

新春 随筆



カジマヤーは眼前に！

新緑会屋宜原病院
あかみちクリニック
田中 旨夫

皆様新年おめでとう御座います、希望に満ちた新春をお迎えの事とお慶びを申し上げます。

何時の間にか駿馬が疾走するが如く8巡の午年を迎える年となり、カジマヤーも眼前に迫って居ります。

駿馬と言えば赤兎馬（日中が千里、夜間は五百里を駆ける）が三国誌を飾る花形の名馬で、呂布の愛馬だったが後に曹操の手に渡り、乗りこなせる人が居ない程の暴れ馬で、曹操を困らせて居た、桃園三結義と云う三国演義中の有名な、劉備、関羽、張飛三大豪傑が義兄弟の義を結んだ出来事から話が始まる、年順で劉備（大兄）関羽（二兄）張飛（弟）。

劉備皇帝の妃である国王孫権の妹が、里の母上に逢う為に孫権の元に里帰りしたが、孫権に足止めされ劉備の元に帰られなくなり、諸葛孔明の謀りに依り関羽將軍を迎えに派遣、その帰途で曹操軍に妃諸共生け捕られ、（関將軍は普通でしたら幾つもの関破りが出来たが妃を守る為）曹操は英雄難過美人関と云う人間性の弱点を試すとの悪知恵で同室に監禁し、様子観察した処、妃の傍で関將軍は毎日毎晩怯まず、一心不乱に戦書千秋を読み耽る忠義の良さに曹操はすっかり、関羽の人柄に惚れこみ、関羽に手持ちの暴れ馬赤兎と宝物をさずけ、帰順する様に説得するも関羽將軍には通じず、赤兎を貰った直後、赤兎に跨り一目さん眼前の6か月間も曹操軍を困らせていた敵軍を蹴散らし、落馬する敵大将の首をすかさず斬って、飲みかけたお茶が又冷えない内に曹操に敵大将の首を献上、勝ち戦に報いた由、曹操は後に護衛までつけて安全に送り返すと云う程の、曹操にとっては異例中の異例ぶり（曹操は疑い深い奸勇でもあったが）。

私は大正7年の台湾生まれで、旧制中学から東京で就学し、戦中の昭和18年9月30日に昭和医学専門学校（現在の昭和医科大学）を6ヶ月早めて卒業、同じく18年10月30日に医師免許状取得、南方派遣の軍医として、運よく昭和19年1月から台北帝国大学医学部寄生虫学教室にて大鶴正満先生（後に琉球大学医学部の創設者でその好しみて、私は梯梧会 NO40号献体登録会員である）と共に研究、終戦に至る、戦後、総合病院にて産婦人科を研修、昭和25年体調を崩しTbc発病、新薬のSTOMI、Pascal、Ina等で一命を繋ぐ事が出来、昭和29年から台北市にて産婦人科を開業、昭和50年6月23日招聘に依り憧れの沖縄東風平診療所に赴任沖縄療育園、を経て赤十字沖縄県支部に転勤、沖縄に赴任してから運よく、すぐ那覇市救急診療所田端辰夫所長先生の計らいでローテーション医として数多くの県立病院、協同病院、赤十字病院、国立病院等の若き精鋭の先生方（現在多くの医療関係幹部の先生方）と共に救急医療に奉仕、那覇市市制60周年記念大会で、個人として感謝状を受ける事が出来ました。

昭和61年県赤十字支部に在籍中、アメリカシカゴで開業中の長男が、今アメリカでは東洋医学の針治療がブームになっている事を知り、本来の考えではとても信じ難い処、検証した結果、西洋医学にも難しくで対処出来ない処もあり、それを補う学問として確かに有効と分かり、中国の衛生部（厚生省）に研究したいので、良い大学を紹介して下さる様手紙を出しましたら、上海中医薬大学から招聘状を戴き、昭和61年12月の末、上海入りし1ヶ月間の研修を終えて（私の研修中は休み時間を利用し、教授にホテルに来て貰い熱心に特訓して戴き）帰国、その後津村製薬会社様のお世話で北里大学東洋医学総合研究所にて研修、翌年ギックリ腰の針治療と題して県医学会と国際学会に投稿七月学会参加と同時に再研究、その後機会があって1996年4月WHOの主催で3ヶ月間の国際鍼灸医師研修会に参加（その間も教授に時間外の

特訓を受ける)、無事卒業する事が出来ました。

2003年2月13日、上海経由で西安、桂林のツアーに参加、桂林から帰国後直ぐ40度以上と呼吸困難を発症、那覇救急診療所を受診、インフルエンザとはちょっと違う感じなのでインフルエンザテスト(一)呼吸困難改善無く、国立沖縄病院受診するも改善無く、琉球大学医学部受診するも功なし、三日間大量の痰と高熱で呼吸困難が益々悪くなり、那覇市立病院島袋洋先生にお願いして翌日入院を予約、その夜、自分のツボ療法を開始30分後に終了、何時の間にか深い眠りに入り、翌朝目覚めたら、昨夜までの高熱、呼吸困難と多くの痰が何処かへ消えてしまい入院をキャンセル、翌日再びツボ療法をして完治、それから続けて家族二人が同じ症状を発症、抗生剤を投与してツボ療法をして治す事が出来ました、2003年4月ころに発症地桂林から香港、台湾等に同じ症状で、多くの医療関係者が亡くなられたSARSを考え合わせたら、みぶるいが止まりません、2月の自分達家族だけの感染だけで本当に良かったのではないかと時々思い出します。

6年前2007年11月13日朝突然真黄色い尿を発見、痛くも熱も無く夕方まで様子見していたが変化無く、有名救急病院を受診、16日のエコー、CT検査で肝臓に異変がある事で病名が確定するのは、病院がこんでいるので12月12日にMRI検査を予定、結果が出るのが12月の28日頃になるとの事、早く特別にしても12月の始め頃になるとの事で、明らかに現症状として胆管が閉塞している事?強い黄疸もあり、一刻も早く処置しなければならないと考えた結果此の儘悪化したら困ると心配し、友人の国立台湾大学医学院附属病院陳院長先生に電話で相談した処「すぐいらっしゃる様に!」との事で11月26日の便で台北に行き、翌日27日月曜日、院長先生の外来を受診、即入院検査の結果右肝葉、胆管腫瘍、胆管閉塞と判明、まず胆汁排出の為にドレン二本挿入、経過良好だったので12月12日午後2時OP開始、自分が目覚めたのがICUの時計が4時を指しているのを見て、開けて手が就けられないで放り出さ

れた!と、今まで助かると喜んでいたので!ショックで、人生はこれで終わりだなーと、今迄に無かった深い悲しみを体験しました、

処が6時前にスタッフが夜が明けるのが又早いとの会話を聞いて、助かった!私にとってこれ以上の喜びはありませんでした、そうして人間関係は何時までも大事にしなければいけないと改めて再認識致しました。

その後幸い転移も無く、神様の下さった此の生き残った身を大事に、特殊外来で有効に、悩める人達への奉仕を後十年は元気で楽しく頑張りたい!と毎日考えて居ります。

皆様!今年も、よりよい一年であります様祈念致して居ります。



医師になって50余年

前田胃腸科医院

前田 憲信

昭和34年、武蔵野赤十字病院でインターン。35年医師になり、同病院外科に採用され最初の院外派遣は、東京都が奥秩父の「日の出山」に開設する小中学生徒の林間学校への救護班(看護師1人、看護学生2人)。「日の出山」までは登山電車で登り、2週間の救護班の任務、昼間はキャンプ地巡り、夜は広場でのキャンプファイヤーで楽しい日々を送った。その間に、男子中学生が急性虫垂炎を発症し、日赤病院へ送った。穿孔寸前の虫垂炎であったとのこと。もう1件は夜の7時か8時頃であったと思う。宿泊所より1km程離れた山奥の集落で高齢のご婦人が腹痛で苦しんでいると、往診依頼。暗い山道、2人並んでやっと通れる細道、集落からは4人の青年が焚松を持って迎えに来て、救護班の前後を守って先導された。患者さん宅に着き、診察、腹部は膨隆し、苦しそうであった。4、5日便秘していたが昼食までは摂れ、夕方になって苦しくなってきた。一般状態は良好で、直腸指診で直腸に野球ボール大の糞塊があり、摘

便し、浣腸するとみるみるうちに元気になった。看護学生は行き帰りは私の手をしっかり握り、生きた心地はなかった、とのことであったが、宿舎に着くと小躍りしていた。

2回目の派遣は昭和36年の元旦の前後7日間、北朝鮮への帰還者の収容所へ。新潟市郊外の2千人の収容者の健康管理、長岡日赤病院から派遣されて来たベテランの看護師と2人。麻疹が流行っていて休息する暇もない日もあった。大きな事故もなく任務を終了。上越地方は20年振りの大雪で線路の両脇は汽車の高さより高く雪が積もっていて景色を眺めることはできなかった。

帰沖して1年間は外科医院で多くの胃腸科疾患の手術を体験させていただいた。インターンの同期生で東京大学内科、第8研（胃カメラ研究室）に入室した医師が居て、月に1～2回胃カメラフィルムを持参し、見せてくれた。それが切っ掛けで胃カメラ検査に興味を持つようになった。

昭和38年5月、胃カメラ同好会の結成の呼び掛けがあり、6月に胃カメラ同好会が結成され入会した。最初の頃は不定期で月に1回症例を持ちよって勉強会が催されていた。

昭和39年から年に数回セミナーが開催されるようになり、日本消化器内視鏡学会から錚々たる、特に若手の講師をお招きして、実技及び読影指導を受けるようになった。

昭和41年にVa型胃カメラが東京医大で開発され全国的に普及した。沖縄胃カメラ同好会では16器を一括購入した。当時胃カメラを入手するには東京大学第8研で2週間の講習を受けることが条件になっていたが、一括購入したことによって、Va型胃カメラ開発に関った斉藤利彦先生とオリンパスから広井技師が派遣され、3週間、入手した医療機関を巡って実技と取扱い方を指導して下さった。

昭和51年7月に会長に指名され、以後は毎月第4水曜日に症例検討会を開催するようになった。昭和53年に15周年記念誌を発行することになり、以後5周年毎に記念事業として県内の消化器疾患の疫学的調査と記念誌を発行することになり。平成25年8月に50周

年を迎えることができた。興味のある方はお読み下さい。

平成23年八十路に入り、老後は何を楽しみに生きて行くかと不安になっていたが、誕生日の翌月、日本医事新報8月26日号に「漢方は面白い」特集記事が20頁程あり、その記事を繰り返し読んでいるうちに興味がわき「本当に明日から使える漢方薬」新見正則著者を20回程通読（1年掛りで）して30方剤を覚え、3ヶ年掛りで凡そ60方を理解するようになった。今後はそれらの漢方薬治療を如何にうまく使えるようになれるかを楽しみに、残された余生を大事に努めていきたいと思っている。

この投稿の機会を下さって感謝しています。



海を渡り 2000 キロの旅 をする蝶・アサギマダラ

沖縄県立中部病院・
ハワイ大学卒業医学臨床研修事業団
ディレクター 安次嶺 馨

午年生まれの私は、十二支を6回巡って、平成26年の秋に12×6=72歳となる。「思えば、第2次大戦を生き延び、よくここまで来たものだ」と感慨を覚えると言いたいが、百寿者の多い日本一の長寿県（であった）沖縄においては、私など、まだまだ若造にすぎない。日々、研修医たちとともに過ごしている私は、彼らからエネルギーをもらい、また趣味の世界を探索しながら、もう少し社会の役に立ちたいと考えている。

というわけで、話は急転、私の趣味ともいえる蝶の世界に向かう。日本には、約250種の蝶が定着し、そのうち約半数は沖縄県で見られる。蝶を愛する人々は捕虫網をバッグに詰め込み、飛行機に乗って全国から憧れの地沖縄へ飛んでくる。やんばるや石垣島・西表島などの離島では、一見してそれと分かる人々を見ることができる。

ところで、海を渡って飛んでくるのは人間だけではない。日本本土から南西諸島の島々へ、2,000キロ以上も旅をする蝶がいるのをご存知

だろうか。アサギマダラである。アサギマダラは、青緑色の前翅と茶色の後翅をした大型の美しい蝶である。

平成 25 年 3 月のよく晴れた日、大國林道近くの山奥に終の住処（ついのすみか）を建て、悠々自適の日々を送る友人を訪ねた。友人は那覇市内にスーパーを経営する実業家であるが、ふだんはやんばるの森に棲み、5,000 坪の山林で趣味のみかんや野菜を育てている。見晴らしのよい丘を整地した場所に建つ彼の山荘からの眺望は、息をのむほど雄大である。朝日に輝くやんばるの山々の新緑、暮れなずむ森の影、東シナ海に沈む夕日、深閑とした夜の闇に手が届きそうな星々の輝き。私は彼の家の近くの空き地を買い、整地して小さな山荘を作りたいと言い続けているが、予定は未定のみである。

昼食後、山荘周辺を散策した時、アサギマダラが数頭、吸蜜している場所にきた。なにげなしにカメラのファインダーを覗いていた私が、「おっ、見つけたぞ!」と声を上げると、友人たちが何事かと寄って来た。私が見たのは、翅に明瞭なマーキングがなされたアサギマダラだった。

アサギマダラの翅は鱗粉が付着していないので、翅の白い部分に油性フェルトペンで印を付けることができる。印は標識地、標識者、日付を示してあり、これをアサギマダラネットというインターネットのネットワークで調べれば、蝶の出自が分かる。全国各地で、何万頭というアサギマダラのマーキングが行われ、ワールド調査により、アサギマダラの移動が徐々に明らかにされてきた。私の見た蝶の後翅には、ON255 という記号が書かれていた。

さて、平成 25 年 11 月 2 日の沖縄タイムス紙で、アサギマダラの国内移動距離の新記録達成が報じられた。8 月 25 日に山形県蔵王で放蝶されたアサギマダラが、10 月 28 日に与那国島の久部良岳で確認されたという。移動距離は約 2,500 キロで、国内の最長移動距離を更新したという。まことにめでたいことで、新記録を達成した長距離ランナーならぬ長距離フライヤーをねぎらいたい。読者は、ここで疑問を持たれることであろう。与那国まで飛んだのであ

れば、目の前の台湾まで飛ぶこともあろうか。そのとおりです。実際、台湾どころか、中国大陸まで海外旅行をした勇者もいる。記録上は石川県輪島市→中国浙江省平湖市、和歌山県→香港の例がある。

アサギマダラは、なぜ、何の目的で、海を渡るのか、まだよくわかっていない。かつて私は、カナダとメキシコ間 5,000 キロを旅することで知られるオオカバマダラを、メキシコの越冬地で見る機会があった。このことは拙著「おきなわ蝶物語（ニライ社、1996 年）」に書いてある。オオカバマダラの生態、渡りについては、かなり研究が進んでいるが、アサギマダラについては、まだ分からないことが多い。紙数が尽きたので、海を渡るアサギマダラの詳細については、また稿を改めて紹介したい。

午年生まれの私は、馬に乗って疾駆するより、蝶のように大空を飛翔することを新年の夢に見たいと思っている。



「午年に因んで」

桜山荘
ラオス人民民主共和国名誉領事館
岩政 輝男

新年お日度う御座います。今年ほうま歳です。私ほうま歳で、早生まれなので年があけるとすぐに 72 歳になります。私自身は「うま歳」だからといって馬に特別な親近感などは持っていませんが、馬の形をした文鎮だとか馬の飾りが付いたキーホルダーをいただいたことがあります。

以前琉球大学医学部と学术交流を行っていたタイの大学に行った時にドイステープというお寺の十二支の動物の絵には猪のかわりに立派な牙をもった象の絵が描いてありました。そこで十二支に使われている動物は国や地方さらに民族によって多少異なっているのではと考え、アジアの国々に出かける時には少し注意していますが、ベトナムでは牛は水牛、兎は猫、タイ、ベトナム、中国は猪のかわりに豚が用いられていたりしています。

今までみた範囲では馬はどこに行っても馬です。干支紀年が中国から日本に伝来した時期についてもかなり古い時代であったとわかっていますし、干支に動物があててあり、八百屋お七が丙午の年（1666年）生まれであるので丙午年生まれの子は盗人になるとか色々な迷信も生まれています。さらに高校球児のあこがれの甲子園の甲子や、丑からの連想で土用のウシの日は「ウ」のつく食べ物のウナギをたべるなど様々なかたちで我々の生活と深くかかわっています。

しかし、西暦との対比で困ることもあります。埼玉県の新宿山古墳出土の剣に辛亥年と銘があり西暦471年か531年かという議論もあると聞いています。動物を用いるのはバビロニアの天文学の影響だと言われていますが、星座に動物などをあてることは多くの国で行われて星座に因んだ物語も伝わっています。しかしあまり深く考えずに今年も年賀状には馬の絵を使い、馬のように元気よくと書いています。

私の「午年に因んで」は年賀状と正月に気が向けばお宮まいりをして、干支の鈴を買うことぐらいです。今年の鈴は涼しい音で鳴る、きつといい年になるだろうとか、今年の鈴はガチャガチャとうるさい音をだす。たぶんうるさい年になるかもしれないとか、勝手に楽しんでます。今年の鈴は元気のよい音がして、皆さんには良いことが多い年になるだろうと思います。

今年には私にとって還暦後さらにひと回りした午年ですが、医師になってからもずいぶん年がたちました。その間の学問の進歩はすばらしい

ものがあり、特に最近は目をみはるばかりです。分子生物学は勿論ですが、免疫学、薬理学などあらゆる分野の学問がどんどん発展し実際に臨床で使われています。私は、よく本屋に行きますが、学問の進歩を取り入れたすばらしい学生向けの本が多く出版されています。本のレベルについては、良い本や、少し変な本など巾が広がっているようで、たのしんで本屋さんで時間をつぶしています。医師会の先生方にも本屋さんでよくお会いします。

今年もよろしく願いいたします。



All is Well That Ends Well とはならず

ペリー内科小児科医院
内原 栄輝

これは、イギリスの劇作家シェークスピアの戯曲に出てくる有名な言葉で「終わり良ければすべてよし」と日本語に訳されている言葉であります。しかし実際はその様にはいかなかった例が最近私の身の上に降りかかった出来事であります。

つれづれ思うに、わずかばかりの才能と幸運に恵まれ、国費留学生として徳島大学医学部に入学できたのが昭和37年でありました。その頃は未だ祖国復帰さえ考えられていませんでした。入学後は「留学生なのだ」という自覚があり、真面目に授業を受け医師国家試験もなんなく合格し、26歳で医者となりました。以来、勤務医を経て34歳で開業医となり現在にいたっております。

その間、那覇市医師会の学校保健、予防接種担当理事、沖縄県学校保健常務理事を11年弱務めて参りました。おかげで九州各県はもとより、全国学校保健学校医大会などに参加したため47都道府県のほとんどを見て参りました。平成2年に1人医療法人を設立し、24年が経ちました。干支の午年（うまどし）生まれの73歳となって、この頃考えるのは後継者の事

です。今年は理事長として最後の年にしようと思っていました。ところがとんだ落とし穴がありました。法人設立時の定款を見たところ、「理事長は理事の互選による」となっていたのです。後継者として育てた長男は他の病院に勤務医として勤めており、すぐにこちらの理事長にはいかなかったのです。定款の変更も煩わしいと思っていたところ智恵を貸してくれる方がいたのです。息子の勤務先の理事長に事情を話し、理事長宛に請願書を差し出したのです。たとえ沖縄県が無給の理事として許可されても役員の任期の2年を待たなければならないのです。とんだ茶番劇となってしまいました。最近、短期記憶力の低下を感じさせられる事が増えるようになりました。アルツハイマーの初期症状でしょうか認知症が始まる前に予防策を講じて、最後は「All is Well That End is Well」といきたいと思うこの頃でございます。一方マクロ経済的視点に立ってみると、この2～3年日本列島は自然災害に見舞われて、安倍総理は次々にデフレ克服のための経済対策を打ち出しております。気になる4月からの消費税増税です。医療、福祉に関わっている現場の我々にとってはどのような形で診療報酬に反映されてくるのか気になる所ではありませんか。



年男が思い出す俣に

嶺井第一病院
大城 隆

八幡平のズリ捨て場で何かを舐め取る月の輪熊に目測30mまで接近した（浦添市医師会報、昨夏号表紙写真）。お互いに認識しつつ距離を保ち、急な動きをしなければ襲われない事は経験済だ。撮った数葉を参考に露出を変更していると、私の直ぐ後ろで熊避けの鈴の音と共に110番、110番、熊に襲われる、と騒ぎが始まった。車から出るなど言ったのに。携帯は通じないのに。然も撮影が佳境に入ろうという時に

だ。オウンゴールを喰らったキーパー気分と焦点距離200mmの積りが105mmになっていた歯痒さなどが血圧を安定させる訳もなく、降圧剤を服用、深呼吸を繰り返した。襲われたのは私ではなく熊なのに。

30mという距離はイザという時に私が車に飛び込む手順と時間を考慮したものであったが、棒立ちに固まって口だけが動く彼女が居ては無きに等しく、嘗て診た熊の爪による出会頭の顔面裂傷の酷さを思い出した。山では殆どの場合熊が先に気付いて人を避けるが、運が悪ければ圧倒的戦力差の下に勝目の無い1対1の遭遇戦となる。殆どの人は山菜や茸取り、溪流釣りに音源を携行する。

昔、旧友が単独で熊猟をする人を紹介して呉れたのが熊との付き合いの契機となった。彼は営林署の現場の職員で体が空く冬場には熊を追っていた。寡黙ではあるが問いには誠実に答えて呉れ、山の動植物や急な増水を来す沢の見分け方等多くの事を学んだ。

未明の林道の水溜りはカリカリに凍り付いて中は空洞と化し、うっかり是を踏むと乾いた金属音が辺りに響き渡って熊を警戒させる。沢を登ると片側の斜面は途中からブナ林を成し、其の幹には熊がドングリを食べて降りる際に付けた爪痕が残る。反対側の斜面には2mを超す熊笹が茂り、其の中を熊が姿を見せずにザワザワと走り去った。彼は耳で其の行き先に見当を付け、先回りをして待ち伏せせると言う。沢を下りて車で10km程走ったが直線距離では先程の場所とは1kmと離れていないと言う。早池峰薄雪草で知られる早池峰山の東側の地形を広範囲に亘って熟知する彼ならではの読みであった。其処から30分程静かに遡った所で彼は銃を背に横垂れる藪に逆らって目前の枝沢を足早に登って行った。私には上流の2つ目の枝沢で待てという指示が残された。熊との出会いへの期待感には木霊する1発の銃声によって打ち砕かれた。私の前に滑り落ちて来た熊に透かさず1発撃ち込んだのは仕留めた筈の熊に襲われた事例を聞かされていたからだ。彼は自分が撃たなければ熊は私の前に現れた筈だと笑ったが、自分で

獲れる時には確実に獲るといふ哲学が垣間見えた。遊びではなく生活なのである。熊の胆や毛皮は現金収入となり、肉は初老の夫妻の蛋白源であった。私が得た物は非日常的な充足感であり、是は10数年断続的に続いた。アイオン沢に架かる手製の橋には弛んだ針金が欄干と言うより目印として張られ、是を渡ると竹垣の傍で柴犬が尾を振り、囲炉裏には熊鍋がグツグツと湯気を立てていた。

細切れにされた脂身の出汁が白菜、牛蒡、里芋、茸類、餅に染み込み、其の旨さが胃袋を満たして嘖門にまで迫った。6、7年前、秋田の温泉宿で供された熊鍋に目を細めたが、2口、3口で箸を置いた。囲炉裏の火がパチパチと爆ぜ乍ら冷えて疲れ切った体を前から焦がし、虎落笛の果てが隙間風となって背中を凍らせるという温度差と空腹感と寡黙で誠実な初老の夫妻という総ての調味料が欠けていた。

岩手は馬産地だが物言いたげな其の円らな瞳に魅了されて以来馬料理は喉を通らなくなってしまった。 ドーナトハレ



「医業は人なり」

もとぶ記念病院
高石 利博

「謹賀新年」午年に因んでと言うわけではありませんが、自分は北海道の道産馬の性格で、この年まで後先を考えず働いてきました。1980年開院の当時は県北部には愛楽園と県立北部病

院の二つしか医療施設はなく、医師や看護師などの確保がとても難しい状況（今でも）でありました。開放的精神科医療と地域精神医療の二つを目標に地元の青年達と只夢中で働いてきました、今は北部にも病院も8ヶ所に増え、介護保険施設や在宅ケアのための施設も沢山出来、当時から見るとこの30数年の北部の医療環境の発展は目を見張るばかりです。

あらためて自分を省みると、今自分の人生は「リセット」という言葉が相応しい状態にあると感じております。30才代で開業し、40才50才代はあっという間に過ぎ去り、60才にいたって、法人内部の確執で病院運営の中心から離れることになり、心ならずも一線を退いたような形になってしまいました。これは想定外の事態で、心身の調和を崩し、喘息・器質性肺炎・頸部脊椎管狭窄症の手術・心筋梗塞と相次ぎ、ついには“老兵は去る”の心境にまで至りました。しかし、この10年間での当院の医療現場の衰退、経営も落ち込み、危機感を感じた病院幹部の皆から呼び戻され、平成23年7月再び私は院長・理事長に就任しました。そこには、経営上の問題、低迷した医療の現場、それに失望し多くの心ある職員の離職、更には永年勤めていた院長・副院長も相次いで退職し、医局は機能停止に近い状態、新患受付も新規入院も停止し、病床数も退院促進のための入院数の減少とは別に看護師不足による休止で100床近く減少しておりました。この事態をこれからどう再建するのか、厳しい現実がありましたが、開設した者の責任と、この年になって皆から必要とされることに一念発起し理事長復帰を決意致しました。

そこで実感していることは、「医業は人なり」ということです。開院当初は開設者である院長主導であっても、このような地域に在る施設は、安定した運営の継続が求められ、時代に沿った更なる前進は優秀な心ある人材なしでは達成できないことであり、有資格者も、それを支える一般職の人達も、総力戦でなければ地域医療はなしえない事であります。

役職員一丸となってこの2年間半病院改革に

取り組みました。幸いなことに現場も再び元気を取り戻し、経営も順調に好転しております。

資本主義の中では医業は当然経営も伴わなければ良い医療も出来ないわけではありますが、そこには利潤追求の一般的事業とは自ずから異なる一面があります、責任者のみではなくそこに働く人達にも同様に求められる、サービス精神、医療・介護への倫理・使命感であると思います、残念ながらこの10年間は法人運営にこのことが欠けており、医療の停滞を招きました、これはひいては私の責任であり、患者さんをはじめ職員の皆さんに大きな負担を強いてしまいました。生まれ年に当たり初心に立ち返り「リセット」して、残った人生を最期まであるいは認知症になるまで頑張っていこうと決心しております。



カッパドキアの奔馬

大浜第一病院・整形外科顧問
高良 宏明

トルコの景勝地・カッパドキア地方を訪れた時、ある土産店でふと目に留まった布絵がありました。それは、カッパドキアをイメージしたと思われる原野の僅かな水辺を2頭の馬が疾走しており、耳をピンと立て、鬣（たてがみ）をなびかせながら、川面を蹴散らして行く。カッパドキアという地名の由来がペルシャ語の「美しい馬の地」ということらしいのです。自分が午年生まれであることから、その迫力にしばし身動きもせずに眺めていました。「馬に関心のある方には喜ばれそうなお土産ですね、しかし値段がだいぶ張りますな〜。」とツアー仲間の一人が後ろから声を掛けてくれた。ハッとして、値札をみると、私の土産予算では買えそうにもない数字が冷やかに並んでいたのである。ついつい落胆のようなため息を漏らしてしまった記憶が、今でも甦ります。

どうしたもんかと、やや虚ろな気持ちで隣の布絵に目を向けると、幸福の木とでも形容でき

そうな百花繚乱の1本の木に、平和を表現したような数羽の鳥があしらわれている絵柄でした。この値段なら大丈夫なんだがな〜と思った次の瞬間、そうだ、これを買うことで我慢しよう。そして、カッパドキアの奔馬のほうは、記念のスナップ写真として、持ち帰ることにしよう。

その翌日は、宮殿の遺跡を見学した後に、王侯貴族の集会所のような広場に案内されました。そして、トルコ軍楽隊の赤い礼装に身を包んだ華やかな一団が演奏する、行進曲や日本の歌曲等も楽しませていただいた。因みに、行進曲が流れると、私の脳裏では、かのカッパドキアの奔馬がそれに合わせて闊歩しているような錯覚に囚われたりもしたのです。それだけ強烈な印象があったのかと思い起こされます。

さて、医師免許を取得した昭和45年頃の千葉大学附属病院研修医時代に、健康志向と長時間の手術にも耐えられる足腰にする為に、ジョギングを始めました。日曜日から土曜日の1、2回は何とか実行して、それなりにストレス解消にも役立ったと思っています。

昭和51年4月に帰沖して那覇市与儀にあった琉大病院勤務になってからの一時期は、勤務の過重負担等から中断したこともありましたが、平成2年頃から末吉公園近くに定住することになり、公園まで歩いて行き、園内のグラウンドをジョギングするスタイルにしていました。平成20年3月末日に定年になるまでは、時間の都合がつく時だけ走る不定期ジョガーでした。定年後は、非常勤勤務になったことも幸いして、週3回程度のジョギングをこなしてきていま



す。しかしながら寄る年波には勝てず、最近では奔馬のような疾走ジョギングを切り上げて、専らウォーキングを楽しむことにして、公園事務所で手に入れた地図をもとに園内を3コースに区分けることを思いついたのです。そのコースには、お気に入りのランドマークも設定されており、週3日で一通り園全体を周回できるようにしています。その3コースとは、①ヤシ並木コース（主なランドマーク：滝見橋）②リバーサイドコース（花見橋）③ロータリーコース（自称・瞑想の広場）などであり、さり気なく呼称・指先確認もしつつ、一人悦に入っています。

因みに、今年も末吉公園の豊かな自然環境に感謝しながら、小鳥のサエズリに耳を傾け、安謝川の「青いセセラギ」を聴きながら、奔馬ならず老馬の闊歩を楽しんでいくことにしています。



最近思う事

嶺井第一病院 総合内科
西平 竹夫

平成 26 年、新年のお慶びを申し上げます。

私は今年、午年の 72 歳を迎えます。さして頑強な体力を持ち合わせてない身で、72 歳の今日までつつがなく過ごし、現在仕事もでき、日常生活を有意義に楽しく送れることは、感謝の念以外ありません。小中高、大学その後の人生で幾多の同僚がこの世を去っています。人生の大半を過ごした 20 世紀最大の事件は、昭和 20 年 8 月の敗戦だと思っています。沖縄を含む国全体が廃墟の中から立ち上がり、貧しいなりに明日への希望に燃えて生活してきたように感じます。物心がつく頃よりアメリカ世の中で育ち、沖縄の基地より派生する生活環境への影響は今日でも未解決の大問題であることは十分に認識しつつも、戦後 69 年、比較的平和な社会の中で過ごせたことは時代のなせる事と

は言え、よき時代であったと個人的には思いません。昭和 47 年 5 月 15 日、セントルイス市民病院内科インターン生するとき、日本復帰に伴うパスポート切り替えのために、豪雨の中家族 3 人でシカゴ領事館まで車で行ったこともあり、上り調子の時代は JAPAN as No1 と世界より羨望の目で見られたことも束の間、少子高齢化の波が急速に進行し、現在はそれに伴う社会変化に対応が追いつかず大変な時代に直面しています。ある心理学者は日本人の性格は生真面目である点うつ病性格の傾向があり、また、今日の社会環境の悪化で、若者の意欲喪失もますます悪い方向へ向かっていると指摘しています。私の世代のように老年期を迎えた者には、身内の者との別れは老年期うつ最大要因の 1 つと考えられ、今後心のケアはますます大事になります。その対応策として、我を忘れて熱中できるものがあれば少しは慰めになるのではないかと考えます。そのためにも健康長寿を少しでも伸ばす努力は必要でしょう。ある著名な作家は 2000 年の歴史の中にたくさんの友人があり、会話していると書いています。混迷する現代社会はとかく目標を見失いがちで、明るい話題が見つけにくく、暗い話になってしまいました。偉大なる幕末明治期の思想家はこう述べています。「少にして学べば即ち壮にして為すことあり、壮にして学べば即ち老いて衰えず、老にして学べば即ち死して朽ちず」老年期は人生の成熟期であるという考え方もあり、大いなる希望を与えてくれます。21 世紀の人類にとって、よりよい住みやすい社会になりますように祈願します。





『老馬の呟き』

宜野湾整形外科
福嶺 紀秀

皆様、明けましておめでとうございます。医師会から投稿の連絡を受け、初めて今年が午年と知り“おめでたい”と“まさか”の気持ちがほんとうのところでは。

午年を六回も迎えるなどと思いませんでした。

今回、投稿される先生方には二十代の駿馬もいれば私の様な老馬（馬齢七十二歳）もいます。私は父親、母親とも丙午（ひのえうま）生まれで、まさに馬から生まれた血統種（?）。

さて、馬の話はこのくらいにして…

昭和 55 年牧港中央病院を経て、宜野湾市真栄原の地に開業しました。当時、私と同年齢の整形外科の 5 名の先生方（太田、垣花、宜野座、比嘉、宮城）が前後して開業した頃が思い出されます。お互い、同期の戦友として親しく付き合い、開業医としての知恵、情報、悩みを共有し、励まし合って来た気がします。診療に邁進すれば患者さんからの確かな信頼と担当の診療報酬が報われる古き良き時代だったかも知れません。それに比べ今の世は、医療へのバッシング、診療報酬の半減、労務管理、モンスターペイシエント等々、診療以外のストレスに翻弄される時代になってしまいました。

少々くたびれた私の宜野湾整形へ 2 年前、息子が副院長として勤務する事になり、改めて新規開業のつもりで息子共々巻き直しの最中です。数年前、頸椎ヘルニアで入院、休診した時期があり、それも一つのきっかけだったかも知れません。

今、息子はパソコン音痴の私に気を使いながら 30 年余の私の古い診療体制をチェンジ、その一つとして電子カルテを導入していますが、私は今だに一人立ち出来ずにメディカルクラークが付きっきりで診療をこなしています。私に

とって数ヶ月間はストレスの極みでありましたがこの頃は単行本のような厚いカルテと重い医学書が少しずつ診察室から消えていくので、文明の利器に納得“ナルホド”“ナルホド”と実感する毎日です。

もう少しばかり現役でいるために、この午年の 1 年間、人並みの健康と人並みのボケを維持しつつ周りに迷惑をかけない老人でいたいものです。でもゴルフは 3 度目の 70 台を目指しますぞ！

新しい年を迎えるにあたり今年こそ、この国が災害がなく、他国に「NO！」と言える国であって欲しいと祈るばかりです。



恐怖心の研究

社会保険診療報酬支払基金
沖縄支部
屋良 勲

漫湖公園を歩きながら考えた。

植物には恐怖心は無いと思われるが、どうして動物には恐怖心があるのだろう。

見定めなければならないダニにも恐怖心があるように見受けられる。うっとうしい梅雨時に知らずのうちに白い粉の集合体のカビが増殖している。その白い粉に混じって動く白い生き物がいる。1mm 程のダニだ。早速つぶそうとすると、素早く逃げ惑う。拡大鏡でないと体の各部も識別出来ないやつなのに俺の意志に逆らうのだ。こういう奴もいる。アリにも色々いるが小さいアリのくせに噛み付くのだ。畳やフローリング上で忙しく働いている。見つけ次第足でつぶそうとすると、これ又素早い反応で逃げ、畳の目やフローリングの隙間に逃げ込んでしまう。じつに手強い。蚊や蠅は日常遭遇する悪い友達である。夜中に出てくる蚊は耳元でブンブンするので思い切り頬ぺたを叩くがこれが成功する事はない。またしばらくするとやってくるのでとうとう家中の電気をつけて戦争状態になることもしばしばである。翌朝は体のどこか

に敗戦の赤いマークが付いている。蠅は利巧だ
と思う。追っても追ってもやってくる。五月蠅
い奴だ。新聞紙や蠅たたきでねらってもあざ笑
うかのように逃げ去る。この時は蠅の前方から
狙うほうが確率は良い。

私の好きな尊敬する動物はトンボである。秋
の空の清々しい空気を満喫し、これ見よがしに
空中でホバリングしたり、急旋回して飛び去っ
たり、頭をくるくる回して休息する。見飽きる
事は無い。自由奔放に生きている。トンボにな
りたいが鳥に食べられるのは嫌だ。トンボを捕
るときは後ろからソット近づく。

どうしてこのような小動物にも恐怖心や逃走
行動があるのか。

最近、恐怖、不安、ストレスに関係する臓器、
組織が解ってきたという。それは脳内の扁桃
体である。上述した状況では扁桃体が活性化し、
ストレスホルモンが分泌されるが、これが持続
すると突起細胞が減少しうつ病等を惹起する
というものである。ところで、魚類の誕生は5億
2千年前に始まり、ほ乳類は2億2千年前、類
人猿は2億5百年前、チンパンジーは370万
年前、ホモサピエンスは20万年前に誕生した
というが、その昔の弱肉強食の時代から「恐怖
の記憶」が刷り込まれているという。それは扁
桃体と海馬とが結びつき「記憶」として存在す
るらしい。さらに話を進めると、文明の発達か
ら職業の違い、平等のくずれが起こり不安、ス
トレスなどを発生させ「うつ病」などの現代病
が生じたとしている。これはNHKの「病の起源」
からの引用である。

さて、私のダニやアリの恐怖心と扁桃体の関
係はいかに。興味は尽きない。

還暦時にも年男の感想を求められたが、齢
70歳を過ぎ残りの年を数えた方が早いと思
う事もある。気持ちは若いつもりである。昨今
は高齢者の手術も多いが医学では肉体年齢を参
考にする。話は変わるが、電子版毎日JPの「岩
見隆夫のコラム」に「三人せとぎは問答」が連
載されている。Aは78歳肝癌、Bは75歳肺がん、
Cは71歳心臓病の著名人であるが、それぞれ
の人生に応じた色々の話題、顔、書評、花など

を楽しく語っている。何時まで続くのか気にな
るところではあるが人生を達観している知識人
の語らいは楽しい。

最後に、恐怖心は動物に限らない。住宅密集
地に飛来する問題機オスプレイは広い海上、山
林地でトンボのような特殊訓練をするがよい。
墜落しても迷惑をかけないし恐怖心も生じない。



逆耳仏心

伊佐整形外科
伊佐 眞

60歳、年男になるということで、医師会報へ
の寄稿依頼が届きました。12年前にも書かせて
いただいたので予想外だったのですが、折角の
機会ですので拙文をご披露したいと思います。

デイケア併設の整形外科診療所を設立して
20年が経過しました。地域の方々を始め、多
くの関係者のお陰で何とかやってこられたと深
く感謝しています。

当院では毎日の朝礼で職員に1分間スピー
チをしてもらい、毎月スピーチ賞を選出して寸志
を差し上げています。中学生になる娘の職場体
験を語った職員がいました。ある病院での病棟
見学とデイケア体験だったそうですが、「うー
ん、何か可哀想だった」と娘は言ったそうで
す。よく聞くとデイケア職員が利用者に対し横柄な
態度で接していたらしく、「あれは家族の人が
見たらショックだはずよ！母さんの病院でもあ
んな感じ？」と聞かれて即座に否定したものの、
思い当たる節がないでもなく反省させられたそ
うです。

当院では投書箱を置いていますが、院長の態
度が悪い、上から目線で話すな、接遇の勉強を
しろと叱られました。これでは職員に訓戒する
わけにはいけません。心にぐさっと突き刺さり、
思わず弁解心が出てきましたが、逆耳仏心、今
その紙を机に置いて自戒しています。

医学部を卒業して30年以上が過ぎ、新人の

頃におじさんおばさんと感じたアラフォーが最近若く輝き、20代の患者様を高校生と区別ができないようになってきました。入局当時指導を受け頼りがいのあったオーベンと同年代の先生を見ると、一抹の不安を感じる事があつたりします。仰ぎ見て近寄るのさえ恐縮した各大学の教授でも、自分より後輩にあたる先生が数多くおられます。最近年齢の近いある大学の教授と会食する機会がありましたが、昔感じた威圧感など皆無になり、話す内容に親近感まで覚えました。かつて先輩の先生が還暦を迎えると、何か別の世界へ行ってしまふような気になったものです。いつしか自分も似通った年令になり、偉くなったと錯覚しているようです。

どの診療科もそうだと思いますが、整形外科も受診者で高齢者の占める割合が高く、午前中はほとんど高齢女性を診ているかのような印象まで持ちます。敬愛すべき方が多いのですが、聴力低下のせいもあり、自分の主張だけに終始してしまい、診療に支障を来す方がいます。診察室のドアを勝手に開け、診察中の患者様の背中越しに私へ話しかける方も少なくありません。加齢現象？認知症？だからしょうがないと考えてしまいがちですが、ひょっとして、程度の差はあれ自分自身が若い人からそう思われているかもしれません。

ホームストレッチとまではいきませんが、人生も第4コーナーに差し掛かっています。菜根譚に「人を看るには只後の半截を看よ」とあります。まだまだ一花も二花も咲かせるぞと奮起しているのですが、以前のように力業だけで事をなすのは困難です。稲穂は実るほど頭を垂れるようで、年を取るに従い出来るだけ腰を低く保たないと周りから誰もいなくなる羽目に陥りそうです。忠言を聞き入れ、人様に迷惑を掛けず、無事に日々の生活や仕事を送ることが出来たら大変有り難い事だと思っています。



同級生

伊志嶺整形外科
伊志嶺 隆

涼しい風が湯上りの頬に冷たく心地好い。先ほどまで気持ち良く浸かっていた露天風呂にはわが友が5～6名、昼間のゴルフの話で盛り上がっている。露天風呂は一辺が約2m、六角形の石造りで、決して広くはないが縁は檜で覆われておりそれなりに風情がある。酒の入ったおじさんの集団はやたら声が大きく煩い。たまりかねたのか先に湯を楽しんでいらした数名の一般客が早々と引き上げていった。私は友人0君と二人で、露天風呂の脇に設けた木製の椅子に腰掛けながら「やっぱり温泉はいいねえ、有馬に連れてきて良かった…」と談笑している。ふと見ると、露天風呂への入り口からひとり、また一人と仲間が入場してくる。たいして滑りそうにもない床面なのに、前かがみでソロソロりと歩幅狭く歩いている。肩口から胸にかけての筋肉はげそとこけ落ち、皮膚の弛みが目立つ。その一方で下腹は見事に飛び出している。皆、多少の差はあるものの老いを感じさせる肉体美!何とも哀しい光景である。自分だけは違ふと信じたいが、鏡は正直である。

毎年恒例のおじさん達のゴルフツアーの一幕を紹介した。那覇中学22期会の同級生10数名で30年近く模合をしており、私も沖縄に帰ってきてからここ20数年参加している。

中学の同級生は高校や大学のそれより職業も生き方も多種多様で、個性的な奴が多く面白い。その気の合うメンバーで10年くらい前から毎秋にゴルフツアーと称してあちらこちらを旅している。北海道、金沢、はたまた台湾へと足を延ばしたこともあるが、多くは交通の便のいい九州がメインである。たまには九州以外ということで行き先決定権のある今年幹事の私は、神戸・有馬を選択した。いつもは全てを旅行社に頼んでいるのだが、今回は関西のゴルフ場にコ

ネがなく、九州に比べて結構高くなるとのこと
であった。そこで定例の模合の席で「俺がプラン
を組んで全部手配する」と口走ってしまった、
「口は災いの元」そのあと苦労することになる。

12名の飛行機（早割予約）、ホテル（いびき
のためシングル必至）、温泉旅館、夕食先、ゴ
ルフ場の手配、レンタカーの手配とちょっとした
旅行社家業を独りでこなした…やれば出来る
ものである、というよりインターネットの力は
絶大である。

皆は3泊4日、私は仕事の関係上（妻の有言
の圧力）2泊3日であり、1日半遅れで参加せ
ざるを得なかった。2日目の朝にレンタカーを
借りて神戸パインウッズゴルフ倶楽部へ行く予
定を組んでいた。私は土曜の外来を始める前に
少し不安になって電話したら、レンタカーのナビ
が古くてどこを走っているか分からないとの
返事、タラーっと冷や汗が…。ゴルフ場のキャン
セル料はプランナーの責任として覚悟せにゃ
とドキドキしていると、5分後に「無事着いた」
との連絡が入ってひと安心。少しでも安くあげ
ようと、ポロレンタカーをオーダーした私への
罵詈雑言は尽きなかったことであろう。そんな
ドタバタも、同級生同士なら笑いで済ませるこ
とができる。私が参加した後はiPadでナビを
見ながらスムーズな移動ができた。

普段から多くの方々とゴルフをしているが、
このメンバーとのゴルフが一番楽しい。過去2
年、一日遅れで参加した私は連続で優勝してし
まった。皆の言い分は「後からきてずるい！皆
が疲れているところで…」今回は2位、危う
く優勝するところであった。3回続けば友達を
失いかねない。

2014年はそんな私達も還暦を迎える。今年
は還暦祝いにオーストラリアに行こうと盛り上
がっている。始めに書いた哀しい肉体美は置い
といて、楽しい仲間との交流を続けていければ
と思っている。

…還暦？何のこと？



午年のつづやき

沖縄県中部保健所
伊礼 壬紀夫

2014年は午年とのことである。県医師会か
ら原稿依頼が届くまで全く頭になかった。

思えば過去60年間、いろいろなことがあ
った。大雑把に振り返ってみる。

- ・ 大した悩みもなく学校の勉強以外に熱中して
いた10代。この時に後の音楽の趣味の基礎
ができあがったと思う。
- ・ 医師国家試験と臨床研修医採用試験の勉強に
集中した医学部6年生時代。
- ・ 無事に臨床研修医に採用され、毎日毎日、昼
も夜も臨床研修に明け暮れた中部病院の研修
医時代。この時に、その後の自分の仕事のス
タイルや考え方の基礎ができあがったと思
う。また、人間は身体が資本であることを思

い知らされた時期であった。

- ・臨床と研修医指導に明け暮れた指導医時代。研修医時代からこの時期が最も勉強した時期であったと思う。
- ・公衆衛生と行政の狭間で悩みながら予防医学の実践を目指した公衆衛生医時代。
- ・県知事部局産業医として勤務した専属産業医時代。この時に、30年ぶりに国家試験なるものを受けて労働衛生コンサルタント資格を取得したが、この資格が今後の人生にどう役立つかは今のところ不明。
- ・そして、公衆衛生+管理者として組織管理と業務管理に多くの時間を割かざるを得なくなり、現在にいたる。

幸いにも大きな病気をすることもなく、現在までやってきた。特に秘訣はなく、健康的な生活習慣を続けることを努力してきた。タバコを吸わない、タバコの煙に近づかない、アルコールを飲み過ぎない、食べ過ぎない、と4つの「ない」は比較的順調にやってこれた。しかし、適度な運動については芳しくない。

仕事に関しては、自分自身で選びコントロールできたものとそうでなかったものがあるが、その都度ベターと思える選択をしてきたつもりである。この歳になって振り返ると、その時々で選択し努力してきたものは後の仕事にも繋がり、活かされていると感じる。寄り道だと思っていたものがそうではないことが後で分かたりすると、世の中結構無駄はないものだと思う。

さて、これからはどのように生きていこうか？

これまでとの決定的な違いは時間に限りがあることである。

公表されたデータによると、H22年の沖縄県男性平均寿命は79.41歳で、健康寿命（日常生活に制限のない期間）は70.81歳である。つまり、自由に動けて好きなことができる期間は10年しか残されていないことになる。そして、その後には8.6年間の介護期間が待っている。

今からやっておくことが何かあるだろうか？

とりあえず今の仕事には定年があるので、それまでは働いて老後の資金を溜めておく必要が

ある。その後にはどうするかは未だ決めていないが…。

できるものなら、仕事かプライベートかにかかわらず、これまでやりたくてできなかったこともやっておきたい。そのためには、時間とお金が必要かもしれないし、何より元気な体を維持しなければならないだろう。さらに認知症のリスクも考慮すると、「心も体も健康を維持」というべきかもしれない。

今から被介護者になることを想定して準備しておくことを考えるのは、私の想像力の範囲を超えている。実践できることとしては、日常生活に制限のない期間を可能な限り伸ばす努力をすることくらいしか思いつかない。それはとりもなおさず、健康的な生活習慣を続けるということになる。

結局のところ、これまでのように生きていくことになりそうである。



アラカン（アラウンド還暦）
になって最近よく思うこと…

那覇市立病院
喜屋武 幸男

アラフォーならぬアラカンのどんきに軽口叩いていたのに、いよいよ還暦を迎えることになると、不思議な感覚に襲われる。気が付けば60年近くも生きてきたのかとびっくりしたというのが正直なところだ。振り返ってみても人並みに山あり谷ありの中を乗り越えてきたはずなのに意外と平穏・平凡だったような感じもして、我ながら鈍感なのかと思ったりもする。

医学部への進路を決めたのは高校3年の夏であった。人の喜ぶ瞬間に共感して自分も喜べる。そのような仕事をしたいと思ったら単純に医師という職業が頭に浮かんだ。進路の決断が遅かった分、入学までの時間を要した。当然父母にも心労を掛けることになり、特にすでに年老いていた父には申し訳ない気持ちになった。実は私は養子である。私の生後2

か月頃、実の母が急逝したため、子だくさんだった実父はその叔父夫婦へ乳児の私を託すことになった。私からすると祖父の弟が私の父（養父）となったのだが、その父は当時59歳で今の私と同じ年齢である。つまり還暦を迎える頃から、いわば孫のような赤ん坊を我が子として育てることになったわけである。ちなみに母（養母）は当時30代なかばであり、10歳の一人息子がいた。私は新しい両親と兄に囲まれて何の違和感もなく、実の家族だと信じ切って育った。私が自分の生い立ちに気付いたのは10代前半の頃であったが、多少の動揺はあったものの、その後も大いに甘えさせてもらった。父は高齢であったため、私の高校生の頃からの家計はほぼ兄が支えてくれた。大学浪人、そして大学への進学がなかったのもすべて兄のお蔭である。医学部に入った当初は目の前で親が倒れても助けられる医者になろうと考えていたが、その後、父母の最後はできるだけ苦痛がないように、そして自ら看取るようにしたいと考えるようになっていた。

その父は私が研修医の時に他界したのだが、自ら看取ってあげることができなかつたため、申し訳ない気持ちが残ってしまった。そして平成25年1月に母が他界した。実は何年も前からその時が来るのを覚悟していたつもりではあったが、その時が突然、あっけなく訪れたため、若干うろたえた。決して苦しめず、家族で見守りながら可能な限り静かに看取ってあげたいと以前から考えていたので、できるだけそのように努めた。まだまだ十分な恩返しもできず、やってあげたいこともいろいろあったが、それも叶わなくなり、枕元で感謝の気持ちを伝えることが精いっぱいだった。実はその母の死の前後数か月の間に義父、そして実の父を相次いで自ら看取ることになった。いずれも高齢であり、また大病も患っていたが、幸いそれなりに人生を楽しんでいただけたのではないかと思う。そしてその最後のひとは、苦痛を伴う処置はできるだけ控えるように努めた。

医師としての十分な知識と技術をもって妥当

な医療を行い、人の病を癒し、人を生かし、活かすのが医師の使命であることは言うまでもない。が、一方で看取りも大切な使命だと思うようになったのはいつの頃からだろうか。研修医へよく話すことだが、我々の仕事は人を良く生かし、良く逝かすことだと思う。我々の治療により、生きるべき人はその後の人生も幸せであるように生かしてさしあげたいし、そうでない場合は見送る人もそして旅立つ人も感謝と満足感をもって人生を閉じられるように最後のひと時を過ごせるようにしてあげたい。口で言うのは簡単だが、実際なかなか思うようにはいかないことが多い。この頃、私の周りにも旅立つ人が多くなり、ついついそのようなことを考える機会が多くなった。私の二人の子供たちももうすぐ医師としての道を歩み始めることになるが、さてどのような医師人生を過ごすのか、折々に酒でも飲みながら語り合いたいものだ。



**還暦までを
顧みて、今後に臨む**

南部徳洲会 整形外科
金城 幸雄

還暦と言われても特別な思いは湧いてきません。突然に還暦になったのではなく、生まれてから、連続した日々の積み重ねだからでしょう。

思い起こせば、生まれてから小学校までは両親、兄弟の愛情に包まれ、自由奔放に遊んでいました。中学校では体が小さいコンプレックスのため、男は強くなくてはいけないと思い、「柔能く剛を制す」柔道に打ち込みました。高校に入ってから、柔道は体が大きい方が有利だと気がつき、柔道にも身が入らなくなりました。そうすると迷いが生じ、勉強にも集中できなくなりました。昭和50年、二浪の末、国費制度で北海道大学に入学しました。初めての県外の生活のため、カルチャーショックになり、多くの時間を雀荘と焼鳥屋で過ごしました。泥酔した際に、下宿へ運んでくれた同級生の照喜名重

順先生（てるきな内科胃腸科医院）、先輩の松元悟先生（ハートライフ病院）ありがとうございました。おかげで冬の札幌で凍死せずになりました。

どうにか医師になり、琉球大学整形外科へ2年前に入局していた仲宗根栄作先生（仲宗根整形外科）に勧められ、昭和58年に入局しました。初代 茨木邦夫教授に厳しくも暖かく指導いただきました。1年間の大学勤務の後、県立那覇病院、大浜第一病院、県立八重山病院と4年間ローテーションしました。早く一人前の整形外科医になりたい気持ちでしたが、長年の酒癖のために多くの方にご迷惑をおかけしました。このままでは破滅すると思い、身を固める決心をしました。八重山への転勤前に結婚し、子供にも恵まれました。昭和62年、大学に戻り、脊椎外科を目指しました。高良宏明先生（元琉球大学保健管理センター所長）はじめ、多くの先輩方に指導いただきました。整形外科医、脊椎外科医として一人前になること。仕事、学会をこなすこと。子供と遊ぶこと。酒を飲むことなど、やるべきことがいっぱいあり、余裕のない生活でした。自分のことを考える時間が少ない状態でした。

脊椎外科をある程度、執刀できるようになり、平成9年に徳洲会病院に入職しました。50才になると、子供も親離れし、叱咤激励してくれる上司もいなくなり、自分のことを考える時間が多くなりましたが、御多分に漏れず、高血圧、高脂血症とメタボになりました。食事療法とジョギングを開始。1年で10kg減量し、メタボを克服しました。メタボを克服したことで行動力に自信ができました。ジョギングをすることで爽快感と思考する時間を得ることができました。

その頃、テレビドラマで「さとうきびの唄」を見ました。明石家さんま演じる日本兵が戦場で逃げているアメリカ兵に出くわし銃を突きつけますが、躊躇します。その時、「俺は人を殺すために生まれてきたんやない」と叫び、引き金を引くことはできませんでした。好きなことができる今の私は幸せです。私にとって幸せとは何かと考えると自分が関わることで人に幸せ

を感じてもらうことです。今の私にとっては、脊椎外科で患者さんとそのご家族に幸せを感じてもらうことです。楽しみは自分の時間を好きなように過ごすことです。

毎年、経験したことがない未知の年齢を重ねていくわけですが、肉体的、精神的変化を享受しながら、思考、行動していく楽しみもあります。その時々に関心をもって幸せと感ずる行動をとりたいと思います。宮里藍はI am hereと念じて、プレーしているそうです。私もI am hereと思いながら、これからも「今を生きる」を真摯に実践したいと思います。



「午年に因んで」

浦添総合病院
古波倉 史子

今年は午年。いつのまにか年を重ね、浦添市の牧港クリニックの平良豊先生からのご推薦で何か書かなければいけない羽目になってしまいました。大変お世話になっている先生なので、お断りするわけにはいかないと筆を執ることにしました。

2～3年前から、小学校（今年で廃校予定の久茂地小）、中学校（1学年19組のマンモス那覇中）、高校（那覇高）とそれぞれに還暦祝いの同期会をしようとすでに盛り上がっています。さぞかし忙しい年になるでしょう。

還暦だからと特別な決心などないので、思いつくままに書いてみます。

今でいう後期研修医の30歳、外科医として自信もつき充実していた40歳、ついこの前だったような50歳。今まで10歳年が増えるたびに、また年をとってしまったという思いはあまりなく、区切りがついて新しいスタート地点に立てて何だかうれしいような気持ちで迎えてきました。

【30歳】

両親の大反対を押し切って外科に進み、毎日

寝る間もないくらい忙しく、でも充実した研修医生活を送っていた4年目30歳の誕生日。1年大学浪人、1年留年、国家試験半年遅れで合格のため30歳で4年目、決して遊びまわっていたわけではありません。両親には本当に心配をかけました。夕方7時ころ、外科の仲間で抜け出して大学病院の前にある不二家のレストランでバースデーケーキで祝ってもらい、サービスで写真を撮ってもらい、さあ仕事だとルンルン気分が病棟に戻りました。病棟には鬼のような顔で上司が待ち構えており、オベ患を放っぼらかして何たることかと全員こっぴどく怒られました。ルンルン気分もあつという間にふっ飛んでしまった、30年近く前の懐かしい思い出です。その頃から誕生日のサービスにハッピーバースデーの歌を流し、写真を撮っていた不二家のサービスはすごいですね！

どうして女性で外科を選んだのですかとよく聞かれますが、偉そうな理由はありません。大学6年の秋に何科を選択したいかのアンケートがありました。父が内科医なので自分も内科に進むのかと漠然と思っていたのですが、いざ〇をつける時になって「違う！自分のやりたいのは外科だ！」と思ったのでした。女性の外科医が非常に少ない時代だったので、母親からは泣いて反対されました。

【40歳】

それまで両親からの「沖縄に帰ってこいコール」を聞かないふりをして、のらりくらりとほぐらかしていたのに、突然来年帰ろうと思いついたのです。高齢ではありましたが両親とも元氣だったので、なぜ突然決めたのかいまだに不明です。

【50歳】

50歳になってちょっといい気分だったと思います。父と二人、バースデーケーキをいただきました。

【60歳】

今年は数え60歳の年女。きっと多くの友人達もそうでしょうが、気持ちだけは40台のつもりです。

今は、趣味のピアノ（年1回の、先生と仲間

達のコンサートが励みです）と、学会ついでに美術館へ行くことや、2年くらい前から週一回ですが筋力をつけるべく頑張っているジム通いなどが楽しみです。ジム通いは「ロコモ」を意識して始めたのですが、ということはやっぱり年齢を気にしているという証拠ですね。

今まで読んでこられてお気づきだと思いますが、「何となく」や「急に思いついて」の人生を送ってきているような気がします。満60歳の誕生日は1年後ですが、もしかしたらまた突然思いついて、なにか行動に出るかもしれません。楽しみです。

最後に、現役の外科医として今まで続けてこられているのは、同僚や家族、友人の助けや理解があつてのことだと思います。本当に感謝です！

また健康で、頑丈な体と心に生み育ててもらった両親に大感謝です！



未だ人生の途上にて
 北部地区医師会病院副院長
 NPO MESH サポート理事長
 小濱 正博

午年を迎えてもう還暦の歳になってしまった。自分では未だ人生の途上にて青年のような気持ちでいたが、身体は正直なもので年々体力の低下を感じるようになった。思えば医師になってから走り続けてきた気がする。大学卒業後は心臓血管外科の道へ進んだ。といっても心臓血管外科医で終わるつもりはなく救急現場での心血管系損傷の処置を覚えるつもりでいたが、当然のことながら医局の教育方針に従い手抜きは許されるはずもなく研修医時代は自宅に帰るのは盆と正月という今の研修医諸君にとっては考えられない時代であった。関西労災病院から東京の心臓血管研究所附属病院外科に移り苦労は多かったが、優れた恩師や先輩に教えていただき幸せな修行時代だった。そんな忙しい日々を送っていた頃、父が病に倒れた。週末に大阪

に戻り父親に付き添い日曜の最終で東京へ戻る日々が続いた。父は生まれ故郷の沖縄へ帰ることを望んだが叶わなかった。父の他界後、私は再び忙しい日々に戻った。翌年の正月に緊急手術があり、明け方に終わり一息つこうと病院の屋上に出た。東京では珍しく澄んだ正月の空に遠く富士山が見えていた。何故だか父親の顔が浮かび、私に語りかけてきた。今のままでいいの、正博と。見透かされたような父の言葉だった。当時、私は医師としてどう生きるべきかを考えていた。大阪、東京で最先端の医療技術を学び医師としては幸せな環境にいた。しかし、都市部の医療を知っていても地域医療の実態を知らなければ医師として片手落ちではないだろうかと悩んだ。沖縄に行こうと決意した。

北部の伊江島という離島が医師を募集していると聞き、2年間のつもりで赴任した。その時は2年で心臓外科医に戻るつもりだった。しかし、離島勤務は医療過疎地域が抱える多くの問題を私に投げかけた。都会にいては決して経験できないいろいろな事に巻き込まれることになった。何よりも問題であったのは急患の搬送手段だった。夜間には漁船を改造した搬送船で荒波の中を船頭、看護師と伴に本島へ搬送した。ある時、米軍基地内の耕作地で交通事故が起きた。道路からの転落だった。運転手は窓から半身投げ出され胸部を挟まれた形で受傷、心肺停止状態で米軍兵士がCPRをしながら診療所へ連れてきた。初期治療を行い、本島病院に搬送しようとしたとき基地責任者が嘉手納のレスキュー隊のヘリを要請してくれた。要請後15分でヘリは到着し患者を海軍病院へ搬送した。ヘリの後部は開けられたままで処置をしながらの搬送だったが、眼下に家々の明かりが美しく煌めいていたのを覚えている。この搬送で私は航空機医療の必要性を痛感させられた。要請後15分で到着し15分で海軍病院ヘリポートに着陸した。この迅速性は当時の私には考えられない速さであった。その後海外の航空機医療の状況を調べてみると、この領域で日本がいかに遅れているかがわかった。赴任後2年が過ぎ東京へ戻ることを考え出した時、未だ帰れないと思った。

離島には解決すべき問題が残っており、沖縄のためにやらなくてはいけないことがわかりました。それから2年伊江島の医療環境を整えた後に私は南オーストラリア州のロイヤルアデレード大学病院救急部・高気圧治療部に勤務することになった。そこにはJohn A Williamson教授という海洋咬刺症、減圧症治療を含む高気圧酸素治療と航空機医療の世界で認められた専門家があり、彼の下で働くことになった。沖縄に必要な医療でありながら沖縄には専門家がいなかったからである。それからの2年は実り多い臨床経験をつむことができた。帰国後は沖縄の救急医療の中で必要でありながらおざりにされてきた海洋医療の普及と民間救急ヘリ事業を立ち上げて救急医療に尽力してきたつもりである。これからも息が続くかぎり自分の納得する道を走り続けるだろう。愛する沖縄のために。



午年に因んで
～もうすぐ還暦～

SAKU 整形クリニック
佐久本 嗣夫

先日、H26年度は私の生年とのことでこの寄稿文を依頼された。それまで全く意識しなかったが、私は今年10月で60歳の還暦になるのだと再認識させられた。諸先輩方がおそらくそうであったように私もまた月日が経つのは早いものだと感じている。これまで私は人生設計をほとんどしたことがないと言っていい。勤務医時代にはいくつかの病院で勤務したがその職場が変わる度、また50歳になるころの整形外科医院開業当初にはこれからどういう医療をして行くか、医師としての仕事に対する目標はある程度立てて来た。しかし、それは人生そのものを考えた訳ではない。最近では県医師会理事の職務も加わり人生の趣向は変化しているが、今の仕事だけが私の人生の意義の大半を占めていたということであり、それでは少し味気ない人生かなと思ったりもする。しかし、仕事にこれ

といって不満はなくむしろ好きでやれることなのでそのことは達観しようと思っている。とはいいいながらこの寄稿文依頼と還暦を迎えることをきっかけに妻に私のいくつか契約している生命保険等について詳しい内容を説明した。妻は私の保険内容についてはこれまでほとんど知らず縁起でもないといいいながら聞いてはいたが、しっかりと聞いてはいなかった気がする。

幸いにも私はこれまで命に直結するような大病を患ったことがない。しかし体力の衰えは痛感している。ロコモチェックの一つである片脚立位での靴下履きがなんとかできはするが、不安定で難しくなったため今ではしっかり座って履く。風邪をひきやすくなった。ゴルフのあとは足がつりやすい。腰痛、肩こりがときどきある。等々小さな故障が頻繁にある。また私は趣味でボウリングを週1回程度やっているが、以前なら10ゲームやっても特に問題はなかった。しかし、最近ではやや手足に筋肉痛がでて来るようになった。数ヶ月前は車のトランクからボウリングのキャリーバッグ（ボール2個入り）を片手でひょいと取り出そうとしたら右手首の屈筋腱を痛めてしまい2週間プレイできなかった。今では中腰にならないよう腰をしっかり構え手首を痛めないよう両手で持ち上げている。以前ならそういうことに用心はしなかったが、全く情けないことである。また比較的大きなこととしては40歳台半ばに頸椎椎間板ヘルニアを患った。ハートライフ病院勤務中で約半年は辛い思いをした。現在でもその後遺症があり左上腕三頭筋を主に筋力低下や左手の知覚鈍麻が残存している。当初の3ヶ月間は左肩から上肢全体にかけて耐え難い痛みがあり手術中に休憩せざるを得ない状況になったこともあった。病院の廊下を歩いていると常に左上肢を頭上に挙げていたためよくすれ違う患者に後ろを振り返られた。(頸椎椎間板ヘルニアの場合、患肢を挙上すると神経根の圧迫がやや解除されるため楽になることが多い。) 変な医者だと思われたに違いない。あの頃の痛みは今でも忘れられない。

還暦を迎えるにあたり体力的には落ちて来て大勢の患者の診察や、理事職としての日帰りの

出張はきつくなってきたが、私自身が痛い思いをした分患者に対する優しさ、説得力、指導力は増して来たと思う。整形外科の外来診療においては投薬、注射、リハビリ治療等重要ではある。しかしもっと大事なことは患者のその疾患や障害に対しての心構えを指導し、早期から生活指導することがもっと重要だと思う。今後は落ちる体力に目一杯気張らずに自己管理しつつ、気長に、優しい仕事を続けて行きたい。



今年の抱負

豊見城中央病院 院長

潮平 芳樹

今年私もいよいよ60歳を迎えることになった。今回が6回目の午年である。これまで先輩方が還暦だよと言うのを聞いても、あまり気にもしていなかったのが、“えーっもう60”という心境である。19年間の公務員医師を辞め、1999年に豊見城中央病院に移ってはや14年が過ぎようとしている。当時は44歳で、まだ先輩医師はいて、気持ちは20代のつもりでいたのが、最近では上にも人が少なくなり、さすがに気持ちは20代とは言えなくなってきているこの頃である。とくに48歳からのこの12年は「あっという間」という感じである。

まさに激動の20年、10年の感がある。1994年から95年までの1年間は宮古病院への単身赴任であった。素晴らしい先生方やメディカルスタッフと楽しい思い出が一杯で、読書やテニスなど有意義な時間を過ごすことができた。その時、一つ気になったのは“おとーり”の習慣である。地域の健診に行くときと眼球黄染している人が何人もいて、GOT、GPTは30%位の人が上昇していた。その頃から人件費削減のため市町村の保健師の削減が始まったのである。「将来は厳しいことになるな」と知人と語り合ったのがついこの間のように思い出される。沖縄県は1995年世界長寿地域宣言をして以来、5年

ごとの調査では平均寿命のランクは徐々に低下し、ついに日本一からも陥落してしまった。

さて2000年以降の医療の進歩はかなり加速しており、情報量もインターネットの発達で膨大になった。メタボリックシンドローム、CKD（慢性腎臓病）などが21世紀を象徴するキーワードとなり、私の専門分野の関節リウマチの治療も世界から遅れること5年、2003年から生物学的製剤の登場で治療効果は劇的に改善した。がんの治療も分子標的薬の開発、がんペプチドや樹状細胞によるがんワクチンなど選択肢も増えつつある。山中伸弥教授の開発したiPS細胞による再生医療や細胞シートなどを応用した医学の進歩は将来への展望を開くものである。先日、大阪大学の石井優先生の“in vivo imaging”の講演を聞いて、久しぶりに感動した。石井先生は骨髄の中のリンパ球や、骨芽細胞、破骨細胞、組織のマクロファージ、がん細胞などをin vivoで視覚化するこの分野では世界のトップランナーとのことである。蛍光でラベルされたがん細胞は他の細胞と比べ、明らかに活動が活発で、血管から血管外へ侵出していく様子が明瞭に映し出されていた。最近大阪大学で“がん幹細胞”を発見したと報道されたが、この研究も関与しているようだ。この技術は素晴らしいイノベーションで、ノーベル賞級の技術と思う。

当院は2004年にがんの早期診断をするために豊崎にPET画像診断センターを建設し、多くのがんを診断し、治療後の再発の早期発見に貢献してきた。2010年は再生療法の一環として、がんの患者に対して、樹状細胞によるがんワクチンや活性化リンパ球移入療法などをはじめた。現在も新たな治療を模索中である。これからの12年、世界はどのように進歩するのか大変楽しみであり、考えるだけでもexcitingである。これからも膨大な情報から取捨選択し時代遅れにならないようにつとめたい。



午年（うまどし）
にちなんで

仲本内科
仲本 昌一

沖縄県医師会の皆様、あけましておめでとうございます。今年還暦を迎えます、那覇新都心地区で開業しています仲本昌一（なかもとまさかず）と申します。今年も皆様にとって良き年でありますようお願い申し上げます。

さて、私は昭和29年、甲午（きのえうま）に生を受け、なんの根拠もないが母から「お前は午年（うまどし）生まれ、サラブレッドのように輝いてよい生まれをしている」と言われ、いつしか自分もその気になり、今でも験担ぎについつい馬柄のネクタイなどをします。しかし現実には厳しく、運動会では足は遅く、苦汁を味わって来ました。今年で干支は一回りし、人生の折り返し（還暦）に差し掛かっておりますが、まだ十分に駆け回った気が致しておりません。

振り返ってみますと、医者になるスタートは、昭和48年国費留学生として長崎大学医学部入学にあったと思います。祖国復帰は前年の昭和47年でしたので、本土へはパスポートを必要としませんでした。沖縄育英会から配置大学の知らせがあり、しばらくして前年度入学の先輩から長崎大学へ決まった4人が先輩の沖縄の実家に招かれ、いろいろと大学の状況ついて説明があり、下宿も探してもらい大変お世話になりました。沖縄県人の強い絆に心強く思いました。長崎へも先輩が同行して船で4人一緒に行くことになりました。

船の門出はなかなか良いものです。見送りには家族全員が来て、出港に際し棧橋と船の間を七色の紙テープで渡し、互いに持ち合います。船はしだいに棧橋から離れて行き、色とりどりのテープは長く伸びて行き、そのうち切れて船体側と棧橋側に別れます。私は甲板に立ち、棧橋に立つ両親、兄弟姉妹の姿が小さくなるまで別れを惜しみ見送ってもらいました。その後

帰省はスカイメイト制度が普及して便利な飛行機になりました。もし門出が飛行機であったら、もう少しあっさりとしたものになったでしょう。

鹿児島港へまる1日かかり到着し、船から降りると地面が揺れている感じがなんとも言えず、さらに8時間かけて車で長崎へ向かいました。車窓からは田んぼの緑に沖縄ではあまり見慣れない和風の家々と時に有明海が見えました。佐賀と長崎間は単線であり、上りと下りの行き交いに通過待ちが結構あります。それに加え先輩は長崎駅で下りず、一駅前の大学に近い浦上駅で「ここが長崎で一番の繁華街だ。」と言い私たちを降ろしました。閑散とした駅と通りにネオンは少なく、相当な田舎へ連れて来られた感じがして落ち込む者もいました。それを見て笑っている先輩の顔から嘘であることは明らかでした。

話は変わりますが、昨年10月にクルーズトレイン「ななつ星 in 九州」が運行を開始しました。列車は、贅を尽くしたスイートルーム、ゆったりとくつろげるラウンジ、ダイニング。自然、食、温泉、歴史、文化などの和の魅力にあふれた九州めぐり、なんと素晴らしい旅でしょうか？新たな人生にめぐり逢えるようではありませんか？すでに予約で一杯だそうです。これからは便利、安い、速いだけではない、質・内容にこだわる時代になるかと思います。医療においては多死社会の到来を迎えて在宅・介護医療の充実が叫ばれる中、質をどう保って行けばよいのでしょうか。まずは自らを変えるべく、還暦を機に人生を楽しむ何がしかの手習いを始めようかと思っています。今後ともご指導・ご鞭撻をよろしくお願い申し上げます。





臨床 to 研究の楽しみ
 琉球大学医学部附属病院
 第一外科
 西巻 正

早いもので琉球大学に赴任してもうすぐ12年になる。最近、ようやく臨床成績のデータベースが解析に耐える大きさとなり、その成績が全国学会の上級企画演題にも採用されるようになった。それまでは一般演題もままならなかっただけに喜びはひとしおである。

臨床データベースは外科医にとって宝の山、打ち出の小槌である。カルテに記録される内容すべてがデータソースとなるので、一人の患者から得られるデータは膨大である。これが100例を超える規模となれば無限の切り口で解析できるデータベースとなる。とはいえ、データベースには科学的な解析に耐える品質が求められる。ゴミの山を掘ってもゴミしか出てこない。統計学的にデザインされた臨床試験はエビデンスレベルが高いが、われわれには敷居が高い。そこで、私は琉球大学に赴任した直後に今後の診療方針を決定して、それに基づいた治療を行ってきた。いわゆる前向きコホート研究である。研究は最初が肝心である。つまり、なにが疑問で、なにを明らかにしたいかを明確にしなければならない。あとは治療方針に基づいてひたすら症例を蓄積してゆけばよい。

私の専門は食道癌の外科治療である。ところが、沖縄は、特に胃癌がそうだが、食道癌の発生頻度も低い。研究の設計図は出来たのに材料が集まらないという状態がずっと続いてきた。ローマは一日にして成らずとか、晴耕雨読とか自分に言い聞かせてきたが、ようやく材料がそろってきた。しかし、このデータベースを初めて解析したときは少しドキドキした。もし治療成績が全国水準に達していなかったらどうしようという不安だった。が、それはすぐに杞憂だと分かった。安心して、いろいろな切り口で解析すると面白いように新しい知見が得られる。

これを全国学会で次々に発表するとともに、英語論文にして一流国際誌にも挑戦できるようになった。

新たな切り口と口で言うのは易しいが、それを見出すのは難しい。しかしデータベースはあるのだから、一旦切り口が決まれば結果はすぐに出てくる。問題はその切り口のアイデア、閃きである。北宋の文人、歐陽脩の言葉に三上というものがある。枕上、馬上、厠上である。そのような閃きが得られやすい状況を述べたものだ。私の場合、eureka! と叫びたくなるのは、朝の起きがけ、ウォーキングの最中、そして学会の行き帰りの飛行機の中のことが多い。つまり、枕上、路上、機上である。閃いた研究テーマを解析し、その意味を熟考してゆく過程で新たな研究テーマが生まれてくる。筋のいい研究とは、それが幹となって次々に新たな研究テーマが枝葉のように生まれてくるものだと思う。

外科医の研究は外科学・外科治療学の進歩に直結するものでなくてはならないと思う。そのアイデアは手術室、病室、外来、つまり日常の診療から生まれてくる。Challengingな手術こそ外科医の研究の源泉である。故に外科医はaggressive、少なくともactiveでなくてはならない。手術記録を読めば、その外科医の思想と知性が分かる。詳細で正確な情報が記載された手術記録は外科医の財産である。治療成績を論文に仕上げるのは苦しいが、自分しか気づいていない新たな知見を得た時は無上の喜びが湧いてくる。

私は今、ようやく手にしたデータベースを思いのままに解析して、新たな知見を形にしてゆく作業を楽しみたいと思っている。平成26年は午年、私の干支である。私は競馬をやらないが、ある時偶然に観たTV放送で、その強靱な走りの秘密が明かされたディープインパクトが強く印象に残っている。外科治療学にdeep impactを与えられればと願っている。



暦を還りてその雑感

牧港クリニック

比嘉 康敏

この原稿を書いているのは11月霜月であり、午年生まれの私は年が明ければ陰陽暦の一周を終え、他人事のようにですがいわゆる還暦となるそうです。生まれた日をもって一歳とする数え年では当然であり、生まれた2月で還暦ではなく年が明ければ還暦ということです。大晦日に生まれて翌日の正月にはすでに2歳となるのは、西洋暦に馴染んでしまった今の人には、損なのか得なのかなんだか妙なことです。女性にとってはどんなものでしょうね。

小さいころよく大人に「何年生まれ?」と聞かれ、親に言われたとおり「ウマです」と答えていたけれど本当のところ「ヒトです」と答えないければならないのではないかと考えたりしました。なんともひねたこどもです。

【十干は甲・乙・丙・丁・戊・己・庚・辛・壬・癸の10種類からなり、十二支は子・丑・寅・卯・辰・巳・午・未・申・酉・戌・亥の12種類からなっており、これらを合わせて干支と呼ぶ。10と12の最小公倍数は60なので、干支は60回で一周する。】

などと言うことは還暦にならなければわからないことではないけれどどうもそういうことらしいです。競馬でいえば一周したってことでしょうね。(何周あるのか知りませんが)

馬の走る姿は好きでありウマがあうような気がしますが、向こうはどうか聞いたことはないし馬券のことについて話し合ったことも今のところありません。

以前、怪我を負った競走馬が(確か栗東であったと思います)リハビリのためプールで泳ぐ姿を水中から撮影した映像を見たことがあります。まさしく天駆ける馬、天馬とは斯くなるモノかと未だに鮮明に記憶に残っています。私が泳ぐ姿を同じように撮影しても何の感動も与え

ることはできませんが、その様子は何かしら健気で胸をうつ映像でありました。

さて例年10月第一日曜日に開催されるフランスのロンシャン競馬場での凱旋門賞レースに今年(2013です)は日本の馬が二頭出走しました。武豊騎乗のキズナ(平成25年日本ダービー馬でお父さんはあのディープインパクトです)とオルフェーブル(2011年の3冠馬にして、日本競馬界の現役最強馬。池江泰寿調教師は武豊の幼なじみ)でしたが結果は残念ながらそれぞれ2着と4着でした。別に馬券買ってるわけではないのですがどきどきしながらテレビ画面に見入ってしまいました。

ちなみに凱旋門賞レースは距離2,400mの一周で終わり、還暦のようにまた走り続けることはありません。とここまで書いて自分でちょっと怖くなってしまいました。

馬の走りには速度によっていろいろあります。

常歩(なみあしウォーキング)?速歩(はやあしトロット)?駈歩(かけあしキャンター)?襲歩(しゅうほギャロップ 襲われたときに全力で逃げるときの走り方)のように。

これまでの来し方を振り返り、自分はどのような走り方をしてきたのかとつらつら考えてみると、よちよちに始まりとぼとぼであったような何ともはおお馬さんに申し訳がたちません。並足でもよいから落馬せずに(あまり馬は落馬しないのですが)やってみようかな、無事これ名馬という有り難い言葉もあることです。

年の初めに落馬のお話をしてしまいました。落馬するからには鞍の上に座する人がいるわけであり、人の場合戸籍上妻とか夫とか呼ばれているようです。

馬はハミ(轡くつわ)や首にはネックストラップ、足には蹄鉄、時には耳隠しや目隠しをされ鞍上の騎手に従いひたすらゴールに向かって走ります。ここまで書いて他人事とは思えない気がして(外野席より当事者でしょうの声)胸が少し痛みます。

さて一周が済み、鞍の上の人から声がかかります。

「さあもう一周！」



人生60年の反省、次世代にバトンタッチ

県立宮古病院

宮城 雅也

人生60年のほとんどが、医療とともに歩んできたと思うし、そしてこれからも同じだと思う。還暦を迎えたからといって変わるとは思えない。ただ体力は確実に衰えてくるので、体力に合わせて、少し歩みを遅くしていかないとはいけない。つまりこれからは、新しいことを開拓していくのではなく、自分の今までやってきたこと、つまりできることを続けていくしかないと思う。

還暦で思うことは、何か年末反省会に似ており、年の節目なので最後の反省をすることが、いつのまにか忘年会に変わり、年のつらいことを忘れ、今を楽しく過ごすことが大切で、元気をもらい次なる未知へと歩みだしていくことに似ている。次に進む勇気をもろうためにも、今を楽しく生きることが大切になっていく。59歳で宮古病院へ転勤となりわかったことは、新しいことを始めるのではなく、今まで行ってきたことを、確実に続けていくことなのだとつくづく感じている。

還暦を迎えて重要になるのが、いかに次世代に引き継いでいくことになると思う。価値観が違う次世代に対して、引継ぎ方は色々あるかも知れない。価値観が違うので、なかなか難しくジレンマになることも多い。自分なりに納得できる形で引き継ぐことができれば、成功といえる。自分の人生も自分の持つ価値観で生きてきたのだから、次世代の価値観を尊重しないと価値観の押しつけになってしまう。若いころは他人の価値観をあまり受容できず、自分の価値観を主張してきた気がする。年上だからといって次世代に無理強いしても一応は受入れているように見えるが、長い目にみたらそれは続かない。自分の古い価値観をしっかりと受入れてもらいながら、うまく融合してもらうことを目指して

いきたい、仕事も家庭も次世代が活躍できるように、時間をかけ価値観の押しつけではないパトタッチすることを目標としていきたい。

Shall we play violin ?

沖縄協同病院
諸見川 純

「3～4歳から始めないとバイオリンは弾けない」というまことしやかな言説が流布されている。1974年にグレープが発表した「精霊ながし」の曲中で流れるバイオリンの音色が長く耳に残り、いつか綺麗な音色でバイオリンが弾けたらと思いつつ月日が過ぎさっていった。ICUを中心とした激しく昼を夜に次ぐ臨床の仕事から開放され、新設の診療所に赴任することになった。ふと、「バイオリンが弾けるようになりたい」という気持ちが頭をもたげてきた。ちょうどその頃、少子化を見越した市場ニーズの開拓ということなのか、ヤマハが企画する大人のためのバイオリン教室が沖縄でも始まり、その教室の門をたたくことになった。先立つものは楽器、はやる気持ちを抑えつつ楽器専門店に行った。「今頃始めてどうするの」というふうな店主の冷たい視線に「45の手習いですよ」と受け流しつつ、「バイオリンと弓はセット販売ではなく、別売りです」の声にやっぱりなと思いつつ、「初めからいい楽器を買うほうが練習が身が入り、何かにつけ得ですよ」と囁く声にふむふむと頷き、手頃な値段のバイオリン、弓を買い求めての修行開始となった。

それにしてもバイオリンという楽器はどのようにして世の中に誕生したのだろうか。木箱にG、D、A、Eと5度ずつ離れた弦を張った楽器は見れば見るほど、考えれば考えるほどよくできている。改良する点があるとすれば、顎と鎖骨で挟まないと両手が自由にならず、楽器そのものが弾けなくなる点だけだろうか、これ

は実は頑固な肩こりにつながるのだ。楽器製作の黎明は16世紀初頭とされているが、様々な試行錯誤を経て17世紀イタリアの地で、ストラディバリ一族、グアルネリ一族等によってその頂点に達したとされる。これ以上改良の余地が無く完成された楽器、中でもアントニオ・ストラディバリウス、バルトロメオ・ジュゼッペ・アントニオ・グアルネリは制作者として名高く、以降300年余、数多いる世界のバイオリン制作者をもってしても彼らを超えるバイオリンを作れないでいるとされ、その製法は今なお謎に包まれている。

バイオリンの弦を押さえる黒檀でできた指板には、ギターの様にフレットが無い。だから、左手でどこを押さえたらの音が出るか、自分で習得しないとイケない。音の習得には他の楽器と同じく繰り返すスケール練習が欠かせない。低音域では普通の指幅でいいが、弦が半分より上になると音の間隔が半分になり、指をずらしながら押さえないと音が出ない。また弦をこする弓は他の弦に触らずに弾かないとイケないため、正確に肘の位置を決めてできるだけ弦に直角に弾けるように弾く、など練習することは山ほどある。比喩的に、音階練習だけで一生が終わると比喩されるゆえんである。わずか60～62gの弓が早く弾く際には、その重量さえ重たく感じ、自由にしなやかに動かせない。

ともあれ、教室の門を叩いてからもう14年が過ぎることになる。3～4歳で始めた神童ならもうチャイコフスキーコンクールで1位になるとか、一流の交響楽団と共演するとかなのだろうが、そこは練習不足の凡人のこと、なかなか上達しないこと甚だしい。しかし、精霊流しは美しいかどうかは別にして、弾けるようになり、バッハだって、モーツァルトだって、ビバルディだって弾ける様になりました、簡単な楽譜なら。だから、寝転んでこの文章を読んでいるそのあなた、バイオリを始めてみませんか？

Shall we play violin ?



午年に因んで

吉里小児クリニック

吉里 時雄

昭和 56 年に医学部を卒業して 32 年が過ぎた。平成 7 年に中部病院を退職して以来 19 年がたち、平成 12 年に開業してから 13 年が過ぎた。人生の半分以上を医療に従事し、その半分以上を個人診療を行なって過ごした事になる。

開業以来、患者登録者数が 1 万 2 千人を越え、一般診療、予防接種、低身長症に対するホルモン補充療法、心疾患児の経過観察等を行なっている。とりわけ気管支喘息の重症児が多い事が特徴である。その礎になるエピソードがある。それは中部病院勤務時、喘息を専門にしていたスタッフが退職し、急に 550 人の喘息児の診療を任される事になった。早速内科呼吸器専門の宮城征四郎先生の下に相談に行き、一冊の専門書を紹介された。英国で発刊された吸入療法を主体とした喘息専門書であった。それに基づいて患児のケアにあたり、満足の行く成果が挙げられた事に感動した事は今でも忘れられない。感謝の一言である。

ところで、IT 技術が我々還暦を迎える年代にとって理解し難い程超高速で進歩するこの頃、面白い現象がある。それはクリニックを初診で受診する喘息児の紹介者の多くは、おばあちゃん達という事である。それも多くの場合重症である。大抵は 2～3 回の入院歴がある。最重症例は 2 年前に例によっておばあちゃんに紹介された患児で、2 箇所の総合病院に計 40 回入院した児である。ICU に 4 回入室し、その内 1 回は人工呼吸管理をされた事がある。最近吸入療法を含め総合的な治療により軽症化し、通学日数も増えてきている。当然インターネットを調べて来院する人もいるが、デジタル化がどんなに進んでも、おばあちゃん達の情報源は井戸端会議を通じて得られていると思われる。開業以来、吸入療法を施行した例数は 850

例以上にのぼる。

私には医療と共に、かなりのエネルギーを費やしてきた事がある。それは父母が家業として営んできた、いなりとチキンの製造、販売のサポートである。約半世紀以上にわたり営まれているが、あるエピソードをきっかけに、本気でサポートしようと思いついたのである。それは、中部病院勤務時、K 内科医師が、浜比嘉島に検診に行った際帰りに「これは地元で有名ないなりです」と勧められ食べた所、おいしくてお土産まで持ち帰ったとの事。医局でそのいなりをにこにこしながら、私に見せて「これは何だか分かりますか」と聞くではないか。我が家のいなりだよと言うと、「こんなおいしいいなりだったらもっと近くに店を出したら、お客さんにとっても好都合で売り上げも伸びるよ」と言われた。思い出してみると実家に帰る度に母が「遠くからお客さんが来るようになった」と聞かされていた。たまにはあるだろうぐらいに考えていた。実際は、かなりの実績を挙げており、営業を拡大しても良い頃であった。その頃母に「このいなりのお陰でお前は医者になれたんだよ」と言われ、学生時代の 4 万円の仕送りの事を思い出した。急に使命感みたいなものが萌え出し、遂に家内と二人で両親に相談に行った。当初は年齢を理由に断られたが、平成 8 年私の自宅一階にて営業開始し、その後業績を伸ばし、現在は兄がうるま市で、妹が沖縄市で、長男が宜野湾市で独立して営業している。

一昨年、全国区の番組でもとりあげられ、生存中はマスコミ嫌いの父ではあったが、天国から母と二人で喜んで見ていたかもしれない。

医業と飲食業、全く別の分野ではあるが残りの人生も情熱をもって取り組みたいものである。





還暦前の一大決心

南部徳洲会病院

渡邊 正俊

「もうすぐ還暦」といわれても（確かにそうですが）絵空事のように思えます。私の若いころの「還暦」に対するイメージが「年寄」「仕事から手を引いてあの世へ行く準備をする」など、とてもひどいものでした。しかしあと何か月かすると自分もその「還暦」とやらになってしまうのです。今考えると本当にアツという間でしたし、よくぞここまで生きたものだと思います。そしてここまで生きてきても思いのほか元気であると感じています。引退どころか還暦数年前に人生でおそらくは最大の決心をし、実行しました。故郷福島から沖縄への移住です。平成22年8月の事でした。理由はいろいろあるのですが一番は沖縄が、沖縄の自然が大好きだという事。他の多くの移住者と同じようにダイビングを趣味に持ち、沖縄の海にあこがれ、移住前に30回程通いつめていました。ですからこの土地の食べ物・生活について、ある程度の知識はもっているつもりでした。しかし旅行者である事と住人である事の違いまでは認識していませんでした。移住には正の部分と負の部分が存在します。そして往々にして人は正の部分にしか目がいかず、過大に期待しすぎて挫折し、実際1年以内に半数の人が内地に帰っていくそうです。しかし幸いにして家内ともども正・負両面を受け入れることができ移住してから間もなく3年4か月を迎えようとしています。これはひとえに自分も努力しましたが家族やまわりの方々の支えによるものだと感謝しております。うちなーんちゅはとにかく優しいです。これはまさに正の部分だと思いますが、打ち解けるまでに時間がかかりました。打ち解ければ「いちゃりばちょーでー」ですが、こうなるまでにはたとえば自治会に入るなど努力が必要でした。

沖縄移住に関しては10年以上前から漠然と

「憧れ」のようなものを持っていました。それは定年後暖かい地で悠々自適な生活を送るといふ類のものでした。沖縄移住に関する本を買い込み、自分なりに文化・食生活・経済事情を勉強していました。そんな中、「沖縄スタイル」という雑誌に次のような一文を見つけました。これは衝撃的で、私が一番影響を受けた一文でしたので紹介します。実際に沖縄へ移住した方の言葉です。

『新たな人生のスタートを切るには心身ともに健康なうちに。定年も迎えた60歳からでは遅すぎる。島に住むからにはその一員として社会（地域）貢献をすべき。老後を全うするために移住するのでは無い。50歳代のうちにすべき。』

この一文を読んで気が付きました。自分の移住の目的は地域貢献を含めて自分の人生を豊かするためであって、生活そのものを沖縄という地に委ねるものではないと。そして「人生には何かあるかわからない。いつ自分の人生が終わってしまうかわからない。とにかく急ごう」と。

私の人生には（子供のころはさておいて）2度危機がありました。

1度目は47歳の時です。検診エコーで胆嚢ポリープがみつかっていました。そして年に2回ほど、エコーでチェックしていました。ある日いつものようにその「育ち具合」を観察していたところ、内科の先生に「あれっ？肝臓にcystがありますよ」と指摘を受けました。しばらくはそのままにしておりましたが、ある日思い立ってCTを施行したところ、cystでは無く明らかにtumorで、MRIを受けてみても同じ結果でした。肝内胆管癌と診断され（最初に診断したのは自分なのですが）自分の出身医局で手術を受けました。主治医は同級生。術前のムンテラで「リンパ節に転移していたらせいぜいもって2年だな」と宣告を受けていました。さすがにこの言葉は効きました。手術の前の晩覚悟を決めて、術後回復したらすぐに余命6か月の診断書を書いて貰って生命保険を受け取って、余生を南の島でのんびりゆったり過ごそうと思ったものでした。ところが手術してみたところ、癌ではなく膿瘍でした。まー自分が最初

に癌と診断したのではなかったのですが、損したような得したような不思議な気分でした。この頃から沖縄移住を模索し始めました。

2度目は沖縄に来て約半年後、平成23年3月11日に起こった東日本大震災です。翌12日に出身医局の同門会が開催される予定でしたので、前日11日に福島に行きました。家について5分後、荷物をおいて「さあ何からやろうか?」と思った瞬間に、グラグラっときました。地震は1分くらいで収まるだろうと考えていて、たいして気にも留めないでいたのですが、1分過ぎあたりから揺れがさらにひどくなり、食器棚や本棚の扉が勢いよく開き、食器がガチャガチャと落ちて砕けていきました。そうしているうちに家の壁に亀裂が入り、「メリメリ」という音が聞こえるようになりました。(もしかしたらこの家つぶれるかも知れない。つぶれて下敷きになったらやっぱり生きてはいれないだろうなあ。人生の終わりなんて案外あつけないものなのかも知れない)などと考えましたが、まあできることはやろうと考え直し、窓を開けて逃げる準備をし、ただ事ではないこの地震の後には通信が混乱して電話は繋がらなくなるだろうとも考え、地震の最中に家内に電話をしました。

「今地震なんだよ。それもすごい揺れ」

「それで?」

「ものすごい揺れで食器は殆ど床に落ちて割れているし、壁に亀裂が入っているんだよ。この家つぶれるかもしれない。」

「それで無事なの?」

「まあ何とか無事だから電話しているの」

無理ありませんがここまで話しても家内はピンときてはいないようでした。地震が収まり

「とにかく無事だから心配しないように」

「しばらく電話は使えないだろうし、当分沖縄には戻れないかもしれない」事を告げて、電話を切りました。案の定その後電話は2日以上全く繋がらなくなりました。断水になりましたが停電にはならず、津波が押し寄せて多数の犠牲者が出たこと、原発がメルtdownを起こしそうな事(実際には起こしていません)、水素爆発

を起こした事などをテレビで見っていました。

まるでこの世の出来事ではないようなことを、繰り返し繰り返し放送していました。いったいこの国はどうなってしまうのだろう…。そう思っていました。

震災から4日後何とか沖縄に戻りました。3日間ほとんど寝ていなかったこともあり、帰沖翌日は休みを貰いました。朝、目が覚めると子供たちの遊ぶ声が聞こえてきました。近くの公園に保育園児たちが遊びに来ていたようでした。その光景を見ながら

「沖縄って何て平穏なんだろう」と思っていました。

最近「いつやるの?」「今でしょう!」という言葉をよく耳にします。人生においても全くその通りだと思えます。肝切除術後あたりから、「やりたい事はやりたいときにすぐにやる!」というのが自分のモットーになったようで、還暦前の一決心となり、移住を決行し現在に至っています。

移住してきて本当に良かったのか?と問われたら

「それは死ぬ間際までわからない」

と答えるしかないと思っています。いいことも不満もそれなりにはあります。

ただ福島では自分が困った時にすぐに助けてもらえる同級生や同門の先生方がたくさんいました。今考えると、かなり恵まれた環境の中で仕事や生活をしていたようにも思われます。

一方井の中の蛙であった事も否めません。恵まれた環境から脱して、自分はそれでも通用するのか?まだ答えは出ていないと思いますが、移住してしまった以上はこの地で頑張るしかありませんし、何より家から車で2~3分で綺麗な海が見えるこの環境が、自分を奮い立たせてくれていると感じています。





午年にちなんで

ハートライフ病院 小児科
安里 義秀

干支は五行（木火土金水）と陰陽からなる十干と十二支からなり、2014（平成26年）は甲午（きのえうま）に当たり、wikipedia (<http://ja.wikipedia.org/wiki/甲午>)によると、『甲午：干支の組み合わせの31番目で、前は癸巳（みずのとみ）、次は乙未（きのとひつじ）である。陰陽五行では、十干の甲は陽の木、十二支の午は陽の火で、相生（木生火）である。』と記載されています。相生（火は木から生じる）の年なので調和が保たれ、万事順調に進んで行く年だそうです。景気回復が順調に進み、種々の問題が解決されることに期待が持てそうです。

ところで、「あなたの干支は何？」と聞かれたら皆様はなんと答えますか。「午です」とか「丑です」とか「虎です」などと答える方が一般的だと思いますが、「甲午（きのえうま）です」とか「丁丑（ひのととら）です」とか「己虎（つちのととら）です」などと答える方は先ずいないでしょう。しかし午年には十干まで含めて答える特殊な干支があります。それは「丙午（ひのえうま）」です。丙はその響きの通り陽の火、午も陽の火なので火が重なっており同気となり、良い場合にはますます良くなり、悪い場合にはますます悪くなるそうです（比和と言います）。そのため昔から、といっても江戸時代中期以降ですが、丙午の年は火が重なるので火災が多く、丙午の生まれの女性は気性が激しく夫の命を縮める（喰い殺す）と言われていました。それにまつわる物語やエピソードはいろいろありますが、有名などころでは井原西鶴の「好色五人女」に収載されている八百屋お七の物語等があります。あくまでも物語であるか、占いのpost hocによる強化に過ぎないことなのに、現実社会にまで強く影響を及ぼしているのが“丙午の迷信”です。

この“丙午の迷信”は前近代の江戸時代もさることながら、近代に入った明治以降も出生調整という形で現実社会に強く影響を与えており、明治36年（1906年）の女子の出生率は前年より7%の減少、翌年は16%の増加が見られます。さらに昭和41年（1966年）の丙午で前年の25%減少、翌年は42%の増加がみられています（赤林英夫：日本労働研究雑誌 No.569, 2007）。明治時代よりも昭和の方が、影響が強いことは興味深いところです。また“丙午の迷信”を拠り所として丙午生まれの女性との縁談を避ける風潮もあったようです。私自身は、丙午生まれの女性で男を食いつぶすほどの激しい女性には殆ど出会ったことがありません。むしろ迷信に惑わされないか無頓着な人々に育てられていることと、極端に人口が減って競争に晒されることが少なかった世代なので、おおらかな女性が多いのではないかとさえ思います。

血液型性格判定に代表される占いなどは、酒宴などで楽しく場を盛り上げるか、種々の行動が過信に基づかないよう戒めるために用いるべきであって、否定的に人格を批評したり忌避したりするために用いるべきでないと思います。生まれた瞬間、それどころか生まれる前から人の運命が決まってしまうと考える血脈主義の人が、肩身の狭い思いをする世の中になって欲しいと“丙午生まれの私”は午年にちなんで思います。



午年（うまどし）を 迎えて思うこと

かみやま皮フ科
神山 琢郎

今年は午年で私の干支となっている。私の生まれは昭和41年でいわゆる丙午（ひのえうま）の年で、この年だけ出生数がかぐんと下がっているのは誰でも知っていることだと思う。生まれ年がどのような年であったかネットで検索してみた。

有名な出来事としてはビートルズの訪日した

医師になり、仕事に追われ、体力も衰えるにつれ、同学年のキング・カズ（三浦知良：横浜FC）が全盛期の“キレ”には及ばないものの、まだ第一線のJリーグで活躍している雄姿を見て喚起され、前職場のリハビリメンバーらとサッカーチームを結成しました。四半世紀ぶりに体を動かすと、1982年FIFAワールドカップスペイン大会のマラドーナやジーコ、ルンメニゲに憧れ、リフティングに明け暮れていた若きサッカー少年の頃に心が戻り、マラドーナの5人抜きを試みるも気持ちと足がうまく連動せず、芝生に足を取られ、ゲーム終了後には腓腹筋とアキレス腱が硬直し足趾は痙攣、帰宅途中で薬局に寄り、車を降りた途端、下肢全体が棒のようにさらに硬直し、膝関節は伸展位でロボット歩行のまま店内へ。人目をはばかるようにスプレー式消炎鎮痛剤を購入し、即噴射することで硬直も和らぎ、アクセルとブレーキを踏み違えることなく帰宅に至りました。ジーンズを購入する時も、太腿でサイズを合わせるとウエストがブカブカだった10代の頃の筋肉は影が潜んでいます。

数えること第5回の病院対抗フットサル大会が去る11月に行われました。大会前に2着目のユニホームを新たに作製し、意気揚々と20代の生き活きたリハビリメンバーに交じってアラフィフの怠惰な体でボールを追い奮闘しましたが、チームの勝利に貢献できたかどうかは定かではありません…。しかし何よりも試合後の反省会でサッカー談議に興じていると、若き頃の純粋なサッカー少年に戻って熱く語ることで気分転換となり、明日への活力へとつながっております。

体力はどんどん下降の一途を辿っていますが、8時間のデスクワークにも耐えられる体力づくりに励む1年にしたいと思います。

開業して1年半。幸いにも周りの方々に恵まれ、ご指導も賜り、慣れない業務に日々奮闘しながら診療して参りました。今後ともどうぞよろしくお願い申し上げます。



新年の抱負

沖縄中央病院

国吉 直美

毎年手帳を新調すると、その年にぜひやりたいことを書き込みます。新規に資格を取得するであったり、資格更新のため学会に参加してポイント取得するであったり。旅行に行く、この本を読む、というのがあります。実践できたら花丸や星をつける。翌年の手帳を購入する頃に印を数えて、これは頑張った、これは翌年に持越しと振り返っています。白衣のポケットにほどよく収まる薄めの手帳版（156×91mm）、カレンダー式はmustですが、色や柄はその年によって変わります。スマートフォンのスケジュール管理アプリも使っていますが、見返したり、印をつけたりするには手帳の方がいいみたい。

この数年花丸がつくのは「エクササイズに月12回以上いく」です。クラブは自宅近くのスーパーの一角にあるので仕事帰りの買い物ついでに寄れて、所要時間が30分なので帰宅後の家事等にも支障がない。なんといってもウォーキングよりも楽なので続いています。しかし、1回あたりの消費カロリーはせいぜい200Kcal、月12回行っても2,400Kcal。1日分の摂取カロリーよりちょっと多いくらいしか消費しないので、体重も体脂肪率も骨格筋率も始めた時からひとつもかわらない。「痩せないよー」が顔を合わせるママ友らとの合言葉ですが、腰痛も肩こりも以前よりはマシですし、今はこれに代わる定期的に行える運動はちょっと思い当たらない。私にとって大切な習慣になっています。

一方、毎年持越しなのが「英語の勉強」。海外旅行をもっと楽しめたいと、こちらも数年前から通勤の車中で英会話のCDを聞いていますが、子供が忙しくなって海外旅行の機会がなくなり、成果を確認できていません。年女も4回目となるとワーキングメモリの減少は切実で、聞き流すだけでなく集中して学習する機会も

持とうと思うのですが、英会話教室は class のある時間に合わせて定期的に行くのが難しく、1 回体験して断念。インターネット学習は三日坊主。目標が不明瞭なのがよくないと思い、TOEIC 受験をめざして問題集を購入しましたが、まだ 1 回も開いてない…。フルタイムで働いて、家事もして、さらに学習もしようなんて欲張りすぎかもしれませんが、せっかく子供に手がかからなくなったので趣味の時間を持ちたいのです。

さて、この文章を書いている今は平成 25 年の 10 月末ですが、書店の文具コーナーに平成 26 年用の新しい手帳が並び始めました。平成 25 年は黒でした。次は何色を買おうか思案中です。そして新年の抱負ですが、新年度は子供が受験なので裏方に徹しないとイケません。海外旅行はしばらくお預けです。いつか旅行に行く日のためにも健康を維持したいので、新年もエクササイズに月 12 回以上行きたいと思いません。運動習慣を継続するのが目標ですが、今度こそは体重か体脂肪率がちょっとは減らないかな～。それから英語の勉強もあきらめない。英会話の CD を聞くのは勿論ですが、TOEIC の試験を受けたいと思います。目標点数をクリアするではなく、まずは 1 回受験する。ここで宣言してしまえば後には引けないし、これで今度こそは勉強できると思います。仕事の面では症例報告を書いて、不備なく手続きを行って無事に専門医資格を更新する。新しいチャレンジはひとつありませんが、これが私の新年の抱負です。新しい手帳を購入したら早速書き込んで、せっかく年女ですから最後に花丸が 3 つ着くようにしたいと思います。



「人間万事塞翁が丙午
(ひのえうま)」

名嘉村クリニック

幸喜 毅

昔、中国と胡の国との国境の砦（塞）の辺りに一人の老人（翁）が住んでいた。老人が学生の頃、理系の組から文系の組に移ることを希望したが、担任から「それは逃げているだけだ」と言われそのまま理系に残ることになり、理系の友人から良かったねと言われた。老人は「これがどうして不幸にならないことがあるか」と言い、その後某大学の工学部を受験したが落ちてしまった。友人から残念だったねと言われ、老人は「これがどうして幸福にならないことがあるか」と言い、翌年某大学の医学部を受験して受かってしまった。その後、大学卒業間近に精神科に入局することが決まり、周りの者からも良かったねと言われたが、老人は「これがどうして不幸にならないことがあるか」と言い、全く予定していなかった内科に入局をした。そして研修医生活を経て循環器診療に興味を抱いた老人は心臓超音波検査の研修なども受け始めていた矢先に、内分泌の甲状腺の研究のため日本の滋賀県に行くことになった。友人から残念だったねと言われ、老人は「これがどうして幸福にならないことがあるか」と言い、2 年間の研究に勤しんでのち米国の私家御（しかご）大学に 3 年間の留学をすることができた。そののち再び元の大学の内科医局に戻り内科医としての臨床生活を送るなか、同期からも良かったねと言われた。老人は「これがどうして不幸にならないことがあるか」と言い、それからの 10 年は筆舌に表しがたい生活を送ることになった。老人は、ふと病院を辞めることを決意し、別の分野で有名な医院に勤務することになった。周囲からは大変だねと言われたが、老人は「これがどうして幸福にならないことがあるか」と言った。その瞬間、老人は長い夢から醒めた。齢 60 の年始にこれまでの人生を振り

返るような夢を見るのも奇妙なものだ。あれからの12年は左程のこともなく幸せに生きているような気がする、老人はそう思った。それにしても、どうしてこんなにも揺ら揺らと生きてきたのだろう。老人の丙午（ひのえうま）生まれ故がおこしたことなのか。

丙午とは、60年に一度やってくる干支の一つである。丙午生まれの女性は気性が激しく夫の命を縮めるといふ迷信は、江戸時代初期に放火の罪で火あぶりにされた八百屋お七が、1666年の丙午生まれだったことから広まるとされる。時代を経てもこの迷信は続き、世の隅々まで流布されていくこととなる。1906年（明治39年）の丙午では、前年より出生数が約4%減少。夏目漱石は小説『虞美人草』において主人公の男を惑わす悪女、藤尾を『藤尾は丙午である』と表現している。そして迷信は昭和になってますます強くなり、法務省山形地方法務局主催の「ひのえうま追放運動」などが展開されたにも関わらず、1966年（昭和41年）の出生率は前年に比べて25%も下がる影響があった。そのためこの学年度の高校受験、大学受験が他の年より容易だったかについてはしばしば議論にのぼる話題であったが、確証には至っていない。ただ少なくとも、4分の3に減った中で、生物学的にみて競争に対する執着度が低くなることは想像に難くない。塞翁もそのような一人だとしたら揺ら揺らと生きてきたのも合点が行く。そんな生き方の善し悪しは誰も知らないことではあるが。人間万事塞翁が丙午、平成の丙午生まれが、そのことを明らかにしてくれるだろうか。

外はまだ暗いもう一眠りしよう、老人はそう考え深い寝息を立て始めた。



「午年」生まれの私の記憶と抱負

しみず胃腸内科21

清水 健

今回広報担当 平良先生（浦添市医師会）からの推薦で年男として「午年に因んで」一筆書かせていただくことになりました、しみず胃腸内科21の清水健です。日々「馬車馬」のように働く中、過去の自分を思い起こすことも滅多にないため、今回はとてもよい機会になったと思っています。

早速生まれてから今まで、年男の「午年」に自分がどのような状況であったか過去の記憶をたどってみたいと思います。

12歳（昭和53年）：

小学6年生の私は米国に住み、何事も積極的に発言、行動することを徹底的に教え込まれました。おかげで翌年日本に帰国してからは日本の中学校で同級生と「馬が合わず」、目だっではいじめられるという悲惨な学生生活でした。しかも昭和41年は「丙午：ひのえうま」であったため特に女子の出生率が低く、同級生の女子が少ないことを言い訳に一人ほろ苦い青春時代を送りながら勉学に励んでいた記憶があります。

24歳（平成2年）：

2年遠回りをして入学した千葉大学医学部の5年生だった私は、その頃流行のスキー、テニス、コンパなどの余興に明け暮れ、失った青春を取り戻す日々を送っていました。その後何とか卒業、国家試験に合格し、大学生の頃に知った大都会東京の大病院で働く生活に憧れ、周囲の忠告にも「馬耳東風」、東京女子医科大学附属病院消化器内科に入局しました。

36歳（平成14年）：

10年間大学病院とその関連病院でまさに「馬車馬」のごとく働き、消化器内科の専門的な内

視鏡治療や手技を習得した自分は、ちょうどこの年の半年前、縁があって沖縄の地に降り立っていました。沖縄での生活は、休日のひと時小学生だった子供たちと一緒に美しい海で遊び、かけがえのない思い出がつくれた有意義なものでした。

そして48歳になった今年平成26年、ちょうど平成20年1月の誕生日に開業したクリニックも6年目を迎えました。実は昨年未ひそかに心の中で「沖縄県の大腸癌死亡率を全国一に減らしてみたい」という突拍子もない目標を掲げたことを、「にんじんを目の前にぶらさげた馬」になった気持ちで、この場を借りて発表したいと思います。今年からこの目標に向かって「競走馬」のようにスタートダッシュしようと思っていますので、今後ともどうぞよろしくお願いいたします。



「午年に因んで」

那覇市立病院
當間 敬

皆様明けましておめでとうございます。今年も宜しくお願い致します。

午年に因んでの執筆依頼のご指名を頂き正直困惑してしまいましたが、せっかくの機会と考え直し、お話させていただきます。

私は昭和四十一年のいわゆる丙午の生まれであります。趣味が乗馬であるとか、馬を飼っているだとか、馬が大好きであるとかであれば午

年に因んで色々とお話することができると思うのですが、残念ながら特に思い当たる事もございません。いやそういえば午に因んだことわざが色々ありました。個人的には「人間万事塞翁が馬」ということわざに感慨深いものがございまして、今回はそれについてお話しさせていただきます。

皆様よくご存知と思われませんが「人間万事塞翁が馬」とは、人生における幸不幸は予測しがたく、幸せが不幸に、不幸が幸せにいつ転じるかわからないのだから、安易に喜んだり悲しんだりするべきではない、という例えで使われております。自分に当てはめて考えてみました。私は大学時代に一時期アメリカンフットボール部に所属した事がありました。私はそれまではハンドボールしかやったことがなく、アメリカンフットボールは初めてでしたが、先輩後輩に手取り足取り教えて頂きながらなんとか試合にまでこぎつく事ができました。悲しいかな当時のユニフォーム姿を見直してみるとどう見ても相撲取り体型にしか見えませんでした（今はさらにメタボ体型ですが…）。当時は県内の大学ではアメリカンフットボールのクラブはなかったため、対戦相手はアメリカンハイスクールの学生でありました。幸運な事に試合には最初から出場してもらいましたが、競技自体にあまりなじみがないため、みんなについてゆくのが精一杯の状態でした。後から聞いた話ではマークする相手を間違えていたとのことでした。とにかく無我夢中で試合に臨んでおりました。前半が終了し後半戦に突入した矢先（記憶があまり定かではございませんが…）、突然左膝に今までに経験した事のない激痛を感じました。気がつくやうに左足を相手にタックルされると気づきました。その後は痛みをこらえながらなんとか試合に出場し途中交代となりました。試合の方は残念ながら負けてしまいましたが、我がチームは得点もできたので（私ではありませんが）自分としては比較的満足して試合を終える事ができました。膝の方はその後も痛みが引かず、病院を受診し検査した結果、診断は左内側々副靭帯断裂でした。靭帯縫合手術を受けギプスで

固定し1週間後に抜糸しました。そこまでは順調でしたが問題はそれからでした。ギプス固定であったため膝関節はガチガチに拘縮しており全く曲がりませんでした。リハビリを開始しましたがそのあまりの激痛に大の大人であるにもかかわらず、人目もはばからず泣いてしまいました。それから少しずつ少しずつ関節の可動域を広げてゆき、やっとの事で正座が出来るようになりました。それまでが非常に長く感じられた事をつい昨日のように思い出します。その時の痛みはまだ忘れることができません。人生最悪の出来事のようにも思いましたが、リハビリの苦しさを経験できたことは、私にとっては医者として患者さんのつらさを伺い知る、非常に幸運な経験であったと今では思っています。まさに私にとっての「人間万事塞翁が馬」でありました。以上拙い文章で恐縮ですがお読みいただきまして誠にありがとうございます。若造の戯言と御笑読頂ければ幸いです。皆様におかれましては今年も健康でよい年となりますよう心よりお祈り申し上げます。

から形となった時期である。4年間の中部病院での研修、1年間の北部での経験から、「外科医」としての一步を踏み出すところまで漕ぎ着けた。6年目からは、出身大学へ戻り、新たに形成外科医となるべく研修を始めた。「外科医」としての「いろは」と「守備範囲」は十二分に習得し、下地は十分に拵えておいたつもりであったが、新しい種目「形成外科」はその「守備範囲」の広さに圧倒された。それでも専門医の資格を得るに至り、一段落できた。

ある知人の医師が、研修医時代を「医者青春時代」と称していたが、人生の「青春時代」と同じく、希望に燃えると同時に、逆境にも数多く出会う、楽しくもつらい時期である。はじめの区切りで2度の「青春時代」を自分は経験できたと思う。

平成14年、壬午（みずのえうま）の年、7年間の本土での生活に区切りをつけオキナワへ還ってきた。実は、本土に帰った当初から、自分の中では、「オキナワン・スピリット」ともいえる気持ちがくすぶっていた。沖縄での研修で学んだことは、医学、医療の知識、技能のみではなく、自分が学ぶとともに、人を教える楽しみの中で、自分もまた育てられるコトであった。その空気のなかで呼吸がしたくて、近くにいる研修医をつかまえては、疑似的に「屋根瓦方式」の関係を作ってみたり、小さな冊子を作り、そのシステムを共有できるよう努力していた。そんな矢先、中部病院へ戻った。

7年ぶりの中部病院では、まわりの研修医たちは特に手をかけなくても「屋根瓦方式」に染まっていった。中部病院という「古酒（スピリッツ）」の甕に入門する新研修医たちは、古酒に仕次ぎされる新酒であり、注がれた甕のなかで、熟成され、4年物、5年物となって旅立ってゆくのである。慣れ親しんだ空気のなかで、自分自身も改めて熟成される思いであった。途中カナダ留学の機会を得た後、6年前に現在の病院に赴任した。当院は、新臨床研修制度が始まってから毎年研修医の数を増やし、年々卒業生を輩出しているが、まだ古酒の文化はその途上である。これまで指導した研修医の何人かは



「オキナワン・スピリッツ」
 沖縄県立南部医療センター・
 こども医療センター
 西関 修

医師となり、来年で24年目、干支で言うと三回目に入る節目に、原稿の依頼をいただいた。「午年に因んで」ということであったが、これまでを振り返り、これからを展望した時、自分にとって「午年」が意外に人生の転機に一致していることに気付いた。各区切り毎、自分なりに意味付けをして振り返ってみた。

卒後臨床研修のため沖縄を訪れたのは、大学を卒業した平成2年、庚午（かのえうま）の年、24歳の5月だった。本土からきた自分にとっては、カルチャーショックと、過酷な研修プログラムにもまれ、昆虫が幼虫から成虫に変わる蛹の時期のように、一旦は完全に練られて

自分のスピリットの種をもって巣立っていった。昨年より、自分の考えるスピリットを共有すべく冊子の作成とそれを用いた研修医指導に取り掛かり始めたところである。

平成 26 年、甲午（きのえうま）の年、自分自身の成長というよりは、これまでに蓄積したことに対する熟成の過程にどっぷりつかりたい。また、指導医の一人として、当院の「甕」を形作り、守る一員として、しっかりした「古酒」文化が出来上がるように尽力したい。

ところで、その次にむかえる、平成 38 年、丙午（ひのえうま）の年には、自分の人生において沖縄滞在期間が人生の半分を超える。そのとき、どのような「古酒（スピリッツ）」に浸かっているのか、今から創造力を膨らませながら、新年に臨みたい。



干支（午年）によせて

沖縄赤十字病院 外科
野里 栄治

皆様、明けましておめでとうございます。

2014 年は私の干支である「午年」ということで寄稿する機会をいただきました。今まで干支というものを意識したことはありませんでしたが、これまでの午年に何をしていたのか振り返ってみることにしました。自己紹介を兼ねて書いてみたいと思います。

昭和 41 年、那覇市で生まれました。Yahoo で調べたところ、この年は「丙午ひのえうま」ということで出生数は前年の 25% 減。「丙午生まれの女性は気性が激しすぎて夫を不幸にする」という迷信のためなんだそうです。また生まれた子供が長男、長女である割合が 50.9% と特別高いんだそうです。なるほど…そう言われてみると同級生では長男長女が多かったような気も（私も長男です）。でも気性の激しすぎる女子はいなかったと思います。同い年の有名人も調べてみました。元シブがき隊の薬丸裕英、

元少年隊の東山紀之、植草克秀、昨年人気だった「あまちゃん」に出演していた小泉今日子、元おニャン子クラブの国生さゆりなど昭和の匂いがぶんぷんするアイドルが大勢います。

昭和 53 年、小学校 6 年生。当時、東京都保谷市（現西東京市）というところにいました。スーパーカーブームでしたが同じ市内に「サーキットの狼」の池沢さとしが住んでいるという噂で青梅街道をロータスヨーロッパが通ると夢中で自転車で追いかけてました。自転車はセミドロップハンドルでウインカー、ブレーキランプの大きいのがついてるやつです。

平成 2 年、琉球大学の 4 年生。部活動で毎日テニスという日々でした。夕方、部活が終わってから数人で沖縄国際大学前の「パブロ」に夕食を食べに行くのですが、私は雨が降って部活がない日もパブロには欠かさず通いました。

その後は、琉球大学第一外科に入局して現在に至っています。

昨年は私にとっては環境が大きく変わった年でした。15 年近く大学病院で修練しておりましたが、沖縄赤十字病院という第一線の病院で働くことになりました。不思議なものでテニス部時代いっしょにパブロで夕食を食べていた後輩の T 先生と初めて同じ職場になり、同じ外科として一緒に手術をすることになりました（今ではもう少しいい店で夕食が食べられるようになりました）。

これまで消化器外科、特に大腸肛門領域を専門としてきました。今後もこれまで修練してきたことを生かし、地域医療に貢献したいと思います。なにより楽しく仕事ができればと考えています。

今年が皆様にとってよい年でありますように心よりお祈り申し上げます。



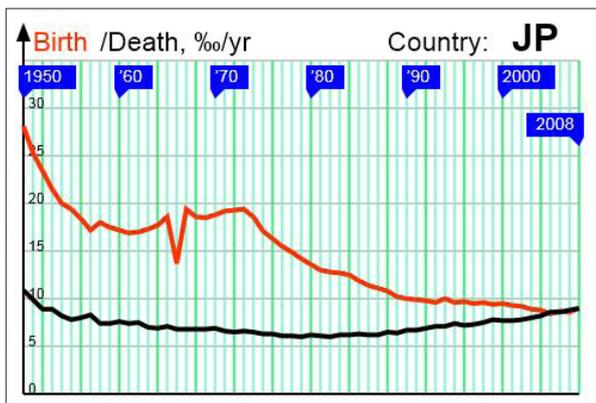


「午年（うまどし）
に因んで」

沖縄県立南部医療センター
こども医療センター消化器内科
林 成峰

ひのえうま（丙午;へいご）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）との組合わせで出来る60通り（偶数同士、奇数同士の組み合わせになり、120通りの半分になる）の一つの年で、西暦年を60で割って46余る年が丙午の年となる。直近でいえば1966年（昭和41年）で、次回が2026年（平成38年）である。

そこで、丙午の語源やその言い伝えについて調べてみた。十干で丙（ひのえ）＝火の兄を表し、方角を示す十二支で午（うま）が真南、すなわち最も熱くエネルギーの強い方角を示すため、丙午は、火の兄（ひのえ）＋午（うま＝真南＝熱い）という最もエネルギーの強いものが重なり合った性質を持つ組み合わせになることから、「その年に生まれた女性は気が強い」、「火災が多い」などの迷信が生まれた結果、その年生まれの女性は気性が激しく、夫を尻に敷き、夫の命を縮めるとされ、死後「飛縁魔（ヒノエンマ）」という妖怪になると伝えられている。小生の同級生の殆どは丙午生まれであるが、別に気の強い女性ばかりとも限らない。無論、しとやかで物静かな女性も結構いる。ちなみに、



資料1

1966年生まれの有名人女性（敬称略）を列举してみると、村上里佳子（＝RIKACO。モデル、タレント、女優）、小泉今日子（歌手、女優）、森尾由美（女優）、森口瑤子（女優）、永井真理子（シンガーソングライター）、国生さゆり（女優、タレント）、伊藤かずえ（女優）、中村あゆみ（シンガーソングライター）、益子直美（元前日本バレー女子選手、タレント）、斉藤由貴（歌手、女優）、広瀬香美（シンガーソングライター）、有森裕子（元女子マラソン選手）といった面々が、その他丙午年生まれの女性有名人には三田寛子（女優）、早見優（タレント・歌手）、ソフィー・マルソー（女優）、安田成美（女優）、江角マキコ（女優）などが挙げられる。

冷静に考えれば、迷信そのものであると分かるものであるが、江戸時代中期には特に信じられていたようである。1846年（弘化3年）の丙午には女兒の間引き、1906年（明治39年）の丙午では前年よりも出生数が約4%も減少し、丙午生まれの多くの女性が結婚できなかったとも言われている。さらにこの迷信は第二次大戦終結後にもみられ、1966年（昭和41年）の丙午では避妊や妊娠中絶を行った夫婦が多く、出生率が約25%も低下した。そんな昭和41年に産声を上げたのが、小生夫婦を含む、136万974人で、その前後での出生数が多かったのは丙午の余波といわれている（資料1参照）。翌1967年の早生まれを含む1966年に出生した子供の高校・大学受験が他年度よりも容易であったかという検討では、大学一般の入学率では有意差を認めなかったものの、1985年における国公立大学への進学率は他年度に比べ上昇したようである。少子化に直面した親の、子供への教育に対する熱心さと意識の高さを反映したものではないかと想像してしまうが…。

山形市では、子どもを産む産まないで離婚調停に至ったり、近所から嫌がらせを受けたなどの相談が多発したことから、1965年11月に法務省山形地方法務局が主催となり、ひのえうま追放運動の一環として市内パレードで啓発を呼びかけたこと、群馬県粕川村（現・前橋市粕川町）役場が1966年とその前後の年に誕生した

女性 1400 人の調査結果で丙午には根拠がないことを、村長主導で「迷信追放の村」宣言を広報したとの記載がある。文仁親王妃紀子（現秋篠宮妃紀子殿下）が 1966 年の丙午生まれということで、この迷信も薄まりつつあるが、この少子化時代、何はともあれ、2026 年の出生率が下がらないよう祈りたいものである。



午年をむかえて

介護老人保健施設にしばる
施設長
嶺井 美奈子

あけましておめでとうございます。私は丙午の生まれで出生率が少ない世代ですが現在はさらに少なくなっているのは驚きです。合計特殊出生率の推移をみると 1966 年（丙午）1.58 人その前後は 2 人くらいで徐々に下がり 1986 年は 1.57 人と丙午並みになり 2005 年 1.26 人（最低）となった後 2012 年 1.41 人と少し回復しているようです。

*午（馬）にちなんで…母方の祖父も丙午生まれで馬が好きでした。大阪で大学生時代は馬術部に所属し大会で優勝したとのこと。（叔母によると関西代表で全国大会出場？）戦前は馬で往診していたようです。家族の疎開先だった宮崎ではただ馬を見るために競馬場に通い、玉城村に戻って老年期には木彫りの馬を家に飾り、墨絵で色紙や自分の部屋のふすまに馬の絵を描いていました。「行楽地で馬に乗ってはいけない。いろんな人を乗せている馬は危ない。」と注意されましたが、修学旅行の草千里で友人の誘いに負けて一緒に乗ってしまいました。馬の胴体は思ったより太く乗り心地悪かったのですが良い思い出になっています。その後は言いつけを守り乗っていません。数年前熊本に行ったとき「サービスの馬刺し」が出され、少し「共食い」のうしろめたさも感じましたが、「おもてなし」なのでおいしくいただきました。

*今年の抱負…自分の干支にあたったので流

行りの「40 代の終活」に力をいれたいと思いました。

療養病棟や介護老人保健施設を担当していると「看取り」の話題は避けられません。3 か月前から看取りが近いとわかっていたのに、亡くなった当日に最期に着せてあげる着物等を探し始めたり、買いにいったりと準備が悪い家族もいました。その反省として入所前後に看取りに関する具体的なことを確認しています。そんな案内をしているうちに、私自身は何も考えていないことに気付いたので、まず不用品の処分から始めました。医学部、研修医時代のもの（ノート等）をやっと捨てました。個人情報のあるため業務用シュレッダーも買いました。写真の整理、ものを増やさない、リサイクル、技術革新との両立が課題です。

*看取りといえば…私が 4～5 歳のとき 100 歳の父方の高祖母（祖母の祖母）を祖母と大叔母が自宅で介護していました。孫、ひ孫、やしゃごに囲まれ、食事を徐々にとらなくなって穏やかに亡くなられたことを覚えています。理想の昔風の看取りを見せていただいた高祖母に感謝し、「自宅での看取り」の一例として施設利用者の家族にお話することもあります。介護老人保健施設の中間施設としての主な役割は「病院から受け入れた方を自宅や長期入所できる施設へ退所調整をし、家族や世間とのかかわりを断ち切らない」ようにすることです。しかし、看取りが近く、短期間の自宅介護も困難な方は家族が長時間付き添える環境をつくり、自宅の看取りに近いように配慮をしていきます。

「介護老人保健施設にしばる」の入所者は今日お元気でも明日はわからない方々です。それは私や職員、利用者のご家族、すべての方でも同じ立場です。一期一会でお互いをいたわり、今年も毎日楽しく過ごしていきたいと思います。





なんかおもしろいこと

リハビリテーションクリニックやまぐち
リハビリテーション科
山口 健

「なんかおもしろい事ないかなあ」が私の口癖である。学生時代ラグビーをしていてスポーツが好きだった事と父親が整形外科医であった事もあり、整形外科医の道を選んだ。琉球大学の整形外科医局に入局し研修した。学生時代の不勉強がたたりに、毎日新しい事を学ぶようだったがおもしろかった。

整形外科医になって5年目になった頃、リハビリテーション（以下リハ）が気になり始めた。「なんかおもしろそう」と思ったわけである。今はリハ科の専門医になり指導医になったが、当時リハ科の存在を知らなかった。私が卒業したのは平成4年、リハ科が標榜できるようになったのが平成8年（それ以前は理学診療科という名称であった）。その上現在でもリハ科の講座を持つ大学は少なく、知らなかったのは仕方が無かったと思っている。

卒後7年目に東海大学のリハ科で研修する機会をいただき3年間リハ医学とリハ医療に触れる事ができた。疾患を治療してもなお残る「障害を見る事」の大切さを知ることができた。整形外科疾患のみならず脳卒中や神経・筋疾患、嚥下障害、排尿障害、言語の障害なども含めて勉強する必要があった。想像以上の整形外科とのギャップに苦しむ事もあったが徐々にリハ科のおもしろさがわかってきた。そして、リハのチーム医療の大切さもコミュニケーションの大切さも知った。それらを学んでいく事もとてもおもしろく感じた。

さて沖縄に戻った時、沖縄のリハがあまりに遅れている事に愕然とした。リハ科の専門医は県内にたった4人であった（現在23人）。琉球大学のリハ部には当時リハスタッフが3人しかおらず、患者のほとんどが整形外科疾患。脳卒中や外科の術後廃用性筋力低下などのリハは

依頼すら出ていない事も多かった。失語症や嚥下障害のリハなどはお目にかかれなかった。リハ室の増築とスタッフの人員増加、整形外科以外の患者増加に力を入れ、4年後にはリハ室の増築とリハスタッフの増加が得られ、これもまたおもしろかった。

その後、沖縄リハビリテーションセンター病院では回復期のリハに携わった。

日常の診療では、装具外来、嚥下造影、神経伝導検査、筋電図検査等を行い、下肢の痙縮に対する手術や脳卒中と変形性膝関節症の患者に対する人工関節手術も経験した。さらに高次脳機能障害支援拠点機関の仕事にも携わる事ができた。これもまた非常におもしろかった。

沖縄県更生相談所の嘱託医もおととしまで10年以上続ける事ができた。非常にたくさんの補装具を処方し、学ぶ事ができた。離島への巡回相談では障がいがある方の在宅生活の状況を見る事ができ大変勉強になった。一時期は今はなくなってしまった沖縄県立更生指導所の嘱託医も兼任していた。また、ほぼ同一の期間、沖縄県の社会福祉審議会の委員も務めさせていただいた。ここでも学ぶ事は多くおもしろい仕事であった。

そして今開業医になり、維持期のリハについて考える。急性期や回復期では見られない様々な問題がある。医療と介護、福祉の隙間はまだまだ大きい。リハ科の医師としてどのように関わっていけるだろうか。そもそも外来リハを受け入れている医療機関が少ないのではないか。若年者の脳損傷、成人脳性麻痺者、小児施設のリハ、離島在住者、医療リハの通減制など問題は上げればきりが無い。

卒後21年48歳になる。改めて書いてみると、いろいろな仕事をしてきたものである。いずれの仕事も課題は多く、やりがいはある。沖縄県のリハ医療はまだまだ医師の人材不足が著しい。医療のみならず福祉の分野ではなおの事、医師の理解が不足していると感じる。まだまだ「なんかおもしろい事」はいっぱいありそうだ。



午年に因んで

沖縄協同病院 内科
横矢 隆宏

お題は干支に因んでとのこと、うまは午でも丙午（ひのえうま）生まれにあたります。この干支の女性は何やら激しい気性だとか好ましからぬ人物になるとか、そんな話を聞かされてそれなりに気分の悪い思いもしたのですが、習った人口ピラミッドでは小さな「くびれ」として微かな存在感を醸し出している訳で、いつしか出生数の少なさを「希少価値」と手前味噌に勘違いすることにしました。

恋のため江戸の街に火を放った八百屋お七が丙午生まれだったとか、古くは井原西鶴の好色物や、先のNHKドラマでも「異聞」仕立ての物語のネタでしたが、日本人の特殊な思いに通ずるのでしょうか、女兒を忌避して出生数が減少してしまったのは干支文化圏の中でも（当然）日本だけのことだそうです。おもしろいことに沖縄県の人口ピラミッドでも丙午がそれとわかります。ウチナンチュの中にもこの雰囲気を感じていたと思うと不思議を感じずにはいられません。もう一廻りするとまた丙午になります。先のテレビドラマではありませんが、その頃には悪女ではなく、恋の想いに屹立とした強い女性のイメージを見るような気分世の中は変わっているかもしれません。

倍返しの半沢直樹が、都市銀行の青田刈り接待を受けたのが1988年夏のこと、ストレートの丙午が大学4年生になった年です。丙午でも早生まれでなので、同級生はその前の年の夏に就職戦線に乗り出しました。ストレートでがんばった連中よりも（遊んで）留年してバブル時代に足を踏み入れた連中の方が就職に明るかったのを横目にみながら、世の不思議さ（というか多分不条理でしょうが）を感じたものです。時に新人類という言葉に肩を押され、バブルを作った世代にチャホヤされていた訳ですが、旧

人類のシンガリに過ぎなかったのは、終身雇用から能力主義などという雇用形態の変化の中で、氷河期世代と比べると「依存体質で自立心がなく会社のお荷物である」と言われる始末であることが示しているだろうと思う訳です。半沢の同期の出世頭が9.11の犠牲になったというくだりには慄然としてしまいましたが、その日突然飛行機の中で足止めされ、降ろされた空港で事態を知って足が震えたという話を留学経験のある同世代の同僚から聞かされたことを思い出します。

あと一廻りでもとりあえず定年となります。最近トピックの2025年頃です（沖縄では少し遅れて2040年頃に高齢者人口のピークが来るらしいですが）。医療・介護システムを包括した新しい社会制度を作り出していくというこの一廻りにおいて、実戦部隊として知恵を絞っていくことを期待された世代だろうとは思っています。また、堤未果氏の言う「医療人が命の尊厳を擁護することを放棄せざるを得ない」どこかの国のような仕組みには絶対させない、社会保障としての医療であり介護福祉でなければならないと言い続けなければ…、と思ったりもするのです。

私事で恥ずかしいのですが、この歳になり新たに子供を授かることになりました。高齢出産を自負する妻から子供が成人するまで「死ぬな」という宿題をもらったため、あと二廻りを頑張りぬくべく…どうしよう？運動？。最後に今年の抱負。朝の通勤の20分でちょうど日医雑誌の論文一つを読むことができるのですが（良い長さです）、生涯教育のクイズを今年こそ続けてみましょうか。以上、戯れ事・雑文を失礼いたしました。





「今年の抱負」

北部地区医師会病院
大平 哲也

新年明けましておめでとうございます。

3度目の午年（うまどし）を迎えました。ここまでこられたのも、周りの先生方、友人、家族のお蔭だと大変感謝しています。

近況報告も兼ねて2013年を振り返ってみたいと思います。私は2013年4月より北部地区医師会病院に赴任しています。現在、私を含め琉球大学医学部附属病院第一内科・光学医療診療部からは、消化器内科医・呼吸器内科医の5名が出向しています。毎日バタバタしながらも、北部の医療に少しでも貢献できるように、皆で協力しあって頑張っています。当院は急性期病院ですが、患者さんの平均年齢が高いことが特徴です。先日、100歳を超える女性が総胆管結石・胆管炎で入院してきました。ぐったりしていましたが、内視鏡治療で改善し、「ご飯がおいしいよ～、ありがと～ね～」と笑顔で元気に歩いて退院されました。最近、70代の患者さんは若いと感じます。

消化器内科医にとって2013年の転機は、やはり、「ヘリコバクター・ピロリ感染胃炎」に対する診断・治療指針が大きく改訂されたことではないでしょうか。これまではピロリ菌の感染が疑われても、胃潰瘍又は十二指腸潰瘍、早期胃癌に対する内視鏡的治療後、特発性血小板減少性紫斑病、胃 MALT リンパ腫の該当疾患でなければ保険の範囲内で検査や除菌を行うことができませんでした。2013年2月22日からは「ヘリコバクター・ピロリ感染胃炎」の病名に対して除菌が算定できるようになったため、内視鏡検査で胃炎を認め、かつ尿素呼気試験などでヘリコバクター・ピロリ陽性を確認することができれば除菌を行うことが可能です。また除菌成功後でも非感染者よりは胃癌のリスクは高いので、除菌後も毎年の内視鏡検査は必

要です。将来、患者さんと我々消化器内科医を苦しめる、ピロリによる胃十二指腸潰瘍と胃癌が日本では少なくなっていくでしょう。

さて、年男ということですが、今年目標は、自己研鑽に励み、それを継続していくことです。今年も大好きな人達と一緒に美味しいご飯と美味しいお酒を頂き、そして、そろそろ始まる UEFA チャンピオンズリーグ決勝トーナメントとそれに続くブラジル W 杯も堪能したいです。今年馬力全開で駆け抜ける年にしたいと思います。本年もご指導とご鞭撻の程、何卒宜しくお願い申し上げます。

諸先生方の2014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下さいました広報委員の先生に御礼申し上げます。



年頭の御挨拶

琉球大学大学院医学研究科
感染症・呼吸器・消化器内科学
(第一内科) 狩俣 洋介

新年明けましておめでとうございます。

皆様におかれましてはつつがなく新しい年をお迎えのこととお慶び申し上げます。

昨年医師会からこの原稿のご依頼を頂いた際、学会準備で忙しい時期でしたので、後輩に押し付けようと一瞬頭をよぎりましたが、1978年生まれが、午（うま）年の医師としては最年少であることにこの時初めて気づき、謹んで引き受けさせていただきました。

私は琉大第一内科において、呼吸器感染症の遺伝子診断をテーマに研究を行っており、昨年は特にヒトメタニューモウイルス（hMPV）肺炎の臨床像について諸々の学会で発表する機会を得ました。まずこの場をお借りして、臨床情報を快くご提供頂いた多くの先生方に厚く御礼申し上げます。

hMPVは2001年に同定された、いわゆるかぜ症候群の原因ウイルスの一つです。小児では

RS ウイルスに似た呼吸器感染症をおこし、健康成人では軽微な上気道炎で終息します。若年成人感染者の7割が無症候性という報告もあります。一方で高齢者では重篤な下気道感染をおこすことがあります。非特異的な呼吸器症状による鑑別は困難ですが、画像所見では肺門部から放射状に広がる気管支壁肥厚を伴った、両側性の気管支肺炎を認めることが特徴的で、比較的炎症反応は高値を示し、横紋筋融解症をきたす症例もみられます。原因不明の肺炎に、hMPV 肺炎は意外に多く潜在していると考えており、このような症例に遭遇した場合は、鑑別に挙げてみてはいかがでしょうか。迅速診断キットも昨年から市販されています。重篤になる症例はまれですが、飛沫・接触感染対策を中心とした院内感染対策を早期にたてるという意味で、診断をつけることは重要だと考えています。我々は Multiplex-PCR 法で hMPV 肺炎を診断しましたが、この方法より、臨床検体から病原微生物を網羅的に遺伝子診断することが可能で、特にウイルス感染症やマイコプラズマなどの非定型病原体の検出に有用です。日常診療において、原因不明の感染症がありましたら、当教室までご一報頂ければ幸いと存じます。そして、この研究を英文の論文にすることが、今年の喫緊の目標です。

ところで、私の背中には生まれつき『たてがみ』のような体毛が生えておりますが、何かと馬には縁があります。曾祖父は宮古島で馬の繁殖・乗り合い馬車を生業としていました。宮古馬は日本在来馬のひとつで、宮古島は土地が平坦で、ハブがないことなどから馬の飼育に適しており、14～16世紀ごろから名馬の生産地でした。当時、宮古馬を含めた琉球の馬は中国、江戸への貢物の中心で、琉球大交易時代の基礎となっていたそうです。宮古馬は利口で大人しく、重労働に耐えることから、農耕用や運搬用として重宝されていました。荷崩れを少なくするため、振動の少ない走り方を重視した調教が施され、後にその走法の美しさから名馬としての評価得て、各地に献上されていたそうです（長濱幸男氏の『宮

古馬のルーツを探る』より）。

私は12歳のころは無知な小僧でした。24歳のころは研修医で、考えるひまもなく体を動かしていました。そして今回この原稿を書くことで、生まれて初めて年男であることを意識して年頭を迎えることができました。このような機会を与えてくださった関係者の皆様に感謝申し上げます。とある占いで『午年生まれは陽気で弁が立つ一方、一攫千金の野望で身を亡ぼす運勢』と不本意なことが書かれていましたが、何となく『うちあたい』するところがあります。まだまだ駄馬ですが、宮古馬のように地道な仕事の中に美しさがだせるよう、今年は自らを調教していく所存ですので、本年もよろしくご指導くださいますようお願い申し上げます。





午年に因んで

沖縄県立中部病院
心臓血管外科
中須 昭雄

この原稿の依頼を頂いた時、始めは依頼相手を間違えたのではないかと思った。しかし、しばらくして来年自分が年男なのだという事実が気が付き、軽くショックを受けた。ああ、もう来年年男なんだ。

36歳。スポーツ選手であればピークが過ぎ、引退を考え始める時期である。同年代の野球選手が引退、というニュースはよく聞くし、私の好きなアメリカプロバスケットボールNBAのスター選手である、同年代のロサンゼルスレイカーズ所属のKobe Bryantもそろそろ一時期のような得点能力が落ち始め、怪我が多くなってきた。スポーツでは、これ以上いくら練習を積んでも体力がついていかず、自分の限界をいやがおうでも知る事となる年齢。

医師はどうであろうか？心臓血管外科医を志し3年が経ち、素晴らしい上司に恵まれ、世間一般の若手心臓血管外科医に比べれば多くの手術を執刀させていただき、様々な経験をさせて頂いているが、まだまだピークなどというものには程遠く、スタートラインからやっと飛び出したくらいでしかない。

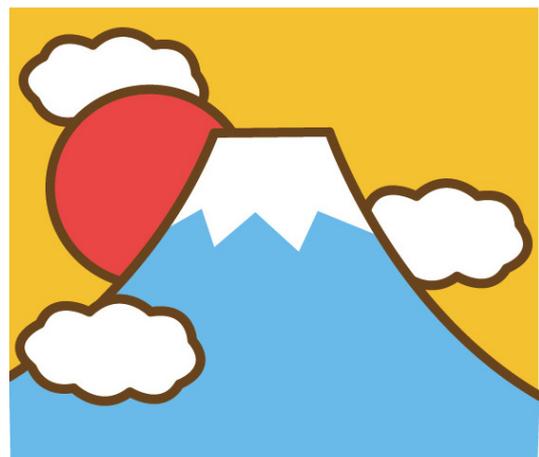
医師、特に外科医がいつ引退を考えるか、自分のピークをいつ感じるかは私には定かではない。外科医は体力（もちろん体力は外科医として大事なファクターではあるが）よりも技術や考え方、経験に裏打ちされた技術で腕を上げていく職業であるため、もちろんスポーツ選手に比べ引退時期は大分先であるだろうし、基本的に比較は出来ないであろうが、同年代のスポーツ選手がどんどん引退していくこの年齢に、今の自分の立ち位置と彼らとを比較して少し焦りを感じてしまう。彼らは同年代にして何かしらの歴史を残し、人に感動を与え、仕事に一区切りを付けている。では、自分はどうか？ま

だ何かを達成した訳でもなく技術も未熟。そして未来へ対する漠然とした不安。このままで本当に先輩方のような心臓外科医になれるのだろうか？

最近、4人目の子供が産まれた。前回執筆させて頂いた時は主に子育てについて書かせていただいたが、さらに我が家はひっちゃかめっちゃかとなっている。私は家にいない事が多いので、妻一人にいろいろな面で大きな負担を与えてしまっている。世間ではbig daddyなるテレビ番組で旦那がクローズアップされているようだが、それは我が家では完全に逆であって、正しくは“big mammy”である。

この四人の子供達と、子育てに奮闘をしている妻を見るたびに、私は自分に言い聞かせる。お前はまだまだこれからだぞと。同年代のスポーツ選手のように、自分が納得する外科医としての人生を歩み、やりきって引退が迎えられよう今の気持ちを忘れず進んで行こうと。彼らは自分の好きな事がこれ以上出来なくなるが、自分はまだまだ楽しめるのだと。

36歳。ある人にとっては人生の一区切りであり、ある人にとっては分岐点となる。そして私にとってはまだまだ始まりに過ぎない。そしてこれからをどう過ごしていくかが、今後の人生を左右するんだろうなあ。そんなことをふと思った2013年、年末であった。



公開シンポジウム『倫理が育む健康・福祉に貢献する研究』開催要領

1. 目的
研究者及び一般市民を対象に、研究における倫理の重要性の認識を深めるとともに最先端研究の紹介を通じて国際的に卓越した科学技術に関する教育研究の推進を図る。また、文部科学省大学間連携共同教育推進事業「研究者育成の為に行動規範教育の標準化と教育システムの全国展開（略称 CITI Japan プロジェクト）」の周知徹底及び同事業で作成した研究者の行動規範に係る標準教材の全国展開を図る。
2. 開催日時及び場所
2014年3月8日（土）13:00～15:30 沖縄科学技術大学院大学 講堂
3. 主催：沖縄科学技術大学院大学、CITI Japan プロジェクト
4. 共催：琉球大学、沖縄工業高等専門学校
5. 後援：内閣府沖縄総合事務局、沖縄県、沖縄県医師会、独立行政法人日本学術振興会、独立行政法人科学技術振興機構、株式会社琉球新報社、株式会社沖縄タイムス社
6. 対象：学生、研究者及び一般市民（約 500 名）
7. 参加費：無料
8. 内容：<https://groups.oist.jp/ja/ethics>
 13:00～13:10 主催者あいさつ：
 ジョナサン・ドーファン（沖縄科学技術大学院大学学長）
 福島 義光（信州大学医学部長、CITI Japanプロジェクト事業統括）
 13:10～13:15 来賓あいさつ：文部科学省高等教育局
 13:15～13:35 倫理が育む健康と福祉への研究の貢献
 メロディ・H・リン（米国保健福祉省被験者保護局副局長）
 13:35～13:55 研究者の行動規範に関する国際標準教育を目指すCITIプロジェクト
 市川家國（信州大学医学部特任教授、バンダービルト大学教授）
 13:55～14:10 休憩
 14:10～14:35 ADHDの理解と管理～研究の貢献
 ゲイル・トリップ（沖縄科学技術大学院大学教授）
 14:35～15:00 脳科学に基づいた脳神経外科学教室の発展をめざして
 石内勝吾（琉球大学大学院医学研究科脳神経外科 副医学部長脳神経外科主任教授）
 15:00～15:25 iPS細胞を用いた神経難病の研究
 井上 治久（京都大学 iPS 細胞研究所 准教授）
 15:25～15:30 質疑応答
 *同時通訳あり（日本語及び英語）
9. 申込み：下記ウェブサイトから。平成26年2月末まで（申込み多数の場合、先着順）
<https://groups.oist.jp/ja/ethics/ethics-2014-participation-form>

本件に関する問い合わせ先
 〒904-0495 沖縄県国頭郡恩納村谷茶1919-1
 沖縄科学技術大学院大学研究安全セクション 川野貴子
 電話：098-966-2291（午前10時～午後4時、土日除く。）
 電子メール：research_safety@oist.jp



お知らせ

平成 25 年度沖縄県医師会親睦囲碁大会

主催：沖縄県医師協同組合 共催：(株)沖医メディカルサポート

今年も恒例の「親睦囲碁大会」を開催致します。

日頃医療活動で大変ご多忙の先生方の心身のリフレッシュはもとより、以前は碁を嗜んでいたが、その後やっていないという先生方、あの頃の闘争心を思い出してみませんか。初心者、級位者大歓迎いたしますのでお気軽にご参加下さいますようご案内申し上げます。

開催日時：平成 26 年 2 月 11 日 (火) ※建国記念の日

競 技 午前 10 時 00 分～午後 17 時 30 分

懇 親 会 午後 18 時 00 分～午後 21 時 00 分

場 所： 寛味処「んかっか」

南風原町字新川 46-1 TEL：098-889-1294 (FAX 共通)

参加費：2,000 円 (当日はお飲み物・食事を準備します。)

問い合わせ先

沖縄県医師協同組合 TEL：098-889-0081 FAX：098-888-0629

締 切 日：2 月 3 日 (月)迄 ※20 名に達し次第、締切とさせていただきます。

本案内書 (兼申込書) にて協同組合までご返信をお願い致します。

※段位及び懇親会への出欠は必ずご記入下さいますようお願い致します。

平成 25 年度沖縄県医師会親睦囲碁大会参加申込書

平成 26 年 月 日

お申込は：
 沖縄県医師協同組合
 FAX：098-888-0629

医療機関名：

住 所：

T E L：

参加者氏名	囲碁歴・段位	懇親会
		出席・欠席