

新春 随筆



沖縄と私とヤンバルと

もとぶ野毛病院 理事長
上田 裕一

転地療養で訪れたのが41歳の秋ですから私と沖縄とのかかわりは30年を越えた。暖かくて気持ち良く汗をかける沖縄は最高です。冬になると屋内に閉じ込められ、布団をかけても肩から冷気が入ってくる内地との違いだ。沖縄定住以前は獨協医科大学。その病院からの度々の緊急呼び出しで、車に乗り込んだらフロントガラスは霜で前が見えず。車内は冷蔵庫、窓を開けて前方を見ながらの運転では顔は氷付いてしまう。沖縄の冬は内地でいえば秋。晴れば初夏。凍え死なない沖縄は命にとって楽園です。本土で「夏は暑いでしょう」と言われても自然があつて木陰での涼しさは格別。その光に照らされたコバルトブルーの海、リーフの白波、水平線に向かう藍色の広がり。満天の星空には天の川がまさにミルキーウェイ。体温を越える気温となるヒートアイランド現象などは今でもヤンバルには無い。

山紫水明の名護はヤンバルの中心。本部半島の海岸線を右回りにスイスイ走ると、左に本部新港、さらに山中長官の置き土産の瀬底大橋。大浜の埋立地にある当院を過ぎて本部大橋を渡ると広々とした海。島の中央にタッチーのある伊江島が見える。そして平たい水納島と景色は抜群。今や瀬底島は『サンフランセソコ』、水納島は東洋の『タヒチ』。世界一とも云われる美ら海水族館のある沖縄海洋博記念公園は本部町を含むヤンバルのシンボル。

その海洋博覧会が催された時期、「山原」の医療状況は県立名護病院だけ。その後福寿草、光武病院、本部記念病院、北部病院、もとぶ野毛病院。平成の時代に入り医師会病院、勝山病院、循環器センター（医師会付属病院）と充実して隔世の感ありです（病院名は当時のもの）。

特筆はわずか27名の北部地区医師会会員が資金も無い上に運営の苦しさを百も承知で、検診センター（昭和59年）を立ち上げ医師会病院（平成3年）にレベルアップしたこと。地域の極度の病床不足を解消すべく決意をしたことは「山原」人の意気込み。

そのおかげで現在の会員数は4倍。増えたのは医師数だけではない。地域医療・保健を担うのには看護師も他の医療関係職種をも豊富に必要。当時名護市は学園都市構想を持っていた。その機運に乗じて地区医師会は医療の質をさらに向上させるために短期間で平成5年に北部看護学校を立ち上げた。その4倍の受験者数が追い風となって、平成6年には名護に名桜大学が開校した。その後保健・医療系の学部・学科も新設し公立化を成し遂げ更なる発展をしている。今では北部地域での正看護師養成数は年間160人であり、これまでに北部地域の病床数の2倍の2,000名近い正看護師を誕生させている。実際、当院はこの20年間に療養病床150床で148人の正看護師を誕生させた。今や「山原」が中南部に水ばかりではなく、正看護師という医療資源を供給する「ヤンバル」までになっている。

自然物だけではなく、人材を供給するヤンバル。今は亡き岸本建男元市長持論のヤンバル逆差別としての医療貢献です。この正看護師の資源力は、地域中核病院としての県立北部病院と北部地区医師会病院の両者を支えるに十分有り余ります。これはヤンバルの力です。平成3年医師会病院開設時にはこの様に地域連動型で発展するとは予想だに出来ず、この資源力を活用する構想までにはさらさら至らずでした。実際、当院はこの20年間に療養病床150床で必要看護師数40人余りだが、148人の職員を正看護師に養成してきた。

北部地区医師会会員が、地域の医療関係者が、そして北部地域の人々が、この資源力活用の新たな構想を持って北部地区の医療再編・発展に向けて力を結集していくことを本年の年男として夢見ています。そして県医師会の皆様、そして地区医師会のご発展と共に県医師会の益々のご活躍を願っております。



ミドシは新しい旅立ち

沖縄メディカル病院
大山 朝賢



「巳年(へびどし)に因んで」

知念 清

あけましておめでとうございます。

今年も元気で新年を迎えられましたことを天地の神々と皆様に感謝申し上げます。さて、今年も当沖縄メディカル病院の新館が3月に完成、4月にオープン予定です。

当院は真栄城徳佳会長が昭和61年4月に開院して、今年で27年目にあたります。当初は300床でしたが、度重なる医療法の改悪(?)により、現在の南城市営球場隣の当院は大きく4つのタイプに分けられます。同一の建物の中に、一般病床30床(7階)、回復期リハビリ病床40床(6階)、医療療養病床109床(5,4階)、新型老健(介護療養型老人保健施設)78床(3階)となります。

今年4月にオープン予定の“新館”は現在の病院の1kmほど北側よりですが、南城市佐敷に変わりはあります。新館には78床以外の209床が移転します。“旧館”には介護保険対象の新型老健、デイサービス、デイケアと有料老人ホームを予定しています。新館移転後もこれまで同様、皆様のご指導・ご鞭撻を賜りますようお願い申し上げます。

末尾になりましたが、皆様のご健勝・ご多幸並びにご発展を祈念し、新年の挨拶と致します。

私はもともと十干十二支のようなエトには関心が無く、これまで特に自分の生まれた巳年に思い入れをしたり、その年に因んで何かを決意をしたりした事はない。それでもさすがに巳年と還暦が重なった60歳の時には、いよいよ自分も高齢者(老人)の仲間入りをするという思いがあり、先のみえてきた残り少ない人生に一抹の侘しさ・はかなさを感じたものである……恥ずかしながらその程度の感慨にとどまり、それも日ごろの忙しさにかまけていつの間にか忘れてしまった。今年の72歳の「巳年」も、原稿依頼がなければ特に気にすることも無く過ぎ去ったはずである。

思い起こせば、70歳にまだ間があった某日、旧知の先輩にお会いして「相変わらずお若いですね、お元気そうでなによりです」と話しかけたら、「そうかい有難う。でも70になったらもういけないね。君はまだ60代だろう。うらやましいよ」と言われたことがある。聞いてみると70を越すと「何をしても体力が続かず、知力・集中力・記憶力も衰え、その上月日の経つのが60代とくらべものにならないくらい速くなる。この先どうなるのか自分でも怖いよ」とのこと。70を過ぎて衰えてきた私の記憶の中にもしっかりと残った先輩の述懐である。

臨むと望まないにかかわらず、無常・無慈悲と言うべきか、来るべきものは確実にやって来る。私ももう今年で72歳。先輩のお話のように確かに1年たつのが年々速くなっていくような気がする。知力・集中力・記憶力については言わずもがなである。

筆のたち上がり、その後の流れのせいではない暗い内容になってしまったが、私も歳を重ね



た分それなりにしたたかになってはいる。衰えて行く知力・体力・記憶力など認めるべきものは認めつつも「落ち込んでばかりではしょうがない、残りの人生を限られた範囲内ではあるが、豊かに過ごしたい」という気力は残しているつもりである。

豊かな QOL を維持する為には精神と肉体の両面からのバランスのとれた支えが必要なのはいうまでもない。そして、いずれかと言うと、急速に体力が低下していく 70 代以降は、あくまで私見であるが、体力の衰えを防ぐことにまずは努めるべきではないかと考えている。身体を健康な状態に保つのは自分だけのためではなく、自分を取り巻く周囲の人達（特に家族）に迷惑をかけないためにも大事なことであろう。

と、まあそんなわけで、遅まきながら 70 歳になった頃から、ウォーキング、ダイエットでメタボの解消に励むことにした。これまでなかなか実現できなかった禁煙にも取り組んでいる。それ以外に、歯周病の治療にも専念している…歯の管理は見落とされがちだが健康維持にはとても大切なことである。現在のところ、身体健康面では自分で言うのもなんだが、とても良い状態を保っている気がする…時には、60 の頃よりも現在の方が体調は良いのではないかとさえ思う。

72 歳の巳年以降も、あまり気張らず、出来るだけ長く現状維持に努めて行きたいと考えている。



『希望』

当山美容形成外科
当山 護

老人がこれからの将来を記していくのは読者に対し気恥ずかしく、世間様にはばかれる事が多い事かも知れない。

でも…である。

人は誰しも目標・希望・期待・将来の夢くらいは幾つになってもあるものである。

そして時には「柄物の下着」や「トランクスのパンツ」をはいてみたい…との微かな夢もあるが、この辺は理性が抑えている。

この様な書き出しだと主観はともかく、他人からみると少しく頭がボケてきたと思われるかもしれないので、早々に本題に入ってみる。

20 数年間医師会執行部の仕事をさせていただいた。

何事にも両面があるが…。

この間、益する事も多々あったが、医者としてみると軽んじてしまった点もある。

医師会の作業(?)を辞めて困ったのは、スケジュール作りである。

執行部の仕事は忙しいが、日々の日程は事務局がすべてテキパキと決めていく。

飛行機やバスの手配、集合時間等である。

時には昼食、夕食迄決まっている。

理事はそれののっかりながら、ポイントの会議に出席すれば良い訳であるが、執行部を辞めると、これ等の作業はすべて自分ですることになる。

これが甚だ面倒くさい。

自分自身の年間スケジュールも云い加減なので、秘書がいてさえもテンヤワンヤである。

根本の原因は自分の目標、即ちこれからの人生に関し、生き方が定まっていないからである。

目標さえ決めれば、家族も病院職員もそれに連れて動き出す…のが一般的であるが、それが出来ていないので、私の周辺は歯車がかみ合っ

ていない。

その是正の為、目標1を立てた。

1) 美容外科医療のリーダーになってみようと考えた。

美容外科医には悪い医者も多い。

その為、医師会で教えていただいた「医の倫理」を実践すれば良いのではないかが基本にある。

リーダーは医療技術が秀でている奴がなるものではない。患者さんを含めた医療界のグループに信頼され、統率力のあるものになるべきであると云うのが持論である。

正義感ぶって悪医の排除に戦いを挑んでみようと思っはいるが、実は私には弱点がある。

沖縄と云う辺地にいる事や、世界的に名前が売れていない点である。

その為、寸時をおしんで英語をかじっているが、ここに来て時間と云う壁は思いの外厚いと思っはいる。

目標2は以下である。

2) ゴルフでエイジシューターを目指してみる。

先日、80のスコアが出た。

現在の年齢が73、残り7点縮めれば良い訳である。

もう少し頑張ってみればと思っゴルフ練習場に連日通ったら、腰を痛くして次のラウンドは92であった。

思っの外、体力が落ちていっのに気がついたのである。

でも、諦めるつもりはない。

常に地球は自分を中心を廻っているのだと思っ、謙虚さのない私の行動からして自転を止めるとすべての歯車が止まってしまう、長い間の人生の中で恐怖感がうえつけられているのである。

このように自分勝手な事を書くものだから、世間様からうとまれつつある後期高齢の老人に近づいているのかも知れないが…。

でも…である。

年男をお忘れなく原稿依頼が医師会から来たのには感謝している。

12年後、84才位となる。

その時、上記した2つの目標、即ちエイジシューター達成やノーベル医学平和賞の候補にあ

がった時、再度、内容を詳細にご報告出来るかも知れない。

読者の皆様方も長生きをして楽しみに待っはいて欲しい。

徒然なるままに…。

巳年(へびどし)に因んで

友寄クリニック

友寄 英雄

くる年(平成25年)には72歳を迎える。医師になり45年、医院を開業して36年にもなりました。正に歳月人(まき)を待たずです。

無我夢中で走っ来た思っです。一生を100と考えれば、3分の2のところに来たことになり、残り3分の1でこの世の見取め(みおき)でしょう。本音はもう少し長く生きたいものです。72歳は「古代インド思想」によると51歳から75歳までを「林住期」と呼ぶらしいです。こう考えると私は、その真ただ中にあることになりまっ。そこで、私なりの趣味の楽しみ方について、少々述べてみたいと思っはいます。

(1) 趣味ラジオ体操について

亡き母(お母)の勧めもあり、古希を迎えた元日より自宅で、NHKの「ラジオ体操」を続っはいます。もう2年余りになろうか。「継続は力なり」をモットー(つと)に務めて(おかげさま)います。御蔭(かげ)様でいたって健康であります。ラジオ体操を毎朝6時30分から6時40分までの10分間を続っはいきますと体操だけで満足せぬようになり、今では、指導する先生の声の質や伴奏者のピアノの音色で人物を特定する楽しみを新たに取り入れて楽しんでいっはいます。気力、体力が許す限り続っはようかと思っはいます。

(2) 趣味ジョギングについて

開業して、10年目当たり(45歳頃)からジョギングをしておっはいます。今も走っはいます。走歴27年。マラソンはフル、ハーフ、10キ

口合わせて、県内131回、県外14回、外国1回で合計146回走ったこととなります。このところ、前期高齢者になり無理しない走り方に徹しています。マラソンの醍醐味とはゴールした時の達成感や感動ではないでしょうか。走り終わった後は格別であります。ナハマラソンは第2回大会より第26回大会までの連続25回完走でした。日頃のジョギングの練習で、4万キロ、約地球一周を走破したこととなります。

(3) 趣味旅について

10年前よりヨーロッパを中心に旅行しております。これまで、スイス国、フランス国、イタリア国、スペイン国、オーストリア国を訪れました。今年の9月15日から22日までオーストリア国へ出掛けました。主に世界遺産めぐりをしております。旅をとおして、新しい感動、感激を求め続けています。しばらくは止められそうにもありません。

(4) 趣味エッセイについて

折りに振れ、旅の思い出にと拙文ではありますが新聞に投稿しております。最近、今年の9月、オーストリア国への旅行記(エッセイ)を披露させて頂きます。

(題) 深く感動した「東の国」の旅

過日、ヨーロッパ、オーストリア(ドイツ語で、「東の国」の意味らしい)へ旅した。成田から約12時間の空の旅である。この国といえばハプスブルク家のシェーンブルン宮殿(世界遺産)がよく知られている。確かに宮殿はバロック傑作だけあって、素晴らしく、深い感動を覚える。感動といえば「ヨーロッパで一番美しい花の村」を訪れた時もそうであった。地名はアルプバッハでインスブルクよりバスで約1時間、アルプバッハ谷の奥地、標高1千メートルの位置にあり、かつて神聖ローマ帝国のマクシミリアン皇帝の時代に銀の産出で栄えた歴史がある。銀鉱が枯渇し、発展から取り残され今に至る。入村すると色鮮やかな花(ゼラニウム)があふれるほど中世の町並みが残る家々に飾られ、それはそれは見事で美しい。その見事さで「ヨーロッパ

で一番美しい花の村」として認定された。アルプスがあり花があり放牧がありで、どの方向からも絵になり牧歌的である。「おとぎの国」に迷いこんだ目の錯覚を覚える。観光のスポットの一つであろうか。

沖縄タイムス、「わたしの主張、あなたの意見」に掲載。2012年(平成24年)10月18日(木)。

以上で余生楽しんでおります。



干支：へびどし生まれに
困んで：同期会

与那原中央病院
仲尾 清

今年へびどしで、私も古希を迎えることになるが、まだ現役でやり残したことも沢山有るし実感はありません。孔子の言う七十にして心の欲するところ…の気持ちにもなりません。

さて随分昔の話になりますが、私が大学を卒業したのは昭和43年、インターン闘争華やかな頃で、クラスの仲間は皆入局をボイコットして、市中病院へ自主研修に散っていきました。丁度沖縄では県立中部病院の研修制度がスタートして二年目でした。今でこそ中部病院の研修医になるのには困難な試験があるようですが、当時は簡単な面接だけでインターンとして受け入れて貰いました。医師不足の事情で一年でも早く、一人でも多く医者がほしかったのでしょうか。忙しかったが楽しいインターン生活を送ることが出来ました。あれから約45年の歳月が過ぎようとしています。最初の2年間に、いい恩師、よき上司に恵まれ、医師の根っこの部分を教えて貰ったような気がします。せっかくですのでちょっとした自慢ばなしをさせてもらいます。その時の同期生が11名おりまして、その後各々道は違ったけれども、機会があれば集まって飲みながら、研修医の頃の失敗談、美談などで花を咲かせていました。この2期生が

ったと言われた。国費留学生であった小生は、昭和42年5月、国家試験合格証を携え、琉球政府厚生局に挨拶に伺った。来たのは二人だけであった。二人とも精神科希望で、彼は宮古出身ということもあり宮古病院へ、小生は金武の琉球病院へと配置が決まった。金武での勤務は僅か2年という短い期間であったが、その後の小生の診療に大きな影響を与え、心の支えになっている。当時は復帰前の時代で、健康保険制度はなく、治療費は自費であった。莫大な費用がかかり、どうしても短期間の治療になってしまい、中断が多かった。入院しても急性期を乗り越え、早めに外来治療へ引き継いでいた。金武の病院は政府立病院のため原則治療費は無料であったが、県内から大勢の患者がバスを乗り継ぎ、1日ばかりで来院し、少ない医師と職員で診察を行っていた。即入院する程の重症でも、常に病棟が満床という事態では簡単に入院ができず、仕方なく外来で治療するしかなかった。家族も医師も職員も何とかしなくてはという切羽詰まった思いが強く、ギリギリ外来治療で乗り越えていた。当時の事を思うと、やればなんとかなるものだとその後の診療で困った時は、いつも当時の事を思い出し、自分を奮い立たせてやっている。当時、向精神薬は既に使用されていたが、興奮状態や急性幻覚妄想状態をすぐに改善しなければならない必要に迫られ、電気ショック療法も行っていた。現在では麻酔科を備え、身体的に緊急対応が出来る病院でしか行えない治療であるが、当時は一般の精神病院ならどこでも行っていたもので、特に事故はなかった。当時は家族の支えも大きく、盆・正月には殆ど全員外泊出来たものである。徐々に核家族化、保護者の高齢化、持ち家の減少（アパート化）などが進み、外泊が困難となりつつある。時にはホテルに外泊する事態も起きている。私宅監置は法律上は既に禁止になっていたが、当時はまだ沢山残っていた。保健所の職員と一緒に、月に数回、近隣の患者宅を訪問、入院治療を促していた。あるケースは太い鉄格子の小屋に監置され、出入り口がなかった。小屋から出すには鉄パイプを切断するしかなかった

のである。また別のケースは新聞折り込みの裏の白紙に一面にギッシリと小さい字で、同じ数字を繰り返し書いたものが何百枚も出てきた。本人に数字の意味を聞いてもすでに痴呆状態に陥っていて、分からなかったが、どうも監置された日付を忘れないようにと書いたものではないかと思われた。いずれの監置も衛生的には極悪で、排泄物は外から水で流す構造になっていた。入院には、まず髪を切り（女性も同様であったように思う）、シラミや糞などの汚れを落とし、入浴させ、それから診察というパターンだった。長い間未治療で放置された患者であり、回復には難渋した。沖縄県という医療の貧困と戦争の被害も大きく、戦後の混乱期も重なって、精神医療は悲惨な状況であった。これでいいのかと常に自分に言い聞かせ、何か自分に出来ることはないかと反省した45年であったように思う。これからもささやかながら沖縄の精神医療に寄与したいと願っている。当時の一端を思い出し、自己の反省を込めて、今一度思いを新たにしたい次第である。



巳年を迎えて

北部病院
松岡 政紀

医師会の皆様、あけましておめでとうございます。早いもので私もこの年を迎えたのかと思います。早いもので私もこの年を迎えたのかと思います。早いもので私もこの年を迎えたのかと思います。早いもので私もこの年を迎えたのかと思います。早いもので私もこの年を迎えたのかと思います。

去年の10月は山中伸也教授が2012年ノーベル医学・生理学賞を受賞され日本中が喜びに沸いた記念すべき年でありました。従来の医療とは全く違った医療が行われるであろう革命的な時代の幕明けだと予感しています。

迎えた新年も良き年でありますよう祈念しています。

私は昭和16年生まれで73歳の年男であります

す。太平洋戦争開戦時に生まれ、終戦、戦後の長い貧しい時代ではありましたが、明るく希望に満ちていました。

私は群馬大学での7年間の研修を終え、昭和49年4月中部病院に赴任してきました。専門は泌尿器科ですが、当時より各科が協力しあって教えあい、助け合う各科の垣根のない中部病院の職場に大きな魅力を感じながら、学者肌の大先輩大山朝弘先生の下で豊富な臨床経験を積むことができました。

特に印象に残っている疾病は、今ではほとんど見なくなりましたがフィラリア症です。巨大な乳び陰囊の患者さんが股を擦って陰のうも股も皮膚に糜爛ができ痛くて歩けないから手術して小さくして欲しいと迫る患者や、乳び血尿の患者さんで尿の中にプリン状のフィブリン塊があり、排尿時フィブリン塊が尿道に詰まり尿閉となっていました。

大きな乳び陰囊を初めて見た時は驚き、大きさから精巣腫瘍との鑑別が出来ず2例ほど精巣摘出したことを覚えています。

腎結核や腎腫瘍でよく見られる無機能腎の検査も中部病院流の検査が大変役に立ちました。拡張した腎盂や腎杯を穿刺して造影するのが一般的でした。細長い針を使用し目測で背部より腎盂を刺します。尿の流出を確認して造影剤を注入したり、またサンプルを採集したりして診断していました。

一度で穿刺に成功することはまれで、数回の穿刺を余儀なくされ、忙しく時間が足りない診療現場では、大変な作業でありました。しかし間もなく昭和50年代に入り超音波機器やCT・MRIが登場し検査は飛躍的に進歩しました。乳び陰囊や乳び血尿症の診断も例外でなく容易になりました。

中部病院で10年間務めた後、平成元年に私の出身地金武町に帰り、ほくと会北部病院(ベッド数104床)の開設に合わせ、院長として赴任しました。この年は病院のベッド数規制が法令で決まり、規制が布かれる前に多くの駆け込み病院の開設がありました。そのため医師、看

護師、レントゲン技師、薬剤師等の医療スタッフが不足し、その状態は以後長く続いていたため病院管理者としてスタッフの充足には苦勞しました。病院経営に慣れほっとしたこともあって平成18年に沖縄県療養病床協議会の会長に推薦され就任しました。

その年の暮れ12月厚労省より医療費適正化計画にそって、全国の療養病床37万床を15万床へ削減すると発表され、平穩であった会長の役職に暗雲が立ち込めてきました。全国の療養病床の病院はベッド数を半分以上削減するよう迫られたのです。心配したわれわれ会員は日本の慢性期医療を担う療養病床の危機を回避すべく、削減の撤回を訴え続けました。

その当時から日本の医療事情は極端に悪化の一途を辿っていて、急性期医療も例外でなく危機が叫ばれていたのです。

慢性期医療の入院ベッド削減でこれ以上医療状況を悪くすると日本の医療は成り立たない状況でありました。厚労省も次第に慢性期医療のベッド削減は強く迫ってこなくなりました。転換した施設も中にはありますが、現在まで医療療養病床の多くのベッドはそのまま存続しています。

近年、療養病床の新たな動きがあり、急性期病院の後方支援病院として、その重要性が見直されています。

平成24年3月、3期6年間の慢性期医療協会の会長の役を降り、病院経営に専念しています。

これからは自分の健康保持のため、たまにはゴルフを楽しむ仕事後は、病院のすぐそばにある沖縄タラソセンターで水泳、筋トレ、ストレッチ等を日課にして過ごしていきたいと思います。





「巳は天敵」

浦添総合病院
宮城 敏夫

私は十二支「巳」の生まれ、72歳になる。“巳・蛇”はもっとも苦手な動物である。5歳の時に強烈な体験をしたからである。奈良県山辺郡朝和村字永原（現在の天理市永原町）での体験である。

海軍省・軍医であった父は終戦の年の7月に舞鶴海軍病院から朝和村の近畿海軍航空隊へ、10月には霧島海軍病院（12月海軍省は廃止厚生省へ移管となり国立霧島病院に改称）へ異動となった。終戦を境に今後の生活の糧をどこで得るか、福井県若狭和田に残して来た妻と5人の子供のことが気になりになっていた。そんなとき（昭和21年1月）、前任地の朝和村の堀川村長から「私の村は無医村ですから先生に来てもらえないでしょうか…」の誘いがあり、父は喜んで申し出を受け入れた。理由を「これといった財産もなく、子供達の教育のことを思うと沖縄に帰ることもためらわれた」と回想録で述べている。早や2月には永原に居を移し、7月には私たちを呼び寄せた。

村長の家業は、造り酒屋だったが、戦争の勃発で廃業されていた。広い屋敷には立派な母屋と、裏には別邸、米蔵があり、高い天井の酒蔵には大きな酒樽が並んでいた。村長は私たちのために米蔵を改造した6畳と8畳の2間と、診療所を準備してくださった。酒蔵の裏戸を開くとそこは川の土手、川幅は10m程で年中水が涸れることはなかった。川向こうには数キロに亘り田畑が広がっていた。

そこに移り住んで間もなくのことである。いつもは酒蔵の裏戸は閉まっているのだが、この日は戸が開けられていた。酒蔵は、敷石の上に板張りの土壁で、土壁と板の隙間が青大将の通り道となっていた。当時、私は青大将（方言でクツナ）については全く無知で、蛇がいること

すら知らなかったのである。裏に出ようと走って向かったのだが、敷石に足を着けようとしたその瞬間、何やら長い動くものに気付き、咄嗟に敷石を外した。「何これ…？」頭と尻尾は壁の隙間に隠れ、胴体は膨れ上がっていた。数秒で隙間の奥へ消えた。青大将を生まれてはじめて目にした光景であった。夕暮れになって、堀川のおばちゃんに昼間の酒蔵でのことを話し、「あれは何」と聞いた。「青大将やクツナと言うんや。この蔵には2m程のおっきなクツナが何匹もおってな、鼠を捕ってくれるんや」、「敏ボーが昼間見たクツナは鼠を飲みこんだんやろ」、「(クツナに)悪いことせえへんかったら、何もしよらへんからな」等と話してくれた。私は「ふ～ん、ふ～ん」としか声がでなかった。5歳の私には蛇を寄せ付けない、嫌なイメージが出来たようだった。

更に苦手なイメージを決定付けた体験がある。真夜中に目を覚ましたら“ザ～ザ～ザ～”と聞いたことのない音が天井から響いてくる。音は天井を移動している。数秒間止まって、また動き出す。何回か繰り返して“キュ”と音がして天井は静まった。布団に包まって耳を敬て立てること何分だったか分からない。真に怖い思いをした。朝になって隣のおばちゃんに真夜中のことを聞いたところ「敏ボー、それは“クツナや。鼠が咬みつかれた音や」と教えてくれた。

5歳のときの2つの体験が“巳・蛇”の印象を決定的にした。舌をべろべろ出して、体をくねらせて動く巳は気持ちが悪くなり大嫌いだ。蛇は私の天敵なのだ。





「我が良き医師人生」

那覇市立病院 前院長
与儀 実津夫

平成25年巳年。私がこの世に生を受けて72年目を迎える年になります。あらためて、我が帰し方を振り返ってみました。

私は、第二次世界大戦が勃発した昭和16年6月、出稼ぎ先で見合い結婚をした共に沖縄本部出身の両親の長男として大阪で生まれました。しかし父の病死により終戦直後の昭和20年、4歳の私と弟二人をつれ、末弟を妊娠した身で親族の住む本部へ戻らざるを得なかった母の心細さは大変なものだったでしょう。

その後私が小学2年生の時、孟母三遷にならない那覇へ転居。日々の生活を営むさえ困難な時代に、息子たちを稼ぎ手にすべしと身内から迫られる中で、4人の息子達を大学まではという母の強い意思に今でも感謝の念を覚えます。

日々の生活を維持して行くために、母は次々と仕事をこなすに伴って転居も20ヵ所以上に及びました。

私に許された大学進学への道は「国費受験」しかありませんでした。しかし現役での受験は、活動性の肺結核が見つかり失格。3年間の在宅療養を経て国費合格がかない、配置先が京都大学医学部に決まった時の母の喜ぶ姿は今でも忘れられません。

昭和38年3月、私は「琉球政府発行のパスポート」を手に鹿児島航路「沖縄丸」で祖国本土の地を踏みました。そして一昼夜の列車の旅を経て、京都駅に降り立った時の嬉しさは何とも言えませんでした。

私の恩恵に預かった「国費制度」は授業料免除と生活費を保障する代わりに、卒業後直ちに沖縄へ帰還し地域医療に従事することを義務づけていました。しかし卒業の年昭和44年は、全国的に大学紛争の真っただ中にあり、京大医学部もストを打ち卒業ボイコットを決議していました。

私は二度と大学へ戻らない事を宣言し、全闘

会議も例外として私の国家試験受験を認めてくれました。昭和44年3月、沖縄に帰えることが出来、幸いにも「琉球政府立中部病院」の第三期研修医に採用されました。そして2年間の初期研修終了後に「琉球政府立那覇病院」外科勤務を拝命しました。

昭和47年「祖国復帰」を記念して、「琉球大学医学部附属病院」の前身「琉球大学保健学部附属病院」が創設されました(後県立那覇病院に移行し跡地に現沖縄赤十字病院が建つ)。同時期に閉鎖された「琉球政府立那覇病院」の全職員は大学附属病院の国家公務員への移動となり、私も保健学部附属病院外科助手として勤務することになりました。

7年後の昭和55年「那覇市立病院」が開設され、私は39歳で同院外科へ赴任しました。まだ医療機関が足りない時代に誕生した県内唯一の市立病院で働けることは大きな喜びでした。それから実に32年もの年月が過ぎ去り、平成24年3月、大過なく勤務を終えることができました。今静かに振り返ってみて、良き医師人生であったと思わずにいられません。

我々4人兄弟は、母の願いどおり大学に行きそれぞれ良き仕事を得て今では孫を持つ年になりました。そして母は平成23年12月26日、息子たち、孫、ひ孫に囲まれて96歳で大往生をとげました。まさに、戦後をたくましく生きた沖縄女性の一典型であり我々にとって得難く偉大な母でありました。



新春干支随筆の依頼を受け困惑しています。

経塚クリニック
玉城 英征

今年古希を迎えることになるとは、全く自覚していませんでした。まだ先の事と想着ていたので、随筆の依頼を受け初めて意識する様になり改めて自分が高齢者になっているということを認識せざるをえなくなりました。光陰矢

の如しといいますが、月日の経つのは早いものですね。

古希といいますが、大学生時代から数年前までお世話になった二人の大学の先輩が古希を目前にしてあいついで他界されました。

H先輩は文学青年という感じで、又、ロマンチストで、のちに診療の傍ら随筆を定期的に新聞に投稿され、本も数冊出版されました。

もう一人のU先輩は頑固でユニークで、面倒見が良く、開業後は私には理解できない研究に診療の傍ら没頭していました。

今から53年前大学入学時に初めて二人の先輩にお会いしました。その頃はまだ沖縄は日本に復帰しておらず(北緯27度線を境界にして沖縄と本土を分離)、当時は留学制度(本土の大学に入学するための)があり、そのお蔭で大学に入学させてもらいましたが(大学の決定は沖縄育英会が行っていた)、私はH大学に決まりましたが、H大学のU先輩が我々H大学に入学する3人(ほかに文学部入学のIさん、工学部入学のSさん)を沖縄の自宅に招いて下さって、色々大学等について話をしてくれました。U先輩は、大学入学時にH市の駅迄迎えに来られて、すでに私の下宿先まで探しておりました。

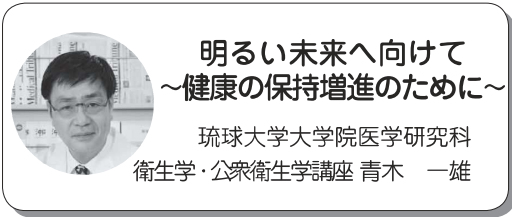
当時は内地に行くにはパスポートが必要であり、種痘等の予防注射が必要でした。交通手段は鹿児島までは船で(主として那覇丸(1,060吨)、沖縄丸(1,600吨)の2隻)行き(鹿児島まで約27時間)そこから蒸気機関車でH市まで約13時間かかりました。私は船には弱く、特に船室の臭いが嫌いで船室に居ることができず、いつも船のデッキで到着まで過ごしていました。また、食事も全く受け付けませんでした。やっと到着して船から降りるとしばらくは地面が揺れる感じがして困りました。

その後、機関車に乗りH市に行くのですが、行きは始発ですので座席に座れますが、帰りは夜行列車で始発ではありませんでしたので、座席に座れないことが多く、13時間も立ちっぱなしで疲れました。山陽本線はトンネルが多く汽車から降りると鼻孔部が必ずススで真っ黒になっていました。

夏休みには数人で一緒に帰ることが多く、夜行列車に乗り、翌朝鹿児島に着き、朝風呂にはいった後に船に乗り沖縄に帰るというパターンでした。ある年、一緒に帰ったM先輩が列車の名前を書いたプレートを隠し持って朝風呂に入ってきたのにはびっくりしました。M先輩はいざ風呂にはいろいろとした時に、パスポートを紛失していたことに気付き、あわててプレートを持って、先刻降りた列車に探しにいきました。幸い終点でしたので、パスポートは列車の床におちていて、そのとき、プレートは列車に置いて帰ったようです。

当時は沖縄のことは、内地の人にはあまり知られていないようで入学時に同級生(医学部は40名)に沖縄では英語を話しているのか、と尋ねられた時には啞然としました。沖縄出身の学生が集まるコンパ(新入生歓迎など)があり、その時にお酒を飲んで酔うと、必ずといっていいほど、ゴミ箱(当時のゴミ箱はコンクリート製でフタ付きでした)を探して中に入るといふ癖を持ったO先輩がいました。H先輩作詞でU先輩作曲の歌(題名は「南帰行」だったか「北緯27度線の彼方へ」だったか忘れましたが)を、よくU先輩がギターを弾きながら歌っているのを思い出します。はっきりとは思い出せませんが、歌詞の一部を書きますと、「我は友と夜行列車にゆられ、27度線の彼方の南の島へ帰りゆく、遠く灯をみつめれば、過ぎ日の事を思い出す…」だったと思います。すべて約半世紀前のことで、両先輩を偲びつつ思い出して書いてみました。





**明るい未来へ向けて
～健康の保持増進のために～**

琉球大学大学院医学研究科
衛生学・公衆衛生学講座 青木 一雄

新年あけましておめでとうございます。

今年で生を受けてから60年を迎えることになり、未だ成長の姿を実感することなく今日を迎えております。振り返れば幼少期、小学校、中学校、高校、大学、大学院の27年間を東京で過ごし、大学院博士課程修了と同時に、大分医科大学（現大分大学医学部）に入学し、同大卒業後、研修医、助手（現助教）、講師、准教授と此の地でも27年間を過ごしました。医学部医学科への入学は、今日で言うところの学士編入学ではなく、また、教養科目や外国語など他の大学で取得した単位認定もありませんでした。医学部医学科の6年間を高等学校卒業間もない18歳、19歳の同級生たちの若い活気とエネルギーを感じながら6年間を過ごしたことを昨日のこのように振り返ることができます。その後、55歳を迎える春、すなわち2008年4月1日から、琉球大学医学部に奉職し、主として衛生学、公衆衛生学、予防医学の研究、教育に携わっております。その間、沖縄県医師会の先生方や公衆衛生関連の行政の方々をはじめ、地域の方々に多大のご支援、ご助力をいただきながら職務をこなしてまいりましたが、月日の経つのは早いもので、ここ沖縄での生活も今年で6年目の春を迎えることになりました。東京、大分、沖縄で数多くの辛苦を味わいましたが、周囲の方々の暖かい励ましとご助力により乗り切ることができ、また幸いなことに健康を保持し現在に至っております。すでに60年の年月を経たことに戸惑い、未だ還暦を迎える実感が沸かず、自分では20、30歳代の若いつもりでおりますので、何か不思議な感覚に捕らわれております。

話を転じひと回り(12年)前の2001年を振り返りますと、2001年はタンザニアプロジェクトを始めた年であり、この年から、ダルエスサラーム市、キバッハ郡、およびモシ市においてヘリコバクター・ピロリ感染とその背景因子についての消化器疾患調査を開始しました。プロジェクト開始年の2001年は、1泊700円の安宿に泊まり、マラリア感染予防のために夜間の外出を控え、暑さの中、長袖、長ズボン、そして毎晩、蚊取り線香を大量に炊きながら2週間を過ごしたことを思い出します。それからの12年は、今振り返りますと正に激動の12年であったように思います。

最も大きな転機は、何と言っても2008年4月1日に琉球大学医学部に赴任したことです。その後、5年間で十分な研究成果をあげることなく、早いもので6年目の春を迎えることになってしまいました。今後、これまで以上に社会・経済環境が大きく変化することが予想されており、研究環境もますます厳しくなると思われませんが、与えられた環境の中で最善を尽くしていきたいと考えております。また、衛生学、公衆衛生学の研究者としては、研究活動とともに社会に少しでも貢献ができればと考えており、2010年から開始されたエコチル調査(子どもの健康と環境に関する全国調査)のフィールドのひとつである宮古島市での活動にはこれまで以上に力を注ぎ、宮古島市の皆さま方や沖縄県、さらには日本の皆さま方に少しでも明るい未来をもたらすことに貢献できればと考えております。そして、地域や職域の皆さま方に、健康と環境に関する質の高い情報を的確に発信していき、現場での教育、啓蒙活動に積極的に取り組んで行こうと思っております。また、次代の地域医療の担い手である医学生への教育においては、up-to date での的確な情報提供を行うことはもちろんのこと、臨床的視点と社会医学(公衆衛生学)的視点が車の両輪であり重要であることを理解し、実感していただくことに重点を置きたいと思っております。情報過多の時代だからこそ、情報の質が問われておりそれら情報の

良否を判断できる情報の取捨選択能力の向上を
培う教育にも力を注ぎたいと思っております。

さて、今年で人生 80 数年のひとつの区切り
である還暦を迎え、残りの人生を少しでも有意
義に過ごさなければならぬとは思いますが、あ
まり気張らずに、これまで通り焦らず、飽
きず、諦めず(私はこれを「3A」と言ってい
ます)、一歩ずつ小さな目標の達成に向けこ
つこつやり遂げていければ良いのではないかと考
えております。これまで地域住民や産業現場の
方々、大学を含めた研究機関、医師会の先生方、
そして保健所をはじめとした自治体や国の機
関である労働局、検疫所の皆様から学ばせて
いただいた知識や経験を地域や職域の皆様
に少しでも還元していくことが責務では
ないかと考えております。この5年間、
沖縄本島はもとより八重山や宮古地域で
多くの活動をさせていただきましたが、
今後はさらに多くの場所、地域に
伺い、公衆衛生や環境保健、産業保健の
向上に寄与したいと考えております。
沖縄県医師会の先生方には、今後とも
ご協力、ご助力をいただきますよう、
お願い申し上げます。どうぞよろしく
お願いいたします。



雑感

沖縄セントラル病院 内科
石田 眞一

病院で内科医として地域医療の仕事をして
おります。今回原稿の依頼を受けてもうすぐ
60 歳になるのかと思いました。思う事は、
医者として仕事ができる事は有り難いと言
う事です。職業に貴賤のあるわけではあり
ませんが、自分になりたいと思う職業に就
けるといのは必ずしも全ての人に与えら
れる運命ではないと思っております。それ
でも、自分はもちろん家族のために一生
懸命働いているというのが普通ではないか

と思います。ここまで医師としての自分の
人生が支えられた事に感謝したいと思います。

最近、患者さんを診療させて頂いて感
じる事は、高齢化と貧困です。病気がそ
の人だけでなくその家族を含めて大変大
きな負担になるというのは当たり前と言
えば当たり前ですが、自分でも、父親を
ホスピスで看取って頂いたり、母親が脳
梗塞で入院したりという経験をして、そ
の事を実感しました。誰も普通に生きて
行くのも大変なのに、さらに大きな負
担が加わります。外来では、血圧が高か
ったり血糖値が高い事を知らないでい
たり、知っていてもそのままにしてい
る方を時々診療しますが、経済的に苦
しい事が背景にある事が多いようです。
比較的若い方でも安定した仕事に就い
ていない方を多く診療します。生活保
護を受けている方などはたくさんいま
す。生活保護を受けていると医療費は
無料になりますが、その事自体を本人
は心の負担にしています。少なくとも
思っていない人はいないと思ってい
ます。このような人たちは社会から見
捨てられつつあると言う印象が日常診
療上感じる事が少なからずあります。
医師としては、少しでも負担を減らす
ために病気を軽いうちに診断、治療
する事や、合併症の発症を防ぐ努力を
したいと思っております。貧しいから
といって社会から見捨てていいもので
しょうか。一つの病棟には寝たきりの
患者さんもたくさん入院していますが、
人間らしい看取りを意識して対応せ
ざるを得ません。できるだけ他の病
院には迷惑をかけたくないので、御
家族が元の紹介されて来た病院への
搬送を強く希望される場合は、紹介
せざるを得ない事があります。この
辺は理屈ではどうにもならない事
があります。患者さんにも関連され
ている病院にも大変申し訳ないと思
います。

最近では通院する事ができなくな
ってしまう患者さんが増えています。
医師会は開業されている先生が主
体ですが、私は勤務医と言うサラ
リーマンなので経営の面からはど
うなのか分かりませんが、このよ
うな患者さんの所へは決められ
た回数ではなく必要だけでも訪
問診療できるような医療をしたい
と思っております。まだ

た患者さんの治療を通して、沖縄をより理解する事。具体的にはうちな〜ぐちを少しでも理解し、しゃべれるようになる事です。そんなことは、毎日、ぬちぬ大切さを患者のチョウデー達から教えて頂けるので、ナンクルナイサーかな？いつもニフェデービルです。

毎日、マーサン沖縄料理に、泡盛の世界で、私は今マーカイガーの世界にいます。

それではぐぶりーさびら。

最後に投稿の機会を与えてくださいました担当の方々にニフェデービルです。ああ幸せらな〜。今日も、コースがマーサン。あ！そうだ、すっかり忘れてた。患者さん紹介してくださいね。ヨロスクお願いします。本年も皆様にとって良い年でありますように！



5 度目の年男の還暦を迎えるにあたって、これまでと一味違った感慨深いものがあり、来し方行く末に大いなる反省と、ささやかな希望に思いをはせる今日この頃です。

農学部志望だった私は、体力が残っている 50 歳頃から近所の市民農園に空気が出れば貸してもらおうと目論んでいました。残念ながら未だ実現していません。

妻の故郷（福島県中通り）の本家は専業農家で、子供達と押しかけては田んぼでザリガニやカブトエビとたわむれて泥んこになっていました。イチゴハウスでは手伝うふりをして、たらふく胃袋に収穫してました。ふるさとの象徴の柿の木にのぼり、シブガキをもごうとして見事転落、悪ガキ親父もしました。

親戚の農家のおじさんに「まんずオメエ、仕事ナニシデンダァ？」と聞かれ、「ノーケンで研修してます」と答えると、『農業研究所』と

勘違い歓迎され、『脳疾患研究施設(略称:脳研)』と訂正するのにひたすら恐縮しました。

さて、その福島県の農魚介産物が放射能被害や風評被害(放射能検査に合格しても売れない)等で大変困窮しているとのこと、せめてもの微力支援のつもりで合格農産物を購入し、当地からはカボチャやマンゴーやゴーヤーを送りつつ、農業に安易にあこがれていた私は恥じ入っています。所詮プランターでネギやオクラや二十日大根と戯れているレベルなんですね。

老義父母の沖縄移住も勧めてみましたが、諸事情あり叶いません。私自身には先輩から「おめえでもいいがら、往診の手伝いに来れねえか？」と声を掛けられましたが、応援に行けずチムグルサン思いをしています。

ところで脳ですが、最近は開頭せずに、脳血管病変を治療する『脳血管内治療』が当県でも数か所の病院で行われています。MR 検査によって、未破裂脳動脈瘤が脳ドック等にて発見されるようになり、破裂脳動脈瘤も含めて瘤のコイル塞栓術が(クリッピングより)治療の主流になりつつあります。またエコー検査で頸動脈狭窄が高度な場合、風船治療(ステント留置)がなされるようになってきました。

脳腫瘍も開頭摘出術等が困難な場合には、γ-ナイフ治療が効果を上げています。

思えば 30 数年間、日進月歩の脳の検査や治療についていくのが精いっぱい、還暦を期にリタイヤ(リボーン：再生)し、晴耕雨読の第二の人生を思案中です。

農は末娘が農学部で建築廃材等を再利用するバイオマスエネルギー研究の道に邁進しているようで、羨ましくも私の夢を叶えてくれていきます。

脳は、優秀な後輩達に脳神経外科手術と脳血管内治療のバトンタッチができて安堵しています。

医師会員皆様様の益々のご健勝ご活躍をお祈りしつつ、行く末の充実を肝に脳に銘じ、還暦記念拙文を綴り終えます。



翌年琉球大学医学部整形外科講師として沖縄に赴任しました。48歳の時(満47歳)に教授に昇任し、現在に至っています。来年は60歳になりますが、93歳の父と私と同年代の妻も元気ですし、二人の息子もとうに成人を迎え、さしあたって劇的なトピックスは起きそうにありません。まだ息子二人とも未婚なので時間的に厳しいものがありますが、孫でもできれば節目にふさわしいトピックスであり、それに期待したいと思います。今後ともよろしく願いいたします。



**還暦を前にして
サンシンを始めた**

琉球大学医学部附属病院 手術部
久田 友治

子供の頃は、琉球民謡が聞こえてくると眠くなるだけで、好きになれなかった。中学や高校では、歌謡曲やフォークソングを聞いたり口ずさんだりしていた。ただ、大学では福岡にあった沖縄県学生寮の酒の席で、先輩がサンシンを弾きながら、汗水節や三村節を歌っていた。ほとんど聞いたことのない歌だったので、印象に残っている。医師になってからこれまで、音楽にゆっくり親しむ余裕は少なかった。また、家族サービスで映画を観に行っても、暗くて涼しい館内で眠るのが常であった。子供にはアイポッドを買ってやったが、自分自身は使ったことがない。



巳年にちなんで

琉球大学医学部整形外科
金谷 文則

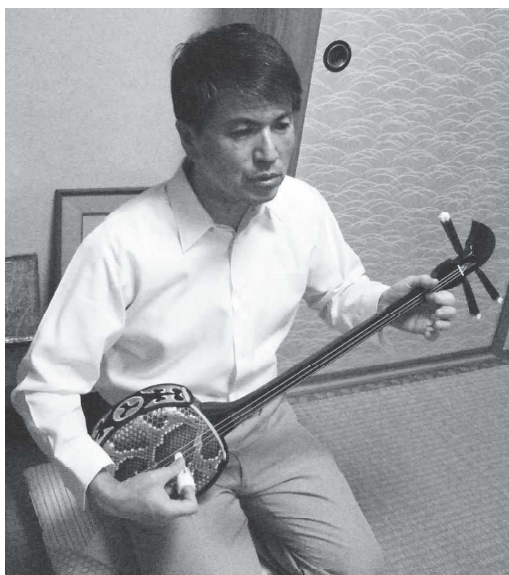
私も沖縄に来てからもうすぐ22年になり、本年還暦を迎えます。今までの60年を振り返ると12年ごとに節目がありました。24歳が最初の節目で医学部を卒業し医師免許を取得、医師になりました。36歳の時に米国から帰国し、

今年の初め、サンシン教室の見学会があることを知り出かけてみた。会場は桜坂にある映画館の2階で、平日の夕方からであった。生徒の素性はよく分らなかったが、講師は北海道出身の若い女性であった。しかし、定期的に参加するのは難しいと思ってあきらめた。そして最近、某新聞社のカルチャースクールの記事が目にとまった。土曜の午後なので出張の日は別として、

参加できるのではないかと思います、入校の手続きをした。人間国宝である T 先生とその門下の方の計三名が先生である。生徒は十人で、半分は県外出身、残りはウチナーンチュであり、女性は一人であった。

娘三名はピアノのお稽古に通っていたが、自分自身は楽器といえば口笛くらいしか出来ない。女房とも相談して数万円のサンシンを買ったので、これで後戻りはできない。それからが結構大変であった。最初の曲は「ワタリゾウ」、昔はこれが某テレビ局の早朝の開始の曲であった。次は「春の踊り」、「歌サンシン」なので、当然歌いながら弾くし、YouTube で検索して、踊りも見ている。三番目は「秋の踊り」、季節も秋になり、歌詞の情景を思い浮かべながら練習した。そして今は安波節や武富節。半年たってようやく、音が出るようになったが、先生のあの乾いた気持ちのよい音色は全然出せない。

今はもういない母から、先祖はサンシンを弾いていたと聞いたことがある。自分の中にある“サンシンのDNA”が動き出したのだろう。方言札があり、方言を使うのは“不良”であった小学校時代を過ごしたが、ようやくその呪縛から逃れたのかもしれない。



—良い人材を求めて—

大浜第一病院放射線科
新里 仁哲

1953 年（癸巳：みずのとみ）10 月 15 日（木曜日）那覇市壺川で産声をあげたらしい。したがって今年の巳年は 60 歳になり、いわゆる還暦を迎えることになる。3 歳の頃、高熱の油なべに右足を突っ込んで大火傷を負い、第 4 および第 5 趾を喪失したことが、同様に左手に大火傷をした「野口英世」の人生に共感、医者への道を志した。そんな私がこれまで健康で生きてこれたことを、両親はじめ妻子、兄弟、友人、親戚、同僚および御先祖様に感謝したい。

さて、今年には人生再スタートという意味で気持ちのリセットし、初心にかえるつもりだが、目標の一つはこの十数年間趣味として練習してきた楽器（トロンボーン）のレベルアップをはかることであり、そのためには密度の濃い練習ができるように頑張りたい。現在、メンバーの多くが医療関係社者で構成されたビッグバンド（15～16 人編成）の Medical Jazz Orchestra (MJO) に所属して毎週木曜日午後 8 時半～10 時半の 2 時間練習をしているが、記憶に新しい 2011 年 3 月 11 日の東日本大震災以後、年 2 回のチャリティーコンサートを開催し、昨年 12 月のコンサートで既に 4 回目となっている。毎回の練習でストレスが発散され、毎日の仕事にも良い相乗効果が出ていると思うが、医師会の先生方でジャズに興味がある方がおられたら、楽しい時間を一緒に共有しませんか？

高校時代は吹奏楽部の部員として、みんなと一緒にコンクール出場に向けて一生懸命練習したことが懐かしい思い出になっている。高校卒業後 40 年以上がたち、600 人を越えたともいわれる吹奏楽部の卒業生との会合も毎年計画され、若い力を後押しする世代になったもんだとあらためて感じる今日この頃である。このような時の流れの早さに戸惑いながらも、

先輩・後輩との付き合いを通して、現役高校生の成長、発展を手助けしたいと思うと同時に若い卒業生と一緒に音楽を楽しみたいという願望がわいてきている。と言う訳で二つ目の目標としては、吹奏楽部卒業生の良い人材との出会いを求めて、これからもジャズという音楽を通して第二の人生を謳歌していきたい。



(2009年7月パレット市民劇場にて)



「年をとる」ということ

沖縄県立 南部医療センター・
こども医療センター
小児心臓血管外科 長田 信洋

巳年生まれのは、今年還暦を迎える。50代半ばまでは、「年をとること」と「老化」はほぼ同義語であった。若い頃バスケットで鍛えた体であるが、近年歩行中につまずくことがあり、一度転びかけて思わず廊下に手を着いた時は老化を身近に感じたものである(笑)。

しかしアラカン世代 (around 還暦) の仲間入りをした頃から、脳の中のある感覚領域に「老化」とは逆の異変が起こっている事に気がついた。

色に対する感覚と音に対する感覚が、年々研ぎ澄まされてきているのである。

色で言えば、絵を描く際に「光」を「色」という感覚でとらえることができるようになったこと。音で言えば、曲を演奏しながら和音の流れがつかめるようになったことなどが挙げられ

る。もう少し具体的に述べると、肖像画を描く際、光のあたる向きや光量を頭のなかで変化させ、人物の表情を豊かにしたり、衣服の色を魅力的に輝かせたり、あるいは色そのものを衣服から浮き上がらせた感じで描くこともできるようになってきたのである。

学生時代にやっていたアコースティックギターはアラカン世代になって再開したが、和音の響きをsus4や9thの隠し味も含めて、味覚の感覚で味わえるようになってきた。作曲家が作品の味付けに工夫を凝らしたと思われる点も見つけ出すことができるので、楽しみが増えている。またメロディーとコード(和音)進行は、以前はC→Em→F→Gと譜面をなぞって演奏するだけであったが、最近はその流れを、I→III m→IV→Vと全音階的に把握できるようになってきた。そのため苦手だった曲の暗譜も苦勞なく出来るようになってきている。

還暦を前にしてこのような感覚の発達は不思議な現象であるが、これはおそらく、心臓の手術という仕事での興奮が、勢い余って絵画中枢や音楽中枢の神経細胞をも刺激している結果ではないだろうか。その傍証として、複雑心奇形などの難しい手術を無事終えた日は、周囲の仲間たちがいつもより美しさを増して見えるのである。最近は一人一人のエネルギーをも感じられるようになってきた気がする。その感覚を「スタッフ達の肖像画」という形にして、時々病院内のギャラリーで展示しているが、以前は、「よく似ているね〜」とか、「色がきれいだね〜」であった観客の反応が、最近では「癒される〜」とか「魂を感じる」に変化しており、中には「作品の出来栄に驚愕した」とおっしゃって下さる方もいて光栄に思っている。

医者になってからの35年はひたすら左脳を鍛え続けてきた。その間ずっと抑えられてきた右脳は廃用性退縮に陥っているものと思っていたが、どうやらそうではなくて、左脳と一緒に成長していたのである。

ここまで来てふと思った。

「年をとる」ということは「老化」ではなく「熟成」ではないか?

しかもその熟成はウイスキーやブランデーなどのそれとは異なり、沖縄の「泡盛」型熟成である。

ウイスキーやブランデーなどは樽に貯蔵され、樽からバニラの香りなど様々な成分をもらって熟成し古酒となる。そのため樽から出して瓶詰めされると、それ以降は熟成がなかなか進まない。

一方、「泡盛」は「泡盛」に含まれる成分そのものが、長期熟成することによって物理的変化（舌触り）、科学的変化（香味）をきたして古酒となる。そのため瓶詰めされた後も、年月を経るに従い芳醇さが増してくるのである。

我々が迎える定年退職はさしずめ古酒の瓶詰出荷のようなものである。その後、泡盛のように熟成が進むのか、ウイスキーやブランデーの道を歩むのか、はたまた放置されて酸化し、二日酔いの因となるようなまづい酒になるかは人それぞれの人生である。


さて、平成25年。今年は泡盛職人になった気で頑張ってみようかな。

赤いちゃんちゃんこを着けている人を見たことはありません。長島茂雄氏が還暦だということで赤いちゃんちゃんこを羽織っているのをテレビで見たことはあります。

孔子の思想「論語」に『四十にして惑わず。五十にして天命を知る。六十にして耳順(した)がう。』とありますが、私はいまだ惑いっぱなしで、天命となると意味もわかりません。耳順(した)がうとありますが、私は人の言うことは聞きません。難聴です。聞こえた場合は無視します。くれぐれも私には意見しないように。私の好きな言葉は「馬耳東風」です。

このように困った人間ですが、一端に抱負はあります。過去に全日本宮古島トライアスロン大会(スイム3km、バイク155km、ラン42,195km)に4回出場し2勝2負です。還暦の年に決着をつけようと思い、参加資格を得るため去年の伊是名島トライアスロン大会に申し込み、練習をしていましたが台風のため中止になってしまい、宮古島大会に参加申し込み出来ませんでした。因みに第8回大会の最後のランは“4時間15分”でした。150名以上、前を行く選手を抜きました。

巳年生まれの人はいつこいと言われますが、



巳年(へびどし)に因んでの抱負

ハートライフ病院
松元 悟

沖縄県医師会の会員の皆様、新年おめでとうございます。

癸巳(みずのとみ)生まれの皆様、今年は還暦になります。大還暦の会員はおりませんよね。沖縄県の公立高校を卒業した人は、卒業証書が「琉球政府立〇〇高等学校」になっています。昭和47年3月1日付けの卒業証書です。

還暦のお祝い。還暦という言葉の意味は「本卦(ほんげ)還り」生まれた年の干支に戻ることからつけられたもので「赤ちゃんに還る」という意味と「赤は魔よけの色」ということから「赤ずきん・赤いちゃんちゃんこ・赤い座布団」等を贈り、生まれ変わった気持ちでますますお元気でと祝ったそうですが、私は赤ずきんをし、



なり不足気味で、無の境地といえれば格好いいのだが中味が何もないのでは意味が違う。不惑の年をとうに過ぎているのにあるべき確固とした生き方、価値観 思想 哲学といったものが“無の境地”に近い。こんなはずでは無かった、忙しさにかまけてろくに本も読まず、安易に情報雑誌やインターネットに走り、好きなことだけをやってきた付けが今頃まわってきたのだ。インターネット等では知識は確かに入り物知りにはなれる。しかしそれは知識を受け取るばかりで受動的すぎて思慮という行為がなされていない。知識というものは方向性を持たせて集約しないとあまり役に立たず、物事の道理も身につかない。“魂”にも読書という食料を与えて反芻するぐらい消化してあげないと馬鹿みたいな老人に仕上がってしまう。“学びて思わざれば、すなわちくらし”である。今年は人生の総括に向けて遅まきながらしかし急いで準備に取りかかるかろうと思っている。馬蹄を重ねてきただけの人生だが已年に因んで脱皮でもして今後の人生に立ち向かいたい。



**幸せな60年
そしてこれからも**

山城整形外科眼科医院
山城 千秋

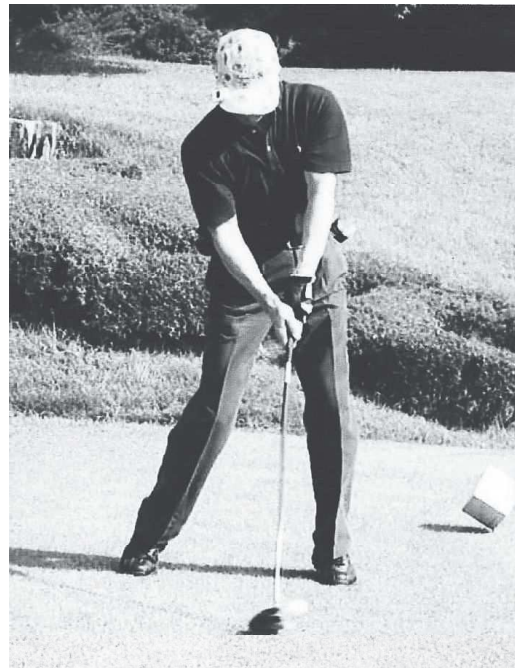
会員の皆様、明けましておめでとうございます。良いお年をお迎えのこととお喜び申し上げます。私も60回目の新年を平穩に迎えられたことを幸せに思います。

毎年、テレビで除夜の鐘を聞きながら迎える新年ですが、振り返れば昭和28年(1953年)に生を受け育った幼少期から青年期の昭和の時代の後半は(昭和30年～60年)日本の歴史の中で日本国が最も輝いた時期であったと思います。戦後の復興が本格的に始まり目覚ましい経済成長と、ありとあらゆる技術革新を日常生活の中で目の当たりにしながらその恩恵を肌で感じて

育ちました。

ビートルズ、グループサウンズ、フォークソング、昭和歌謡…時代を映した感情豊かな詩とメロディが青春の1ページと重なりました。何よりも戦争のない時代に生きられて幸せでした。そんな平和な時代に生み育ててくれた我々の親世代は昭和時代の前半を苦勞して生き抜き大國日本の基礎を築き上げた世代でした。

平成の時代に入り1日24時間のスピードが速く、あらゆる情報が溢れ理屈では理解できないことが多くて毎日が消化不良の中で生きている感じがします。そんな中、日々のストレスを解消してくれるのはゴルフです。



2年前に本格的に始めてすっかりこのスポーツの魅力に取り憑かれました。ゴルフはすべてが「自己責任」、自分との戦いです。努力すれば必ずスコアが良くなるとはかぎりません。レッスンプロにはつかず我流です。一生懸命レッスン書を読み漁り練習する割には伸びない非効率な努力を続けている、いわゆる「残念なゴルファー」です。「開眼」しては「閉眼」の繰り返しです。しかしそこで投げ出さず踏み留まり、黙々とクラブを振り続けることで一歩前進、半歩後退しながら上達していく充実感！この年齢にし

て僅かながらも日々自分の成長を感じる事ができるなんて素晴らしいと思いませんか。「ゴルフに恋して」、「死ぬまでゴルフ」等のゴルフ本がありますが今はそんな心境です。日頃、落ち込むことが多々ありますが、ゴルフクラブを手にするると前向きな気持ちになれます。いい趣味と出会えました。人生の後半、充実した楽しい日々を送れたらこれからも幸せです。ゴルフ好きの先生方、よろしくお付き合いください。良いお年を！



巳年にちなんで

山本クリニック
山本 和儀

生まれ年の巳年を、今年ほど意識したことはこれまでなかった。やはり還暦を迎えることが、否が応でも年齢を重ねることを意識させる。大学の医局在籍中には赤い頭巾と、ちゃんちゃんこ姿の教授の還暦記念業績集を数多く拝見したものだ。これまでの人生の集大成をして、リタイヤに備える節目の年なのであろう。私も、現状とこれまでの経過を振り返ってみたい。

今の私の生き方は、リタイヤを迎えるにはほど遠い。51歳で開業してから8年経ったが、日々の診療とクリニックの運営、産業精神保健活動に明け暮れている。年に400人あまりの新患を迎え、1時間ほどの面接の間におよその見立てと治療方針を伝えお帰りいただく。双方ともに満足いく面接ばかりではなく、どこか物足りなさを残し次回の予約日には来院されない方も未だにいらっしゃる。年々増える患者さんとの面接時間は短くなりがちで、経験を積んだ職員の予診や心理テスト、臨床心理士の個人面接に助けられている。水曜日には、クリニックを閉じて官公庁や企業の産業医活動に出かける。そして保険診療になじまない産業カウンセリングや、ストレス調査、研修会、労働衛生コンサル

ティングの仕事の続け、それを体系的に実施するための受け皿としてEAP産業ストレス研究所を併設した。そのようなポジションの中で、クリニックには多くの休職者が来院されている。復職支援のためのショートケアも開始して4年になり、軌道に乗っているがスタッフの熱意が頼りである。

2001年に初めて学会で報告した性同一性障害(GID)の患者も、この10年余の間に300例を超え、2014年3月には、この沖縄の地でGID学会総会を主催することになった。セクソロジーの世界に、どっぷり漬かっている自身の姿に驚いている。そして10年という月日が経つと、予想もしないことが展開していることを痛感する。

開業する前は長らく大学に在籍し、在外邦人や国内の外国人のメンタルヘルス、多文化間精神医学、国際保健に関心を持ち、海外出張の機会も多かった。12年前の2001年9月11日のアメリカ同時多発テロ事件は、東南アジアのブルネイでWFMH(世界精神保健連盟)のアジア太平洋地区代表副会長としてWHO西太平洋地区会議に出席している最中に起こった。その12年前の1989年、昭和から平成に時代が変わった年は、県立宮古病院から大学に移って2年目を迎え、病棟医長として夜遅くまでの診療、研修医や医学生の実習のマネジメントに明け暮れていた。さらに12年前の1977年は医学部3年生として医学の基礎を学び始め科学の進歩に目を見張り、医師という職業に誇りを持ち、医学を学ぶ喜びにあふれていたと思う。さらにその前の1965年は日本が戦後の廢墟から奇跡の復興をとげ新幹線が開通し、前年には東京オリンピックを成功させ、テレビ放送の普及、所得倍増など高度経済成長の波に乗って沸き立つ右肩上がりの時代の真っ最中に小学生をすごした。さらに12年前の1953年(昭和28年)、戦後処理を終えサンフランシスコ講和条約を結んで奄美諸島がいち早く祖国復歸した年に、当時日本最南端の与論島で生を受けた。

その故郷で、今年は巳年生まれ同級生が集まり還暦を祝う。多くは高校卒業以来久しぶりに会う。蛇(巳)は手足のない奇妙な動物で、私

自身も必ずしも好きではなく、古くから嫌悪と畏怖とのアンビバレントな対象となってきた動物だが、ものの本によると、巳年生まれは「心が広く忍耐力があり、品位は高尚で温和な天性、…やり通す実行力と忍耐力…」とあり、誇りにできる宿命とのことである。そして、蛇はWHOや日医、沖縄県医師会のシンボルにも使われており、ギリシア神話の医神アスクレピオスの杖に絡んだ永遠の命、復活と再生、健康のシンボルでもあります。

これから先の12年、一介の医師としてさらに精進を重ね、蛇のように脱皮して、一回り成長した人間となり、新たな年ビー祝いを迎えたものである。



今年の抱負(レトロ2)

那覇市立病院小児科
屋良 朝雄

最近、うら若き看護師たちを前にして、年老いてきたことの負け惜しみで『早く生まれてきて良かったよ』とうそぶいている。確かにいい時代を生きてきたんだと、しみじみ思う。戦争は体験していないし、団塊の世代が築き上げた社会で比較的緩やかに伸び伸びと過ごした世代である。振り返るとわが青春時代は、輝かしき日本の高度成長期～安定成長期の頃で、右肩上がりの社会経済が当たり前だと思っていたし信じていた。一生懸命でなくても、どうにかなるんだと少し無邪気に考えていた。もちろん竹島や尖閣の領土問題はなかったが、『沖縄を返せ』と県民こぞって叫んでいた時代でもあった。ぼんやりした不安からの焦燥感、複雑で閉塞感が強い『現代』とは、隔世の感を禁じ得ない。

コザの中の町で青春時代を過ごした。近所には映画館が4館あり、立て看板を見ながら、銀幕の世界をいろいろと想像したものである。『太陽がいっぱい』の美しくナイーブなアランドロ

ン、『暴力脱獄』で寂しそうに微笑んだポールニューマン、『大脱走』でバイクシーンが格好いいスティーブマックイーン、『何といてもローマです』と素敵に微笑んだヘップバーン、『おいらはドラマー』のやんちゃな裕次郎、映画を見終わった後、知らぬ間にあなたの後ろ姿をまねた高倉健、みんなイカしていた。

ギンギラぎんの中の町飲み屋街では、ラジオ、テレビ、ジュークボックス、いたるところから一晩中音楽が流れていた。みんな覚えているだろうか？『ダイアナ』、『恋の片道切符』、『かわいいベイビー』、『夢見るシャンソン人形』、時代を象徴するように明るく、アップテンポな心地よい曲に浮かれていた。

あの頃も歌やテレビそしてスポーツの話題が一番の関心事で、今よりもずっと単純で、みんなが同じ話題を共有していた。スポーツ界では、眩しいオーラを放っていたミスター長嶋茂雄、ストライクゾーンの玉ならずべて右翼スタンドに放り込んだ王貞治など語り尽くせない大スター選手たち。大鵬と柏戸、北の富士と玉の海そして貴ノ花。あの頃大相撲は確かに国技だった。僕たちもいつも泥だらけだった。

高校時代は深夜放送をよく聞いたものだ。ユニットに富み博識あるリスナー達の便りには少なからずカルチャーショックを受け、自分たちがいかに幼くて、無知であるかを痛感させられた。友人宅で初めて聞いた吉田拓郎の字余りの唄。『これこそは僕たちの唄だ』と正直思った。わかりやすい言葉で社会・人生・愛を痛快に語り、いつも逃げ道を用意してくれた彼の唄声に共感を覚え、救われた気がしたのだろうか。

10数年前に、高校時代の友人10名で模合いを始めた。普通の飲み会ではつまらないのでテーマを決めて、社会問題、人生、各々の得意分野について語ろうではないか、ゲストに若い輩も入れたら面白いねと、息巻いた模合いであったが、3年を待たずにあえなく沈没。志は高く素晴らしかったが、何事にも辛抱が足りない世代であった。

夭折した友人達にも大いに影響を受けている。手の届かない多くの偉人達以上に、身近に

いた彼らが放った断片的な言葉や時折見せた必死な生き様がふとした瞬間に蘇ってくる。初恋の彼女も亡くなったと風の便りで聞いた。何かしら熱くなる。ありふれた言葉ではあるが、彼らの分まで、粋に有意義に人生を歩んで行きたいと考えている。若者達が、この混沌とした時代を生き抜く事は決して容易ではない。彼らが私たちと同じように、良い時代であったと云えるよう、もっとうんちくを傾けなければと自らを叱咤激励する。もし可能なら『私の想い出作り』につきあって欲しいと願う、やはり甘えん坊な『断層の世代』である。



川柳で女の一生

県立八重山病院
依光 たみ枝

「新春干支随筆」の原稿依頼が届いた日に、職場の後輩から「シルバー川柳」を手渡された。ウチアタイする川柳に涙しながら笑う自分も、その仲間に入っている！！

子育て真っ最中の3回目のトシビーに、この「新春干支随筆」を書いたような、書かなかったような…、だんだん記憶も定かでは無くなってきた。今日大笑いした「自己紹介 趣味と病気をひとつずつ」にならい、歩いて来た自分自身の「女の一生」を川柳で振り返ってみようと思う。ちなみに趣味は我流川柳で、病気は人名記憶・記憶力障害である。

【研修医時代】

・ね～ね～と呼ばれて「はい？」と問い返し
中部病院での1年次研修医（当時はインターン）16人中、女性は私1人であった。あっちこっちでコールされ病棟を走り回っているのを「ね～ね～水飲みたい」と言われ、救急室で診察し検査しましょうと言うと「この病院では医者は診ないのですか」と不審がられ、手術着で

回診していた2期後輩は「掃除のおばちゃん」と子供に言われ憤慨し、女性医師は希少動物的な存在であった。

- ・立ったまま 眠る特技を 獲得し
- ・当直で 夜食に呼ばれ 10キロ増

【麻酔科医へ】

・モニターは5感が頼り 良き時代
旧手術室は6室で心電図モニターは2台のみ、1台は心臓手術の麻酔専用、残りの1台はもっともリスク大の患者優先、4人の患者は胸壁聴診器、手動カフ血圧計、パルスオキシメータはなく血の色を絶えずチェックし、物（モニター）のない時代は自分の5感が頼りで、何か変だという第6感で患者も自分も助けられた古き良き時代に麻酔科研修が開始した。
・10時間 バッグもむ爪 出血し
・患者より 自分の心臓 止まりそう

【結婚】

・長続き 秘訣を聞かれ 距離と言い
お互いの仕事上離れて暮らして30年以上、ジジババ家庭だった我が家では娘達もそれが普通だと思っていたようだ。
・えらいさ～ 夫は褒められ 私は？と聞き
・三分刈り 気づかぬ妻は 反省し
久々に帰宅した夫の散髪に気づかなかった失敗を次回こそ取り戻そうと、「あれっ、今日散髪したの？」と聞くと、「帰って来る2日前から三分刈り！」と言われた後から、散髪の話は禁句にしている。

【子育て】

・量よりも 質が大事と 言い聞かせ
・山登り 覚えてないに ただ涙
・絵本読み 子らより先に 夢の中
・ぐれもせず よくぞ育った 親に感謝
月10回以上のオールナイトの当直は、66歳から第2の子育てをしてくれた母親が頼りだった。ミルク飲んでもぐずる娘に、しなびたおっぱいをしゃぶらせて寝かしつけた母が、ひ孫の顔を見ることなく享年95歳で急逝したのが、私

ます。人材確保、育成は今後も重要な課題であると思います。初期研修医を丁寧に教育しながら、産婦人科を志す後期研修医を是非とも増やしたいと考えています。琉球大学医学部産婦人科学教室と連携を取りながら産婦人科専門医を育てたいと思います。

平成24年10月から琉球大学医学部の臨床実習の制度が変更になりました。より臨床に近い形のクラークシップ制度を導入することになりました。県立南部医療センター・こども医療センターも臨床実習生を受け入れることになりました。細部が決まらないまま実習が始まっていますが、医学部と協力しながらより現実に即したものに改善していきたいと思っています。

とりとめのない事柄を述べましたが、新しい年を迎え、沖縄県立南部医療センター・こども医療センターが地域に根差した病院となるように頑張っていきたいと思っています。また、沖縄県福祉保健部、病院事業局、琉球大学医学部産科婦人科学教室、各県立病院の産婦人科とも連絡を密にして、お互いに協力しながら周産期医療が少しでも良くなるようさらに努力していきたいと思っています。



今年の抱負

医療法人へいあん平安病院
安里 尚彦

沖縄県医師会会員のみなさま新年あけましておめでとうございます。

「巳年に因んで」「今年の抱負」等なんでもよろしいですとのことで他の会員の皆様同様戸惑いながらも、しかも原稿締切期限も守れず広報員担当者の方に申し訳ない気持ちなどいろいろな思いとともに、書かせていただきたいと思っています。

平成25年、2013年はいったいどのような年になるのでしょうか。新年を迎え家族と一緒にテ

レビでお馴染みの新春番組など見ながらミカンをほおぼりひとしきり過去に思いを巡らせ未来への期待と希望を寄せながらお正月を迎えられることは何と幸せなことでしょう。私にとっての新年の最高の迎え方です。自身の心と身体と健康と自分を取り巻くすべての人々や環境とが調和し健全であってはじめて得られる心境なのかもしれません。そうなることを切に願うところです。

しかしながら現実はいいいますと、現時点ではお正月にそのような心境を無事迎えられるのかちょっと心配です。

これから年末に突入するにあたり、「最後の闘争」に入ってまいりました。むかし流行したオカルト映画のタイトルようですが、どうやら年末にかけて追い立てられ続けられることが予測されます。仕事の面ではやたらと「routine work」が増え続け、患者さんへの対応だけならよいのですが、あれもこれもそれもと自ら招いたことも含めて怒涛のごとく「task」に流され、きりぎり状態で心の余裕を失った私はスタッフに優しく笑顔を振りまけないまま、何となく気まずい雰囲気を背中に感じます。家に帰ればやれ子供は受験だと妻が必死の形相で支援しているのに何もしない(できない)私は必然的に疎外され一人つれづれに過ごしながらかけ酒を飲む日々を送る。師走に入れば幾多の忘年会に参加し深夜まで浴びるほど酒を呑み、食べ、余分な脂肪が腹にまとわりつくのを見ないふりを決め込みそして「最後の闘争」を果たし新年を迎える…。

あら、毎年同じではないか…。結局のところ私の新年はこのような形で迎えることになりそうですが、今年こそは穏やかにそして平和に新年を迎え、昨年お世話になった人々に感謝し、これから始まる平成25年という未来に期待と希望を抱きつつ、家族とともに周囲の人々とともに一日一日穏やかに楽しく時を過ごせることを期待したいと思います。

最後になりますが、会員のみな様方、とかく多忙な日々を送られることと思いますが、県民

の皆様の健康を守る責務を全うするためにも我々自身の心と身体の健康に気をつけ、時には立ち止まり、周囲を見渡しながら平安を保ちつつ今年もご活躍されますことを祈念いたしまして新年のご挨拶とさせていただきます。



今年の抱負

□クト整形外科クリニック、
□クト整形 J2
嘉手川 啓

新年明けましておめでとうございます。今回干支に当たり48歳になります。私は39歳時に妻Aと結婚し、2歳の長男Rを持つ父親です。2つあるR整形外科クリニックのR整形J2の院長として診療、手術、時々子育てに励んでいます。年男として新年の抱負を書きたいところですが、まず私の典型的な1日を御紹介したいと思います。

毎朝4:30に起床し朝風呂に入る。5:00からN○Kのニュースを見ながら本日のスケジュールを確認する。5:25にはめ○ま○テレビに自動的に切り替えられる。5:45に家を出る。車で10~15分でR整形外科クリニックに到着する。野菜ジュースとパンを片手に新聞にひと通り目を通す。その後ネットサーフィンを行い全国の情報、ニュースを得る。

6:35にU総合病院に向け出発し、7:00から整形カンファレンスに出席する。その後術前後の症例検討、病棟回診を行い8:00に朝の一仕事を終える。

再度R整形外科クリニックに移動し、9:00からの外来に備える。外来は9:00~20:00(19:00まで受け付け)まで、昼休みはなく食事時間は10分程度である。外来終了後帰宅し夕食をとる。Rが起きていれば一緒に遊んで、Aと会話しコミュニケーションを取りあうという間に就寝時間となる。かれこれ10年以上こういう生活を続けている。

この一連の生活の流れで私は以下のようなストレスを感じると仮定する。

- 1 早起きをしないといけないストレス
- 2 中途半端にテレビを見るストレス
- 3 まだ暗い朝の道路を運転するストレス
- 4 朝はさほど食欲がでないことへのストレス
- 5 カンファレンスでの情報量が多いことへのストレス
- 6 病院、クリニック間を行き来するストレス
- 7 外来で患者さんを数多く診るストレス
- 8 昼食の時間が不規則で10分程度しかとれないストレス
- 9 疲れきった状態で帰路に夜道を運転するストレス
- 10 夕食が遅く消化が悪くなると気にしながらしっかり食べているストレス
- 11 子供と十分に遊べないストレス
- 12 妻と十分にコミュニケーションが取れないストレス

以上文字で記載してみると潰されそうなくらいのストレスだらけである。この状態を如何に乗りきるかを考えるとさらに眠れないぐらいのストレスが襲ってくる。

上記のストレスを次のようにポジティブに考えると

- 1 早起きは三文の徳と考える
- 2 見るテレビを変えることで違う目線からの情報が得られると思う
- 3 暗い道でも朝早いから車も少なくスイスイ早く到着すると考える
- 4 朝はこの程度の栄養が自分には適当であると考えて
- 5 カンファレンスでの情報は多いに越したことがないと思える
- 6 病院、クリニック間が近くてそれほど時間がかからないと考える
- 7 患者さんを数多く診ることで多くの人が良くなると思う
- 8 10分でも食事をする時間があると考える

うこと」でした。

もしも、自分がそういう奇跡の杖を手にしたならば、私心なく使うことができるだろうかと考えると、正直自信はありません。しかし、何事もそうですが、そのようになりたいと思わない限り一步も進まないのも事実です。年男となる今年度は、初心に帰って、子供の頃、医師になりたいと思った原点である「病に苦しむ多くの方々の手助けをしたい」という無我なる志を忘れずに、心の中で、ケリュウケイオンの杖を自在に操っている自分をイメージしていきたいと思えます。

また、現代の奇跡ということでは、皮膚の細胞から体中のあらゆる細胞に変化できる能力を持った細胞（iPS細胞）を作り出した京都大学の山中伸弥教授が、昨年度のノーベル医学生理学賞を受賞され、日本中が歓喜に包まれました。「大発見の思考法」（文春新書）という著書のなかで、山中先生はこう述べられています。

『苦しい時の神頼みはよくします（笑）。研究に行き詰まると、「神様、助けてください」って。私、そういうのは節操がないんです（笑）。生物学をやっていると、それこそ、これは神様にしかできないと思うようなことがたくさんありますから。（中略）iPS細胞を人の役に立てたいという気持ちは非常に強く持っています。私は臨床医としてはぜんぜん人の役に立ちませんでした。だから死ぬまでに、医者らしいことをしたいのです。私に「医者になれ」と熱心に勧めてくれた父は、私が研修医二年目のときに病気で亡くなりました。どんどん症状が悪くなって手の施しようがなくなってしまったのですが、父は、私に点滴をしてもらって、ニコニコしながら死んでいったのです。息子が医者になったことが嬉しくて誇らしくてたまらない、というように…。医者として人の役に立ったと自分で思えないと、死んだ父に対しても申し訳が立ちません。父が望んだ臨床からは離れてしまったけれど、基礎だからこそ治せない病気も治せるようになると、私は信じています。「あ

の世で親父と会う時、顔向けできない」なんてことがないように、残りの人生で自分出来る限りの力と情熱を注ぎこみたいと思っています。』

さすがです。純粹かつ、強い思いで、人様のお役に立つことをしたいという熱意が伝わってきます。熱意が多くの人々の感動を呼び、協力者を引き寄せ、更なる発展へと向かっていく原動力であるということを山中先生から教えていただきました。

日々、「I can. I can.」と自分自身に言い聞かせながら巳年を駆け抜けていきたいと思えます。





巳年にちなんで

首里城下町クリニック第一
(那覇市医師会) 田名 毅

私は昭和40年の巳年生まれです。今年48歳になります。開業したのが36歳のときでしたので、クリニックは12年目を迎えたこととなります。開業2年前に結婚し、翌年に愛娘を授かり、そして開業、実家の立て直し、第二クリニック増設と毎年のように大きなイベントがあり、瞬間に時間が過ぎていったのを覚えています。その過程、そして現在まで、肥満をはじめとする沖縄の健康問題にクリニックで取り組みながら、医師会活動(那覇市医師会、沖縄県医師会)に参加させてもらう機会をいただき、多くの貴重な経験をしてきました。この場をおかりしまして、これまでご指導いただきました会員の先生方に感謝の意を表したいと思います。

そして、48歳になろうとしているいま、私はどのような面構えになっているのかと鏡を見てみますが、やや髪の毛のボリュームが減り皺が増えたことぐらいしか自分自身にはわかりません。私自身頭の中では、日々自分のこれからのことについて悩んでいます。今自分に出来ることは何か、すべきことは何か、常に考えています。私が考えていること、悩んでいることはすべて妻に話しています。話をしながら自分の考えを確認しています。妻のハッと驚かされるような切り返しを受けながら、バランスを失わないように注意して行動、発言するようにしています。この12年間、私が元気で、クリニックを運営できていることは妻のおかげと思感謝しております。

新しい年を迎え今考えていることは、これまで学んできたことを土台として、私に廻ってきた役割をしっかりと果たしていくことではないかと考えています。今までは若さゆえに足りない部分を、多くの先輩諸氏に助けられ、ご指導いただきながら、自分の任務に取り組んできました。

これからは先輩方が私に声をかけて下さったように、私のひとり下世代の先生達にどのように関わっていくか、ではないかと思っています。若い世代の先生達との接点を今の私の立場で考えてみますと、琉球大学医学科同窓会(学生評議員が多く参加)、琉大熱帯医学研究会、地域医療実習のため当院を訪れる学生、初期臨床研修医、琉球大学第三内科同門会、沖縄プライマリ・ケア研究会、沖縄内科医会、そして那覇市医師会、沖縄県医師会などがあります。まずはこれらの関わりの中で後輩の先生達に信頼されるよう接し、私が先輩方にご指導いただいていた様に、後輩の先生達と共に歩み、それぞれの組織がしっかりと継続できるように取り組んでいきたいと思っています。今後も気を引き締めて日々の診療、対外活動に関わっていきたくと思っています。会員の先生方、今後とも宜しくお願い致します。



48歳の大学生

豊見城中央病院 循環器
玉城 正弘

年男である私は、この原稿を機に自分自身を振り返り、今後の決意をプチ宣言したい、と思います。日系2世で日本に来て38年、日本語は一人前に話せるようになり、ネイティブであったポルトガル語はほぼ忘れられました。自分の直系の遺伝子を受け継ぐ4人の子供も育てることができていますので、日本国民としての義務も果たしているようです。医師歴22年目で少しながら後輩医師も育成できる立場でプロとしての技能を少量ながら伝授できるようになりましたが、責任ある立場にある、と改めて気づくと共に、器の足らなさを自覚することもしばしばです。

元来、体育会系である私は、文系的で理屈っぽいことは苦手としていました。直面する問題がありますと対症療法にとどまり、解決が不十分なまま釈然としないことも決して少なくあり

ませんでした。様々な書に当たりながらも深い思索に到らず、年齢を重ねてくると不安にさえなってきました。そんな時、放送大学の存在を知りました。当院に放送大学の卒業を間近に控え生き生きと理路整然と意見を述べる看護師がいたのです。医師である私は、彼の前では学童のようで大変な衝撃を受けました。そこで、放送大学への入学を決断したのが一昨年です。大学生としてのやり直しです。過去の経験の意味づけと今後の生き方について大きな指南を得ています。特に授業では生の講師の話しを聞けるのは、知識欲をかき立てられ少年のようにワクワクできるのが何とも言えず楽しいのです。社会人ですので、限られた時間で勉強する(期末試験は本格的でマークシート試験と苦闘します!)のは大変です。しかし、職業柄、また、年齢的にも独善的になりつつあったこの時期に、人間のこれまで培ってきた英知を知ること、自分の未熟さを気づかされ、謙虚になれたのが私にとっては一番の収穫です。内科臨床医である私は、身体については得意ではありましたが、心理学、哲学、人類学を学びヒューマンサイエンスを修め、“人間”についての専門家になるのが夢です。人生残り30～40年、今、ここで謙虚になれたのは私にとっては非常に大きいと思っています。私がこれまで生きてきた、また、これから生きていく、証と価値をこれから元気に明るく刻みたい、と思うのです。皆さんも“放送大学”で学んでみませんか?楽しいですよ～



巳年1965年の 出来事について

琉球大学大学院医学研究科
育成医学講座(小児科) 知念 安紹

干支にちなんだ年始挨拶の依頼があり、私の出生した巳年を振り返る機会を与えて頂き深謝致します。ちなみに、この巳年の巳の原字についてですが、頭と体ができかけた胎児を描いたもので、草木の生長が極限に達して次の生命が作られはじめる時期とされています。これを「ヘビ」と呼ぶのは諸説あるかもしれませんが、よくわかっていないようです。

私の生まれた巳年の1965年の出来事について私の仕事との関連づけも含めてちょっと振り返って調べてみました。1965年はアメリカがベトナム戦争に直接介入した年であります。当時のジョンソン米大統領は米兵85人の死傷を受け、その報復命令として北ベトナム領内への大規模な爆撃が1965年に開始され、1973年の戦争終結まで続きました。また1965年には沖縄県で風疹が大流行し、408人の先天性風疹障害児が出生しました。実はその前年1963～1964年に米国で風疹が大流行し2万人の先天性風疹障害児が出生し、沖縄県はその余波を受けた形となっています。ベトナム戦争の介入した年と重なるのも皮肉なことです。当時は局地的に米軍基地による経済が潤ったのかもしれませんが、その時はよく理解できませんでした。私の周囲にも補聴器を装着した子がいました。1978年には沖縄県立北城ろう学校、宮古/八重山分校が設立され、単一学年140人の生徒が入学し、19学級開設、その後1984年に全生徒が卒業し本校、分校ともに6年間終了となりました。その跡地の北中城村に現在の沖縄県立沖縄ろう学校が移設しました。盲学校とろう学校が合併した時期があり、その時期は1943年から戦争のため一時閉校を経て、盲・ろう学校が分離する1959年まででした。1972年本土復帰して沖縄県立沖縄盲学校へ名称変更とな



り1981年に現在の南風原町へ校舎移転となっています。他に1965年の学校関連では、肢体不自由者を主な対象とした特別支援学校として県内で最初に開校したのは1965年琉球政府立鏡が丘養護学校（現：沖縄県立鏡が丘特別支援学校）で、知的障害者を主な対象としたのが1965年琉球政府立大平養護学校（現：沖縄県立大平特別支援学校）です。沖縄県立那覇特別支援学校は1960年に開園した沖縄整肢療護園の園内に開校した那覇教育区立神原小学校分教場（小学部）と那覇教育区立寄宮中学校分教場（中学部）が始まりで1965年には鏡が丘養護学校の整肢療護園分教場という扱いとなり、1969年に琉球政府立那覇養護学校として独立しています。1979年に那覇養護学校泡瀬分校を設立し、1985年に泡瀬養護学校（現：泡瀬特別支援学校）となり独立しました。

私が小児科として関連している分野が先天異常・先天代謝異常の多様性のある疾患であり、支援を必要とする児童の学校の担任や看護師が来院して話し合うことも多々あり、日頃上記の学校の先生方に非常にお世話になっております。また病弱の児童生徒の教育では県内8つの病院に訪問学級を設置している沖縄県立森川特別支援学校（1984年設立）があり、当院でもお世話になっております。私は多様な疾患と関わり合いながら遺伝カウンセリングも行っています。遺伝に関わる病気に不安や悩みを抱える方のための医療で遺伝的差別・誤解がなくなることを望んでいます。当事者からは理解や共感が得られても、当事者でない人では隔たりを感じてしまうこともあり、色々と考え込んでしまう日々もあります。「この社会とどのように共存するのか模索し、社会もそこから逃避できないのよ。」と言って起業した親もおります。この多様性は遺伝学的に人類が生存するための必須の出来事であることを日々説明しながら今年も色々励んでいきたいと思っております。



新年の干支占いと 祖母の占いもどき

琉球大学医学部附属病院
産科婦人科 長井 裕

沖縄県医師会の皆様、新年あけましておめでとうございます。琉球大学医学部附属病院産科婦人科の長井 裕と申します。今回、4度目の年男とのことで本誌への執筆依頼を頂戴し、筆を取っている次第です。お付き合いいただければ、幸いです。

私にとってここ数年の年末年始は、師走28日に医局忘年会が終わった翌朝に酔い醒めぬ間に飛行機に飛び乗り、祖母の嫁ぎ先である群馬に向かい、新年を迎え、正月2日には慌ただしく飛行機で沖縄に戻り、「うちなー婿」として親戚回りをする生活が恒例になっていました。この中で、楽しみの一つに機内誌に掲載されている十二支占いがあります。普段は、占いの本は読みませんが、年始という特別な時期であるためか、しっかりと読み込んでしまいます。

物心がついた頃から幾度となく、祖母から「巳年の男」は「一生お金に困らない」と言われ、嬉しさを感じたものでした。今年は十二支として巳年ですが、干支（または、十干十二支）としては「癸巳」にあたる年とのことです。「癸」は、語源を遡ると「植物にできた種子が目で見えるまで大きくなった状態」を意味し、「新たな生長（成長）を期待する状態」とも解釈されているようです。また、古く中国の「漢書」によると、「巳」は「植物の成長が最終段階に達した状態」で「陽の極みから、しばらく陰に移ろうとする」を意味する『巳』（3画目が「巳」と異なります）に由来し、後世になって覚えやすくなるため生き物としての「蛇」が割り当てられたそうです。これらを繋げてイメージすると、今年の干支「癸巳」は、「次の世代に命を託した植物の種が、まさに地中に入る状態」でもなりまじょうか。今年は、「明るい未来の芽を期待しながら穏やかに過ごせる年」になっ

てほしいと思います。

私自身は、北島三郎の「函館の女」、加山雄三の「君といつまでも」が流行り、11PMの放送開始、オロナミンCが世に出た昭和40年「乙巳」年生まれです。「乙巳」の人の特徴を読み物から探ってみましたら、『歴史を理解するセンスを持ち、天の啓示と予言を理解する能力の持ち主。知的な自由人。経済的安定と情緒的安定を常に求める。雄弁の才能の持ち主です。贅沢な習慣と趣味を持ち、世間の評判を気にして、外見にもこだわります。情報通で、いろいろな裏事情に通じています。判断力と行動によって投資家として成功。美術や音楽でも才能を発揮します。』でした。どれもこれも私に合致するところは、ないように思われますが…。同じ年の著名人にウッチャンナンチャンの南原清隆、爆笑問題の二人、さくらももこ、草刈民代、沢口靖子、黛まどか（俳人）、古田敦也、中森明菜、YOSHIKI (X JAPAN)、尾崎豊、香川照之、本木雅弘、三木谷浩史（楽天会長）がいます。前述の「乙巳」の特徴に照らし合わせてみますと、該当する所、少なくないようにも思われます。占い、それは昔から「当たるも八卦、当たらずも八卦」。拙筆を書き上げるにあたり、期せずして占いに関する読み物をあさってしまいました。

さて、祖母からよく言われてきた「占いもどき」をもう一つご紹介。「お前は箸をととも遠くで持つから、とても遠いところからお嫁さんをもたらはず」と言われてきました。今年で「うちな一婿」14年目。「祖母の占い」は、大当たりの大正解でした。

新年早々、駄文にお付き合いいただき、ありがとうございました。本年も皆様にとりまして健康で、幸多き年になることを祈念いたします。



としびーによせて

ハートライフ病院
仲田 操

皆様、新年明けましておめでとうございます。

早いもので4回目のトシビーを迎え、もうすぐ50歳です。それなりの年齢になったのですが、振り返ってもこれといって特に懐かしいものがないのが残念です。忙しい研修医生活があり、長くはなかったけれどニューヨークでも研修し、東京の循環器専門病院で働いた時期もありましたが。きっと私が傍若無人に自由奔放に暮らし、今一つ一所懸命に生きてこなかったからに違いありません。トシビー・干支にちなんで無理に思い出を探してみても仕方がなく、新年の抱負といっても大したものはありません。そこで、趣旨と外れたもの知りつつも、歳を取り、なぜか興味をもつようになった禅と焼き物のことを書くことで近況報告と致します。そして、それらに共感できるものがある先生は、どこかでお会いした折に、お声を掛けて頂ければ幸いです。

初めて禅寺で座禅を組んだのは、学会のついでに立ち寄った鎌倉五山第二位に列せられる円覚寺でした。円覚寺は、鎌倉幕府第8代執権北条時宗が元寇の戦没者の菩提を弔い禅道の普及のために開山した禅寺で、夏目漱石や島崎藤村も参禅したことでも知られています。何気なく見ていた観光雑誌で土日に一般の人でも座禅会に参加できることを知り、座禅を組みに行きました。座禅の組み方を教えてもらい、約45分間自分の呼吸を数える数息観を行いつつ瞑想しようとしたのですが全く駄目でした。さらに45分間、閑坐して松風は聴こえても無の境地には程遠いことが分かりました。警策で肩を打ってもらいながら、なるほど、常人は半眼でなくて閉眼して寝てしまわない限り無にはなれないのだと思いました。それから時々禅の入門書や随筆などを読むようになり、座禅も組みましたが、

禅語は意味を取り違えることばかりで、悟りも全く開かれませんが、もともとが雑念の塊のような人間には無理ではと諦めています、それでも単純に知足を心がければ何かが開けるような気がしています。

もうひとつは焼き物で、有田の磁器、特に今右衛門に魅了されたのを皮切りに、Bone Chinaも気になるようになりました。はじめ陶器は洗練されていないように思いましたが、壺屋で引き込まれる赤に出会ってから陶器も大好きになり、六古窯にも足を運ぶようになりました。磁器以上に陶器は産地ごとの違いが大きく、歴史を知るとさらに奥深いものであることが分かりました。引き込まれ、欲しくなると、結構な値段だったりすることはしばしばで、そんな時は“足を知る”と言いついて聞かせてその場を後にします。焼き物なんてと思われる方で、箱根に行くことがあれば、ポーラ美術館へ立ち寄ってみて下さい。作品だけを見て、一番好きなものを選んで、それから作家が誰か見てみるといいですよ。土から悠久の美を生み出す天才の、もしかしたら、魯山人の世界に出会えるかもしれません。

恐らくトシビーを迎えるのは後2回で、次回はいよいよ還暦です。それまでに、少しは足を知る人間になればと願っています。そうなればきっと無理をしないゴルファーとなり、スコアも格段に良くなっていることと思います。

最後に、長々と取りとめのない稚拙な文章にご付き合い頂きました皆様のご健康とご多幸をお祈り申し上げます。



ヘルニアマニア

豊見城中央病院 外科

仲地 厚

地球の裏側で私達が息を呑んだのは、ウィーンのハプスブルグ家の王宮の建物の一角で崖下を覗き込む老賢者石像の皮膚の精緻な質感でした。更に「おおっ」と私たちの目を釘付けにしたのは少し突き出た下腹部の左右の皮下に正確に再現された浅腹壁動脈静脈の浮き彫り。「ここで浅腹壁動脈に会えるとは思わなかったな。」それを見た私と若手外科医と先輩外科医の破顔の一言でした。

外科手術の鼠径ヘルニア根治術では鼠径部に4cmの皮膚切開を行うと皮下に伏在する「浅腹壁動脈 静脈」に遭遇します。私は当院の精鋭の若手外科医達が執刀するこの手術に助手として入り、その血管を確実に結紮するようにしつこく強要します。更に相次いで露出される神経や筋や内膜の連続性と手技について、口やかましく説明し、また詰問し返答を迫ります。

数年前に遡りますが、私は凄まじいヘルニア術後出血を経験しました。深夜の看護師の上擦った声に急かされ病室に駆け上がり創部を見ると、当直医によって急ぎ積み上げられた赤黒いガーゼが幾重にも覆い被さっています。恐る恐るそれを剥がすと4cmの創が地割れとなり噴火口からは烈々とした血腫が隆起していました。手術時に浅腹壁動脈を結紮せずに電気メスで凝固切開のみ行った症例でした。

それ以前に読んだ手術書の中で詳細な観察を基に書き綴られたいくつかの手技書には、確かに「血管の確実な結紮を行う」との記載があった事を思い起こしました。以前にも増して解剖の理解の大事さと手技にこだわる事の奥深さを再認識しました。

例えば浅腹壁動脈静脈の走行について身を入れて括目すると、通常は動脈と静脈が近く1束として併走していますが、稀に2本ならず3本存

ディフに留学の機会を与えていただきました。パセドウ病診断で用いるTSHレセプター抗体の測定方法を初めて確立したDr.Bernard Rees Smithの研究所への留学でした。研究テーマは「セリアック病（欧米では高頻度の小腸自己免疫疾患）診断キット改良」でした。良い上司や同僚に恵まれ、毎日の実験・研究を楽しく行うことができました。研究結果は幸い論文にまとめることができましたが、様々な「人とのつながり」を得られたことが私にとって一生の宝となりました。当時7歳と3歳だった娘と息子は20歳と16歳になりました。昨年夏は家族でカーディフを訪ね、お世話になった方々と懐かしい再会をすることができました。

翔南病院は、琉大第二内科の先輩で、尊敬する芳田久先生が院長をお務めの90床の病院です。全国でも上位実績を誇る不整脈専門の循環器科、糖尿病・甲状腺を中心とする代謝内分泌内科、血液透析科、泌尿器科があります。特筆すべきは「糖尿病療養指導チーム」です。初めは10人程度の小さなチームで、気になる患者さんについて各々が持つ情報を出し合い、どうしたら患者さんの糖尿病治療を良い方向に導くことができるか、ざっくばらんに話し合うことから始まりました。医師、看護師、薬剤師、管理栄養士、臨床検査技師、理学療法士、健康運動指導士、医療ソーシャルワーカー、医事課スタッフなど、糖尿病診療に関心をもつ職員が一人また一人と加わり、現在では約30人（日本糖尿病療養指導士10人）のチームに成長しています。糖尿病の病態解明の進歩に加え、新しい治療薬の相次ぐ登場により、糖尿病治療は多様化が相当進んでいます。患者さんの生活スタイルも多様化しており、一人一人の生活の質をいかに損ねずに良好な血糖コントロールや合併症の予防を行っていくかというテラーメイドの時代になっており、多職種が関わる「チーム医療」の重要性がますます叫ばれております。当院は平成23年度厚生労働省「チーム医療実証事業」に参加し、前述のパラメディカルスタッフに加え、臨床心理士を交えた糖尿病カンファレン

スを継続して行い、患者さんのみならず、支援する医療スタッフのモチベーション維持・向上や燃え尽き防止など、その有効性について検討・報告を行いました。平成24年度は引き続き同省の「チーム医療普及推進事業」を受託しており、今年2月と3月には「糖尿病チーム医療ワークショップ in 沖縄」の開催を計画し準備を進めている状況です。糖尿病チーム医療の敷居を低くし、糖尿病診療に関わるスタッフのみなさんが「取り組んでみたい」と意欲が湧いてくるような有意義な機会を提供できればと考えています。これを通して今まで南部地区や中北部地区で継続してきた糖尿病診療の地域連携にも多くの方が参加し、沖縄県全体がチームとなり健康長寿県沖縄の復活につながればと願っております。

今年は例年以上に多くの方々にお力をいただき、支えていただいて良い仕事ができたと考えております。本年もよろしくごお願い申し上げます。



新春干支

沖縄赤十字病院
長嶺 信治

光陰矢のごとし、4回目の干支を迎えることになりました。亡き母が「心はいつも二十歳さ」とよく言っていたことを思い出し、自分も同じ状況になっていると実感させられました。まさに実年齢に精神年齢が追いついていない状況です。

幼少期はあまり裕福な方ではなく、借金の返済で両親がよく喧嘩をしていました。子供心にお金持ちになってやると思っていましたが、なかなか実現できずに到っています。

今は誰にも信じてもらえませんが、人見知りや高校生までは女性とは話せないシャイな学生でした。そのためかあまり人と接触が少ない技術職に就こうと考えていましたが、母親の病気

や姉の事もあり医師を目指すことになりました。根が単純で、ブラックジャックにあこがれていたためか迷わず外科医になろうと思い、以前の第二外科にお世話になることになりました。もちろん当初は心臓外科を希望して入局したのですが、優秀な多くの先輩が手術することなしに日々を過ごしているのを見て、自分は一生手術が出来ないだろうと思いすぐに一般外科に鞍替えしてしまいました。関連病院には優秀な先輩が多くいたので有意義な研修をさせてもらいました。今のように教えてもらえるような研修ではなく、見て盗んで習得しろと教えられました。手術中に少しでも手が動かないと術者変更になるので、奪われないようにと必死になっていました。今考えるとガツガツしていて少し恥ずかしい思い出ですが、やはり時代だったのかもしれない。

昨年には卒後20年目の同期会が初めて行われました。多少髪が薄くなり白いものが増えてはいましたが、学生時代と変わらない面々に懐かしさと、頼もしさを感じました。また医師としての年月を重ねたようで近況報告のスピーチは皆素晴らしく、色々な人生を垣間見られ楽しいひと時を過ごすことが出来、改めて人生はそれぞれのものであると実感しました。

今は乳腺、甲状腺疾患を中心として女性を多く見るようになっていますが、これも自分が想像していた将来とは大きく異なってしまいました。10年程前には「こんな若い男の医者に自分のおっばいを見られるの」等とあからさまに嫌な顔で言われ、どんな立派なおっばいなのと、心でつぶやいたこともありましたが、最近は今全くそのようなことはなくなりました。良い意味で貫録が付いたのかもしれませんが、やはり皺も増えそれなりの年齢に見えるのだろうと鏡を見て納得しています。

年の初めに自分なりの今年の目標をノートにしたためているのですが、今年は全国規模の臨床試験に参加しようと思っています。私の専門としている乳癌は以前は大きく切除する乳房切除術が標準手術でありましたが、欧米の臨床試験の結果、乳房を残す温存術が確立し、日本でも

標準術式になりました。ただし比較的小さな乳房の日本人は温存術でも大きく変形してしまうことが多くみられ、患者さんの満足度は十分とは言えないのが現状です。肝癌や転移性肝腫瘍では既に標準術式となっているラジオ波焼灼術を乳がん治療に応用することによって、全く傷や変形のない乳房を維持することが出来るという治療です。結果が出て標準術式になるまではまだ時間が必要ですが、引退する頃に世界に発信できる治療になっていれうれしく思います。

今、外科医は絶滅危惧種に指定されています。昨今の時代の流れ、私たち外科医の努力不足等もあると思いますが、若手外科医の育成は急務と思われる状況です。また患者会の支援やそれをサポートするチームの育成、病院の広報活動等、やることはいっぱいあり時間に追われる日々ですが、求められるうちが花と自分に言い聞かせて1年を迎えたいと思っています。



本当の気持ち

伊波クリニック
西川 高広

沖縄生まれの沖縄育ちでない私がこの沖縄に流れついて早5年の歳月が流れました。

今回、このような挨拶の場を頂きまして、誠に感謝しています。

ほとんどの皆様には、はじめましての挨拶になるかと存じます。

今年は、巳年であり、巳年生まれの先生に挨拶をとのことで、たまたま、白羽の矢が、立ってしまったので、若輩ではありますが、しばらくのご辛抱のほどよろしくお願い申し上げます。

私は昭和40年に生まれまして、今年の6月で48歳になります。

48歳と申しますと、10代の頃の私からしますとかなりおじさんの歳で、自分がこの歳になりますとかなり大人の考えとなり、落ち着いた

たものとのとらえ方ができるものと思っています。しかし、10代の頃と心持ちは変化なく、今だに精神年齢はほとんど変わっていないことに驚いております。

それに引き替え、身体の方はというと、かなりおじさんからおじいさんの域に入っているのではないかと思うほどガタがきています。

これも日頃の運動不足、不摂生のおかげとあきらめています。

これを読んでくださっている皆さんの中にも共感してくれる方がおられるかもしれません。私たち医療者は他人には生活習慣を改善するようにと言っているのですが、自分が実践できていない人が多いのではないのでしょうか？

そこで、私の今年の抱負ですが、自分の生活習慣の改善を目標にします。

いい機会ですから、この文章を新年を迎えて読まれている皆さんも一緒に始めましょう。

今、宣言します。「今年は生活習慣を改善するぞ。みんなで。」

思いもよらず、心の中で読んでしまった人も、言葉に出した人も、宣言したからには、一緒に頑張りましょう。私も一人ではなく、皆さんと一緒にグループで頑張っていると思いながら、個々の生活習慣の改善に取り組むことができます。これは、皆が健康で長寿になれて、とてもいいことですよね。

医療関係者は医師、看護師、介護士、医療事務、警備、製薬会社のサラリーマンにしてもストレスがたまる仕事ですので、人一倍、健康には注意すべき人たちだと思います。

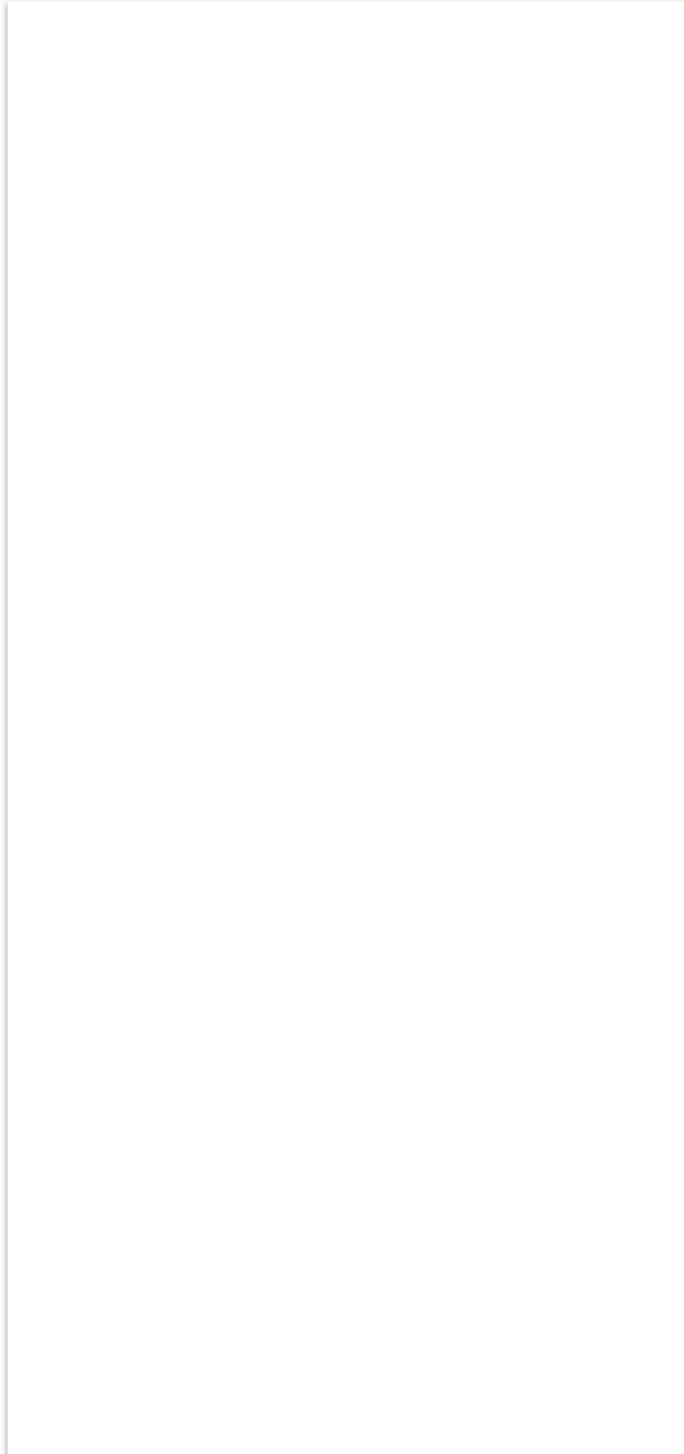
たくさんの方の健康を保ち、病気を治すという同じ目標をもった仲間なので、皆で精神的にも肉体的にも健康で長生きして、一人でも多くの人を助けていきましょう。

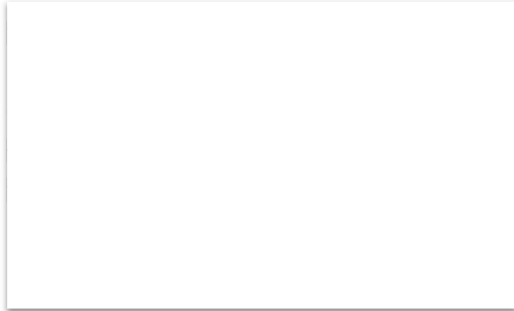
これが私の今年の抱負です。簡単ではございますが、最後に皆様の健康と長寿を願いながら、ご挨拶と代えさせていただきます。

この文章を読んで、お気に触った方には、謝ります。

ただ、皆で健康で長生きして、大きな医療チームとして、なるべく多くの人の役に立ちたい

と願っていることは本当の気持ちです。この気持ちは、医師を志した10代の頃と変わってはいません。





「巳年に因んで」

南部徳洲会病院 泌尿器科 部長
向山 秀樹

小生は昭和40年、丙午の前年に生まれました。幼いころ、従姉弟達とは干支について話題に出ることがよくありました。そのときは自分の干支があまり好きではありませんでした。なぜならば、十二支のなかで「へび」だけが唯一、爬虫類、その他は龍を除きすべて哺乳類で、可愛いとかかっこいいとかの代名詞がつきそうですが、ちなみに龍もかっこいい部類でしたが、「へび」はどうもイメージが良くない。家でペットとして飼いたいと思わない（一部の爬虫類が好きの方申し訳ありません）し、毒蛇とかになれば更に嫌われます（余談ですが哺乳類は毒を持たないって知っていますか？）。ただし、学校に通うようになれば、早生まれ以外の同級生はすべて巳年生まれなわけで、まあ気にはしなくなったのです。

これが巳年も良いかなと思ったのは大学に入ってから、医学部はみなさんご存知のとおり生まれ年は高校生に比べれば明らかにばらばら。必ずしも同級生は巳年とは限らない。そんななかで自分は海外、特にアジアに行っていたのです。アジアの医学生と交流を持ったときに中国の影響を受けた国々はZodiac この場合は星座ではなく、各年毎のシンボルつまり干支を持っているわけです。猫年なんかもいた記憶があります。その際に、巳年は医学生としては話題にしやすいかったです。ギリシャ・ローマ神話で

医学の神様であるアスクレピオスが持っていたことにより「杖と蛇」は医学の象徴ですから。医学の知識もなく、経済や政治、社会問題を話題にする英語力もない小生には丁度良いネタであったのです。

ただ、それ以来、特に「へび」とは縁がなかったのですが、一昨年とつい先日「へび」に悩まされました。まずは先日。腹腔鏡下左腎摘出に際して、腎門部が展開しにくかったわけです。それで一言「スネーク(蛇)リトラクターをだしてくれ!!」(スネークリトラクターとは腹腔鏡手術において先端がへびのようにくねくね曲がり手術野を確保する器具です)。手術とは如何に良い手術野を確保できるかが大事です。「A big incision is a good incision」

そしてもうひとつ、一昨年学会でインドに行ったときのことです(小生は医師になっても性懲りもなくアジアの国に出掛けているのです)。タクシーでの移動の最中です。道の真ん中で蛇使いが、蛇(多分コブラ)をかごに入れて、客寄せをしていたわけです。その蛇使いと目が合ってしまったのです。当然こちらに近づいてきました。コブラと思われるへびを人の目の前に突き出して、チップを要求してくるわけです。こんなときに限って小銭を持っていないのです(インドルピー)。インドの喧噪の中、貴重な思い出になりました。その後の顛末は、同僚にお金を借りてチップをあげました。命が惜しかったから…。

「へび」にまつわる雑多な追想にお付き合いいただきありがとうございます。本年も宜しくお願いいたします。





巳年に因んで

ヒルズガーデンクリニック
米納 浩幸

本稿を執筆する幸運(?)に恵まれました、那覇市松川で開業しています米納浩幸と申します。4巡目の年男です。

1巡目は、昭和52年、福岡県立花畑小学校6年。強く印象に残っているのが第一次石油ショック。「トイレットペーパーがなくなったら、トイレはどうする?」と子どもながらに心配し、長蛇の列に並んでトイレットペーパーを買った記憶があります。

2巡目は、平成元年、琉球大学医学部4年。昭和天皇崩御、天安門事件、ベルリンの壁崩壊と激動の年でした。高校時代より始めた硬式テニスを続け、部活三昧の日々を過ごしていました。心臓移植がやりたくて母校の第2外科に憧れるも、ポリクリであっさり断念、循環器内科を志すものの、聴診がさっぱり分からず、自分にはセンスがないと諦めました。その後、耳鼻咽喉科で聴力テストを受けたら、難聴と診断されました(原因不明)。そんな中、泌尿器科の先生のお誘いを受け卒業後すぐに泌尿器科入局することにしました。医局員が少なかったので、朝は7時にやってきて採血から始まり、帰りは0時過ぎ。以降臨床のみに明け暮れ、論文を書くこと等ありませんでした。

ところがある日突然、秦野直助教授から国立がんセンターで研究してみないかと話を頂きました。妻(小児科医)に相談したところ、「面白そうだから行く」とのこと。そして、平成11年4月より国立がんセンター研究所支所臨床腫瘍病理部に勤務し研究を始めました。最初の1年は全く結果が出ずさんざんでしたが、私生活の方では双子を授かり充実していました。

3巡目は、平成13年、泌尿器科医11年目、研究2年目。アメリカの世界貿易センタービルに2機の旅客機が激突してビルは崩壊、いわゆ

る9.11です。この文章を書きながら巳年って荒れるんだと気付きました。自分はと言うと、幸運が突然やってきました。論文がCANCER RESEARCHにアクセプトされたのです。研究のおもしろさに目覚め、いつしか「前立腺がんの骨転移機序の解明ならびに治療法の開発」がライフワークになりました。

大学に戻って2年過ぎたころ今度は、小川由英教授より留学してみないかと話がありました。妻に相談したところ、また「面白そうだから行く」とのこと。平成16年から2年間、テキサス大学サンアントニオ校で前立腺がん骨転移研究を続けました。平成18年に日本に戻ったところ、小川教授より「せっかくだから東京でも経験を積んできたら」と言われました。またまた妻に相談したところ、今度は「子どもが小学校に入ったばかりなので行かない」とキッパリ断られました。東京医科大学での2年間は単身赴任でしたが最先端の技術を目の当たりにし充実していました。

平成20年から再び琉球大学附属病院に勤務しました。40代半ばとなり始めたころ、陽心会高良健理事長から「サ高住を建てるんだけど、その1階が空いているので開業してみないか?」との話を頂きました。一生に一度は、開業を経験するのもいいかとも思い、妻にも相談せず自分一人で決めました。その後とんとん拍子で話は進み、平成23年5月に開院となりました。いろいろな不安もありましたが、お陰様でよいスタッフに恵まれ、予想以上に多くの患者さんに来ていただいています。最近では来院して下さる皆さんと共有できる喜びを感じながら毎日診察しています。これは勤務医時代には感じることはできなかった感覚で、開業した者にしか味わえない醍醐味なのであろうと思っています。

4巡目の今年、次なる5巡目に向け健康に留意しつつ、クリニック共々、更なる発展充実をめざし新たなスタートを切りたいと思っています。

それでは今年もよろしく願いいたします。



研修医とともに

沖縄県立中部病院 循環器内科
和氣 稔

新年あけましておめでとうございます。

執筆依頼を受けるまで、今年自分が年男だと気づきませんでした。

これといって皆様にご披露できるような趣味や特技もなく、「趣味を見つけるのが今年最大の目標です!」と書くわけにもいかないので、医師人生の87%を占める中部病院での自身を振り返ってみたいと思います。

今でこそ初期研修の各科ローテーションは当たり前ですが、私が卒業した頃はすぐに専科を選び入局する時代でした。さほど反骨精神を持っていたわけではありませんが、自分の将来像として今でいう家庭医のイメージを抱いていた私は、専門を決めず一通り何でも診られる医者になろうと中部病院で医師としての第一歩を刻みました。

朝から晩まで終わりの見えない仕事に追われ、食事や睡眠も隙間時間で済ませ、カンファレンスではいつも開始早々意識が遠のく毎日でしたが、先輩や同僚、後輩にも志の高く熱い輩が多く、優秀な上級医に少しでも近づこうと「よく見て」「よく聴き」「一生懸命まねて」適度の緊張感の中で研修していたように思います。病院から外に出ることの少ない特殊な環境でしたが不思議と疲れを感じた記憶は少なく、たまに空いた夜は酒も飲めないのに同僚と飲みに行き、思い起こすと楽しかったような気さえしてきます。

研修が進むうちに尊敬する指導医から循環器内科の醍醐味を教わり、General Cardiologistを目指すようになりました。多くの検査機器を駆使して診断にあたり、内科でありながら技術を極めることで外科に近い治療を行えることに遣り甲斐を感じ、次第に専門医としてのCardiovascular Interventionを深めること

になりましたが、私の中ではあくまで原点はGeneralistでありたいと思っています。

中部病院では昔からローテーション研修が行われており、一年上の研修医が後輩を指導する屋根瓦式研修として広く知られる様になりました。研修医の成長は著しく、1年目より2年目、更に後期研修医になるとその伸び代には目を見張るものがあり、曖昧な知識でごまかすことはできないので指導医も研修制度のおかげで鍛えられているとも言えます。

ただ指導する側としては、忙しい臨床現場の中でいろいろ教えてようやく戦力になったかと思えばローテーションし、また新しい研修医に一から同じことを繰り返さなければならないというエンドレスループは、教育へのエネルギーを次第に消耗させてしまいます。

でも、そんなプチ鬱状態から初心に戻らせてくれるのも研修医であり、純粹に一生懸命患者のことを考え、寝る時間を割いて診療を続けている直向きの彼らを見ていると、もう少し頑張ろうという気力が再び沸き上がり、それを繰り返すうちいつの間にか5回目の巳年を迎えてしまいました。

自分が伝えていることは研修医の役に立っているのだろうか?今の自分は目標としていた指導医になれているのだろうか?と日々自問しながら、最近特に思うことは、暗く疲れた顔をしていては幾ら良いことを言っても響かない、自分自身が余裕を持って“楽しく”していないと研修医も共感できないということです。理想の指導医にはなかなか近づけませんが、若い彼らから沢山の元気をもらいながら、自分の持っているものを一つでも多く伝え、研修医とともに今年ももう一步前進していきたいと思っています。

恩師、同僚、後輩に恵まれてきたことに感謝し、CHANGE&FORWARD。



4 回目の巳年の抱負

琉球大学保健管理センター
崎間 敦

新年明けましておめでとうございます。沖縄県医師会の会員のみなさまには、巳年の希望に満ちた新春をお迎えのことと心よりお慶び申し上げます。

私にとって今年は4回目の干支(巳)年となります。今年の抱負を語る前に、まず、前回の干支年の頃を思い起こしてみることにしました。12年前の年男の時は念願であったアメリカ留学という貴重な体験をさせて頂きました。ウェイク・フォレスト大学の高血圧血管病センターのデボラ・ディズ教授の研究室で加齢に伴う動脈圧受容体反射機能障害のメカニズムに関する研究に従事させて頂きました。この動脈圧受容体反射は1心拍毎の瞬時の循環調節を行う重要な生体内のシステムです。動脈圧受容体は頸動脈洞と大動脈弓にある伸展受容体であり、血圧が上昇すると動脈圧受容体が伸展され、その情報(神経インパルス)は求心性神経を介して延髄の孤束核(NTS)に投射されます。次に、神経インパルスはNTSから中継核である尾側延髄腹外側野(CVLM)へ投射されます。CVLMは血管運動中枢である吻側延髄腹外側野(RVLM)の神経細胞群に抑制をかけ交感神経の出力を抑制し、上昇した血圧をベースラインのレベルに戻します。加えて、視床下部や上位中枢からRVLMへ興奮性、抑制性入力により最終的な交感神経の出力が規定されます。逆に、血圧が低下すると動脈圧受容体の伸展が低下し、神経インパルスが減り、血圧をベースラインのレベルに上昇させる方向へ作用します。レニン・アンジオテンシン系(RAS)は脳内にも存在しており、脳内RASは動脈圧受容体反射機能に重要な役割を果たしています。脳内アンジオテンシン変換酵素(ACE)/アンジオテンシンII/アンジオテンシンII 1型受容体(AT1)系は交

感神経系を亢進させ、動脈圧受容体反射機能を悪化させる一方、アンジオテンシン変換酵素2(ACE2)/アンジオテンシン(1-7)/Mas受容体系はACE/Ang II/AT1系に拮抗する作用を有しています。当時は随分と苦労したこともありましたが、研究成果を国際誌に掲載できたことは大変幸運でした。この経験が現在の私自身のバックボーンのひとつとなっています。

さて、知人からの受け売りで恐縮なのですが、巳年の「巳」の字は「止む」意味があり、草木の成長が極限に達した状態を表しているそうです。4回目となる巳年は、「一社会人、家庭人として油の乗り切った充実期の入り口に立った。」と、私なりに解釈しています。そこで、これからの人生はこれまでに培った経験・知識・技術を活かして、お世話になった地域社会、職場、そして家族への貢献を第一に行動することを目標に掲げたいと思っています。ある賢人の言葉があります。「老人になったときに、見せるべきものを持っているか。語るべきものを持っているか。伝えるべきものを持っているか。」このうち、一つでももっていれば良いとあります。日本の若者が草食男子と揶揄される昨今、個人的な目標以外に社会に貢献するという目標を掲げることも若者を教育・指導する中壮年である我々の使命ではなからうかと考えています。焦らずしなやかに日々精進し、掲げた目標を達成できたらと思っています。

最後に、本年度のみなさま方のご健勝とご多幸を祈念いたしまして、巳年の抱負と新年のあいさつとさせていただきます。





巳年放射線科医のつづき

琉球大学医学部放射線科
助教 與儀 彰

今年は巳年ですが、蛇の持つイメージはあまり良いものではありません。巳年生まれの性格判断をネットで検索すると、出るわ出るわのマイナスイメージ。ざっと見渡したところ、短所はおおむね「猜疑心が強い」「嫉妬心の塊」「粘着質」「非社会的」にまとめられます。ちょっとウチアタイするのが悲しいですが、気を取りなおして諺や故事成語をみても、やはりその傾向は明らか。曰く「藪をつついて蛇を出す」、「蛇の道は蛇」、「蛇に睨まれた蛙」、「竜頭蛇尾」、「蛇足」…云々。突然草むらから現れてによると気色悪く動き、自らの体よりも大きな獲物に喰らいつけば何時間かけてでも丸呑みする。そんな動物は当然好かれることもなく、結果こういった言葉やイメージへと繋がっていったのでしょうか。また旧約聖書の創世記にはアダムとイブが禁断の実を食したために楽園を追われた話があり、ここでもイブを唆して実を食べさせたのは蛇とされています（蛇に関しては諸説ありますが、蛇はサタンの化身だったとする説もあるようです）。

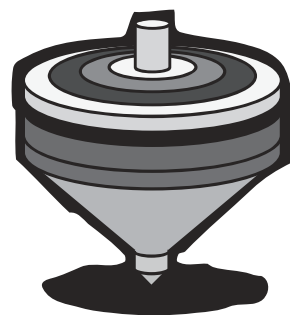
こうして見ると全くもって迷惑千万な生き物ですが、だが忘れてはなりません。アダムとイブが食したのは知恵の実（善悪の知識の実）であり、少し強引に見方を変えれば、蛇が人類に英知をもたらしたとも言えるのです。

私自身は放射線診断医で、CTやMRIの読影をして他科の診療の手助けをしています。臨床の先生方からすれば、画像診断医は時として診断を混乱させたり（サタンの蛇）、本筋ではないが扱いが面倒臭い所見を明らかにしたり（やぶ蛇）と、少し厄介な存在でもあるでしょう。しかし、画像診断が医療にもたらした利益《知恵の実☆》は非常に大きく、画像診断医が医療の質の向上に果たす役割は年々増えています。

とりあえず巳年生まれ放射線科医である私としては、自分の仕事が正しい知恵の実であるかどうか気がなるところです。料理人が客の反応を見ながら技を研鑽していくのと同様、診断医も臨床サイドと緊密に連絡を取りながら仕事を重ねていかねばなりません。読影している放射線科医の姿は「非社会的」に映るかもしれませんが、実際はそんなことはありませんので、お気軽にお立ち寄りください。

余談ですが、今回頂いた仕事の縁で蛇について調べたところ、意外なことが分かりました。ギリシャ神話に「医薬の神 アスクレピオスの棒」と呼ばれる棒があり、そこに蛇が巻き付いているのです。偉大な医者だったアスクレピオスは死者をも蘇らせたためにゼウスの怒りに触れ、雷で殺されてしまいます。その後、彼は天に昇ってへびつかい座となるのですが、蛇がアスクレピオスの、すなわち医薬の聖なる動物にあたるのです。全くのマイナスイメージだけではないのですね。考えてみれば、我が国においても白蛇は神の使いとされ、我々に様々な啓示を伝えるとされています。

昨年は山中先生のiPS細胞研究がノーベル医学賞を受賞し、再生医療に大きな光をもたらしました。その業績と可能性は多くの研究者の励みとなりましたが、そもそも研究成果は「粘着質」でなければ挙げることは出来ません。巳年の今年も多くの研究が行われるでしょう。また大きな研究でなくても、医師一人一人の医療が国民の日々の生活を支えています。これらの仕事くれぐれも「竜頭蛇尾」に終わらないよう、不断的努力を続けていかなければなりません。





巳年(へびどし)雑考

琉球大学医学部附属病院
新垣 和也

新年明けましておめでとうございます。本年は巳年ということで、巳年生まれの自分は、広報委員をされておられます、金谷文則先生の御推挙があり、寄稿を仰せつかりました。乱文ではありますが、どうか御容赦下さい。

蛇にちなんだ内容をと考えてみますと、思いつくのが、中国古代の民間伝承に出てくる蛇の話、「白蛇伝」です。蛇の精が、人間に化けて、人間の男と恋仲になるという話です。同じような怪異な物語が多く収録されている中国の小説として、「聊齋志異(りょうさいしい)」があります。チャイニーズゴーストストーリーの元となった「聶小倩(じょうしょうせい)」が含まれる短編集で、中国の清代に書かれたものです。科擧里選、九品中正法に続く、官僚登用法として、隋の時代に始まったとされる科擧は、清代になっても、継続して行われていたとのことですが、科擧の制度は時代と共に変遷が見られますが、地方で行われる「郷試」、中央で行われる「会試」、皇帝隣席の元で行われる「殿試」、の3つが重要な試験とされており、3年ごとに行われていたとのこと(因みに、巳年に試験は行われていなかったようです)。全ての試験に合格すると、官僚としての将来が約束され、一族は栄華を極めたとされています。そのため、地方試験である郷試に受かった「擧人」と呼ばれる人々は、会試を受けるべく、期待を胸に中央へと向かい、道中様々な事態に遭遇し、ドラマが生まれることとなります。小説に出てくる物語には、綺麗な幽霊のお姉さんにたぶらかされる擧人の話という何ともうらやましい(?)ものや、道教の仙人が試験についてのアドバイスをくれるというものなど、荒唐無稽な話が多く含まれます。この本を纏めた蒲松齡自身も、科擧の試験を長年受け続けるも夢が叶わなかったこともあり、全て

は夢物語です。科擧の競争倍率は、酷い時には約3,000倍にも及んだとのことであり、熾烈さを極めます。それからしますと、2012年の琉球大学医学部医学科の入学試験の競争倍率は、全入試を合計しても約6.9倍と、まだまだ常識の範囲内であり、平和な時代、平和な国に生まれて良かったと思う次第です。「聊齋志異」は岩波文庫から上下巻の2冊が出版されており、内容は1話完結型の短編集であり読み易く、疲れた頭を休ませるには良いかもしれません。科擧については、宮崎市定の書いた「科擧」が中公文庫および新書で出版されていますが、こちらは記載が詳述であり、やや心構えが要ります。当時の制度や学生(?)の様子を知ることができます。最近、この手の本を読む機会がほとんどなく、学生の頃に読んだ本の紹介となってしまう恐縮です。新しい年に更なる飛躍を希望しますが、何分蛇ゆえに、飛ぶのは苦手であり、そろそろと地面を這うがごとく進んでまいります。掴みどころがないとお思いでしょうが、最近減少傾向の著しい鰻と違い、鱗はありますので掴みどころはあります。最後は蛇足となってしまいました。お後がよろしいようで…。

