

# 新春 干支 随筆



数え七十三歳を迎え詠んだ狂歌・戯れ歌  
後期高齢直前者の生き様ははこれだ！

金城 毅

月日の過ぎ去るのは誠に速いもの、特に年齢とともにその速さは幾何級数的に倍加する気がしてならない。十三年前。還暦を迎え「ああこれで俺も赤いチャンチャンコ組の仲間入りか」と、一抹の寂しさと得もいえぬ達成感を覚えたことがつい昨日のような気がする。それが、古稀も過ぎ今年で七度目の干支（数え七十三歳己丑のトウシビー）になってしまった。流石この歳になると、気力・体力・記憶力を始め身体の諸々の機能が衰えた事を認めざるを得ない。

この世に生を受けたからには、受け入れざるを得ない森羅万象の宿命というものだろう。とはいうものの、時には歳に抗って老躯に鞭打ち筋トレで体力を鍛えたりする。

ゴルフ場では、努めてカートには頼らず、歩き廻り足腰の持久力維持に努める。もっとも、それだけでなくも下手くそゴルファーのボールは左右にぶれるので、ラウンド中は自然良いウォーキング運動になる。

時には、庭で放し飼いにしている縄文時代の遺伝子を持つ琉球犬と遊ぶ。我が家のコンパニオン犬は、どう猛なツラ構え（小生にはイケメンに見える）とは似合わず家人とも違い、何時如何なる時にも忠実で飼い主の期待を決して裏切らない。

千切れんばかりに尻尾を振ってはしゃぎ回る愛犬とジャレ遊んでいると、不思議にも自分も犬と同じ喜びに巻き込まれ、だんだん嫌なことや心配事等が解消したような気分になり爽快である。

その他、効果があろうが無かろうが、今まで読む機会が少なかった小説とか月刊誌や社会経

済誌等多分野の書物を雑読したり、これまで思ってもみなかった下手な戯れ歌に挑戦し、頭の老化を阻止したつもりの錯覚に陥っている。

ゴルフでは有ること無いこと自慢話を書きまくって、義理や善意で読んでくれそうな知人に送りつけ、無理矢理読んでもらい、ギリシャ神話のナーシサスよろしく自己満足に浸ってほくそ笑んでいた。もっとも、最近では自慢できるゴルフの内容にはほど遠く、おかげで知人の皆様は下手な自慢話を読まされる苦行から当分解放され喜んでいる事と思われる。此の趣味は、これまで自分だけの密かな楽しみであったが、照屋先生、当銘先生のご依頼を受け、最近の同世代の生活を客観的に眺めたつもりの狂歌の一端を、恥をかくのは覚悟でほんの一部発表させてもらうことにした。

勿論、これまで高尚な俳句や和歌の勉強をした事も無く、形式は兎も角全くの自己流の戯れ歌ですので、稚拙さはもとより難解な言い回しや、凡そ格調のある三十一文字にはほど遠い「こりゃ何じゃ？」と思う箇所もあろうかと思いますが、老後のお遊びだと七十翁に免じお許しねがいたい。

後期高齢直前者の生き様を、狂歌のつもりの歌詞の中から垣間見て下さり、多少なりともご理解いただけたら、投稿した甲斐があったものと思います。参考になるかどうか解りませんが、枕を付けました。

## 反駁

歳寄れり 五臓五感に五体まで 奮い被らむ  
冷や水だとして

## 独歩

長老に 聞けばよかったこの先は 何しろ  
未熟老いの世渡り

## 不慣

紅葉より 若葉マークがより似合う 初心  
運行 余生の道は

## 履歴

馬齢のみ 我が生涯に悔い多し せめて喜寿  
までボケず達者で



反逆

待て、迎え 来るなら来いと生き急ぐ 残り  
 少なき時こそ宝

輪廻

親は逝き 友何人か既に消え 巡る四季とて  
 我に幾年

驕奢

意気高く 年金はある老頭児も 気が引けは  
 する悠々自適

懸念

逝くとしても お前が先では俺困る お前残す  
 も不憫で行けぬ

矛盾

往生は 早くてもだめ遅くても 未練は尽き  
 ず寝たきりも嫌

危惧

もう直だ 誰が後押す車椅子 俺は重いぞお  
 前どうする

理想

大詰めは 年金減らず志気もあり 国落ちぶ  
 れぬ安らぎが夢

老徴

もう嫌だ 夏は暑気バテ冬は風邪 春と秋だ  
 け生きた心地は

忘却

何処置いた 我が家の日課何時の間に 迷い  
 眼鏡と物の家捜し

迷惑

老婆心 爺にもある親切の 下手な押し売り  
 大きなお世話

老態

適当も 皮一重なり不適當 休めば鈍り気張  
 れば腰痛

健忘

忘れてた うっかりしてたは口癖に 思い煩  
 う痴呆の芽生え

失念

アレ・ソレと コレが出しゃばる焦れったさ  
 有名人も名無しのホラに

備忘

記憶より 忘れる特技勝り来て 予定の行動

手帳が差配

懐古

杵柄が 話題邪魔して蒔蓄は 口角泡を昔話へ

遊遊

わしゃゴルフ わしの時間はわしのもの わ  
 しが使うにわしを責めるな

過多

惰性から ひと味足りぬゴルフ漬け 寝かす  
 暇なく身はバテ食えぬ

不安

生き甲斐を 誘い誘われ気掛かりは コース  
 来ぬ奴怪我が病気か

競争

気の置けぬ 勝敗抜きの仲間でも こっそり  
 通う抜け駆けレンジ

裏腹

毎日が 祝祭日では年金と そろって減るは  
 気力体力

不況

せちがらき 子等の世過ぎは荷が重く 親の  
 細ズネ囁り終わらず

血筋

老えばなお 他人の情けと支え合う 身内居  
 てこそ心安まる

改革

仏壇と 位牌はどうなる子や孫の 住処は遠  
 く意識も雄飛

慣習

冥土には 形式いらぬと思えども 古き習わ  
 しそうはさせまじ

難問

伝統を 受け継ぐことは気が滅入る ご先祖  
 の知恵黙殺できず

試練

子育ても 親の介護も無事済めど 生きてく  
 試練尽きる事無し

自立

気がかりは 自分の介護は誰が何処で つい  
 に来たかや七度目の干支

稚拙

無免許の 孫の冷笑直ぐ僻み 降りて落胆

駐車の歪み

自業

食い物が美味くてまずい体には つい食い過ぎて痩せるひまなし

粗忽

不器用の 手と目は離れドジ・ヘマの 歳が邪魔して地団駄を踏む

繰言

及ばずも 今は昔のつい愚痴が あれも出来たしこれも遣れたと

嗜好

辞書類 「てにをは」いじり生きた日の言の葉紡ぎ狂歌に織り込む

稚気

悪い趣味 薄れた記憶絞り出し 健忘引き連れ卑近を風刺

安堵

横好きが 膏肓に入り病む如く 詠めば侘びし下手に落ちつく

平成二十一年 (己丑)



生まれ年 (とうしびー) にちなんで

仲地産婦人科クリニック  
仲地 紀正

若いつもりでいるうちに、小生も今年は古稀を迎える年である。昭和12年丑年生まれは丁丑 (ひのとうし) と言うのだそうだ。

その特徴とは、「耕牛または野牛といい、労働的な役割を強く持った運勢で、自分のことよりも他人の力持ちになることが多い」と書かれている。同意するかは別として、仕事に趣味、友人関係など順風満帆、楽しく過ごしてきた。

特に趣味のゴルフは「好きこそ物の上手なれ」と自負しながら、毎週欠かせない。楽しくてやめられないと言うのが本心なのだ。だが、

それも最近、飛距離が伸びず、どうしたことかと首をひねる。道具のせいにしてみたり、食事のせいにしてみたりする。数年前までは、ドライバーショットが230ヤードだったのが、今では200ヤード以下で、自分では納得いかないのである。また、ゴルフ場にある高さ約50cmの張り渡されたロープを飛び越えようとジャンプを試みるに、失敗して転倒してしまった。失敬、失敬。幸い無傷であったが、無理しないことだと肝に銘じた次第である。

先日、青森で開催された同期会に出席した。出席者もだんだんと少なくなっていく中で、やはり久しぶりに会う仲間の元気な顔が見られるのは嬉しいことだ。来年の開催地は東京にしよう、再来年は沖縄にしよう等と、和気あいあい、また会う約束をして別れてきた。2年後の沖縄での同期会は、浦崎彦志先生と小生が接待役となる。今からああしようか、こうしようか等と計画を思案し、楽しみを膨らませているのだが、反面それまで元気に過ごせたらなども考える。「周りの友達の話題が健康管理になってくると、年を取った証拠だよ」と昔、誰かが話していたのを思いだした。加齢とともに身体能力の低下は当然の事と思われるが、今まで簡単にできたことが、出来なくなってきたことに納得できずにいる。

大きな病気もせず元気に過ごしてきた小生だが、年には勝てないな、と苦笑いである。老いを恐れず、老化をもっとポジティブに受け止め、今後の生活をエンジョイしていきたいと考えている。





**世界一の「長樹」**  
**緑のトンネル、沖縄の名物**  
 榕原医院  
 池田 祐之

**動機**

暑い沖縄でも木陰を吹き渡る風は驚くほど涼しい。元来、各地の集落の広場には大木が木陰を作っていた。生活の激変で木は伐られ、日陰のない、暑苦しい町に変わった。木陰を取り戻したい。紹介するのは、ここ20年ほど温めているアイデアである。新春の夢を語るには格好の話題と考え、披露する。

**見聞**

有名な日光の杉並木は全長約37kmで世界一長い並木道とされている。道の長さとして併せて、そこに植えられた木も立派であることが重要である。その土地に適した木が力一杯伸びている姿に見る人は感動する。現在の街中で見かけるチャチな並木を見るのとは別の視点が必要である。

オーストラリアのシドニーに植物園がある。30年前、ここで大きな木を見た。建物の間のテニスコート3面分程の広場の中央に大きなインドゴムノキがあって、広場全体を傘のように覆っていた。

TV番組「宇宙船地球号」(2004年10月17日(日)放送)でインドゴムノキの活きている橋を放映していた。それはヒマラヤの麓の村にあった。インドゴムノキの気根を束ねて水平に引き伸ばして谷を渡すのである。歳月を重ねると気根は太く成長し、対岸に根を張り枝も生えて、人や家畜が渡ることが出来る立派な橋になっていた。

ガジュマルと言えば名護の「ヒンプンガジュマル」である。何度か見に行った。それだけで一つの世界、生態圏を維持している様な風格を感じた。しかし、あれは孤立樹である。あれが並木ならどうなるであろうかと考えた。

**提案**

那覇から名護まで木陰を伝って歩くことができる長さ70kmの世界一の緑のトンネルを作ることを提案する。木の種類は、沖縄ではフクギ、ガジュマル、琉球松、アカギ、チャーギ、ホルトノキ、イジュ、楠木、ゴムノキ等がある。ガジュマルを推薦する。ここまでは普通の発想、平凡な提案である。私の提案の独創性はガジュマルの特別な性質を活用することにある。

1本のガジュマルの木から分かれた枝は絡み合うと溶け合う。そこで、一本の親木から挿し木で3万本の苗を育て、沿道の両側に暫定的に5m間隔で植える。元は同じ枝である。20~30年もすれば梢は絡み合い溶け合って、並木どころか、長さ70kmの一本の木、世界一の巨木になる。幹の間隔は成長を待って適切に調節する。普通、木の大きさは、樹齢、樹高、幹回り等で表現する。長さで表現するところがユニークである。

この提案の利点は、規模が大きく、一見、実現困難と受け止められるが、技術的には至極単純な原理で成立することである。成立に20~30年、出来上がった姿を見て、模倣しても育つのに20~30年を要する。短くとも半世紀間、長ければ数世紀間、独創性を主張できる。

緑のトンネルを眺め、その下を歩くために沢山の人が沖縄を訪れる。健康と観光の資源として有効であろう。

沖縄と言えば台風である。毎年の台風に耐えて折角大きくなった木がある年の台風で根こそぎ倒されたり、太い枝が折れたりしたのを見てきた。アカギもガジュマルも被害を受ける。多くは根が貧弱な時、災難に会う。一本の木にしてしまえば隣同士の幹が支え合うので被害は少ないであろう。

**実証試験**

原理的に可能でも、実例がなければ信用しないのが世の中である。実現可能証明と苗木生産を目的に、実証試験を行うべきである。

先ず、由緒正しい親木を選定する。生物学的にはどうしてもよいことであるが、故実に詳しく



く、一家言ある人物が必ずいるもので、こうした物々しさも世間的には必要である。いわば、お祭騒ぎととらえれば理解されよう。この木から挿し穂を4～50本採取し、苗木に育てる。適当な公園に苗木を2列に植え、梢の融合を実証する。実証が終り、「長樹」育成が決定すれば、これらの実験樹から苗木を大量生産する。

**夢想**

百年後、沖縄は再び長寿の国である。長樹は健康保持のシンボルとして全島に伸長し、年間1千万人の観光客がこの木の下を歩き、走るために世界中から訪れる。6割は中国人である。涼風が吹き渡るので夏にもマラソン大会が実施される。見倣って2～3の国で長樹の育成を試みたが、病虫害があり、成功していない。



**古稀を迎えて**

まちだ小児科  
町田 宗孝

小児科医と産科医の不足で小児医療と産科医療の崩壊が大きな社会問題となっている。

昭和41年、私が小児科診療所を開設した当時は、県内の小児科医会会員は20名程度であったように記憶している。当時県立中部病院でも小児科医が空席で、内科医が小児医療を担当する時期があった。小児科医に限らず医師不足で、中部地区（浦添市、西原町から読谷村、石川市まで）の医師会会員は70余名であり、県立中部病院の医師を含めても100名程度で、何れの診療科の医師も多忙を極めていた。そのような状況の下で数少ない小児科医の諸先輩の頑張り、内科医や他科の医師によって小児医療が支えられていた。

28歳の若さで小児科診療所を開設したので臨床経験が浅く未熟ではあったが、若い体力と気力と情熱は充実していた。繁忙期になると連

日250人以上の患者さんで文字通り待合室から溢れ出て門前市をなす診療の傍ら、校医、保育園囑託医、市町村乳幼児健診、予防接種等、小児科医として当然の任務と心得て進んで引き受けた。多忙な30代40代には、いわゆる3分間診療を余儀なくされ、短時間で診断に必要な情報を得るのに全神経を集中し、所見の見落としに特に注意、問診は勿論のこと、視診（視覚）、聴診（聴覚）、触診（触覚）、臭いを嗅ぐ（嗅覚）時には舌（味覚）の五感を総動員し、更に第六感まで働かせて迅速で的確な診療を求めると緊張の連続であった。

連日の激務に耐える体力と体調の保持、精神の安定がなければ良い診療はおぼつかない。中学、高校時代の友人達や地域、PTAのスポーツ行事に進んで参加し、体力の増進とストレスを解消し、心身のリフレッシュに努めた。小学、中学、高校と学校代表として陸上競技他に出場、高校陸上競技県大会砲丸投げ2位、800mリレー3位、沖縄市陸上競技30代砲丸投げ1位、走り高跳1位、走り幅跳1位、40代100m1位（12秒0）等の成績を残す事が出来た。医師としての存在の他に、スポーツを通して多くの方々と親しく交わりを持つ事が出来た事を誇りに思っている。

40代まで心身ともに20代と遜色無い機能を保って診療に励み、スポーツを楽しんで来たが、40代後半から肉体の老化の兆として、過激な運動で怪我（脊椎分離症、下肢の筋膜断裂、肩関節腱断裂）を体験するようになり、老眼の進行で老いの始まりを認識する。50代では老眼鏡の度数が増え、60代に入ると疲労回復の遅れや聴力の低下、記憶力が衰えた。人の名前や薬品名、草花の名前が思い出せないなどで、夫婦の日常会話で「えーっと、あれよ、あれ、えー、何て言ったっけ、あれ」と云う事がしばしば。ゴルフでも300ヤード飛んでいたドライバーショットが240ヤードに落ちるなど身体諸機能の衰えが顕著になった。

医療に携わる医師は永年の経験と研鑽を積み重ねていても、体力、五感、第六感、記憶力、

気力の衰えの為に、診療に関して重大な誤りを犯す事が有ってはならない。医師免許は終身免許であっても、命を預かる医療行為は的確な診療がおぼつかないと感じられた時（自覚的、他覚的）に終わりにするべきであると思う。小児科医不足と言われるが県内の小児科医会会員は40年前の20名から160余名に増え、多くの新進気鋭の小児科医が頑張っているの、古稀を迎えてそろそろ幕引きの時期を模索したい。



### 72回目の新春を迎えて

特定非営利活動（NPO）法人  
沖縄県難聴福祉を考える会  
附属診療所「補聴相談のひろば」  
野田 寛（琉球大学名誉教授）

小生、当地沖縄に参りまして35年が過ぎ、人生の半分以上を当地にお世話になっていることとなります。

35才時、重症の肝疾患（細胆管性鬱滞性黄疸）にて6ヶ月間入院治療を受け、恩師斉藤英雄教授より「南国でゆっくり静養せよ」と、琉球大学保健学部附属病院に、医学部発足までの2年間の地馴しをと派遣されました。

当時、当地に耳鼻咽喉科医は11名、勤務医は中部病院の新垣裕弘先生のみ、従って患者さんが殺到、静養どころか、予約が半年先まで一杯となる状況でしたが、これが逆療法となったのか、自己免疫疾患で一生治らないと宣告された肝疾患も完治、病前以上の体力に回復したことは、沖縄に来たお陰と、大変感謝致して居ります。

医学部創設が遅れ、引き続き医学部耳鼻咽喉科を担当することになり、2003年の停年迄お世話になりました。

この間、小生の専門の「扁桃病巣感染症の研究」は、世界の欧文論文を収集、各 section に

分類している Excerpta Medica から、「小生の研究論文を、関連教科に及ぶので、どの section に分類すべきか？新しい section とすべきか？その名称は？定期刊行雑誌等当社で引き受ける」など、一定の評価を受けることが出来ました。

当地の「風疹児」に、人工内耳を導入するに当っては、当初は医療機器認可前で個人輸入のため（厚生省の了解の上）、1台約350万円もするので、当時通商産業省に居られた仲井眞弘多氏（現県知事）の御尽力で日本自転車振興会よりの補助金（教室の外郭団体・社団法人・特定公益増進法人“琉球耳鼻咽喉科学研究振興会”が受皿）で行うことが出来ました。風疹児は、すでに口話修得時期を過ぎて居り、充分活用させられませんでした。後天性聾や、先天性聾でも4才迄に埋め込みますと、健聴人・児と区別出来ない程になり、大成功であったと、皆々様の御協力に感謝致して居ります。

この人工内耳適応は、“補聴器が活用出来ない”ことから始まりますので、補聴器適合に取組み出して、我国の「補聴器適合システム」が確立して居らず、日本の耳鼻咽喉科医が十分に指導性を発揮して来なかったことと責任を感じ、このシステムを確立する運動を16年前より取組んで居り（法律改正、補聴器相談医制度など一部達成）、これが小生の最後の課題で、難問題なので今後更に10～20年を要すると覚悟して居ります。

ところで、宮古島の「博愛の碑」を訪れた方が多いと思います。当時遭難した商船は小生の留学していたハンブルグ籍の船で、上野村が村起しでドイツ村を立ち上げる時に、小生がハンブルグ大にいたことがあり、ドイツの学会に行くことを総合事務局の知人を通し伝え聞いた当時の村長さんより、資料を探して来て欲しい旨依頼があり、留学当時の研究助手、病棟婦長などの手助けにより、ハンブルグ市資料館の地下7階に資料が保存されていることがわかり、ドイツ村商船の建造につながりました。2001年の第72回ドイツ耳鼻咽喉科学会で、日本人と

して8人目の名誉会員にして戴き、その祝賀の席で、サミット時に“Schroeder 首相 (当時) がどうして宮古島を訪れたか知っているか”と会長らに問いましたところ、“お前がそうしたのではないか!?”と皆知っているようなので、小生の方がビックリしました。

ドイツの学会は、非常に建設的な学会で、医学・医療の進歩を如何に実社会・生活に反映、応用して行くかも討議され、実に実質的学会で、遂々出席したくなります。小生の取組んでいる補聴器問題も、専門医の指導下にあり、“年に一度の補聴器チェックが法律になっている”など、見習うべきことが多く、我国の補聴器問題もこれを参考にシステム造りに取組んで行くつもりです。



古希雑感——丑年に因んで

知念小児科医院  
知念 正雄

2009年は丑年になり、昭和12年生まれは古希になるという。これまで生き延びてこれたのは希なことであり、これからの人生は余分な年齢を重ねることであるから感謝して生きなさいという意味なのかと勝手に解釈した。これまで牛歩で歩んできた人生だから今更焦ることはない。これからも小児科医という自分本来の仕事を誠実に実践していく以外にはない。

1) 第60回保健文化賞受賞のこと

さて昨年は図らずも第60回の保健文化賞を受賞し、多くの同僚や先輩の祝福と激励を頂戴した。心から皆様に感謝している。多くの仲間と一緒に活動したことに対する評価であり、私一人で成し得たことではない。これまでを振り返ってみても、なんと多くの人々に教わり、助けてもらったことであろう。

私は昭和45年から52年まで県立中部病院に

勤務して後に開業した。当時の小児医療では、肺炎や膿胸、髄膜炎など細菌感染症が多く、急性腎炎、小児リュウマチ熱、先天性心疾患など、本土では既に治療体系が確立した疾患が多数存在し、少ない小児科医は多忙を極めた。目の前の仕事をこなしながら、重篤な疾病に苦しむ子ども達を見るにつけ、必然的に小児保健的活動の重要性を意識するようになってきた。県立中部病院ではハワイ大学からの指導医や、厚生省からの派遣による多数の偉大な先生がたの薫陶を受ける機会に恵まれた。特に徐世模教授、国立岡山病院の故山内逸郎先生、国立小児病院の故永沼万寿喜先生など忘れられない方々である。さらに小児保健の実践的活動では、東大母子保健学教室の平山宗宏先生を中心とする乳幼児健診班と共に離島健診に参加したことが、小児保健活動の一端を身をもって体験し、私のその後の仕事の基礎を培ってくれたものと思っている。このように多くの同僚や仲間は友人であると同時に私の師であり、先生方のご指導があってこそ現在の私が在り、それが今回の保健文化賞につながったものだと思って、感謝の気持ちを忘れずにこれからも自分にできることを一つ一つやっていきたい。

2) 開業小児科医として思うこと

開業して32年が経過した。全国的に出生率が低下し、沖縄でも子どもの数が減少の一途をたどりつつあるのが現状である。診療所で見ると子ども達の疾病の内容や重症度にも大きな変化があり、又子どもたち本人や、一緒についてくる保護者(母親、父親、祖父母?)の様相にも変化が見られている。診療所では以前に見られたような重症な細菌性疾患は殆ど見られず、大部分がウイルス性感染症であり、風邪症状といわれる程度の状態で連れてこられるようになり、小児科医にとっても、又子ども本人にも良いことではあるが、その後のケアや予後のことを十分説明しなければならぬのが日常診療の怖さであり、手の抜けない毎日である。専業主婦(父、母)が少なくなり、子どものことよ



りも保護者の都合が優先されてしまい、小児科医にみてもらったから後は他人まかせにしてしまう事が日常茶飯事になってきた。少ない子どもが大事に育てられているのかどうか疑問に思うことが多い。最近の子ども達が少年期や青年期に達した時期になって、自分の存在意義の大切さに気づいていないと思われる事例に時々遭遇するのは、とても残念なことである。「誰も自分を見てくれない、自分の気持ちを理解してくれるひとがない…」など本気にそう思っている子どもがいることの重大さを認識すべきであろう。そこに親子関係のずれがある様に思われるし、小児科医が日常診療の中でその仲介的役割を果たすべき時代ではないだろうか。しかも乳幼児期に積極的に介入（支援）するのが、長期的展望からして効果的であろうかと思われる。小児科医が子どもの疾病のみに関わる時代は過ぎ去り、子どものあらゆる状態に関心を持ち、その対応に心すべき時代になっていると感ずるのである。医療、保健、福祉、教育、環境など小児科医が関わっていかねばならない領域が広がりつつある。「明日の時代を見据えた小児科医の役割は何であろうか？」と自問自答しながらの毎日である。

今までの診療の中で子ども達に私自身が育てられてきたので、これからは子ども達に感謝しながら子ども達のために何ができるかを考えながら、迷いながら (stray sheep) 良い仕事ができるようにしたいものである。



こって牛 (丑) としての抱負

琉球大学医学部医科遺伝学分野  
成富 研二

私は昭和24年の丑年生まれである。私が鹿児島大学小児科の医局員であったおおよそ30年前、宮田晃一郎助教授（現鹿大小児科名誉教

授）も丑年であった。私は、宮田先生は地道にしっかり一步を刻む「こって牛」タイプ、私は猪突猛進する「バッファロー」タイプと分類して妙に自分で納得していた。が、その私も今年とうとう還暦を迎え、かなり以前から宮田先生に習って「こって牛」タイプと変態している。学生にも「継続は力なり」こつこつと勉強を積み重ねることが大切である。「継続力には遺伝因子より環境因子がより強く連関する」「1日1ページ、1年では365ページ」などと講義しているのである。

私は琉球大学医学部に赴任して今年で25年目を迎える。故郷の佐賀県鳥栖市で18年、鹿児島市で18年過ごした。35歳の時、常日ごろ「風は南から」と訓示されていた恩師の故寺脇保教授（号は南風）から琉球大学行きを勧められ、平山清武教授と大鶴正満初代医学部長の直接の説得もあり琉大行きを決めた。沖縄に赴任した当初は、この周期でいけば沖縄も18年かと思ったが、とうに18年は過ぎてしまい25年目を迎えている。

琉球大学では、14年間平山清武教授の小児科学教室で助教授としてお世話になり、主に小児遺伝医学を担当した。1999年に琉球大学医学部附属沖縄・アジア医学研究センター教授として転出し、2003年から改組により医学部医科遺伝学分野として、遺伝医学の基礎研究を本格的に開始している。

小児科時代には琉球大学遺伝性疾患データベース (UR-DBMS) を開発し、その後遺伝性疾患診断用のソフトウェア (Syndrome Finder) へと発展させることができた。これは現在も継続して全国に向け公開している。医科遺伝学分野になってからは、要准教授や柳助教とともに分子遺伝学研究に力を注ぎ、注意欠陥・多動性疾患でのFGD1遺伝子の関与や、Opitz C症候群の責任遺伝子であるCD96を発見することができ新聞で報道された。また全国コンソーシアム組織で多くの責任遺伝子研究に参加し実績をあげている。今後は沖縄特有疾患での責任遺伝子の解明や、遺伝子検査システムの開発による



成果の地域還元を力に注ぎたいと考えている。

昨年11月からは琉球大学附属図書館長を拝命することとなった。琉球大学は最も新設の国立大学医学部であるため、医学部分館に雑誌のバックナンバーが少なく、文献検索に必要以上の時間をとられる不便さが以前からあり論文効率が不利に作用していた。しかし数年前からは図書館でのOnline検索が導入され、研究室にしながら最新論文を収集することができるようになり、非常に改善されたと喜んでいて。ところが、それも束の間、出版社によるOnlineパッケージ契約の値上げや大学運営交付金削減の煽りをうけ、充実を計るどころか、必要不可欠であるにもかかわらず購読契約を中止せざるを得ない雑誌がでてきたという新たな問題を抱えることになってしまっている。私が留学したCity of Hope研究所 (Los Angeles) では、必要とする文献はほとんど在庫があり、ないものも無料で取り寄せてくれ、なおかつコピーも無料であった。その訳を訊くと図書館に対する多額の寄付金の存在があった。琉球大学医学部は開学以来28年たち既に多数の卒業生を排出している。多くの先発医学部がそうであったように、琉球大学はこれから本格的に琉大発の研究成果を発信していく段階に来ている。私は図書館機能の充実はそのための最重要基盤整備の1つであると信じている。「こって牛」のごとくその実現に力を致したいと思う。



丑年生まれ (うしとしぬちゅう) に因んで

琉球大学医学部附属病院光学医療診療部  
金城 福則

本会報新春号には、例年干支に当たる会員に干支に因んでの抱負・近況報告などを執筆して頂き、大変好評を得ているとのことである。平成21年は「丑年」ということで昭和24年1月

生まれの私にも執筆依頼が届いた。しかし、私は「丑年生まれ」なのか「子年生まれ」なのか自分自身で決めていない。18歳で大学に入学するまでは「にいーぬちゅう (子年生まれの人)」であった。母や祖母が仏壇に向かって私の健康などについて祈願 (うーとーとー) する時には「にいーぬちゅう」であり、「うしのちゅう」とは一度も聞いたことがなかった。本土の大学医学部に入学すると、年齢の異なるクラスメートが大勢いて、年齢を尋ねる時は干支であった。その時、何の疑いもなく、「昭和24年1月・子年生まれ」と云ったら、「昭和24年」なら「丑年」であろうと訂正された。その頃、本土ではすべて新暦での生活がなされていたが、私が生まれ育った沖縄では旧暦が残っていた。旧正月は新暦の2月頃のことが多いので、新暦の1月生まれは旧暦では前年12月生まれとなるが多かったのではないかと推測される。私の父は明治43年1月生まれで「とういのちゅう (酉年生まれの人)」であったが、実際は「戌年生まれ」であったかも知れない。私は祖母や母が亡くなるまでは「にいーぬちゅう」であってもよいと思っていたが、母が亡くなっている現在、新暦で動いている現在の沖縄では「丑年生まれ」でもよいかと思うようにしているが、じっくりいかないのが本音である。

さて、血液型で性格判断することがあるが、本稿を執筆するに当たって、干支別性格についてインターネットで調べてみる気になった。

私は「丑年」の性格なのか「子年」の性格なのかである。それによると、簡単な説明からかなり詳しいものまでさまざまである。簡単な説明は、「丑年生まれは、スローペースでゆっくり着実に進んでいく努力家タイプで、本能的な生命力を持ち、困難にも立ち向かうパワーがある」であり、「子年生まれは、明るく楽観的で直観力に優れているが、情に左右されやすい欠点がある」である。私の自己分析では、どちらにも当てはまるような気がしている。また、より詳しい説明には、「丑年生まれは、①職人気質といわれるような頑固で無骨な性格、②内面には

強い剛気や神経質な面を秘めているが、自己表現が下手なために一見温厚でのんびりした内気な性格にみられる、③正直者で責任感が強く辛抱強いが、強情で気難しく無骨で付き合いが悪い面がある、④他人の気持ちを量る能力が乏しいため、家族や友人たちから憎まれることすらある、⑤好き嫌いがあることは長所でもあり短所でもある」とあり、「子年生まれは、①人当たりはやわらかく、細かいことまで気がつくデリケートな性格、②家系の衰えを守りたてる宿命を持ち、努力すれば必ず人の上にたって活躍できる人、③几帳面で用心深いともいえる消極さは、生活に対する防衛意識のなせる技である、④無駄遣いをせずこつこつお金を貯めるが、使い方は下手で、生きたお金の使い方を知らない、⑤直観力に優れているので一つのことに集中すると成功するが、集中することは苦手である、⑥中年までは苦勞しがちであるが、苦勞に対する忍耐力を持ち、悲観的にはならない」とある。この説明においても自己分析すると「丑年」「子年」の両方の性格を有しているように思える。両方のよい性格を伸ばし、欠点と思われるような性格は是正していくような努力をすることを誓う「平成21年・丑年」としたい。



2009年 新春干支随筆

沖縄協同病院 院長  
西銘 圭蔵

5回目の干支の寄稿をせよとのこと。同工異曲をおそれ、この間、当院の院内誌に書いた「院長の頭の中」と称したコラムからいくつかを紹介したい。

<ワーキング・ペアII>

一般に「働く貧困層」と訳されている。しかし、実態は「働いても貧困層」と訳したほうが

よさそうである。貧富の二極分化はいよいよアメリカ社会に近づいている。

私が明らかに一般の生活レベルが変わってきたと感じたのは5年前である。月に1~2回の東京出張時にアルミ缶を集める人が出現した。今ではアルミ缶集めは、沖縄でも普通にみられる風景になった。手提げで持っていく人、リヤカーで集める人、自動車で集める人と移り変わってきた。一体、この現象を生み出したものは何か。

5年前というと小泉政権が誕生した年である。郵政民営化に象徴される「民間活力」路線が、次々と実施されてきた。政府が医療福祉、介護や年金などに最終的な責任を持たなくなった。さらに、生活保護申請への対処も厳しく、餓死者や自殺者まででていく。

「苛政は虎よりも猛し」。虎は人間を一人しか食べないが、政治がひどいと沢山の人間が死んでいく。二千年前の諺を死語にするには、政治を変える以外にない。(2007年1月21日)

<真実の限界>

ある時の日本腎臓学会の表紙は示唆に富んでいた。

巨大な象を小さい人々がどう理解しているか？という漫画である。

耳で煽られた人は扇風機だという。  
しっぽをつかんだ人は鞭だという。  
牙の先端に触れた人は槍だという。  
足を抱きかかえた人は柱だという。  
躯体をなでた人は壁だという。

いずれの判断もその人が「体験した範囲」においては真実である。

しかし、全体を観察すれば、巨大な象だと判明できる。

そして、おのおのが判断したことは、部分においてのみ真実であることが理解できる。医療従事者は象より、はるかに複雑な組織に生き、深遠な人間および病気を対象とする。

部分の真実から全体の真実に近づくため、謙虚に他人の意見に耳を傾けたい。

(2007年3月25日)

<困ったときの憲法>

いやはや、とんでもない国会である。来年から後期高齢者医療制度ができる。75歳以上の国民だけを対象とした医療制度である。

別立て制度にして医療費を抑制するのであろう。

教育三法を改訂した。十年ごとの教員免許の更新制をきめた。

君が代を歌わない教員をなくすのであろう。

国民投票法が成立した。

自衛隊が海外で武力行使できるようにするのであろう。

社会保険庁を非公務員型法人にするという。

行方不明5,000万円の年金もろともであらう。

さて、国民はどうすればいいか、思案している。誰でも従わなければならない日本国憲法と相談してみる。あるある。

第59条2 衆議院で可決し、参議院でこれと異なった議決をした法律案は、衆議院で出席議員の3分の2以上の多数で再び可決したときは、法律となる。

つまり、参議院で政権政党が過半数を割れば、法案を成立させるのは難しくなる（予算と外交法案は別）。

それを初めて実現するのが、7月の参議院選挙かもしれない。なにせ、国民はすべて怒っているから。(2007年6月26日)

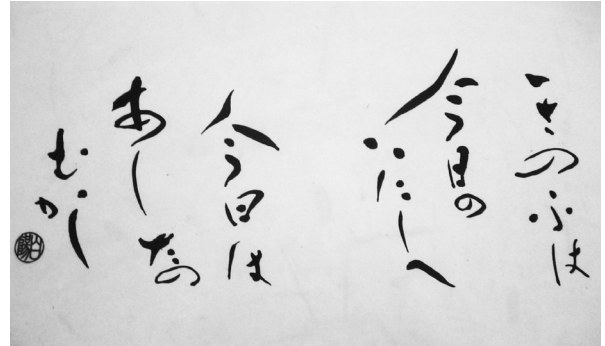
<一年を振り返る>

毎日の連続ということから考えると、年末だからどうこうということではないが、年の瀬は、やはり、心は一年をふりかえる。

院長室には、書家から寄贈された額が置いてある。今回は皆様にもゆっくり味わっていただきたい。

きのうは今日のいにしえ

今日はあしたのむかし



(2007年12月23日)

なぜか、昨年のは適当なものなかった。ご寛容を願いたい。



五年に因んで一  
還暦と医師会活動

沖縄県立南部医療センター・こども医療センター  
副院長 当銘 正彦

今年、遂に60才台の老年境へと突入である。男性の平均寿命が約80年だから、人生の3/4が既に経過したことになる。第3コーナーを回って最後の直線に入ったわけだが、当の本人に余りその自覚はない。ともあれ、赤いチャンピオンを羽織って祝う「還暦」の意味がよく分からないので、この際と思い調べてみた。そして、俗に言う「干支」とは、十干（甲・乙・丙・丁・戊・己・庚・辛・壬・癸）と十二支（子・丑・寅・卯・辰・巳・午・未・申・酉・戌・亥）を組み合わせたものであることを始めて知った。十二支は余りにも有名だが、十干というのはこれまで全く知らなかったのである。「10と12の最小公倍数は60なので、干支は60期で一周することになる（Wikipediaより）」ということで、60才を還暦と呼ぶ理屈である。



「60年の歳月を掛けて生まれ年（赤ちゃん）に戻る」との意より、赤いチャンチャンコを羽織って目出度し、目出度しである。

年令に因んでもう一席。時代劇で「人間五十年、下天のうちをくらぶれば、夢幻の如くなり。一度生を享け滅せぬもののあるべきか」と、苦境に臨む織田信長が、扇子を翳して豪放に吟ずる場面をよく目にするが、てっきり信長の作だとばかり思っていた。これも念のためにWikipediaで調べたら、平家物語を能の原型といわれる幸若舞で演出された「敦盛」の一節であることを知った。信長は「敦盛」の大ファンであったとのことである。インターネットは本当に有り難いもので、なかでもWikipediaは重宝している。

さてインターネットに感謝しつつ、我々が日常的に使う言葉や知識が、いかに適当で生半可な理解の元に使役されているかの反省もしきりであるが、還暦を迎えるこの年令になって私が一番に驚いているのは、自らの「医師会」への大きな認識不足であった。即ち沖縄県医師会、日本医師会に対する誤認である。

私は以前（'04～'05年）、沖縄県公務員医師会の会長を務めた経験がある。公立久米島病院への転勤のため就任僅か2年でご赦免となったが、これまで県立病院が山と抱える課題には少なからず関心を持ち、その解決への努力を仲間と共に苦労してきたつもりである。ところが、こと県医師会や日医の活動については、殆ど無関心であった。その理由はといえば色々だが、結論的に言えば「医師会」は開業医の利益集団であり、我々勤務医、とりわけ公務員医師との利害は必ずしも一致しないという認識である。ところが、私が3年間の久米島赴任から南部医療センターへの転勤に伴い、私の後任で入れ替わりに久米島へ赴任する村田謙二先生が、偶々県医師会の理事を務められており、昨年4月からはお互いの役回りをトレードするかたちで、私の「医師会」への関与が始まった。

県医師会の理事を引き受けるに当たり、その繁忙さについてはある程度、村田先生から訓告

を受けて覚悟はしていたのだが、実際に活動を開始してみると大変なものである。理事会の中で、成り立てである私の仕事の分量は当然に少ない方であるが、それでも毎週（火）1回の理事会に加え、私の担当である医師会報広報委員会、医事紛争処理委員会、医師会誌編纂事業等の定例的な会合に加え、地区医師会長会議、代議員会、マスコミ記者との懇談会、その他諸々の講演会や勉強会等々、医師会関連の予定が無い週は見当たらないほどに盛り沢山の活動が連綿と続く。新参の私ですら「忙しい」という実感を拭えない県医師会活動であるが、会長、副会長、および常任理事の3役の方々の仕事量は半端でない。取りわけ会長については専従職に近いものでしょう。月々の医師会報に「会務のうごき」で会長、副会長の公的なスケジュールを見ることが出来るが、これらも実際の役務のホンの一端でしかないことを銘記すべきである。地区医師会—県医師会—九州医師会連合—日医と各段階に応じた医師会の取り組みがあり、その取り纏めは大変な作業である。確かに、医師会の活動には当然ながら利益集団としての側面も多々あるが、37にも上る委員会活動を俯瞰すると、その中には学校保健、産業医、県民健康講座、高齢者対策、マスコミ記者との勉強会、新聞投稿コーナーの確保、県医学会活動等々、極めて公共性の高い活動が多いことに感心する。約2,300人を組織する県医師会の決算書を見ると、年間1億円余の事業費を駆使する膨大な活動であるが、私が一番に驚いているのは、3役をはじめ、理事や各種委員会の皆さんの献身的な活動への姿勢である。自分の診療活動の傍ら、医師としての社会的な責務を果たすべく医師会活動に参画している姿は、心から頭の下がる思いである。

ただ医師会の不幸は、かつて日医の「天皇」として君臨した武見太郎氏の権謀術数が、極度な利益集団としての社会的な評価を定着させ、未だにそれを払拭できない様相である。そして我々勤務医にとっての大きな不満は、中央社会保険医療協議会における日医の振る舞いが、こ

れまで一貫して開業医優先の保険診療体系に執着し、病院医療の進歩に見合う制度の構築には殆ど無関心であったことである。

ところが近年、深刻な「医療崩壊」がマスコミでも喧しく取り上げられるようになり、「医療崩壊」の実態が「病院医療の崩壊」である認識が広く定着するに至り、日医の基本的な姿勢が大きく変化して、病院医療=勤務医の問題へ向けられるようになって来た。即ち日本の「医療崩壊」を食い止めるには、勤務医の過酷な労働環境の改善無しには不可能であることに、日医・執行部も明確な理解を示すようになって来ている。

私は昨年7月より日医の勤務委員会（15人の委員で構成）に参加しているが、2年間の任期における唐澤祥人会長から与えられたメインテーマは、「医師の不足、偏在の是正を図るための方策—勤務医の労働環境（過重労働）を改善するために—」である。政府の一貫した低医療費政策の中で、開業医と勤務医でパイを奪い合うような分断策に弄されていては、危機に瀕する我が国の「医療崩壊」を食い止めることはできない。その様な認識を日医のトップから示されていることを、勤務医会の論議を通して強く感じている。

この国の医療を誰が守るのか。そしてどのような医療を国民に提供することができるのかという大きな試練の岐路に、今我々は立たされている。開業医も勤務医も、医師会の元に力を結集して立ち向かう以外に術は無い。私も及ばずながら還暦にして、医師会活動の重要性を噛みしめているところである。



## ギターとウクレレ

中頭病院小児科

宮里 善次

24年前、丑年の新春干支随筆の寄稿依頼があり、駄文を書いた。

12年前にも依頼があったが、会員誌である以上同じ人間が書くより、多くの会員に寄稿して頂いた方がよからうと思い、丁寧にお断りした。

そして今回3回目の依頼である。2,249人の会員中、丑年の方は12分の1、大雑把に見積もっても185人前後はいると思われる。だとすれば、3回連続の依頼はすごい中率である。

この当たりの良さからすれば宝くじでも幸運が無い込みそうなものだが、いまだかつて100円のスカ券以外は当たったためしがない。

今回もキャンセルを予定していたが、出張や雑用などに追われているうちに締め切り日まで、あと3日しかないことに気がついた。……、拙文にお付き合い願おう。

24年前、文章の最後に『丑年牛座だし、のんびりと反芻しながらやるとしよう』と書いた。

しかし、その後の24年間は馬車馬の如く働き、働かされ、反芻する間もなく、背中を押されるような日々を過ごしてきてしまった感がする。

さて、団塊の世代が次々と定年を迎えている。しんがりを務める私の同年生、丑年組は今年だ。

団塊世代が青春真っ盛りの頃はアメリカンフォークソングに始まり、エレキブームであった。彼等が定年を迎える時、若い時に買えなかった憧れの高級ギターを購入する人が多いと聞く。青春期の数年間弾いただけで、40年近くギターを触ったことがない人もいるらしいが、それでも定年退職する自分にギターを買ってあげる心情が良く分かる。

人生で一番心に残る歌や音楽は、17～18歳の頃に聴いたものが最も多いらしいのだ。

ご多分にもれず、私も高校生の頃はギターに

夢中になった。

とは云っても指南役はなんとか弾ける程度と同級生で、あとは我流だったので、腕前はやっとならざる位で、今でもコードに#やらbやら、6や9thなどがつく和省いてしまうレベル、いわゆる3コード派である。

その頃手に入れたギターは五千円の合板ベニヤ製のアコースティックギターだったが、少年には十分過ぎるものであった。

青春期を過ぎると、ギターとは無縁な日々が続いた。

42歳の誕生日に愚妻がギターをくれたが、ケースから出てきたのはクラシックギターであった。アコースティックとは弾き方や音質も違うので、ほとんど触らなかったが、これをきっかけに一本のアコースティックを手に入れた。

一杯はいった時に、60～70年代のフォークソングを鼻歌で口ずさむだけなのに、気がついたら数年に一本の割合でギターが増えていた。

MartinやGibsonのような高級ギターではないが、眺めているだけでも私のストレスを発散させてくれる、そんな彼女達を紹介しよう。

- 1,YAMAHA LL-55DR : どんな曲にも対応できそうな万能型
- 2,Morris S-96 : フィンガーピッキング用に開発された国産
- 3,Morris M-151 : コンセプトは音重視。極めて地味な姿形。
- 4,Epiphone Olympic 33 : 今年77歳の小さなピックギター。チープな音。
- 5,Running Dog guitar MJ102 : アメリカ製。極めて明るく元気な音。
- 6,Albert & Mueller S-2BM : ドイツ製。低音の響きが良い。
- 7,Ken Joestin テナーウクレレ : ハワイ土産あまりにも増えすぎて場所をとるため、最近家族の機嫌がよろしくない。  
娘、「お父さん、今からでもギター教室行ったら？ ちゃんと弾けた方がいいよ」  
妻、「指を使うからボケ防止に役立つかも。でも一つで十分でしょう？ 私がプレゼントした

ギターは…?」

…、口がさけてもEpiphoneの下取りに出したと言えない。



### 還暦を迎えるに当たり

那覇市立病院

伊是名 博之

あけましておめでとうございます。

医師として仕事を始めたら誰でも同じと思うが、研修時代が終わり、30代後半から40代はまさしく気力、体力が充実して難しい症例がくるとファイトを燃やしたものである。50代に入ると前半はまだしも、後半に入ると能力の低下と共になじんでいたジャーナルに目を通すのが苦痛になってきた。専門雑誌が読みきれないまま机上に積み重なるをみて、53才の時思い切って4種類あった定期購読誌を全部中止してしまった。それでも勤務医として定年まではまだ先のことだし、それなりに日々の仕事には充実感があつたが、医師としての能力は下り坂にあることを感じていた。

新しい転機が訪れたのは臨床研修医制度である。平成16年より当院でも研修医がくるようになり、それまで医局の平均年齢が50才近かったのが一挙に若返った。初めの頃は30年前の研修医時代を思い出しながら若い医師を指導するのにてんやわんやであった。5年目を迎え、当院の研修システムも軌道に乗りつつある。毎年新しく来る研修医に同じ事を教えるのは大変であるが、彼らが月単位で技量が向上して行くのを見るのは楽しみであるし、励みになる。一方、教える側はその内容が現在の標準的レベルなのか、古い診療方針を教えているのではないかと絶えず自己チェックが必要なので勉強不足によるレベルダウンの防止になる。

さて、本年度から産婦人科領域で画期的とも



いえる制度が始まる。医療事故は産婦人科のみならず全科で大問題であるが、いまだ公的な救済制度はなく、患者側に不満があれば訴訟に持っていくしかないのが現状であり、医療側、患者側双方に多大な負担がかかることは皆様ご承知の事です。画期的制度とは産科医療保障制度である。万が一、生まれた赤ちゃんが脳性麻痺になってしまった場合、過失の有無にかかわらず一定の保証金をお支払いし、赤ちゃん及びご家族の速やかな救済を図る事を目的とした制度で、本年度から始まる。どんなシステムでも出発時点では色々問題がある。この制度は厚労省が制度化したものであるが、実際に運用するのは医療機能評価機構が主体となり、民間保険会社と契約することになっている。すべて公的にすると、なぜ産婦人科だけなのか、すべての診療科を含めるべきでないかとの議論があり、そうすると財源の問題で膨大な額になり、実現不可能となる。本制度では保険料を支払うのは出産を扱う産婦人科施設である。市立病院では年間400件の分娩があるが、保険料として年間1,200万円の負担がかかり大変である。等々の問題があるが、まず発車して数年以内に運営を検討することになっている。理想的には将来は全科に対象を広げるべきであろう。その意味でもまず産婦人科より始めるので、うまく機能するか全国の産婦人科医師は固唾を飲んで見守っているところだ。

本年も宜しく願います。



### 丑年に因んで

独立行政法人国立病院機構  
琉球病院 院長 村上 優

数えで祝うものと、昨年、一人で60歳の還暦を祝った。しかし還暦は満60歳を迎えた平成21年1月1日と分かり、久しぶりに家族で

祝ってもらうことにして、90歳を超える母親を温泉に同伴して卒寿と還暦の正月にする。

還暦は新しく歳が始まるのを祝うと聞いたので、これまで親しんでこなかったジャズ音楽を聴こうと思い立ち、本屋で偶然見つけた「ジャズ喫茶四谷『いーぐる』の100枚」(後藤雅洋著、集英新書)を手にして銀座の山野楽器に寄り、その100枚を注文した。結局は72枚が手に入り仕事が終わった夜中に聴き始めたが、昔風のものを受け付けるが、50枚を過ぎて電子音楽が中心になると拒否感が出て気が進まない。学生時代はロックの全盛時代で、時にはピンクフロイドやウェザーリポートなどのフュージョンに馴染んでいたはずが、30歳を過ぎてからは電子音楽とは縁がなくなり、ただひたすらに古い音楽を聴いていた。19世紀までが限度で、10年ほどはバッハかそれ以前しか聴いてこなかった時期もある。心のありようとして新しいものを受け付けなくなった自分に気がついた。そんな時に古楽器演奏会でクラウディオ・モンテベルディのオルフェリアを聴く機会があった。探すと結構録音がされている。指揮者のコルベが再発見して演奏され始めたこと知り、そのコルベを追ってフォーレのレクイエムにも親しんだ。

静かな、単純な音楽を好むようになったのか、この筋をたどれば古い音楽に行き着き、日本のものであれば能楽に行き着くのであるが、能は緊張感が負担で敬遠してしまう。要するに疲れているのである。

外科や内科ほどの厳しさはないが、60歳まで精神科医療の前線に踏みとどまっているとは想定しなかった。現在の私の専門領域は司法精神医学と医療で、わが国ではまだ始まったばかりである。平成14年より医療観察法の準備に携わり、佐賀、東京、岩手、神奈川とまわり、そして気がつけば沖縄にきていた。この医療を担っているメンバーでは最も年寄りで、それゆえに全国の若手には頼られることもあり、それが心強くてここまで歩んできたのかもしれない。沖縄は人口単位で精神障害者の「犯罪」が多く、医療観察法での入院件数は全国平均の3倍

にあたるが、沖縄の精神障害者がそれほど危険とは思えず、精神医療システムや処遇の考え方を反映しているに過ぎない。精神医療システムや処遇の考え方を見直す必要性の所以である。

本来アルコール依存の治療を専門としていたが、沖縄に来る3年前より遠ざかっていた。平成18年の飲酒運転事故はきっかけとしてアルコール問題への関心は高まったが、沖縄のアルコール問題の根の深さに出会い、問題を「無視している」としか思えない在り様に心の何かが反応していた。一般科医療でのアルコール調査、早期介入モデル研究、飲酒運転者のアルコール依存調査、新しいアルコール医療やプログラム導入、精神科専門医療としての体制のリフォームなど、これも若い医師や臨床心理、作業療法士、ケースワーカー、看護師の力をえて、気がついたらアルコール医療の前線に戻ってきたようで、平成21年度には九州アルコール関連問題学会を沖縄で開催する。

私からみて琉球病院のフットワークもよくなったように思える。地域からみてどうだろう。

58歳で最前線を引退して余生を過ごそう、各地の山々を放浪し、音楽を生まれた風土の中で聴き、アジアの片隅で多少の人助けをして過ごそうと空想していた。今は手の届かない願いである。仕事ばかりしていたから、その方面では心残りはなく、何時終わっても悔いることはないだろう。しかし生き方として前線で蠢くだけでいいのか、残り少ないと感じる時間のなかで審問する。個人の人生を考えさせるときが60歳の干支かもしれない。



## 正常な腎機能とは？

琉球大学医学部附属病院血液浄化療法部  
井関 邦敏

昨年9月、福岡で開催された研究会で久しぶりに恩師（尾前照雄先生、元国立循環器病センター総長）の講演を拝聴した。82歳を過ぎた現在も久山町のヘルスC&Cセンター長として活躍されている。「腎性高血圧研究の歴史」と題して19世紀までさかのぼっての話をされた。「正常血圧の上限」は1939年当初の「120/80mmHg」から1946年まで徐々に上昇し「160/100mmHg」となり、その後2003年度JNC7にいたるまで徐々に低下し現在は「120/80mmHg」に戻っている、という事実に変に興味を覚えた。

何が正常か？同じようなことが腎臓機能（GFR）についてもいえる。正確な評価には「イヌリン・クリアランス」が必要であるが、検査が煩雑でとても一般臨床では応用できない。時間ごとに尿を溜めるのは患者、医療者に負担であり不正確になりかねない。そこで登場したのが推定GFRという手法で、あらかじめイヌリン・クリアランスで実測したGFRと血清クレアチニン、年齢、性から推算したGFRの相関関係を見出す方法である。この方法で計算したGFRをもとに慢性腎臓病（CKD）の分類が提唱され、瞬く間に世界中に広がった。日本腎臓学会でも2005年度より日本人のGFR推算式を求めるための作業を開始した。米国の白人を基にした推算式を基準にすると、日本人では30%以上がGFR<60ml/min/1.73m<sup>2</sup>となり、日本人係数が必要だということになった。当初より白人と黒人では異なる式（人種係数）が提唱されていたが、日本人は白人に比し体格（筋肉量）が小さく、たんぱく質の摂取量が少ないなど生活習慣の影響が大きいことが再認識された。従来、用いられてきたクレアチニン・

クリアランスは食物に含まれるクレアチニン(肉類の摂取)、および尿細管からの分泌も加わり腎機能が悪化するほど不正確になる(過大評価する)。CKDはGFR100を正常とすると60未満は病的(CKD)とするという簡単な発想ではじまった概念である。

どのGFRの値をもって病的とするか?腎臓の正常な機能とは何か?だれも答えをもっていない。生物がそれぞれ異なった環境で生存しつづけるための最適な機能を正常値(範囲)とすると、それ以下および以上も異常となる。腎臓の主な機能は一定の活動を維持するための体内の環境(筋肉、骨、血圧、血液など)を一定範囲内に調節する事である。たまにしか肉類を食べられなかった昔といつでもどこでも食べられる現代では腎機能の正常値は異なる。冬眠する動物では冬眠中腎臓には殆ど血液が流れず、尿もわずかしかなない。肉食動物では長い絶食後やっと捕食すると一挙に腎臓に血液が流れ、老廃物を排泄するよう調節されている。現代人は肉食動物が常に肉類を摂取できるのと同様、過剰に腎臓に負担がかかっている状態となっている。適応できなかつた人は蛋白尿、腎機能不全を発症することになる。しかし、このような状態が永く続き環境に順応した人々が多く生き延びることで、集団全体で見ると正常値も上昇することになる。沖縄県の平均身長は全国レベルに比し低いのだが、中学生の身長は少しずつ伸びている。腎臓の大きさはほぼ身長に比例するので、GFRも高くなっている可能性が考えられる。

日本人の正常は80前後なので、その6割の50未満を異常として日本腎臓学会「CKD診療ガイド」では推算GFRが50未満では腎臓病専門医への紹介をすすめている。現在、全国の49地区医師会が協力して「腎疾患重症化予防のための戦略研究」が進行中である。「CKD診療ガイド」の普及、実践によって透析導入患者の増加予防の有効な医療施策を策定するため厚労省主導で日本腎臓財団、日本腎臓学会が全面的に協力している。沖縄県では南部、那覇、浦

添、中部の4地区医師会の「かかりつけ医」の先生方に230名のCKD患者さんを登録していただき研究が開始されている。CKDは早期発見、早期治療以外に有効な手段がない。

今後ともよろしくご協力お願い申し上げます。



つれづれなるままに

中山内科医院

中山 仁

2009年、私も還暦というわけだが、別に何の感懐も無い。しかし、これが60代で初老と言う事なら別で、少々不愉快である。

何しろ、「老」である、いくら初がつこうと、老は嬉しくない。私の世代はいわゆる団塊世代なのだが、これは堺屋太一の造語で、大した意味は無く、やたらに人数が多い、でかいかたまりみたいな世代と言う事である。アメリカでも同様にベビーブーマーと呼ばれるが、年代は少しズレるらしい。

数年前、ある会合で、ある先輩が盛んにダンコンの世代、ダンコンの世代と連発するので閉口した事がある。塊を魂と間違えているらしい、塊はカイと読む。もっとも、ダンコンの世代も勇ましくて悪くない気もした。

全共闘世代と言われる事もあるが、私の大学では学生の5%くらいしか学生運動はしていない、残りほとんどはノンポリ(死語か?)だったから、「テロリストのパラソル」の作者の思い入れたっぷりの文章も共感できなかった。「ビートルズ世代」と称される事もある、私もビートルズは好きだが、当時の音楽好きな若者は何十というロックグループを聴いていたのである。

私の小学生の頃は、まだTVは普及していない。親子ラジオから流れる歌謡曲(死語?)やアメリカンポップスに夢中な私は意味もわから



ず“ヘッドンドヘッドン、ドゥーリー”と「トムドゥーリー」を口ずさみつつ、中の町小学校から下校していた。やがて、ポール・アンカ、ニール・セダカ、コニー・フランシス等の、今ではオールディーズと言われる音楽が流行し、日本でも坂本九、森山加代子らが大人気となる。後年、那覇市の救急診療所で森山加代子を診察した時、なつかしさに私の頭の中で、“ティンタレ〜ラリルンナッ”と「月影のナポリ」のメロディが流れた（気もする）。ツイスト、ドドンパ、サーフィン、スイム、と目まぐるしく流行し、クレージーキャッツ、若大将、ビーチボーイズ、ベンチャーズ、それから空前のGS（グループサウンズ）ブームとなる。GSと共にフォークブームもあり、GSがあっ気なくすたれた後もフォークは長く続き、拓郎、陽水、かぐや姫からユーミン、中島みゆき、長瀬と今日まで脈々と続いている。と言うわけで、私のカラオケのレパートリーはディックミネ、田端義夫からサザンまでというスパンの広さである。これをビートルズ世代とひとくくりにされた日には、サイモン&ガーファンクル、カーペンターズの立場はどうなる、サンタナ、トムジョーンズはどうしてくれる、と紛糾する（事はしないか）。ともかく、こうした我々の世代を名づけるなら団塊というより、カオスがふさわしい気がする。世代の共通項は文化、いやサブカルチャーであり、そこが共通していれば5、6歳違ってても同世代だし、共通しないと話も通じない。赤胴鈴之助の必殺技は？ときたら、真空斬り、と出ないといけないし、矢吹丈のライバルは力石徹であり、“ま〜っ赤な太陽〜燃えている〜”は怪傑ハリマオである。日活アクション、ことに赤木圭一郎について、熱く語り、興が乗ればツイストも踊る人なら、私は是非友だちになって欲しいと思う。蛇足ながら、サンライトツイストが大ヒットした「太陽の下の18歳」のカトリーヌ・スパークのツイストもいいが、ゴダール「女と男のいる舗道」のアンナ・カリーナのツイストはベターである。「パルプフィクション」のユマ・サーマンとトラボルタ

のダンスはツイストになっていない。（私はここんところ、厳しいぞ）

などと、つれづれなるままに、よしなしごとを、書きにけり。



干支です (\*^-^\*) o△☆:

ハートライフ病院 産婦人科  
武田 理

県医師会報より今年は自分の干支であるということで原稿依頼を承った。干支だからと特別な思いはないが、新年早々のエピソードは一つだけ覚えている。23年程前、入局した山口大学医学部附属病院産婦人科の研修1年目の正月に当直をしていた。休日診療所から電話があり、16歳の女子が腹痛でペントジンを注射したが改善せず紹介したいと救急車で来院、診察するとなにやら腹が大きく、エイリアンのように動いている。エコーのプローブをあてると2,500g超の胎児がいる。自分としてはこのような飛び込みの妊婦（しかも高校生、心配そうな親のセットつき）は初めての経験であったが本人に最終月経等聞いても返答がない（覚えているわけないか）。「お腹が痛い」と落ち着いた口調（確信犯?）。とりあえず妊娠していること、陣痛であることを伝えると両親はあ然（子供は泰然）、山口は田舎故両親は色々隣近所世間のうわさ、批判の標的になることを恐れたのか、「何とかありませんか」と聞いてくる。その意味はわかったが、すでに満期で成熟した胎児がもうすぐ生まれるのですよとしか答えられない。自宅で飲酒中のオーベンに相談、「普通のお産やろ？生まれといて！」とむげに電話を切られた。そりゃお産はお産だろうけど・・・と思いつつ、4時間ぐらいして無事に元気な男の子を出産。こういう逆境の赤ちゃんはたくましく育つのだろうと思う。その後同級生の彼氏

(聞いたところ、二人とも普通の公立高校で成績優秀だとか) が来て、双方の家庭同士で話し合い、高校卒業してから結婚することとし、それまでは赤ちゃんを施設?に預けるとか、順調?に話が進んだもよう。私も適当な診断書を書いて学校に休学願いを出したりしたのを覚えている。数日たって御両親がほっとした表情を浮かべておられたのが印象的であった(分娩に立ち会っただけなのにえらく感謝されて照れ笑いみたいな)。産科医として出産は医学的に何が起こるかわからないという意識は常に持っているものの(それにかかわる色々な人たちのバックグラウンド、人生をも巻き込み)、非医学的にも出産は単純ではないなどあの時痛感した。あれから22年、もっと訳ありの出産など見てはきたが(自分もできちゃった婚で訳あり)、あの子、つまりあの高校生とその子は今どうしているだろう?もう社会人としてりっぱな大人になっているはず?高校生のあの子はもう40歳、何人の子供を生んだのだろうか、とか新年を迎えるとたまに思い出す。出産はやはり人生最大のイベントだと感じる。

一方で自分の子供が同じことをしたら自分はどうか対処するのだろうかとか思い悩む年にもなってきた。25歳で医師となり23年が経った。これからの24年はどんな人生が待っているのか、楽しみも不安もある(生きてないかも)。全ては自分次第、というわけにもいかないだろう。色々な人、状況が自分の人生に絡んでくる。良くも悪くも影響を受けずにはおれない。奇しくもこの沖縄の地に再びやってきたのも何かの縁、これからたくさんの方に出会い、その影響を受けながら少しでも沖縄の医療に貢献したいと思う。



**ちゃ〜がんじゅ〜沖縄へ**

ハートライフ病院  
メディカルサービスセンター(非常勤)  
奥島 しょう子

新年明けましておめでとうございます。今年が皆様にとりましても、より良き一年となりますように…

さて、〈新春干支随筆〉なるものの原稿依頼をいただいたのが今年の9月。干支に当たる会員から干支に因んでの抱負・近況報告を とのことでした。干支に因んで?? 丑年だから、何?(食べてすぐ横になると今年の主演になれるぜ! イェ〜い! なんちゃって…) 今どき(?) 干支を意識するのは年賀状を書くときくらい、還暦ならまだしも、四十八はいかにもこじつけのような、、いやいや、せっかくのご指名を無視するわけにもいかない、、そんなこんなで9月にして新年の抱負を考えることになりました。

Case1 : 人間ドック廊下での受診者と職員の間話。  
「〇〇さん、次は保健師による健康相談です」  
「え〜、もういいですよ。毎年同じ話しかしないし、言われること分かってるし〜、何か変わった話でもしてくれるんですか〜」「もう〜〇〇さんよ〜、毎年結果が変わらないから同じ事言われるんでしょ。まずは、聞いていって下さい。」「はあ (ため息)」

Case2 : 某企業での面談(健康相談)中の会話  
中くらいのメタボ体型の管理職Aさん。高血圧と糖尿病の薬を飲んでいるがコントロールは今一つ。そのことを指摘すると、、「先生、ボクの主治医は昔からの知り合いなんだけど、ボクより太っていてね、『あんたねー、運動もしてやせないといつ倒れるかわからんよー、酒も減らさんとねー』って言うんだけど、よっぽどそっちの方が顔も赤くしてさ、汗かきかき患者さ

ん診ているのよ。なんだか、話ながらゼーゼー息切れもしちゃって、先生大丈夫かいなって、先生もダイエットしないとやばいんじゃないって患者のボクの方が心配しちゃうんだよね。ハッハッハー」「・・・」「運動っていうけどさ、疲れて帰ってなかなか出来んでしょ。先生はやってるの?」(オ～とこっちへきたか (心の声))

『メタボ』という言葉が、老若男女に広く認知され、腹囲に注目が集まっている昨今、二つのケースに共通する『分かっちゃいるけど、、、(CMにもあるように)♪好きなお酒はやめられぬ～♪好きなケーキもやめられぬ～』は、健康相談をしているとよく耳にすることです。が、どの程度分かっているのかは???で、意外と思いきみでモノをいっている人も多く、一人一人良く噛んで含んで話をする必要があると日頃から感じています。一部の勤勉な方をのぞき、運動などは、ウォーキング何分、週何回が効果的といって、本格的に始めようと気負ってしまうとかえって機会を逸したり、続かなかったりするのが世の常です。だから、まずはハードルを下げ、続けられればなんでもいい、すぐに出来そうなこと(それぞれの生活範囲で活動量を増やすこと)例えば、階段を使う、歯磨きしながらスクワット、テレビを見ながら腿上げ、ストレッチ、腹式呼吸を行うなど本人にも考えてもらい、とにかく始めることがポイントだと説明します。食事も普段よく食べているモノのこれだとこれ位減らせば月1kg減などと具体的に知っていれば実践しやすいでしょう。こんな風に『今年』は、メタボ+その周辺グループを言葉巧みにその気にさせる共感できるような『より効果的な保健指導』を目指そうと考えています。一人でも多くの脱メタボ健診者をふやし“ちゃ～がんにゅ～沖縄へ”Go! 食べてすぐ横になったらメタボだイエ～い!

追: 昼夜をわかつたず重いテーマと直面しているDr.から見ればお気楽に見えるかもしれませんが、疾病の予防、未病対策もまた医師の守備範囲とご理解いただければ幸いです。



今年は・・・

沖縄病院  
大湾 勤子

年頭には、昨年も無事に過ごせたことを感謝し、新しい年も1日1日を大切に重ねていくこと、そしてしたいと思うことを可能な限り挑戦していこうと思っている。

元々学生の頃から旅行が好きで毎年出かけていた。夫の米国留学中にも、米国内を何か所か旅行した。その後最近までは仕事や子育てで手いっぱい、学会へ行くのがやっとであった。それでも学会先では、仲間内でおいしい食事に舌鼓をうち、当地の名所などを訪ねるとよい気分転換になった。

4年前、忙しい毎日から解放されたい衝動で、新聞広告で見かけたアンコールワット旅行を申し込んだ。最初家族を誘ったが、仕事の都合や、学校の日程があわないと断られ同僚と一緒に出かけた。10月の末、遅い夏休みをとって4泊5日の旅に向かう心は解放感にあふれうきうきしているのが自分でもわかった。器械音痴の私が初メールを夫に送ったのが出発前であり記念すべき瞬間であった。

アンコールワットのあるシェムリアップの土地は、暑く、土埃まみれになりながらの観光であったが、貧しくも素朴な人々の素顔に出会い、世界遺産としての素晴らしい寺院群を訪ね感動の毎日であった。その上携帯電話が通じないので日常から解放されたのが新鮮であった。

沖縄に帰ったのは朝9時であったので、そのまま午前中のうちに仕事にもどった。暦上仕事を休んだのは2日間。海外といっても日程によっては長期間休まずとも出かけられることがわかった。以来、年に1回は遠方へプライベートな旅に出かけるようになった。

3年前はイスタンブール、カッパドキアへ5泊6日の旅に出かけた。このときもインターネ





んでいたころだ。40歳は正午、たっぷりの昼食と同僚との語らいから沢山のエネルギーを得て、午後に向けて力を蓄える。60歳は18時。ようやく一日の仕事が終わる。そのまま帰宅し家庭を楽しむ人、もう一步進んで新たな仕事に着手する人が分かれる時間帯。70歳は21時。多くの人がりラックスする時間。75歳は22時30分。今日一日を振り返りながらウトウト居眠りを始めるころ。そして80歳は24時。深い眠りにつく。

私は丑年生まれ。今年48歳になる。すなわち14時24分を迎える。何とも中途半端な時間だ。気になる患者のデータフォロー、机の上の書類整理、稟議書への押印、メールへの返事、そして会議への出席。だんだんベッドサイドから遠い仕事が増える。臨床と管理的仕事を行き来する毎日。

私が沖縄に来たのは22歳、朝のカンファレンスの始まる午前7時30分すぎ。沖縄での生活の大半を県立中部病院で過ごし、すでに7時間あまりが過ぎた。随分きつい仕事もしてきたが、凡夫の私を人並みの医師に育ててくれた沖縄に心から感謝している。帰宅時間までにはまだ時間がある。もう一仕事できそう。そろそろ自分中心の仕事から、県立病院にご恩返しの仕事をする時間帯に入ってきた。今年はそんな年の始まりにしてみたい。

筆を置こうとした時に大切なことに気がついた。そろそろガタのきはじめた私と言う時計は、いつ壊れるのか私にも分からない。24時を迎える前に止まってしまうかもしれない。正月早々縁起でもないという方が居られるかもしれないが、正月だからこそ決意を新たにしなければならない。大切なことは、いま、ここで、自分自身が、具体的に何をするかだと。



「暦年齢」・「からだ年齢」・  
「気持ち年齢」

沖縄県立中部病院 放射線科診断医  
安谷 正 (昭和36年生・丑年)

新年あけましておめでとうございます。

実はこの文章を書いているのが2008年10月なので、ちょっと戸惑っています。テーマは新年の抱負や十二支に因んだエッセイを、とのことですが、丁度これを書いている今日は、我が長女の12歳の誕生日。自分が年明けで年男になることよりも、ずっと娘の十三祝いの方が気になっています。お祝いをどう執り行うか、父親として嬉しく、ちょっとそわそわしています。十三祝いの年齢は、心もからだも12歳相応に成長し、これから思春期を迎え、子供の時期から大人へ踏み出す良い区切りだな、と、意義深く感じています。

それに引き換え、自分が年男となるにあたっては、十三祝いのように「人生の節目を迎える」などという感覚は湧いてきません。どうも暦の実年齢、気持ちの年齢、そしてからだの年齢がちぐはぐに感じられてならないのです。

最近「肺年齢」という言葉を聞きます。からだもパーツ毎に年齢のばらつきが生じるのですね。ついこの前まで諸先輩方の仕草を人ごとに感じていた僕も、手元を見るときにメガネを持ち上げ、からだを軽くswaybackしながら物を見る動作をしているのに気がきました。ついに老眼年齢に突入です。特に血管造影手技中、手元のガイドワイヤー先端が見えにくいのに、メガネに手をやれないのは辛い。髪は目よりも早く白髪年齢でした。今はヘアカラーで妻に染めてもらう状況です。からだ年齢も知ってしまいました。新型の我が家の体重計はからだ年齢も表示するのです。体重やBMIの数値よりもインパクトがあります。僕を載せた体重計は、大抵からだを年上に表示します。実はこれまで実年齢よりも若いからだになったことがあ

りません。からだ年齢の自己最高記録は53歳。そのときに比べれば若返ってきています。特に食事制限と運動を頑張った日には、やっと実年齢とからだが同い年になります。さて2008年10月時点では「からだ年齢=48歳」です。からは早くも年明けて、年男気分(?)のようです。でもいまの調子なら、新年は、食事・運動に努力せずとも4月の誕生日に楽々実年齢とからだ年齢が一致しそうです。年男になったプレゼントでしょうか? ずぼらな僕としては、ちょっと得した気分(?)です。

気持ち年齢は暦より少し若いつもりです。僕は仕事以外にクリスチャンとして「父の学校」という活動に参加しています。これは韓国から始まった動きで、日本中に広まりつつある「お父さん・男たちの勉強会」です。男として、夫として、父親としての自分を見つめ直し、心の傷が癒され、励まされ、家族と共に、仲間とともに、新たに歩み出す、そんな勉強会です。おかげで家庭の状況がよくなりました。家族にとっても良い一体感が育まれて来ています。沖縄第1期生として修了後、今はこの活動の沖縄支部長の任についています。修了したとは言え、自分には男性としての弱さが多分にあるので、肝に銘じるようにと、白百合の花を模ったピンをネクタイに付けています。このピン、「純潔バッジ」といいます。父の学校受講最終日に純潔の誓約をした時、妻が僕の襟元に付けてくれた、妻の願いと僕の約束のしるしなのです。この新年は多くの父親達と喜びを分かち合いたく、是非沖縄第3期目の父の学校開催を、と祈り、活動しています。これまで医療人として心血を注ぐ中で、夫として、父親としてのあり方に目を向ける心のゆとりが無かった方々もいらっしやるのではないのでしょうか? 是非一緒に学びましょう。どうぞお声かけ下さい。

今年も県医師会の皆様、そして県民の皆様に神様の豊かな祝福がありますように。



還暦に向けて→これからの12年。  
これまでの12年\*

豊見城中央病院整形外科  
古堅 隆司

会員のみなさまあけましておめでとうござい  
ます。

ついに原稿締め切り日を... 大夫過ぎてしま  
いました。

この原稿依頼ではじめて、「今年は年男であ  
ることに気づかされた」というのが正直なところ  
です。さて、何を書こうか? 干支の抱  
負??? とりあえず過去問(過去掲載文)の  
チェックを試してみました。

37才は原稿なし。49歳まだまだ現役バリバ  
リ?で仕事の話や近況報告。61才(還暦)引  
退後のことがちらほら、夫婦で旅行など...、  
73歳(古希)悠々自適?。85才(?)人生を  
振り返って... など

49才の今年より、この次(12年後)の丑年  
(還暦)のことが、気になります。ちょうどそ  
の頃末娘が二十歳です(一つの役目から解放さ  
れます)。「♂カマキリは、♀カマキリに食べら  
れておしまい???」で、力尽きてしまうので  
は...、趣味のない人間にとって仕事なくな  
ってしまったら、ぬけがらようになってしま  
うのでは... とこれからの12年、どうなるか、  
考えてしまいます。とりあえず、趣味をもたね  
ば!とっております。家内と娘がテニスで仲  
良くやっていますので、仲間はずれにならないよ  
うに遅まきながらテニスでもはじめてみようか  
と、思いはあるのですが... 追々考えることに  
します。

自分自身病気せずに長持ちし、家族が健康で  
あれば... と願っております。これまで(過  
去)の自分の生まれ年(丑年)について振り返  
ってみますと、最初の丑年は、「13祝い」をし  
たような気がします。25歳は大学3年生...  
37歳は細切れのような大学医局ローテーショ



ン（中徳、南徳、中徳、那覇市立、県立八重山、メディカル病院、豊見城、沖縄整肢療護園）から大学に戻り、股関節と小児整形を専門とし、リハビリテーション部と兼務していました。その後は、沖縄整肢療護園、そして現在の豊見城中央病院と勤務しております。6年間の肢体不自由児施設勤務は、世間とは違う、ゆっくりとした時間の流れのなかで、子供たちと合宿生活を過ごす舎監のようで、診療もゆったりと行えました。会員のみなさまから多くの患者さんを紹介していただきました。しかし、自立支援法の施行により肢体不自由児施設における整形外科医の役割って何だろう？自分にできること、自分のやりたいことは？自分のすべきことってなんだろう？と、自問自答する日々が続き、3年前に職場をかわることにしました。

毎日があわただしく、目の前の仕事を何とかすることでいっぱいですが、日々の整形外科臨床について、ディスカッション（相談）できる仲間がいることで精神的に追い込まれることなく、診療にあたることができているような気がしています。「ぬるま湯」から「熱湯」、「ジョギング」から「全力疾走」ぐらいの環境の変化のなかで、日々医局までの階段を昇り健康に注意しながら、自分と家族を守り、常に前を向いていきたいと思っています。

最近、学会などに参加しますと「伝統」「継承」「若手医師へ語り継ぐ・・・」などのタイトルで、シンポジウムが設けられているのを目にします。いかにして次の世代へ引き継いでいくか。医師として、次の世代になにをなすべきか？何ができるか？を考えつつ、自分自身引き出しを多くできれば、また、引き出しの中身を充実していければと考えております。

年明け早々駄文に最後まで目を通していただきありがとうございます。



めでたき節目に・・・

しゅくみね内科  
祝嶺 千明

新年明けましておめでとうございます。

毎年、干支を気にするのは年賀状を書く時くらいのもので、正月気分がなくなるころには“はて今年の干支は何だっけ”と思うのですが、自分の生まれ年の干支となると特別で、しかも4回目（！）ともなると複雑な心境です。

これを書いているのは10月ですが、このところ告別式の新聞広告に目を通すのが日課になってしまった。‘なってしまった’と書いたのは変な話、この記事に関心があるのは年寄りの証拠（!?）と、誰が言ったわけでもないが自分の中で決め付けており、それを見ることに抗っていた自分がいたからです。一方、同い年の家内は以前からこまめにその記事に目を通しており、家族親族の欄まで把握して「誰その家族が亡くなっているさ。」と教えられることもしばしば。自分は内心“まあよくそこまで。暇だなあ。”と思っていたが、正直なところ、そのおかげで失礼にならず助けられたことが何度かあった。今では“彼女が知らない自分の知人だと困るし、立場があるから見ておかないとな。”と自分を正当化しつつ毎朝記事に目を通している。

ところで、この死亡広告欄があるのは、日本でもここ沖縄の新聞だけらしいですね。地縁親戚関係を大事にする沖縄ならではのようですが、もしかして、あまり聞きたくない訃報を知らせるあの区内放送も沖縄だけ？

死亡広告の話なんて正月らしくない随想、大丈夫かな・・・と思いつつ、さらに‘らしくない’話を。

これは死亡広告欄に目を通すようになった原因の一つ。

南大東診療所勤務時代の友人が亡くなった。

台風13号が近づく転勤先の離島で。クモ膜下出血であったよう。知ったのは件の家内情報でなく、共通の友人からの電話で。転勤族同士、毎日というほどテニスをしたり、同じ釜の飯を食べたりの日々を送った仲間で、2ヵ年の単身赴任の間の恩義は深く、お互いに本島に出てきてからは会うことはなかったが、突然のその訃報には大ショック。

当時、友情を育んだ共通の友人夫婦と自分の3人で中部にある自宅を弔問。法要でない日であったので弔問客は自分達だけ。奥さんが出迎えてくれたが、16年ぶりに再会した彼は、遺影の中で微笑んでこちらをじっと見ているだけ。祭壇の横には亡くなる寸前まで使っていたというテニスラケットが置かれている。祭壇の前のテーブルを囲んで4人座る。

久しぶりに再会するお互いの老けた姿を觀賞し、言いにくい感想を述べつつ、16年間の空白を埋めるべくひとしきり話した後、一緒に来た友人が自分は脳腫瘍で闘病中・・・と話し出した。手術をしたが再発。新薬という化学療法も使ったが効果がなく、夫婦で相談をした結果、それ以上の治療は断念したとのこと。医者である自分は、重々しい目の前の現実にああ「ああそう、そうか・・・。」というくらいで“専門外だから何かアドバイスを求められても困るなー。”と内心思っていたが、彼らの「もう何もしないという選択肢を選んだら楽になったさー。」という自己完結した言葉に救われたような気がした。

いとまを告げて帰りの車中、友人たちの死や老い、病に様々な思いが去来し少々感傷的に。寄る年波のせいかな。生死に関わるイベントは、ひしひしと身にしみる。

最近誕生日にドックを受けるとか、結婚記念日に死について夫婦で語り合うとか、記念すべき節目に自身の体や生き方を考察する向きが増えているようです。

さわやかな朝、例の広告欄に目を通すことが1日のスタートになった今日この頃、12年に1回しか廻ってこない年男であるから、今年はこの

れからの年の取り方をちょっと真剣に考えてみようかなと思っています。

正月らしくない随想、最後にせめて新年らしく。

皆様にとって本年が素晴らしき1年となりませうように！



## 将来の夢

国立療養所沖縄愛楽園

野村 謙

娘がまだ幼かった頃、「大きくなったら何になりたい?」と聞いたら、「お花屋さん」と娘、そして続けて・・・「お父さんは大きくなったら、何になりたいの?」ときた。

「んっ?」「お父さんはこれ以上（体が）大きくなったら大変なことになるよ。」と苦笑いした。

いつの頃からか『将来の夢』を聞かれなくなり、そして自分も『将来の夢』を考えなくなっていた。『将来の夢』があるって羨ましいなと思う。いくつになっても『大きくなったら、○ ○になりたい。』って言えると楽しいと思う。

10年前あることをきっかけに、日記をつけようと思った。たまたま、書店で見つけた10年日記を購入して書き始めた。毎日つけるように心がけているがそうはうまくいかない、1行の日もあれば1週間分以上をまとめて書くこともある。何とかかんとか、今年でとうとう1冊終わることになる。

毎年1月1日の夜、家族全員に新年の抱負を（半強制的に）宣言させて書き込んでいる。「ホームランを1本打つぞ!」、「うしろあやとびの3回を成功させたい」、「野菜をたくさん食べたい。（一部を除く）（笑）」、「ピアノ全国大会に行くぞ!」、子供たちの目標は楽しい。自分とはいうと「健康に注意したい」、「ウォーキン

グを始めるぞ。」「お腹を小さくしたい。」「髪の毛の手入れに気をつける。」などなど、まったく「トホホ」状態である。

何かウキウキする事、そう大人の『将来の夢』—「大きくなったらなりたいもの」—はないだろうか。

小学校の頃、とてもパイロットになりたかった。高学年でめがねになりパイロットになれないとあきらめたときの悲しかったことは今でも心のどこかに残っている。

『夢』を語る際に、自分的には『パイロット』は外せない。今からでも、自家用操縦士にはなれるチャンスがあるかもしれない。時間と費用が超かかるからそんなの無理、一なんてことをいってはいは夢は語れない。『自家用操縦士』—これはいいかもしれない。

とにかく空に関することは好きだ。空を眺めて季節の移り変わりを感じることも楽しい。雲の種類やその流れ、変化に富む空の色・・・今見上げている雲は、衛星写真ではどの辺を覗いているのかとか、イベント時にチェックする気象庁ホームページの「解析雨量・降水短時間予報」で観られる、地域の雨雲の動きは実に興味深い。

そんなことからすると『気象予報士』—これもまた面白そうじゃないか。

もっと身近なところでは、「洋画を字幕なしで観れるようになりたい。」、しゃべれないまでも聞いただけなら何とかかなりそうじゃないかと考えるのは浅はかか？

また、日記の新年の抱負にほとんど毎年のように登場する、「楽器演奏に挑戦する。」—これはホントに挑戦だけで終わっている情けない状況（汗）。ここは一念発起して楽器演奏をものにするか？いや1曲弾けるようにする。う～ん、何か段々スケールが小さくなって～っ！

今年は年男だし、年の初めに楽しい夢をたくさん見てもいいのかもしれない。12年後の還暦の次回、この紙面に運良く登場できるとしたら、どんな自分になっているのか心配でもあるが、楽しみでもある。はてさてどうなっている

ことやら・・・

何はともあれ、『謹賀新年、今年もよろしくお願ひ申し上げます。』



## 丑年に因んで

琉球大学医学部附属病院 地域医療部  
稲福 徹也

私は昭和36年生まれの丑年である。今年で4回目の丑年を迎えたわけだが、これまで丑年についてあまり意識せず過ごしてきた。そこで、過去の丑年の出来事を振り返ってから、近況報告、今年の抱負を述べたい。

昭和48年12歳、那覇市立久茂地小学校6年生であった。特に目立たず普通の小学生だった。理科が好きであったが体育は苦手だった。当時久茂地上学校は1学年4クラスであったが、最近は那覇市の人口のドーナツ化現象により1学年1クラスになって廃校の危機にさらされていると聞いている。今年の丑年に因んでか初めての同期会が企画されているようだ。楽しみであるが36年ぶりに会う友人もいるので何か怖い気もする。

昭和60年24歳、北里大学医学部6年生であった。大学の先生（先輩）からは医者になったら遊ぶ時間がないので学生のうちにたくさん遊んでおけと言われたことが記憶に残っている。部活（硬式庭球部）は引退していたので、夏はウインドサーフィンを新たに始め、冬は毎年行っていたスキーの滑り納め（国家試験に滑らないように）にも行った。ポリクリで耳鼻科を回ったときに脳神経の異常と病巣が一致するのを目の当たりにして、神経の面白さを再確認し、神経内科へ進もうと決意した。将来は沖縄へ戻ることを考えて、沖縄には神経内科医があまりいないということも聞いていたので何かの役に立つと思った。



平成9年36歳、10月に北里大学の神経内科学教室を辞して17年ぶりに沖縄に帰ってきた。第一線を退いたようで何だか寂しい気もしたが、沖縄の一般的な医療のレベルは関東地方よりも優れているのではないかと感じた。内科の先生方は自分の専門以外のことでもよく知っているし、救急のたらいまわしが無いことも（あたり前だが）素晴らしいと思った。私は神経内科に偏った診療を修正しようと総合診療なるものに興味を持った。

現在、地域医療部に所属して、学生に地域医療とか、プライマリ・ケアとかを教える立場にある。私が学生時代はこのような講義や実習は全くなかったので時代は変わったなあと感じる。自分自身も地域医療の現場で働いた経験は少なく、日々勉強中の状況である。プライマリ・ケアという言葉も一般人にはあまり知られていない言葉で学生に説明するのに苦労している。国立国語研究所「病院の言葉」委員会の中間報告 <http://www.kokken.go.jp/byoin/> によると一般人への認知率は29.6%と非常に低い。端的には「ふだんから近くにおいて、どんな病気でもすぐに診てくれ、いつでも相談に乗ってくれる医師による医療」である。しかし誤解を生じやすい原因の一つとしてprimaryには「初級の」「初等の」「基本の」という意味もあるので、同じ医療分野でも、専門医療の分野の人たちは、この言葉をその意味に限って使用している傾向がある。「プライマリ・ケア」の「プライマリ」は、その意味ではないことである。要するに昔は「町医者」って言うていたお医者さんのことであるが、私にはそっちのほうがりくりくる。地域医療に適した医師は、地域のニーズに沿って自分を変えられる人間である。今年の抱負は、大学にいては決して出来なかった、「町医者」に挑戦したいと思う。



## シニアリーグ

宜野湾記念病院

玉榮 剛

あけましておめでとうございます。医療を取り巻く状況が厳しくなる中、本年は皆様にとってよりよい年でありますように切に願うばかりでございます。

正直申し上げますとこの随筆の寄稿を仰せつかるまで、自分が年男になることに気付かずにいました。まるで考えもしなかったこともあり、いったい自分が何回目の年男になったんだろうとか指を折りながら数える始末であります。

思うに飲み会などで同級生や幼なじみが集えば、気分はみんな昔のままなんだけどなあとか、その「むかし」とかいう表現を素直にだしてしまうところが、ちょっとヤバくなってきたような気もします。酒が入りほろ酔い気分です話す話題と言えば、あの時はこうだった、ああだったとほぼ四半世紀も前の話題。時にはほぼ全員が忘れかけてしまった話題をもちだしてうらみつらみをブチブチ文句たれるヤツもチラホラ。「いま何やってるの?」と尋ねたはいいけど、差し出された名刺がぼやけて見えず、眉間にシワを寄せつつ目を細めるか、めがねを引きずりあげ裸眼でみたり、あるいは両方の動作を同時に行うばかりか、腕をめいっぱい伸ばして遠くからでないと見えない有様。お互い体臭なども気になりだしてはいるのだが、気分だけは若いままのようど着るものは目一杯若作りの毎日であります。

そんな加齢臭が気になりだした自分ですが、趣味として続けているものにバスケットボールがあります。シニアリーグと言いまして、40才以上を対象にしたリーグで一般とは一線を画した、いわゆるおじさま達のリーグに参加させて頂いています（医師会の先生も何人か参加されてますね）。現役を退いてお遊びのレベルでやってるんだろうと思われるかも知れませんが、

これがかなりのハイレベル、各チームの選手の方々の年令を聞いて二度ビックリです。ほとんどの方が自分より年上で、自分なんかはまだまだ若造です。その先輩方が走る走る！20才代の連中と互角か、それ以上に走り、飛び回っていらっしやいます。さらに目つきもギラギラしたものでボールを追いかける情熱は文字通り目を見張るものがあります。さらに驚いたのは、皆さん、週に二回も三回も練習されており、多い方では週に五回以上もどこかしらで練習されてると聞きました。私の場合、平日に診療を終えて練習に参加するのは少々無理がありますので、主に土曜日だけの参加と言うこととなります。もちろん当直や呼び出しなどで毎週は行けません、できるだけ参加するようにしてます。

実は沖縄に帰ってくる前にもバスケットはほんとにお遊び程度ではやっていまして、その頃はさして向上心などなく、気持ちのいい汗を流したあと、おいしいビールでも飲もうかという安易な気持ちでやっていました。しかし、シニアリーグに参加させていただいてからは、自ら筋力トレーニングを課したり早めにコートに出てシュート練習などやったりと、およそ現役の時にもしなかったことまでやってます。

たまの休みなのに、なにやってるんだろう？と自問することがあります。ただ、試合で勝った喜び、負けた悔しさなど、これほどまでに感情移入できる喜びと言いますか、ある意味「若い」ときにしか味わえなかった気持ちをいまだに仲間と分かち合うことができます。

ただ、考えてみますと、勤務医として日々の診療でも同じ事ですね。手術を無事に終えた充足感、退院していく患者様を送り出し、外来で元気な姿でお会いする時などは似たような感情かも知れません。もちろんチームプレイですし、他の職種ではなかなか味わえない醍醐味かも知れません。仕事でも趣味でもそう言う気持ちになれるというのは案外幸せ者かもしれません。

気がつけば「若いとき」とか言ってしまう、自分はまだまだ若手だと言い聞かせ、自分自身に気合いを入れ直す毎日であります。



## 丑年に因んで

医療法人ヨシ性

いきいき耳鼻咽喉科クリニック

喜友名 朝盛

2009年の干支は「丑」ですが、昨年まで牛は災難続きでした。1980年後半に英国でBSEが発生し、欧州各地に広がり、2001年9月には日本国内初のBSE感染乳牛が確認されました。2003年12月に国内消費量の三割を占める米産牛肉の輸入が禁止になり、外食産業に大打撃を与えました。翌年2月吉野家が牛丼の販売を休止しました。日本でも英国に滞在暦のある男性が「変異型クロイツフェルト・ヤコブ病」で死亡しました。国民は不気味な死を招く病を恐れ、食卓から牛肉を避けました。筆者の妻の実家は国産の仙台牛を主に扱う高級焼肉店でありましたが、BSEの煽りで閉店を余儀なくされました。2004年12月に米国の安全宣言を信じ米産牛肉の輸入解禁になりましたが、翌月には制限されていた危険部位の脊柱が混入していたため再び輸入禁止となりました。その後ようやく2005年7月、農水・厚労両省は現地査察の結果34施設から米産牛肉の輸入の再開を決めました。同年9月18日吉野家の牛丼が復活しました。筆者が大学2年生の頃、同級生の一人が部活後吉野家の牛丼を求めて、車で走行中事故に遭い他界したことがあります。重く悲しい思い出ですが、吉野家の牛丼が広く国民に認知されていることを昨今改めて思われます。

その後BSE問題は解消されましたが、感染経路の一つである肉骨粉を安価な飼料として使えなくなりました。又、バイオ燃料として穀物が使われるため供給不足から飼料が高騰しました。そのため多くの酪農家の人達が経営困難に陥っています。他方、この10年間で国民一人当たりの年間消費牛乳量は12%減少しました。消費者が健康飲料やサプリメントにシフトし、牛乳離れが進んでいます。2005年に刊行され、

牛乳批判でミリオンセラーになった出版物も消費者心理に影響しているようです。このように需要の減少と経営困難から酪農家が廃業していきます。県内では生乳を出荷する酪農家戸数が、1980年度の276戸から約三分の一の96戸(昨年9月)まで減少しました。需要量の減少よりも供給する酪農家の減少速度が速く、市場での生乳不足が加速しています。県産牛乳の品薄状態が続いていることについて、県は昨年10月乳牛200頭を新規導入することを明らかにしました。飼料高騰の煽りは食用牛の生産者たちでも同様に逼迫しています。

今年の干支が「丑」であることに因んで、乳牛や食用牛を生産する酪農家の経営環境の苦境を述べましたが、「時代の流れの被害者」とも取れる酪農家に、今年からは繁栄の道が開かれることを切に願います。

筆者のクリニックは昨年10月に5周年を迎えることが出来ました。多くの関係者に支えられた5年間でしたが、診療所経営というものが予想以上に難儀であることを痛感しました。職員教育や看護師確保を含めた人事の難しさ、新保険制度に伴う収入減など、先々難題は山積みです。医療はもちろんのこと、経営に関し呑気に構えているとすぐさま経営困難に陥りそうです。まだ5年ですが、地域の住民に快く受け入れていただき、看板にキリンをロゴに使用していることから「キリンの先生」と子供たちに励まされて、これまで診療を続けることが出来ました。我がクリニックには筆者を長者に丑年の職員が現在3世代で4名(10名中)います。今後あと2世代若い丑年の職員が来るまで院長職が続けられたら光栄です。一方、私生活では波乱万丈な5年間でした。開業と同時進行に離婚し、再婚し長男を授かり、新居を建てました。これからは残りの借金を可能な限り早く返済し、安心を得て家族を守っていきたくと思います。

新年を迎えるにあたり、牛を扱う酪農家にも、丑年の年男年女にも、幸多き年でありますように。



## 幸せ指数

首里眼科  
宮平 誠司

開業して、幸せ指数は右肩上がりだ。まず、医師としてのやりがい。勤務医の頃の仕事は、患者さんの目の健康を守ることが全てだった。今は、病院内の全ての責任を負わなくてはいけない。スタッフの教育も重要な仕事のひとつだが、少しずつ成長していくのを見るのも楽しみである。新しい機器や薬品の購入も私自身の決断で即実行できるが、収支にどう跳ね返ってくるか、全て自己責任である。台風対策なども率先してやらなくてはならない。院長って大変だなーと思うが、自分を成長させることができる最高のステージだと感じている。

私が心がけていることのひとつ、頼まれたことは、すぐに、「はい」と引き受けるようにしている。去年も照屋勉先生から「若手コーナー」の執筆を依頼されたばかりだが、今回の依頼もすぐに引き受けました。玉井先生と親しいせいか、テレビやラジオへの出演依頼もいただいた。私よりも適任者がいるのに……などと考えず、頼まれるのは私にそれだけの資質があるからだろう、と全てプラス思考で「はい、喜んで」と受けていたら、那覇市医師会館やてごホールでの講演依頼が舞い込んでくるようになった。身分不相応な大仕事だと思ったが、自己成長にもなる、と考え、謹んでお受けした。準備は大変だったが、講演後は、湧上民雄先生から「大変良かったよ」とお褒めの言葉をいただき、充実感に満たされていた。

又、いろんな異業種交流会に参加しているうちに、友人の数は、加速度的に増えている。新たなことに挑戦する機会も増えた。ある友人に誘われ、登山を始めた。大宜味のクガニ岳、名護の嘉津宇岳などに登ったが、仲間と一緒に心地よい汗をかきながら、木漏れ日の中、桜ラン



などの香りも楽しみながらマイナスイオン吸い放題、登山途中の絶景も楽しみの一つだ。エメラルドグリーンの海に浮かぶ島々、青空とのコントラストは筆舌に尽くしがたいものがある。頂上に登り詰めた達成感はなんともいえない。家内の作った真心のこもった弁当を食べながら、老若男女、世代を超えた友人たちとの語りも又楽しい。12月で47歳になるが、8月時点で血管年齢38歳と判定された。登山を始めて以来、健康状態はさらに良くなっている。これは、幸せに生きるために最も大事なことだと思う。

那覇市立病院外科部長、久高学先生からのお誘いで倫理法人会のモーニングセミナー（朝6：00～7：00）に参加するようになってから人生が変わりました。遅くまで深酒しなくなり、早寝早起きの習慣が身につきました。朝から心が洗われるような素晴らしい講話が聴けて、一日が爽やかにスタートします。当院では、倫理法人会発行の「職場の教養」を使って毎朝朝礼を行なっています。人間として、社会人としてなすべき当たり前のことが書かれています。その日輪読したことに対して輪読リーダーが感想を述べますが、話すのが苦手だった職員も、次第にすらすらと意見が言えるようになりました。活力朝礼を取り入れて、職場が、以前にも増して明るくなりました。平成20年9月より、久高学先生が那覇新都心倫理法人会の会長となり、まだ1年の私が、副会長に就任しました。先輩方もいらっしゃるのに、……と思いましたが、倫理の教えどおり、推薦されたら、すぐに「はい」と、受けちゃいました。倫理法人会に関わってから、普通なら知り合えないような、国会議員の先生や、各界の著名人とお話する機会に恵まれ、人脈は大きく広がりました。興味のある方は私か久高学先生に御連絡ください。

幸せ指数上昇中



## 丑年にちなんで

うえず内科クリニック  
上江 冽 良尚

あけましておめでとうございます。皆様良いお年をお迎えのことと思います。今年は年男ということで、新年にあたって感じたことを述べさせていただきます。12月生まれの私は、昨年末に47歳になったばかりですが、1ヶ月も経たないうちに年が明け、今年は48歳で年男です。ねといわれると、ついこのあいだ年をとったばかりなのになんだか損をした気がします。48歳というとまだまだこれからだと思いますが、あと干支を一回りすると還暦を迎えるのだと思うと年をとった実感が湧いてきます。医師として本当に充実してバリバリと第一線で働けるのもあと十数年かなと思い、これからの日々の重要性を実感しています。

医師となり20年余が過ぎ、この間、大学病院での研修に始まり、県立病院で救急をはじめとした実践的な臨床の現場を経験し、その後出向先の老人病院で慢性疾患のケアも経験でき急性期だけが医療ではないのだと実感しました。その後、再び大学病院に戻り1チームのリーダーとして後輩の指導もできたし、曲りなりにも動物実験もやり学位の仕事もできた。また、女子少年院の医務課長というなかなか経験できない職にも携わり矯正教育の現場もみる事ができた。その後、民間の総合病院にて救急医療や専門性の高い医療にも携わりいくつかの専門医も取得できました。勤務医としてはいろいろな形態を経験し終わり、今度は開業医というものがどういうものか興味を持つようになり開業を決意しました。平成19年11月にクリニックを開業し、慌ただしく1年が過ぎ去りました。このわずか1年の間に、勤務医時代では経験できなかった経営者としての苦労と少しばかりの楽しみをひととおり経験してきました。つらい事

もありましたが過ぎてしまえば良い人生経験であったのかなと思ひ返されます。勤務医時代は生活習慣病の患者さんには「週3日以上運動してください」などと指導していながら、自分は多忙を理由にほとんど運動らしきものをしてきませんでした。そして、開業後もなかなか時間がとれず運動をさらにしなくなり疲労が蓄積してきていました。考えてみると、開業医には代役がない訳で、とにかくできるだけ長く診療を継続していくには、体力をつけなければダメだと気づき、決意を決めスポーツクラブに入会し運動を始めました。最初は診療後に運動しに行くのは億劫でしたが、最近は運動後の爽快感が何とも言えず気持ち良いので病みつきになりほぼ毎日運動するようになっていました。おかげで腹囲も少し小さくなり生活習慣病の危険因子を一つ減らすことができました。これからもさらにいろいろな事があると思いますが、座右の銘の一つである「人間万事塞翁が馬」という気持ちで、何があってもめげずに頑張っていきたいと思っています。幸いにも自分は良き仲間にも恵まれています。回りの人達に支えられ、また自分にできることで他人を支えて、お互い助け合いながらこれからもいい仕事をしていきたいと思っています。



### 丑年に因んで

沖縄県立南部医療センター・こども医療センター  
砂川 一哉

あけましておめでとうございます。吾輩はウシ（年）であります。さて、新年の挨拶に年賀状があります。近年はゆっくり年賀状などを書いている時間などないヒトが多く、めっきり出番が少なくなりましたが、ヒトがわれわれウシを含む十二支を最も思い出すのはこの時期ではないでしょうか。

ヒトの世界は、便利なもので、時計を見れば何時かわかり、方位磁石を見ればどこが北かなんてことは簡単にわかります。最近では、GPS装置などを利用したカーナビなどで、方位など意識しなくても目的の場所につくことができます。カレンダーも地図も然りです。

もしも、ヒトが時計もカレンダーも方位磁石もさらには地図もない世界に迷い込んだとしたらどうでしょう。今日はいつかわからず、目的地にはなかなかたどり着けないでしょう。大昔のヒトは、十二支を使ってその目的を果たすことを考えたようです。十二支の起源は中国殷の時代といえますから、紀元前1046年ごろの話のようです。ウシ年でいきますと、時刻は午前1時から3時ごろ。この2時間を4つにわけて、「草木も眠る丑三つ時」というのは午前2時～2時半ということになります。

さて、われわれウシ年ですが、ウシは昔から草や穀物を食べて生きている草食動物です。いつの頃からか、飼料に他のウシの骨が混入されたりして、困ったことになっています。ウシも困っていますが、ヒトも困っています。これが後にBSEと呼ばれるプリオンの病気を引き起こしました。ヒトの食料においても、賞味期限切れの食品の販売、産地偽装などが新聞などで報道されています。某国からの食品においては、蛋白量偽装のため、メラミンという毒性のあるものまで故意に混入される事件があり、このような食品に関連した報道が後を絶ちません。ヒトの世界も大変です。国産のものを食べれば良いというヒトもいるようですが、食料自給率が、昭和40年カロリーベースで73%であったものが、40%に落ちているという現実では外国の食糧に依存せざるをえません。今後も大きな問題となりそうです。

また、ウシの話に戻りますが、牧場で草を食むわれわれウシの姿は、実にのんびりとした光景です。特にウシは4つの胃袋を持っており、反芻しながらゆっくりと食べます。この文章の筆者もウシ年だけあって、のんびり屋のようです。しかし、とかく最近は何事の速さが徐々に

(もしかしたら指数関数的に)速くなっています。江戸時代ですら、手紙はヒトが走ってまたはウマに乗って運んでいたのですから(さすがにウシではいけません)。今や、飛行機に乗って海外へヒトが動くことは当たり前。情報に至っては、携帯電話の発達や特にインターネットの発達によって、瞬時に全世界へ運んでしまいます。十数年前には想像もできなかったことが現実となっています。

ところで、筆者は昨年10月ごろ、離島代診で阿嘉島に出張する機会がありました。阿嘉・慶留間をあわせて380人程度の農業と漁業の島です。本島から高速艇でわずか50分という距離にありながらまるで別世界です。毎朝、窓から穏やかな海と島の大半が緑に覆われた慶留間島を眺め、夜は灯火も少なく、天の川が見えるほどの満天の星。残念ながら、ウシはいませんが、慶留間島には野生のシカ(十二支には選ばれませんでした)が生息しているそうです。おそらく、穏やかな時を過ごしていると想像します。

牛歩の歩みというと、国会のときの牛歩戦術が思い出されますが、便利になったり・忙しくなったりしている昨今、今年の十二支のウシのように、のんびり・ゆっくりとした時間の大切さを感じています。こんなウシ年の筆者ですが、今年もよろしく願い申し上げます。



丑年に生まれて

アラカキ眼科  
新垣 均

7年前、那覇市真嘉比にアラカキ眼科を開院した。市街地から少し離れた静かな住宅街だ。環境はいいが、地理的にわかりにくいのが難点である。

開院後しばらくは、場所の問い合わせが多く

「わかりにくい、交通の便が悪い」などの苦情を幾度となく受けた。

そんな中で「一回来たら、覚えられるさ」と励ましてくれたかたがいた。今でも心に残る有り難い言葉である。

最近やっと地域になじんできた。少しずつ場所の問い合わせは減ってきている。

開院してから、患者さんとの距離が近いと感じることが多い。ふとした言動に感動させられる。

ある患者さんとスタッフの会話である。

70歳代のその女性は、ショッピングカート歩行器代りに利用していた。診察を終え帰り際、突然雨が降ってきた。

スタッフが、傘を差し出した。「何も今降らなくていいのにね」と話しかけている。

次の瞬間、耳に入ってきた返事に驚いた。

「恵みの雨さー。感謝しなければ」とさざりと言った。うそのない心からの言葉である。

数ヶ月ごとに通院する別のかたは、自宅で寝たきりのご主人を介護している。

「毎日、大変ですね」と声をかける。

「ほんと手がかかるよ。でもそれが楽しいと思うこともあるから不思議さー」と満面の笑顔を見せた。

同じ立場のとき、自分は先輩がたのような前向きな気持ちになれるだろうか……。

私は、出産予定日より早く生まれたため、寅年になれなかった。自分の生まれ年が好きではなく、星占いなど、生年月日をもとにする占いのたぐいを信用しなかった。

開院前、クリニックの名称を決めるとき、初めて占いを頼った。姓名判断の本によると「あらかき」が画数的によいとある。

迷いが生じた。勤務医時代、サインに使用してきた「アラカキ」が気に入っていたからである。

親しみやすい「ひらがな」にするか「カタカナ」か、ずいぶん悩んだが答えは出そうもない。

偶然目にした、国際通りの占い師に鑑定を受けると「カタカナが画数的に吉」と背中を押さ



れた。「アラカキ」との付き合いは幸いにも続いている。

日常の何気ない出会いが、人の考え方を変える。

今まで関心がなかったのに、テレビや旅先で牛たちを目にすると、思わず見入ってしまう。暖かい雰囲気やゆったりと大地を踏みしめる様が好きになったのかも知れない。不思議と前向きな気持ちになれる。

苦労をものともせず、プラスの力に換える先輩がたの笑顔を見てきた。診察し、ケアしているつもりの方が、いつの間にか癒されている。

学びの多い環境に感謝しながら、一步ずつ着実に進んでいきたい。生まれ年のように。



### 感謝の年に

那覇市医師会検診センター  
デューラン ゆかり

明けましておめでとうございます。

那覇市医師会検診センターのデューランゆかりです。

今年は丑年ですね。

実は私は丑年生まれなんです、というとすぐに年齢がバレてしまいますが、やはり自分の生まれた年には何だか愛着が沸きますね。

ここまでこれたのも神様のお陰、家族のお陰、そして周りの先輩方、お友達のお陰なのだと感謝で胸が一杯になってしまうのも子供が生まれてからでしょうか。

娘は2歳になりますが、小さいながらに自分でできるんだと主張する姿を見ているとああ、自分もきつこうやって何もわからずに「自分ひとりで頑張れる」と思ってきたんだと思わずにはいられません。

振り返ると沢山の方に支えられてきたんだと

知られるとき本当に人間って一人で生きていけないものではないと実感します。

私は高校を日本で卒業した後にアメリカへ留学しました。親戚も友達も誰も知る人がいない所に一人で飛び立ち、何とか生き延びて(!?)アメリカで医師免許、認定医資格を取るまでに至りました。

でも思えば、知っている人はいないと思ったアメリカでしたが留学するすぐ前に沖縄でアメリカ人の女性に英語を習うことになり、なんと彼女はもうすぐアメリカに帰る、しかも私がこれから行くミシガン州だということがわかりました。それでアメリカで最初の学期が終わった時の夏休みは彼女の家泊まらせて頂き、その間に車の練習をさせて頂いたりしました。何という偶然なのでしょう。

又医学生になったばかりの1年生の時、同級生数人の前で患者さんの問診を行うという課題がありました。

まだ自分の英語にも自信が持てない、医学生として患者さんとお話する自信もないこんな簡単な課題さえ怖気づいている自分が本当に医者になれるのだろうか悩んでいる所に先輩の医学生がこんな言葉を私に下さいました。

「皆、始めから完璧ではないんだよ。だから、今訓練しているんじゃないか。」と。

それを聞いたとき気持ちがずっと落ち着いてその課題の日に望むことができた覚えがあります。

自分が必要な時に必要な言葉をかけてくれる人がいる。本当に感謝ですね。

今年の抱負。

周りの方が私にしてくださる一つ一つの素敵なことをそれが起きているときにしっかりと受け止めて感謝することができるものとなること。

そして周りが私のことを必要としているときにそっと手を差し伸べてあげられる余裕のある人間でありたい。そう願います。

今年も皆様にとってすばらしい年となりますよう心からお祈りいたします。



### 新年の抱負

沖縄協同病院  
井上 比奈

沖縄県医師会会員の皆様、新年明けましておめでとうございます。

さて、丑年生まれの人に、丑年に因み今年度の抱負を述べるようにとお達しがございました。恐らくこの随筆を書かせていただく中で一番の若輩者かと思い簡単に自己紹介をさせていただきます。私は30うん年前に神戸で誕生しまして、地元の公立小中高等学校と野山を駆け回りすくすく成長いたしました。丑年といえば思い出すのは父の言葉で、私や妹が両親の言葉に“もぉー”と口をとんがらせて文句を言おうものなら、すぐさま“もぉーは牛や。つべこべいわずに言うことを聞きなさい！”と厳しく怒られました。しかし、なろうと思ったら何にでもなれるからあきらめずに（努力して）やってみなさい”と常に私たちを応援してくれたのも父でした。その後、地元の薬大に通っておりまして1995年に阪神淡路大震災に被災し、卒業後に縁あって琉球大学医学部へと入学いたしました。琉球大学では学業の傍ら、トライアスロン、水泳、合唱などにも勤しみ気力や体力を培っておりました。色々ありましたが無事に6年で卒業し、今年で沖縄に来てはや13回目のお正月です。医師になって6年があつという間に過ぎ行き、ここまではよりよい研修、救急医療の実践にひた走ってきたつもりでしたが、気がつけば琉球大学在学中に産まれたわが子もすくすくと成長し、今年9歳になります。（この間、私は仕事ばかりで私たち親子が不良にもならず何とかやってこれたのは周りの方々の支えがあったからでした。図らずも音信不通となり今日までお礼も言えなかった皆様すみません。この場を借りて厚く御礼申し上げます）

目下、意識しておりますのはワーク・ライ

フ・バランスです。もともとは欧米で普及した概念ですが単に家庭やプライベートを充実させる、ということにとどまらず、仕事での成果をあげるために「多様性を認め、働き方の柔軟性を追求し自己投資する」ということが大切なようです。職業人としてだけではなく家庭人としてもまた個人としても持っている能力を最大限出せるよう、自己研鑽を積みながら健康も家庭も大事にしたいという野望を持っております。短期目標としては今年救急専門医試験に合格し、外傷も含め地域の救急に少しでも貢献できるように、また年度内にきちんと原著論文を書き上げることを掲げて頑張ります。（病院も新しくなることすし、心気一転？あれ？これまでも頑張ってきたんですヨ。いつも締め切りに追われていましたが、今年も追いまくられそうです。県医師会館もめでたく完成し、重ね重ねおめでとうございます。県医学会をはじめ様々な講習会など楽しみにしております）病院内だけではなく外での救急に関する地域活動も、継続して参加していきたいと思っております。

思うままに書かせていただきましたがまだまだ未熟者です。有言実行で頑張りますので皆様、御指導御鞭撻のほど、よろしく願いいたします。会員の諸先生の2009年のますますのご健勝をお祈りしつつ、最後に、新春干支随筆の機会を与えてくださった広報委員の先生に御礼申し上げます。



### 今年の抱負

豊見城中央病院  
上地 秀昭

今年は丑年。年男ということで今年の抱負について執筆依頼がありました。毎日、仕事や子供たちの育児に追われ、やりたいこともできない状況ではありますが、今年目標をたてたい

と思います。

まずトラベル英会話。英語の論文はそれなりに読めるはずなのに、いざ喋ろうとすると言葉がでてきません。長男が英会話教室に通いだしたので、自分も頑張ってみようと思いました。本気でやるなら英会話教室へ通うべきですが、結局980円の旅行に必要な英会話のCDを購入し、毎日自転車通勤時に聞いています。これは短い文章（6語以内）で言いたいことを伝えることができるようになっており今年の夏休みまでにはマスターしたいと思います。

仕事の面では、子宮癌検診の啓蒙（子宮頸癌の予防）に力を入れたいと考えています。子宮頸癌は癌検診を受けていれば早期発見可能な疾患ですが、沖縄も含め日本全体で子宮癌検診受診率が20%前後であるため、子宮頸癌が予防できていないのが実情です。未受診の理由が「忙しい」「恥ずかしい」であることから、当院では自己採取HPV（ヒトパピローマウイルス）検査を導入し、その啓蒙活動に努めています。個人的には長男の通う保育園の保育士や父兄を対象に講演会を行っています。さらに県内では当院でのみ可能な広汎子宮頸部摘出術の技術・知識の向上、日本がん検診・診断学会認定医、婦人科腫瘍学会専門医、日本臨床細胞学会細胞診専門医取得に向けて勉学に励みたいと思います。



### 新年の抱負

琉球大学大学院医学研究科  
感染制御医科学専攻 3年生  
第一内科 古堅 誠

私の医師としての生活がスタートして、早いもので10年の月日が経過してしまいました。同期で卒業した先生方が各診療科・各病院へすすみ活躍している姿を、喜ばしい、また、誇らしいような思いで拝見しております。

これまで、私は、大学卒業後、第一内科に入局、約2年間の研修生活を経験し、悩んだ末、呼吸器内科としての道を選択しました。呼吸器内科を選んだ理由は、以前より胸部画像診断に興味をもっていたこと、呼吸器症状を呈する患者さんの身体所見からその鑑別診断をあげて診断・治療を行っていくその過程が純粋に楽しく感じたということがあります。また、（私がもともと県北部の田舎出身で、お年寄りの中で育ってきたこともあり）高齢の患者さんを診ることにあまり抵抗を感じなかったことも一因だったかも知れません。大学病院での研修生活の後に、中頭病院で1年、北部地区医師会病院で2年半、再度大学病院に戻り2年間臨床の現場で仕事をさせて頂きました。当初から自分の興味を持てる専門分野を意識し高い目標をもって診療や研究に取り組んでいく同僚の先生方が多い中、私はどちらかというと日常臨床の場で多くの症例を経験し下地を固めてからその後のことを考えたいとするやや慎重な姿勢で診療を続けていました。幸い多くの症例を経験させて頂き、外来・病棟業務においてもある程度のことはこなせるような自信は出てきてはいたのですが、日々の臨床の忙しさの中であまりそれぞれの疾患の病態を的確にとらえて診療することは不十分で未消化のまま仕事を続けていた面もあったかと思っています。そんな折、疾患の本質からじっくりと勉強してみたいと考え、少し遅くはなりましたが思い切って大学院への進学を決意しました。医師生活8年目のことでした。

私が大学院で取り組んだテーマは“レジオネラ感染による肺胞上皮細胞傷害の機序に関する検討”で、レジオネラ肺炎が重症化する病態をALI（急性肺障害）/ARDSに関わる肺胞上皮細胞傷害の観点から検討したものでした。実験で多くの失敗や困難にぶち当たりましたが、失敗のなかにも何かひとつは成果を見つけ、それを次のステップにつなげていくその過程が非常に勉強になりました。幸い、素晴らしい環境に恵まれ、当科教授の藤田次郎先生・講師の比嘉太先生の手厚いご指導のもと、何とか研究論文



をまとめることができました。非常に有意義な時間を過ごすことができ、お世話になった先生方皆様に御礼申しあげます。

私が取り組んだテーマは基礎的な研究ではありませんでしたが、その病態に直接関係するような臨床に非常に近いところでの研究でした。大学院で勉強したことで、これまでとは違った面から患者様や疾患を捉えることができ、臨床の幅を少しでも広げることができたのではないかと考えております。私にとって、今年は臨床の現場への本格的な復帰の年となります。初心に戻って診療に当たりたいと思います、今後ともどうぞ宜しくお願い致します。



丑年に因み、抱負なども少々

北部地区医師会病院  
天願 敬

新年明けましておめでとうございます。とは申し上げても突然の<新春干支随筆>なるものの原稿執筆依頼に戸惑い、筆を執ってはみたものの、何を書いたら良いのか、思うように進みません。何でも毎回その年の干支にあたる会員の方がこのコーナーを担当される由で今回、どうゆう風の吹き回しか、あらぬ方向へ早くもミーニシが吹き始めたのか、若輩者の私に白羽の矢?が立てられたようです。どうかお付き合い下さい。新年と申しまして、この原稿を執筆している今現在は10月の末で、ようやく秋の足音が聞こえ始めた折、私の勤務するここ名護の地では、過ぎ去る夏の残り陽を惜しみ、すぐるよういまだにセミの鳴き声が響いています。

さて、昨年も様々な事が沖縄、日本、世界中で巻き起こりました。ネズミと言えはすばしいイメージですが、その子年であったためか“速さ”に関する話題に事欠かない一年であったように思われます。一枚の水着からも多くの

話題が生まれた夏でした。何の話かお忘れの読者の方もいらっしゃるかもしれませんが、そうです、まさにSPEEDO社製の水着の話題です。遠い昔の話のように感じますが、ついこの前の北京五輪での事です。本大会前の世界各地の予選から注目でした。4年間の猛特訓の末、突如革命的なデバイスの出現により飛躍的な新記録更新のラッシュ! 凄い事です。昨日までの記録をいとも簡単に塗り替えてしまうのですから。でも、ふと画面の中の熱狂冷めやらぬ水面に、小さくも冷静な疑問の波紋を見たのは私一人だけではなかったはずです。

スピードと言えは食品の中では冷凍食品や即席食品がありますが、そこに潜む安全性の問題もマスコミを騒がせました。食に対する安全の神話とも言えるほど日頃から信頼しきっていた我々日本人にとって、まさに青天の霹靂であったはずです。ですが、霹靂が連日轟く大荒れの空模様、すっかり慣れてしまった感すらあります。

政治経済の世界もめまぐるしい動きを見せました。エネルギー問題の福音とも目論見られていたバイオエタノール、その産出のために大豆やとうもろこしの供給不足、飼料の高騰から畜産産業を直撃。世界的食糧難を招き、巡り巡って小麦粉の値上げ、名護の名物そば屋も100円(約14%)値上がりしてしまいました。さらに巡り巡ってガソリンの高騰はまさにモーレツな速さで200円/lを目前に迫る勢いでした。満タン5,000円だったのは、はるか昔の事のように。アメリカのサブプライムローンに端を発した世界的な株価の乱高下、急速に進む円高の影響は日本企業全体に大打撃を与えました。

さて、今年は丑年です。牛歩と言えは歩みの遅い例えから、しばしば会議や投票の戦術として用いられます。しかし力強く、一步一步確実に地に足をつけて進む印象は、頼もしくもあります。私は幼少の頃より大食いによく寝る子でしたから、親にはよく“あんたは本当に牛になるよ!”とたしなめられたものです。しかしながら、牛は農作業、酪農、畜産業と非常に有益

で、長く人類の生活に密に関わってきた家畜である事は周知の通りで、ときに信仰の対象とさえなっています。大切なものだからこそ、尊敬の念を込めて、ある時代ここ沖縄では、流行最先端の名前に取り入れられたのだという事は想像に難くないでしょう。

スピードが求められる時代である事はもちろん事実です。その利便性を享受できるのは本当にすばらしい事です。ただ、一步一步確実にあゆみを進め、その揺らぎのない道程を築き得た者だけが、その先の頂きに到達できるのだらうと自分に言い聞かせ、この一年を実り多きものとできるよう、新たな気持ちで確実な一步を踏み出して行きたい。丑の己に鞭打つ気持ちです。



### 「凡事徹底」こそ

沖縄県立中部病院 地域救命救急診療科  
多鹿 昌幸

今年の干支は己丑であります。このたび年男である私に今年の抱負について書く機会を与えていただきました。知人の話では十二支「丑」にはじっくり、ゆっくりだが時間をかけて着実に物事を進めていくという特徴があるそうです。果たして自分がそうであるかは別として、この意味にふさわしい言葉を書物の中で見つけました。それは「凡事徹底」という言葉です。

この言葉は鍵山秀三郎氏が著書の中で使用しておられる言葉です。その言葉どおり「誰でもできる、当たり前のことを例外なく行う」という意味です。筆者はイエローハットの創業者で、40年以上にわたり毎日掃除を欠かさず行ってこられた実践者です。創業時代、荒んだ社員の心を少しでも癒すことができればという気持ちから会社の掃除を始められたそうです。社員や経営コンサルタントから馬鹿にされようが何を言われようが、自分にできるのはこれだけ

だと信じて毎日掃除をされてきたそうです。その実践の結果や広がりについては著書を読んでいただくとして、私自身についての「凡事徹底」について考えてみました。

私をはじめ、医師の基本は患者さんを「診る」ことです。自分の診察を振り返ってみて、全ての患者さんを「診る」際に自分の心は例外なく相手を見てるだろうか。患者さんを診ているようで、頭の中では鑑別疾患、そして次にやるべき仕事は何かと先ばかりを見て、今日の前にいる患者さんを実はきちんと診ていないのではないか。どの医師もそうですが、時間に追われながら診療をしており、しかも何かひとつのことをしている際に必ず別の用件、相談、などが入ってきます。「ひとつのことに集中できない状況だから仕方ない。」といつも自分に言い訳をしていたように思います。

今、私は県立中部病院救急室での職をいただいております。これが他の科に変われば、他の病院に変われば、他の職に変われば、目の前の人に集中できるようになるかというそんなことは全くない。そう気付かせてくれる体験を最近いたしました。

今年の10月29日に長男を授かりました。長女の保育園送迎などもあって今回は妻の実家ではなく、今のアパートで産直後を過ごすことになりました。夏休み・年休を利用して家事見習いを行いました（家事の合間にこの文章を書いています。）これほど大変とは思いませんでした。（世の女性は本当にエライと思いました。）妻に代わって炊事・洗濯・掃除・長女の送迎などを行いました。三度の食事の献立を考え、買い物、炊事と途中でしなければならいことを思い出したりします。食事中に長男のオムツ替えや授乳で中断することもよくあります。日々の営みである家事・子育てがこうなのですからどの仕事も同時に複数のことをこなしたり、何かをしている途中で中断が入るとするのは日常なのだと思えます。

話を元に戻します。私にとっての凡事は心をこめて患者さんを診ることです。また、一緒に

診療している研修医を見ることです。何気ないことかもしれませんが、医者が心をこめることができるかどうかで患者さんに与える影響が変わる気がします。最近では「祈り」に治癒効果があるのではないかという研究がされているとも聞きます。先輩医師からも「相手の目を見て診療に当たる」「愛の心を持って診療にあたる」ことの重要さを最近よく教えていただきます。「凡事徹底」言い訳せず、心を込めて患者を見る。医療を取り巻く状況は穏やかではありませんが、これを今年の抱負として日々すごしていきたいと思います。

最後にこの機会を与えてくださった當銘先生、県医師会の方々、お休みをいただいた職場の皆様に感謝申し上げます。



### 抱負は毎年同じです

特定医療法人敬愛会 ちばなクリニック  
健康管理センター医長 清水 隆裕

「(また)何か怒られるようなことやったっけ?」とドキドキしながら医師会からの封筒を開けて驚いた。干支随筆の依頼だ。そう言われれば私は丑年生まれの年男で今年36歳になる。どのような経緯で私に白羽の矢が立ったのか謎ではあるが、せっかく頂いた紙面だ。推薦者のメンツをつぶさぬよう(期待ハズレかもしれないが)慎重に筆を進めさせていただきたい。

私は医師としてきわめて中途半端で医師会区分によると診療科目は「その他」である。所属学会で言えば放射線科医だが個人的な事情により専門医受験を見送って以来「幽霊学会員」となっている。日本人間ドック学会認定医ではあるが、学会が日本医学学会に加盟していないなど諸事情もあり専門医の定義を満たさない。“今さら”という気持ちもあり内科学会などにも入っていない。だから履歴書を書くにしても認定

証をかき集める必要もないのですぐ終わる。こう書くと、我ながらよくもそれでメシが喰えるものだと不思議に思う。

ところが昨年9月、そんな私が講師に担ぎあげられた。徳島で開催された第49回日本人間ドック学会総会ランチョンセミナーでのことだ。そこで私は「特定健診・特定保健指導における禁煙支援の実際」の演題で大阪府立健康科学センターの中村正和先生と並んで講演を行った。国内屈指の有識者と学位すらもたない若造を並べて講師に選ぶという前代未聞の挑戦を冒したのはノバルティスファーマのニコチネルTTS担当MRたち。彼らが私を演者に選んだのは「タバコを止める気はない」と答える(一般には無関心期と評されるであろう)喫煙者を禁煙外来に誘導する技術を評価してのことのようだ。思えば昨年は・・・否、振り返ると昨年ばかりかここ数年は禁煙指導ばかり行っている。今年度上半期(\*)に当センターを受診した7,864人を見渡してみると現喫煙者1,372人を上回る1,671人が「タバコを止めた」という。なお、このうち181人はこの1年以内にやめている。

いまさら書くまでもないが、喫煙は各種悪性疾患のみならず糖尿病・高血圧・脂質異常症などの生活習慣病、更には腰椎間板ヘルニアのような思いもよらないものまで有意に増やすと言われている。常時ニコチン切れのストレスに曝されている喫煙者は自殺率が非喫煙者の4倍に及ぶという報告もある。喫煙者の減少は受動喫煙機会の減少にも直結し、特に小児疾患の減少に大きく寄与できる。また国内各地で救急医療の崩壊が叫ばれているが、公共施設を全面禁煙にすれば心筋梗塞や脳卒中を防ぎ救急搬送を減らすことができるであろうことは諸外国の経験から十分に予想される。つまり禁煙推進は喫煙者の健康維持にとどまらず、自殺予防策の一環でもあり小児科医療の一部でもあり救急医療再生への切札でもある。そう考えると(非喫煙者はもちろんだが)タバコをやめた方々はご自身のためにも周囲の方々のためにも実に良い選択

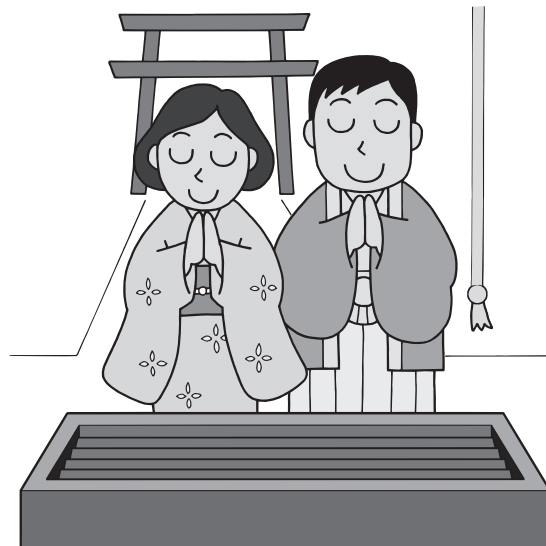


をされたと思う。

さて、かくのごとく禁煙支援しかできない私の目標は還暦を迎えるまでに“必要とされない医者”になり引退することである。つまりは、残り2廻でタバコのない世界を実現する…非現実的との批判もあろうがそれが私の理想であり、それに向けて一歩でも進むことが私の毎年の抱負である。昨年5月には待望の経口禁煙補

助薬チャンピックスが国内に初登場した。内服薬である点も重要だがタバコを吸いながら始められるという点からも非常に画期的な禁煙補助薬で、今年の間ドック受診者には禁煙したと答えてくれる人がさらに増えるのではないかと大いに期待している。

(\*) 2008年4月1日から9月末日



## 第107回沖縄県医師会医学会総会日程

会 期：平成21年1月17日（土）・18日（日）  
 会 場：沖縄県医師会館

(3) 豊見城中央病院より  
 豊見城中央病院副院長  
 城 間 寛

**（第1日）平成21年1月17日（土）**

1. 第64回沖縄県医師会定例総会  
 14:00～14:25
2. 第107回沖縄県医師会医学会総会開会宣言  
 14:30～14:32
3. ” 会頭挨拶  
 14:32～14:35
4. 特別講演 14:40～15:40

座 長：沖縄県医師会医学会会長

玉 城 信 光

演 題：「日本医師会の役割と  
 広報活動について」

講 師：日本医師会副会長

竹 嶋 康 弘

5. 第23回沖縄県医師会医事功労者表彰式  
 15:45～16:15
6. シンポジウム 16:20～18:50

テーマ：「沖縄県における初期臨床研修から後期（専門）研修および生涯教育までの連携について」

座長：沖縄県医師会副会長

玉 城 信 光

沖縄県医師会医学会副会長

田 名 毅

シンポジスト：

- (1) 県立中部病院より  
 県立中部病院 遠 藤 和 郎
- (2) 群星沖縄より  
 群星沖縄研修委員会議副議長  
 仲 程 正 哲

- (4) 女性医師より  
 沖縄県女性医師部会長  
 依 光 たみ枝
- (5) 琉球大学医学部附属病院より  
 琉球大学医学部附属病院第三内科  
 准教授 大 屋 祐 輔

7. 懇親会 19:00～

**（第2日）平成21年1月18日（日）**

1. ポスター掲示準備 08:15～08:30
2. ポスター閲覧 08:30～09:00
3. 発表・討論 09:00～11:48

※12:00までにポスターを撤去する

ミニレクチャー	10:20～11:20
分科会長会議	11:40～12:30
～ 昼 食 ～	11:50～12:45

4. ポスター掲示準備 12:30～12:45
5. ポスター閲覧 12:45～13:15
6. 発表・討論 13:15～15:07

※15:15までにポスターを撤去する

# お知らせ

## 裁判員制度施行にあたっての申し入れについて

日本医師会から本会宛、平成21年5月21日から実施が予定されている裁判員制度について、次のとおり周知方依頼がありましたのでお知らせ致します。

日本医師会では、裁判員制度が円滑に実施され、医師・医療従事者が患者の診療上やむを得ず辞退を申し出る場合の取扱いについて支障のないよう、最高裁判所長官、同事務総長、同事務総局総務局長、ならびに法務大臣宛に申し入れをおこなったとのことでもあります。

なお、資料については、紙面の都合上、最高裁判所長官宛の申入書のみを掲載いたしますので、ご了承賜りますようお願い致します。

日医発第812号（法7）  
平成20年11月5日

都道府県医師会長 殿

日本医師会  
会長 唐澤祥人

### 裁判員制度施行にあたっての申し入れについて

平成21年5月21日から実施が予定されている裁判員制度については、その周知方にご高配を賜り厚く御礼申し上げます。

同制度については、地域医療を担う医師・医療従事者が裁判員候補者として指名を受けた際に、患者の診療上やむを得ず辞退する場合の辞退申し出の可否や手続きをめぐり、ご懸念やご要望が多く寄せられているところであります。

裁判員候補者として指名された者が自らの業

務上やむを得ず辞退を申し出る場合には、

①前年の12月頃、裁判員候補者名簿登載者に送付される「調査票」の中で、

②具体的な事件の裁判員候補者に裁判の約6週間前に送付される「質問票」の中で、

③裁判の当日におこなわれる選任手続の中で、等の局面に応じて、当該事件を担当する裁判所に対して個別に辞退理由を説明し、裁判官によって辞退の可否が決定されることとなります。

今般、本会では、裁判員制度が円滑に実施され、医師・医療従事者が、患者の診療上やむを得ず辞退を申し出る場合の取扱いについて支障のないよう、最高裁判所長官、同事務総長、同事務総局総務局長、ならびに法務大臣に宛てて申し入れをおこないましたので、ご参考までに写しをお送りいたします。

あわせて、最高裁判所作成による裁判員制度のパンフレット等を同封いたしますので、貴職におかれましては、裁判員制度の趣旨をご理解のうえ、貴会会員に対するさらなる情報提供にご高配賜りますようお願い申し上げます。

### 別添

- 1 最高裁判所長官宛て申し入れ書（写）
- 2 最高裁判所事務総長宛て申し入れ書（写）
- 3 最高裁判所事務総局総局長宛て申し入れ書（写）
- 4 法務大臣宛て申し入れ書（写）
- 5 裁判員制度パンフレット  
(最高裁判所作成)
- 6 裁判員制度パンフレット（最高裁判所・法務省・日本弁護士連合会作成）

以上



お知らせ

日医発第730号(法4)  
平成20年10月10日

啓発に本会として最大限の努力をしておりますが、本制度の施行に際しては、特に下記の点にご高配をいただきたく、お願い申し上げます。

最高裁判所

長官 島田仁郎 殿

記

日本医師会  
会長 唐澤祥人

裁判員の選任手続きの過程で、地域医療を担う医師・医療従事者から、患者の診療上やむを得ない事由によって辞退が申し出られた場合には、地域住民の生命、安心・安全を担う医師・医療従事者の使命に鑑み、個別具体的な辞退申し出事由について、十分にご理解をいただきたいこと。

裁判員制度施行にあたっての申し入れについて

時下ますますご清祥のこととお慶び申し上げます。

さて、平成21年5月21日から実施が予定されている裁判員制度につきましては、その普及

以上

## お 知 ら せ

### 会員にかかる弔事に関する医師会への連絡について (お願い)

本会では、会員および会員の親族(配偶者、直系卑属・尊属一親等)が亡くなられた場合は、沖縄県医師会表彰弔慰規則に基づいて、弔電、香典および供花を供すると共に、日刊紙に弔慰広告を掲載し弔意を表することになっております。

会員に関する訃報の連絡を受けた場合は、地区医師会、出身大学同窓会等と連絡を取って規則に沿って対応しておりますが、日曜・祝祭日等偶に当該会員やご家族からの連絡がなく、本会並びに地区医師会等からの弔意を表せないことがあります。

本会の緊急連絡体制については、平日は本会事務局が対応し、日曜・祝祭日については、緊急電話で受付して担当職員へ取り次ぐことになっておりますので、ご連絡下さいますようお願い申し上げます。

- 平日連絡先：沖縄県医師会事務局  
TEL 098-888-0087
- 日曜・祝祭日連絡先：090-6861-1855
- 担当者 庶務課：上原貞善 池田公江