

# 随筆



ダラムサラ、インドヒマラヤ紀行  
～リトル・ラサとブルーポピー～

長嶺胃腸科内科外科医院  
長嶺 信夫

## 1. 一路ダラムサラへ

インドの列車は久しぶりである。2012年7月15日午前7時20分、デリー発ジャランダールへ向かう。線路沿いの民家は相変わらず乱雑、いたる所ゴミの山である。しかし、次第に様子が変わってきた。これまで見てきたインドは、むっとした熱気と埃にまみれた所だったが、列車が北上するにつれ広々とした畑が広がり、諸所に灌木が生えている。以前インドのバグドーグラからダージリンの茶園に向かう途中に見たシェイド・ツリーに似た趣である。

うっとりとして車外の景色を眺めていると、やがて、あたりが薄暗くなり、霧雨模様に変わってきた。雨季の始まりである。霧雨にかすむ風景もまた風情がある。隣の席では今回の旅の同行者である4人の姫君たちが賑やかにしゃべりしていた。

デリーからダラムサラまで行く列車はない。ジャランダールからは4輪駆動車に分乗して、ダラムサラへ向かう。秘境ツアーが専門である西遊旅行では、しばしば4輪駆動車が利用されている。チベットのツアーでは、トヨタのランドクルーザーに乗車した。空気が薄く、悪路の多いチベット山岳地帯では公安警察の車までトヨタのランドクルーザーであった。中国での尖閣列島抗議デモで、トヨタ製の公安警察の車が民衆にひっくり返される様子をテレビで見た時は、思わず吹きだしたものである。

## 2. ジャンボランの果実に興奮

ジャランダールでインド料理の昼食をとり、更にダラムサラまで6時間余の乗車である。途中ガイドが紙皿に載せた黒紫色の実を差し入れ

てきた。缶詰の黒いオリーブの実にそっくりで、果実の上に塩が振りかけてあった。かじってみると僅かに甘みのある渋い味である。実をかじりながら頭にひらめいたことで興奮していた。ここ数年インドの果実で最も関心をよせてきた未知の果実である。沖縄で発行された熱帯果樹の本に載っていた「ジャンボランの実」にそっくりである。この果実はきっとあの「ジャンボラン」の果実に違いない。きっと、そうだ！

ジャンボランは、フトモモ科の植物で仏教説話にでてくるあの世の国の一つ「チョンプー大陸」の中央に生えていると言われている樹である。興奮しながら、片言の英語でドライバーに訊いてみると、「そうだ」という。種を沖縄に持ち帰って蒔くことにして実と種を紙につつま、リュックにしまいこんだ。

## 3. Dharamsala-Little Lasa

ダライ・ラマ14世は1959年にチベットからインドに亡命し、1960年にダラムサラ(Dharamsala)で亡命政権を樹立している。ダラムサラには亡命政権の各省庁やチベット仏教倫理大学、チベット子供村、ノルブリンカ芸術文化研究所などがあり、亡命チベット人の心のよりどころになっている。欧米人はダラムサラのことを、しばしばLittle Lasaとよぶ。

ダラムサラに近づくにつれ、谷川沿いの道は細くなり、所によって、片側は深さ100メートルの谷である。途中車が止まっていて、人々が谷底をのぞいていた。ツアーの車列も一時停車、谷底をみると、一台のバスが転落しているのが見えた。深い谷なのでバスも小さく見える。前日転落したという。

進むにつれ、次第に標高が高くなり、標高1,800mのダラムサラの街に着いた。ダラムサラは起伏に富んだ山岳丘陵地帯にあり、標高差がある二つの地域に分かれ、亡命チベット人の多くは上方の集落(upper Dharamsala)・マクロード・ガンジに住んでいて、ダライ・ラマ14世の官邸もマクロード・ガンジにある。



4. チベット亡命政権の外務大臣を表敬訪問

翌日ダラムサラ最大のチベット仏教僧院であるナムギャル僧院を訪問。参道わきや僧院の境内には、パンチェン・ラマ 10 世が謎の死をとげた後、ダライ・ラマ 14 世によってパンチェン・ラマ 11 世に認定されたものの、中国当局に拉致され、行方不明になっている当時 2 歳のニマ少年写真入りの看板があり、看板には

“TIBET'S STOLEN CHILD-the PANCHEN LAMA  
GEDHUN CHOEKYI NYIMA  
THE WORLD YOUNGEST POLITICAL PRISONER”  
と書かれていた (写真 1)

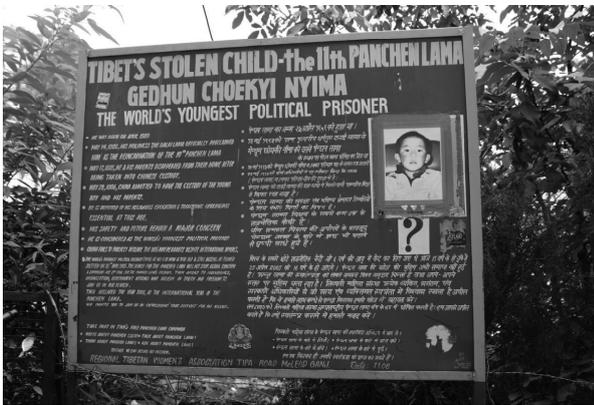


写真 1. 中国当局に拉致され、行方不明のニマ少年の看板

また、チベットで弾圧された犠牲者の記念碑が目をひいた。

僧院の祭壇の前で、同行の T 嬢は「ダラムサラから、わざわざ法王さまは沖縄まで来てくださるのね」と涙ぐんでいる。3 年前、法王を沖縄に招聘したとき、ボランティアをし、今年 (2012 年) 11 月に再度法王をお迎えすることができること、また法王亡命地ダラムサラを訪問できたことに感激しているのである。

ダラムサラにはチベット難民の子女や幼児を収容しているチベット子供村 (TCV) があり、現在約 2,000 人の子供たちがここで学んでいる。中には雪山のヒマラヤを越えてきた子供もいる。訪問してみると、子供たちは皆明るく、礼儀正しい。教室には、ダライ・ラマ 14 世の写真が飾ってあり、“THANK INDIA THANK AMALA THANK ALL” と書かれた壁掛けが掛けてあった。AMALA とは法王の姉が設立したチベット子供村を姉亡き後、引き継いだ 14

世の妹ジェツン・ペマ女史のことである。

午後は、今回の旅行の主目的であるチベット亡命政権外務大臣への表敬訪問である。沖縄からツアーに参加した 6 名だけの別行動。亡命政権らしい質素な部屋に通されると、小柄な 40~50 歳ほどの美しい女性が出迎えてくれた。名刺を見ると肩書きに「KANON」と書かれている。「KANON」とは大臣のことで、出迎えた女性はデキ・チョヤン外務大臣であった。若い美人大臣にびっくりして「大臣はもっと年配の女性と思っていたが、若い美しい大臣なのでびっくりしました。7 月の東京での法王誕生会には出席しなかったが、こんな美人大臣がインドから来ていると分かっていたら、出席すればよかった」と言うと、一同大笑いで一気に和やかな会見になった (写真 2)。



写真 2. チベット亡命政権外務大臣を表敬訪問

表敬訪問の目的は秋の法王沖縄招聘に関する挨拶であるが、大臣は矢継ぎ早に色々質問してきた。いわく「どうして、沖縄に法王が 2 度も訪問することになったのか？ そのきっかけになったのは何なのか？」等である。米軍基地で働く同行のボランティア嬢 4 人の通訳で大助かり、沖縄の戦争の歴史、琉球と中国、東南アジアとの歴史的関係、はては、菩提樹との関連で「ビルマの竖琴」の話まで話さなければならぬほどであった。

外務大臣表敬後、ノルブリンカ芸術文化研究所を訪問したのであるが、庭園は日本人の著名な通訳であるとともに建築家であるダラムサラ在住のマリア・リンチェン女史が設計に関与したというだけに、日本庭園風の美しい庭園であ

った。チベット人が異国の地で経済的に自立することをめざし、20歳代前半までの青年を対象にタンカの制作、仏像彫刻、刺繍などの職業訓練がなされていた。

当日の夕食は外務大臣から招待されたチベット料理の晩餐会であった。筆者は沖縄で開催される法王講演会の際、通訳してくれるマリア・リンチェン女史との会話が主であったが、女性軍は得意の英語を駆使し、外務大臣と談笑していた。「ナガミネはいったい何者なのか？」など、色々きかれた模様である。

### 5. インドヒマラヤの避暑地マナリへ

ダラムサラでの日程を無事終了し、インドヒマラヤの避暑地マナリ（標高2,050m）への移動の日である。前日は日程が詰まっていた、街の様子がよくわからなかった。街の様子を見るには自分の足で見て回るにかぎる。朝、街角では、インドの食べ物「ナン」に似た丸い焼きパンなどが売られ、また、朝の勤行に間に合わせるのだろう、青年僧が小走りに駆けていた（写真3）。



写真3. ダラムサラの街並み

通りに面した住宅の壁に「TIBET ONE PEOPLE ONE NATION fifty years of resistance 1959 ~ 2009」と書かれた大きな看板がかかげられていた。中国に対する精一杯の抗議である。

ダラムサラを出発し、道中KANGRA TEAの茶園で休憩、記念に紅茶を購入、パランプルのドゥクバ・カギユ派のタシ・ジュン僧院に

立ち寄りマナリへ向かう。マナリに近づくにつれ、景色はスイスの山村をおもわす風情で、これがインドかと思われるほどであった。

マナリはインドがイギリスの植民地の頃、避暑地として栄えた街で、現在でもインドヒマラヤの観光基地として栄えている。街の中央にヒマラヤから流れ下る川があり、川の両側の谷あいには集落が形成されていた。宿泊したホテルは、なかなかツアーで経験することができないデラックスホテルで、大使家族が避暑に滞在するという。一同その豪華さに歓声をあげた。高台のホテルから見る川向いの夜景も格別で、夜景を見ながら、ダラムサラでの出来事、これまでのいきさつなどを語り合い、楽しいひと時をすごした。

### 6. 幻のブルーポピーに感激

マナリはインドヒマラヤの一大観光基地である。ここを起点にして、ロータン・パスの高山植物の観察にでかける。ロータン・パスは標高3,980mに位置し、マナリとの標高差は2,000m近い。一行を乗せた4輪駆動車は次第に高度をあげ進んでいく。先頭を行く車が急に停車した。道路沿いの岩陰に待望のブルーポピーを見つけたのである（写真4）。

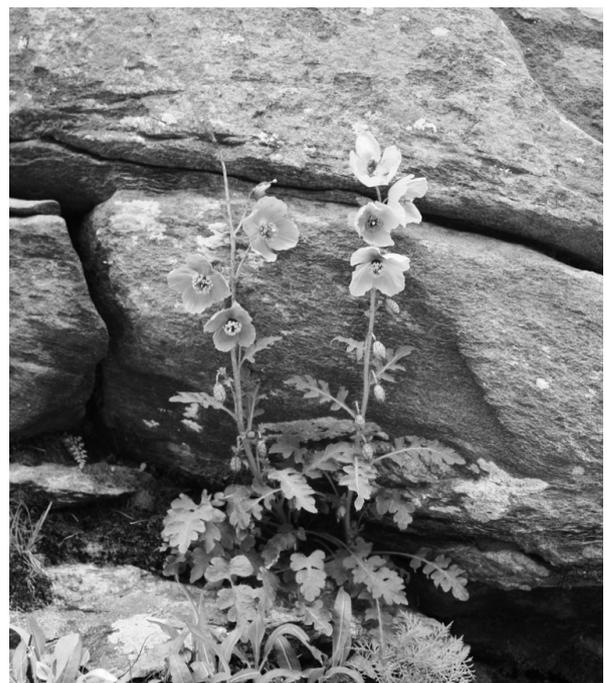


写真4. ブルーポピー





**国試の問題を3eアナライザーで講義してみた**

琉球大学医学部附属病院  
久田 友治

**国試史上の最高傑作**

医師なら誰でも医師国家試験（国試）に合格しているが、その後の試験問題に目を通すことは少ないと思われる。一方、医学生への教育は大学教員の務めであり、その結果の一つが国試の合格率であるが、残念ながら九州地区の国試合格率は全体的に高くない。私も国試の問題に目を通すことは少なかったが、現状の合格率では教員の一人として手を拱いている訳にはいかず、講義の方法を最近一部変えることにした。第106回の国試は2012年に実施され、「国試106」（医学評論社）の執筆者は“国試史上の最高傑作”と評価している。その国試問題の一部を紹介したいのだが、その前にご説明することがある。

**3e アナライザー**

医学生への教育内容は変化し、また膨大である。更に、教員（医師）の多忙そして教員が教育法を充分には習得していない等の問題がある。最近3e（スリーイー）アナライザーのことを知ったので、1年後に国試を受けるM5学生の講義で使ってみた。メーカーは3eアナライザーを、「今まで一方通行になりがちであった講義に双方向性を持たせ、効果的なプレゼンテーションを行う為のツールで、聴衆の意見を集約し結果を瞬時にグラフ化することができる」と説明している（<http://www.k-idea.jp/3e/analyzer/>）

3eアナライザーの使い方は比較的簡単である。先ず、3eアナライザーのCD（図1）をパソコンにインストールする。これによりパワー

ポイント（スライド作成ソフト）の機能が拡張される（アドインと呼ばれる）。あとは通常通りスライドを作って、例えば図2から図4のスライドを映写しながら講義を進める。学生がテレビのリモコンのような装置（図1）を使って回答すると、その場ですぐ回答者全員の結果がスライド上で表示される（図5）。テレビの「笑っていいとも」でやっている光景に似ている。



図1

**第1問（図2～5）**

腸閉塞の病歴、理学所見そして腹部単純レントゲン写真の見方はM5の殆どが理解しているようだ。1名だけ間違った回答をしているが、この学生は無用な羞恥心を抱かずにすんだと思われる。これを機会に基礎的な病態を学習すれば良い。

**58歳女性。主訴：腹痛**

- 2年前に胃切除術を受け順調に経過。昨夜突然、腹痛が出現し、周期的に増強。
- 意識清明。155cm/48kg。体温36.8℃。脈拍96/分、整。血圧112/84mmHg。
- 腹部やや膨隆し、腹部全体に圧痛、Blumberg徴候と筋性防御とは認めない。腸雑音は亢進。

図2 第1問（1）

- 尿所見: np。血液所見: 赤血球346万, Hb9.7g/dl, Ht28%, 白血球9,100, 血小板16万。
- 生化学: BUN19mg/dl, クレアチニン 1.1mg/dl, AST35 IU/l, ALT38 IU/l, LDH346 IU/l(基準176~353), ALP224 IU/l(基準115~359), Na134mEq/l, K4.1mEq/l, Cl96mEq/l。CRP1.2mg/dl。

図3 第1問 (2)

60歳男性, 主訴: 排尿困難  
前立腺に限局した腺癌と診断され,  
根治的前立腺全摘除術を受けた。

周術期の管理で正しいのはどれか  
2つ選べ

- A. 手術中下肢にストッキングを装着する。
- B. 手術後は骨盤高位にする。
- C. ドレーンは開放式にする。
- D. 抜糸まで連日抗菌薬を投与する。
- E. 早期離床を促す。

図6 第2問



図4 第1問 (3)

周術期の管理で正しいのはどれか  
2つ選べ

0:30

- 1 手術中下肢にストッキングを装着する。
- 2 手術後は骨盤高位にする
- 3 ドレーンは開放式にする
- 4 抜糸まで連日抗菌薬を投与する。
- 5 早期離床を促す。



投票数: 0

図7 第2問の回答

対応として適切なのはどれか 0:30

- 1. 輸血
- 2. 腹腔穿刺
- 3. 内視鏡的止血術
- 4. カテーテル塞栓術
- 5. 消化管内圧減圧治療



投票数: 58

図5 第1問の回答と集計結果

第3問 (図8~10)

禁忌問題とされる問題かもしれない。地雷を踏んだ学生が1名いるが、未だ国試まで間があり、緊張性気胸についてよく学ぶ必要がある。

45歳女性。主訴: 胸痛、呼吸困難

- 農作業中に重いものを一気に持ち上げたところ, 左肩から背部にかけて痛みを自覚し, その後呼吸困難が出現。既往歴: 特になし。
- 意識清明。体温36.6°C。呼吸数27/分。脈拍116/分, 整。血圧106/66mmHg。心音は減弱。
- 左肺野で呼吸音は消失

図8 第3問 (1)

第2問 (図6、7)

周術期の管理についての問題である。合併症を予防する為の危機管理の問題ともいえる。答は1と5であり、学生の正答率は約90%であった。

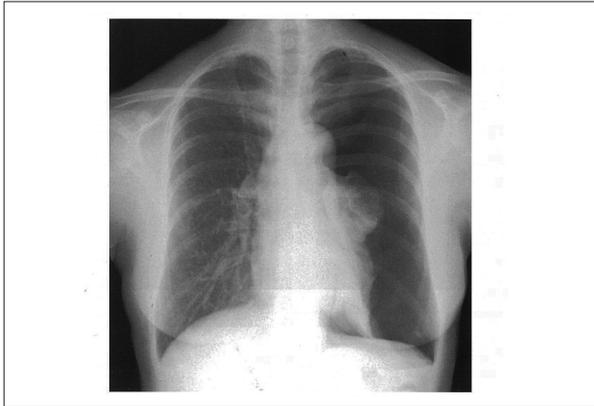


図9 第3問 (2)

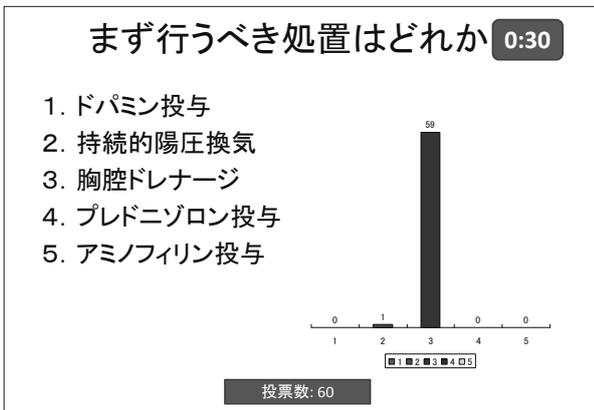


図10 第3問の回答と集計結果

**おわりに**

学生が講義にクイズ番組のようなワクワク感を持ち、集中力が継続することを期待したが、寝ている輩がいなかったのにはホッとした。また、今回はプライマリーケアに関する問題を選び、その正答率が高かったことは嬉しいことであった。例えば、心電図を取る際の電極の位置の問題があった。救急室で研修する際に必須となる知識であり、基本であり良問と思われ、学生の正答率は約85%であった。学生が国試に受かる為には未だまだ勉強が必要だが、全員が合格して医療人としての良いスタートをきって欲しいものだ。

医師会員の皆様も、医療系学生の講義や院内の研修会等に応用できると思われる。なお、3eアナライザーは当院の専門研修センターから借用した。また、本稿の国試問題の図は著作権に関して厚生労働省に問い合わせた後に使用した。

