市彫刻美術館として公開されています。道内の文学館には鷗外関連の常設展示はなさそうですし、鷗外記念室なんて併設されればなんて妄想しました。

1) 國土典宏. 森鷗外とNCGM国立国際医療センター. 医事新報 No. 4941, 86-87, 2019.

2) 松木明知. 森鷗外と「北遊日乗」「北遊記」. 日本医学雑誌 55: 104-107, 2009.



軍医学校長時代の鷗外の机
(国立国際医療研究センター病院資料室。2019年8月)



鷗外留学中の下宿再現
(ベルリン森鷗外記念館。2019年9月)
壁にデスマスクが飾られ、後ろにはベッドや洗面がある

白川郷の宿

北広島医師会
順天病院

相原 稔彦

令和元年の9月下旬、長年の希望であった飛騨の白川郷、高山に妻と二人で3泊4日の旅をしました。今日は印象深かった1泊目の宿、白川郷の「城山館」を紹介させていただきます。この宿は一晩に4組しか客を取らない和風旅館で、ご家族だけで経営されています。建物は明治末に建てられ、国の重要伝統的建造物に選定されています。

最初に書きますが、この宿は設備の豪華さや便利さを求める人には適していません。その点の詳細については城山館のHPをご覧ください。しかし、宿の本当の魅力は豪華な建物や設備にあるのではないことを教えてくれるのがこの宿です。私たちにとっては、ご家族の心のこもった接客、趣向を凝らした料理、そして客室が印象に残るものでした。

私たちが泊まった部屋は「せせらぎ」という2階の8畳間。バス・トイレはありません（風呂がどこにあるかは城山館のHPを）。この部屋は他の部屋から離れた角部屋のため2方向に開いた窓からは宿の裏を流れる庄川を眺めることができ、水音が一晩中聞こえる隠れ家的な雰囲気のある部屋でした。

宿に着いた時、お茶のほかに宿の地下で湧いている水も出されましたが、これがとても柔らかい舌触りで、一口目に「おいしい」と言ってしまいました。水をおいしいと思ったのは久しぶりでした。

料理はこの宿の第一の魅力です。夕食には飛騨地方の山の幸、川の幸がふんだんに出て、料理人の心が感じられるおいしいものばかりでした。中でも前菜に出た味噌味の熊肉、五平餅、イワナの塩焼き、宿の主人による手打ち蕎麦、そして、飛騨牛のステーキが印象に残っています。特に飛騨牛は絶品でした。3泊目の宿でも飛騨牛ステーキが出ましたが、城山館の足もとには及びませんでした。翌日の朝食には皆さんもご存知かと思いますが、朴葉味噌が出ました。味噌は宿の自家製で、この宿の名物。土産に買ってきました。

ご家族の皆さんの素晴らしい接客も含め、もっと書きたいのですが、紙面も尽きそうなので、今回はこの辺で失礼致します。

この宿の良さが少しは伝わったでしょうか。白川郷に行かれる際には、ぜひこの宿に泊まれることをお勧めします。私たちは雪に包まれた冬の白川郷を再び訪れてこの宿に泊まりたいと思っています。

ちなみに、白川郷は「ひぐらしのなく頃に」という作品の聖地巡礼の場でもあります。

根室の楽しみ方

札幌市医師会
道立病院局

田中 宏之

それまで10年ちょっと勤めた道庁を離れ、平成26年度と27年度の2年間、根室振興局で勤務した。ここでは、そのときに知ることとなった「根室のちょっとディープな楽しみ方」を少しだけ紹介してみたい。

根室は、オオワシ、タンチョウ、シマフクロウの三大野鳥を同一地で見るができる、世界的に珍しい地域とされている。私自身、車で移動中にオオワシが両翼を広げる雄姿に何度も遭遇したり、道路標識の上に堂々と佇む巨大なシマフクロウ翁を拝んだこともあった。また、こうした地上からの野鳥観察以上に、根室半島の付け根に位置する落石漁港から船に乗って、海上からガイド付きで2時間半ほど野鳥を見る「落石ネイチャークルーズ」は、とても感動的な体験だった。私がこの船に乗ったのは7月で、ケイマフリやウトウなどの珍鳥を見ることができたほか、顔が白くくちばしが真っ赤なエトピリカの一団が、順々に海面を助走して飛び立っていくシーンにも巡りあえた。あたかも海からのテイクオフの姿を愛嬌を振りまきながらお披露目してくれているようだった。この体験のおかげで、その後、「野鳥」という生き物に興味を持つようになった。このクルーズはお勧め。

根室と言えばやっぱりサンマ。根室に住むと、当然サンマを食べる機会が増える。脂の乗ったサンマはトロサンマと呼ばれるが、これの塩焼きのほか、サンマで酢飯をくるんだサンマロール寿司、サンマのつみれ汁など、いろいろなアレンジ料理を体験した。でも、いきのいいサンマは刺身で食べるのが一番。わさび醤油ではなく、一味唐辛子を大量にかけた（昆布）醤油で食べるのが、地元の皆さんの食べ方だった。そして、お供には地元の銘酒、北の勝が欠かせない。サンマ刺しを肴に、北の勝をちびちびやる。これぞ根室。ちなみに北の勝には、レアな搾りたて、超レアな大吟醸のほか、旧一級酒の鳳凰などもあるが、地元の皆さんは旧二級酒の大海をこよなく愛している。根室のスーパーでは、これを1.8リットルパックで売っている。冷蔵庫で冷やせて何とも便利。ネットでも購入できる。さらに10月には純米酒も売り出される。雑味がなくて味わい深く、私的にはこれが一番のお勧め。酒屋さんに聞くと、1週間くらいはネットでも購入できるとのことなので、辛党の方には機を逃さず味わっていただきたい。

私の「お宝」

旭川市医師会
平澤循環器・内科クリニック

平澤 邦彦

「えー！たったの5,000円ですか？」

「はい、残念ながら、これは贋作です。江戸時代末期に書かれた本物でしたら200万円は下らない価値もありますが、今回お持ち込みいただいた作品は筆の運びも粗く、正真正銘の模造品です。骨董品をたくさん収集されたお父様の形見の品ですから、貴方の「お宝」として自宅の床の間に大切に飾ってください」

ニタニタ笑いながら『開運なんでも鑑定団』のテレビ番組を見ていたが、ふと私の「お宝」は何だろうと考えてみた。例えば100年以上経った古いモノとか…？

すぐに思い出したのは、祖父の形見の卒業証書だった。明治新政府重鎮で政界を下野後に早稲田大学総長となった大隈重信伯爵から私の祖父へ直接授与された大学卒業証書だ。授与された日付は1914年2月11日と106年前だが、金銭的価値は全く無く、「お宝」とはいえない。残念！

もっと「お宝」にふさわしいモノを探そうと、滅多に覗いたことのない引き出しの奥を物色してみた。すると小学生だった私のために、父親が知人の郵便局員に頼んで56年前に作った『1年分の新発行記念切手を1枚ずつ並べた切手帳』が現れた。切手帳の中には1964年の東京オリンピックの記念切手がずらりと並んでいるが、多くの収集家が持っている代物なので、そう価値が高いものではない。残念！

この切手帳の隣にもう一冊の風変わりな切手帳があった。中を開けてみると、びっしりと外国の使用済切手が並んでいる。すっかり忘れていたが、この切手帳は私が1983年にオーストラリアのシドニー大学へ留学していた時の記念品であった。訛りの強いオーストラリア英語に悩まされながら、やっと英語で2編の医学原著論文を書き上げて1年間の留学を終えて日本へ帰ることとなり、医局の同僚が送別会を開いてくれた時のことだった。Hunter valley wineryのRiesling種vintage wineを飲み過ぎて送別会も終わりに近づいた頃、古株の秘書のナンシーが話しかけてきた。

「クニ(私の愛称である)、あんたは1年間よく頑張ったね。この国で見て・聞いて・味わったものと、総ての経験をあんたのお土産として日本へ持ち帰っておくれ。そして、よかったら私からのプレゼントも一緒に持ち帰っておくれ。これは私が20年かけて集めた使用済切手の詰まった切手帳さ。一人娘が結

婚して、今朝この街を出て行くことになったので、私の大切な切手帳を娘にあげようとしたら、こんな古いものはいらなくて、断られちゃった。クニ、お前さんにこの切手帳を日本まで持ち帰って大切にしてほしいんだよ」

酒に酔って頭の回らない私は二つ返事でその切手帳をもらい、帰国荷物の中に放り込んで持ち帰った。そして37年経ち、ゆっくりこの切手帳を見る日が訪れた。切手帳の1頁目の最上段左端に挟めてあったのは、消印が1901年11月18日の1 penny切手で、発行した国はNSW。なんと発行元はオーストラリアではないのだ。

そこで私はネットでオーストラリアの沿革を検索した。『1770年、スコットランド人のJames Cookが初めてシドニーに上陸したとき、彼はそこをNew South Wales(NSW)と命名した。1855年にはNSW植民地政府が樹立され、1901年1月1日オーストラリア連邦が成立して、NSWは連邦の州の一つとなった。云々』

つまり、この1 penny切手はオーストラリア連邦成立前に印刷されたもので、まだ連邦制度が十分浸透されていない時期に移行期の切手としてNSWの名前のまま118年前に使用されたいい。

「この切手は年代物だし、植民地政府発行の高価なものに違いない」と心の中で私の直感はいちいち叫んでいた。私はさらにネットオークションのサイトに入ってみた。NSW発行で、私の所有するものと全く同じ図柄・同じ色合の1 penny切手を探した。すると、あったあった、見つかった。私の所有する切手と全く同じデザインの使用済1 penny切手は、他種のNSW発行で使用済の切手46枚と一緒にセットになって1,069円の安価でネット販売されていたのだ。私の直感は大ハズレで、この1 penny切手は「お宝」にはなれなかった。残念！

ネットで調べた結果に多少落胆はしたものの、私は気を取り直して「お宝」が何かをじっくり考えてみた。そして当然ともいえる結論に達した。

私と私の家族にとって「お宝」とは、これまで大病に罹らず44年間医者の仕事に勤めてきた『私の健康な身体』であるという至極当たり前の結論だ。私の「お宝」をもうしばらく磨き上げ、大切に使用して、いずれは自他共に認める我が家の人間国宝へ格上げさせようと思う。

両家代表謝辞 (2018年10月吉日)

釧路市医師会
市立釧路総合病院

森田 研

医師としての初期教育を受けた釧路で長男を授かり、その後二女を連れて、どこに転勤・留学する時も5人家族で引っ越しをして来ました。2016年に大学をようやく卒業して、釧路に4度目の赴任をするにあたり、5人で住み慣れたマンションを引き払い、子供たちはいつの間にか大きくなり社会へ巣立って行きました。

息子は東京のカタカナ2文字の名前のIT企業に就職し、ほどなく薬剤師の女性と巡り会いました。2018年の正月には釧路に連れてきて結婚すると言うので、2月に実家の富山へご挨拶に行きました。内地の伝統的な婚礼の準備を愚考しておりましたが、ご両親は「若い二人のために古臭いしきたりは省略しましょう」と言ってくれました。二人は顔を見合わせ、「では、ここで婚約指輪の交換をするから結納はそれで完了ね」と互いの両親に婚約許可を取り、何だか拍子抜けしたように一息ついて釧路に帰りました。

10月の日曜日に東京へ出張の折に二人と打ち合わせをしました。婚約者からは、私たち夫婦の結婚式の様子を細かく聞かれました。「時代が違うから二人のやりたいように考えたら良いよ」「当時はプロポーズや新婚旅行もしておらず、披露宴の二次会・三次会で仲間たちと遅くまで飲み明かし、妻から後々言われ続けたので、それだけは要注意」と伝えました。あとは私の両親の健康状態を式に合わせて整えることと、自分の披露宴の謝辞挨拶が最大の懸案事項でした。

数ヵ月前から両家代表謝辞の練習を妻に聞かせ、何度もダメ出しをされながら修正を重ね、前の週には何とか合格点を貰いました。初孫の結婚式にはしゃぐ両親を連れて銀座に前泊しました。当日、初めて着るモーニングで、キリスト教挙式の間も原稿を反芻し、披露宴でゲストにご挨拶をしながら、謝辞の内容に問題はないか、等々と考えました。

式場スタッフが謝辞の前にトイレは大丈夫かと言うので行きました。すると「挨拶の直前に新婦のアイデアでサプライズを組み込みます。プロポーズをしていなかったお父さんからお母さんへ、皆の前でプロポーズをしてください」ということでした。こぢんまりした花束も用意周到に準備されておりました。スポットライトを浴びながら、妻に何を言ったかよく覚えていませんが、極まっていた緊張の糸が、この上なく恥ずかしいプロポーズで完全に切れ、最初で最後の両家代表謝辞を、全く平常心で務めることができました。

「今更、よりによって息子の結婚式で…」と文句を言いながら花束を受けとった妻の怪訝な顔が、最も記憶に残る披露宴でした。

ここ20年を振り返って…

帯広市医師会
こしや糖尿病・内科クリニック

越谷 剛

今からさかのぼること20数年前、小生が北海道大学に通学していた頃の話になります。あるアマチュア将棋棋戦の札幌地区予選でした。札幌代表を懸けた将棋で、ある小学生と対局しました。途中までは小生が勝ちそうな状況でしたが(何をやってもいいくらいの状況だったと記憶しております)、その少年はそこから“妖力”を出し逆転負けを喫しました。負けた小生はあまりにアツくなってしまい、対局後の検討もせずその場を去ってしまいましたが、相手にあまりに失礼であったと今でも思う次第です。将棋盤を挟めば、相手とは基本的に対等であり、そこには性差も年齢差もないわけですから…。

小生が医師になってからまもなく18年が経とうとしております。当然のことではありますが、年々自分より年下の患者さんのお相手をするが増えてきました。この18年を振り返ると、職業上大事なことは年下の患者さんから学ぶことが多かったような気がしております。

若い方の糖尿病といえば、1型糖尿病の方、重症の糖尿病合併症を有している2型糖尿病の方、妊娠中の糖尿病患者さんなどのケースがあります。糖尿病患者さんの診療は、患者さんが治療中断や、他院に転医するということがなければ定期的にしなければなりません。特に状態の思わしくない若年患者さんを定期的に診療することは時折しんどさを感じることもありますが、そういった患者さんたちのおかげで現在の自分があるわけで、これからも日々頑張らないといけないと思う次第です。

当院は帯広市に2017年5月に開院しました。前職の帯広厚生病院在職時に比べると、若年の糖尿病患者さんをお相手することが多くなりましたが、これまでの経験を踏まえ、変わらず診療していきたいと考えております。

さて、先述した冒頭の少年、将棋をされる方はご存じの方が多いと思いますが、2018年に羽生竜王(当時)のタイトル獲得100期の記録を阻止しタイトルを奪取した広瀬章人竜王(この原稿を書いている時点では)です。20数年経った今となっては、「おそらく彼は途中まで緩めてくれて、“妖力”でも何でもなく順当に“実力”を発揮したもの」と、勝手に自分を納得させております(笑)。ただ自分が弱かっただけと言われれば、反論のしようもありませんが…。

当時小学生だった彼が、将棋界の頂点の竜王位に就いたのは嬉しい反面、自分もそれだけ年をとったのだな…と感じる今日この頃です。

クラーク先生さようなら

札幌市医師会
コロンビア内科

小谷 晃司

「少年よ、大志を抱け」という台詞が長く北海道大学のスローガンとなっている。“BOYS BE AMBITIOUS.” 私はこれを「きみたち、もっとギラついてみせろよ」と訳す。当時、全国から選りすぐられた学生は資質に富み、ただでさえ勤勉な国民性に加えてそれぞれの故郷を背負っている彼らはモチベーションも高かった。教育する側としては申し分ないはずの素材と対峙して、なおクラーク博士がBE AMBITIOUSと説いた真意を計りたい。

札幌の姉妹都市であるオレゴン州ポートランドでは昨今KEEP PORTLAND WEIRDというスローガンが頻用される。こちらの私訳は「ポートランドよ、傾（かぶ）いておれ」。登場してから20年と経っていないはずだが、挑戦好きで変革を厭わない気質のポートランドっ子に膾炙して今や街の方々でこの言葉を見かける。そしてこちらはあくまでもKEEPだ。もしクラーク博士が農学校の生徒にAMBITIONを感じ、「いつまでもその気概を忘れるな」と声を掛けたかったのなら“KEEP YOU AMBITIOUS”とでも言っただろうか。しかし実際はBEだ。すでにAMBITIOUSである者に今さらAMBITIOUSになれと声を掛ける者はいない。

国のリーダーの養成が官立大学の使命ではあるが、そのリーダーシップはあくまでもお上の意向に沿い、その枠組みの中で発揮されるべきものであって、決して無制限な自律性は求められない。養成されるべきは革命家ではなく優秀な現場監督なのだ。生徒たちは与えられた課題をキッチリこなし、貪欲に知識を吸収していったことだろう。帰国後、文字通り山師として一攫千金を狙い、結果、夢破れて大きな訴訟を抱えたという一面を持つクラーク博士であればその素直さに感動すると同時に、その極端なまでの従順さには少なからず物足りなさを覚えたはずだ。BOYS BE AMBITIOUSというのは学生がAMBITIOUSでないことを憂いたクラーク博士からの叱咤、今風に言えば「空気を読み過ぎる優等生」を「煽る」言葉であったと考えてよいだろう。

クラーク博士がこの言葉を遺してから140年余、北海道大学は名称以外に変わるところがあっただろうか。私の卒業後、学内での飲酒は原則的に禁止となった。学祭は時間を削られ、ジンギスカンも許可制になった。令和元年10月には脅迫メールひとつで金葉の銀杏並木を愛でる会が中止となった。すべては「無用の」トラブルを避けるためと説明され、学

生も諾々とこれを受け入れた。暴飲を肯定はしない。急性アルコール中毒で命を落とした医進学生のことでは今なお胸が詰まる。しかし、真に学舎であるならば、世間に酒がある限り酒について考えることを放棄してはならない。闇雲に酒を禁じて幕を引くというのは最低のやり方だ。銀杏並木の一件も強行しろとは無責任過ぎてとても言えない。しかし、学生が議論して中止の結論に達するのと大学当局の一声で中止となるのとでは全く意味が異なるはずだ。後者はおよそ教育を授けるものすべきことではない。いずれのエピソードからも、自分の責任の及ぶ範囲で問題が生じなければそれでいいというメッセージしか受け取ることができない。

令和元年9月、北海道大学法学部の教授が中国で拉致された。それから1ヵ月余りが経過した時点で北海道大学のホームページに見つけることができたのは「先週末に本学教授が中国当局に拘束された」との報道がありました。関係者の皆様には大変ご心配をお掛けしておりますが、現在、事実関係等を確認中です」という短文のみで、さらにしばらくして教授が無事解放されるまでの間、結局、遺憾も非難も抗議の声明も公式には何ひとつ発せられることはなかった。身内を守らない？ 声すら上げない？ 文部科学省や外務省などから緘口令でも出ているのかとも考えるがこれまでのやり口が頭に浮かび、どうせそこにあるのはただの付度、自主規制なのだろうという邪推が止められない。

クラーク先生、従順な猟犬より孤高の獅子たれとあなたに教えられた私たちは今、立派な座敷犬になりました。自分のアタマで考え、主体的に動くことはできません。だけど客人には吠えず、トイレの場所も間違えない。主（あるじ）に頭をなでてもらい、相分の餌を与えてもらうことだけで十分満足して日々を過ごしています。飼いやすい。あまりにも飼いやすい。クラーク先生さようなら。

核廃絶と脱原発をめざして ～北海道反核医師・歯科医師の会結成30周年に寄せて～

札幌市医師会
勤医協札幌西区病院

塩川 哲男

皆様は「核戦争に反対する北海道医師・歯科医師の会」（略称：北海道反核医師・歯科医師の会）をご存じですか？

第2次大戦後の米ソ冷戦で6万発に増大した核弾頭による戦争の脅威を前に、1980年に両国の著名な心臓専門医が呼びかけて、核戦争防止国際医師会議（IPPNW、International Physicians for the Prevention of Nuclear War）が発足、1981年から核戦争防止にむけて世界大会と地域会議が開かれ、日本では1982年に広島県医師会に同日本支部ができました。1985年にはノーベル平和賞を受賞しています。

わが国ではこの支部と別に、各地で反核医師の会を作ろうとの声が大きくなり、29の都道府県に設立されています。北海道では1989年6月4日、札幌市内で結成総会を開催、23名が参加し、会長に福地保馬北大教授（現名誉教授、労働衛生）を選出しました。それ以来30年、年1回の総会と記念講演会の開催、年2回の会報の発行、IPPNWの世界大会や地域会議への代表派遣、全国反核医師の会の大会・集会や北海道原爆死没者追悼会（毎年8月6日に札幌市内で開催）への参加などの事業を行ってきました。また、2004年と2013年には札幌で全国反核医師の会の集会「核戦争に反対し、核兵器の廃絶を求める医師・医学者のつどい」を開催、それぞれ160名と210名が参加しています。今年の6月、30年にわたって本会を牽引されてきた福地先生に代わって上野武治（北大名誉教授、精神医学）が会長に選出されました。

発足30年を経て核兵器をめぐる情勢も様変わりしていますが、今なお米ロ英仏中の5大核保有国を中心に1万4,000発の核弾頭が存在し、テロや偶発的な核爆発の危険は去っていません。2017年7月、核兵器禁止条約が国連で採択され、現在までに34カ国が批准し、条約発効の50カ国に近づいています。昨年11月に来日したローマ・カトリック教会のフランシスコ教皇が長崎と広島で行った演説は、核抑止論を正面から否定し、核兵器の非人道性と環境破壊をふまえ、核兵器禁止条約発効への不退転の決意を語ったものでした。しかし、唯一の戦争被爆国である日本がこの条約に反対し、発効を妨害していることは重大な問題です。わが国の条約批准を推し進めることは、私たち医学医療に関わるものの使命と考えられています。

また、2011年の東日本大震災に伴う東京電力福島

第一原発事故をきっかけに本会も「脱原発」を活動の柱にすることを2015年の総会で決定し、規約も改正しました。北海道では泊原発の再稼働、幌延の放射性廃棄物処理研究施設使用の延長、青森県大間の原発建設など、3つの大きな問題に直面しています。本会としては、道民の生命と健康、生態系を守り、環境保全を重視する立場から脱原発にも積極的に取り組むと同時に、福島県民の健康被害についても関心を寄せていくつもりです。

現在、会には135名の医師・歯科医師が参加していますが、道内の先生方の約1%に過ぎず、中でも放射線被害を最も受けやすい若い先生や医学生（準会員）が少ないことも事実です。本会の事業はすべての先生方に賛同いただけるものであり、本会にお誘いする活動も重要な課題です。

こうした立場から、さる10月25日、私と上野会長、福原正和事務局次長の3人で長瀬清北海道医師会長を表敬訪問し、本会の活動の一端を紹介し、ご理解とご協力をお願いしました。長瀬会長は「核兵器賛成などという医者はいないはずだ」と力強く仰っていただきました。

人間が造り出した悪魔の兵器が初めて使われてから今年75年になります。被爆者の平均年齢は82歳を超えており、「生きているうちに核兵器の廃絶を」の願いを何としても実現するため、一人でも多くの先生が本会に入会され、社会的な責任を果たす活動に加わっていただくことを期待しています。

本会の詳細はホームページに掲載していますので、ぜひご覧ください。

→ <http://northhankaku.web.fc2.com/>
事務局：

〒063-0061 札幌市西区西町北19丁目1-5
勤医協札幌西区病院医局内
TEL：011-663-5711



右から上野会長、長瀬会長、塩川

小児・若年者の起立性頭痛と脳脊髄液減少症

札幌市医師会
東札幌脳神経クリニック

高橋 明弘

脳脊髄液減少症(CSFH)とは脳脊髄液(髄液)が減少状態となるために症状を発現する病態で、小児・若年者のCSFHは例えば次のような状況である。

元気であった子がある日を境として頭痛を訴えるようになった。次第に疲れやめまいなども訴えるようになった。朝は起きづらく、無気力に見える。微熱があることもある。家の中で横になってばかりで学校を休みがちとなった。複数の病院、診療科で診察・検査を受けたが異常なし、あるいは風邪、片頭痛、頸椎捻挫、自律神経失調症、起立性調節障害(OD)、うつ病、身体表現性障害等の診断を受けた。病院の治療や薬は効かない。比較的体調の良い時期もあるが長続きしない。病気にかかりやすくて虚弱体質になってしまった。

発症原因には、不明の場合(発熱や脱水が引き金となることがある)と外傷が契機の場合がある。

起立性頭痛の鑑別診断はCSFHとODが主である。いずれも二次性頭痛であるが、前者は稀と考えられがちである。両者の鑑別が容易でない場合や合併している場合もある。

CSFHにおいて次の特徴が多い傾向がある。

1. 起立性頭痛の訴え
2. 症状が天候に左右される
3. 水分摂取が症状緩和に有効なことが多い
4. ODに特徴的とされる午後以降の症状軽減がほとんどない
5. 頭痛の発症日が比較的明瞭(慢性経過例では発症時期を特定できなくなっている場合もある)
6. 外傷を契機に発症(外傷のない症例も多い)
7. 頭部CT, MRIでは、正常所見と判断される場合が多い

起立性頭痛といっても、成人の低髄液圧症急性期にみられるような強度の起立性頭痛は少なく、程度はさまざまである。目覚めてから数分~数十分で頭痛が出現し、その後に増悪するため登校困難となることがある。登校途中に頭痛のため引き返したり、保健室登校になったりすることもある。午前10時~11時ごろに頭痛がひどくなり、机に伏せたり保健室に行ったりする患者が多くみられる。頭痛を耐えて授業を受けている患者もいる。なかには、午後から頭痛、夕方から頭痛というパターンもある。帰宅後は横になっている姿が目立つ。横になると頭痛は改善するが長続きしない。起き続けると、再度頭痛がして横になる。

頭痛ではなく首が痛いと表現する患者や、すぐに疲れるやすぐに具合が悪くなると全身倦怠感が中心症状の患者もいる。頭痛以外の症状が中心でも、座位立位の継続で出現増悪し、臥位になると改善するのがCSFHの特徴である。

小児から思春期になると、発達過程の生理的現象として、脳貧血などの起立性失調症状が頻繁に認められる。頭痛、腹痛、朝起き不良などの自律神経失調症も伴うことが多い。このような患者はODと考えられる。起立時の循環調節がうまく行かないため、起きるのがつらく、外に出ず家でゴロゴロするようになる。また、朝なかなか起きられず午前中は調子が悪く、午後から調子が回復するという特徴がある。一般的に午前中に症状が強く、午後から改善する。CSFHがODを合併すると、午前中は調子が悪く、午後から改善傾向になっても起き続けるのがつらい。しかし実際には、睡眠リズムが乱れている患者が多いので、午前中の調子は? 午後の調子は? という質問ではなく、目覚めてからの時間軸に沿った症状変化を聞き出すことが重要である。

医療現場でCSFHに対する認識は低く見過ごされがちである。医師にCSFHの認識があっても稀な疾患と考えているため、片頭痛、ODや心因性などと診断されて適切な治療を受けられずに慢性化している患者は少なくない。学校現場では正しい認識がなかったために病状の訴えが誤認され、精神的な原因による不登校などと考えられていた事例も多数あった。病状が慢性化すると髄液減少による直接的な症状に加えて、二次的・三次的に続発する複合的な症状が加わり、治療による改善効果が低下することが多い。

起立性頭痛の訴えがありCSFHを想定する急性期患者は決して少なくない。このような患者では、頭部CTやMRIで異常なしと診断される場合がほとんどであるが、保存的治療(水分摂取・安静臥床)で改善する場合がかなり多い。従って、CSFHを想定する患者には、まず嚴重な安静臥床と水分摂取による保存的治療をすすめ、行ってみるべきである。

このようにして症状改善があった場合には、CSFHであったかどうかは確認できない。しかし、最優先で考えるべきことは、病名の確定ではなく、病状の改善・治癒である。

保存的治療を行ったうえで症状改善の乏しかった場合にのみ、髄液漏出検査を検討すべきである。髄液漏出検査には、脊髄MRI/MRミエログラフィー、RI脳槽シンチグラフィー、CTミエログラフィーがあり、これらの結果に基づいて診断・治療を考慮する。

治療にはブラッドパッチを必要とする場合もある。保存的治療、ブラッドパッチ治療ともに、成人例に比較して明らかに有効性が高い。また、治療は早期であるほど効果的であり、できる限りの早期発見・早期治療が重要である。

(参考文献) 小児・若年者の起立性頭痛と脳脊髄液減少症
金芳堂

もっと広めよう！小児超音波医学 ～第5回日本小児超音波研究会での討論から～

函館市医師会
函館渡辺病院

水関 清

2014年に発足した日本小児超音波研究会では、被曝の少ない検査を目指すALARA(As Low As Reasonably Achievable)概念の確認(第1回)、外傷やショックなど、小児救急における特定の病態で得られる可能性の高い超音波所見の有無を迅速に定性的に捕らえるPOCUS(Point-of-Care Ultrasound)の紹介(第2回)、小児救急において重要な腸重積症の診断から治療に至る流れの包括的学習(第3回)、正常変位や見落としがちな異常所見を通して日常検査の質を高める学習(第4回)と、多彩な主題が討論されてきた。これを承けた第5回は標記の主題で、2019年11月16日、徳島県中央病院・森一博会長のもと、秋晴れの徳島市で開催された。

今回新たに会長要望演題が設定され、「腸閉塞と超音波診断」と「層構造を考えた消化管超音波診断」というふたつの領域で、計13題が発表された。筆者は「層構造…」の領域で、①腸重積症でみられる重積腸管壁の層構造変化をどう読映するか、と②感染性腸炎と炎症性腸疾患でみられる肥厚した腸管壁の層構造が、病因ごとにどう異なり、鑑別にどう役立っているか、という問題について論じた。理解の前提として、消化管壁の基本構造が5層からなり、内腔側から順に、境界+粘膜層・粘膜+粘膜筋板・粘膜下層・固有筋層・漿膜+境界の順に並び、超音波で観察した各層のエコー輝度は、高・低・高・低・高であることを解説した。その上で①の中でも最頻とされる回腸結腸型腸重積の場合、まず(1)重積腸管の部位・分布を大づかみにとらえ、次に(2)外筒外層(=結腸)、外筒内層(=結腸反転脚)、内筒(=回腸)からなる重積した腸管壁それぞれの層構造が保たれているか・各層のエコー輝度に変化はないか・どの層が肥厚しているか、(3)内筒周辺に腸間膜やリンパ節の嵌入を疑わせる所見がないか・浸出液貯留はないか、などの所見をもとに、患児の状態と合わせた総合的な吟味の重要性について論じた。超音波監視下非観血的整復術の成否は、すでに(A)peninsula sign、(B)crab-claw sign、(C)post-reduction doughnut sign、(D)honeycomb signからなる4つの画像所見の組合せでの診断が提唱されている。筆者はさらに、重積腸管が回盲部を越えて整復された瞬間にみられる回腸壁のエコー輝度の変化は、整復にともなう壁内血流の回復を示唆する現象であり、上記(A)～(D)の解剖学的整復所見に加えて、壁内血流の機能的回復所見を組み合わせることで、

腸重積という病態に対する非観血的整復術の総合的評価の質を高める可能性について言及した。

②の感染性腸炎における超音波検査による鑑別では、まず壁肥厚のパターンを、層構造が保たれる「サンドイッチ」型か、層構造が不明瞭化する「ソーセージ」型かについて分類してその部位・分布を大まかにとらえ、次に肥厚パターンが前者なら、各層ごとの肥厚の有無とエコー輝度の変化を、後者なら、どの層の変化が層構造全体としての不明瞭化に最も寄与しているか、腸管内腔近くの第1層の連続性は保たれているか、腸管外の変化がないか、などの所見に注意しつつ、腸管内容物の多寡なども含めて吟味した上で、患児の臨床症状から推定される「臨床推論」から導き出される病態との整合性について総合的に検討することの重要性について論じた。

「胸部超音波検査」と題されたシンポジウムでは、まず肺エコーが論じられた。Lichtensteinが提唱した、肺表面の観察・胸水貯留の有無・超音波的な硬化性病変や間質性病変、および気胸性変化の有無という、基本的事項が解説された後に、超音波的な硬化性病変の胸部X線写真での検出能が論じられ、胸腺や心陰影に重なるため、胸部X線での肺炎像の検出が困難な乳幼児例に限れば、肺エコーの補完能は高いと思われた。次の「短軸断面重視の心エコー」は実用的で、聴衆を沸かせた。左室心尖部から大血管までを、短軸で連続的に描出して、心室の左右バランスと、肺動脈>大動脈>上大静脈という3血管系のバランスを見ることで、左室拡張末期径から脱水の有無を推測する。POCUS版の心エコーとして知られるFOCUS(Focused Cardiac Ultrasound)では、慢性疾患や弁膜症の大まかな評価を目的に、胸骨左縁からの長軸・短軸像、心尖部からの四腔像、胸骨下からの下大静脈径計測が推奨されているが、今回の「短軸断面重視」は、成人例でも検討の余地がある優れた観察手段になり得ると思われた。

会長要望演題で求められたのは、「詳細な性状評価」であるが、その基礎には「系統的走査」があり、より具体的には「一定の手順を示した標準走査」の普及が望まれる。特別企画では、「制約の多い現場で求められる、限られた断面での存在診断」というPOCUS的意義のほか、「対象臓器のX線被曝を可能な限り低減するための、超音波検査への置換」が呈示され、従来超音波検査の対象としてあまり意識されてこなかった肺エコーが紹介された。

超音波検査のよさは、被曝がなく、形態・動態・血流・組織弾性など、音響パラメータを介してさまざまな生体内の情報が得られることである。これらを、診察→臨床推論→各種検査→臨床診断のサイクルの中に組み込むことで、疾患を病態生理学的に理解して、適切な診療につなげるという超音波医学の本流をそつなくまとめ上げた森会長の高い識見に敬意を表したい。

同期会に参加して

深川医師会
深川市立病院

代田 剛

卒後50年を記念する同期会が、秋も深まった10月の連休に、定山溪温泉であった。卒業時は89名で、周囲の期と比べるとやや少数である。また同窓会名簿によると、我が期は物故者が多い期となっている。思えば我が期のほとんどの人が、太平洋戦争において日本が劣勢になったときに生まれてきている。その後の食を始めとした貧しい時代に子供時代を送っていることも、死亡者が多いことと関係しているであろうか。また卒業時には、その2年前くらいから起こってきた大学紛争がさらに激しくなり、あたかもクラスが『全共闘派』と『それ以外』との二派に分かれたようになってしまった。そのような中での卒業であった。

平常でない状態はこの日の同期会開催でも発生した。それは台風19号という近年にない超大型台風の直撃により、参加を予定していた関東地方在住の複数の同期が、羽田空港と成田空港の閉鎖により不参加となってしまったのである。企画者は参加しやすいようにと連休を選んだというのに。誠に残念であった。関西在住の同期は参加できてよかったというわけで、道内を中心とした23名の参加であった。それに3名の奥様が加わっている。最も遠い参加は米国ネバダ州からであった。卒後50年なので、顔貌や体には年輪が刻まれているが、いざ言葉を交わしてみると、考え方は学生時代と変わっていないように思えた。50年は会社や組織では半世紀の区切りであり、夫婦では金婚式でおめでたい記念碑である。50年はまた卒業時に分かれていた二派のわだかまりを水に流す期間となった。一緒に学び、遊んだ同期と集まれるのは素晴らしいことである。一次会では参加者個人のスピーチが長くなり、会場借用時間をはるかに超えた。二次会も夜遅くまで続いた。話す内容は学生時代の天下国家とは違って他愛のないことであるが。



一夜明けて露天風呂に浸かった。垣根により幹が隠され、枝と葉だけが見えたモミジがことさら綺麗であった。

設定から進行まで行ってくれた幹事の皆さんに感謝します。

先生との思い出

室蘭市医師会
製鉄記念室蘭病院

氏家菜々美

私が医師を志したのは中学校の担任の先生との出会いがきっかけです。とても親身になってクラスを導いてくれる先生でした。特に学校祭に向けて壁新聞を作りながら将来の夢について相談したり、先生が登録したという骨髄バンクの話を知りたりしたのが思い出深いです。しかし初めての学校祭が終わった日を境に異変が起こりました。先生が突然学校に来なくなったのです。当初は胸に影が見つかったと聞いたため肺炎だと思っていた私でしたが、後に先生が乳癌を患ったことを知りました。すぐ帰ってくるだろうと思って待っているうちに1年が過ぎ、2年が過ぎ、中学校を卒業しても先生は学校に帰ってきませんでした。

闘病中の先生とは数年に渡り電話や文通を続けましたが、その間私は乳癌という病気に対して知ることを無意識に避けていたような気がします。こんなに若い人がなる病気でも万一のことなんか起こるはずがない、そもそもこれだけ医療が発展しているのだから治らないなんてことはないはず、と決めつけていたのです。結局乳癌という病気に向き合わざるを得なくなったのは先生が亡くなった後のことでした。お若かった先生がどうして癌になったんだろう、乳癌はどうやって見つけるんだろう、どうしたら先生を治せたんだろう。そう考えていくうちに少しずつ医師への、そして乳腺外科医への憧れが芽生えていったように感じます。

去年、私は大学を卒業し新米の医師となりました。将来医師になりたいと思うと手紙で伝えた時、先生がとても喜んで応援してくれたことを思い出します。現場で働いていく中で自分の勉強不足や努力不足を痛感し、常に学び鍛え続けていかなければ医師にはなれないのだと強く感じる毎日です。先生方の親身なご指導や患者様の深いご理解に支えられ充実した研修を送らせていただいていることに感謝しつつ、これからも臨床研修に邁進していきたいと考えています。

一日一善

北海道大学医師会
小樽市立病院

青山 聖美

小学生の頃、黒柳徹子さんがアフリカの難民キャンプを訪れたドキュメントを観たのが医師を目指したきっかけでした。栄養失調で瞳ばかりが目立ち、それでも笑顔でいる子供たちの姿に、私も誰かの助けになりたいと思った記憶があります。数年前、先輩の先生が歓迎会の挨拶の中で「一日一善」について触れられた時、はっとしました。医師となって19年が経ち、いつのまにか意識から遠ざかっていたようです。それ以来、初心が薄らいでいることを反省し、その言葉を改めて意識するようになりました。

私は2015年から小樽市立病院に勤務しています。札幌市内の自宅から南小樽駅まで、地下鉄とJRを乗り継いで約1時間30分の通勤は、5年経っても慣れたとは言えませんが、良いこともあります。特にJRでは、車窓から北海道の四季を存分に楽しめます。市街地から次第に離れ、銭函を過ぎると車窓一面に日本海が広がります。カーブで車体が左右にゆっくり揺れるとこんもりとした水平線も見え隠れ。季節ごとに変わる空、海、山の色。朝里を抜けると見え始める海沿いの小樽市街の景色も素敵です。この45分間は、考えをまとめたり、読書したり、時に（多くは）居眠りするのになかなかよく、有意義な時間なのです。

秋のある朝の通勤で、札幌駅から運よく座席に座れたのですが、発車して間もなくクロスシートの後ろでカタカタと音がしたので振り返ると、70代くらいのハットをかぶった背広の男性が杖を持って通路に立っていました。少し不自由そうにお見受けしたので、「すぐ降りますのでどうぞ」と席を空けました。小樽行きの列車は、途中からはたいい座席が空くので大きなことではありません。その日も途中から座席についていつものように過ごし、南小樽駅で下車しようとして出口にいと、先程の男性も杖をつき出口に向かって歩いてきます。ここで降りるのかと、帽子を脱ぎ「こんなに遠くまで来られるのにありがとうございました。本当に助かりました。これからのご多幸をお祈りいたします」と、はるか年下の私に深々と頭を下げられたのです。私がびっくりにして「いえいえ」とただ恐縮していると、その男性は杖をつき、でも姿勢よく、座席へ戻っていかれました。その方の言葉は日ごとにじんわりと心に染み入り、この短い出来事からその男性がどれほど真摯で誠実な人生を送られてきたことかと十分に想像されました。果たして自分はどうか？

その後始めたのが、保護猫、保護犬に関わるボランティア活動のお手伝いでした。私自身、保護した猫を家族に迎えたこともありましたが、現在も家族に犬がいることもあって、日本の犬や猫の殺処分問題には胸が締め付けられる思いで、常々私にも何かできないものかと思っていました。活動の内容は、保健所や世話のできなくなった飼い主、ペットショップや多頭飼育崩壊の現場などから犬や猫を保護し、必要な治療や人慣れの訓練、里親への譲渡までのお世話、普及活動などです。ただ可哀そうと思うだけではなく実際に活動している人たちは、その努力の積み重ねと知識の深さ、行動力にいつも感心するばかりです。背景や職種が違って、それぞれ自分の意志で集まるその現場は、共通する意識を持つ者同志初対面でもすぐに打ち解け、温かい気持ちと熱意でいっぱいです。そしてそこで医師としてではなく奮闘している自分はとても新鮮で、でも懐かしくも感じるのです。

一日一善の「善」には、人のために善いことだけではなく、自分のために善いこと、我慢や努力なども含まれるそうです。先輩の言葉をきっかけに、朝のJRでの出来事は、医師20年目となる2020年を迎えるにあたり、自らを振り返り襟を正す良い機会となりました。

