

随筆



“フィレンチェで考え そのごのこ” (一)

三原内科クリニック
喜久村 徳清

拙稿は昨年5月連休、イタリア旅行の際の一部をつづったものです。

ガイドの話を目にしながら5月3日午前、ヴェネツィアよりフィレンチェへむかう^{ハイウェイ}高速道を大型バスの中で快適に過ごす。「コロンブスはイタリア人・ピノキオ童話はフィレンチェ産まれ——は意外と知られていない。京都と姉妹都市を結び交流が盛んで……。市街地を横目に小路に入ってアルノ川南側の小高い丘にあるミケランジェロ広場に着いた。そこから望見される街は、比叡山よりはじめてみた京都の街並を想いさせた。

団体が昼食にフィレンチェ風ステーキをごちそうになり観光に出かける。ジョットの鐘楼が脇に立ち、「天国の扉」のあるサンジョヴァンニ洗礼堂の前に堂々と建っているドゥオーモ（サンタ・マリア・デレ・フィオーレ大聖堂）があり、その入口には当日券を求める人達で長い列ができていた。団体客は予約済みの別の通路よりスムーズに入場し、経験豊かな案内人が感動与える話術でリードする。

ヴェッキオ宮の広大な500人広間では、「皆さんは今、中世の政庁舎に居るのです。議員しか入れなかったこの場所で、当時の光景を想像してみてください」。ウフィツィ美術館では必見のボッチェリ、ジョット、ダ・ヴィンチ、ミケランジェロ、ティチアーノの作品の前で手際よく説明する。撮影禁止の館中であり、（製本化された画集に優る写真は撮れない。帰国後、いつか存分に堪能しよう）と考えながらガイドに従っていく。そして館内唯一の撮影許可所へ誘導されると、そこから窓の外は撮影OK（写真1）。詩人ダンテが月をみて感動したというヴェッキオ橋とアルノ川があった。



写真1. ウフィツィ美術館より眺めるアルノ川と橋

旅は人生に似るといふ。詩人ダンテの生家があるというのでたどり着いてみたら、今ではカフェが建ち、チャッキリス風の若者4、5人がたむろして珍しそうに^{ガイジン}旅人をみた。道の向かい側にはたまたまピノキオグッズ店があり、ここではのんびり退屈そうに店番をしている若者がいた（写真2）。サンタ・クローチェ教会前の広場（写真3）は古代サッカーが行われ発祥の地を誇っているが、団体旅行の解散場所となり、教会内の墓石は翌日訪れることに決めた。



写真2. ピノキオグッズ店



写真3. サンタ・クローチェ教会前広場

ミケランジェロ製作のダヴィデ像のオリジナルはアカデミア美術館にあり、常々その魅力を感じ、疑問（バランス、手背等）ももっていたので、自由時間を調整して、早朝訪れることにした。たどりついた美術館の最奥端の巨大な円形ドームの下には台座を含めて6メートルも超える大理石に彫られたダヴィデ像が建ち、照明効果や空間のバランスも絶妙で、近づくと絶好のビューポイントがあり1人の老婦人が腰掛けて見ていたのだがそのうち立ち去った。私は幸運にもその場所からダヴィデ像を見ることができ、しばしの間、夢の世界へ誘いこまれるような一日中でもそこに居れる様な至福の時間を過ごすことができた（わかるでしょう。シニョーリア広場にあるレプリカ（写真4）とは全く異なります）。

たまたま早朝に来訪し至福の場所にありついていたが、旅の途中でまた出かけねばならない。これもまた人生によく似ているとつくづく思った。

シニョーリア広場はかつては政治活動、現在は市民の憩いの場として親しまれているが、天井のある彫刻廊ロτζィア・ディ・ランツィにはヘラクレスとカウス、ネプチューンの噴水、サビーネ女の略奪の彫刻が建ち並んでいる。フィレンチェの象徴ドナテルロの獅子像（写真5）はいかめしくみえるが、見る角度により表情豊かに、ユーモラスにさえ見える。沖縄のシーサーもふと思い出させて、そのルーツは？、どこ？、何？、今さらながら興味を湧きたたせる。

3日、夜19時30分、ローマ街道を北上して夕食と夜景を楽しむオプションツアーに参加し、出かけることになった。案内されたトラットリア OMEMO で、少し硬めのピステッカを地元のバージンオイルをかけて食した。少々濃いめの緑の香ばしいかおりが口内にじわっとひろがり、ワインを飲む。そしてあの、地中海性気候の天空が待つミケランジェロ広場の丘へと、向かった。

（つづく）



写真4. シニョーリオ広場のダヴィデ像（レプリカ）



写真5. シニョーリオ広場、彫刻廊ロτζィア・ディ・ランツィにある獅子像

随筆



夏休み

沖縄赤十字病院
赤嶺 盛和

7月も下旬にはいり夏休みがやってきました。とはいっても7歳の娘と4歳の息子の、です。

父として何かイベントを考えねばなりません。去年は休日に蝉とり（蝉とりのスポットがわからず近所の琉球大学の中庭の木で鳴いている蝉をとりました。）をしました。今年のネタはまだ考えていません。娘に今年も蝉取りに行こうかと聞くと「蝉は2週間しか生きられないからかわいそうだよ。」といわれてしまいました。やさしい娘に育ったなあ。今年はどうも蝉以外に何か考えねば、でも息子はまだ蝉とりに食いつくかもしれないと考えつつ週末を過ごしていると飛んで火にいる夏の虫。自宅の網戸に蝉がきて鳴いていました。これで息子はどうやら満足しているようで蝉とりは終了となりました。さて何にしようかと思っていたらマンションの管理人さんが駐車場でオスのクワガタ2匹を見つけてたまたま通りがかったうちの家族にゆずっていただき飼うこととなりました。ちょうど悩んでいた娘の夏休みの自由研究もクワガタの生態をテーマとすることに。一石二鳥です。しかし私自身クワガタをしっかりと飼ったことはなく、エサも何かよくわかりません。たしかキュウリと砂糖水だったような。しかし現在はすごいことにクワガタ、カブトムシ用のゼリー（しかも100円均一ショップで！時代は変わりました。）が売られており、それをかごにいれたら食いつくように食べていました。クワガタに夢になっていた小学校時代を思い出しながらこうして我が家のクワガタ飼育が始まりました。

今年の夏休みは昨年と違い私の新たな duty も決まりました。それは土日の朝6時30分から

始まるラジオ体操に子供と一緒にでかけることです。休日にも関わらず子供は早起きです。5時30分ごろから張り切ってスタンバイしております。たまに当直後などのラジオ体操はこたえますがやると結構すがすがしいものでした。近所の広場で50人ぐらい集まってラジオ体操を行っていました。近所の自治会関係の方々でしょうか、4、5人で毎日ラジオをかけて子供たちを誘導していました。しかも土日はお菓子のご褒美まで（インセンティブは大事です）。本当にご苦労さまです。さてわが子のラジオ体操をみているとおねえちゃんの方は真面目に上手に体操をやっているのですが、息子の方はできないのか、なかなか覚えきれないようで、しっかり手をあげた動作が覚えられないようです。しかし本人はとても楽しくやっているようです。そんな目でみていたらしっかり息子にチェックされていました。どうも私もしっかりとできていないようでダメだしされてしまいちょっとへこんでしまいました。

この夏目標のひとつにしていたことがあります。子供と海で泳ぐことです。いつもプールばかりだったので仕切りのない海で泳ぐのは怖いみたいです。これはまずいと思い近くのビーチに朝一番で泳ぎに行きました。最初はこわごわでしたがそのうち楽しくなったようでなかなか出ようとしないう様でした。日差しも強くこちらがばててしまいそうだったので短い時間で切り上げました。今度は涼しい時間帯を選んでいこう。反省でした。でも海での子供のはしゃぎっぷりはすごいものでこちら元気をもらいました。

8月には名護のおじいちゃんおばあちゃん宅へのお泊りにもいきました。私は自宅で留守番。自然にかこまれたながら大変満喫できたようです。

旧盆の時にはいとこや兄弟、その子供たちも集まりとてもにぎやかでした。家の前での花火大会は恒例行事となりました。普段なかなかいっしょになることも少ないのでとても楽しんでいるようでした。だんだん親戚と一堂に集まる

機会も少なくなり、独身の頃はちょっとめんどくさいと思っていたこのような行事がとても楽しみの場となっているのを実感します。今回はさらにいとも含めてのバーベキューを提案しました。といっても私はあまり慣れていないのでいここに頼ることとなりましたが。

だんだん夏休みも残り少なくなってきて娘は残りの宿題に追われる日々となってきました。クワガタの生態のなかでもメインのテーマはクワガタは何を食べるか？人参、キュウリいろいろ試したようです。あまり私は役立たずで図鑑を片手にいろいろ調べてやりました。クワガタの大きさの測定ではかまれてしまいそうで触ることができない娘に変わり父親の出番でした。背後からクワガタを持ち上げものさしで大きさを測りました。写真も撮影し自由研究っぽくなってきたかなという感じです。宿題で最後まで手こずっていた日記で一番楽しかったこと

は名護のお泊り。一番怖かったのはお父さんと入ったおばけ屋敷。本格的なおばけ屋敷で大人でも結構怖いと思う本格的な仕掛けでした。娘は二度とお化け屋敷にはいかないといっていました。途中から怖くなっていた娘を半ば強引に屋敷をすすめていったので悪者になってしまいました。まあまあこうして案外あっという間に終わった夏休みでした。1年前、2年前と同様こちらはあっという間2か月間だったのですが思い出してみると毎年子供たちはいろいろな経験をして成長しているのを感じました。彼らにとってはひとつひとつが新鮮な経験なのでしょう。来年はどんな夏休みになるのだろう。そのうち部活動や塾で忙しくなって親はそっちのけになるかもしれない。忙しいといっておまけていないでたくさん楽しいことをまた来年もやりたいものです。



随筆



APDEC2013
Asia-Pacific Diabetes,
Epidemiology, and education
training Course に参加して

中頭病院
湧田 健一郎

皆様はじめまして。私は2003年に順天堂大学を卒業し、今年4月より、中頭病院、代謝内分泌内科に勤務しております。

今回は、APDEC (Asia-Pacific Diabetes, Epidemiology, and education training Course) というトレーニングコースに出席し、とても感銘を受けましたのでご報告いたします。

このトレーニングコースを知るきっかけとなったのは、所属する日本糖尿病学会から、同トレーニングコースの参加者を若干名募集するとの知らせを受けたことでした。条件は、年齢制限、英語での会話ができること、のみであったため、日頃から有意義な勉強の機会があれば積極的に参加したいと思っております自分にとってはまたとないチャンスだと思い、早速レジュメを作成し応募してみました。数週間後、主催者側からメールが届き、参加できる旨を確認しました。詳細内容に関しては主催者側、日本糖尿病学会からもそれほど伝えられず、私の行っ

た準備としては英語のブラッシュアップ程度でした。日々の勤務の忙しさもあり、月日はあっという間に経過し、出発の日となりました。期間は2013年8月25日から8月30日までの5日間、韓国のソウル大学内にある Hoam Faculty House という施設で泊まり込みのトレーニングでした。現在は観光地として日本人にも人気の高いソウルですが、実は私にとっては初めての訪問だったので、全く状況が分からず、本などでの簡単な情報を頼りに状況を想像しました。スリに注意、タクシーで騙されやすい、設備が充実しておらず不便である、などと、勝手にマイナスな雰囲気を想像していたのですが、実際、ソウルに到着し、自分の勘違いの甚だしさに呆れてしまいました。到着してみると、日本の都市とほぼ同等、全く不便はありませんでした。インターネットに関して非常に整備されており、皆スマートフォンを使用していました。ソウル金浦空港に到着後、全く行き方もわからないので、案内所で確認すると、英語よりもむしろ日本語が通じたことで、これまたびっくり。なるほど、いかに日本人観光客が多いかが伺えました。空港よりバスにてソウル大学に到着後、タクシーを利用し、(校内は広く、正門入口から施設までタクシーで10分近くかかりました。) なんとか会場、宿泊施設に到着しました。

到着当日は welcome reception が開催され、主催者、講師の先生方の挨拶などを聞いた後、



チームメイトとのディスカッション

食事となり、私の所属するグループが発表されました。今回の参加者は約 37 人、指導員、約 19 人で、計 6 つのグループに分けられ、私の所属するグループ 4 には 7 人、出身国は私以外にタイ、マレーシア、香港、モンゴル、中国、韓国と様々でした。翌日より早速授業が開始されましたが、朝は 8 時から 15 時までが講義、その後はグループに分かれ、グループディスカッションを 18 時過ぎまで行うといったかなり内容の濃い日程でした。(グループディスカッションは連日行われ、最終日にプレゼンテーションを行い、優秀なチームを表彰するといった内容になっていました。) 講義では疫学、統計学、糖尿病に関しての遺伝子疾患など非常に多彩で、奥深い講義が、著名な講師の先生によって行われました。正直卒業後 10 年間臨床畑に身を置いてきた自分にとっては、疫学、統計学とは全くと言ってよいほど無縁で、かろうじて論文を読むときに参考にする程度でした。しかし、今回の講義を通して、臨床結果を如何にして統計学を用いつつ観察し、有意差を評価し、応用していくかを学ばせていただきました。私にとっては、それはあたかも、現状を未来につなげ、反映していく方法を学んでいる感覚で、非常に興味深く拝聴しました。更に驚くべきことは、参加者(話しかけた中ですが、おそらくは半分以上)は研究に特化している方は少なく、だいたいは臨床の第一線で働いている医師、看護師、栄養士、その他のコメディカルの方々に、何れも高いプロ意識を持ち、疫学、統計にも精通しており、積極的にこのような国際カンファレンスなどに参加し知識を高め、自分の地域に還元することに精進している方々ばかりだったということです。彼らと机を共にする中で、日々の雑多な仕事に追われ、基礎的な分野から目を背けていた自分を反省することができ、また、持っていた臨床≠疫学の偏見が自分の中で明らかに崩れ去っていくことを感じました。臨床医として大切なのは一人一人の患者さんをしっかり診ていくことには変わりはありませんが、それとは別に過去、現状を把握し、未来につなげて

いく全体的な目を持つこともやはり重要なことだと改めて痛感しました。さて、そのような濃密な講義が 5 日間続き、最終日にチームディスカッションの成果であるプレゼンテーションが行われました。チームディスカッションは、研究テーマを設定し、対象患者、観察項目、追跡期間等を決め(架空のもの)、推察、研究デザイン、アウトカム、方法の作成等を 4 日間で行い、5 日目にプレゼンテーションするというものでした。先ほども申しました通り、研究とは無縁であった私にとっては非常にハードで、ある意味、自分に対する挑戦とも思われるディスカッションとなりましたが、とても優秀で積極的な仲間を支えられ、何とか成し遂げることができました。テーマは、兼ねてより私の興味があった「食事と、糖尿病の関係」の意見が採用され、「玄米、白米の 2 型糖尿病患者における影響」で決定しました。アジア、特に環太平洋地域において、いかに大量に白米が摂取されているかに触れたうえで、この研究が我々の人体に大きく影響を及ぼす可能性を示し、2 型糖尿病患者に対して玄米、白米の影響の違いを探るといった内容でした。推論としては白米と比較して玄米摂取をした群がヘモグロビン A1c の低下が期待できるといったものでした。日々の綿密なディスカッション、チームワークの良さもあり、プレゼンテーションは非常に好評で、我々のチームは優勝を勝ち取ることが出来ました。

今回のトレーニングではまるで学生時代に戻った気分打ち込ませていただき、勉強に集中

Effect of brown rice substitution on glucose control in newly diagnosed type 2 diabetes patients

Chardpraorn Ngarmukos- Thailand
Ying Ying Luo- China
Nizam Malik - Malaysia
Sonomtseren Sainbileg- Mongolia
Kenichiro Wakuta- Japan
Rose Yeung- Hong Kong/Canada
Tae Hyuk Kim- Korea

Tutors: Beverly Balkau
You Cheoi Hwang
Sung Hee Choi

我々のチームで作成した研究デザイン

できる楽しさ、有難さを実感できたとともに、疫学、統計学という自分にとって縁遠かった、そしてとても重要な分野に気付かせていただきました。医師として働き始めて10年が経過し、日々の業務に忙殺される毎日となりがちでしたが徐々に「学び、成長することは楽しい。」という原点に戻り、学問の大切さを再認識する非常に良い機会となりました。今後もこの気持ちを忘れず勉強を続け、日々の臨床に役立てていきたいと思えます。

最後に、このような素晴らしい機会を与えてくださった主催者である Korean Diabetes Association (KDA)、International Diabetes Federation (IDF) の皆様、ご紹介して下さった日本糖尿病学会様、留守中に病院業務を負担していただきました中頭病院、ちばなクリニック代謝内分泌内科の医師、看護師、comedicalの皆様、そして、家族に感謝いたします。



チームメイト、チューターとの集合写真