



・・・高齢者の独り言・・・

石川眼科医院  
石川 秀夫

コロナ騒動も一段落ついたが患者さんの受診控えで相変わらず閑古鳥が鳴いている。

5月分の診療収入は昨年に比べかなり減ったものの50%以下にはならなかったので給付金は請求できそうもない、何とか生活費を節約するしかない。

誕生日が来ると77歳である、喜寿を迎える、県医師会の新年会で喜寿のお祝いを受けた80歳の大台はもう目の前で、この年になると一年一年過ぎるのが早くなり3年や5年程度の年月はあっという間にやって来るに違いない。

身体のこと老化のこと…

特に健康に気をつけた訳でもない、つい最近でも夜遅くまで暴飲暴食など不健康なことは数多くやっているのだが、幸い大病もせずここまで来ることができた。

高校時代の同期生と毎月飲み会があり、月に1～2回は二次会三次会と2時過ぎまで飲むことも多々ある。腰痛のせいでテニスもゴルフもできなくなり、最近は肩関節の腱板断裂で腕が上がらなくなったものの、マッサージや鎮痛剤やらインナーマッスルを鍛えたり等、何とか騙し騙し治療を続ける事で、日常生活や診療にも不自由がない程度に小康状態を保っている。

早朝高血圧があり起き抜けに140/90mmHgとやや高めだが日中は130/80以下と問題ないのだが念のためアムロジン2.5mmgを睡眠時服用している。数年前にピロリ菌フリーだとわかったのでその後は無駄な胃癌検診はやらないでいる。私の家系は高血圧と癌さえ克服すればかなり長生きできそうなのである(祖父・喉頭癌、祖母・脳梗塞、父・脳出血、母・肝癌)。

平均余命とやらを開いて見ると、77歳まで生き延びた運の良い男性はこの後12年間は平均的に生き延びることになるらしい、と云うことは89歳である、88歳の米寿を迎える事が最近では長生きではなく普通になっているらしい。寝たきりや認知症で長生きしても傍迷惑だろうから、その予防にはこれから気をつけよう。

足腰の筋力は明らかに衰えている、目立たないわずかな絨毯のシワで転びそうになったりする、最近話題のフレイルである、この予防には筋肉を鍛える以外方法はない、と云うので、毎日の5千歩以上のウォーキングとスクワット、週3～4回の筋トレ、ベンチプレスを中心にしている。コロナでジムに通えなくなった昨今、今流行りのお家トレーニングをしている。

認知症の予防にもっとも良い行動療法は、頭を使いながらの手足を動かすことだという、ドラムをやることに決めたドラムは左右の両手両足をそれぞれ別々に動かさねばならない、幸い、我が家の近くに「ヤマハ大人の音楽教室」がありそこに通うことにした。現在継続中レッスンの目標は昔々ベンチャーズの流行った曲を2～3曲CDに合わせて演奏することと決めた。

運転免許をどうするか…

車は必需品まだまだこの先10年位は持っていたい、車がないと外出が減りフレイルも認知症も進行するに違いない。昨年から高齢者マークを表示した、多少のゆっくり運転にあおり運転をされない予防である。

クリニックをどうするか…

私の年齢になるとそろそろ引退を考えなければならぬ、今の所ほぼフルタイムで細々と外来診療を続けているのだが、既に県内の眼科開業医では最長老になってしまった。

体力と気力の続く限りこれから後10年間はこの状態を続けるつもりなのだが…。

以上

※(同窓会の会報にほぼ同じ内容で投稿した)



たところ、琉球新報近くの交差点近くに立っていた大きな鳳凰木の古木？が根こそぎ倒れていた。小生が目撃した目に見える被害はそれ1本だけ。それ以外に町の風景に台風災害の爪痕は見られなかった。12時間近くの大停電以外には!! 翌翌日(23日月曜日)の新聞では停電が沖縄全体で4万棟以上と報道されていた。

2020年5月21日



### 入学雑感

介護老人保健施設いずみ苑  
瑞慶山 茂

1968年、今年から数えると52年前、私は18才。その年、首里高校を卒業した。

当時、沖縄は未だ復帰を果たせず、アメリカの施政権下にあり大学進学的手段として国費自費留学制度があった。その選抜試験を経て、合格となり群馬大学医学部へ入学と決まった。其の時、群馬県に国立大学の医学部がある事も知らなかった私である。

その年3月だと思う。琉球海運会社の船舶「ひめゆり丸」か「おとひめ丸」どちらかに乗船し紙テープで家族・友人に見送られ泊港を出発、1泊2日を経て鹿児島島の港に着いている。

船内は、二等船室でザコ寝状態。船酔いを経験し、しっかり(?)胃の物を吐いた。船内の飯を炊く蒸気の匂いだったか、今でもその吐気を催す匂いが記憶の底にある。それゆえ、卒業以後、船での長旅はしないと決めている。今は亡き親父も息子を心配してだろう、一緒の旅だった。

鹿児島からは、列車「急行桜島号」に乗り東京までの長旅である。列車は、九州から北上し、その間に、各大学へ配置された学生が次々と所定の駅で分散して降りて行く。私は、終点の上野駅で下車。

それから暫くして群馬へと向かう。群馬大学へ配置された学生は、医学部に首里高同窓の新

垣 義孝、那覇高校の国吉 和秀、そして、工学部に小禄高校の具志堅氏、4人である。

列車は、国鉄高崎線から両毛線へと乗り換え目的地の前橋駅へと向かう。車内は一定のリズムで、“ガタン、ゴトン、ガタン、ゴトン”と車体を響かせ走っている。車窓からの風景は家々がほとんど瓦屋根で色は、くすんだ青とか茶模様である。沖縄の景色との違いは、はるか遠くまで広がる田畑で関東平野の広さを感じた。これ迄の私の生活には、見られない景色で見続けても飽きる事はなかった。

前橋駅には、すでに大学職員らしき人が私達を迎えてくれた。駅前には人混みがあり、外の街並みは、街路樹が映え、こぎれいな建物が並び、特に目についたのは、自転車で行き来している人の多さだった。

やはり異郷の地に着たとの思いを強めたものである。

皆そろって、まずは、落ち着く先として大学寮へ向かう。戦前からの古い木造作りで、“養心寮”という。(実は、後で知る事になるが、近々の人々は親しみと皮肉を込めて、“養菌寮”と呼ぶ人も多かったらしい。それだけ寮生は、貧乏と不衛生が同居していた。)部屋に集まり、職員から今後の予定の説明を受ける。

まず、居住する場を探さなくてはならない。なにしろ、これ迄单身生活の経験はない。結局、新垣義孝はアパート、他の3人は寮で暮らすことになる。

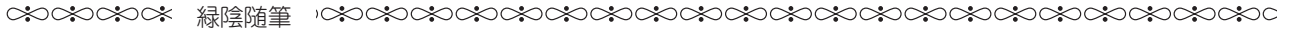
寮内には、県出身の先輩もおり、特に教育学部の安富祖さんには随分世話になった。

群馬に着いた寮での夜、部屋で身仕度の整理などをしていた時だろう何となく空気に静寂感がある。ふと窓に目を向けるとふわりふわりと白い綿毛の様なものが舞い降りている。「雪だ、雪が降っている！」部屋を飛び出し夜空を見上げる。空一面が、シンシン(深深)と静かに音もなく雪が降り、寮の屋根、運動場、辺りの家々も白銀の世界に変わっていた。手で触れ、口に含み雪を確かめる。

私の胸は歓喜に満ちている。

新しい大学生活のスタートで期待と不安の混





ンブランドに相当する人物は？畑違いだが「志村けん」ではないだろう。大好きだったな、志村さん。偉大な日本の過去の画家と言えば「若冲」くらいかな。

とにかく一般教養を磨かないと教養のありそうな人物が患者さんとして受診されたときに、会話の端々から医師としてのレベルを瞬時に判定されそうで怖い。しかし自分が教養ある人間か自分では判断できないのでそこは誤魔化す知恵を磨かねばならない、などと考えず真摯に向き合うことが大事だ。

次に兼好法師から何か学ぼう。冒頭の「つれづれなるままに日暮し、硯に向かいて、心にうつりゆくよしなしごとを、そこはかとなく書きつくれば、あやしうこそものぐるほしけれ。」

現代訳では「孤独にあるのにまかせて、一日中、硯と向かい合って、心に浮かんでは消える他愛のない事柄を、とりとめもなく書きつけてみると、妙におかしな気分になってくる。」と訳されている。

しかし、ネットで見つけたあるブロガーの解釈が面白い]

彼の解釈では「あやしうこそものぐるほしけれ。」を今の言葉で言えば「一日中ヒマすぎて、マジ頭にくるぜィ」と記している。

ほんとコロナのせいで私のクリニックはヒマでマジ頭にくるぜィ。

ヒマすぎて、頼まれた随筆が10本は書けそうだ。

おっとまた煩惱に心が支配されそうだ。長明先生に修行が足りんと怒られるかな。コロナ肺炎は中国発だそうだが、かつて唐から遣唐使によって持ち込まれたのが「天然痘」ウイルスだといわれている。日本に大惨事をもたらし、日本の人口が3割減少したと試算された。その後、平安時代の法令を見ると現在に酷似した細かい規定が制定されていた。人の血が付いた場所には何日か立ち入るな、間違ってしまったものは何日か隔離せよ。その隔離対象者と会ったものも隔離だ。儀式・集会も延期せよ。それぞれの規定はケースバイケースで明法博士（今なら感染症専門医）が判断して許可することなど、現在

と酷似しているのに驚かされる。その後社会は閉塞に陥るが時がたてば、かつての日常にやがて戻る。マラリア、ペスト、ポリオ、梅毒、コレラ、結核、インフルエンザと世界と日本は何世紀にもわたって何度も感染症に見舞われるが人類は生き延びてきた。コロナもやがて軽い感冒に変貌するといいいのだが、楽観は禁物だ。個人的には、人類による環境破壊から海洋汚染、温暖化、昆虫の激減などからくる生物絶滅連鎖が感染症より何百倍も恐ろしいと考える。身近に無い脅威は誰も気にしないが静かに忍び寄っているのは間違いない。

当時も今もグローバリズムの負の面は疫病の世界的蔓延だ。アメリカや南米の先住民の大多数は持ちこまれた病原体にとって人口の激減に見舞われ、ヨーロッパからの少数の兵隊による侵略を容易にした。今なら先にコロナを制御した中国が制御不能になった発展途上国に経済援助の名の下に経済侵略、近隣諸国への領域拡大を推し進める状況に例えられる。

今回のコロナパンデミックについても世界中で、無数の「エッセイ」がネットのブログ、SNSや書籍を通じて溢れかえるだろうが、1000年後も読まれるのはどれだろうか？と想像していたら5月30日の沖縄タイムスの書評欄に早速コロナ関連のエッセイが紹介された。イタリアの30代の作家、パオロ・ジョルダーノの本だ。

コロナ惨禍が過ぎた後も忘れたくないことを書き留めておくことを、彼は提唱する。鴨長明と全く同じだ。実は、私も4月3日から「コロナパンデミック記」として、従来 of 不定期の日記とは別に書き留めている。いつか出版しようとは思っていないが、タイムカプセルに入れてどこかの山寺の裏庭に埋めようかと思っている。世界はデジタルで記録を残すはずだが、何らかの宇宙線バーストですべてデジタル記録は消えて、私の紙媒体のみ残って数千年、万年後に発掘されるのではと妄想している。ペンネームはどうしようかととても迷っている。浦添に住んでいるので「ようどれの短明」はどうか。あるいは「鴨の嘴長迷」、「うらしーの眼長」…

また妄想の迷路に迷い込んでしまった。

閑話休題 2

過去十年間に見た数百本の映画で最も戦慄のエンディングの映画を紹介しよう。邦題「手紙は憶えている」(原題 remember) だ。

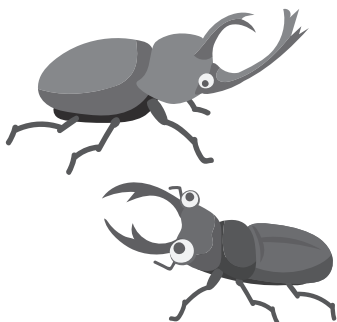
内容は一切知らないで鑑賞することをお勧めします。

さて、話が兼好法師からコロナに飛んでしまったところで字数が尽きた。今回の随筆の内容から私が物知り、教養人と誤解してはいけないので、ネタもとをばらすことにしよう。

19歳で大学に入学して以来ほぼ毎週、週刊文春、朝日、サンデー毎日、新潮を購読してきたので今回のネタの一部はそれらから内容を拝借した。もちろんグーグルも助けになった。それに私の考えを少し追加して仕上げた。機会がありましたらまたの原稿依頼をお願いします。随筆依頼が来るのはいやだなーと思うと依頼が来るので、お願いしておきます。

と数日掛けて推敲していたところで「還暦からの底力」、出口治明著がベストセラーになっている記事を見つけた。私のような還暦後の生き方の指南役というか、無理をせず、自由な生き方でいいのだよと後押しをしてくれる本らしい。まだ買ってないが共感できそう。すでに私の生き方になっている部分もある。友達付き合いは最低限にして、慶弔も可能な限り遠慮する、肩書はいらない。

と言いつつ実はただ面倒くさいだけなのだ。暑さも厳しくなっている折、コロナ感染症と戦っているすべてのみなさんの、ご健康をお祈りします。



時代おくれの・・・



宮里眼科  
宮里 章

今どき、スマホもパソコンも持っていないのは、時代おくれと言われてもしかたない。この原稿も手書きである。趣味の自転車を続けるために夜はジムに通っているので、今のところ携帯電話程度で不自由を感じない。これからも技術はさらに進歩して、スマホなしには生活ができない時代が来るかもしれないが、それに頼りすぎると使用する人によって社会は良くも悪くもなってしまう、人間の本来の心を忘れていくのではないかと不安になる。

進歩といえば、医療機器の進歩は目覚ましく、診断や治療が大きく進んだ。しかし、貧乏な町医者には、高額な医療機器は買えない。新しい機器がなくても、緑内障は診断できるのに、やはり可視化しないと説得力に乏しいのか、患者さんは逃げるように去っていく。時代おくれの不器用な町医者には町医者なりのことができると思うので、のんびりと気楽にやっていきたい。

話は変わるが、カラオケは好きでよく行くが、歌うのは昭和30年代～40年代のなつかしい昭和歌謡が多い。先日、中学1年で野球部だったときのことを思い出した。その日は雨で、屋内トレーニングが終わった後、1年生ひとりずつ先輩達の前で歌を歌わされた。そのとき何故か、美川憲一の「柳ヶ瀬ブルース」を歌った。調べてみると、1966年(昭和41年)のヒット曲である。ちょうど中学1年のときで、よくテレビやラジオから流れていたのを、自然に覚えたのだろう。そのことを妻に話したら笑われてしまった。また大学生のとき、同郷の集りで歌を歌わされたが、そのとき歌ったのが、小林旭の「昔の名前で出ています」だった。その当時は、フォークも流行していたと思うが、何故か演歌だったので、その場が少し気まづくなったのを今でも覚えている。そして、この2曲は今



でもよく歌っている。「歌は心で歌うもの」といわれるが、短い歌詞の昭和の歌が心に響くものがあり、長い歌詞の歌は何故か味気ない気がする。

こんな理由で、時代についていけない、時代おくれの古い人間だと思う。映画の中で義理と人情に生きる高倉健や渥美清が好きである。



強風にも関わらず多くの人が橋を渡っていましたが、私も妻も実は高所恐怖症だったのか、顔は引きつり、足がすくんで、橋の入り口から100M 足らずの所で絶景よりも命どう宝と言わんばかりに引き返してしまいました。今となつては笑い話となるいい思い出となっています。

地元の牛乳で作った濃厚なソフトクリームを味わいながら展望台に戻り、富士山を眺めていると、あの雄大な富士山ですらフィリピンプレートが日本列島に衝突してきたと思うと地球のエネルギーの大きさに感動を感じますが、駿河湾の向こうにある浜岡原発は01年5月に稼働停止したものの、19年8月に起きた駿河湾地震では東名高速道路にも被害が出ていたり、地球の力の強さがもたらす美しい風景に8割の感動と2割の恐怖がわいてくるようでした。

最終日はシルク・ドゥ・ソレイユの公演日でした。早めにホテルを出てお台場の会場に向かい開場の1時間以上前に到着しました。幻想的な音楽が流れてる中スタッフの方達が作業している姿さえもパフォーマンスの一部の様で、この後の公演への期待に胸が躍りました。沢山の人たちから選ばれた卓越した身体能力を生かした個々の演技力や、一糸乱れぬ演技と音楽が織りなす非現実的な空間は、シルク・ドゥ・ソレイユにしか生み出せない解放感と想像力を掻き立てる時間となり、今後の仕事への活力となりました。

末筆ながら、新型コロナウイルスの感染拡大により、現在も多くの方が心身共に過酷な状況で戦っておられることと思います。医療従事者の一人として、今もなお治療に当たられている医療スタッフや関係者の皆様には、心よりの感謝を申し上げます。私どもに出来ることは

### 30周年記念



みどり町眼科医院  
比嘉 敏明

2018年、シルク・ドゥ・ソレイユは創設30周年を迎えたそうです。偶然にも私たち夫婦も30周年を迎える事となり、記念旅行に出かけました。私自身東京の都心部をゆっくり散策するのは初めてで、高層ビルの中でも存在感を放つ東京都庁のツインタワー、JR新宿駅の大きさ、一日での利用者が世界最多でギネスに乗るほどの人の多さに圧倒されたりしたが、思いのほか公園や緑の多さに驚きと癒しを感じました。

翌日は歩行者専用のつり橋では国内最長の400Mを誇る、富士山の見える箱根峠近くの静岡県三島市の三島スカイウォークに出かけました。天下の嶮と言われる箱根の山は、バスの座席に座っていても感じるほどの急勾配の坂を上っていき、箱根駅伝ではその坂でしのぎを削って戦う山の神と言われた選手の脚力の凄さを実感しました。

到着後広い展望台にあがると、日本で一番美しい霊山である富士山と最深の海の駿河湾が一望できます。幸いにも当日は、風が強かったこともあり雲一つ無い快晴で、活火山とは思えないほど優雅で風雅な山でした。実は富士山は古事記や日本書紀で詠われておらず、昔は今とは違う姿だったのか、それとも富士山に対して違う印象を持っていたのかと想いを馳せる機会となりました。



限られておりますが、緊急事態宣言が解除されたことに油断せず、マスクの着用や手洗いなどの予防策を徹底していきたいと思っております。



『雑感』

宮古地区医師会  
中野 豊

昭和 58 年に大学を卒業して入局した時、殆どの方は携帯電話を持っていなかった。でもパソコンは存在し医局の先輩から中古の NEC 製 (MS DOS 2.0) を強制的に買わされた。朝医局に行ってパソコンの電源を入れ、そこから掃除を始めてうっすらと汗を感じ始めた 30 分後にやっと立ち上がるような代物だった。その後インターネットの存在を知り、E-mail もやり始めたが、まだエクセルもワードも使えなかった。アーノルド・シュワルツェネッガー主演の「ターミネーター」を観て、その後の世界のヤバさを本当に心配した。(今でもずっと本気で心配している) そんな私も携帯を持ち、それが MOVA から FOMA、そしてスマホになっている。(ガラケーも持っている二刀流だが) 決して上等な使い手ではないが飛行機やホテルの予約もスマホでやっている。何と恐ろしいことだろう！ただ世の流れに遅ればせながらも追従してきた私も手を出さないことがある。Facebook や Twitter はやっていない。ネット社会、ネット世界という言葉が生まれた頃から、その中で意見を発信する際には自らの名前を名乗らず、ハンドルネーム (でよかったですか?) を用い、いつの間にか匿名であることの方が高い価値を与えることが出来るかのように感じることもある。匿名性の故に多くの問題も発生しているようだが、だからといってそれを悪いこととして現社会から排除しようという動きはないらしい。

少なくとも私の育った時代・環境までは、己の名前を名乗らずに意見を吐くなどは卑怯者の

誹りを受けたものだ。卑怯者とは実社会で最低に近く位置する分類で、それを貼られるのは何とか阻止したいレッテルだった。

この辺りの価値観のパラダイム変換はいつ起こったのか。何故世の中の何がそう仕向けたのか。少し乱暴かもしれないが我が国の初等教育のせいかな。古よりの民族的精神性を考慮せずに欧米文化を導入し続けたつけが回ったか。原因を詮索しても今が変わる訳ではないが、今後を見通す材料にはなろう。

さて恥ずかしながら、実は LINE は私も使っている。元よりその気はなかったが、家族全員に外堀を埋められてしまい、あえなく捕虜となった。その LINE の宛先も沢山溜まってきたが、その過半数が実名ではないがために、しばらくやり取りをしていないとそれが誰のものだったか解らなくなり困る。やはり私には向いていないと感じてしまう。

2026 年にはガラケーが使えなくなると聞いてがっかりしている。私だけではなく周りには相当な比率でガラケー老人が存在している事実を総務省のお役人たちはどう処理するつもりなのだろうか。阪神淡路大震災の際に携帯が繋がらず、意外にも公衆電話が非常に役立ったことを覚えているだろうか。その公衆電話は街中からほぼ姿を消してしまった。今後近い将来に大きな自然災害が予想されている我が国では、通信手段は複数確保されていることがリスク管理として大切ではないかと思っている。

散文的な文章になってしまい、また最後に少しずれますが「AI は怖いですが、とても」













## 私のたくらみ

小禄病院  
新城 百代

初夏の頃、会員の皆様におかれましてはいかがお過ごしでしょうか？

私は小禄病院の眼科に勤めている新城百代（しんじょう さよ）です。

私の名前、初めて見る方は「ももよ」と呼びますが、これで「さよ」と読みます。

第一子だった私の名前をつけるのに困った両親が高島易でつけてもらった名前だそうです。小学生の頃は言い直すのも面倒だったので「ももよ」と呼ばれても返事をしていましたが、家庭訪問の時に先生が初めて「さよ」と読むことを知り驚いたこともありました。

そうこうしながら私も女医になり週3回の手術をするようになりました。現在小禄病院では白内障をはじめ、上司の中村先生が専門の硝子体手術（網膜剥離や糖尿病性網膜症、眼底出血など）を行っております。

おかげさまで宮古、八重山、鹿児島との与論島といった離島からも患者さんをご紹介いただき外来の待ち合い室は聞き慣れない言葉が飛び交っています。

例えば「とうとがなし」これ与論島の方言で「ありがとう」の意味です。

初めはわからなかった私やスタッフも今や慣れたもので患者さんの出身の島によって言葉を

使い分けられるようになりました。

私は専ら白内障を執刀していますが、白内障手術と侮るなかれ、15分程度で終わるものから時間がかかる難しいものまで様々です。手術後、翌日に術後経過を診る、この繰り返りで1週間が終わります。

そういう生活の中で、趣味は特段これというのがないのですが、定期的に行っているのはトレーニングジム通いでしょうか。

私の好きなコースはまず国道58号線の沖縄銀行牧港支店裏の「アミーズ」という多国籍料理店で一人ランチをします。ここはご夫婦で切り盛りされていて、ご主人がシェフなのですが、元はジャイカ沖縄のレストランでシェフをされていたためエスニック料理がお得意です。一人ランチがいいのは好きな時間に好きなところで食べられるところです。

ランチをした後はジムのプールでアクアズンバというラテン系のダンスをします。ランチした後なのでちょっとお腹が苦しいのが難点ですが、プールの中なのでダンスの上手い下手はバレずにラテン系音楽に合わせて踊れるのがストレス発散になります。

寒い時期には参加者も少なめですが夏には楽しくていい運動になると思います。

また何年前、突然郷土の工芸品に目覚め、カルチャーセンターに通っては琉球手毬をチクチク刺繍したり、紅型作りも習っていました。

家にはその頃作った手毬や紅型の暖簾を飾っています。

今はカルチャーセンターになかなか通うことができず手芸道具はホコリをかぶっています。

最近、年中夏の沖縄にいても季節を感じられるようにと、浦添の前田にある城という紅型工房で季節に合った紅型のタペストリー（壁飾り）を購入して飾っています。3月にはおひな様、夏は海とじんべえサメ、冬はクリスマスツリーといったタペストリーを飾って視覚的に季節を感じられるようにしています。

あと、最近思うことは料理上手は得だなあとということです。

我が家では数年前からお休みの日は主人が料



理を担当しています。

主人がクックパッドやテレビの料理番組を参考にしよう見まねで作るようになり、それがなかなか様になったりして今や私が胃袋をつかまれている次第です。帰宅したら美味しい食事があるなんていいですよー。

私が男性だったらすぐ胃袋つかまれちゃうと思います。

娘たちには勉強より料理上手になったほうが良いと言っているくらいです。

当分は体力維持のためにジムに通い、アミーズでランチして、夕飯は主人に作ってもらうという生活をしたいなとひそかに狙っている私です。



**琉球神話から見る  
「沖縄の心」について**

豊崎メディカルクリニック  
下地 國浩

首里城が炎上した令和元年10月31日未明。翌朝、新規開業の初出勤の車内で、首里城が燃えている事を知りました。琉球が、かつて栄華を極めた一国であった象徴であり、誇りを感じていた首里城。心の中で崩れていく琉球民族としてのプライド。幾度となく首里城は焼け落ち、その度に沖縄は更に逞しく発展を遂げてきました。奇しくも、首里城が炎上した翌日に開院した事は、沖縄が復興する一助となれるよう頑張らねばと心に誓った日でもありました。その首里城は、龍体を表現されて築城されたと言われています。龍樋（龍口から流れでる湧泉）を龍頭にして、龍の体を表現しながら色々の御嶽々があります。その中に、龍の喉元にあたる龍泉という泉井があります。尾は「クンター御嶽」となっている様です。「球陽」には、「建都の地（首里）は正龍、小禄豊見城地方を青龍、那覇の水は国場地方に至り龍の如し…」とあります。首里王城、玉陵の地相を龍に関連して位置づけ判断していた事は興味深いと思います。

琉球の先祖はどのような意識だったのでしょうか。琉球は自然発生の集落時代から、按司（権力）の時代へ。更に国家的時代（中央集権、尚王統）へと進み、国際化時代へと変転し、科学文明時代となります。「琉球神道記」の「琉球開闢話」より紐解くと、血族集落時代以前より、キミマンモムという琉球の神を拝し、海底を宮として神託をされたと記載があります。久高島のノロは、「琉球神話の舞台となった久高島のいしき浜の御嶽は、紺碧の大空を神殿の天井とし、碧き大海原は神殿の床である」と話された。その壮大なる大自然の神殿に向かって、ニライカナイ思想が生まれます。東方の海の彼方、または海の底に極楽浄土があり、豊穡や生命の源であり、神界でもあると言われていました。琉球の古人はそこに意識を合わせ、生活を営んでいました。「沖縄の心」の原点はそこにあると思います。2019年5月デニー知事は、「沖縄の心とは、ウヤファーフジ（祖先）から受け継いだチムグクルの考えを尊重して、誰もが互いに助け合い、そして誰もが皆取り残されることなく幸せになっていく事を皆で作っていく。そういう思い、理念を実現したい事がウチナンチュの心、沖縄の心ではないか」とおっしゃっています。私は、チムグクルとは、澄み切った青空の様な、純粹無垢の赤子の様な純粹意識と解しています。純粹意識で日常を営み、大自然と一体感を持ったウヤファーフジ達は、計り知れない叡智が備わっていたとしか思えません。地図も海図も持たず、星と風を頼りに大航海時代を駆け抜けます。出発点となるウヤファーフジ達の心が織りなす遺産は、組踊、空手、エイサー、三線、紅型など世界に誇れる多様な文化、芸能を生み出しました。「唐の世」から「大和の世」、「大和の世」から「アメリカ世」、「アメリカ世」から「大和の世」と政治的に分断される中でも、どんなにたっぴらかされても、脈々と沖縄の心を紡いできました。私自身の中で、薄らいでいく琉球の歴史的認識、精神文化を呼び起こし学んでいきたいと考えています。デニー知事の「理念」とは、その土地の identity が凝縮された琉球神話に秘められており、理想なき





## COVID-19 診療

豊見城中央病院 呼吸器内科  
佐藤 陽子

丁度1か月にわたる COVID-19 診療が落ち着き、感染症病棟から通常業務に戻った直後に医師会から寄稿の依頼文書が届きました。今ならと COVID-19 流行第1波の感染症診療に携わった経験を書いてみようと思います。

4月8日夜、発熱と咳嗽、呼吸困難を主訴に来院した40代男性。まさに今問題となっている肺炎に違いないと思われる症例が救急外来を受診。3月末の海外からの持ち込みを皮切りに県内ではすでに40人近い COVID-19 感染者が確認されており、当院も戦闘体制を整える時(遅いですが)と9日には7階の個室病棟を空にし、10日には簡易陰圧装置を使った陰圧病棟が完成、同日夕には早速1例目が入院となりました。内科医師3名で診療チームを結成、専門科の病棟業務を外れて COVID-19 の外来、入院診療を担当する方針が決まり、診療支援事務の方が病棟に即席の医局を設置、着替えやタオル、おやつまで揃えて下さいました。

診療開始から最初の2週間は過酷でした。朝早くから病棟業務とともに新情報を取り入れ、1日2回の ICT+ 関係部署とのミーティング、外来に押し寄せる発熱患者一人一人に対し保健所に問い合わせる検査を受けてくれる確証を得てから検体を採取、また腎盂腎炎、完全房室ブロックなど発熱や呼吸困難の鑑別診断も行いました。毎日のように新規患者さんも入院し、1日終わってやっとカルテ書きと保健所提出書類を完成させ、シャワーを浴びて、21時から22時に帰宅の日が続きました。挿管を要する症例発生時には挿管の達人(救急科、麻酔科、ICU)が施行する事が決まり、挿管チーム結成。救急の先生によって病棟挿管のシミュレーショ

ンが行われました。最初の挿管症例はシミュレーションのまさに翌日でした。呼吸状態が悪くなるスピードは噂どおり、入院から2日後には挿管、重症対応可能病院への搬送となりました。低酸素はシビアでも自覚症状に乏しい患者さんの挿管を決めるのも本人へお伝えするのかなりのストレスでした。これが最後になるかもしれない患者さんが後悔する事がないようにと挿管まで少しのお時間をとってご家族や職場の方に連絡をとって頂きました。心の準備をするには医療者、家族、最も本人にとってあまりに短い時間でした。

挿管症例を送り届けた直後に呼吸不全を伴った広範な肺炎症例が2例続けて入院。どうしても重症化を防ぎたく現在、可能性のある治療を全て行いました。幸い挿管は免れ、元気に退院の日を迎えることができました。

最初の立ち上げから一緒に頑張ってくれた内科専攻医はとにかく患者さんを診て、総合内科医として一人前以上に働いてくれました。引き継いだ専攻医は我々が完成できなかった COVID-19 診療に関する外来と病棟のマニュアル、治療のフローチャートを完成させてくれました。入院患者さんとのテレビ電話ツールも導入され、重症患者対応、院内 CPR のマニュアルなどが次々に出来上がり COVID-19 診療の体制が少しずつ整っていきました。医局には私が書いた中学生レベルの活動日記とともに病棟や外来テント、ミーティングの写真が張り出され、医局員に知っていただく努力も優秀な ICD がしてくれました。

当院でさえこの様な状況であり、指定医療機関及び重症を受け入れてくださっていた病院スタッフの心労は想像を絶するものとお察します。一県民として心から感謝いたします。このような状況下に県内企業の方々から沢山の御支援をいただきました。また当院のスタッフの協力と支えがあって成り立った診療だったと改めて気づかされました。本当に本当に有難うございました!!











するだけで、24時間以内に全人類に向けて出版されます。全て日本語で入力可能です。身元を一切公開せずペンネームで出版できるため、他人の目を気にする心配も無用です。

私はこのシステムで一年程前から小説を数点出版し、ごく僅かですが販売実績があります。はじめて印税が振り込まれた時は嬉しかったです。読まれたページ分の印税が貰える仕組みのため、販売履歴が詳細に表示され、自分の小説がどの国(通貨)で何ページ読まれたのかも分かります。16万文字の長編SF小説を全ページ読みきってもらった事が分ると、次の執筆の励みにもなります。殆ど自己満足の世界ではありますが、小説家になるのは非常に簡単な時代がきています。緑陰読書の季節に、小説家になりたいと夢をもっている方はチャレンジしてみてもどうでしょうか。



### 沖縄 4年目

安里眼科おもろまち駅前院  
安里 瞳

沖縄に引っ越してきて4年目となりました。住み始めた当初は、晴れた日に洗濯物を外に干しても乾かないほどの湿気に衝撃を受け、湿度計をあちこちに置いてにらめっこして過ごしていましたが、最近は、今日は外で洗濯物が乾きそうとか、エアコンのドライを入れた方がいいとか、湿度計を見なくてもなんとなく体感できるようになってきました。夏になるとカタブイ(片降り)しそうとか、冬になると寒くなくて乾燥してなくて過ごしやすそうとか、そろそろ梅雨入りだとか、季節の移ろいもだいたい分かるようになってきて、沖縄に慣れてきたなぁと身をもって感じています。子供の小学校や保育園でママ友もでき、仕事も充実してきて職場での居場所もなんとなくできて、引っ越してきた頃のような居心地の悪さはなくなってきました。

まだ1年目の慣れていない頃、10年住んだ福岡に帰りたい、実家のある大分の温泉に入りたい、と無い物ねだりばかりしていましたが、ある時、せっかく沖縄に住んでいるのだから沖縄の楽しいことを見つけてみようという気持ちになりました。それから、食いしん坊で麺類好きの私はまず沖縄そばに目をつけ、同じく麺類好きの娘を連れてあちこち食べ歩くようになりました。沖縄そばの魅力は、うどんほどあっさりではなくラーメンほどこってりでもなく、大人も子供も食べやすいということです。あまり遠くまでは足を運んでいませんが、私のつけた麺記録によりますと、かれこれ40軒近く行ったようですし、これから行ってみたい店のリストもまだあります。最近はお気に入りの数店をリピートしたり、家族や友人が沖縄に来たら連れて行ったりすることが多くなっていましたが、新型コロナウイルス感染症の流行により自粛生活を強いられめっきり行かなくなり、そろそろまた行きたいなぁと思っているところです。

沖縄で見つけた楽しいことといえばもう1つ、やちむんです。福岡に住んでいた頃から、うちには結婚祝いいただいた数々のお皿があり、父が趣味で作ったお気に入りの陶器もあり、洗い物を楽にするためのワンプレートもあり、子供が落としても割れないプラスチックの器もあり、食器にはとくに困っていませんでした。ですが、2年ほど前に友人の家でごちそうになったラーメンのどんぶり、土色でいびつな形をしていて、それがとても素敵で、私もどんぶりがほしいなぁと思ったのがきっかけでした。最初はどこで売っているのかも分からなかったけれど、友人からいろいろ情報を得ながら見ていくと、私が欲しかったのはどんぶりではなくてマカイ、それも麺類を入れる大きなサイズの「そばマカイ」と呼ぶことを知り、他にも様々なやちむんにも目が行くようになりました。同じようなサイズでも作家さんによって色や形や厚みや重さが違い、数ある中から自分の好みの物を見つけて少しずつ集めていくのが楽しみとなりました。そして、今日はこのやちむんを使って



うさんが小さかったときの話をしてくれる。おじさんおばさんは、おとうさんがお兄ちゃんだったり、弟だったりする話をしてくれるね。仕事仲間の人は、おとうさんがお仕事をどんな気持ちでしていたか、教えてくれると思う。そして、いつの日かきみの心の中に、きみだけのおとうさんがいることに気がつく。これからきみが大きくなっていくなかで、おとうさんと話したいことがあれば、心の中のおとうさんに聞いてみてほしい。そして、きみに笑顔でしあわせに生きていてほしい。それがおとうさんのいちばんの願いだから。

そして、きみがおとうさんを大事に思う気持ちと同じくらい、この世界を愛して、大事に思っていてほしい。

きみが産まれておとうさんと出会い、おとうさんが還っていったこの世界を。



### ユタがユ(言)ってタ

沖縄県立北部病院 総合診療科  
篠原 正樹

沖縄に住んでいれば県外出身者であろうと時折耳にする「ユタ」。沖縄のシャーマン的な存在だが、私自身はこれまでほとんど接することはなかった。思い出せることといえば県外出身の「湯田さん」という患者さんがいて、「ゆたって自己紹介すると沖縄では驚かれます」という会話をしたくらいだ。

突然だが、今年4月妻が病気を患った。

幸いにも？ COVID-19 流行のため学校は休校で、子供らは妻の実家に預け、私はこれまで通り仕事を継続し、妻の入院生活をサポートすることができた（病院は面会禁止のため実質は何もしていないのだが…）

そんな中、藁にもすがる思いなのだろう、義母と義妹らがユタに相談に行った。極稀ではあるが、これまでも何か困ったところがあるとそ

のユタに相談していた事は知っていたため、私自身はそんなに驚かなかった。

（私は現時点でもそのユタに一度もお会いしていないため、ここからは全て義母や義妹、妻から聞いた話である）

ユタは私たちのアパートや実家の住所、視て（診て？見て？）もらいたい人の生年月日、干支などを聞き、診察？を開始し以下のことを言った。

- ・部屋は1階って言っているけど、作りからすると2階じゃない？（←正解）
- ・部屋が斜面の底の方にあるから、悪いものが溜まりやすい。
- ・部屋にダンボールがたくさんある（←正解）。すぐに掃除しなさい。
- ・靴箱に赤い紐の靴があつて（←正解）、悪さをしている。捨てなさい。
- ・ミッ〇ーのカレンダーがある（←正解）、こっちを見ている、撤去しなさい。
- ・テレビの棚にも何かこちらを見ているものが貼られている（←正解。子供が書いた何かの絵）。撤去しなさい。
- ・そもそも部屋に不要な物やぬいぐるみ、ミ〇キーやミニ〇のものが多（←正解）。捨てなさい。（やたらディ〇ニーに厳しいな）
- ・ラップ類を外に出している（←正解）、引き出しにしまいなさい。
- ・トランクケースのローラーの面を下にしている（←正解）。ローラーは地面に接しないようにしなさい。
- ・収納ケースはニト〇で買いなさい（指定かよっ!!）

などなど（家の中のご指摘は全て正解!! 怖っ!!）。

アパートは流れが滞る場所にあり、部屋に不要な物があると悪いものが溜まり良くないことが起きるため、悪いものが溜まらないように掃除し、神様が入って来やすい環境になるよう努めなさい、という事だった。

Stay home の中、自宅の断捨離を行った方もいると思うが、私もなかなか頑張った。家の中

を監視されている怖さ、義母らの期待とプレッシャーもあり、ほとんど家事をやって来なかった私が珍しく頑張った。

大量のゴミを2週間くらいで捨て終わった時のユタの私への評価は「旦那さん、一人でやっているにしてはなかなか頑張っているよ」というものだった。

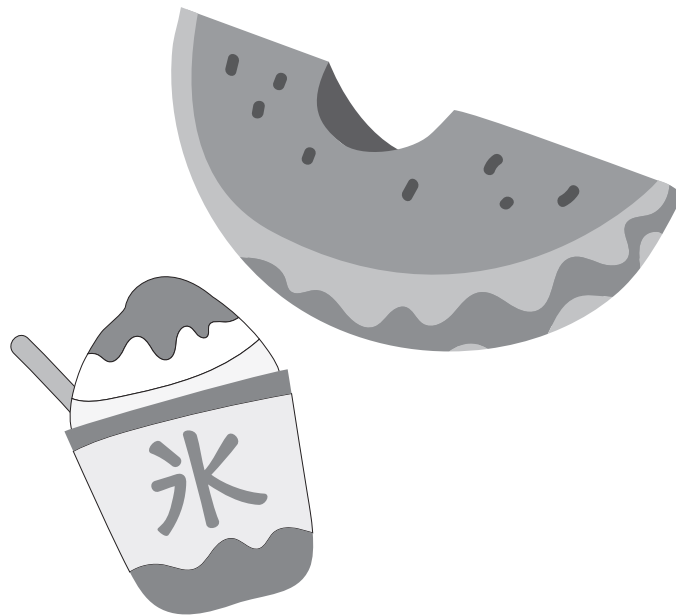
ユタに覗かれている感覚での一人暮らしは不気味だったが（他にも恐怖体験多々あり）、元来の楽天的な性格ゆえ、すぐに慣れた。そしてユタからの指令もサボるようになった。貼れと言われたお札も貼らなかつたらすぐにバレた。

最近では「もうあの家に帰るのは諦めた方がいいね」と言われているようだ。

妻を案じて色々やってくれるこのユタには感謝しているが、のめり込めない自分がある（だからユタは医療職が嫌らしい）。この投稿もバレてしまうとまたお叱りを受けるかもしれない。

皆様の患者さんにも実はユタを信じている人がいるだろう。私の体験は一例に過ぎないが、僅かでもユタ信仰を理解する助けになればと思う。

ちなみに気になるお値段だが、子育て世代だからという理由でお気持ち分だけでいいそうだ。ありがたい。



# 「人の逝き方を考える～終末期医療と尊厳死」

(源河 圭一郎著 合同フォレスト出版)



介護老人保健施設「あけみおの里」施設長 石川 清司

スーパームーン。令和も2年。4月の満月は殊のほか大きく、そして澄んで見えた。地上ではコロナウイルスの嵐が猛威をふるっている。天と地、そこには対照的な風景が描かれていた。東の間の「時」を、ウイルスの嵐を避けて、やんばる、本部(もとぶ)の静寂の中で目にした満月である。

時を同じくして、恩師、源河圭一郎先生の著書「人の逝き方を考える～終末期医療と尊厳死～」(合同出版)に出会った。地球を照らす、その背景に大きな変化はみられないものの、病氣、疾患の流れは、時に穏やかに、時には嵐となり、その風景を変えていく。

本の目次である。第1章:終末期医療と尊厳死、第2章:タバコと肺がん、第3章:結核、感染症、第4章:長寿県・沖縄、第5章:国立療養所沖縄病院での勤務、第6章:昭和・平成・令和の時代の医療に身をおいてとなっている。厳しい疾患と向き合った時の流れがここにある。

「人の逝き方」。猛威をふるい、多くの悲劇を演出した沖縄の「結核」の歴史と医学、医療の闘いがあった。国民の、県民の生活レベルの向上と特効薬の登場により、呼吸器外科領域の「胸郭成形術」なる用語も消えていった。ページをめくると、折り重なって「肺がん」との闘いへと展開されて行く。これらの疾患の過酷な歴史があり、必然的に「人の逝き方」、そして「生き方」についてのテーマを避けて通るわけにはいかない。患者も医者も、共に悩んだ歴史がある。

本書の第1章が「終末期医療と尊厳死」となっている。沖縄の呼吸器外科の先導的役割を担った著者の足跡から、必然的に導かれた道程でもある。目前の、厳しい疾患と必死に闘う個々人の「生き様」と「逝き方」の狭間で、悩みながらも

現実を真正面に捉え、受け止めた臨床医であり、研究者でもある著者の深い想いが刻まれている。

第2章、3章で、沖縄の肺がんと結核の歴史が記録され、県民に対する啓発活動の足跡を辿ることが出来る。長寿県沖縄を健康長寿の島へと向かわせるための願いが込められている。

著者は、長く、日本尊厳死協会の沖縄支部長の任を務められた。「寿命」もまた、正面から受け止めることを説く。尊厳ある「死」は、尊厳ある「生」を生き抜くためにある。

戦時中、海上で、学童疎開船「対馬丸」の炎上を目撃した著者の心の奥底に、人の命の重みと平和を希求する炎が灯されたものと思われる。消すことのできない、悲惨な戦争の影が見えてくる。

出会いを大切に、診療の現場から描かれた著者の論文は500本を超える。あえて、その時代の、その時の厳しい疾患と向き合った著者の医師としての真摯な姿勢が綴られている。

今一度、尊厳ある死、そして尊厳ある生について考えるために、今回、まとめられた本書の一読をおすすめいたします。



# お知らせ

## 「2021年版医師日記(手帳)」の購入について

日本医師会から標記医師日記(手帳)の斡旋方依頼がありますので、お知らせ致します。  
購入ご希望の方は、下記注文書(本頁をコピーしてお使い下さい)により本会迄お申し込み下さい。(TELでも可 098-888-0087 FAXでも可 098-888-0089)

なお、代金は申し込み後、貴口座から引き去り徴収、または請求書を送付いたしますのでご了承下さるようお願いいたします。

### 記

1. 仕様
  - ・表紙 羊皮スウェード(橙色)透明カバー付き
  - ・サイズ 横95×縦160mm(本体78×150mm)
  - ・2020年12月から2022年6月までの月間スケジュール及び  
2020年12月から2021年12月までの週間スケジュール
  - ・付属品 日本医師会・都道府県医師会役員名簿、鉛筆(紐付き)
2. 価格 1冊 2,100円送料込み(引去予定日 12月7日)  
※締切後のお申し込みにつきましては、個人価格(2,300円)となります。
3. 締切日 令和2年10月22日(木)

令和2年 月 日

沖縄県医師会行  
TEL 098-888-0087  
FAX 098-888-0089

「2021年版医師日記(手帳)」注文書

品名	単価	冊数	金額
2021年版医師日記	2,100円	冊	

上記のとおり注文します。

住所 \_\_\_\_\_

医療機関名 \_\_\_\_\_

氏名 \_\_\_\_\_



# ご 注 意 を !

沖縄県医師会理事 徳永義光

## 1. 【金銭交渉について】

医事紛争発生時に、**医師会に相談なく金銭交渉を行うと医師賠償責任保険の適用外となります。**

医事紛争発生時もしくは医事紛争への発展が危惧される事案発生時には、必ず地区医師会もしくは沖縄県医師会までご一報下さい。

なお、医師会にご報告いただきました個人情報等につきましては、厳重に管理の上、医事紛争処理以外で第三者に開示することはありませんことを申し添えます。

## 2. 【日医医賠償保険の免責について】

日医医賠償保険では **補償されない免責部分があり100万円以下は自己負担となります。その免責部分を補償する団体医師賠償責任保険があります。** この団体医師賠償責任保険は医師の医療上の過失による事故だけでなく、医療施設の建物や設備の使用・管理上の不備に起因する事故も補償いたします。

詳細については、沖医メディカルサポートへお問い合わせ下さい。

## 3. 【高額賠償責任保険について】

最近の医療事故では高額賠償事例が増えていることから、日医医賠償保険（1億円の限度額）では高額賠償にも対処できる特約保険（2億円の限度額）があります。特約保険は任意加入の保険となっております。

詳細については、沖縄県医師会へお問合わせ下さい。

### 【お問い合わせ先】

沖 縄 県 医 師 会 : TEL (098) 888-0087

沖医メディカルサポート : TEL (098) 888-1241