

# 山口県医師会報

新年特集号

2011  
平成 23 年  
1 月号  
No.1805



新年特集号：炉辺談話

## ● 表紙に寄せて

山口市 河野俊貞

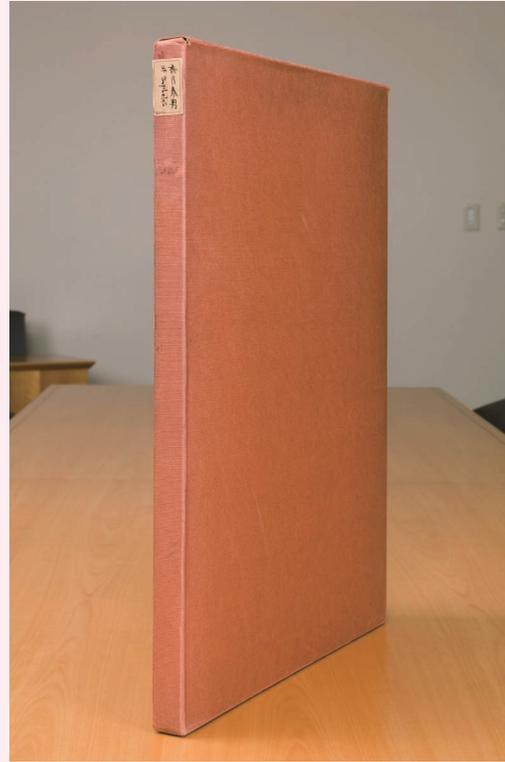
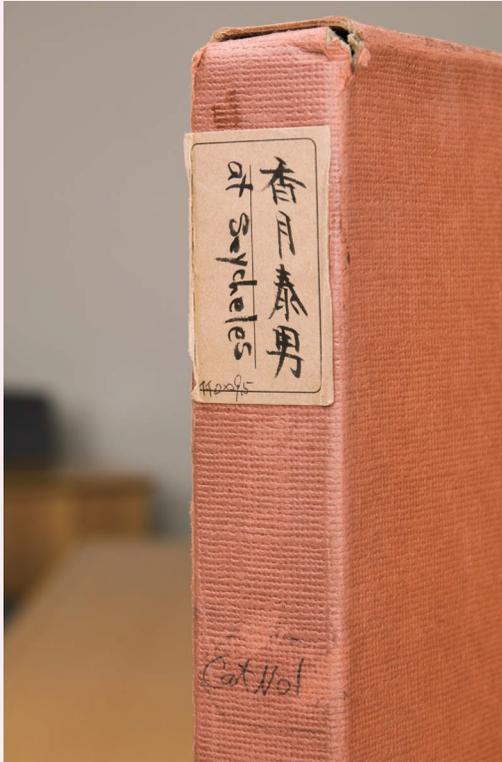
表紙の絵は、かの有名な香月泰男画伯が 1973 年 (昭和 48 年) 4 月にご夫人同伴でセーシェル諸島、モーレンヤス島、リュニオン島を経てセイロン島に旅行された時のものと思われる。画面の下段に“5 May 73”のサインがあり、私が所持する絵葉書セーシェル (1) には、左余白に“5 May 73.atSeychelles.Y.Kazuki”とサインがある。画伯は 8 月に 2 回目のタヒチに、11 月にはニース、コルシカ、ノルマンディーに旅行されていて、小池邦夫編『香月泰男の絵手紙』122 頁にタヒチ島の虹の水彩画には“22 Aug 73.atTAHITIMoored.Y.Kazuki”とサインがあり、これらは 1973 年度 (昭和 48 年) の一連の作品だと思っている。

香月画伯は昭和 49 年 3 月に心筋梗塞で亡くなられたが、ご夫人同伴による昭和 48 年の三度の海外旅行は俗人には計り知れないものを感じている。

そもそも香月画伯の存在を知ったのは、昭和 31 年度に豊浦郡小串の山口国立病院に勤務していた頃、病院の事務職員が香月先生を見送るのだと下関まで一緒した時だった。それは、香月画伯のよき理解者であった福島繁太郎先生のすすめで渡欧された時期にあたる。当時の国立山口病院は小野寺修二先生が院長で、月に一度は九大名誉教授小野寺直助先生が来られ、直接に小野寺式圧診法などのご指導をいただいたことなどを思い出している。

昭和 37 年 7 月に山口市湯田で開業したとき、長崎医大の先輩の齋藤 進先生が近くに開業して居られた。齋藤先生は三隅の生まれで香月画伯とは従兄弟にあたり、何かの折に 1936 年の『二人坐像』の一人は自分だと言われていた。





それ以来齋藤先生には医師会のあり方を、また長崎医大の大先輩にあたる赤川次郎先生からは昼夜のない地域の診療体制を確立することを教わった。

爾来山口市医師会で臨床検査センターの設立と休日夜間診療所開設に携わり、県医師会では地域医療計画等に関った。これ等は赤川・齋藤先輩をはじめ、開業以来今日まで永きにわたり指導と交誼を頂いた先生方のお蔭と感謝している。

さて表紙の絵はふとしたことから平成 10 年 3 月に買い求めたが、我が襤褸家に置くには偲びず、当時県医師会で絵心のある故根来利昌さんと相談して県医師会に置かせてもらうことにした。折からの会長が貞國 耀先生であったのも幸いし、以来藤井・藤原・木下会長の理解に守られて会長室に飾らせて戴き今日に至っている。しかし今年『香月泰男画伯生誕 100 年』にあたり、香月画伯のシベリヤシリーズ等の卓越した作品を承知しているだけに、この絵の今後について友人に相談したところ、松原 清・山口県立美術館長が美術館の学芸員に拝見させていただこうとの話になった。今後のことは美術館の学芸員にまかせるとして、手に入れてから 12 年間も放置に等しい扱いをしていたので、如何したものかとも考えている。そしてこの絵にはこれからもこだわり続けるだろう、そのためにもこの絵の居場所を見つけることが必要だと思っている。

## Contents

- ◇表紙に寄せて …………… 山口市 河野 俊貞 2
- ◆年頭所感 …………… 木下 敬介 6
- ◆年頭所感 …………… 原中 勝征 7

## 炉辺談話

- ◇町内ペット事情 …………… 徳 山 望月 一徳 8
- ◇トライアスロンへの挑戦～私のもう一つの誕生日 …… 吉 南 金沢 守 11
- ◇月と太陽 …………… 玖珂郡 八木 謙 20
- ◇夏・甲子園 …………… 宇部市 島袋 智之 21
- ◇江田島 …………… 宇部市 島袋 智之 23
- ◇常念岳 …………… 下関市 原 八洲雄 24
- ◇大滝山から徳本峠<sup>とくごう</sup>小屋へ …………… 下関市 原 八洲雄 29
- ◇ビューティ(ソロウ)フル・マインド …………… 下関市 塩見 祐一 33
- ◇楓<sup>フウキ</sup>太頼末記 ―幸せなんて― …………… 徳 山 吉次 興茲 34
- ◇私とバイク …………… 徳 山 若林 信生 37
- ◇『長距離走と文学の関係』  
     ～マラソンは頭と心で走るスポーツである …………… 吉 南 金沢 守 39
- ◇名前を残したフランス女性、イギリス女性 …………… 岩国市 藤本 典男 44
- ◇ベビーカーに優しい国スイス …………… 下 松 岩本 功 46
- ◇「33 人、そして、その後」に想う …………… 吉 南 小林 憲治 48
- ◇行く年 来る年 つれづれなるままに …………… 宇部市 三好 敏之 52
- ◇涙と笑いの門には …………… 徳 山 木山真紀子 57
- ◇刎頸の友 福島県医師会長とのこと …………… 萩 市 山本 貞壽 58
- ◇初春 …………… 竹秋句会 60
- ◇「チーム★しみず」結成！＜2010 下関海響マラソン＞ … 下関市 清水 徳雄 61

# Contents

- 山口県における 2011 年のスギ花粉飛散総数の予測 …………… 沖中芳彦 64
- 郡市医師会長 Interview「防府医師会長」 …………… 川野豊一 67
- 今月の視点「特定健診・特定保健指導」 …………… 山縣三紀 70
- フレッシュマンコーナー  
「外科ってすばらしい!? ~クール&スマートな外科医を目指して~」 … 吉田久美子 72
- 山口大学医学部講座紹介コーナー …………… 麻酔・蘇生学 74
- 山口大学医学部講座紹介コーナー …………… 脳神経外科学 75
- 県民公開講座「県民の目からみた医療を考える」 …………… 長谷川奈津江 78
- 平成 22 年度都道府県医師会勤務医担当理事連絡協議会 …………… 茶川治樹 80
- 郡市医師会広報担当理事協議会 …………… 田中義人 82
- 郡市医師会特定健診・特定保健指導担当理事及び関係者合同会議 … 山縣三紀 85
- 平成 22 年度中国地区学校医大会 …………… 杉山知行、田中豊秋 90
- 第 64 回長北医学会を開催して …………… 須田博喜 95
- 第 16 回理事会 …………… 96
- 生涯教育コーナー …………… 99
- 飄々「iPad でプレゼンテーション」 …………… 津永長門 100
  
- お知らせ・ご案内…………… 101
- 日医 FAX ニュース …………… 73
- 編集後記…………… 田中義人 104

## 年頭所感

山口県医師会長 木下 敬介



あけましておめでとうございます。

平素より医師会の会務運営に対してご理解とご協力を賜っておりますことに感謝いたしますとともに、本年もよろしく願い申し上げます。

さて、昨年 4 月は政権交代後の新政権下で初めての診療報酬改定が行われ、これまで改定のたびに引き下げられていた診療報酬が 10 年振りにやっと引き上げられました。とはいっても実質 0.03% の引き上げといわれており、その後の検証では病床数の多い大病院ほど引き上げの影響が大きく、診療所ではほとんど引き上げられていないか、引き下げという結果になっているようです。新政権のマニフェストでは大幅引き上げが掲げてありましたが、財源がないという理由でこのような結果になり、「底上げ」への期待は夢のまた夢になってしまいました。

日本医師会も 3 候補擁立の中で会長選挙が行われ、原中会長による新執行部が誕生し、ここでも政権交代がありました。それからすぐ第 22 回参議院議員選挙ということで、日本医師連盟が容認した 3 人の候補者を巡って「推薦か支援か」ですったもんだしたあげく、3 人とも討ち死にするという結果になってしまいました。

最近の新政権については、「何かおかしい」との思いがますます強くなり、昨年の年頭所感では「政権交代から 3 か月、見極める必要がある」ことを強調しましたが、1 年が経過した現在でもなお、「さらに見極めなければならない」と思えてなりません。中央がそのような状況にあるからこそ、山口県医師会としては地元山口県にしっかり足をつけた医師会活動を展開していくべきと思います。

前政権末に補正予算化された「地域医療再生計画基金 3,100 億円」は、新政権下における事業仕分けによって 2,750 億円に減額されたものの、昨年早々から各都道府県へ 50 億円ずつ投入されることが決まり、地域医療再生計画が実行される

ことになりました。山口県においても萩・長門の各医療圏に 12.5 億円ずつ、県全体にも 25 億円が配分されます。県全体の事業の中で、山口県医師会にも山口県医師臨床研修推進センター事業として平成 22 年～ 25 年度に 8,680 万円の委託費が投入されることになり、医師確保対策の一環として臨床研修医を山口県に呼び込み、そして定着を図る事業が展開されつつあります。

医師会長に就任して 2 期目の 1 年間で過ぎようとしています。スローガンの一つに掲げた「組織強化」については、郡市医師会との連携強化を図る目的で県医師会と執行部同士での懇談会を継続し、勤務医の医師会加入促進にも力を入れてきました。医師確保対策と密接な関連がある勤務医・女性医師対策には、特に力を傾注して取り組んできたつもりです。勤務医・女性医師の環境改善の推進だけでなく、勤務医や女性医師が日医代議員会や医師会執行部に席を置き医師会に直接意見や提言を行うことができるように図ってきました。昨年 4 月から、山口県医師会の日医代議員 5 名中 2 名が勤務医で、そのうち 1 名は独立行政法人病院の若手勤務医であり、彼は昨年、日医の春と秋の代議員会において勤務医の現状について意見と提言を述べました。また、山口県医師会執行部の女性医師理事「2 名」の数は中国四国ブロックでは突出しています。女性医師理事の活躍が、大いに期待されるところです。その他、引き続き地域医療・保健、特にインフルエンザ対策や予防接種への対応、また、今年度は山口国体・山口大会が開催されますので、全面的協力などにも成果を示していかなければなりません。

「実効」しなければならないことが多すぎますが、山口県医師会が一致団結して良い方向へ進むことができますよう、また、会員の先生にとって良い 1 年となりますように祈念申し上げまして、年頭所感といたします。

## 年頭所感

日本医師会長 原中勝征



新年明けましておめでとうございます。

会員の皆様におかれましては、健やかに新年をお迎えになられましたことと、お慶び申し上げます。

さて、新執行部が4月に発足してから9か月が過ぎました。この間、会員の皆様の温かいご支援とご指導のおかげで、国民医療の改善とわが国の医療制度の未来に向けての行動を始めることができました。長年続いた医療費抑制政策により引き起こされた地域医療の崩壊により、医療の現場は荒廃の危機にさらされています。ご承知のように自由経済のわが国において、医療をはじめとする社会保障制度は相互扶助を基盤とした制度になっております。したがって、この荒廃した地域医療のおかれた環境の修復には公的医療保険への公的財源の投入なくしては不可能であります。

医師は、人の命を苦痛から救う聖職であります。しかしながら、市場経済を中心とした米国の医療では、保険会社によって経済的視点から医療内容が指示されることが日常的にあると言われております。

国際的にみると日本は廉価な医療費で、すべての人が望んでいる健康長寿を達成しました。インフルエンザ流行時にも最小限の死者数にとどめました。これはわが国の国民皆保険制度が大きな役割を發揮したよい例だと思います。

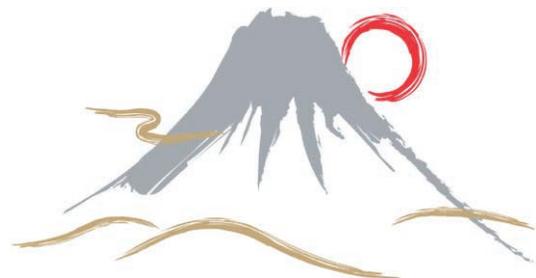
厳しい時代であるからこそ、わが国の英知を結集し、わが国にふさわしい医療制度の再構築に向かわなければなりません。そのためにも、医療費削減のために医師を悪人と決めつけるような指導・監査の制度や、病院勤務医と診療所医師を分断するような政策を改め、また、現場を熟知していない学者などによる審議会等の在り方を見直し、本当に現場からの声を聞き、ともに苦労を分かち合いながら国民を守る政治に変える必要があります。

一方、私たち医師も医道倫理と学術に基づいた医療を行い、医学教育、医師不足、医師の診療科

と地域の偏在、専門医の在り方、臨床研修制度、女性医師の職場復帰、基礎医学者の不足、医師の労働環境、医療事故調査、医療監査・指導の在り方、消費税や事業税、療養病床や有床診療所の在り方の問題などを克服し、国民医療を守らなければなりません。

2055年には人口が今より約4千万人減少し、65歳以上人口が労働人口とほぼ同一になるといわれております。すべての医師が医師会に入会し、都道府県行政を基本とした知事と都道府県医師会が地域の実情にあった医療と介護の制度を策定し、国民が安心して生涯を送れる日本を作り上げなければならないと考えます。

新年が明るい未来の礎の年になりますことを祈り、合わせて会員の皆様のご多幸の年になりますことをお祈り申し上げます。





## 町内ペット事情

徳山 望月 一徳

現在の町内に、引っ越してきたのは昭和 59 年の春です。

開業して 3 年目、46 歳でした。それから 4 年ほどして激動の昭和時代が終わりました。

「本日の天皇陛下のご容態は、上の血圧が〇〇、下の血圧〇〇。下血はありません」と、ラジオの放送を毎日、聞きました。それが昨日のように思い出されます。懐かしい。

昭和の終わりから平成に変わったあの頃は日本中が、好景気に沸いておりました。当時はそれが当たり前だと思っておりましたが、迂闊なことです。

不況が続くいまから思うと街はにぎやか、特に夜の街はにぎわっておりました。

この好況時には、わが町内にはペット（おもに犬）が沢山おりました。あちこちで、飼い犬の啼き声がにぎやかに聞こえていたものです。我が家でも、子供が捨て犬を拾ってきたのがきっかけで、飼い始めることになりました。昭和 60 年頃のことです。

多いときは、4 匹。多少の時間差を言わなければ、5 匹（3 匹が飼い犬で、あとの 2 匹は純粋のノラ犬。散歩に時についてくる）の犬を飼った時期もありました。5 匹ともなると、残飯ではとても間に合いません。特別に、犬のために調理が

必要です。永い間、ゴルフの打ち上げ会の残り物は独占させてもらいました。ドック・フードは、量販店で肩に担ぐほどの量を購入しなければなりません。ペットの数と景気が連動する、と言う所以です。

最近では、長引く不況と町内の飼い主が高齢化したこともあり、飼い犬はめっきり減りました。あっちで死んだ、こっちの家でも死んだと聞きましたが、その後新しい犬を見かけません。犬は飼いたいが、自分の方が先に死ぬので犬がかわいそう、というのが理由のようです。もったもです。

我が家も、最後の犬が平成 15 年に亡くなって、入れ違いにノラ猫 2 匹が住み着きました。期間中の 7 年間は、半ぶんノラ猫、半ぶん家猫みたいなものでした。

そのノラ猫も、一匹は家出して行方不明。残りの一匹は、この春病死しました。かくして犬猫のペット歴は 25 年間に及び、残ったのはメダカだけとなりました。



この四半世紀の間、町内を代表する犬と言えば、ゴールデン・リトリバーでしょう。体も大きい、ゆったりと歩く容姿は、王者の風格があります。我が家の雑犬とは、月とスッポンです。

いまでもそこかしこで、散歩しているのを見かけますが、すれ違っても動ずる気配もなく、他人には見向きもしません。それに飼い主にきわめて従順です。なるほど、これなら人気がでるはずで。

町内唯一のゴールデンとは、縁があって半年ほどわが家の犬と一緒に散歩をしました。ところが、滅多と散歩をさせてもらえない犬のせいで、引っ張るだけひっぱり。一度はこっちの足がもつれて、転びました。せっかくいい気分になりたかったのに、とんだ計算違いになりました。

体も大きいだけに引っ張る力も強いし、出すものも大きい。高齢者には、とても手に負えません。

この犬は、一年前の秋に亡くなったと隣家の人から聞きました。

シベリアン・ハスキーを初めてみた時（平成の初めころ）の驚きは、今でも鮮明に記憶しています。歌舞伎役者ばりの隈取りした顔とビー玉のような澄み切った瞳を見て、よほどの名犬（値段も）に違いないと思いました。

子供が連れていたので、気安く声をかけて聞いてみました。

この時、初めて犬の名称もその値段も知りました。ウン十万円だった、と記憶しています。日本人もこんな名犬を飼うほど、豊かになったのか、と感じ入ったものです。

その後、私のようにその容姿に魅せられた人が、沢山いたようであつという間に、あちこちで見かけるようになりました。その頃には、お値段もお手ごろになったものと思われま。

その内、犬の評価もちらほら聞こえてきます。賢そうに見えるのに、あんまり賢くないとか、とにかく駆け出すとひたすらまっしぐらで、帰ってこなくなるとか・。極寒の地で、そりを引っ張る仕事を専業にする犬ですから、ひたすらまっしぐらは理解できます。犬も人間も適材適所です。

かくして、このシベリアン・ハスキーは、潮が引くようにいなくなりました。球ころがしのボーリングもそうでしたが、すぐに姿を消したのは、日本人の熱っしやすく飽きっぽい国民性のせいです。

容姿だけで、デビューしても中味がないと長

続きしないのは、芸能界と同じです。しかし、芸能界はおバカキャラで生き残られますが、犬は頭が悪いと生き残ることはできません。犬の世界の方がはるかに厳しい。

こんなことで日本は、大丈夫だろうか、たかが犬の話から日本の将来へと思いは巡ります。おまえが、心配せんでえー！ ハイ！

超小型の室内犬は、いまでも町内のあちこちで健在です。

片手で抱っこできる程の大きさだし、散歩も家の周りをちょこちょこつとただけでよさそうだし、それにとっても頭がいいと聞きました。人間の言葉がわかるといいますから、一緒に暮らせば家族の一員になるに違いありません。ペットは、猫より犬派だという高齢者向きだと思います。

体のあちこちにリボンをつけて、ときには洋服も着せて、犬なのに猫可愛がりです。さぞかし、可愛いんでしょうね。

ところが、散歩中にこの室内犬に出会うと、飼い主の威を借りて吠えること吠えること。やかましいこと限りなし。飼い主の目がなければ、蹴飛ばしてやりたいくらいのもんです。

すべからく、ペットというからには、飼い主ばかりか、赤の他人でさえも可愛いと思うように振舞ってもらいたいものです。

まあ、犬畜生というくらいだから無理な注文ですけどね。

2匹目の猫が死んで（平成 22 年春）寂しくなりました。

メダカは健在ですが、世話のし甲斐があるのは、春から夏にかけて水が温む頃です。餌の喰いもいいので、餌をやりながら“メダカの学校”を観察します。ところが、水が冷たくなる秋から冬にかけては、動きもなくなり死んだようになって底に沈んでいます。ちっとも面白くありません。

何処かに、カラスのヒナでも落ちておればいいのになあー。カラスは、羽根のついた犬です。賢いので、ペットにすれば楽しいと思いますがね。

そうそう都合よく、カラスのヒナは落ちてはおりません。

この夏、町内を縄張りにはしているノラ猫が庭を横切るようになりました。庭に餌を置いてみると、餌がなくなっています。何回か餌やりを繰り返すうちに、猫の正体が、わかりました。茶毛のオス猫（袋がある）です。

初めのうちは、人の姿を見かけると、食べているさいちゅうでも餌を放棄して逃げておりました。そのうち、逃げなくなりましたが、近づくと“くわっ！”と野獣のような声を出して威嚇します。

生まれてから一度も人間にやさしくしてもらった経験がないのだから無理ありません。顔の表情もノラですから、険悪です。満足に食べていないからガリ痩せです。慢性栄養不足のせいで、目やにもついています。

根気よく餌やりを続け、寝床も用意してやりました。

夜は、その小屋の中で眠るようになりました。険悪なノラ猫顔だったのが、幾分和らいだように見えます。目やにも減りました。すこし肥ったように見えるので、栄養状態が改善したのでしょうか。

今は、1 m以内に近づいても逃げなくなりましたが、声かけに返事をしません。家猫になるには、にゃ！と返事をしないとイケません。人間も猫も挨拶が大事です（猫学では、にゃ！と啼けば、その後のなつきが早い）。

ときには、ほんの少し舌先を出していることがあります。この舌出しは、甘えた時にみられます。前の飼い猫で学習しました。しかし、まだ体に触らせません。よほど人が、怖いのでしょうか。恐怖の幼児体験が、骨の髄までしみついているようです。

もう既に、二ヶ月を経過しました。我が家のペット事情は、今後如何に相成りますことやら・・・



この 10 月末に、医師会からポスターが届きました。

タイトルは、「見すごすな幼い子どもの SOS」とあり、「11 月は児童虐待防止推進月間です」とサブタイトルがついています。

近年、児童虐待の報道に驚かされることがたびたびです。加害者が実の親と聞いて、二重の驚きです。暴力、監禁、食事を与えない、ひどく不潔にする、育児放棄など実の親がすることかと、あ

きれるばかりです。

通報で児童相談所の所員が駆けつけて、助かったものの体重が平均の半分しかなかったとか、その実態は悲惨です。

体の傷はやがて癒えても、心の傷は、成長につれて深く大きく広がるに違いありません。子どもの心の闇に光がさし込む日が、はたして訪れるのだろうかと人ごとながら、心配せずにはおられません。

おまえが、心配せんでえー。

いいえ、心配します。猫でも難しいのに・・・。

平成 22 年 11 月 16 日 火曜日



## トライアスロンへの挑戦 ～私のもう一つの誕生日

吉南 金沢 守

2010年9月5日、この日は私のトライアスリートとしての誕生日です。アイアンマン創設者であるジョン・コリンズの「あなたが完走しようがしまいが誰も気にはしないだろう。でも、あなたはいつでも覚えているはずだ。」という言葉にヒントを得て、この文章のサブタイトルとさせて頂きました。自分の誕生日を絶対に忘れる事がないのと同じように、9月5日のもう一つの誕生日を私は一生忘れることはないでしょう。

私はさる9月5日に兵庫県赤穂市で開催された第21回赤穂トライアスロン大会でスイム1.5キロを1時間5分28秒、バイク40キロを1時間38分44秒、ラン10キロを1時間9分43秒、トータル51.5キロを3時間53分55秒かけて完走しました。約270名の参加者の中で190位でした。タイムはお粗末なものです、完走証は私の一生の宝物で、値段は決して付けることなど出来ません。私は身体能力が高いわけでもなく、運動神経もむしろ悪い方です。学生時代に運動部

にまともに所属したこともないです。学生時代に行われた水泳大会、マラソン大会での成績もパツとしませんでした。優秀なインストラクターに指導を受けたわけでもなく、ただのオジサンが単なる思い付きから無謀にもトライアスロンにチャレンジする事を決意し、そして完走するまでの涙と笑い感動の物語を以下に記します(BGMはヒーロー by 麻倉未稀:スクールウォーズ主題歌)。

ここでトライアスロンについて少し触れさせて頂きます。トライアスロンはご存知の通り、水泳・自転車・マラソンの3種目を、この順番で、連続して行う競技を指します。1977年、ハワイのアメリカ海兵隊員達が宴会の席で、「マラソン、遠泳、サイクルロードレースのどれが最も過酷か？」と議論しました。競技特性が全て違うのだから比較のしようがなく、「この際まとめてやってみよう」という事で考え出されたのがトライアスロンです。翌1978年に、ハワイで最初の主要な大会であるアイアンマン・トライアスロンが行



われています。このレースは競技制限時間が 17 時間に渡る過酷なものであり、鉄人レースとしても知られています。現在では世界各地で多数のアイアンマン大会が、ハワイ島で行われる世界選手権の予選として開催されています。日本では、1981 年 8 月に鳥取県米子市にある皆生温泉旅館組合の若手経営者達が日本初となる皆生トライアスロン大会を開催しています。1982 年に、3 種目のレースを従来より短縮して、スイム 1.5 キロ、バイク 40 キロ、ラン 10 キロ、合計 51.5 キロとした国際基準が設定されました。以降、このショートディスタンスのトライアスロン大会が年々増えているようです。また、2000 年のシドニーオリンピックからトライアスロンが正式種目となったことから、この距離がオリンピック・ディスタンスと呼ばれるようになっていきます。

もう一度まとめますとトライアスロンは距離によって、以下のように分類されます。

ショート：スイム 1.5 キロ、バイク 40 キロ、ラン 10 キロ

ミドル：スイム 1.9 キロ、バイク 90 キロ、ラン 21.0975 キロ

ロング：スイム 3.8 キロ、バイク 180 キロ、ラン 42.195 キロ

ロングの制限時間は世界では 17 時間です。アイアンマン・ジャパンは諸般の事情から制限時間は 15 時間となっています。尚、日本の佐渡島で開催される佐渡国際トライアスロン大会はスイム 3.8 キロ、バイク 190 キロ、ラン 42.2 キロとロングよりバイクの距離が 10 キロ長く設定されており、日本で最も過酷な大会として有名です。佐渡島の完走者には敬意を表してアストロマンという栄えある称号が与えられます。本当に途方もない世界です。

さて、ここからは運動に全く無縁だった私がなぜ今年いきなりトライアスロンへの出場という無鉄砲な試みにチャレンジしようと思ひ、又出場への過程でどのようなドラマがあったのかについて書かせて頂きます。

まずは 2009 年にアメリカのバラク・オバマ氏が大統領選の際に用いた“Change ~ Yes We Can!”という滅茶苦茶にカッコいいフレーズにかなり刺激を受けたことが第一のきっかけです。こ

のフレーズがメディアで盛んに取り上げられていた頃、私は 45 歳でした。2009 年に 46 歳になりましたが、当時はアラフォー（アラウンドフォーティの略です）からも遠ざかりつつあり、50 歳という年齢が決して遠い現実ではないことに焦りを感じていました。仕事の上でもプライベートでも、これまで特に何かをやり遂げた実感を感じることもなく生きてきました。これまでやったことのない新しい事を始める、即ち“Change”するなら今年がラストチャンスかもしれないと漠然と思っていました。その後、「行列のできる法律相談所」というテレビ番組でタレントや弁護士が石垣島で行われるトライアスロンに挑戦する企画を見ました。ご覧になった方もいらっしゃると思いますが、トライアスロンに挑戦したのはお笑いタレントの東野幸治さん、弁護士の菊池さん、本村さんの 3 人です。東野幸治さんはある程度の身体能力があるようでしたし、菊池弁護士はトライアスロンへの参加経験が何度もあり、二人は何とか完走する事は間違いなさそうでした。しかし本村弁護士は運動経験、運動神経共に乏しく番組の企画でトライアスロンに挑戦することになった当時は泳ぐことに関しては、何とプールで泳ぐことさえ出来ませんでした。本村さんは絶対に途中でリタイアするだろうと思って見ていました。しかし、彼は私の予想を覆し、見事に完走しました。まだ幼い子供にいいところを見せたいというのが、本村弁護士の競技に対するモチベーションになっていました。私も仕事にかまけて家庭での存在感が薄くなっていましたので、もう一度家族に父としての存在感を示したいと思ひ、完走の制限時間が 6 時間と比較的ゆとりがある地元山口県の下関海響マラソンへの出場を決意しました。ちなみにあの国民的行事になりつつある東京マラソンの制限時間は 7 時間です。神戸の母親に電話でフルマラソンにチャレンジすることを伝えたときは「お前は嫁さんと子供 3 人残して死ぬつもりか!？」と真面目に命の心配をされる始末でした。2009 年 8 月上旬から本格的な練習を始めました。その頃、NHK の「ためしてガッテン!」というテレビ番組で“スロージョギング”という運動を取り上げているのを妻が録画してくれました。スロージョギングとはウォーキングより

ちょっと速い程度のスピードで走る運動法で、決して速く走らなくてもよい、疲れたら歩いてよい、ゆっくり走ることによって乳酸が蓄積せず、遅筋という筋肉が鍛えられ、継続すれば必ず長い距離を走ることが可能であるという革命的な運動療法です。番組の中でもスロージョギングを続けたことで、フルマラソンを完走することができたという何人もの方が紹介されていました。練習にあたり、ただひたすら速く走ろうとしなくても、ゆっくり走る訓練をすれば何とかなるかもしれないことが、この番組を通して分かりました。当時の私にとっては非常に画期的な事で、お陰でその後も決して焦らず練習することが出来ました。「ためしてガッテン！」とこれを録画してくれていた妻に感謝です。フルマラソンの前哨戦として 2009 年 10 月 18 日に奈良市で開催された平城宮跡 4 時間走に出場しました。この大会は奈良県のトライアスロン協会が主催しており、トライアスロンの練習として参加している方もいれば、これからフルマラソンにチャレンジしようと考えている人も参加する大会です。2010 年、つまり今年が平城遷都 1300 年の記念の年らしく、奈良の街中にはその奇抜な風貌が物議を醸し、非常に有名になったあの“せんとくん”がすっかり市民権を獲得しているのを実感することもできました。この大会で私は 3 時間 20 分で 30 キロを走りました。後 40 分走りたかったんですが、平城宮跡はだだっ広くて、会場からバス停までが異様に遠く、4 時間走ったら、足腰がへたばってしまい帰りのバスに間に合わないかもしれないと思ったので、残念ながら途中でリタイアしました。しかし、この経験は大きな自信になりました。又、この大会への道中で三浦しをん著の「風が強く吹いている」という陸上競技を題材にした小説を読みました。この小説は全く無名の大学が 10 人で箱根駅伝を目指して、練習を積み重ね、出場を果たし、そして実際の箱根駅伝でも様々なドラマを展開するという夢のような内容なのですが、三浦氏は長距離を走るために必要な練習方法、体調管理の仕方、モチベーションの保ち方などを非常に綿密な取材をした上で、小説にしており、私にはとても参考になりました。映画化もされたので、劇場に足を運び、大会前に映画も見ました。この小説から最後の刺激をもら

いました。練習途中で右膝をかなり長い期間痛めてしまい、かなり焦った時期がありました。この時は昨年の 24 時間テレビでフルマラソン 3 回分の距離を 24 時間で走ることによってチャレンジした、お笑いタレントのイモトアヤコさん（通称；珍獣ハンターイモト）が練習中に膝を痛め、これを克服して見事に走りぬいたことが非常に参考に、そして励みになりました。膝用のサポーターも何種類か購入しましたし、膝を痛めて歩くのにも不自由を感じた時期も、スポーツジムでエアロバイクを用いた膝に負担の掛からないトレーニングを続けました。結果は 4 時間 29 分 32 秒で完走し、初マラソンで 4 時間半を切ることが出来ました。さて練習、本番の全てを通して私が強く感じたのは短距離でも長距離でも走っている間は、幾らお金持ちでも貧乏でも、イケメンだろうがブサイクだろうが全く関係ありません。2 本の足をただひたすら交互に前に出し続けるだけです。「風が強く吹いている」の中でもキャプテンに当たる清瀬灰二が「短距離走は速く走る才能がなければ速く走ることはできないが、あらゆるスポーツの中で長距離走ほど才能よりも努力に天秤が傾く競技は他にない」と他のチームメイトに頑張れば何とかなると語りかけます。長距離走は努力すればそれがそれなりに実を結ぶスポーツだと私も感じています。フルマラソンは体力もさることながら、魂で走るスポーツであるとも思っています。完走することができたから、そのように感じるのかもしれませんが、マラソンは自分との戦いでもあり、自分との対話でもあると思いました。ただ、フルマラソンを走りきった事は大きな自信にはなりませんが、人生を変えるまでには至らず、やや不完全燃焼だなという思いを感じました。

マラソンの話が長くなってすいません。2010 年 3 月 31 日に諸般の事情から 10 年弱勤務した宇部記念病院を退職し、同年 4 月から山口市の阿知須同仁病院に勤務する事となりました。阿知須同仁病院は自宅と近いので、自転車通勤しようと思い、自宅近くのサイクルショップでクロスバイクでも買おうと思って出掛けたところ、アメリカの「TREK」という会社がつけているロードバイクにすっかり興味を魅かれてしまいました。又、フルマラソンでは人生が変わらなかったから、ト

ライアスロンにチャレンジするのもいいかもしれないと思い、ぎりぎりトライアスロンへの出場も可能なロードバイクを購入しました。それでもバイク本体のみで 20 万円しましたし、色々含めると 30 万円をバイクに出資する事になりました。TREK でもクロスバイクなら 6 万円程度で購入できますし、トライアスロン専用のバイクなら約 50 万円以上します。私の場合、やると決めた時の決断力は早いというか向こう見ずというか、サイクルショップで気持ちに火がつかしました。「行列のできる法律相談所」でトライアスロンに挑戦し、完走した本村弁護士に追いつきたいと思う気持ちがこの店で爆発しました。ロードバイクは基本的に競技用の自転車ですから、生半可な気持ちで乗れるものではありません。まず、自転車を立てるためのスタンドが付いてませんから、コンビニで買い物一つするのもに苦しみます。泥除けも付いてませんから、雨が降ると背中が凄く汚れます。ライトも LED 電球を使った軽量化されたものですから夜は電気が本当に点いているのかと不安になるような明るさです。クリートという部品で靴とペダルが一体化しますので、乗り降りにも練習が必要です。信号で止まったり、再度漕ぎ始めるのがちょっと大変です。又、サドルが硬いので、レーシングパンツ、略してレーパンを履かないとお尻が大変な事になります。高価なのに、多くの点でママチャリに劣る点があるのが腹立たしいです。ただし、スピードは出ます。ちょっと漕いだら 20 キロはすぐですし、下り坂なら、私が漕いでも 50 キロ出ます。バランスを上手くとれば 70 キロは出るとショップの店員さんは言って

ました。交通事故も 2 回経験しました。1 度は練習途中に脇道から出てきた車との接触しての転倒、もう 1 度は夜運転していた時に路側帯に乗り上げての自己転倒です。幸い 2 回とも骨折などの大事には至りませんでした。今でも夜のバイク運転は余り気が進みません。バイクはカーボンフレームで軽い分、接触や落車で転倒すると自分の体を含めてバイク本体も大変な損傷を負います。

次にスイム関係の話題です。私だけでなく、大抵の方はトライアスロンに興味を持って、「いや、とてもじゃないけど 1.5 キロも泳ぐのは無理だ。」と諦めてしまうかもしれませんが、ほとんどの大会ではウェットスーツの着用が認められていますし、むしろ選手の安全を守るためにウェット着用を義務付ける大会もあります。ウェットを着ると沈まないの、背浮きの状態を保てばいつまでも浮いている事は出来ます。ただし、トライアスロン用のウェットは基本的に体のあちこちを細かく採寸して作成する完全オーダーメイドです。インターネットで売っている業者さんも沢山ありましたが、やはり初めての体験ですし、対面販売しか考えられませんでした。山口県では萩市にある萩スーツ工場というお店のみ、トライアスロン用のウェットスーツの作製を請け負っていました。ここでロングジョイントタイプ（肩から先は腕が出ているタイプ）のウェットを作りました。ただし、このお店も基本的にはダイビング用のウェットを主に作っているようでした。カードで支払いをしようとした際にお店の方がえらく手間取っており、「うちのお客さんはほとんど漁師さ



んか海女さんなので、カードを使って支払いをする人がほとんどいないんですよ」と語っていたのが印象に残っています。お値段は3万5千円でした。トライアスロンをやろうと考えてから、出費は嵩む一方でした。

ランに関してはフルマラソンを経験し、完走しているので、準備するものもなく、不安もありませんでした。しかし、今年の秋にフルマラソンに又挑戦し、今度は4時間を切る、いわゆるサブフォーランナーになりたいと思っていますし、前から膝を痛めることが多いのが気になっていました。そこで、金哲彦氏というプロ・ランニングコーチが執筆した「体幹ランニング」、「金哲彦のランニング・メソッド」、「マラソン練習法がわかる本」、「3時間台で完走するマラソン」の4冊を読破しました。練習しなければ速くなるわけないので、本を読めばすぐに効果は出ません。しかし、金氏の著書を読んだ後、自分なりに「体幹ランニング」を意識し始めてから、膝の痛みはなくなり、ランニングフォームもカッコよくなったと感じています。

目標がなければ始まらないので、エントリーする大会を探し始めました。この時に山口県はトライアスリートにとっては辛い状況なのが分かりました。2010年はトライアスロンの大会は山口県ではジュニアの大会しか開催されていません。トライアスロン不毛の地と言っているでしょう。トライアスロンを開催するためには、3種目に対しての安全対策、エイドステーションの設置などが必要のため、フルマラソンの3倍のボランティアが必要です。山口県トライアスロン協会にはそんな予算がないというのが理由のようです。どんな大会でもトライアスロンのエントリーフィーは15,000円程度かかります。それに対してフルマラソンは5,000円です。その差が丁度3倍ですので、大方察しはつきます。結局、9月に赤穂で初心者向けの大会があることを知りました。私、地元が兵庫県の神戸市ですので、赤穂に足を運んだ事もありますので土地勘はない訳ではないし、練習期間がある程度ないと無理だと考えたので、9月の赤穂を選んだというか、9月の赤穂しかありませんでした。興味がある方のために書き添えますが、トライアスロンはやはりスイムがあるので、4月から9月の間に大きな大会は集中してい

ます。4月の石垣島トラにでも出ようと思うのなら、もう準備を始めた方がいいです。

私はトラへの前哨戦としてアクアスロンという競技にもエントリーしました。アクアスロンはスイムとランを組み合わせた競技です。大会によって距離は様々ですが、トラの練習と考えて参加するなら、スイム1キロ、ラン10キロの大会が適切だと思います。私は7月18日に北九州市門司区で開催された門司港レトロスクエア SWIM & RUN と8月22日に兵庫県神戸市で開催された神戸港アクアスロンの2つの大会を選びました。そして、ジムのプールでクロールの練習を始めました。本を読んだり、DVDを見たり、ジムで行われる無料のレッスンを受けたりしましたが、中々思うように上達しませんでした。ウェットスーツが命綱だと思うしかありませんでした。7月18日の門司港の大会の前に1,000メートル泳ぐ体力はありましたが、連続で泳ぐのは50メートルが限界でした。私自身もですが、妻にも命の心配をされながら、門司港のレースを迎えました。福岡県のトライアスロン協会がこの大会を主催していましたが、この大会の有難さを私は後に痛感することとなります。と言うのも、この大会では男女共に更衣室が準備されており、トイレも会場近くのホテルのトイレを自由に使用できました。10時にレースが始まり、終わった後にはスポーツドリンクだけでなく、お弁当も配られ、更には国民宿舎めかり山荘で関門海峡の絶景が見えるお風呂を使う事も許可されていたからです。なお、競技の方はスイム1キロを30分で泳ぎ切る事が出来ました。今年は猛暑でこの日も暑くてラン10キロに1時間かかりました。1時間半というタイムはどうでもよくて、とにかく足のつかない海で1キロを独力で休むことなく泳ぎきったことは大きな自信になりました。大会前は溺れる事への恐怖心で頭がいっぱいでした。そんな中、7月に研究会で東京に行った際に代官山にある「アスロニア」という、通称トライアスロンの駆け込み寺と言われているトライアスロン専門店に行ってみました。この店でウェアなども購入したのですが、何より役に立ったのは2冊の本でした。白戸太朗著の「仕事ができる人はなぜトライアスロンに挑むのか!？」と彦井浩孝著の「アイアン

マンのつくり方。」の 2 冊です。特に白戸氏の著書では全く練習をせずに、泳ぐ事が苦手にも関わらず、トライアスロンに挑戦して、完走した方の体験談などが収録されており、とても勇気付けられました。これらの本を読んでいなければ、門司港に行かずに挫けていた可能性もありました。興味のある方は是非お読みになって下さい。競技に対する勇気が湧く 2 冊です。アマチュアの場合、どんな競技でも初エントリーの大会で出したタイムがベストタイムになる事は決して珍しくありません。なぜなら、初回は失うものは何もない状態ですから、もう限界だと途中で諦めるのも比較的たやすいです。又、過去の自分のタイムがあると、前回よりも記録が伸びないとおかしいと思ってしまう、自分で自分に負けてしまう事が有りがちです。私もおっかなびっくりで参加した門司港の大会が一番楽しめたような気がしています。

ここで話は少し変わります。私はインターネットの Twitter（以下ツイッター）なるものを今年の 5 月から始めております。ツイッターに関してご存じない方のために、少し説明させていただきます。自分のアカウントを作成し、140 字以内の呟き（ツイート）を投稿します。例えば、「今何をした。」「今どこにいる。」など呟く内容は自由です。それがトライアスロンと何か関係あるのかと思われるでしょうが、これが大いにあります。なぜなら、山口県の少なくとも私の周りにはマラソンが趣味と言う方は沢山いますが、トライアスロンを趣味としている方は皆無なのです。知りたいことを聞く方が身近にいません。しかしツイッターで「ウェットスーツを購入しようと思っていますが、近くに取り扱っているお店がなくて、どうすればいいのかわからず困っています。誰か教えて下さい」と呟くと、親切な方が返事をくれます。自分と趣味が合いそうな方を見つけて、フォローしたり、あるいはフォローされたりするうちに日本中のあらゆる都道府県の方から情報を教えてもらったり、あるいは教えてあげたりする事ができます。私はこの原稿を書いている 2010 年 9 月 7 日現在はツイッターで、ほとんどの情報を入力し、詳しく知りたければ Google、Yahoo などで検索し、更に購入したいと思えば Amazon で注文しています。新聞も読みますし、テレビで

ニュースも見ますが、情報入手の早さ、手軽さではツイッターには敵いません。

8 月 22 日に神戸港アクアスロンで 2 回目のアクアスロンに挑戦しました。2 回目のアクアスロンに挑戦する前に、先述とは違う研究会で東京を訪れた際に、東京のアトスポーツというスポーツ用品店のトライアスロンコーナーでフルスーツタイプ（体全体から手首まで覆われるものです。ダイバーが着用している事が多いです）のウェットスーツとトライアスロン用のバッグを購入しています。他にも幾らか買い物をしましたので、計 8 万円は使いました。本当に事業仕分けが行われたら、大変な責めを受けそうなぐらいに出費はかさむ一方です。蓮舫議員がトライアスロンにかかった費用を知ったら、「どうしてトライアスロンなんですか？フルマラソンじゃだめなんですか？」と問うだろう。しかし、全国のトライアスリートは「トライアスロンじゃなきゃダメなんです！」と迷わず答えると思います（爆）。購入した理由ですが、フルスーツタイプの方が泳力に自信がない人の場合、少しでも浮力を利用することが出来、泳ぐのが楽だと彦井氏の著書から学んだからです。

8 月 22 日も勿論猛暑日でした。この頃、今年の日本の気象は異常で最高気温の記録が更新されたり、熱中症での救急搬送患者数、死亡者数ともに異常なペースで増えていると、連日のように報じられていました。この日の神戸市の最高気温は 35℃、レース開始が 13 時というカンカン照りの時間帯でした。もし、救護のお世話になるような事になったら、職業柄ばつが悪いなと真剣に思いましたし、実際ランの途中で熱中症で倒れた方も数名いました。私も脱水から、ランの中間地点あたりでちょっとやばいかなと思う状況に陥りましたが、何とか完泳、完走する事が出来ました。タイムは門司港より少しよくなっただけでしたが、神戸の大会の方がより暑かった事を考えれば上出来と言っていいと思います。交通費 2 万 5 千円 + エントリーフィー 8 千円、他諸経費を合わせると計 4 万円弱が無駄になると途中で思ったことが、熱中症になりかけた自分を支えたような気がします（笑）。なお、この大会でツイッターを通して交流が生まれた 3 名の方とお会いする事

が出来、とても意義のある大会になりました。神戸港アクアスロンは兵庫県のトライアスロン協会主催の大会でした。門司港の大会と比較すると男性の更衣室はユニクロの試着室を少し広くした程度でした。トイレの数は少なく、特に男性の大使用のトイレは 2 箇所のうち、1 箇所までトイレットペーパーが切れており、残る 1 箇所も並んでいる人数分の紙はないという悲惨な状態でした。本当にここは観光名所神戸！？と言いたくなるような惨状でした。スイムからランに移る際にウェットスーツを脱ぎ、ランニングシューズに着替えるところをトランジションエリアと言いますが、神戸港ではブルーシートを広げたところに各自自由に置いて下さいという適当さでした。大会記念品の中にもスポドリではなく、ミネラルウォーターが入っており、経費削減のための努力は感じられました。事業仕分けは徹底されていました。受付で兵庫県トライアスロン協会が発行する顔写真入りの ID パスを提示する必要がありました。これはエントリーは本人がしても、大会当日には別人が受付して大会に出るといいういわゆる「替え玉」を防ぐための措置だとの事でした。そんな事して何が面白いのかなと思います。噂では東京マラソンなどは替え玉が非常に多いとの事です。

2 回目のアクアスロンを終えた後、いよいよ念願の初トラへの最終準備に入りました。まずトレーニングに関しては、木曜日と土曜日の午後が手術がなければ休みですので、これを利用して一人トライアスロンを 2 回やりました。ジムのプールで 2 キロ泳ぎ、バイクで周防大橋を渡り、秋穂までの往復 40 キロを走り、自宅周囲のホームコース 10 キロを走ったのです。この 2 回の練習は体力的には自分はトライアスロンをやり切る体力は着いてきたなと実感できたので、とても有益でした。

ところが、この後大会 1 週間前になり、急に大会への怯えが生じてきました。大会のスイムの途中でギブアップする自分しか想像できなくなってしまいました。ジムのプールで泳ぎながら「もうトライアスロンから逃げ出したい」と心の中で叫んでました。そんな時に自分の気持ちを持ち直させてくれたのは、ランス・アームストロング著の「ただマイヨ・ジョーヌのためでなく」という

本です。ランスの本は小説ではなく実話です。ツール・ド・フランスという過酷な自転車レースを制した優れた自転車選手が、睾丸癌を患い手術と化学療法を経てカムバックし、もう一度ツール・ド・フランスを制する物語なのです。本当に様々なドラマがこの本には詰まっており、読んでいて途中で何度も落涙しました。読了したのがトライアスロン大会当日の移動中であつたことから、私のバイブルの一つに素晴らしい本が加わりました。勿論、ランスのような偉大な自転車選手と私ではまるで違うことはよく分かってますが、「マイヨ・ジョーヌ」は読む者に、困難にぶつかった時に簡単に諦めてはいけない事、そして闘うことの大切さを教えてくれます。

更に「トライアスロンでは、そのスタートラインに立つ者は既に勝者である」という言葉があります。私は大会前日までこの言葉の意義というか、深さが全く分かっていませんでした。大会前日になり、ようやくこの言葉がただの慰めなんかじゃなく、トライアスロンの本質を捉えている事がよく分かりましたし、救いになりました。そしてツイッターで知り合いになった方々から沢山のアドバイスを頂戴したことも、大きな励みになりました。

さて、会場が近ければロードバイクに乗って行くという選択枝もありますが、何しろ赤穂なので、分解して輸行袋なるものに入れて担いで行かねばなりません。何度も分解、収納、組み立ての練習を行いました。大会 1 週間前はもういたずらに体力を消耗することはよくないですから、トレーニングは軽めに留めています。

そして運命の 9 月 5 日がやって来ました。結果は冒頭に記した通り完走できました。この日の赤穂の最高気温は 35 度、猛暑の影響をもちに受けました。アドレナリンがドクドク出ていたので当日は暑さ上等！ぐらいのテンションになっていました。最初のスイムでコースを 3 回間違え、心が折れそうになりました。何メートル余分に泳いだか定かではありませんが、結局 1 時間泳ぎ続けたので、自分のバイクに辿り着いた時にはもうヘトヘトでした。トランジションエリアに沢山停まっていたバイクはその多くが既に出発しており、残されたのは数台だったと思います。何

とかウェットを脱ぎ、靴下とバイク用のシューズを履いて、ふらつきながらのバイクスタートです。バイクは1周5キロの周回コースで、8周する事になっていました。8周が分からなくなるなんて冗談だろうと思われるかもしれませんが、これが疲れてくると何周したか分からなくなります。僕は今でも1周余分に回ったような気がしてます(笑)。トライアスロンの完走の

可否を分かつものはスイムではなく、バイクだと私はこの大会で感じました。優れたトライアスリートでもバイク競技に費やす時間が最も長いですし、時速50キロで落車すると、恐らくもう立ち直れないと思います。その他、マシントラブル、パンクも起こりえます。バイクのコースで転倒している選手、何らかの理由で完走を諦めバイクを押して歩いている選手を何人も見ました。パンクしたら、パンク修理を自分でやらなければなりません。暑さで疲弊した自分にその気力はなかったと思います。そしてバイクを終え、最後のランです。脱水のため、足がいつものように動きませんでした。ただ、他の選手たちも歩いている方が多くて、走っているとしても、もはやランニングではなくジョギングになっている方がほとんどでした。ゾンビの行進と言っても過言ではない位の過酷な大会でした。僕もランまで来たら、もう大丈夫だろうと大会前は思っていたのですが、現実は厳しかったです。1周、2.5キロの周回コースを4周するのですが、最後の1周だけはきちんと走れたと思います。この時のBGMはゆずの「栄光の架け橋」でした。

完走した後は、妻に電話しました。妻は私がトライアスロンに挑戦することにむしろ反対なのですが、とにかく喜んでくれました。ゴールラインに達した時の達成感はとても大きく、これまでのトレーニングの苦しさ、トライアスロンのために投資したお金、時間、苦しみ、悩みなど全てが帳消しどころかお釣りが来るぐらいの歓喜でした。「ゴールテープはプライスレス」という言葉を耳にしますが、あらゆる競技に取り組んでいるアマ



チュアアスリートはこの瞬間の達成感のために、努力していると思います。

ツイッターへの呟きもしました。呟いた内容は「今日は誕生日のお祝いしよう。」「え！？誕生日はもう少し先でしょ。」「いいんだ。今日2010年9月5日はトライアスリート金沢守の誕生日なんだ。まだ夕食には間に合うだろう。パーティーの準備をしよう！今日は盛大に祝おう！」といったもので、この書き込み、そして完走タイムや完走後の写真をネットでアップした後に全国各地の方々からお祝いメッセージが沢山寄せられました。僕はこの時「電車男」という小説を思い出しました。映画化もドラマ化もされてので、ご存知の方も多いと思いますが、冴えないオタクが電車の中で酔漢から女性を助けた事をきっかけに、エルメスなるヒロインと知り合い、ネットの書き込みサイトで色々な方からのアドバイスを受けて、遂には恋を実らせるという物語です。私の場合は名付けるなら「トラ男」です。私が運動神経がよさそうな若者で、完走して当然だなんて思ったら、さほど関心をもたれなかったかもしれません。しかし、運動経験の大してないオジサン外科医が何か頑張ってるぞ、完走できるかどうかは自分達の励ましに懸かっているかもしれないと思わせる雰囲気は私にきつとあったのでしょうか。‘完走しましたツイート’の直後から、本当に映画のように、レース終了当日は読みきれない程の祝福メッセージを頂きました。翌9月6日に返信させて頂いたのですが、印象に残るものも沢山ありました。自分の頑張りが無ければ勿論、完走出来ません。我がままと許してくれた家族にも感謝してい

ます。しかし、アドバイス、励まし、祝福メッセージを送って下さった方々にも篤く感謝しています。せっかく大金を投資して始めたトライアスロンですし、1 回完走した後、もう少しやれたんじゃないかと悔しい思いもしましたので、取り合えず。来年 4 月の石垣島トライアスロンへの出場を目指します。スイムのコースを間違えたり、バイクの周回数が分からなくなったりと色々な事がありましたし、大会終了時はそれに対して色々考えましたが、今はそんな事どうでもいいです。自分が苦勞してトライアスロンに出場し、完走を果たした。それだけで十分です。あの 4 時間弱の苦しかったレースも、長い人生のスパンで見れば、瞬き一つにしか過ぎないのです。トライアスロンは過酷なスポーツですが、60 歳代の参加者も多かったですし、最高齢 82 歳のトライアスリートもいらっしゃいました。人生は長いのに、細かいことをよくよ考えるのは時間の無駄でしかないです。

これからも私は達成可能かどうか微妙な目標を定めて、有言実行スタイルで、挑戦し続ける事を誓い、この文章を終えたいと思います。近いところでは 11 月の下関海響マラソン、12 月の防府読売マラソンのいずれかの大会でフルマラソン 4 時間切りを狙ってます。来年 1 月には宮古島ウルトラマラソン（100 キロ）にエントリーしています。そして 4 月に石垣島で 2 回目のトライアスロンに出場する予定です。

何度も言いますが僕みたいな運動音痴でもトライアスロン完走できたんです。皆さんも何でもいいと思います。小さなことでもいいと思います。変わろうと思えば、きっと変わることができるのではないかと感じて、私の経験が何かに取り組みきっかけになれば幸いです。最後に一言呟かせて下さい。

「趣味を何かお持ちですか?」、「ええ、トライアスロンとフルマラソンが趣味です」、「え! トライアスロンされるんですか!? 凄いじゃないですか」、「いえ、トライアスロンと言っても、ショートいわゆるオリンピック・ディスタンスなので、凄いなんて言われるとお恥ずかしいです」

長くなりましたが、最後までお読み頂きありがとうございました。



## 月と太陽

玖珂郡 八木 謙

宮島の南西に位置する可部島という小さい島で終日遊んだ後、夕方海を渡って大野に帰る。大野の海沿いのレストランに入りテラス席に座る。太陽が沈んで行く。空は濃いブルー色となる。点滅する飛行機の明かりがぼつぼつと見えてくる。淡く白い半月の輪郭が次第にはっきりして来た。陽に焼け、火照った身体に冷えたワインがしみこんで行く。その月を見ながら、うんちく親父は語るのである。まず右手の親指を立てて月の方向に腕を伸ばす。こうするとこの親指の爪と月の直径が一致するのだ。父の場合は爪の方がやや大きい。この親指の爪と月の直径が一致するのはアングロサクソンの体型であって、彼らは腕の長さが 1 m もある。父の場合は 80 cm しかないから親指の爪は観測者に近くなり、相対的に爪の方が大きくなるのである。まあ、誤差範囲だ。そのまま腕を水平線に下ろすとさっきまで遊んでいた可部島がすっぽりこの爪の中に入る。あの島と月の直径は相対的には同一なのだ。それは太陽についても言える。つまり対象までの距離とその対象物の大きさの比が同じだということだな。大体 100 対 1 だ。悦に入っている父の言葉を 3 人の娘達は何も聞いていない。パスタを食べるのに夢中になっている。父のうんちくは続く。あの島の高さは 20 m くらいだったろう。だったらここからあの島までの距離は約 2000 m とみていい。さあ、ではここから月までの距離を知るにはどうすればいいか。それは月の直径を知れば分かることになる。月の直径はどうすれば分かるか。これは月食の観察からそれが分かったのだ。月食の時、月が地球の影に入り見えなくなる。月が欠け始めて完全に見えなくなるまでの時間を測る。そして今度月が顔を出すまでの時間を測る。これが丁度

4 倍なのだ。これから月の直径は地球の直径の 4 分の 1 ということが分かった。ならば地球の直径を知れば月の直径が分かる。では地球の直径を知るにはどうすればいいか。垂直に掘った井戸の底に太陽の光が当たるとき、これは赤道直下で太陽が垂直に頭上に来たときだ。同時刻にその井戸から真北に規定距離を行った場所に垂直のポールを立てそのポールがつくる影の長さを測る。ポールの長さとその影の長さからそこで出来る直角三角形の内角の角度が分かる。その角度がその場所が赤道から何度北に行ったか、つまり測定地の緯度を示すことになる。井戸からポールまでの距離と移動したまでの角度が分かれば地球の円周が出る。そこから地球の直径も分かる。パスタの次にピザが来た。父は続ける。このピザを 8 分割とか 16 分割するだろう。そしてその 1 辺の長さが分かれば円の周囲が分かる訳だ。このピザを地球だとするとその中に月が 4 つ縦に並んでいる勘定になる。さてこれで地球から月までの距離が分かった。では次に地球から太陽までの距離はどうすれば分かるか。今夜のように月が半月のとき。これは地球上にいる観測者と月が作る直線と月と太陽で作る直線、この両直線が直角に交わる時である。このとき観測者と月が作る直線と観測者と太陽が作る直線の交わる角度を測定すれば、地球と月までの距離は分かっているのだから地球と太陽までの距離が分かる。そうなれば太陽の直径も分かる。こんなことは古代ギリシアの人達が知っていたんだ。地球が太陽のまわりをまわっていることだって知っていた。ガリレオよりずっと前にだ。長女が叫んだ。え、地球が太陽のまわりをまわっているの？太陽が地球のまわりをまわっているんじゃないの？長女は 3 人の娘の中では

一人だけ 6 年生の大学を出ているのだ。その長女がそんなこと知らない?? 一番成績の悪い 3 女が、りなちゃん、地球が太陽のまわりをまわっているんだよ、と恐る恐る答える。おっとりした次女も同意する。じゃ、おまえ達何か、と長女の逆襲がはじまる。月は地球のまわりをまわっているんでしょ。そうだよ。じゃ、太陽だって同じじゃない。太陽も地球のまわりをまわっているんじゃないか。へりくつを言うやつだ。まあ、でも理屈は通っているな。次女 3 女は学校で習ったことを疑いもしない。こういうへりくつを思いつくなんて、長女が一番父の遺伝子をひきついでいるんじゃないか。たぶん自分もこんな理論展開はときどきやっているんじゃないかと思ってしまった。地球が太陽のまわりをまわっているという事実があるにもかかわらず、こう述べる。月が地球のまわりをまわっているという事は認めるのだね。で

は太陽も月も同じように我々のまわりをまわっているのは日常観測されていることだ。ならば太陽も地球のまわりをまわっていると考えるときではないのかね。臨床家の思考回路というのは大体こんなもんだらう。ケペルニカニッヒ。でも、常識と信じられていることは本当に真実なのだろうか。地球が太陽のまわりをまわっているのを自分の目で確認したことはない。ひょっとして真実は太陽が地球のまわりをまわっているのだけど、地球が太陽のまわりをまわっているとみんな思い込んでいるだけかもしれないぞ。分からなくなって来た。確かめなくっちゃいけないな。こうなったら宇宙船に乗って白鳥座の上まで行き、5～6 年そこから太陽と地球の関係を観測してくるしかない。行ってこよう、と考えているうちに夜空は満天の星になっていた。

(Kopernikanich 独 コペルニクス的な、奇異な)

## 夏・甲子園

宇部市 鳥袋 智之

平成 22 年 8 月 21 日 午後 3 時少し前  
それは突然にやってきた いきいきと躍動していた球児たちによって

新たな歴史の瞬間を確かに目撃した実感がぼくをおそった。「なにを大げさな。たかが野球じゃないか!」と笑われるかもしれないが。

沖縄の高校が夏の甲子園大会に初出場したのは長島茂雄がデビューした昭和 33 年のことで、当時はまだ米国の統治下であった。首里は初戦に 0-3 で敗れ、当時の「植物防疫法」に抵触するとのことで、持ち帰った“甲子園の土”は海中投棄された。

本土復帰した昭和 47 年夏、ぼくの母校名護が甲子園初出場した。高校 2 年生のときで、沖縄勢としては 6 回目である。中盤まではホームランも出て優位に試合を進めていた。終盤に“南の島の atmosphere”がでて逆転され 1 回戦で敗退した。それいらい待てど暮らせど来てくれない。

昭和 30 年—40 年代前半の日本は貧しかった(らしい)。特にわがふるさととはそうだった。ただまわりも皆貧しかったので、それがふつうと思っていた。今でもあざやかに思いだす光景がある。仲間で運天港に遊んでいたとき、米国家族がピクニックに来ていた。海岸沿いの備えつけのテーブル一杯に、飲み物果物食べ物が

山のように並べられていた。あ然としてぼくたちはそれを見ていた。アメリカ（アメリカ人のこと）のすごさを知った。そのアメリカが夢中なスポーツ、ベース・ボール。

サッカーやバスケット・ボールが人気の今日では想像もつかないが、ぼくが子供のころのスポーツといえばとにかく野球である。棒切れのバットと新聞紙を丸め輪ゴムで留めただけのボール、そして素手のグローブで空き地があればどこでも野球をやった。いま思えば当時はこどもがたくさんいた。5 - 6 人兄弟など普通だった。

夏休みはいつもサトウキビ畑で下草取りの手伝いをさせられていた。サトウキビの葉は茅に似て、小さい棘で縁取りされている。首や手はその棘で傷つけられ、汗が沁みて痛い。強烈な太陽のもと、背よりも高いサトウキビに囲まれるため風も吹き込まない。まこと気を失いそうになる作業で、よく熱中症にならなかったものだと思おう。

そんなだったから、昭和 43 年の“興南旋風”は強烈に覚えている。興南・我喜屋 優監督が当時主将として沖縄代表初のベスト 4 進出したときのことである。勝ち進んだ興南の試合があるときはことのほかうれしかった。親たちも集落の売店にしかないテレビでの観戦に熱中し、畑に行かないのである。ぼくは野球よりもきつい手伝いがなくなったほうがうれしかった。

野球といえば、中学当時のグラウンドに野球用のバックネットを作るとの話を思い出した。米軍政の援助で設置する約束であつたらしく、担任の女の先生が「いい加減なものね。話がぜんぜん進まないのよ」と、あきれ顔に言っていた。行政当局にも経済的余裕がなかったのだろう。

ぼくがこどものころ教職員たちは沖縄の教育に対して危機感を持っていたようだ。米国の統治下であり、学習環境は劣悪で、本土との学力差は歴然としているとの認識だったと思う。とにかく

標準語を教えなければならない。方言追放運動というのがあった。だから、ぼくはいつも方言札をかけていた。さすがにやりすぎだと思ったのか、しばらくしてこの運動はなくなった。

ぼくたちの学校では時々突然授業が休みになった。担任が米軍の県道越え射撃訓練の抗議などのためデモに行ったからである。本土復帰運動のときもそうであったが、かれらは一所懸命だったのである。ぼくたちときたら授業がないことに歓声を上げ、楽しく遊んでいたのがあった。

“南の島の atmosphere” を代表することばは、なんくるないさー、である。「何とかなるさ」という意味である。気候は温暖で、備えがなくても凍え死ぬことはなく、ぜいたくをのぞまなければなんとか生きていける環境がつくることばである。これが楽園のことばでなくてなんであろう。

このことばに沖縄の指導層はずっと苦しめられた。努力すること、勝つことの意義。そこから教えなければならない。我喜屋 優監督が口をすっぱくしていったことばは、なんくるならない、である。

夏の甲子園で優勝したということはかれらの努力が報われたということである。戦後 65 年が経過した。またひとつ戦後が終わった。

参考資料：

1. 週刊朝日増刊号 甲子園ヒーローズ  
2010 年 8 月 25 日発行
2. 琉球新報 夏の甲子園優勝記念特集号  
2010 年 8 月 24 日発行

## 江田島

宇部市 島袋 智之

平成 21 年末より NHK で放映された司馬遼太郎原作の「坂の上の雲」で、東京築地より広島県江田島へ移転（明治 21 年 8 月 1 日）したばかりの海軍兵学校が描かれていた。赤レンガ作りの重厚な建物である。秋山真之が学んでいた。広瀬武夫も学んでいた。

数年前、海上自衛隊で対潜哨戒機の乗務員であった兄から、「江田島で自分の研修修了式があるから来い」と、突然呼び出された。宇品港から江田島に着き、更にバスに乗って対岸にあるその学校の正門前で降りた。途中多くの術科校生がバスに乗ってきた。制服を着てはいるが、顔つきは幼さを感じさせる、どこにでもいる高校生のようだ。

兄の下宿で一泊。翌朝真っ白い制服と制帽姿の兄たちと一緒に校内に入り、家族控え室で式の開始まで待っていた。しばらくして係員に案内されグラウンドに出てみると、修了生たちが整列している。そこへジープが横付けされた。先導役に導かれて小柄なるも、がっしりとした体格の人が指揮台の上に立った瞬間、「君が代」が演奏された。時の海上幕僚長であった。その後閲兵をした。

修了式は大理石を使った重厚な作りの講堂にて、楽団つきで執り行われた。修了生一人ひとりに修了証書が手渡され、式は停滞なく終わった。壇上に上がる靴の音しか記憶していない。

式終了後、幕僚長や教官、当地の首長や後援会長を囲んで簡素な食事会が開かれた。ビールが

でた。幕僚長のテーブルには、最優秀修了生と思しき人が同席した。食事は仕出しの弁当で、旧海軍の伝統を感じさせる熨斗がかかっていた。

予定行事が終わり、グラウンドへでると、これまた真っ白い制服・制帽姿の在校生が横一列に 100 メートルほど並んでいた。息を呑んだ。その前を修了生が敬礼しつつ松林の向こうの海岸まで行進していった。家族も最後列についていった。海岸には小さな栈橋があり、全員短艇に乗って沖合に停泊中の護衛艦へ移乗していった。しばらくして、“帽ふれ”の合図のもと、艦の右舷に整列した修了生に向け、幕僚長はじめ全員でゆっくりと帽子を振った。ゆっくりと。艦はそのまま去って行った。

秋山真之や広瀬武夫、漢那憲和や山本五十六なども吸ったであろう日本帝国海軍の空気を、一瞬自分も吸った気がした。

気づいたら、わたしは一人ぼっちで取り残されていた。

参考文献：

1. 「坂の上の雲」（全 6 巻）  
司馬遼太郎 文藝春秋社
2. 「昭和天皇の艦長」  
恵 隆之介 産経新聞出版

## 常念岳

下関市 原 八洲雄

北アルプスの山々の中であって、その東南に位置する山。燕岳、大天井岳、常念岳、蝶ヶ岳は北アルプスの表銀座コースと言われています。

だれにでもおぼれる、優しい山、常念岳へ、一の沢コースから雪のある時に登ってみたい、このおもいかられて、山小屋が動き出す四月になるのを待って、常念小屋の連絡先に電話をしました。二、三心配なことを尋ねた後、最後に自分が一番聞きたかったことを口にしました。「アルバイトのお兄さんたち、どのコースをとって上がっているのです」と尋ねたのです。当然一の沢コースを登っていると思っていたのです。ところが返ってきた言葉は「どのコース…、あの人たちはヘリコプターですよ」僕は呆気にとられて「ハハハ…ヘリコプター」笑い出したのです。

今から十五年前の五月、常念小屋から一の沢の急坂を滑りおりにいましたので、他の登山者がラッセルをしてくれていて、足跡があればなんとかなる、ラッセル泥棒に淡い期待をしていたのですが、残念でした。

それなら夏に一度登ってみよう、どのくらいの時間がかかるかとの目論みで今回の山行を計画したのです。

七月も中旬になって、長雨だった梅雨前線が、ようやく少しずつ北東に動き始めたのです。この調子なら、山の予定も列車の予約も変更しなくても大丈夫と、七月十七日お昼前の「ひかり」に小倉で乗り込みました。広島までは時刻どおりに走ったのですが、福山あたりで架線にビニールが引っかかり、除去作業に手間取っていて、先行の列車すべてが停まっているとの車内放送がありました。

松本に十八時に着く予定が後発の「しなの」で十九時四十六分に着いたのです。雨は降ってなくて、駅前の松本東急インに落ち着きました。

七月十八日(日)快晴、駅へ向かう目の前に今回登る山、常念岳、蝶ヶ岳、大滝山がまるみえで、自然足取りも軽くなります。

大糸線朝一番、六時二分の普通電車で二十分、穂高駅で下車してタクシーです。タクシーに乗り込む前に、今夜の宿常念小屋に連絡をしたら「うちは予約は受けておりません」と年輩の女性の声。これを聞いて僕はがっかりしたのです。今晚の小屋の混雑が想像できたのです。この小屋も今回で四度目ですが、五月の連休の一回をのぞいて、夏の二回はいずれも相当な人数を、一部屋に詰め込まれていたのです。

運転手さんが今朝早く、民宿のお客さんを登山口まで一度送ってきたと話してくれます。車道は山へ向かって、ほぼ真っすぐで、林道になってからは、カーブも多くなり、道路脇には登山者が、そこそこに乗り捨てた車が所狭しと置かれています。一の沢の登山口に着いてみると、休憩所として利用できる立派な小屋があって、小屋の中ではお茶も自由に飲めるようにしてありました。

小屋の表では、かなり年輩の男性が、登山届を記入するように、登山者に呼びかけています。

一九九五年五月、残雪の常念岳からこの一の沢の登山口に向かって、雪溪の急な坂を、尻滑りで降りてきたことがありましたが、その時こんな立派な休憩所があったのかどうかの記憶が全くないのです。

今朝はこの一の沢から沢山の登山者です。男性、女性のグループ、子供連れの家族と賑やかです。

「今日は上の小屋では、札を数えるのに指が痛



写真 1 中央手前に向かって表銀座コース

い」と件くだのおじさん。「二百四十は間違いなし」と笑顔です。僕は人の多いのに圧倒され気味で、「僕で登れるかな・・・と心配しながら来たのですが」と口にしますと、おじさん、「これだけの人が登るとるから、誰かが、なんとかしてくれる」と澄まし顔。

そうか、他の人から見たら、誰か他の登山者を当てにしてくる登山者の一人に、僕も見えるようになったのか、しかたがないな、と遠い過去のこと、よみがえったのです。

二十年近く前のことです。お盆休みを利用して、大混雑する南アルプス北岳への径を、登山者の列に連なって歩いている時でした。どうみても七十歳は十分に過ぎている老人が、両手に杖でゆっくりゆっくり登っています。一人歩きです。僕が同僚の西明義晃先生に向かって「なんでこんな年寄りが、お盆の盛り、人の多い時にくるんかの、時間はたっぷりあるのにな、ゆっくりした時に来ればいいのに、のー西明」と声を掛けたのです。すると、「人が多いから来られる、当てにしてこれるんよ」「何かあっても安心なんと違うか」と口にします。なるほど、そういうものかと心に残り、それ以来年輩の一人登山者を見る目も違ってきて

いたのです。

いよいよ一の沢登山口からの出発です。七時二十分近くでした。地図の案内ではここから常念小屋まで 5.7 km、四時間ですが、足の遅くなった僕は六時間から七時間を見越して歩き始めたのです。

山の神の小さな祠を過ぎてから、いよいよ山径になってきて、同じころ出発した人たちと前後しながら、三時間、四時間。疲れがたまって、休み休み、あえぎながら一歩、又一歩と登ってますと、近くで女性の元気な声「ここが胸突き八丁よ」と仲間を激励し、発破をかけています。樹林の中の急坂です。「むなつき、はっちょうか」こんな言葉、久しぶりに聞くな、胸突き八丁なら頑張らなくちゃ、しょうがない、と僕まで元気をもらったのでした。

ようやく樹林の中の径をぬけでて、残雪の上を登り、再び草つきの尾根のじぐざぐ径です。今渡ってきた雪溪の上に、登山者が小さく見え、かなりの急坂を登っているのが分かるのです。登りつめた所が横よこ通岳とおしと常念岳の鞍部、常念乗越で、小屋は目の前でした。同じように前後して登っていた子供連れの女性が「早かったですね」と言

外に、無事着いてよかったですね、と笑顔で声をかけてくれたのです。午後一時半でした。

小屋から常念岳山頂まで高度差四百メートル、地図の案内では一時間です。しかし今の僕の足なら二時間弱はかかると判断して、宿泊の手続きを先にすませました。荷物を部屋に置いて、サブザックを取り出し、水にアメ玉、カメラを持って外に出たのです。

山頂から降りてくる人、登る人、多くの人達が行き交う中、山頂までのほぼ中間点で腰をおろしてしまい、「今日はもうここまで」と横通岳から東天井、大天井岳、燕岳への眺望を楽しみます。翌朝は、朝食をすませて、五時半に常念小屋を後にしたのです。

昇る朝日を拝みに常念岳山頂へ登っていた人達が次々と降りてきます。後からは元気な人達が、ひょいひょいと僕を追い越していきます。石ばかりの径ですが、足取りも軽く登っていくのです。山頂が七時でした。石又石の山頂に腰をおろし、遠く北西に目を向けます。三俣蓮華岳の右手に低く、ひらべったく双六岳。一部に雪が残っていて、その右手奥に水晶岳。そのさらに右手奥に台形をした大きな山、立山です。五色ヶ原を一部意識して、左手に鷲山。立山の右手に立派な剣岳、八ツ峰もはっきりと認識できるのです。池の平山も目

にできて、さらに北東に白馬連山、その中の旭岳と思われる山が眺められ、素晴らしい眺望です(写真 1、2、3)。

この山も今回で四度目ですが、こんな見事な見晴らしのきく天気恵まれるとは、と山頂の皆さんと共に、この好運に感謝します。

手前、常念小屋の上には二段になって、どっしりと、横通岳、その上に大天井岳、東鎌尾根をたどって、槍ヶ岳から穂高連峰。南へ目をやると蝶ヶ岳はすぐそこ、その左手に、今回是非歩いてみたいと、意気込んで計画した山、大滝山おたきさんです。

遠く富士山、その左手に、南八ヶ岳連峰は権現岳から編笠山、その長い長い裾野が小淵沢の駅まで続いているのを眺めます。

常念岳から蝶へ向かってのくんだり、砂礫のジグザグの径に続いて大きな石の重なった所を通過します。そうだった、そうだったと思い出しつつ歩くのです。十数年ぶりで、蝶槍は目の前、燕岳から蝶ヶ岳への表銀座コースですので、蝶へ向かう登山者達も数組あり、又逆縦走の人達にも出会い賑やかです。

七月十九日梅雨明けを待っての山行ですので、花もはなやかです。ミヤマダイコンソウ、シナノキンバイ、ミヤマキンポウゲの黄色。白い穂を持ったモミジカラマツ、ヤマブキショウマ、カラマツ



写真 2 右手は中央アルプスと南アルプスの北部、手前の山が大滝山



写真3 九月になると猛禽類が乗鞍(右)と御嶽(左)の谷間を南へ飛ぶ渡りが見られる

ソウ、赤紫色のヨツバシオガマ、ゴゼンタチバナ等々ですが、これ等はありません。あまり僕の興味をひきません。

若い人は当然ですが、中高年の男女のグループでも足取りの早い人達は、どんどん先へ行ってもらうのです。彼女達の交わす会話が耳に入らない程度を離れて歩きます。そうすると、自然を相手に、ウグイスの声、風の音木々の緑の香り、囁きと、自分の世界に浸れます。

七月十九日十一時過ぎには、蝶ヶ岳ヒュッテに着きました。ここで昼食をすませて、横尾へ、又ながかべ長堀尾根を降りて徳沢へと、今迄七月に二回来た時は降りていたのですが、今回は翌日の大滝山歩きがあり、これが主な目的ですので、今日はここ泊まりでゆっくりします。

連休の二日目海の日、上下二段の下段右の隅をあてがわれました。「今日は昨日ほど混雑しないと思います」と案内の女性。

この年の春、四月二十八日、雪の時に泊まった時は、僕に妹、それに東京から三十一歳と言っていた青年の三人。この大きなヒュッテに、たった三人だったと思いつつ横になって、ウトウトするのでした。

畳一枚に一人の割合で、次々と案内されて登山者がおちつきます。この棟の真中から左右にわか

れた左棟。中央に廊下が通っていて右側左側と上下二段の上段下段へと宿泊者を振り分けて、年輩の方を下段に、若い人を上段へと気配りしています。間仕切は廊下側にカーテンがあるだけです。お互いの話し声はよく聞こえます。中央の通路を挟んで反対側の下段に落ち着いた、六十四、五歳前後の一組の夫婦に、もう二、三歳年上の夫婦二組、関東地方からの人達で、いろいろな山の話から自分達の子供さんの話題となり、娘は嫁に行かず、息子は嫁をもらわず、家は出て行かず等々と会話を交わしているのが耳につきまます。最後は「孫に縁がない」と寂しそうな声で落ち着いたのです。そうだないずこも・・・と思いつつ、又寝入るのでした。

この日の宿泊者は百人前後だったようで、ゆっくり泊まりました。前夜の常念小屋では三百四十人。六十人ずつの夕食は一テーブル六人で、四回転、五回転目のコールには、すごいと思って聞いていましたが、夜八時過ぎ、六回目の呼び出しには驚きました。僕は六畳一部屋に十人で落ち着いたのです。

朝は五時半にヒュッテを出ました。ほぼ同時に六十歳代後半かと思われる男性と五十歳前後の女性の一組が、大滝山への径へと向います。三股への下山径と大滝山への径の分岐点附近には、キヌ

ガサソウの花がややピンク色で咲いていて、ナナカマドの木には白い花が満開でした。そのほか淡いピンクのテガタチドリ、赤紫色のハクサンチドリの花も目につくのです。先ほどの男女の一組の他にも、夫婦の一組、男女四人組が足ばやに僕を追い越して先へと行きます。僕が「今日は徳本峠小屋泊りです」と口にする、しげしげと僕の様子を見ながら、「あんな所まで行きますか」と尋ねます。「ええ、あの向こうに見える霞沢岳、あの近くまでですので、頑張らないと」と言って別れました。彼等は引き返して三股へ降りる予定なのです(写真4)

先行している男女の二人は足が早く、ようやく追い付いたのは大滝山山頂で彼等が一休みしている時でした。会話の中で、この二人は徳本から上高地へさらに松本から「あずさ」で今日中に新宿まで帰る予定とのこと、「徳本から上高地までは二時間半はみとかないと」と注意したのです。

大滝小屋は木造の立派な小屋で、ガラス戸には

徳沢への下山路は現在通行止めと張り紙がしてあり、戸締りもしっかりとしてありました。大滝小屋は蝶ヶ岳ヒュッテのオーナー神谷さんの経営で蝶ヶ岳から大滝山までの径の管理もする。一方、大滝山から徳本峠までは徳本小屋の管理となっているのです。

もともと昭和二十五年ごろまでは、現在蝶ヶ岳山荘のオーナー、中村さん(現在、神谷圭子さん、旧姓中村圭子)の両親が徳本小屋を経営されていたのです。二十六年頃、大滝小屋を作って移り、さらに蝶ヶ岳山へ移られたのだそうで、昭和二十六年頃から、小松さんが徳本小屋の経営を引き継いだのです。

これ等のことが昭和二十七年より徳本小屋へはいつ、いろいろと小屋の心配をされてこられた、現在徳本小屋の主的な存在の中村立雄さん、それに現在の管理人、岩本正義さんとの会話から知り得たのでした。



写真4 テガタチドリ

## 大滝山から徳本峠小屋へ

下関市 原 八洲雄

蝶ヶ岳ヒュッテをほぼ同じ頃出て、先を急いでいる二人の会話が耳につかない程度の距離を置いて、彼女の背負っているザックの赤い色が目にはいると一休みする。こんな調子で、この一組を追いかけたのです。

周囲の高くて大きなシラビソの樹林叢の中を全く一人で歩くのは寂しく、先行の二人に随分と励まされての山行でした。森の中、一寸した台地の上に登り着いた所で、かの男性が「もう槍見台ではないか、と思ってあがって来たのですが、時間的には充分来ているのですがね」と尋ねます。「いや、もうすぐそこだと思いますよ」と僕。本当にほんの少し行った所に櫓が組まれてありました。

槍が見えるのかどうか、足場は組まれていましたが、登ってはみずに先を急ぎます。もうあと二時間かと思いつつも、足取りは自然と遅くなり、相当疲れているのです。

明神見晴からは、徳本小屋、岩本さんの手がいって、所々にピンクのテープが下って

たり、倒木には鋸の目があったりして、勇気づけられるのでした。

新築なった徳本峠小屋に着いたのは、三人ほぼ同時でした。着いて小屋の裏にまわってみると男性が五人、なにやら忙しそうに話しあっています。その中に岩本さんの姿を見付けて、「岩本さん、泊めてよ」と大きな声で僕。「一寸、その辺で時間つぶしとって」と岩本さん。

表にまわって、「ワンカップは」と尋ねる僕に「ワンカップ?」とげげんな顔。「缶ビールは」と問い返すと、「ある」とのこと、「一本ちょうだい」「下関の原ですが、泊めてもらえるかどうか、きいてみてよ」と頼みます。無理だったら明神までおいて嘉門次小屋で泊まるか・・・あと二時間だと算段しながら待っていると「泊める」とのこと。やれやれ、これでビールが飲めると口にしていますと、先行して歩いていた女性が「つまみに」とピーナツを渡してくれたのです。まだ午後二時です。東京までゆっくり帰れると別れたのでした。

上高地のゲートは夕方は八時に閉めるので、



写真 1

七時半ぐらいまではタクシーも待機しているのだそうです。

近くに居合わせた、かなり年配の男性に尋ねます。「これだけの人があがってきているけれど、この中にオーナーの小松さんはおられるの」、すると「あの二人は二人共下で働いとるから、あがってこれん」。「その二人と先代の小松さんはどういう関係ですの」と問いますと、「先代の娘」とのこと。「そうですか、そんなに近い関係ですか、酒好きだった小松さんのお墓、そこにありますよね」と口にしますと「そう」と何でもよく知っています。後で判ったのですが、松原立雄さん、十六歳の時からこの徳本<sup>とくごう</sup>小屋にあがってきて、六十年。徳本<sup>ぬし</sup>小屋の主的な方でした。

本職は地質会社の社長会長を勤めあげ、それ以外に、この人のすごさは竹筆<sup>たけふで</sup>作りの名人なのでした。

そうこうしているうちに、小屋の手伝いにあがってきていた男性が一人、又一人とそれぞれ必要でなくなったがらくたを集めて荷物を造り、背負っておりて行きます。手のすいた岩本さんが外に出てきて、ほんの少しの間、僕と会話を交わします。「八月にはいらないと、まだ宿泊はできない」とのことでしたが、僕の目でみても、まだまだ容易ではない、との感じがしたのです。

小屋は木造で立派な建物です。信州大学の設計だそうで、松原さんの話では、基礎のコンクリート部分だけでも、資材を運ぶのに、ヘリコプターが二十八回往復したとのこと。「この小屋を建て替えても、とても採算がとれないから」と小松さん夫婦に何度か松原さんが注意したのだそうですが、それでも父親が苦労していた姿を見て育った娘さんが「なんとか小屋を残したい」と言うので、「それなら」と工事が始まったとのことでした。松原さんのお話から、小屋を作り、それを維持することがいかに大変かを、かいまみた思いがしたのです。

この日(二〇一〇年七月二十日)、小屋に残ったのは、五十歳前後かと思われる女性が一人、ネパールからのアルバイトの青年が一人、この二人で食事の用意をしているようでした。二人の間の会話は、かたこ

との英語と日本語。それに管理人の岩本さん、この小屋の古くから主的存在の松原さんに僕。夕食はこの五人。商品ではない、下から持って登ってきて小屋に残っていた、本当の意味でのワンカップが飲めたのは、僕一人。

七十六歳になる松原さんは酒は飲まず、いろいろと筆作りのお話しをしてくださるのです。ペットボトル程度の筆を作るのには一ヶ月はかかるとのこと、又筆先きの穂の一本一本の竹の太さは髪の毛の太さに削るのだそうです。かつては日本中に竹筆師は、十人前後居たようですが、今では松原さんの筆が、書道家に一番重宝がられていて、京都市は円通寺さん、清水寺にも納められているとのことのお話でした。

清水寺の管長さんの書かれる、新年の漢字は、ひよっとすると松原さんの作られた竹筆かもと想像をめぐらすのでした。

この日、ダンボール箱から取り出したばかりの新しい蒲団が、二組二階に敷いてあり、松原さんと二人でゆっくり寝たのです。太陽熱を蓄電した電気は九時消燈。

それにしても、松原さんは、竹筆のほかにも実物そっくりの蝶々やトンボを作っているそうで、このお話しはいつかテレビで見たような気がしたのです。夕食の時、最初に竹トンボの話が出たのですが、「僕も竹トンボ、子供の頃作って、飛ばしたことがある」と口にしました。岩本さんが「ちがうちがう、あの竹トンボではなくて、実物そっ



写真 2

シラビソとダチカンバの林の向こうに大滝山山頂(右より)  
2009年5月長堀尾根より

くりのトンボを作って枝にとまらせてる」との説明に、トンボ違いもはなはだしいと赤面でした。

七月二十一日(水)、今朝も快晴です。先週末まで雨続きだったせいか、少し霽もやっている感じがしますが、山はよく出ています。

松原さんと二人、峠の展望台の上で穂高を眺めるのです。彼が眺めることのできる峰を一つずつ、右から大きな山前穂高岳、明神岳その左手奥に奥穂高岳、そしてジャンダルム、左手に大きく切れこんだ天狗のてんぐのかしら頭、間岳、そしてこれ又立派な西穂高岳、独標、そして左手遠くに笠ヶ岳です。

左手西穂の上から奥穂へと朝日が峰の上を少しずつ、そめてくるのを待つのでした。

六時になって朝食です。この後、松原さんはオニギリを作ってもらい、霞沢岳の一部崩落した所を調べてくると言って、ひよいひよいと出かけて行きました。「夕方までに帰ればいいので」との言葉を残して、地質調査は彼の専門です。岩本さんが「二十四日(土)まで居たらいい」としきりに松原さんにすすめておりました。僕は明神へおりました。

新築の小屋の思い出として、もう一軒あります。山は剣岳。裏剣と言うか、黒部、宇奈月温泉、けやき平から登ってくる仙人池。少し山好きな方ですと、仙人池にうつった剣は八ツ峰の写真が記憶にあるはず。この仙人池のすぐ近くにある池の平小屋。新築になった池の平小屋に泊まったことがあるのです。

一九九五年七月、この夏は上中下越地方は集中豪雨に見舞われ、宇奈月からけやき平間の黒部峡谷鉄道は寸断されたのでした。

たまたま僕は、雨あがりを待って、富山、かみいち上市、早月尾根の早月小屋。剣岳山頂、長次郎の雪渓をくだり、真砂沢、二股から登り返して、この池の平小屋に着いたのでした。この日の宿泊者は僕一人。しかもこの新しい小屋に泊まるのは僕で二人目とのことでした。

オーナーの米沢直昭さん、宇奈月温泉で酒屋さんの社長さん。彼も富山、むろどう室堂、剣沢、二股まわりで来ておられ、新しく管理

人となられた若い新井慎次さんと三人で、米沢さんところの、おいしいお酒をご馳走になりました。又御右衛門風呂にも入れてもらえ、剣は八ツ峰の黒い山影、赤茶けて見える針ノ木岳を眺められたのです。その時の様子は十五年の歳月を感じさせないほど鮮烈に胸にやきついているのです。池の平小屋は、もともと直昭さんのおじいさんの代から小屋のお世話をされてきていたようで、大正四、五年頃池の平山を中心としたこのあたり、小黒部鉦山の作業基地で、モリブデンを採掘していたのです。

こんなことを思い出しながら、徳本峠を後にして、明神へ向かいます。途中センジュガンビの白い花、一度意識すると忘れられない花で、嘉門次小屋に着いたのは、まだ朝の十時でした。静かな小屋の前で、酒二合と岩魚の塩焼を頼みます。

小屋の外、観光客用に道を挟んで左右に用意された沢山の木製の長椅子とテーブル。その右側にある生簀いけすに一番近い所に陣取ります。

盛んに鳴いているウグイスの音が、あまりに鋭いので注意してみると生簀の上にさしかかった木の枝を、あっちこっちと飛びながら鳴いていて、その姿の小さいのに感心してしまいます。僕の手の親指ぐらいの大きさで、光のかげんか、黒っぽく見えるのです。あんな小さな鳥が、こんなに鋭い鳴き声を出して、と感心しながら酒を口にするのでした。この年の四月下旬に泊まったとき、年齢は二十代後半、この道にはいって四年目と言っていた青年が、生簀から岩魚を網ですく

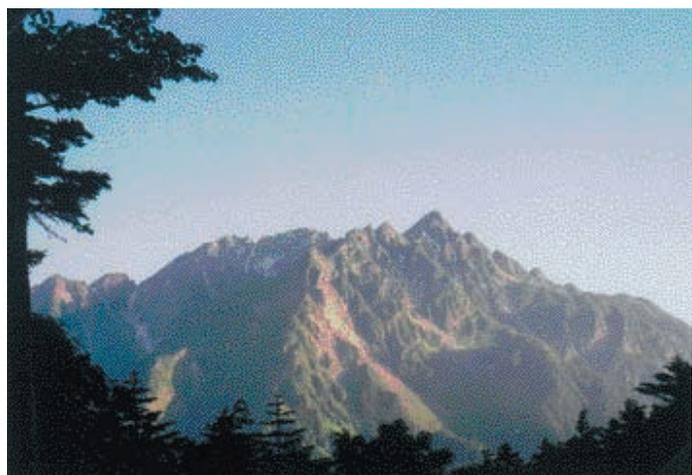


写真 3  
間ノ岳天狗の頭、ジャンダルム奥穂 明神 右前穂

い、一尾ずつ左手に、頭を上にして握り、右手に持った小槌のようなもので、魚の頭を二、三回コンコンと叩いては次に移ります。脳震盪でも起こさせているなど見えていますと今度はその魚に次々と串を刺していきます。一通り終わったようなので「三十尾でしたか」と声をかけますと「数えてましたか」と青年。彼の前にも、少し年輩の方が同じことをしてましたので、朝の十時に六十尾か、今日もお客さんが多いのだなと想像できるのです。

三十年近く前、僕は一人で歩くか、当時七十代半ばであった父と二人で歩いていました。

その頃は梅雨明けを待って出かけ、山を降りてきて松本駅近くのホテルで一泊して帰っていたのです。そんな折、駅の裏、線路よりにある散髪屋さんで散髪してもらいながら、ご主人の話す山の話、ぼそぼそと話す声が耳に気持ちよく、毎年この散髪屋さん「アカイケ」に立ち寄るのが楽しみになっていたのです。僕より三、四歳は年上と思われるご主人に奥様、それに少し若い女性、この三人で店を切盛りしていました。

一年あいて次の年店に寄ってみると奥様は亡くなっていて、ご主人が奥さんと歩いた山の写真をひろげて、思い出を語ってくれたのです。このことがあってからです。「そうか、それなら俺も連れて行こう」と家族で歩くようになり、又友人達と歩くようになって、お盆休みを利用するようになると、なかなか、アカイケに寄る機会がなかったのです。

松本駅は改築され、駅裏の道路も広くなり、線路寄りであったアカイケも移動を余儀無くされ、店のあった辺りは屋根つきの駐輪場になったのです。駅前のホテル東急インに帰り、ホテルでアカイケの電話番号、場所を捜してもらって、タクシーで店に向かったのです。駅に向かって右側、上高地へ向かう道路はガード下を通り真っすぐですが、アカイケへはすぐ左へ曲がります。タクシーは線路に沿うように左折します。散髪屋さん前で止まったのです。

運転手さんに、「つい先き程、この二、三軒先まで来ていたのに」と車を降りたのです。

店は五十歳になるという息子さん、それに奥さんでしょうか、少し大柄な女性の二人でやっていました。

二十一年前の、おとうさんとの話しをしますと「父は七十六歳、元気ですが店には出てこない」とのこと。又その時の女性は、姉ではなく叔母さんだったとのことでした。

山好きな父がよく山へ行っていた頃は、自分は山にはもうひとつ興味がわかなかったけど、このところ、よく歩くようになった等々、話題にします。二面の大きな鏡の間に、ミヤマシオガマとハクサンイチゲの写真が二枚上下に飾ってありました。

三十年近く前、このあたりにあったホテルで目をさますと、鶏のコケッコウが声高に聞こえ、又当時は今と違ってホテルの水道の水も冷たくて、大変おいしかったのだった。無事散髪をすませた後の安堵感のせいか、遠い昔のことがいろいろと胸をよぎるのでした。

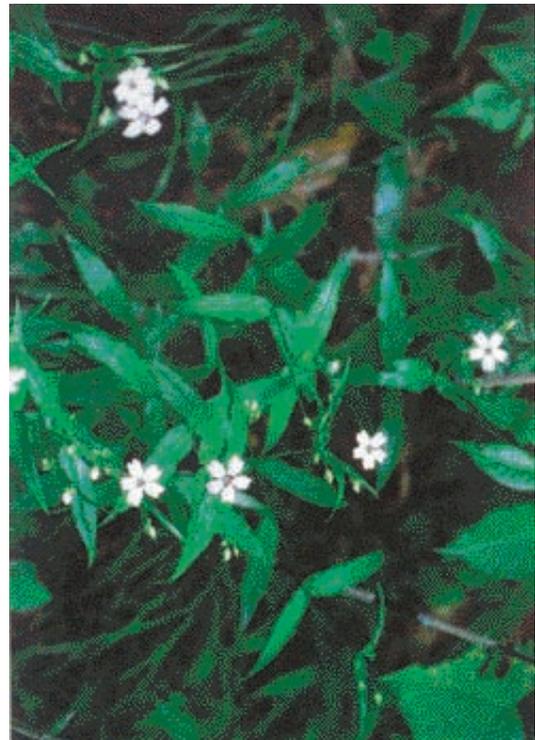


写真 4 センジュガンビ

## ビューティ(ソロウ)フル・マインド

下関市 塩見 祐一

これは僕の好きなハリウッド俳優の一人ラッセル・クロウが、ノーベル経済学賞を受賞した実在のジョン・ハッシュ博士を演じた作品。ハッシュは統合失調症かつバイセクシャルだったことから、マインドって本当に興味深いですね。

ということで、今回は近年話題となってきた“心因性うつ病”、中でも、パラドキシカルでニュータイプな百家争鳴(名)的“うつ病”を除き、オーソドックスな“うつ病”について漢方的に考えてみます。ただ、文中の東洋医学特有な表現語句の概念は、恐れ多いですけど、白川(静)学説流の漢字=image(意味字)の雰囲気でもって説明に代えます。

現代のストレス社会を生きていますと、誰でも精神的緊張や抑うつが起こります。そこで今、漢和辞典の“肝”をひくと二番目に“こころ”の意とあります。ここに、中医学的な“肝臓”の働きは“こころ”の中でも“感情・情動”を司り、それをのびやかにする“疏泄作用”を主とします。

その“肝の疏泄”は、僕たちがストレスにさらされると弱り、ついには滞ってしまい①肝気鬱結となります。これこそが西洋医学的“うつ病”の引き金なんです。

次に、肝気は燃え上って②肝陽化風となり奇恒の腑である脳内を吹き荒れます。中医学的な脳は心臓に対応しますから、それはまた心(←)肝火旺とも解釈されます。

更に、肝気の運行が大渋滞になりますと、五行説で言う“木(肝)剋土(脾)”つまり“肝臓”が消化機能を担う“脾臓”を傷め血虚となります。もう一方のルートは先きの“木(肝)生火(心)”で、神が宿る心も疲れ果てて気虚となります。この病態が③心脾両虚なのです。

それでは、上記“証”に対応する漢方方剤を示してみます。

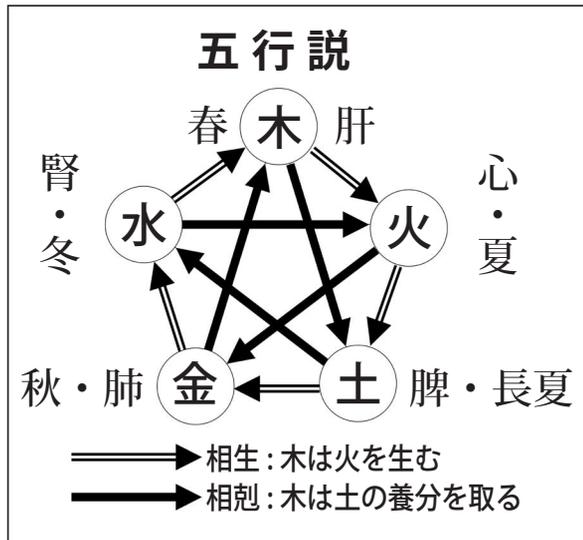
①の肝気鬱血に用いる“和解剤”としての加味逍遙散(10種類の構成薬)

②の肝陽化風に対しての“理気剤”である抑肝散加陳皮半夏(9種類)

③の心脾両虚を治する“気血双補剤”たる加味帰脾湯(14種類)

これら方剤に共通している薬剤は、i 柴胡(疏肝解鬱作用)、ii 当帰(活血補血作用)、iii 茯苓(健脾安神作用)、iv 蒼朮(健脾運脾作用)の4種です。いずれも五臓のうちの肝 or 脾 or 心の陰陽失調を元に戻そうとします。

残りを構成している薬で各々の方剤の特徴を出していると思われるのは、①における疏肝解鬱の薄荷、②で平肝清熱作用をもつ釣藤鈎、③での補気昇陽効能の黄耆です。



翻って、いわゆる“うつ病”の随伴症状でよく見られるのは、“不眠”と“食欲不振→体重減少”です。その内の“不眠症”につき、T社・漢方処方手帳記載中の適応方剤群で、上記①②③の他に柴胡・当帰・茯苓・蒼朮の全部を含んでいるのはありません。だったらこれら4薬から成るシオミの403番“鬱散(ウッサン)湯”を作ってみました。何ですって?「そりゃあ“帰肝臓(キカンゾウ)湯”!」ダッテ。

フウ タ  
颯太顛末記—幸せなんて—

徳山 吉次 興茲

『目が合っちゃたんです』  
彼女は息を弾ませながら両手の中にいる子猫を差し出した。彼女の後ろにはスタッフ全員が固唾をのんで成り行きを見守っている。

\* \*

彼女は出勤途中に偶然ガラス越しに見つめ合い、恋に落ちたのである。

その子猫は、生後 1 ヶ月半ぐらいで、ある店の片隅に置いてある胴丸籠に、数匹の兄弟と一緒に入れられていて、傍には無造作に竹輪の切れ端が転がっていた。その籠はガラス越しに道行く人の目に留まるように『子猫を可愛がってください』の札とともに置かれていた。他の子猫とはちょっと違って、鳴くでもなく騒ぐでもなく、大きなまん丸い瞳が彼女を捉えてはなさない。

彼女は中学生のころ三毛猫に命を救われた経験があるため、ことさら猫には敏感である。鳴き方で猫の気持ちが理解できる才能があり、猫とコミュニケーションがとれるのである。これには行きつけの獣医が舌を巻き、自分にも教えてくれと言うらしい。

言葉はいらない、たちまち一人と一匹は恋に落ちた。しかし今は出勤途中である、半泣きになりながら想いを断ち切って出勤してきた。すぐさまスタッフ全員に子猫の話をした。

「足が動かなかった、でも院長の顔を思い出して……………」

「分かった。店のおばちゃんにお願いして 1 日だけ預かるよ。ほんの少しでも一緒にいよう。それで少しは気持ちが落ち着くかも」

「今日は弟が学校休みだから、家のウサギのバスケットを持ってこさせる」

「でもクリニックだから、院長がなんていうか……………」

「見つかってから考えたらいいじゃん、最悪返せばいいんだから」

「それより、隣の院長室に鳴き声がわからんようにせんとね」

「お昼休みに連れに行こう」

それからたちまちスタッフルームは部屋のレイアウトが変わった。

午後の手術が終わって患者さんが途切れた夕方、飲みかけのコーヒーをおいて、トイレに行くために院長室を出た。

ドアを開けたとたん、何かが足元を横切った。びっくりして

「おーい、何かいるぞ〜」

『きゃ〜、どうする〜』悲鳴に似た叫び声がスタッフルームからもれた。

さっき院長室にコーヒーを届けてくれたときに、子猫と一緒にスタッフルームを出たらしい。

子猫を捕まえるとスタッフ全員が私の前に並んだ。彼女はおずおずと子猫を差し出しなが<sup>待</sup>ら<sup>サツ</sup>経緯を語った。

「しかしここはクリニックだからなあ。衛生面とかあるだろう」

「予防接種も定期薬とレボリューションをキチンとします。決まって獣医にも見せます」

「必ず定期検診します。」

「部屋から決して出しません。拾い食いしない

ように餌は最高のキャットフードにします」

「院長には決してご迷惑かけません」

口々に叫んだ。

「……………」

本来、犬も猫も好きな私は一抹の不安を抱えながら、不承不承 OK をだした。

私の足元を風のごとく颯爽と駆け抜けた子猫との出会いから、名前は『フウタ』とし『颯太』と当て字した。

それから、当院は移転の準備に入るため、1ヶ月の休診に入った。

待合室・診察室・処置室・準備室・手術室など、どこを覗いても段ボールの山である。その間を、まさに風のごとく走り回るので、踏み付けはしないかと気が気ではない。

休憩時間にはたちまち4人のスタッフにもみくちゃにされておもちゃにされる。写真1は遊ぶ合間にポーズをとった生後2か月の颯太であ



写真 1

る。

大過なく半年が過ぎ、颯太も成人（猫）して去勢手術を受けた。すると、食欲はがぜん旺盛になり、みるみる太っていき、私といい勝負のメタボになった。

「これゃあいけん。こんなに太ったら脳や心臓の血管障害をきたす。室内で飼ってるから運動量も少ない。ますます太る。みすみす早死にさせる、人間と一緒だ。きちんと管理せにゃ」

「すみません、すみません。ほしがるから可哀想で、ついやってしまうんです」

「ペットはおもちゃじゃあない。人間の子供と同じように責任もって育てなきゃあいかん。1日の摂取量を測って、2回に分けて時間を決めて食べさせる、分かったね」

「はい、がんばります」

それからは、当院は保育園化した。私より背の高い2.2mの3段ゲージ、排尿排使用の砂・シートが部屋に3か所、自動給水器や小動物用タオルケットなどが取り揃えられ、クリニックに置いて帰るときは当然のごとく1日中冷暖房27度に自動設定。

言われたとおりの食事メニューで微量計量器を用いて正確に量を計り、術後肥満防止食のキャットフードを、定期的というか機械的というか、指示に忠実にというか、1粒単位なのかと思うような正確な量で与えた。

「やりました、先生。颯太は理想体重に戻りました。獣医の先生にも褒められました」

「よかった。よかった。努力した甲斐があったというもんだ。颯太もよく頑張ったなあ」

と喜んだのだが、少しずつ颯太に変化が生じるようになった。

今までは鷹揚に構えていたのだが、ドア越しに『にゃ～にゃ～』とスタッフを呼び、餌をくれと食器の前に座り込むようになった。

「ごめんね、ごめんね」

何度も何度も頭や体をさすりながら、彼女は辛そうに謝る。『にゃ～あ』語尾を少し高く上げて甘えた声を出す。かかえ上げて、いとおしそうに抱きしめる。『にゃあああ』少し語尾を震わせ

ながら鳴き、恨めしそうに彼女を見上げる。どんなに欲しいかどんなに辛いかわかる彼女は、顔が泣きそうになる。

誰かれとなく『にゃあ、にゃあ』と空腹を訴え、時には颯太は背を伸ばして院長室にいる私の腕を甘噛みし、餌をねだる。そんなことが何日も続いた。

「先生、今の颯太、私、辛くてたまりません」

「そうだな、ちょっと可哀そうだな。颯太にとって何が幸せなんだろうな。長生きする理想的な体重なんて、人間が勝手に決めたもんだし、もちろん科学的、医学的なんだろうが。空腹を我慢しながら長生きするのと、本能に任せて腹いっぱいおいしいものを食べて短い人生、いや猫生を過ごすのと、颯太はどちらが本当に幸せなんだ。人間は外見を気にするからダイエットの意味もあるが、猫じゃなあ、見てくれなんてなんとも思わんだろうし。君の得意なネココミュニケーションで聞いてみてくれ」

「真剣なんです。からかわないでください」

「いや、悪い。まず、猫と人間は違う。人間なら、スティックに生きる郷ひろみと、熊毛出身の太った松村邦洋、いや、彼が本能のままに生きてるといわけじゃないが。格好いいのは断然郷ひろみだ。うん、幸せなんて個人差がありすぎるし、一貫性は持ちにくい。周りの状況によっても左右されやすい。時代や国民性でも変わる。そんな中で人は理想を模索する。しかしそれは突き詰めれば自己満足かもしれん。考える人間と本能の猫と根本的に違うだろうなあ」

「だからどうなんです。今じゃ颯太を苦しめてるだけみたいで。理屈のわかる人間だって理想的には生きてないでしょう、院長、時々タバコを吸うじゃないですか、医者のかせに」

「えっ、おれか。いや俺は端からいい加減でだらしない人間だから、もともと理想なんて、叶っこないし。しかしそれでも一時期、真面目に医師としての理想を…。なんで俺の話になるんだ」

「う～ん。俺じゃあなくて猫を基準に考えないとな。猫は考えないから」

「颯太は考えます」

「いや、そうじゃあなくて、猫は理想を持たないだろうから」

「少しは努力するって言ってました」

「わかった。わかった。一般的に猫は理想より本能が大きいだろうから、という意味だ。よし、颯太がいらぬというほど腹いっぱい食わそう。1袋 4,300 円の最高級のキャットフードをいつも満杯に入れといてやってくれ」

何か月もつらい食生活をした颯太は、なかなか目の前のてんこ盛りの餌が信じられないようで、今食べなければまた隠される、とでも言いたげにガツガツ、粒を飛ばしながら食った、食った。

流石に賢い猫である。その内、いつも最高級の餌が用意されていることに気が付いたらしく、満足すると残すようになった。もちろん、私のお昼の弁当に刺身や焼き魚が付いていても、見向きもしないで食卓に所在無さ気に横たわって私を見ている。

「満足、満足。長い手術が終わってみんなと夜食を食べる。ビール飲んで腹いっぱい食べる。幸せ、幸せ」

「なんですか、先生、だらしない格好。ベルトゆるめて。颯太そっくりですね（写真 2）」



写真 2

## 私とバイク

徳山 若林 信生

私が周囲の反対を押し切ってバイクに乗り出したのは 52 歳のときである。「年寄りの冷や水」「危ないから止めとけ」などと言われたが、前任の病院で丁度ツーリングクラブが出来て、楽しそうにツーリングの出来事など話しているのを聞いて私も乗ってみる気になったのである。

私はもともと小柄なうえに、典型的な日本人タイプ（短足・胴長）であるので、バイク選びが大変であった。要するに股下が非常に短いのである。ほとんどのバイクは跨ったら足が地に着かない。やっとシート高が低いバイクがあっても足先がかろうじて地に着くバレリーナ状態で、とてもバイクを支える事は出来ない。

それでもなんとか足が地面に着く 250cc のバイクを見つけて乗り出した。私は仕事が終わると佐田岬半島のメロディーラインを毎日走った。なぜならば交通信号がないからという理由と運転とスピードに慣れるためである（信号機で止まるとエンストするから）。当時は、今は北海道以外にはあまり見られなくなったが、バイクがすれ違う時はお互いにピースサインを出して挨拶をしていた。私は片手を離してピースサインを出す事が出来なくて、前からバイクが来ると眼を合わさないようにと横を向いていた事が懐かしい。

ある程度歳をとるとカーブでバイクを強くかたむけて曲がる事が怖くて出来ない。カーブの手前でスピードを落して曲がるのであるが、若い人はカーブで速く、カーブを曲がり終わると私のズーッと前を走っている。そして直線になって追いつく。この繰り返しであったが、直線になったら少しでも早く皆に追いつくようにとバイクを 400cc に乗り換えた。

私の運転免許証は古いので、車の免許証のオマケに大型二輪の免許もついている。当時は大型二輪の免許は東大の入試より難しいと言われた頃である。せっかく免許があるのに今大型バイクに乗らないと今後だんだん体力が落ちてきたら乗れなくなると言われ、ついその気になって、58 歳のときにハーレースポーツスターを我が愛車とした。このときから北海道ツーリングが始まった。その後 63 歳でスポーツスターからビッグツインのダイナスーパーグライド 1450cc に乗り換え、一昨年 68 歳でまた重量の軽いスポーツスター 1200cc に変えて現在に至る。

ハーレーのバイクは重たいので取り回しが大変である。少しでも長くバイクに乗りたいために体を鍛えようとスイミングにも通っている。

バイクの魅力は何と言っても解放感、風・自然との一体感、加速感の三つであろう。素晴らしい道を走るときは自然と歌が出てくる。大声で歌っても誰にも聞こえはしない。また自然の色や匂いや風が体を包む。アクセルを急に開けると車ではあじわえない加速感を感じる。一瞬脳みそが後頭部に押しつけられるような、ハンドルをしっかり握っていないければ後方にふり飛ばされそうな感じになる。

今まで北海道は 12 回行っているが、そのうち 8 回はマイバイクでソロツーリングしている。最短は道内 3 泊、最長は道内 6 泊のツーリングである。長期間の休暇が取れなくて、夏休みを利用してこまぎれのツーリングである。一週間の休みを取ってフェリーを利用して往復に 4 日かかり、道内は 3 泊しか出来ないからである。

北海道はバイク乗りの聖地といわれるだけ

あってそれはすばらしく、一度行くと病みつきになる。北海道は道がすばらしいだけではなく、食べ物がおいしく、またバイク乗りに対してみんな親切であるし、なんとなくバイク乗り同士は老若男女を問わず仲間意識があり仲良くなる。

一昨年は一人東北ツーリングに行った。竜飛崎、大間崎、恐山、酸ヶ湯温泉、会津若松を巡ってきた。大間のマグロはとても美味かったし、酸ヶ湯温泉も良かったし、会津を訪れ 会津若松城（鶴ヶ城）を前にして幕末・維新を思いめぐらし長州と会津の長年のわだかまりを思う時、長州の人間としてなんとなく感傷的になった。そしてとにかくにも初めての東北もとても感動的であったし、あらためて山口と青森の距離の遠さを実感した。

70 歳の古希を過ぎた昨年はまた北海道に行ってきた。今回の北海道はとにかく走ってきた。一日平均約 400km である。知床・野付半島・開陽台・

糠平温泉・三国峠・美瑛のパッチワークの丘・そして夕張に行ってきた。

ツーリングをして北海道でお世話になった人は、少しでも多勢の人が夕張に行き、買い物でもすれば、またガソリンでも給油すれば夕張の応援になるのではないかとバイク雑誌に書いてあった。私もその意見に賛同したので今回は 3 度目であるが、幸せの黄色いハンカチ広場に行き、黄色いハンカチを土産に買い、ガソリンを入れて来た次第である。

あと何回北海道にツーリングに行けるかは分からないし、もしかしたら北海道はこれが最後のツーリングなのかも知れない。しかしわれわれライダーとしてはいつまでも北海道は変わってほしくない永遠の大地なのである。

ことしもロングツーリングに行く体力・気力があるのか、または近場でお茶をにごすのか、どうなるのであろうか、自分自身が興味しんしんである。



人工物の無い原野を地の果てまでまっすぐに続く道路

## 『長距離走と文学の関係』 ～マラソンは頭と心で走るスポーツである

吉南 金沢 守

2010年11月7日に一万人のランナーが集まり、“下関海響マラソン 2010”が開催されました。この大会は開催3回目の大会ですが、瀬戸内海と日本海の二つの海を見る事が出来る大会、そして温かい沿道からの応援、ボランティアの方々の熱心なサポートにより全国的にランナーの間での口コミで人気が集まり、今年はフルマラソンになると8千人以上がエントリーしています。山口県には防府読売マラソンという由緒正しい、ガチンコなマラソン大会があります。この大会は今年で41回目を迎えますし、防府は昔実業団陸上チームとして有名だったカネボウがありましたので、応援も完成されているそうです。制限時間の厳しさで昔は市民ランナーには敷居が高かったのですが、近年4時間と大幅に緩和され、記録を狙える大会として人気の大会になりつつあるようです。後半のアップダウンがきつく、初心者ランナーだけでなく、エリートランナーにとっても決して簡単とは言えない下関海響のコースとは違い、防府のコースは最大高低差10mと平坦なコースが続くようです。開催時期も12月中旬で風も弱く、気温も低めと好記録を狙うシリアスランナー、エリートランナーも多く集まる大会だと思います。今年の防府読売は12月19日開催予定で、この原稿を書いている11月14日現在、私もエントリーしています。ただ、下関海響の人气が余りに凄くて、防府は県内では有名ですが、全国的な知名度は下関に及ばないと感じます。

さて下関海響マラソン 2009でフルマラソンデビューした私ですが、今年人生2回目のフルマラソンを下関海響マラソン 2010で走らせて頂きました。

結果はグロスタイム3時間48分55秒、ネットタイム3時間46分48秒と目標にしていたサブフォー(4時間切り)をお釣りがくるぐらいの時間で完走することが出来ました。11月14日で47歳になり、走歴1年3ヶ月のおやぢ(おやぢではないです)ランナーとしては立派な記録などと自画自賛しています(笑)。

ちなみにグロスタイムとはどれだけスタートゲートから離れていようとも、スターターのピストルの音が鳴ってから、ゴールするまでの時間です。ネットタイムはスタートゲートを潜ってから、ゴールするまでの時間です。ネットタイムが実質上はそのランナーの力量を正しく反映しますが、日本陸連はグロスタイムを正式なタイムとして認可するので、東京マラソンのように何万人単位の大会で最後尾からのスタートともなれば、15分～20分ぐらいのハンデを背負って走る事になると



いう弱者にはとつても厳しい制度で、ちょっと何とかならないかと思える仕組みです。

私は陸上をやっていた訳ではないです。2009 年 8 月から完全な自己流で誰に教えてもらう訳でもなく、又月間走行距離は 100 キロ以上 150 キロ未満という、フルマラソンへの準備としては非常に心もとない練習しか出来ない状況でした。

一般的にフルマラソンをある程度のタイムで走ろうと思うのであれば、月間 200 ～ 300 キロの走行距離が妥当とされています。400 キロ～ 500 キロ走る猛者もいます。

月間走行距離が不足している状況は今も変わっていません。私がサブフォーを達成できたのは、いわゆるランニング本やランニングを題材にした小説やエッセイを大量に読み、ランナーとしての走り方だけではなく、頭と心の鍛錬を行った結果かなと感じています。

以下に私がサブフォー挑戦への過程で読んだ本を挙げさせていただきます。

「風が強く吹いている」(三浦しをん著)

全く無名の大学が箱根駅伝を目指して奮闘する物語。著者は走る事は嫌いだと、インタビューで語っていますが、ランナーの心理、練習方法、レースに対するモチベーションの保ち方などについて非常に細やかに描かれています。映画化もされました。秀作と言っていいでしょう。ランニングに興味がなくとも普通に面白いです。

「仕事ができる人はなぜトライアスロンに挑むのか!？」(白戸太朗著)

「アイアンマンの作り方」(彦井浩孝著)

上記の 2 冊はトライアスロンに興味があるけど、今ひとつ踏ん切りが付かない方にお勧めです。「仕事ができる人は…」の方は気持ちの問題を、「アイアンマンの作り方」は科学的な問題をそれぞれ分かりやすく書いています。私も初トライアスロン前に、これら 2 冊の本からどれだけの勇気をももらったかしれません。



「ただマイヨ・ジョーヌのためでなく」(ランス・アームストロング著)

この本も小説ではありません。ランス・アームストロングという実在のロードレーサーが、その絶頂期に脳と肺に転移を伴う睾丸癌に罹患しながら、これらの病気を克服し、復活を遂げるノンフィクションです。自転車に興味がなくとも名前ぐらいは聞いたことがある‘ツール・ド・フランス’という世界的に有名な自転車レースが物語のクライマックスで取り上げられています。この本も初トライアスロンの前に読みましたが、挫けそうな心の着火剤となること間違いなしの 1 冊です。

「サクリファイス」(近藤史恵著)

近藤史恵の代表作。彼女は「サクリファイス」と「エデン」という作品で、バイクレースを題材にしております。著者自身はむしろメタボリックな体型をしています。ロードレースの面白さを体感できる 1 冊です。ロードレースはチームの戦い。一人の速く走れる選手(エース)だけでは勝つことは出来ません。アシストというチームの勝利のために、犠牲(サクリファイス)になる選手が必要なのです。この本を読むと、峠をロードバイクで登りたくなります。

「金哲彦のランニング・メソッド」「体幹ランニング」「金哲彦のマラソン練習法がわかる本」「3 時間台で完走するマラソン～まずはウォーキングから」「走る意味」(金哲彦著)

上記の 5 冊は全て、今やランニングのカリス

マコーチとしてその名を馳せる金哲彦氏の著書です。彼の推奨するランニングは著書のタイトル通りで「体幹ランニング」です。簡単に言えば、脚の力だけで走ろうとするから、膝、腰、足などにランニング障害を引き起こしてしまう。従って、骨盤を上手く動かす体幹ランニングを会得すると、自らの体重が推進力になり、すごく速く走れるようになるというものです。名前から分かるように彼はいわゆる在日韓国人です。又、胃癌の手術を経験し、市民ランナーとして復活するに至る過程を書いた「走る意味」はランナーの中でも愛読者が多いです。「体幹ランニング」がどれだけ実践出来ているか分かりませんが、ランニング途中で膝に違和感を感じても、体幹を意識すると確実に痛みや違和感は軽減します。ランニング障害でお悩みの方は必読です。

#### 「マラソンは毎日走っても完走できない」(小出義雄著)

高橋尚子の師、小出監督が書いたマラソン教本です。小出節っていうんでしょうか(笑)。独特の語り口で、ぐいぐい読ませます。「毎日 10 キロ走ってもフルマラソンを完走できるとは限らない」とこの本には書かれています。小出氏が最も重視するのはただ走る事を避けて、心肺に負担をかける全力走を練習の中に取り入れることです。例えば 5 分でもいいから、全力で走る箇所を練習に取り入れるべきである。この本も練習時間が十分に取る事が出来なくても、練習方法にメリハリを付ければフルマラソンを完走することは可能であり、又プライベートベストの伸び悩みを解消出来るかもと勇気付けられる 1 冊です。

#### 「ランニングの作法」(中野ジェームズ修一著)

エリートランナーが読むより、これから走ろうかなと思うランナーにお薦めの 1 冊です。写真や図も多く、内容が分かりやすく伝わります。この本で私が一番印象に残ったのは、ほどけ難い靴紐の結び方でした(笑)。

#### 「非常識マラソンメソッド」(岩本能史著)

この本のサブタイトルは「ヘビースモーカーの元キャバ嬢がたった 9 ヶ月で 3 時間 13 分」で

す。「初心者がクッション性を求めて踵の厚いシューズを履くのは間違い」「マラソンは食べるスポーツ」「踵着地は間違い」などこれまでの常識を覆す、「非常識」な方法が沢山書かれています。サブタイトルの元キャバ嬢は確かにランニング初心者だったようですが、ランナーとしての素養が備わっていたことや、彼女自身が非常に負けず嫌いな性格だったことが、好記録に繋がったような気がします。フルマラソン前の栄養補給について書かれている部分は、下関海響の当日の朝、そっくりそのままではありませんでしたが、かなり参考にさせて頂いております。読みやすいですし、この本が今の時点では一押しです。

#### 「BORN TO RUN」(クリストファー・マクドゥーガル著)

この本は小説かと思う程に登場人物は現実離れしています。‘タラウマラ族’というメキシコの麻薬地帯に住む実在の‘走る民族’と、タラウマラ族に魅かれてメキシコの辺境の地で生活しているカバーヨ・ブランコというアメリカ人、そし



て著者が主人公でしょうか。タラウマラ族はランニングシューズなど履きません。薄っぺらいサンダルで 100 キロ以上の距離を走ります。栄養に関しても、その食生活は決して豊かなものではありません。その他にも実在の非常に有名なウルトラランナー達が登場します。最後のウルトラトレイルレースの様子は圧巻です。又、この本ではこれまでのランニングについての固定観念が覆されます。普通のマラソンでは飽きたらず、ウルトラマラソンに挑戦しようと思う方にはお薦めの 1 冊です。

「走ることについて語るときに僕の語ること」(村上春樹著)

村上春樹。世界の HARUKI MURAKAMI。ノーベル文学賞にその名前が取り沙汰される事も多い村上氏が、フルマラソンやトライアスロンを趣味としている事をご存じない方も多いかもかもしれません。この本は村上氏がその豊富な語彙でアマチュアランナーの気持ちを分かり易く表現してくれます。彼自身のランニングに対する愛情を感じさせる言葉は「もし僕の墓碑銘なんてものがあるとすれば、その文句を自分で選ぶことができるのなら、このように刻んでもらいたいと思う。」

『村上春樹

作家(そしてランナー) 1949-20 \*\*

少なくとも最後まで歩かなかった』

かと思います。他にも心に滲みる名言が多数あります。尚、村上氏自身はレースの途中で脚を痛めて歩いてゴールしたこともありますし、トライアスロンではスイムに対する恐怖心に苛まされ、何度かリタイアした経験を持っています。又、この本はヨーロッパ各国で翻訳本が販売されており、ヨーロッパ各国の市民ランナーのバイブルとなつつあるそうです。「ムラカミ文学」を知らない多くのスポーツ選手達がこの本を購入しているという事実もあり、ランナーから政治家、そして一般市民まで幅広い層の人達の心の支えとなっているようです。その秘密は「少なくとも最後まで歩かない」という村上春樹のランナーとしてのスピリットだと思います。私もこの言葉を支えに、下関海響のレースは最後まで歩かずにゴールすることが出来ました。

「ムネオ流マラソン」(鈴木宗男著)

鈴木宗男はランナーなのです。あのムネオハウスなどで政治家としては、むしろ悪名高いという失礼かもしれませんが、とにかく癖のある政治家です。彼は地元北海道でのレースを中心として結構走っています。政治家が走ると言う、「どうせ選挙の時の票集めだろう」と思われ勝ちなのですが、あの東京マラソンに胃癌の手術を受けた後の 60 歳という年齢で走ってのサブフォー達成にはただ感心する他ありません。奇しくも鈴木氏もこの本の中でマラソンの途中で「歩く」事はなるべく避けるべきだと書いています。その理由は 1 回歩いてしまうと、「歩き癖」が付いて、又走り始めたとしても足が止まってしまう、もう最後まで走り通すのは難しいと言う事です。鈴木宗男の好き嫌いに関わらず、市民ランナーのサブフォー達成のための本と考えれば、お薦めの 1 冊です。

私はこの本にも助けられてサブフォーを達成する事が出来ました。

「シティ・マラソンズ」(三浦しをん、あさのあつこ、近藤史恵共著)

この本はマラソンについての短編集ですので、非常に軽く読む事が出来ます。

三浦氏はニューヨークシティマラソン、あさの氏は東京マラソン、近藤氏はパリマラソンと 3 つの大都市を舞台にしたマラソンを題材として物語を描いています。ただし、3 つの作品で走るのは完走すら危なっかしい市民ランナー達です。もう 1 点付け加えると、著者は 3 名とも走る事はむしろ嫌いです。走るのを嫌いな人達がなぜ、これほど走る人の息遣いが聞こえて来そうな小説を書けるのか不思議でなりません。個人的には、いつか NYC マラソンを走ってみたいと思っていますので、三浦氏の作品が最も印象に残りました。

以上、乱読気味ではありますが、私自身が昨年から今年にかけて、長距離走を走るために読んだ作品の書評を書かせて頂きました。どんなに素晴らしい本を読んでも、全く練習しなければ意味がありません。練習方法や走り方の理論について著者により若干違いはあるものの、何冊か読み、普段の練習にその方法を取り入れていくと、いつ

の間にか自分に最適な走り方が見つかるような気がします。10キロのロードレースやハーフマラソンは深く考えなくても、それなりの走りは出来るような気がします。でも 42 キロを走るフルマラソンや 100 キロを走り抜くウルトラマラソンはペース配分の走る前や、走りながらの栄養補給を自分で管理しながら走らないと 30 キロあるいは 35 キロを過ぎてからマラソン大会がウォーキング大会に変わってしまいます。前半のオーバーペースはアドレナリンが大量に分泌されて、ほぼ競走馬のような心理状態になっているランナーにはよく有りがちな事です。競馬で騎手と競走馬の息が合わないと速く走れないのと同じで、マラソンでは自分という騎手が自分という馬の手綱をいかに捌くかが非常に大切です。ここが‘頭で走る’部分です。そして‘心で走る’とは先に取り上げた村上氏の「走ることについて…」の中に書かれている「少なくとも最後まで歩かない」という気持ちに尽きると思います。よく言われる事ですが、「フルマラソンは 30 キロを過ぎてからもう 1 度レースが始まる。」とか「どんなに調子がいい日でも 30 キロを過ぎるまでは自分の行きたい気持ちを抑えながら走るべき」というトップアスリートやカリスマコーチからのアドバイスがあります。30 キロ過ぎてからの、「少しぐらい歩いてもいいんじゃないか?」とか、「もう十分頑張ったよ。後は歩いてでもゴールさえしたら十分だよ。」という自分の心が発する悪魔の囁きに耐える精神力、即ち心が強いランナーが最後に笑顔で

ゴールラインを越えるのです。私にとって「走る」事は今では生活の一部に完全に組み込まれています。エンデュランス系（持久力を必要とする）の競技は理論的には 63 歳まで自己記録の更新が期待できると言われていています。だから私のように中年になってから競技を始めて、その虜になる方が多いのかもしれませんが。競技を楽しいものにするためには、レースの結果はやはり大切な要素です。やる度に記録が下がれば面白くなるに決まっています。私の当面の目標はフルマラソンでの 3 時間半切り、いわゆるサブ 3.5 です。更に 50 歳の誕生日までに 3 時間切り、即ちサブスリーランナーになればさぞかしカッコいいだろうと夢見ております。これからも体力のみならず、長距離を走るのに必要な頭と心のトレーニングにも力を注ぎたいと思います。

最後に村上春樹氏の著書「走ることについて 語るときに僕の語ること」から印象的なフレーズを一つ抜粋させていただきます。

「走っているときにどんなことを考えるのかと、しばしば質問される。そういう質問をするのは、だいたいにおいて長い時間走った経験を持たない人々だ。そしてそのような質問をされるたびに、僕は深く考え込んでしまう。さて、いったい僕は走りながら何を考えているのだろう、と。正直なところ、自分がこれまで走りながら何を考えてきたのか、ろくすっぽ思い出せない。」

以上、最後まで読んで下さってありがとうございます。



## 名前を残した フランス女性、イギリス女性

岩国市 藤本 典男

### ショート 10( シャネルという会社を作った女 )

私にもシャネルといえば、香水あるいは着る物、つける物ぐらいの知識はある。私はこういったブランド品には無縁の男だが、珍しく NHK で夜 9 時に月火水と映画番組が続いたのである。初めて観る映画の場面で、パーティーのできるような場所に男女が集っていて、その中に兵隊のいでたちの男が 3 ~ 4 人目立っている。フランス人もイギリス人もいるらしい。そこに若い女がクローズアップされた。その綺麗な娘に歌をうたえ、うたえと人々がいい、それでは coco をうたうわ、という。映画は英語なのだが、歌はフランス語のもので、全体に感じがよく、兵隊の一人が女を気に入り、仲良くなる。そして男の家に行って暮らすようになる。男は貴族の出身らしく、豪壮な邸宅で使用人も 10 人ぐらいいる。彼女は男がやがて結婚を申し込むものと期待するが、なかなかそうはいかない。この男の母親が来て、その食事の席に呼ばれなかった。なぜ私は出られなかったのか、と家せい婦のトップに聞くと、あんたがそんな身分の女かと反問される。男に尋ねると、結婚するやくそくはした事はないと言われる。同じ映画を最初から観ていた人と話すと、彼女は親に捨てられ、孤児院で育つたらしいのである。したがって、男を相手に商売する brothel に近いような店に勤めていたわけだ。……軍服姿の男達は第一次世界大戦 (1914-1918) に参加したフランス人やイギリス人の貴族だったから、庶民の女を多くは結婚相手にはしない。彼女は傷つけられて、パリへ出て行き、そこで帽子屋を開く。借金はかさむばかりだが、なかなか売れない。イギリスの軍人だったボーイという男が訪ねてくる。ちょう

ど家主などの借金取りがくるが、彼女は文無しで、ボーイが代わりに払う。彼は彼女に結婚を申し込むが、借金を払い終わったら受けるという。プライドの高い女である。彼がいろいろな階級の人達を紹介してくれて、帽子屋ばかりか、働きやすいシンプルな女の服を種々つくり、これも売れ筋となって、この道で成功する。男にしる女にしる、事業に金なしから成功することは難しい、一つのストーリーである。ボーイは大戦の服役記録を書いて出版し、それがひどく売れて、ファンの若い女と結婚を約束する記事を彼女は見る。仕事を得て、それに自分を奪われ、ボーイとの生活を諦める。場面は変わって、老婆がファッションショーに熱を入れている話に変わる。彼女がシャネルという女の為の会社を作り、切り盛りしている様子が主題になっている。ああ、美人で歌の上手だった女が男達にもてあそばれた末に、女の誇りに目覚め、その結果有名な会社を作り、生涯をささげたのだな、と判る映画なのである。一人の人間が最初に考え行動し、人や社会がどのように応えてくれるか、老年になって、どのようになるのか、誰も判っている者はいないと思うが、何かに反発し、それを貫きとおした平凡な女の一生とみる事ができる、運もあったが、人それぞれである。優れた女の生き方の一例である。

### ショート 11( ポッター嬢 )

Miss Potter は辞書によると、1866 年に生まれ、活動し 1943 年に亡くなっている。映画の題名は Miss Potter であった。彼女は動物のスケッチが子供のころから上手で、ウサギやアヒルなど色々な角度からえがいている。ウサギを自分で書いて

みるとウサギなのかネズミなのか、はっきりしないから、やはり才能が要るのであろう。わたしがこの映画を見始めたところは動物のイラストレイションとその物語が子供用に作られ、それを出版社に持って行き、何とか本にできないだろうか、というシーンからだった。この頃、こんな本はめったに本屋にはなかったようである。だから出版社としても冒険であり、売れなければ損失は大変なことである。彼女の本、女性でなければ書けない、子供の為の夢のある多くの著作は日本でも出版され、わたしも見た事がある。まあ、いうなれば少女アニメの先駆者のような人である。上流階級に生まれながら、自分の仕事をして、収入を得て、それを昔からある周囲の自然の、開発されるべき運命にある農地を買い、死後は自然野として残し、政府に寄付している。19 世紀の英国は資本主義の実験場であり、自然の破壊、環境汚染、人間を労働力としての評価等、今までと異なる人間社会の出現が著しかった。こういった社会の評価をマルクス、エンゲルスは人間を物質的な立場からみる論文を書き、理想の共産主義社会までも夢物語のように書いた。一方においては自然を破壊してはならないという考えや種々な草花や植物を植える動きが活発になっていく。これらは自然破壊に対する反省であると同時に、単調なイギリスの自然の修飾を人々が欲するようになった事にある。

環境破壊に対する反発でもある。その一つがガーデニングという形になっていく。これも多くのプラントハンターの出現と植物学の発達が基礎にあるが、ポッター氏の本や自然保護への傾倒も英国社会の変動と無関係とは思えない。このような急激な社会の変化の中で、人々が考え、行動しなければ社会から取り残されていったであろう。母親が勧める結婚話に乗らず、32 歳まで独身をとおし、動物のイラストとその物語を書くことに生きがいを感じる。その原稿料でロンドンから離れた地方で自然に親しみ、ときには草花や野菜を植え、アーティストとして活躍しながら、周囲の農地を買っていく。一度は婚約もしたが、相手が感染症で死に、晩年になって結婚もする。彼女の一生は私達が注目し、見習うべき生き方である。私は男でも女でも、その一生の生き様をみて、できたら彼ら彼女らの生涯を描き残したいと常々、物書きの好きな一人として思っている。詳しい伝記を書く者もいるし、このように 90 分の映画にする者もいる。一人の人の生き方はみな違うし、懸命に生きて、映画に為らない者がほとんどだが、身内の者など良く知っている立場でみると、評価できる人々はけっして少なくない。Miss Potter の映画はつまらないドラマより余程面白く、また興味を惹かれたのである。



## ベビーカーに優しい国スイス

下松 岩本 功

2010年2月にアメリカの情報誌 International Living に「住みやすい国ランキング」が発表されました。これは生活費、経済、環境、自由、健康、インフラ、治安と気候の9つの指標を採点し、総合点100で評価したものです。194カ国でのトップは自由、健康、治安とインフラで高評価されたフランスが82点で、オーストラリアとスイスが81点で続いています。環境とインフラの指標だけから見るとスイス、オーストリア、フランスの順で逆転します。残念ながら我が国は、生活費の指標では最下位のスウェーデンに次ぐワースト2で、さらに経済指標の悪化などを加えると36位です。私は、これまで健康、文化、経済や自由の指標が低いために下位にランクされる開発途上国ばかりを訪れ、ランキング上位にランクされる先進国の実情は殆んど体験していませんでした。

2010年4月から次男(長大・一内)がチューリッヒ大医学部のリウマチ研究所に留学となりましたので、家内のお伴でスーツケース一杯に日用品を詰め込み、10月にルフトハンザ航空のフランクフルト経由でチューリッヒへ向かいました。14時間の旅は事前に登録していた機内ドクターとしての出番もなく、無事に冬の始まりのスイス入国となりました。次男一家は、チューリッヒ郊外のウスターという所で生活を始めましたが、6歳、4歳と2歳の子供を抱えて、自家用車も無く、アパートに閉じこもりの状態ではないか想像していましたが、空港にベビーカーと共に現れた元気な一家を見て、この心配も吹き飛びました。これまで高齢者施設ばかりに福祉先進国

というイメージを重ねていた自分が恥ずかしくなりました。スイスでは何処にでも車いすやベビーカーで移動でき、幅広いエレベーターとスロープが空港や駅舎に整備され、電車やバスはすべて低床車で、ドアは外からも開けられます。また路線によっては自転車を乗せる広いスペースもあり、乗り込んでくる家族連れの明るい笑顔が印象的でした。さらに道路交通マナーも良く、横断歩道の手前では数メートル先から車は止まり始め、まだ大丈夫と通り抜けようとする車が多い国とは大違いです。

実際にベビーカーを持参してどこまで行けるのかとの思いで、亡き両親がよく話していたアイガー北壁や氷河を眺めるために「Top of Europe」と言われる、ユングフラウヨッホ(3,454m)に行きました。登山電車も低床で、ホームが無いところが多く、そのまま平地を移動している感じのまま3,454mに着きました。登山電車は高度



スイス製ベビーカー(ウスターにて)

馴化のためにスロースピードでしたが、展望台(3,571m)では「めまい」がするという急性高山病となり、孫たちも何となくおとなしくなりましたが、やがて馴化され同行者一同は元気になりました。チューリッヒへの帰路に首都ベルンに立ち寄り、旧市街では中世にタイムスリップした気分を味わい、ベビーカーが高級な乗り物にさえ思われました。

スイスの駅には改札口というものがなく、バスから電車へ、歩道からトラム(路面電車)へと

車椅子やベビーカーでスムーズです。この優しさは近隣の国とも共有しており、週末には気軽に孫たちはドイツでのレゴランドなどを楽しんでいるようです。

わずか1週間ばかりでしたが、孫のベビーカーを押して歩いてみて、違った目線から「人の幸せ」とは何かを考えさせられました。日本では多くの中高年の方々が、スローライフを求めておられます。しかし、住みやすい国ランキングの第36位では、まだまだ程遠いと実感した旅でした。

→クライネ・シャイデック駅にて(2,061m)



←ユングヨッホフラウ駅にて(3,454m)

→アレッチ氷河に遊ぶ  
(アルプス最大の谷氷河、約24km)



## 「33 人、そして、その後」に想う

吉南 小林 憲治

総員が無事に救出された現在、この話題は目新しいニュースでは無い。そこで、その経過を顧みながら表題に示す『その後』について暇つぶしの愚考を披露してみたい。

周知の如く、平成二十二年八月五日に発生したチリのサンホセ鉱山の落盤事故は、世界中で数十億の人が固唾を呑んで重視する中、「過去に類を見ない」と言われた方法で行われた懸命な救出劇の結果、予想を遥かに覆して奇跡的に早期に全員が無事に救出された。

世界が救われたといっても過言ではなく、国を超えて、誰もが感動と感銘を受け、数々の教訓も残した。

突然、地下七百米へ閉ざされた鉱員 33 名は、十七日間の隔絶された日々を経て奇跡的に生存が確認された。

**Estamos Bien En El Refugio Los 33**

は、生存を知らせる地中からの第一報であった。

その後の英知を尽くした懸命な救出作業で、絶望的な地中幽閉から 69 日振りに全員が無事に生還した。

当然、事故発生直後の現場はパニック状態を来し、無秩序で全く整然さを欠いた状態だったようである。突然の落盤と更に続く再落盤の恐怖の中、死に直結する絶望感を肌で感じながら、劣悪の環境の中の十七日間だった。

屈強、且つ、血気盛り、性格も考え方も各様の壮年者達が 33 人も居れば、各人が夫々の諦めと死への恐怖感を交差させながら、当然、混乱し、殴り合いなどの諍いもあった、と言われる。誰でも突然の極限状態に出遭うと、理性を失い「剥き出しの自己欲」で対決するものである。

しかし、今回は速やかに冷静を取り戻してリーダーを決め、その後は極限を生き抜く最低の規則に従って行動したことが、結果的に救助に繋がったことは言うまでもない。

事故直後の極限状態では各人がそれぞれリーダー的感覚だったろうから、それを纏めるには一人の強力なリーダーを必要とする。

今回は優れたリーダーを得て、彼等是一日二度の祈りと分担作業で秩序を取り戻し、奇跡の生還に望みを繋いで頑張り、被災から十七日目に生命線を繋ぐ連絡用のドリルの先が通じた時、「嬉し泣きが起こった」と言うのも同感できる。

地上の懸命な救出作業もさることながら、極限状態の中で示された強いリーダーシップとそれに従った全員の「秩序の保守」が救出成功の最大の基で、当然、お互いの信頼なくしては保たれない。

“ドン・ルチョ”と呼ばれたルイス・ウルスアさん(54)のリーダーシップと相互のチームワークで絶望せず、希望を持ち続け、励まし合い、助け合うことで極限状態を乗り切り、種々の極限状態時に於ける対応と教訓を残して奇跡の生還を果たした。

リーダーとしての鉄則は、気配り、危機管理の徹底、抜け駆け禁止と仲間意識、一人でもパニック状態に陥らせないこと、勇気と希望を持ち続けさせること、冷静沈着と分別、生活の態度を分業して夫々の持ち場を守らせる・・・等である。

とりわけ、皆を平等、つまり、全ての事柄を“真の共産たらしめる”ことであり、特に『食料の管理⇒均等な割り当てと備蓄の残余食糧の予定計算(\*この度の場合は、細々と食い繋いだ備蓄食料

が遂に尽き果てて、その後、72 時間が絶食状態だった)、生活区分の分離(睡眠・食事・排泄の三分区への仕分け)、現場の安全管理と安全基準=環境の管理』であろう。

そして、『常に前向きな計画と行動を考え、外部情報を取り入れること→助けてくれる人がいることに期待を持たせ、人事を尽くして天命を待つ』ことが大切である。

地中での治安維持に努め、“他の作業員より先に地上に戻ることを固く拒んだ”というリーダーのウルスアさんは、宣言通りに最後に地上へ戻った時、地上で何かと目立つ言動に始終したセバスティアン・ビニェラ大統領の「優れたリーダー、お帰り」という労いの言葉に対し、「次は貴方の番です。二度とこのような事故が起こらないように」と冷静に答えた。

彼の冷静さ・堅実さが、一人、大きく見受けられ、私にはパフォーマンス大統領に対する皮肉として“溜飲の下がる思い”を感じた。

受難事故→極限状態からの「冷静判断」による他の脱出成功例を挙げると、(イ) 京都舞鶴バス水没事故(平成十六年十月二十二日)、(ロ) 是沢船長の漁船沈没(平成十九年二月十三日)等があるが、詳細は割愛する。唯、これ等も、それぞれの牽引者の態度が立派だった。蓋し、極限状態時には冷静に沈着行動が取れる人の存在が必至である。

人は誰もが、ある日、突然の事故に遭うと、個人の意思に拘らず、良くも悪くも時の話題の中心的主役になることがあり、特に、報道次第によっては、しばしばヒーロー化される。

ヒーロー化となる場合、ある言を借りて言えば『偉大な人間はいない。普通の人間達が必要に迫られて、状況に強いられて、偉大なチャレンジを達成するだけだ』ウィリアム・F・ハルゼイ、とある。

しかし、報道は更にショーと化し、加速し、好むと好まざるとに拘らず、ヒーローの立場に曝され、更に、報道ショーは当事者達の色々な人間模様を浮き彫りにしてしまう事もある。

今回の場合も地中閉鎖中や救出後に、新生児出産、求婚・離婚・愛人問題(解放後に突然、現れた別の愛人など)、地中でムードメーカー役だった者が救出後に精神的動揺を来した、閉鎖中の

日記からヒントを得て作家を目指す、元チリ代表サッカー選手の紹介(彼は救出直後にリフティングをして見せた)等々が披露された。

又、解決後に解明され、あるいは噴出した種々の問題としては、(イ) 資源の大量消費問題(世界の銅不足の現状=中国の利用度過剰)、(ロ) チリは銅の最大輸出国、(ハ) チリ鉱山の安全基準規制低下の暴露、(ニ) 救出後に当事者たちの地下での出来事の言論が統制された(⇒映画化や製本への為か?)、(ホ) 落盤事故当事者以外の他の社員の解雇→当該会社の負債が増えた結果?・・・等であった。

いずれにしても今回の場合、直接当事者達の直後問題は一応、全てがメデタシ・メデタシで終わっているのは至福だったと思う。従って、この救出劇を「前者の轍」として、今後の参考例にすべき、と考える。

そこで私が特に重要視するのは、ある程度の時間を経た「その後の 33 について」である。つまり、発生事象の全ての事柄が短期に完全終結する場合は良いが、その後に“後を引く場合が問題”である。

特に、今回の場合のように無名・平凡・普通に生活していた人達が、或る日、突然、ヒノキ舞台に引き上げられ、ドラマチック・ストーリーの主人公に担ぎ上げられた時の「その後」の経過が問題である。つまり、事件の解決後の経過に人生が大きく変わるとすれば大問題だ、と思う。

勿論、事の結末を利用して更に出世する場合は良いとしても、利用された後に見捨てられるようなことが有ってはならない。

通常、“人の噂も七十五日”と取沙汰される世の中で、「その後の・・・」は、主役達が辿る経過として“極めて大切なことだ”と思うし、“終わりよければ全て善し”、或いは“晩節を汚さず”が人間には大切だと心得る。命より名誉を惜しめ、と言ったら言い過ぎだろうか。

少なくとも、決して有頂天にならず、自分の分別程度を弁えて矩を超えず、“その後”を、しっかりと「身の程」で貫くことこそが肝要だ、と愚考する。一般論として言えば「事前と同様、事後も平凡に過ごすことこそが無難」と、考える。

この度のチリ鉱山のような事例が発生すると、

何時も私は「その経過の最終結末」について「天晴れと喝の相反する二つの実例」を思い出す。

尤も、この度の「チリの例」に対して当を得た譬えであるか否かは分からないが、二例とは“赤穂浪士義拳”と“硫黄島の星条旗＝スリパチ山国旗掲揚の六人”であり、ここでは特に天晴れと解釈する“赤穂浪士義拳の結末”についてホンネを述べてみたい。

赤穂義士の結末について、“賛美助命論”の新井白石派（林鳳岡・室鳩巢・浅見綱齋等）や多くの民衆の喝采に湧く中で、荻生徂徠は「処分裁定議論」で“義士切腹論”を主張した。両者は賛美と極刑の両極端であり、結果は全員が切腹して果てた。

即ち、荻生徂徠は、その「徂徠擬律書」で

『義は己を潔くするの道にして法は天下の法矩也。礼を以て心を制し義を以て事を制す。今四十七士、其の主の為に讐を報ずるは、是侍たる者の恥を知る也。己を潔くする道にして其の事は義なりと雖も、其の党に限る事なれば畢竟は私の論也。其の所以のものは、元是長矩、殿中を憚らず其の罪に処せられしを、またぞろ吉良氏を以て仇と為し、公儀の免許もなきに騒動を企てる事、法において許さざる所也。今四十七士の罪を決せしめ、侍の礼を以て切腹に処せらるるものならば、上杉家の願も空しからずして、彼等の忠義を軽せざるの道理、尤も公論というべし。若し私論を以て公論を書せば、此れ以後天下の法は立つべからず』

として、全員を切腹に追い込んだ。

（＊落語界では「徂徠豆腐」という落語の中で“見事に花を咲かせたのであるから、見事に・・・、見事に散れ”と、説いている）。

日本には“タテマエとホンネ”という誠に都合の良い言葉がある。そこで、私は“荻生徂徠の真意”を次のように考える。つまり、荻生徂徠はタテマエを「徂徠擬律書」という正論で通し、ホンネの理念を「虎は死して皮を残し、人は死して名を遺す」という「爛漫時の散華＝切腹」という形で貫いたのだ、と想う。

当時は「人生五十年」が通念だったから、彼等の残余の人生は長いのである（切腹時、四十七士の平均享年は四十）。

ヒーローは“天晴れ”という名誉のまままで生

き長らえてこそが価値観である。

だから、社会保障の無い時代に浪人の身では、この先、暮らしに困り、悪に身を染める者や乞食に身を襲す者も出ないとは限らない。であれば、ヒーローの姿で立派に、武士としての本懐である名誉の切腹で散華させてやれば永久に美名が残る。

つまり、ヤンヤの喝采の中で終われば汚名は残らない。美名というホンネのまままで終わらせて、後世に名を残させてやりたい。これが、荻生徂徠の狙いであったのでは、と私は想う、否、そう願いたい。

（尤も、赤穂四十七浪士義拳の名声は、当時の庶民の共感を得た結果だったし、幕府政治への批判だったという説もあり、更に、「仮名手本忠臣蔵」と銘打った歌舞伎などで相乗的に持上げられた、という事実もあるのだが）。

（彼等は敵討ちの免許も持たず、徒党を組んでの暴拳だったから、「打ち首・獄門」が当然とも考えられた。）

更に、私の蛇足的思考は続く。二十九歳で伝馬町の露と消えた吉田松陰は、死を前に記した留魂録で『今日死を決するの安心は四時の順環においてうる所あり。（中略）。十歳にして死する者は十歳中自ずから四時あり。二十は自ずから二十の四時あり。三十は三十の四時あり。五十、百は自ずから五十、百の四時あり』と言っている。

私も“各人の人生にその長短の違いはあっても、各々の人生には春夏秋冬の四季が在ったのだ”と信じている。

だから、大石良金主税（享年十六）や矢頭教兼右衛門七（享年十八）も、又、堀部金丸弥兵衛（享年七十七）にも、夫々の人生に四季が有った、と私は想いたいし、年齢差には関係なく夫々が人生の四季を全うしたのだ、と解釈する。

つまり、思考力と想像力を有する人間は、タテマエ的にそのように思わなければ納得が得られないし、誰にも必ず“人生の終焉”はあるのだから「納得した死」を選びたいのである。

余計なお節介と言われるかも知れないが、チリの 33 人（最低年齢十九歳→最高年齢六十三歳、平均三十九歳）の各人の四季は、恐らく、まだ大方が春か夏の時期であろう。

以上、“赤穂浪士の天晴れ決着論”の半面経過を辿った“喝の例は硫黄島の星条旗⇒（造られた偶像だったとも言われる）”で、つまり、輝かしかるべき“その後”が無残な結末で終わった例である。

尤も、私はこの話の史実の詳細を心得ていないし、映画と出版本から得た想像の経過のみだから詳細は割愛するが、この場合は重圧に耐え兼ねた一人が名声に押し潰され、酒に溺れて身を破滅させたというのだが、英雄の名に負けた本人は、“造られた虚像だったから悩んだ”のかも知れない。

ヒーローとされた“硫黄島の星条旗掲揚の六人の兵士”達のうちの三人はその後の戦闘で戦死し、一名は重症の負傷で、後二人のみが健康体で帰還を果たした。が、生き延びた三人のうち、健康体で帰還の二人は運命に圧倒されて惨めな最後（英雄と崇められたことを気に病んだ心臓発作？とアルコール依存症）を遂げ、最後の重症の負傷で帰還した一人は、この時に受けた“硫黄島の海軍殊勲章”について四十七年間、殆ど、語ることなく世を去った。

生き長らえた三人の「その後の姿」の悲劇・悲惨・重荷が、硫黄島の英雄の結末を象徴している、と言ったら冒瀟と取られるだろうか。

生き長らえた「その後の三人の経過が陽性の生涯で無かったから」、総じてが「硫黄島の英雄」として真の名声を得なかった、と私は愚考する。そして、誇り高きヒーローの最中に名誉の戦死した三人の名声さえも、生き残った三人の「その後の経過」の影響で押し流され気味だ、と言ったら考え過ぎだろうか。

今回のチリの場合、リーダーが最後に地上に姿を現して「私は鉱山労働者として生きて来たから、鉱山労働者として死にたい」と、こともなげに呟いた言葉に私は感動した。巷では数多のオファーが叫ばれ、特に彼は大統領候補にとさえ囁かれる最中であった。私は彼の有言実行を信じた。

“武士は食わねど高楊枝”という言葉もある。チリの 33 人の「其の後の経過」の中に少し位の苦しいことがあっても、又、少しは“無い袖を”振ってでも怠惰せず、汚名に身を落とすことなく

頑張る。事象の全ての評価は、結果論で決まる。

勿論、この度のチリ鉱山救出劇 33 人に“切腹の赤穂義士”の話を持ち出すこと事態が適合性を欠いた上に不見識だったとは思いますが、一般論として言えば、

「散りぬべき 時知りてこそ 世の中の 花も花なれ 人も人なれ（細川ガラシャ）」

という心掛けが人間には必要だ、と愚考した次第である。あまりにも日本の思想に偏り過ぎているのだろうか。

落盤事故救出者の一人エディソン・ペニヤ (34) さんが、今年のニューヨーク・マラソンに特別ゲストとして選ばれて無事完走した。私の分析では、「チリのその後」での朗報ニュースに入る。因みに、走行時間は 5 時間 40 分 51 秒だったが、「世界の皆さんに、困難に立ち向かう勇気と強さを持って貰いたいと思って頑張った」という彼の言葉が心地よく聞かれ、私は“その後の天晴れ行為”として認定する。

最後に、極限から九死に一生の奇跡で甦ったナイス・ガイ達のこれからの生涯に幸あらんことを祈念して、無責任執筆の筆を擱く。

## 行く年 来る年 つれづれなるままに

宇部市 三好 敏之

先哲曰く「年年歳歳等しからず」有情無常の狭間で、走馬灯のような人生を辿っています。

昨年新年号で宣言してはみたが、果たして遠祖三好長慶の歴史的な 450 年忌が実現できるのか。何より 7 月 4 日と言え、連日の蒸し暑さに打ちのめされ、梅雨末期の豪雨も不安だし「出たとこ勝負」と腹をくくりながらも、大変不安でした。

天気予報では当日が確実に雨と断定され、覚悟を決めて傘を片手に出かけました。運命の朝早く空を仰げば、厚い雲で覆われて、雨こそ止んではいるが、いつ降り出してもおかしくない。だれもが押し黙ったままタクシーを飛ばしました。去年 10 月の前年祭も夜明けまでの土砂降りが、京都に着いた途端に止み、運転手さんから「お客さんを歓迎するような変わりよう」とお世辞を言われ、お寺に着くころには青空までノゾいていたことを、思い出しながら「今年も二匹目のドジョウを」と念じました。北上するにつれて雨が止み、路面が乾いているのが目につき出すと、夢ではないかとの期待が高まり、急に会話までがハズみ出して、ルンルン気分で大徳寺の門前に降り立ちました。

早速独特の家紋入りハッピーを羽織り、鉢巻姿の緊張した若者たちに出迎えられたが、数本の幟を掲げて受付や案内に余念がなかった。もしも昨日のような土砂降りなら、テントを張るところではなかなただけに、天佑神助と手を合わせました。

境内もハッピー姿がチラホラ、250 名の三好一族が溢れ、まるで貸切状態、見ず知らずの善男善女たちが会釈を交わし合い、ズッと前から顔見知りだったように、和気藹々と振舞っていました。

大徳寺本堂に接する聚光院は、400 年以上も前の室町時代から千家以外は非公開ですが、暴君秀吉が千家と三好家全員の処刑を命じたとの情報が洩れて来たので、全員が着の身着のまま、僧侶

などに変装し、偽名を使って、バラバラで京都を脱出した。直系の三好長勝は縁あって毛利元就に匿まれ、一族も萩周辺に潜伏したまま、都とは縁遠く成って行った。一時会津に潜伏した千少庵は、後に許されて帰京したけれども、消滅寸前の千家茶道を苦勞して復活、表千家、裏千家、武者小路千家に分裂後も、千家一門は毎年利休命日に交替で法要を営んで、400 名もの大茶会を催しながら、三好長慶を祀る聚光院を、度重なる戦火から守ってくださいました。心から感謝します。

7 年前見る影も無いほど落ちぶれた私が、コネも紹介もないままお参りした際「道場破り」とも言える無謀な禅問答を試みたのに、高德な小野澤虎洞ご住職は温かく迎え入れられ、格別なご慈悲とご英断とにより、由緒ある伝統と鉄則を大転換して、全面開放に踏み切られましたが、千載一遇の光栄に巡り合えて感激も一人でした。

4 年前阿知須共立病院の三好正之先生をご案内しましたし、一昨年は伝統的な徳島の「三好長慶顕彰会」を取り仕切られる出水康生会長や、阿波文壇の有志たちと合流して「一期一会」のご縁を授かり、今回の大盛事が実現したのであります。

正直言って予想しませんでした。国宝や重要文化財の狩野松栄、狩野永徳親子競作の大フスマ絵が全部取り払われ、平素は立ち入り禁止の仏間までが開け放されて、大広縁に溢れた人たちが、庫裏にまで雪崩れ込む騒ぎで、一帯は異様な熱気に包まれました。そんな中で三好正之先生と私は棟梁役の武者姿で臨みましたが、余りの様変わりにも夢か現か幻か、言い知れぬ感激に浸りました。引き続き余韻冷めやらぬ全国三好一族大会では、我々棟梁 2 人と顕彰会長連名での大会宣言が読み上げられると、興奮は極限に達して、自然発生的に「エイエイオー」天にも轟き、地にも響けと、

250 名が一斉に関の声を挙げたのであります。

平素は、茶会通いと敬虔な参詣者の足音が響き渡るだけの、静まり返った境内では、前代未聞の舞台が演出された感激からか、意気正に天を衝くような、三好長慶顕彰会の志士たちに囲まれて、棟梁役の私たち山口勢は面食らってしまった。

こうして 1 時間もの間、94 歳の三好正之先生は微動だにされず、太刀を握り締めたまま、凛として構えられて、大会錦上に花を添えられ、参会者たちからは尊敬羨望の眼差しが注がれました。

兎にも角にも大会が終わり、記念撮影の段取りに成ると、余りにも人数が多いため、5 回に分割されたが、取材のために右往左往する、新聞記者やカメラマンとも交錯して、まるで停車場みたいな騒ぎで、禅宗の厳しい修行道場と全く場違いな雰囲気は一変してしまい、戸惑うばかりでした。

それなのに、慈悲深いご住職は、相談無しでの関の声や大会後の喧騒など、意に介されることもなく、棟梁 2 人と顕彰会長に有り難い「観音経」1 節を揮毫されたご親筆一幅を賜わり、一同 恐懼感激、表装して家宝にしようとし合いました。

先のプロローグ編に続いて、今回の 450 年忌顛末についても、素晴らしい DVD が編集されたので、当日の興奮をお届けしようと、関係資料の一部を添えて、お世話に成った各地図書館とともに、山口県医師会の文庫にも寄贈いたしました。

こうして長州と阿波の有志が、苦節 10 年研鑽を重ねて挙げた狼煙は、再び燃え上がりました。知る人ぞ知る専門誌「歴史読本」11 月号新連載シリーズ「三好長慶 450 年を思い今に生きる」



中央左から三好正之先生、私と三好正規院長令夫人・お孫さん（関西医科大学病院消化器内科）

で詳しく紹介され、全国歴史愛好家の知るところと成ったのであります。

そもそも大徳寺の境内には、聚光院で利休作の「百積庭」龍源院、大仙院、竜安寺など、多数の名庭が凝集しています。その中核を成す枯山水を彩る青石としては、阿波産が最高級品と言われており、船や筏で淀川を経て伏見で陸揚げされて、牛車で都大路を北に運ばれたと書かれています。ここにも三好家治世の名残が偲ばれるため、研究が進むことを心から期待しているのであります。

閑話休題、古今東西を問わず、悠久の歴史では大きな変動が繰り返され、殊に両三年の激動には戸惑うことばかりで、誠に嘆かわしい限りです。

リーマンショックでデフレから脱却し切れないまま、国家財政赤字が 1 千兆円に達するのは時間の問題と言われ、大学を出たのに半分近くが就職出来ないとの大騒ぎ。昭和初期と同じ悲劇が繰り返されようとしていることに胸騒ぎを覚えます。

富国強兵策が実って日清日露の両戦争で勝ち、第 1 次大戦でも生き残ったことに気を良くして、ミニ大國意識に毒されてしまい「末は博士か大臣か」と昭和ロマンに浮かれたのも東の間、金解禁などユダヤ旋風に煽られて、次々に銀行まで倒産する大不況に見舞われ、東大卒のルンペン（ホームレス）が話題に成ったし、東北地方からは多数の子女が吉原遊郭に身売りされて行きました。そうこうしている内に、軍国主義が台頭し「末は大將か大臣か」と風向きが変わってしまいました。

無謀な太平洋戦争では寄ると触ると「打ちてしや止まん鬼畜米英。欲しがりません、勝つまでは。贅沢追放」と唱えさせられましたし、前線だけでなく銃後でも、1 億国民は小さなウサギ小屋で、食うや食わずの極貧生活に泣かされ通してでした。とうとう在学中の学生も学業を中断して、強制的な勤労奉仕か、動員令で戦地に送られ、特攻隊員に祭り上げられては、南海の大空に空しく散って行ったのであります。せめてものこと、生き証人として、涙無しでは語れない数々の経験を、後世に伝えねばならない責任があると思っています。

先日のサミットや G20 関連の経済討論会で、世界規模の大不況克服論争が白熱化して、1 論者が思わず「結局は戦争か」と洩らされると、全員顔が引きつったのが印象的でした。それかあら

ぬか、先年まで日本から ODA の援助を受けていた中国が、核武装した上に最近尖閣どころか琉球までも領土と主張し始め、その根拠に元と明時代に大侵略した領土の地図を持ち出して「夢よう 1 度」と妄想を膨らましてから始末が悪い。11 月 15 日問題の地図がビートたけしの「TV タックル」に登場して、ショックを受けました。

航空母艦を作り、万一にも第 2 次元寇を夢見ているとしたら、悪い冗談では済まされない。横浜サミットの寸前にロシアと密会したとのことですが、日本包囲網を作ろうとでも言うのだろうか。

そう言えば日清戦争後に三国干渉して来た手法とソックリで、相手が変わりロシアと手を結び、日本に敵討ちをするつもりだろうか。

一方のロシアも、道理やメンツなどはカナグリ捨て、ひた向きに不凍港がある海洋への道を求めて来た、伝統的東進政策を復活させるつもりか。北方領土への占有欲をムキ出しにして来ました。もしかして帝政ロシアの 1867 年、アメリカに譲渡したアラスカへの未練が捨てきれないのか。

忘れもしません、終戦直前突如日ソ中立条約を一方的に破棄して、満州に攻め込み、生き地獄の

シベリア抑留や、多くの大陸孤児を生んだ悲劇をもたらしながら、平然としています。日露戦争の敵討ちをしたつもりか。それとも騎馬民族としては、宿命的な血の騒ぎなのだろうか。出口が無いまま、仁義無き戦いを挑んで来たのであります。

尖閣事件では軟弱外交の足元を見透かされて、日本だけにレアアース輸出がストップされ息の根を止める暴挙に踏み切った。政府や業者は一齐に悲鳴を挙げ、モミ手しながらご機嫌伺いしているような有様で、正に切齒扼腕の一語に尽きます。

こうして国内には暗雲が垂れ込み、内政問題とともに、疑心暗鬼から閉塞感が充満して、戸惑うばかりですが、お先真っ暗どころか、捨てたものではなくて、一時の辛抱だと申し上げたいのです。

2001 年の宇部市医師会創立 80 周年記念号に投稿した「私の半世紀と宇部市医師会報」で、前段の電磁波発癌問題に続いて、後段で引用した『メタンハイドレート』を思い出しました。

1999 年 9 月 30 日の日経新聞 1 ページ全面特集で、日本海溝の海底には、日本の燃料消費量に換算すれば、100 年分にも相当する、貴重なメタンハイドレートの塊が転がっていると、根拠



熱烈な阿波三好長慶顕彰会の志士たち



代表世話人(出水康生顕彰会長を中心に阿波放送界・文人グループの有志・京都老舗茶舗代表・歴史学者「眼のアイガン社長」など)



を挙げて詳しく解説されるとともに、石油の時代は峠を越えて、枯渇するのは時間の問題と、懸念され始めた中近東に代わり「資源大国日本」への道のりも、夢では無くなるだろう、と書いてありました。

今では1万mに届く深海潜水艇が実現したし、NHKでさえ日本海溝の海底を撮影して、何回も放映しているくらいだから、深海海底に転がっている鉱物採取の可能性が一層高まって来ました。その後も開発事業が着々と進められていると報道されたし、5年前には新潟沖でも、日本海の浅い海底で、大量のメタンハイドレートが発見されたとの記事を読んで、ますます意を強くしました。いくら強欲な中国でも、ここまでは手が届かず、因縁のつけようも無いし、手も足も出せません。

2008年宇部市医師会報「年男の記」で述べましたが、電磁波の発癌対策が進み、携帯電話やテレビが液晶化され、JRでは画期的な高速化とともに「レールスター」「のぞみ」など電磁波の無害化を達成した。燃料電池自動車も市販され、工場やビルなどではコージェネレーションが急速に展開し、住宅用の燃料電池ボックスも普及して来ました。これらの需要に対応する燃料として、『メタンハイドレート』が大いに期待されます。

鳴り物入りで登場した風力発電事業も、相次ぐプロペラへの落雷による焼失破損事故で、大損害から大赤字が続出して、風力発電事業そのものが崩壊の危機に晒されて来たとし、同じく多額の助成で、どうか軌道に乗ったのではと、期待された太陽光発電も、経験不足から取り付ける技術者が未熟なため事故が多発して、本来期待された耐用年数まで持たず、短縮や繰上げせざるを得ない、深刻な事態に直面していると、報道されました。

とすれば『メタンハイドレート』が脱電磁波、

脱炭素の観点からも、究極のクリーンエネルギーとして、クローズアップされることは疑いなく、開発面で一層のスピードアップが求められます。最近各国が海底資源探査に血眼に成っています。

南米では大昔の海底が隆起して出来た『塩湖』が厄介者とされていたが、今では希少金属の宝庫として、各国が利権の獲得合戦で火花を散らしているし、古くから知られていましたが、海底山脈の海嶺や海溝に開いた熱水口から噴出する、大量の希少金属までが、大いに見直されて来ました。

我が国は火山列島の宿命として、地震と噴火に怯えています<sup>おび</sup>が、メリットは温泉だけだろうか。

その昔、マルコポーロは「黄金の国ジパング」を目指して来たと言われますが、中尊寺の金色堂時代の日本は、世界一の産金国だった。宿命的な地殻変動による地震は御免ですが、地下に眠っている金銀銅や貴重な希少金属が、マグマとともに深く浅くせり上がって来たまま、気付かれずに、まだまだ見落とされているのではなからうか。

現に四国から九州にかけての中央構造線沿いには、名高い別子銅山があり、鹿児島島の菱刈金山では、品質が世界一の金鉱が掘り出されています。金銀銅が産出される地区には、副産物として希少金属が眠っていることが半ば常識とされていますから、努力次第ではレアアースが発見されても、おかしくはなからうと言い出したら、袋タタキにされるだろうか。つつい図に乗って、言いたい放題、書きたい放題と成ってしまいました。

やっと原稿を書き終えた11月23日、北朝鮮砲撃とのニュースが飛び込み、蜂の巣をつついたような大騒ぎに成りました。一生に2度の戦争は真っ平御免<sup>まびら</sup>との思いとともに、ただただ豊葦原<sup>とよあしはら</sup>の瑞穂<sup>みずほ</sup>の国に幸多かれと、神仏に祈るばかりです。

※メタンハイドレート

メタンの分子が水の分子からなるかご状の結晶構造により取り込まれた水和物で、その外観は氷の結晶や雪に似ており、その中に約 170 倍の体積に相当するガスが含まれている。

水がハイドレート化するための条件は低温と高圧であり、自然界では極地と深海がその条件を満足している。

参考文献：21 世紀の海洋エネルギー開発技術  
2006 年 2 月 1 日 日本海洋開発建築協会刊行



「小冊」とされた小野澤虎洞師の揮毫書

小野澤虎洞禅師が揮毫された観音經の 1 節



着火と同時に勢いよく燃え上がるメタンハイドレート (東京ガス広報部提供)



三好一族全国大会宣言 (DVD に収録済み)



メタンハイドレートの分布が確認された海域

## 涙と笑いの門には…

徳山 木山真紀子

人は悲しい時には涙するものだが、直接悲劇的な感情に至っていないのに自然と涙することもある。私なら例えば、好きな曲を生演奏で聞き演奏家の思いのこもった何かに触れることができた時、又は美術館のフロアに展示してある絵画の中にすごく語りかけてくる一枚を見つめた時であることもある。絵画のバックグラウンドを全く知らずに引き込まれるのであるが、それは解説を読むと死ぬ前に書いた最後の一枚であった。このように人間が魂をこめた作品というものは理屈抜きで人を捉えてくる。涙は人のために流すもの、という洒落たセリフもあるが、こんな涙をいくつも自分に流せるならば、どれだけ心の垢を落としてくれることだろう。

人は悲しみのツボは同じであるが、笑いのツボは違うことが多い。だから結婚前のカップルは映画館に行く時は悲劇より喜劇を見に行き、笑うタイミングを確認し、感性がどこまで似通っているかを確認するとよいでしょう、と教えてくれた研究者がいた。この研究者は人間の笑いを徹底的に分析している人である。笑いの定義は声と顔の変化を伴うものだそうである。また、人は一日に平均 17 回笑い、笑い方にも年が出るそうで、アハハハの時間も若い人ほど短い時間で発音し、年を取るに従って時間がかかり、アッハッハッハと水戸黄門の笑いのようになるそうだ。年が分からない時は笑わせてみましょう、と言うことだ。彼はさすがに笑いを研究している人だけあって話の間は随分笑わせてくれ、少なくとも 17 回以上の笑いをもらうことができた。60 分程度もあっという間にたってしまった。

さて、私の通っていた中学には話の長い校長がいた。生徒を立たせたまま（もちろん先生も立っ

ているが）60 分近く演説を振っていた。教育学部付属の中学校だったせいもあり、校長は学部の教授（研究者）であったため、シェークスピアの作品から得られる教訓など内容はなかなか乙なものだった。中学一年の 3 学期（1 月）の校長の話は有名企業の社長の新年のあいさつの話から始まった。舞台は大きなホテルのホールでの新年会、全社員を前にしていよいよ社長の新年の言葉の場面であった。常務の軽快な進行のもと、社長はステージ端から中央のマイクに歩いていき演説を始めるはずだったのであるが、磨かれたステージに滑り豪快に尻もちをついてしまった。フロアには微妙な空気が漂った。大変滑稽な場面であるが大っぴらに笑えない役員たち、日頃から上層部をよく思っていない平社員たちはクスクス笑い、ステージ裾に立っていた社長夫人はバツが悪くてお愛想笑い…ここには様々な笑いが存在した。当の社長はどうだろうか。彼は静かに立ち上がりマイクをもって即興のスピーチを開始した。いや、今年は誠に滑り出しもよろしく、当社の景気も安泰であるなワハハハ…このコメントを聞き、クスクス笑っていた者も、笑いをこらえていた者も皆がドッと笑いの渦に巻き込まれていった、と校長はこんな話をし始めた。この話は私にとって大変印象深いものであり、22 年たってもまだ記憶している。その話をもってして伝えたかった本題からはそれるものの、良きヒントも得た。大切な場面で転んだ時には、滑り出しもいいことです、と試してみるのだが、幸運にもそういう場面にまだ遭遇しない。

人には様々な笑いが存在する。おもしろおかしくただ笑うことも、やさしいほほ笑みであることも、時には人をあざける笑いも存在するだろう。

ある会社の新年会の場面にも存在した数々の笑い、自分が笑われていることを十分知っていた社長は、うまくいかない格好悪い自らの姿を笑い、その内容をもって皆に新たな笑いを提供した。笑いにランクが存在するならば、社長の笑いは最も高級な類の笑いと言えるだろう。笑う門には福来る、とはよく聞くセリフである。ただニコニコ、ケタケタ笑っておけばいいのか…。時には惨めであるかもしれない自分自身を笑い飛ばせる寛容さとゆとりの先には、福来る、と解釈せよと私は中学時代に教えられたのである。

かのアリストテレスは、人間以外は笑わない、と言った。にっこり顔に見える動物はたくさんい

るが、声と顔の変化を伴うと定義される笑いができる動物はかなり限られるだろう。笑うことそして涙することは人間に与えられた素敵な精神活動である。また、その感情の導く先にどんなものを獲得し、どんな世界を展開していけるかも全て私達の在り方しだいといえるだろう。

今年も年をまたいで越えゆくシーズンを迎えた。まだまだ高級な笑いを提供しきれない未熟な自分を振り返りかえる。そして校長の顔を懐かしく思い浮かべ一人静かに笑う。そこにあるのは時がたっても薄れない教えに対する感謝の笑みである。

## 刎頸の友 福島県医師会長とのこと

萩市 山本 貞壽

首を斬られても悔いないほどのかたい友情となった 8 年間。一方が斃れたら、「おまえだけの弔辞があればよし」。71、72 歳になった刎頸の交わりを記す。誇大な表現で故事には羞じるが、それを目指すとして。

NHK 大河ドラマ「龍馬伝」も終了した。原作「竜馬がゆく」で司馬遼太郎氏は最終から七行目に「天に意志がある」と記している。天の意志を女神は前髪だけを引っ張ってくれる（後を向いている者には幸運はない）という生き方があったからかと感慨深い。

「山口県医師会報」第 1550 号、第 1584 号、第 1686 号（いずれも夏季特集号・緑陰随筆）に関連継続している。

### 高谷雄三福島県医師会長は会津人

会津人の長州に対する感情は殆んどの山口県の人には判りにくい。私はやはり司馬遼太郎氏の文章を使わせてもらう。

「とにかく、会津は長恨の土地であろう。太平洋戦争の敗戦ですら戊辰戦争の敗戦の深刻さにはおよばないというこの土地の怨みは、すでにそれを歴史のなかの過去として忘れてしまっているわれわれの無邪気さを激しく叱咤する」

高谷雄三君と私の原稿が掲載された会津で発行されている「会津人群像」2008 No.12 には、会津人による「会津、長州の和解とは、理解できない」、「永遠に交わらない会津人と長州・薩摩人」と題した記事もある。

こうした両地の刎頸の友とは？

私が帰萩して開業したのが昭和 62 年。もう何処に行くでもない訳だから、郷土のことを勉強しようと、歴史と吉田松陰に関するものを読むように努めていた。昨年には吉田松陰殉節 150 年の機に「松陰先生ゆかりの地、人のつどい」全国規模の大会を萩で開くことが叶い、好運にも会長を勤めさせてもらった。松陰は殉死の 17 年前、二度会津を訪れている(脱藩・東北遊歴)。帰萩の頃、長州から会津若松市への姉妹都市なりの申し出が、剣もぼろろのように上手くゆかなかった話と聞いていた。私は猛勉強しなければ叶わぬことと指摘した。

この件につき何の実もなく 10 年が経過。平成 10 年、毎年開催されている長北医学会の準備委員長になった私は、「吉田松陰の東北紀行」(のうち「吉田松陰・会津に行く」に改題)の著書ある会津人、滝沢洋之氏を学会特別講演へと招聘できた(山口県医師会報 No. 1550)。会津の方との血の通う交流が始まった。滝沢氏から会津医師会長が当時高谷雄三先生であることを聞いたけれど交わりは無いとの由。

高谷雄三先生との邂逅が成るには、これからま

だ 4 年を要する。平成 12 年から 14 年まで萩市医師会長であった私は、会長同士の対面を願っていたが、私の任期中はもはや絶望的であった。しかし成ったのです。私の会長任期ぎりぎりの平成 14 年 3 月 30 日、奇跡的対面となるのです。急速な奇跡的展開はその芽はすでに平成 13 年に始まっていた。畏ろしい程の両地の歴史の絡み、現実には小説よりも奇なり。

私は、吉田松陰と白虎隊の背後霊の重みをしっかり感じている。そして私の祖先の加護も。高谷先生と私との交流は邂逅以来 8 年、数々の奇跡に覆われ、狂ったようにもみえる(松陰は狂を云う)進展をしていて、その経過は毎号といってよいが「会津医師会報」に記録されている。

僭越にも、私に与えられた肩書きを記していますが、両地の為の「天の意志」を信じている。私たちに与えられている目標はあと 8 年。明治維新 150 年・戊辰戦争 150 年。

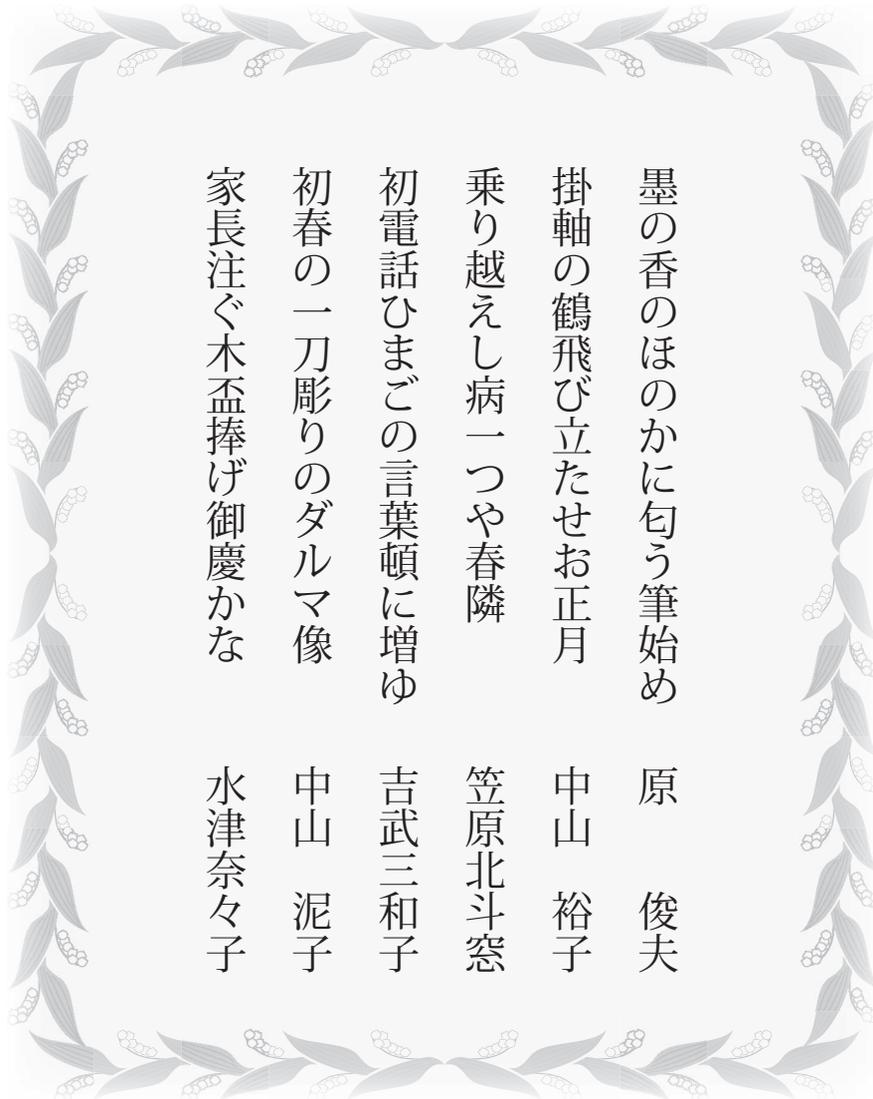
一朵の白い雲が輝いている坂を登った日本は、いま坂を転がり落ちている！



悲運の名城・会津若松城  
別名・鶴ヶ城 著者撮影

初春

竹秋句会



## 「チーム★しみず」結成！ 〈2010 下関海響マラソン〉

下関市 清水 徳雄

悔しさ一杯の初マラソン（詳細は昨年の特集号を参照）から早 1 年。今年もこの日がやってきた。2010 年 11 月 7 日、第 3 回下関海響マラソン。通算 4 度目のフルマラソンは昨年のリベンジの場としてもってこいであった。今年 3 月のレース後、夏～秋にかけて毎月 200km 以上の走り込みを行い、9 月・10 月にハーフマラソンを走った。記録も 1 時間 39 分台で自信を深め、今回の目標は、でっかく 3 時間 30 分！。さて、結果は如何に！？

今回は去年と大きく違う点の一つ。タイトルにもあるようにチームを結成したのだ。クリニックで募集した有志（患者さんやその家族）と、私自身も所属する関門医療センター野球部の有志（ほとんど強制参加：爆）と、友人親類など総計 32 人が参加。フル 7 人、5 キロ 15 人、2 キロ 10 人。まあ、チームと言ってもまとまって練習するでもなく、本格的なランナーがいるわけでもなく…。ただ一つの共通点は、「チームしみずの T シャツ

を着て走る」だけだ（^^） この T シャツはオレンジに白文字で非常に目立つ。数千人が同時に走る中でなかなか知人を見つけるのは大変だが、この T シャツのおかげでわがチームは容易に見つけることができた（^^）

今年も早朝 4 時半に起床（正確にはベッドから出た：詳細は後述）し朝食。緊張のためかあまり食欲は無かった……。タクシーで会場到着が 5 時 50 分。海峡メッセ 1 階の男子控え室には早くも気合の入ったランナーたちの姿がちらほら。私もチームメイトのために広めのシートを広げ、目立つ T シャツを掲げて準備完了……。まるで花見の場所取りの気分（^\_^）

時間を逆算して、水分・食物・サプリ等の摂取はいつも通り（のつもりだったが……。同じく詳細は後述）で、7 時半のチーム集合時刻に皆で記念撮影〈写真 1〉 みんな比較的緊張の面持ちだった。なんだかんだであっという間にスタート時刻に。今年もゲストの谷川真理さん、元巨人宮本投手らの姿は並んでいる私たちランナーからは全く見えず……。(;\_;)

ここで、マラソンのスタートについて一言。海響マラソンのスタートは自分で申告した予想タイム順に区切られたブロック内に整列する。ブロックの入り口は 1 か所で、係員が不正に前のブロックに入らないかチェックしているのは良かった。しかし、スタート 15 分前にブロック内への進入が締め切られる。これに間に合わなければ、どんな



写真 1

に速いランナーでも最後方ブロックからとなる。私も 20 分前にはスタートブロックに入ったのだが、11 月の寒い朝にずっと立ったまま待たされると体は冷えるので辛い (>n<) 規模の大きな大会でしかたない点もあるかもしれないが、この点は今後改善されることを期待する。

8 時半にスタートの号砲。今年は B ブロックからのスタートだったのでスタートラインを 1 分もかからずに通過。直後の混雑も比較的すぐ解消され、自分のペースで走ることができたのは良い意味で予想外。気温・風もほとんど問題なく、気分良く関門橋から長府方面へ。関門医療センターの折り返し付近では、3 年前まで一緒に働いていたスタッフたちからの声援に元気をもらう (^\_^)

この後 15 キロ地点の海峡メッセへ戻るコースであったが、ここで主催者の粋な計らいがあった！ちょうど私たちフルマラソンと 2 キロのファンランのランナーが同じ道を並走する形になったのだ。2 キロには我が愚娘（小 5）とその友人数人が参加していた。友人 2 人をまず発見し声援を送ったが、娘の姿は確認できず・・・先にいるのか遅れているのかはわからないが、遭遇できないなあと諦めかけていたら・・・。いたいた、前方で横のフルのランナーをキョロキョロ見ているオレンジシャツが！娘の走り方は独特（前につんのめる様な格好）なので、遠目にも一発でわかった（爆）100m ぐらい前方を走っていたが、並走部分がまもなく終わるので、このままだと声をかけることができない。とっさの判断で猛爆走！（文字通り：爆）短距離ランナーも真っ青のスピードで数十人ごぼう抜きして追いついて娘に声をかけ、わずか数秒の並走 (^o^ ) ここで一気に力を使ったのは想定外で、案の定後々響いてくるのであった・・・(^\_^)

彦島に入ってクリニックの前を通過。今年は院内で事前アピールしていたためか、患者さんたちの声援も多々。笑顔で手を振り、余裕しゃくしゃく (^v^ ) / 頼んでおいたサプリ（ペットボトル入り）を義父から受け取り、補給もバッチリ。20km 地点を 1 時間 42 分は、設定よりわずかに遅れ気味も許容範囲内。後半最初の難所、彦島大橋も楽に通過 <写真 2> し、25km 地点の金比羅交差点では実母からエネルギージェルをゲット

（地元大会ならではのメリットを存分に利用。厳密に言うとルール違反かも？）。この頃になると、苦しそうにペースダウンしているランナーも結構いた。頑張っってね、と心の中でエールを送りながらルンルン気分で追い越して快走は続いた (^o^ )

しか～し、マラソンは何度走っても最後の十数キロが厳しい！今回もやってきた、大腿の違和感が。去年はふくらはぎの攣りそうな感覚だったが、今年は大腿四頭筋が動かない。若干のペースダウンを余儀なくされ、長州出島を折り返して 30km 地点が 2 時間 32 分台。そんなにペースは落ちていない。すれ違う「チームしみず」のメンバーたちも苦しうだが、声を掛け合って残り少ないパワーを出す。何とか最低限のペースは保って 35km 地点を 2 時間 57 分台。おやっ？この 5 km も 25 分台ということは、全くペースは落ちていない。最後の踏ん張りでペースアップできれば、まだ 3 時間 30 分切りの可能性は残っている、と半分朦朧としかけてきた頭で何とか計算できたが・・・。

ついでやってきたのが、後半最大の山場「帰りの彦島大橋」。気合はまだ残っているが、足が言



写真 2

うことを聞いてくれない状況。走りど歩きの中間ぐらゐのスピードで何とか乗り越え、ある程度のペースを保ち何とか踏ん張り走る汗だく中年おっちゃん<写真3> しかし去年はこのあたりで立ち止まったり、4時間のペースランナーに抜かれたりと、非常に苦い思い出しかなかった。今年も立ち止まることこそなかったが、ペースを上げようにも足が動かず、ジリジリと追い越されていき、やはり苦しい思い出となった(^\_^) 39km地点で再びクリニック前通過。体はボロボロだが、何とか最後の力を振り絞って笑顔で声援に応えることができたのは去年からの進歩であった。彦島から大和町に入り、40km地点が3時間25分台。さすがにラップは27分台に落ちたが、去年は32分台だったことを思うと、同じボロボロでもレベルは確実に上がっていると考えて、自分を慰めた(^\_^) 3時間36分33秒。

これが2度目の海響マラソンのフィニッシュタイムだ。昨年より26分、自己ベストも14分更新できた。男子完走者5,527人中702位。喜んで良い結果だとは思いますが、目標としていた3時間30分には及ばず、やや悔しい結果となった。また、今回のレースからもたくさんの事を学んだ。

- 1) 前日の睡眠不足：これは失敗だった。緊張ももちろんあったが、前々日の金曜日に「寝過ぎ」てしまった(約9時間)ので、土曜日10時に床に就くも深夜1時前に眼が覚め、その後朝まで眠れなかった。横になって体は休めていたが、コンディションとしては不十分であった。

- 2) 当日の事前準備：今回チームの記念撮影などがあり、自分だけで時間を過ごすことができず、予定していた飲食物やサプリを摂ることができなかった。少しエネルギー不足でスタートラインに立ってしまった。

- 3) 途中で極端なペース変動：これは前述のごとく、娘に追いつくために約200mの全力疾走をしてしまった事。イーブンが基本のマラソンでこんな走りをしてしまったっぺ

返しはやはり小さくなかったか。・・・でも、親心として後悔はしていないけど(^\_^)

ま、いろいろあったが今回も無事完走できた充実感と、多くの仲間と共に走った連帯感は何事にも代えがたい財産だと思う。また、この場を借りて、大会運営に尽力された関係者、ボランティアの方々、そして沿道から大きな声援を送っていただいた地域の方々に厚く御礼申し上げたい。今後もトレーニングを重ね、今シーズン中にサブ3.5を、そしていつの日か最終目標の「サブスリー」を達成したいものだ。

半年から1年の準備期間さえあれば70歳以下なら誰でもフルマラソン完走できると思うので、興味ある方は目指してみませんか？ 生涯1回は走ってみるもんですよ、何かが見えてくるはずですよ！

#### 過去のフルマラソン歴

2009/11/8 下関海響マラソン

4時間02分45秒

2010/1/10 いぶすき菜の花マラソン

3時間54分15秒

2010/3/14 くすのきカントリーマラソン

3時間50分43秒

2010/11/7 下関海響マラソン

3時間36分33秒



写真3

## 山口県における 2011 年のスギ花粉飛散総数の予測

【記：県医師会花粉情報委員長 沖中 芳彦】

2010 年夏の記録的な猛暑は記憶に新しいところですが、暑い夏はスギ花芽への分化を促進する方向に作用しますので、当然のことながら、既に 2011 年のシーズンのスギ・ヒノキ科花粉の予測として、前年の 5 倍から 10 倍というような数字が報道されています。これにより、多くの方々は今シーズン（2011 年）のスギ・ヒノキ科花粉飛散は非常に多くなりそうだと感じておられることと思います。

8 月の日平均気温の月平均値は山口県内全観測所で観測史上最高を記録したそうです。日本全国の 6 月から 8 月の平均気温は、統計を開始した 1898 年以降の 113 年間で第 1 位とのことですが（気象庁のホームページより）。ちなみにこれまでの第 1 位は 1994 年で、翌 1995 年は、山口県ではこれまでで最多のスギ・ヒノキ科花粉飛散の年となりました。しかし、月別では、8 月が史上 1 位であるものの、7 月は 11 位、6 月は 5 位とのこと。宇部市でも、記録の公表されてい

る 2002 年以降、8 月は日平均気温、日最高気温とも最高ですが、7 月は最近 9 年間で 4 番目の高さのようです。この間の最低は 2003 年の夏で、翌 2004 年は県内平均スギ花粉総数 260 個という、超少数飛散の年でした。スギの雄花の数は夏の気象条件の影響が大きいことは確かですが、夏のどの時期の気象が最も影響するのでしょうか。

2010 年 11 月の時点では、雄花を着けている枝の割合（筆者はこれを便宜上「着花率」と称しております）の高い木が多いようです。図 1 は木全体に満遍なく比較的多く雄花を着けているもの、図 2 は部分的に多くの雄花を着けているものです。図 3 はシーズン中のスギ花粉総数と前年秋のスギ雄花の着花率との関係を示したものです。棒グラフは左軸で、県内全測定機関のスギ総数平均値と宇部市の花粉数、折れ線グラフは右軸で、数か所のスギの木の着花率です。筆者が従来から用いている平均着花率と花粉総数の回帰式によりますと、県内測定施設の平均値として、約

図 1

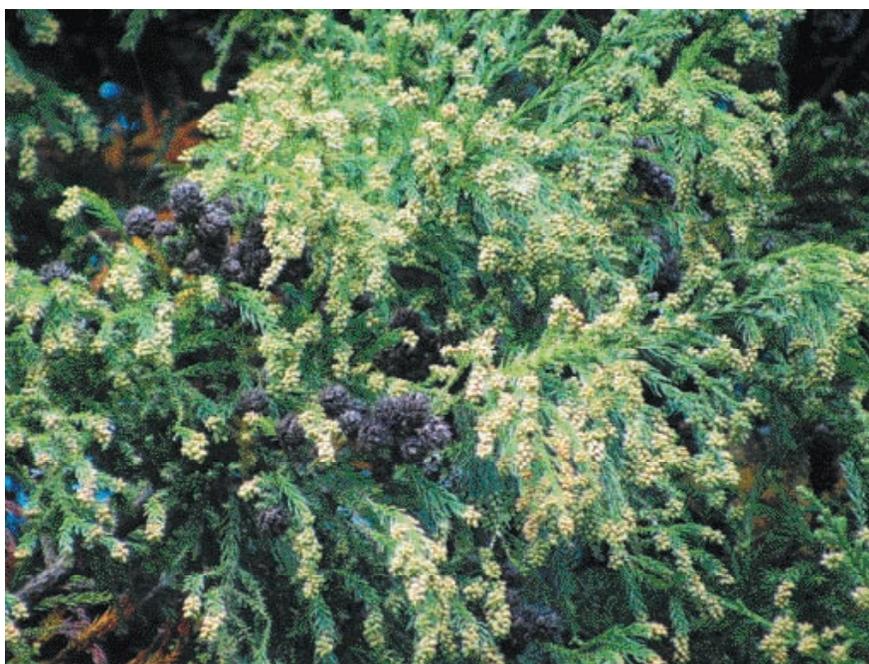


図 2



3,700 個/cm<sup>2</sup> というスギ花粉総数の予測値が導き出されます。これは、平年値（最近 10 年間の平均）2,200 個/cm<sup>2</sup> の 1.5 倍程度の値となります。ただし着花率が高い割には、枝先の雄花の数は比較的少な目です。また、新たに観察を開始した中部地区のある地域では、雄花の数が意外と少ないのに驚きました（図 4）。また暑すぎた残暑と少雨で、スギの雄花の中には枯れてしまったものもあるそうです。実際、ヨモギやオオブタクサにも枯れたものがみられました。以上のような理由で、

2011 年のスギ花粉捕集総数は、山口県で過去最多の花散を記録した 1995 年には及ばず、次いで飛散の多かった 2001 年、2005 年、2009 年の数よりも少な目となるかもしれません。

しかし、実際の飛散はシーズン中の天候にも大きく影響されます。降水がほとんどなければ花粉が長時間空中を舞い、捕集される花粉数は増加します。2007 年がこのパターンで、着花率からの予測より 6 割多く捕集されました。逆に雨や雪の日が多いと放出された花粉は早めに壊れてし

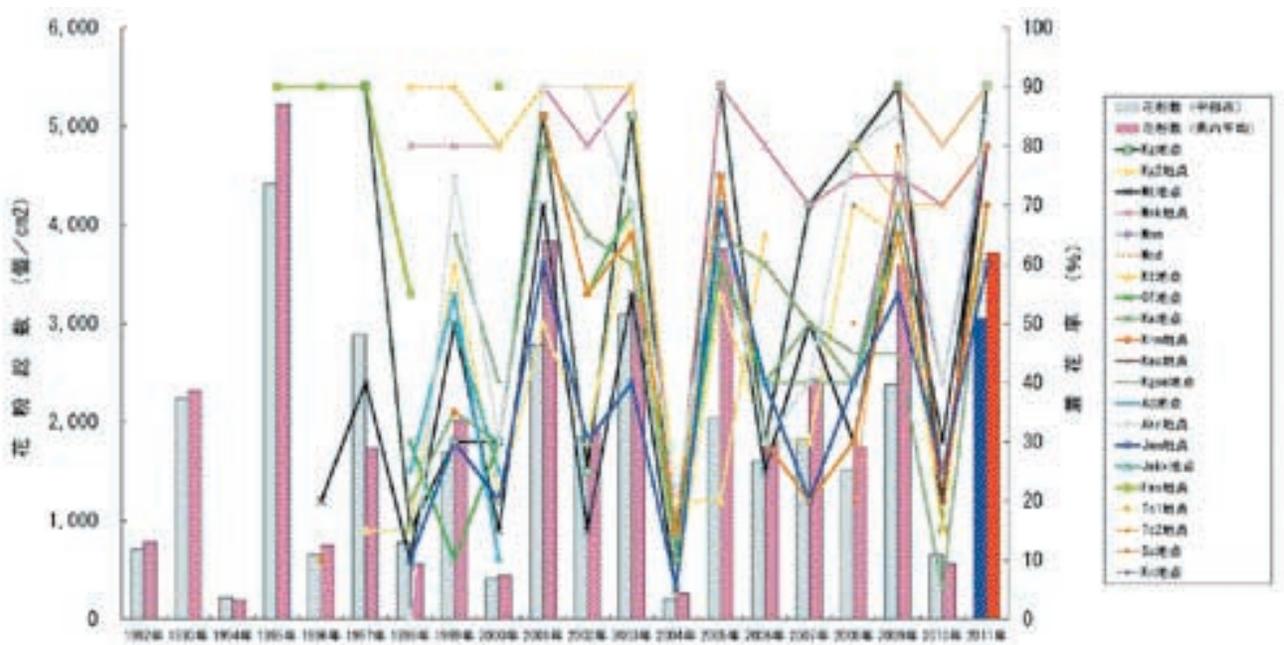


図 3

まい、遠くまで飛散する花粉の数は減少します。2010 年はこのパターンで、予測よりも 3 割以上捕集数が少なくなりました。

一方ヒノキも、平年の 1.5 倍程度であった 2009 年と同程度以上の花芽は着いているように思われ、多くなることが予想されます (図 5)。

2010 年のスギ花粉総数が結果的に 600 個以下であったため、この 5 倍としても 3,000 個に届かない数となります。しかしそれでも結構な数です。今シーズンがよほどの暖冬少雨とならない限りは 8 月の気温のように「史上最高」の花芽数となることはないと思われませんが、それでも相

当数の花粉は飛散すると思われしますので、十分な花粉症対策が必要です。

2011 年にも県民公開講座、花粉症対策セミナーが、1 月 16 日 (日) に山口県総合保健会館において山口県医師会の主催で開催されます。テレビでもご活躍の村山貢司先生 (気象業務支援センター専任主任技師 / NPO 花粉情報協会副理事長) に「花粉はどんな時に多いか? 気象から見た花粉飛散」と題する特別講演を賜ります。多くの方々のご来場をお願い申し上げます。

図 4



図 5

## 郡市医師会長 Interview



### 第 8 回 防府医師会長 水津信之 先生

と き 平成 22 年 12 月 9 日 (木)

と ころ (医) 貴和会防府病院

[聞き手：川野 豊一 広報委員]

**川野委員** 本日は 4 月から防府医師会長となりました水津信之先生にインタビューをしたいと思ひます。よろしくお願ひいたします。まず自己紹介をお願ひいたします。

**水津会長** 私は防府高校を卒業し、関西医科大学に入学しました。卒業してから 9 年間大学の精神科で働きました。卒後 7 年後にやはり精神科医である前に人の命を助ける医師になりたいと思ひ、先輩が運営している救急病院に勤める機会を得ました。そこでは救急処置をはじめ、さまざまな手術を手伝わせていただきました。頭の手術は約 30 例位経験しました。救急病院ですので、搬送された患者を診させてもらって、いろいろな勉強ができました。心房細動の患者で、カウンターショックをすると心臓が戻り、頭の CT をとると脳出血だったので慌てて姉妹病院へ転送するとうような体験もさせていただきました。今では処置もほとんどできませんが、他科を経験することで精神科を見つめなおす機会を得て、良い経験をしたと思ひています。もともと外科系が好きだったので、実家が精神科の病院をしていましたので、一応精神科医をしております。

**川野委員** 4 月から会長になられ、重点的に行われておられることや防府医師会の抱えている課題などを教えていただけますでしょうか。

**水津会長** 防府医師会は会員が 223 名、その内 A 会員が 88 名です。全会員の先生方を存じ上げているわけではないのですが、先生方が忙しくて、医師会の会合などに出てこれられない、すなわち会員の医師会への関心が薄いことが一番の課題と思ひております。14 年理事をしていましたが、その頃から感じておりました。

**川野委員** 白状すると、産業医研修会など必要なものは出ますが、それ以外は私もあまり出たことがないんで、申し訳ないところもあります。

**水津会長** 今日郡市医師会長会議で話になりましたが、医師会員が根本的に医師会に関心がないところもあるようです。もっと医師会活動に興味をもってもらうことが、これからの課題だと思ひます。いろいろな意味でかかわって、医師会全体のことを真剣に考えていただきたいと思ひております。

それと公益法人改革の対応も大きな課題です。防府医師会の場合は財産的なものもあるので、それをどうするかが難しい問題となっております。また、私自身が精神科をしているので、ほかのことがわからないことがあり、執行部の先生方にいろいろ助けてもらったりしており、申し訳ないところもあります。

**川野委員** 防府地域はいろいろな問題点があります。以前は健康福祉センターが防府にあったのに、山口と統合されて支所になりましたが、そのことについてはいかがでしょうか。

**水津会長** 健康福祉センターの統合については、県にも要請しましたが、支所になってしまいました。ただ、われわれが要望したから支所になったのかなという気がしております。今のところ、支所化されたことによる不利益がどの程度生じているかは詳細に分析していないのでわかりませんが、それを分析しながら、きちんと行政サイドとのかかわりをもっていかなければならないと考えています。この間も保健所の運営会議がありましたが、山口と防府はもともと生活圏が違うのに、県が一緒にし、それで山口防府医療圏としたところがかなり問題だと思っております。山口の人が防府に診療を受けに来ることはあまりないと思います。ある程度医療としては完結している部分もあるのに、中核都市づくり計画も関係するのでしょうか、そのあたりを今後考えていかないとはいけません。

**川野委員** 徳地地区の人は防府へアクセスしやすいですが、行政区域が山口になってしまっておりますね。

**水津会長** そうですね、医師会員でも徳地の先生は防府医師会のままで、ねじれ現状がでています。アクセスの問題もあるので、今後の課題です。

**川野委員** 全国的にみて地域医療の問題とか、産科や小児科問題、救急などいろいろ課題や問題がありますが、防府の現状はいかがでしょう。

**水津会長** 産科婦人科はかなり昔は多かったですが、最近は先生方の高齢化で、お産ができるところが少なくなりました。市内では県立総合医療センターを除いて 1 機関になったことがありましたが、平成 22 年 4 月に若い先生が産科婦人科を開業されました。もう少しほしいというところですが、なかなか難しいですね。

**川野委員** 防府では最近小児科医が増えていると思いますが、小児救急医療についてはいかがでしょうか。

**水津会長** 小児救急医療については、なかなかまとまっておりません。小児科の先生方と県と防府市との折衝がうまくいかなかったという現状があり、いまだに夜間の小児救急医療は県立総合医療センターにお世話になっております。

**川野委員** 子どもの健康は親の安心にも繋がりますので、子どもの夜間救急が充実しないと、防府で受診するのはやめようかなというようになるかもしれませんね。防府もよそと同じように産科と小児科の問題に困っている状況ですね。

**水津会長** そうですね、なんとか先生方のご協力を得て、充実していきたいと思っております。

**川野委員** 防府医師会は防府歯科医師会と防府薬剤師会と共同で市民健康フォーラムを開催しておりますが、詳しく教えてください。

**水津会長** 三師会の会議を行っているのですが、数年前に共同で市民健康フォーラムを開催しようという話が出て、学術担当理事を中心に健康福祉センターと防府市の協力を得て企画運営しております。テーマは「禁煙」、「糖尿病」、「メタボリックシンドローム」などで、健康相談や血圧測定をはじめとした簡易検査も講演前に行っております。医師だけでなく歯科医師や薬剤師の先生にも講演していただいています。近年はテーマを絞ることで徐々に参加者が増えてきて、今年は 400 名以上の参加がありました。年 1 回開催しております。

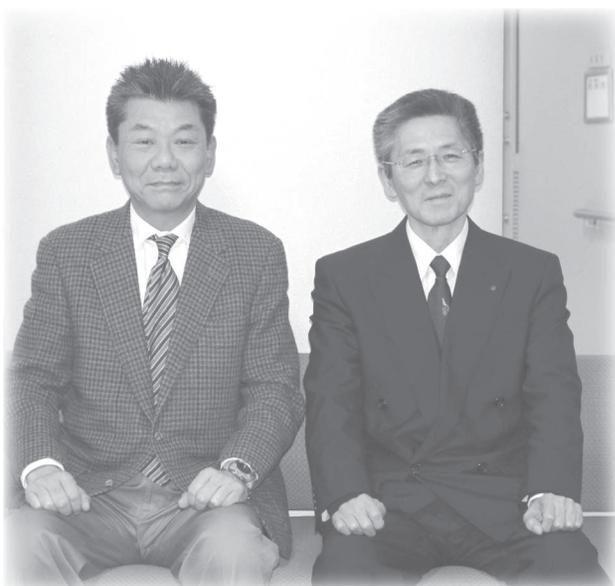
**川野委員** 市民の方は健康に関する話題は興味があるようで、健康情報のニーズは非常に多いと思います。三師会で共同開催ですので、医師だけの考えではなくほかの職種の方の考え方も聞くことができますね。

**水津会長** 今年は子宮がんや乳がんについてで、女性のがんに的を絞ったことが良かったと思います。ある程度ターゲットを絞ることで、市民の方の関心を得ることができました。

**川野委員** 医師会活動を一所懸命されておられる水津先生ですが、県医師会や日本医師会への要望・ご意見はありますか。

**水津会長** 郡市医師会にはそれなりの「特徴」があります。それを県医師会や日本医師会は一つにまとめようとしております。画一的に物事を考えすぎていて、もっと地域の「特徴」を活かせればいいなと思っております。予防接種の統一料金など、いいことはいいのですが、果たしてそれで不利益を被っているところがあるのではという感じはします。すべてを県内同じにしたほうがいいのか、そのあたりはどうかと思っております。

**川野委員** 日本医師会はマクロ的に、郡市医師会はミクロ的にみえますが、県医師会はどういう立場でみるのかという話になるのでしょうか。



**水津会長** そこがむずかしいところです。行政区でいうと、国があって、県があって、市があるという感じになるのかな。市レベルの交渉なら郡市医師会レベルでできますが、県レベルになると県医師会を通じてでないといけないと交渉はできません。特に山口県の場合は、下関市医師会は中核市なので、市との交渉になりますが、われわれは県との交渉になりますので、下関市のモデルをこちらに当てはめてもらっても困ります。特に 4 疾病 5 事業に関しては、郡市医師会単位でできるところとそうでないところがあると思います。県医師会の地域医療計画委員もやっていたので、そのあたりも慎重にしないといけないと思っております。

**川野委員** 水津会長の座右の銘というか、 motto などを教えていただけますでしょうか。

**水津会長** 昔は「経験はプラスになる」ということで、前向きでいました。しかし、ここ数年間は私自身が引きこもり状態になり、医師会の会合があっても一次会で帰る状況になっています。医師会長になったのが原因かどうか分かりませんが、手のしびれや腰痛が出現し、意欲的にならなくなってしまいました。昔はゴルフをしていたのですが、最近はしておりません。

**川野委員** 医師会長として大変なお仕事ですが、健康に留意していただきたいと思います。

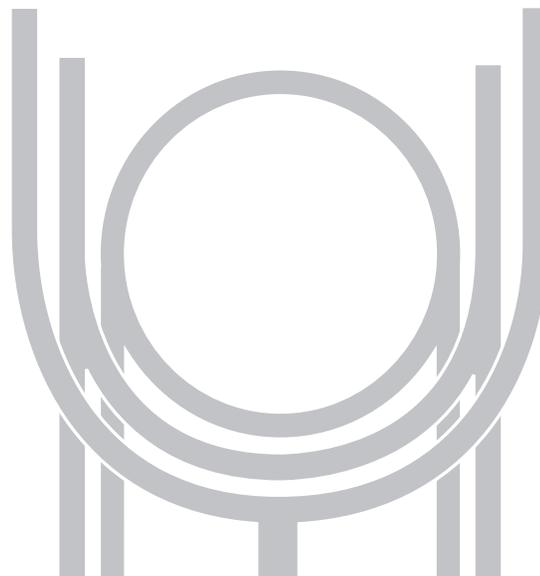
**水津会長** エコですね、できるだけ出るのを控えようと思っています。しかし執行部や会員の協力を得て医師会長として最低限の仕事はしようと思っています。今、蓄電している状態なので少しお待ちください。

**川野委員** 私も一人の防府医師会員として応援しております。今日はお疲れのところ、インタビューに対応していただき、ありがとうございました。水津会長の今後のご活躍を期待しております。

# 今月の視点

## 特定健診・特定保健指導

理事 山縣三紀



11月18日、郡市医師会特定健診・特定保健指導担当理事協議会が県医師会館で開催され、各保険者から平成21年度の実施結果と今年度の実施状況の報告がなされた。

平成20年度の市町村国保における山口県の特定健診受診率は21.3%で、「第6回市町村国保における特定健診・保健指導に関する検討会」による実施状況概要をみると、下位から4県目。それを受け、各保険者とも健診項目、実施期間、広報のしかたなど努力されたことと思われるが、翌年の21年度は21.0%、今年度も今のところ大きく受診率が向上しそうにはない。昨年は新型インフルエンザの流行、そして今年はいわゆる消えた100歳高齢者問題と足をひっぱる案件はあったものの、さらに検討が必要と思われる。

なぜこのような健診制度が始まったのか、今までの住民健康・福祉サービスの一環としての基本健診ではだめなのか。復習のつもりでもう一度、今健診制度が導入された背景を述べてみたい。

### 特定健診・特定保健指導の導入の背景

国は昭和53年からの「第一次国民健康づくり対策」、昭和63年からの「第二次国民健康づくり」を経て、平成12年からは「21世紀における国民健康づくり運動（健康21）」として、健康づく

り施策を推進してきた。健診については、医療保険各法に基づき保険者が行う生活習慣病健診や、労働安全衛生法に基づき事業者の行う健診、老人保健法に基づく保健事業としての市町村による健診が実施されてきた。

この「健康日本21」中間評価（平成17年）における暫定直近実績値からは、糖尿病有病者・予備群の増加、肥満者の増加、野菜摂取量の不足、日常生活における歩数の減少など健康状態及び生活習慣の改善がみられない、もしくは悪化している現状があった。

これを受けて厚生科学審議会地域保健健康推進栄養部会の「今後の生活習慣病対策の推進について」（平成17年9月 中間とりまとめ）において、  
○生活習慣病予備群の確実な抽出と保健指導の徹底が不十分

○科学的根拠に基づく健診・保健指導の徹底が必要  
○健診・保健指導の質の更なる向上が必要

○国としての具体的な戦略やプログラムの提示が不十分

○現状把握・施策評価のためのデータの整備が不十分

などが生活習慣病対策を推進していく上での健診の課題として挙げられた。このような課題を解決

するために、新たな視点で生活習慣病対策を充実・強化することになった。

またそのためには集団全体への対策であるポピュレーションアプローチの重要性が指摘され、ポピュレーションアプローチと新たな視点であるメタボリックシンドロームの概念に基づく健診・保健指導をハイリスクアプローチとして導入し、対策を充実・強化することとなった。

それに対し政府・与党医療改革協議会が平成 17 年 12 月に発表した医療制度改革大綱において、生活習慣病予防のための取り組み体制として、

- ・生活習慣病の予防についての保険者の役割を明確化

- ・被保険者・被扶養者に対する効果的・効率的な健診・保健指導を義務付け

- ・保健指導の効果的な実施を図るため、国において保健指導プログラムの標準化を行う

などが明記された。そして「生活習慣病予防の徹底」を図るため、医療保険者に対して、40～74 歳の被保険者と被扶養者を対象とした健診・保健指導の実施を義務付けるとし、政策目標は 2015 年度には 2008 年度と比較して糖尿病等の生活習慣病有病者・予備群を 25% 減少させることとした。それにより中長期的には医療費の伸びの適正化を図ることとした。

平成 20 年 3 月には厚労省より特定健康診査等基本指針にて、特定健診受診率、特定保健指導の実施率、メタボリックシンドロームの該当者及び予備群の減少率の目標値の参酌標準が示された。

各保険者は実施計画における平成 24 年度の目標値を国の基本指針が示す参酌標準に即して設定し、各保険者がそれぞれの実情を踏まえて、円滑に目標値に至るよう、毎年度の目標値を設定することが求められている。

さらに「特定健康診査・特定保健指導の円滑な実施に向けた手引き」において、20 年度から 24 年度までの保険者の実績を比較して、後期高齢者医療制度の 4 割相当を保険者が拠出する後期高齢者支援金について、実績を上げている保険者は支援金を減算し、上がっていない保険者は加算する考え方が示された。

## 平成 23 年度実施に向けて

前述の「健康日本 21」の結果から抽出された国民の食生活、運動、生活習慣病予備群等の問題は確かにあるものの、そこからの対策・方法が現在行われている健診だとすると問題も多い。

保険者の義務付けはまだしも（それについても、たいへん個人的な問題と筆者は思っているが。すでにメタボという言葉が子どもたちの間でいじめにつながる単語になりそうな状況である）各保険者どうしの連携は非常に難しく、また縦割り行政の弊害を受け、がん検診の受診率までも低下している。受診率向上がうまくいっている例をみると、大きな健診センターのある大都市や、ヘルスケアサポーター等による住民組織活動が可能な程度の比較的小さな地域である。健診の広報を行うにしても、被扶養者までへの周知は非常にむずかしい。本県全体で健診受診率をあげるためには、まず、がん検診と同時実施ができるよう受診券を同一様式にすること、そして県内であればどこでも（できれば保険者の異なる家族が一緒に）受診できるようフリーアクセス化することが望ましい。

現在、国は新たな高齢者医療制度を検討中であるが、特定健診・特定保健指導については多少その方向性を変えようとしているものの、今後しばらくは継続されそうである。しかし、その実施状況に応じて後期高齢者医療支援金を加減算する仕組みについては、現状を十分把握した上でぜひ再考していただきたい。

先の「健康日本 21」とあわせて各都道府県でも、県民健康栄養調査等（本県でも「健康やまぐち 21 計画」においてそのデータを活用）を実施しており、それにより県内の人口動態や産業構造、その土地の生活・運動習慣、嗜好品など地域の実状が明らかになっていることと思われる。そのような地域特性にあわせ、地域が独自に健診内容・方法を決めていくのが健診の本来の形のように思う。

引用文献：平成 21 年度特定保健指導等受診率向上に関する事例集作成検討会報告書

## フレッシュマンコーナー

外科ってすばらしい!?  
～クール & スマートな外科医を目指して～総合病院社会保険徳山中央病院  
外科 吉田久美子

## ①『何か』できる人間でありたい

幼い頃の私は引っ込み思案で友達も少なく、毎日ひとりで絵ばかり描いていました。次第に「形」だけでなくその「中身」にも興味を抱くようになり、車に轢かれた動物を見つけては観察したり、落ちて死んだ鳥を見つけてはこっそり持ち帰ったりしていました。「いきものとは何と不思議で神秘的なんだろう」、小学生の頃に抱いた生命への興味は、医師を志す私の初期衝動となったように思います。

決定的な動機付けになったのは祖父の死でした。中学生の時、入院中の祖父を見舞ったことがあります。ベッドに横たわる祖父はおよそ生気を失っているように見え、私は驚きとともにある種の「恐怖」を禁じ得ませんでした。声掛けすら出来ずに立ち尽くす非力な自分を、当時のみじめな気持ちとともにはっきり覚えています。そして祖父が亡くなると、私はひどい後悔に襲われました。「もういちど家族が病気になったときにはきっと『何か』できる人間でありたい。もうこんな苦しい思いは嫌だ」。私は医師という職業がどんなものか知らないまま、ただその『何か』を求めて山口大学医学部への進学を決めました。

## ②胸打つ外科医

大学卒業後、私は初期臨床研修一年目を徳山中央病院で過ごしました。初めて身を置く医療の世界はどの分野であっても大変興味深く、Dr も尊敬できる方ばかりでした。

その中でひと際こころ惹かれたのが、第一外科の Dr の姿です。今でも覚えていることに、一年目研修医になったばかりの頃、救急外来に下肢の

急性動脈閉塞症を発症した患者が運び込まれてきました。痛がる患者を前にオタオタしていると、コンサルトした血管外科の Dr が颯爽と現れて、迅速に診察・検査した後、すぐに家族へ病状を説明し、周囲に的確な指示を出すと、あっという間に手術室へ上がって行ったのです。その姿の格好良かったこと！

他科の Dr に頼られ、Ns やコメディカルからの信望を得て、患者や家族に求められ、そしてそれらに応え得る自信と実力をもっている。その時の外科医の姿に、私は自分の求めた『何か』のシルエットを見た気がし、胸を打たれる思いでした。

初期研修終了後、私は外科を志し、現在も例の「胸打つ」外科医の下で修練させていただいております。

## ③外科系を志す研修医に伝えたい事

思えば初期臨床研修は、部屋の中から窓越しに外の景色を見学するようなものでした。窓から見える景色はいずれも魅力的で時に進路を迷わせますが、研修終了後には自分自身の手でひとつの窓を開き、その向こう側へ歩いていかななくてはなりません。最初は漠然とした憧れをもって踏み出したものの、はためく旗は窓から見るよりもずっと遠く、思った以上に困難な道であったと気付きます。

しかし、私にとって救いなのは、孤独な道のりではないことです。目の前には第一外科の優秀な先輩方の歩んだ道が示されており、叱咤激励を受けながらその道をたどることが出来ます。

外科系を志す研修医に伝えたい事は、外科医は決して一人では一人前になれないということ

す。医局にも属さず、「最初はこれを学びたいからココ」、「次はあれをしたからアソコ」というように渡り歩いたとして、誰が責任をもって育ててくれるというのでしょうか？ぜひ信用できる先輩外科医を見つけてください。辛く困難な道のりもきっと鼓舞してもらえますでしょう。

④外科にまつわる 5K

外科が 3K の職場であるとはよく言われることですが、先日ある飲み会の席で、先輩外科医が 3K ならぬ 5K の話をしてくれました。

「外科にまつわる 5K。きつい、汚い、厳しい。その上、金にならない。」

言い得て妙。苦笑です。

「最後の K、何だと思えます？それは、カッコいい。我々はこれを目指していこうではありませんか。」

外科医を名乗りだしてそろそろ丸 2 年。窓をようやく開けて歩き出したばかりの未熟者ではありますが、誇り高き先輩方の背中を追って、精進していきたいと思えます。

日医 FAX ニュース

2010 年 (平成 22 年) 12 月 10 日 2028 号

- 長期処方に関する調査結果を公表
- 日レセ活用の感染症サーベイ公開
- 混合ワクチン「重大な懸念なし」
- 11 年度医学部定員 77 人増
- 「子どもの医療費に利用」は 3.9%

2010 年 (平成 22 年) 12 月 7 日 2027 号

- 医療保険制度の改革案を説明
- 外来の医師配置標準「根拠が不明」
- 受け取り代理は届け出制に
- 事業税の軽減措置も 11 年度は存続
- 番号制度は「税務」「社会保障」で

2010 年 (平成 22 年) 12 月 3 日 2026 号

- TPP で皆保険の「自由化」懸念
- 社会保障にペイゴー原則は不適合
- 准看護師課程、過去 5 年で最高倍率
- 269 万人の署名が集まる
- 09 年度版年次報告書を刊行
- 事業税の非課税、11 年度は存続
- 救急出動、6 年連続で 500 万件超



医療継承・医療連携  
医師転職支援システム

〈登録無料・秘密厳守〉

後継体制は万全ですか？

DtoDは後継者でお悩みの  
開業医を支援するシステムです。  
まずご相談ください。



●お問い合わせ先 コンサルティング統括部

0120-33-7613

【携帯、PHS対応】受付時間：9:00～18:00(月～金曜日)担当：藤原・伊藤  
<http://www.sogo-medical.co.jp>



よい医療は、よい経営から

総合メディカル株式会社。

山口支店 / 山口県吉敷郡小郡町高砂町1番8号 安田生命小郡ビル6階  
TEL(083)974-0341 FAX(083)974-0342  
本 社 / 福岡市中央区天神 東京本社 / 東京都品川区西五反田  
■国土交通大臣免許(1)第6343号 ■厚生労働大臣許可番号40-01-ユ-0064  
■東証一部上場(証券コード:4775)

## 山口大学医学部 講座紹介コーナー 展開系講座 「麻酔・蘇生学」

山口大学医学部麻酔・蘇生学講座は昭和 43 年 6 月に初代教授武下浩先生が着任された時に麻酔学講座としてスタートしました。そして、昭和 62 年に講座名を麻酔学講座から麻酔・蘇生学講座に変更しました。現在の正式名称は山口大学大学院医学系研究科システム統御医学系学域脳・神経病態制御医学麻酔・蘇生・疼痛管理学分野ということになりましたが、普段はわれわれも麻酔・蘇生学講座という名称を使っています。平成 3 年から坂部武史先生が 2 代目教授として教室を主宰され、平成 21 年から松本美志也が教室を引き継いでいます。山口大学麻酔蘇生学教室同門会の会員数は現在 155 名で、大学以外では倉敷中央病院、小倉記念病院、宇部興産中央病院、下関厚生病院、山口労災病院、県立総合医療センター、済生会下関総合病院、関門医療センター、下関市立中央病院、周東総合病院、済生会山口総合病院、東京都立神経病院、愛媛労災病院、山口赤十字病院、福岡徳州会病院、山陽小野田市民病院、岩国市医療センター医師会病院、光市立光総合病院(同門会員派遣順)で活躍しています。教室員そして同門会員が一丸となって診療、研究、教育に取り組んでいます。

当講座は臨床面では、手術室の麻酔、ペインクリニック、集中治療部の 3 部門で診療を行っています。高齢化社会を迎え、麻酔や集中治療領域では対処困難な合併症の多い症例が増加しています。ペインクリニック領域では社会でのストレスの増加に伴い、難治性の慢性痛患者が増加しています。われわれはこのような患者さんに対して高度の医療を提供するためには専門のスタッフで診

療を行う必要があると考え、3 部門を専従性に行っています。最近では、緩和医療の領域にも仕事の場が広がり、ペインクリニックの知識と技術を活かして医療の質の向上に貢献したいと考えています。また、麻酔・蘇生学講座では女性医師が増えています。いろいろな生活パターンにできるだけ柔軟に対応できるように、同門会をあげて職場環境の改善に取り組んでいます。

研究面では、当講座の伝統である中枢神経系の研究を中心に、基礎・臨床の両面で取り組んでいます。食生活の欧米化や高齢化に伴い大動脈瘤手術が増えています。弓部置換を行う患者では人工心肺中の脳循環の維持が非常に重要で、各種モニターを駆使して周術期の脳障害を防ぐことに焦点を当てて研究を続けています。また、胸腹部大動脈瘤の手術では大動脈遮断中の脊髄虚血により術後に対麻痺を起こすことがあります。当講座ではこの十数年間家兎の脊髄虚血モデルを用いて脊髄虚血の病態と脊髄保護に関して基礎的研究を続けています。脳虚血の分野では、虚血耐性現象の一つである高気圧酸素によるプレコンディショニング効果の機序に関する研究を行っています。ただ、診療業務の増加に伴い十分な研究時間が取れなくなっているのが悩みの種です。忙しい中にも、どうか工夫をして大学らしい研究を進展させていきたいと考えています。

教育面では、麻酔標榜医の取得まではほぼマンツーマンで麻酔の指導を行っています。最近では若手が少し下の若手を教える屋根瓦方式を試みています。新医師臨床研修制度の影響かもしれませんが、若手の医師は自分のキャリアアップに非常

に関心があります。われわれも若手医師が満足感を得られるように柔軟に対応していきたいと考えています。ただ、立派な医師になるための心構えは先輩から後輩へしっかり伝承して、「頼もしいプロフェッショナル」だと評価されるような人材育成に努めたいと思います。

山口県内の麻酔科医はまだ不足していますが、県内の麻酔科医療をできるだけ偏りなく支えていきたいと考えています。若い医師の確保、教室員の充実をはかり、地域医療にも貢献していく所存です。山口県医師会の諸先生方におかれましては、今後ともご指導ご鞭撻を賜りますようよろしくお願い申し上げます。

#### スタッフ紹介

教授 松本美志也

講師 川井康嗣、石田和慶、福田志朗、  
若松弘也（集中治療部）

助教 背戸山景子、飯田靖彦、歌田浩二、  
山下敦生（手術部）、平田孝夫、内田雅人、  
又吉宏昭、松本 聡（集中治療部）、  
松田憲昌（集中治療部）

医員 白澤由美子、折田華代、新屋苑恵、  
原田英宜、吉村 学、白源清貴（集中治療部）、  
古谷明子、野口貴代、守田季郎、白源浩子、  
中村有希子、福本剛之

## 山口大学医学部 講座紹介コーナー 展開系講座 「脳神経外科学」

山口大学医学部脳神経外科は 1972 年に開講され、来年開講 40 周年を迎えます。脳神経外科は比較的歴史の浅い診療科ですが、神経科学の発達と画像診断機器の開発に伴って、短期間に急成長した部門でもあります。当教室も入院患者と手術、研究論文を着実に増やしており、過去数年間には日本脳神経外科コンgres総会、日本脳低温療学会、スパズムシンポジウム、日本神経外傷学会、日本意識障害学会等、全国規模の学会を開催しました。当教室の臨床、研究、教育に関する近況をお届けします。

#### 診療分野の特色

脳神経外科専門医とは外科医の目と技をもち、神経系の総合医療を行う医師と定義されています。したがって対象となる疾患群は多岐にわたります。脳血管障害グループは診療患者数、専門医数とも教室の中心をなしています。各種脳卒中に対するスタンダードな治療はもちろん、内科的治療や予防医療にも取り組んでいます。脳動脈瘤の

治療は、開頭クリッピング術と血管内手術のいずれも可能で、患者ごとに適する方法を選択しています。CT、MRI、脳血管撮影は 24 時間対応で、脳梗塞超急性期の血栓溶解療を行っています。脳腫瘍グループは困難な手術に取り組み、MRI ナビゲーション手術をほぼ全例に用いています。必要な場合は覚醒下手術を行って安全かつ十分な腫瘍摘出を行っています。新しいニューロイメージング法や定位放射線療法は放射線科や学外病院と提携して行っています。神経外傷グループは日本神経外傷学会のガイドラインに従った管理目標を設定して 24 時間体制で厳重な管理を行っています。重症外傷の患者さんには低体温療法による脳保護を行い、高い救命率、機能回復率が達成されています。機能神経外科グループは 電極を用いた刺激療法をパーキンソン病だけでなくジストニア、本態性振戦、難治性疼痛、遷延性意識障害等各種疾患に用い、難治性てんかんにはビデオ脳波同時モニタリングを精度を高め積極的な切除を行っています。当科での脊髄脊椎外科は歴史の浅

い分野ですが、脊髄血管障害や髄内腫瘍、髄液関連疾患などは脳外科医の得意とするところで徐々に症例数を増やしています。小児神経外科グループでは脳性麻痺の脊髄後根切除術、髄腔内バクロフェン療法などに取り組み、小児科医と協力して治療を行っています。

疾患群ごとのグループに加え、診療手技によるグループがあります。マイクロサージャリーは今でも脳神経外科手術の中心ですが、1990年代から次々に新しい治療手段が開発されてきました。血管内手術の手技は脳動脈瘤、脳動静脈奇形、脳腫瘍栄養血管の塞栓術、PTA、ステントによる虚血性疾患の治療、機能疾患の術前検査などに利用され、神経内視鏡は脳出血、脳腫瘍生検、下垂体疾患の経鼻手術、水頭症に利用されています。術中の神経生理モニタリングは脳動脈瘤、脳腫瘍、機能手術に利用され、最近では電気生理検査に加えて血流イメージング、脳温測定なども行うようになりました。今後はMRトラクトグラフィーを利用した神経線維の描出も可能になると考えられます。神経疾患診療機器の発達には目を見張るものがあります。永続的な後遺症をもたらす神経学的合併症がこれらの研究開発によってかなり減少してきました。

私たちの目標は最先端の治療を提供することです。「山口大学脳神経外科治療プロトコール」には学会、論文で認められた情報、加入している多くの大規模臨床試験・班研究から得た情報を取り入れ、毎年改定作業を行っています。都会では病院ごとに得意な治療分野がありますが、地方では中核となる病院がすべての疾患を治療できなければなりません。当科では全分野に専門医を置いています。医師不足は深刻な問題ですが、情報通信を利用した遠隔医療は改善策の一つです。県内・県外施設とテレビ電話を用いて専門医による診療支援をしています。

### 研究テーマ

「臨床に生かせる基礎研究」を第一目標とし、先端医療を駆使してもなお困難な病態の解明と治療に貢献する研究を行っています。基盤系講座、工学部、他大学との共同研究を進めています。その一つはくも膜下出血後に発症する脳血管攣縮のメカニズムに関するもので、これは未だに解明されていません。われわれは脂質ストレスがこれに関与すると考え、スフィンゴ脂質の一つである sphingosylphosphorylcholine (SPC) が Rho-kinase の活性化を介して脳血管平滑筋の収縮を引き起こ



すこと、SPC-Rho-kinase 系が引き起こす血管攣縮機構が血清コレステロール値の上昇に伴い増強されることを解明しました。最も成果の期待される研究の一つは、脳局所冷却療法に関する研究です。難治性てんかんに対して、同定した焦点を切除する手術は確立した手術法ですが、焦点が重要な脳機能部位にあれば切除ができません。われわれが開発しているてんかん焦点の局所冷却法は脳を切除せずに発作を止めることができることが期待されています。応用医工学講座との共同研究では脳表を冷却することでてんかん放電が抑制され、正常脳機能は損なわれないことが証明されました。装置の形状、冷却水を還流させるマイクロポンプ、てんかん放電を感知し冷却を開始させるシステム、埋め込み型電源などの問題点を解決し、頭蓋内埋め込み型大脳冷却装置の完成を目標にしています。本研究はてんかん治療以外にも応用され、脳冷却によって神経機能や生物学的機能を制御するニューロモジュレーション技術やソフトコンピューティング技術を利用して可視化できない病変部を精密に同定する方法にも展開されています。その他、悪性脳腫瘍における腫瘍幹細胞、腫瘍免疫、光線力学治療、神経再生の研究を行っています。

### 教育への取り組み

学生教育に積極的に取り組み、初期診療、手術、術後管理に参加させています。研修医には初期研修プログラムを用意し、臨床実施能力を養っています。脳神経外科では脳病変の治療だけでなく全身管理を学び、不可逆的な合併症を未然に防ぐ目を養い、外科手術におけるスキルを磨くよう指導しています。初期研修後、半数が脳神経外科医の道を選び、半数は内科、外科へと進んでいます。脳神経外科で学んだことは、いずれに進んでも役に立つと信じています。

後期研修では各人が将来構想を立て、成長していけるよう支援しています。留学を経験することも、地域に貢献できる臨床家を目指すことも可能です。上述のごとく脳神経外科の領域は多様性に富んでいますので、後期研修修了後には救急領域に進む者も、手術のエキスペートを目指す者も、リハビリテーションを専門とする者も、研究の道

に進む者もいます。なりたい自分を持ち、各段階での具体的な努力目標をデザインできるよう、教室ではそれを見守り、必要時には修正して指針を示しています。若い先生が継続してモチベーションを持ち、新時代のリーダーとなるよう激励しています。卒後 7 年目に日本脳神経外科学会専門医認定試験を受験します。当医局からの受験生は高い合格率を誇っておりますが、今後受験資格が厳しくなりますので、大学病院と関連施設で経験を蓄積でき、優れた診療を全国から選んで学ぶことができる体制を整えています。

県民に向けた活動として、日本脳卒中協会山口県支部を大学に置き、脳卒中市民シンポジウムを開いてきました。発症頻度でいえば、脳卒中は脳神経疾患の大部分を占めます。脳卒中予防や早期治療の重要性を説明し、発症後の患者さんがスムーズに家庭復帰、社会復帰できるよう医療連携を整備しています。

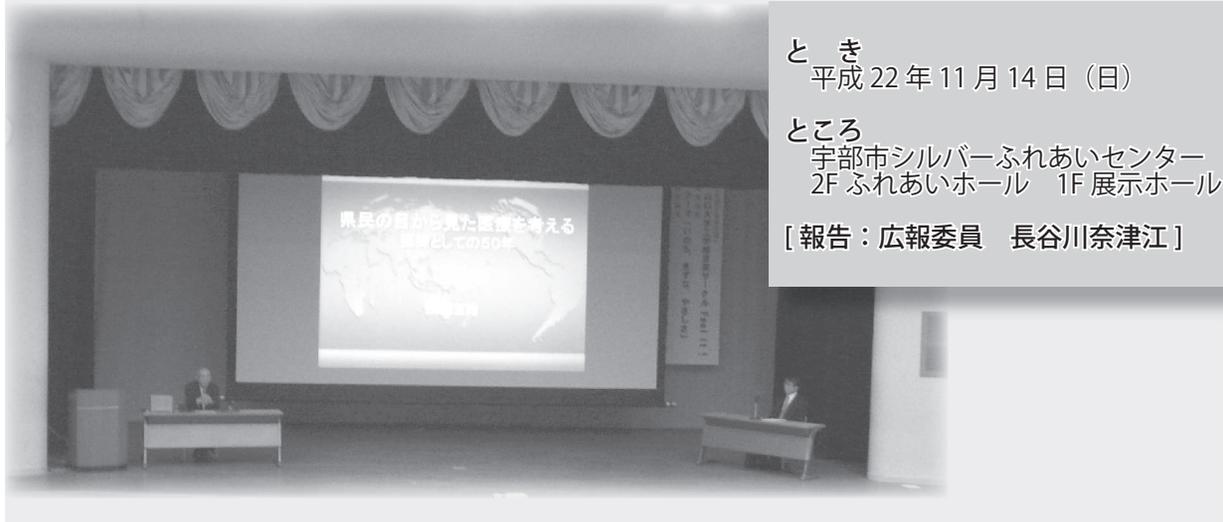
### 脳神経外科の役割

ここに紹介した治療法の多くは比較的最近に開発されたものです。新しい方法は次々と生み出され、一時のブームに終わったものもあり、使いこなされ発展し、確立した治療法になったものもあります。治療法の拡大とともに脳神経外科の対象疾患は増加しています。すなわち必要なものが発明されるのと平行して、発明されたものが利用される疾患が発見されてきたのです。それでも完治する脳神経疾患は今も少なく、われわれにできないことはまだ多く残っています。10 年後 20 年後には、「今できない治療ができる」だけでなく、今は考えつかないところにさえ脳神経外科の力が及んでいるかもしれません。

〔山口大学大学院医学系研究科脳神経外科学

鈴木倫保、野村貞宏〕

## 県民公開講座 県民の目からみた医療を考える



と き  
平成 22 年 11 月 14 日 (日)

と ころ  
宇部市シルバーふれあいセンター  
2F ふれあいホール 1F 展示ホール

〔報告：広報委員 長谷川奈津江〕

水俣病、胎児性水俣病の研究で著名な原田正純先生をお招きした県民公開講座を拝聴しました。

まずは、山口大学工学部音楽サークルによる演奏でオープニング。親しみやすい曲を熱演してくれました。

県医師会会長木下敬介先生より、医師会は県民の皆様のご健康と医療に役立ちたいとの熱い思いで活動を続けており、この県民公開講座が実りあるよう念じていますと開会の挨拶がありました。

続いて宇部市医師会長猪熊哲彦先生が、マザーテレサの“愛の反対は無関心である”という言葉을挙げて皆さんとともに環境問題を考えたいと挨拶されました。

「いのち、きずな、やさしさ」をテーマにしたフォトコンテストには 91 作品の応募があり、最優秀賞の表彰式が講演の前にありました。

原田先生は 1959 年に熊本大学医学部をご卒業されました。水俣病患者第一号となる患者さんが保健所に感染症として届けられたのが 1956 年であり、医師としての 50 年は水俣病の歴



史でもありました。

国内のみならず世界各地の各種中毒の疫学的・臨床的研究をなさっておられます。

水俣病は世界で初めての食物連鎖による中毒でした。

当時、胎盤は胎児に有毒な物質は通さないと考えられていました。先生は地域を調査中、縁側で遊んでいる幼い兄妹をたまたま見かけました。そして 2 人が全く同じ症状でありながら、兄は、魚を食べていたため水俣病と認定され、妹は生下時より症状があったため、小児まひと診断されていることに疑問を感じ、もしやと大学へ踵を返したところ、すでに小児科、産婦人科、内科など各科で胎児への研究が始まっていた、という現場に立ち会った方ならではの話しが続き、全く興味の途切れることのないご講演でした。

特に胎児性水俣病の患児が十数人集合した白黒写真は、お人形を抱っこした女の子がいれば、浴衣姿でぐったり母親に抱えられた子もおり、非常に印象的でした。

戦後最大の産業事故である 1963 年の三井三池三川炭鉱の大爆発では、患者が搬入された病院に呼ばれていくと、患者は酔っ払っているように歌ったり、服を逆さに来たりしていた。廊下で小

便をしている者もいた。患者の家族はそれを見て笑い、一緒に炭坑節などを歌っており病棟が異様な雰囲気だった。一酸化炭素中毒であったのだが、当時は CT、MRI もないので患者は事故後三年で労災も打ち切れ、悲惨な境遇であった。

先生は、熊本（鹿児島？）の穏やかでゆっくりとした口調です。しかし水俣病では、行政が責任を医療に丸投げした、政治的怠慢を医学のせいに行っていると話された時には、静かな怒りが込められていました。

通常の疾患と異なり、公害は人為的疾患であり、患者は被害者でもあります。その公害患者の苦しみの現場に立ち会った医療者ゆえの怒りでしょう。

最後に、多分ほとんどの人が見たことのある写真、ユージンスミスの撮った、母親が痩せこけた 15 歳の胎児性水俣病の娘を抱いて湯船に浸

かっている写真を示されました。先生は この娘さんは一言も言葉を発することなく 21 歳で亡くなられた、私はこんな可哀想な患者を出さないようにと研究をしてきたが、今思うと可哀想といていいのか、彼女はこの写真によりおそらく何百万もの人に水俣病の悲惨さを伝えたはずだ、そう考えると彼女の人生はなんと意義のある尊いものだったのだろうかと講演を終えられました。

原田先生のお話しは、専門すぎることなく誰にでも分かりやすい平易な言葉で、決して水俣病が特異的、一時的な疾患、現象でないことを教えてくださいました。山口に住んでいる自分には水俣病は遠い問題と内心思っていた不明を恥じるとともに、もっと多くの方にこの講演をぜひ聞いてほしかったと心より思います。

（文責 長谷川奈津江）



山口大学工学部音楽サークル Feel it! による演奏



フォトコンテスト「いのち、きずな、やさしさ」の応募作品の展示会

# 平成 22 年度 都道府県医師会勤務医担当理事連絡協議会

と き 平成 22 年 11 月 19 日 (金) 14:00 ~ 16:00

ところ 日本医師会館 3F 小講堂

[報告:理事 茶川 治樹]

## 開会挨拶

**中川日医副会長** 地域医療の崩壊、医師不足の根本的な原因が医療費抑制である以上、診療報酬の大幅かつ全体的な引き上げを次期の改定に向けて強く主張する。

医師養成数の増加に向けて医学部新設の動きがあるが、日医としては引き続き既存医学部の定員数の調整にて対応するよう主張する。過去 3 年で医学部の定員が 1,200 名増加しており、医学部の定員を 100 名とすると、すでに 12 大学分増加していることになる。この度、厚生労働省の実態調査で必要医師数が現在の 1.1 ~ 1.2 倍とされたが、医師の業務内容は年々変化しているため毎年見直しが必要と思われる。

医療ツーリズムに代表される医療を営利産業化する動きについては、国民皆保険制度を死守する立場から強く反対を続けていく。

このように医療を取り巻く環境が厳しい中、日医がより強力なメッセージを出すためにも、勤務医と開業医の枠を越えて一致団結して強い組織力を示す必要がある。本日の協議会のテーマは「勤務医の視点からの医師会改革」であり、幅広いご意見をいただきたいと思っている。

## 報告事項

### 1. 全国医師会勤務医部会連絡協議会について

平成 22 年 10 月 9 日、平成 22 年度全国医師会勤務医部会連絡協議会が栃木県において、「地域医療再生～地域の力、医師の団結～」をメインテーマに活発な協議が行われたことが、栃木県医師会より報告された。

次いで、富山県医師会より次回協議会は平成

23 年 10 月 29 日に富山市で開催予定であると報告された。

## 2. 勤務医の健康支援に関するプロジェクト委員会活動報告

日本医師会常任理事 今村 聡

昨年度の「医師が元気に働くための 7 カ条」と「勤務医の健康を守る病院 7 カ条」作成以降の取り組みと今後の予定について報告があった。

平成 21 年 10 月から 3 か月間、勤務医の健康支援のための健康相談として E-mail 相談や電話相談を実施したが、大方の予想通り機能しなかった。

医療機関の産業医を対象に、医療機関における産業保健の役割、医師のメンタルヘルス支援の研修を目的として、「医師の職場環境改善のワークショップ研修」を平成 22 年 3 月 6 日に実施した。このワークショップでは、職場改善チェックリストを活用し、現在の医療現場の実例に近いケーススタディを通してグループワークを行い、勤務医の健康支援・労働環境改善の課題を整理したところ、参加者から有効であったと意見をいただいた。平成 22 年度は、同様のワークショップを 3 県医師会が実施予定であるが、他県でも日医からの支援を活用して実施してほしい。

今後の新たな取り組みとして「医師の労働時間の設計基準に関する現場実証調査研究」を 2010 年から 2011 年にかけて行い、医師の働き方のガイドラインを作成する。(ステップ 1: 労働時間設計基準に関する知見集約、ステップ 2: 労働時間ガイドの現場適用作業、ステップ 3: 労働時間ガイド現場実証研究、ステップ 4: 医師の労働時間の設計基準案作成)

**協議事項****テーマ「勤務医の視点からの医師会改革」****1. 都道府県医師会からの勤務医活動報告****(1) 秋田県**

秋田県医師会役員 22 名中勤務医は 8 名 (36.4%) である。

定期的に行っている勤務医アンケートにおいて、勤務医の待遇改善のポイントを問うと、以前は「設備の充実」、「病気等による休職時の保障」の割合が高かったが、現在は「勤務時間の改善」、「医師数の増加」、「医事紛争時の保障」の割合が高くなった。「給与の引き上げ」は依然として高い。また、医師会加入率の低下と医師会活動に関心がない医師の増加が危惧される。

秋田県では勤務医と開業医の関係は良好であり、その一つに診療参加型病診連携がある。休日診療所の患者数の減少と中核病院の軽症小児救急患者の増加により、平成 17 年から診療所の医師が病院の要請により診療を行っている。現在は小児科以外の整形外科等でも行われており、8 医療圏中 6 医療圏、7 基幹病院で行っている。

また、平成 21 年度勤務医委員会の活動目標を「勤務医労働環境改善のためにメディカルクラークの積極的導入と複数主治医制」とし、アンケート調査、報告会、講演会を行ったところ、県内急性期・地域中核病院 18 施設すべてにおいて、メディカルクラークを導入し、加算するようになった。

**(2) 新潟県**

新潟県医師会役員 18 名中 11 名が勤務医であり、理事会の内容も勤務医問題中心である。

新規の事業として、「医療メディエーター育成事業」を新潟県、日本医療メディエーター協会と共催で行い、3 年計画で医療メディエーターを育成する。また、医師確保対策として、初期研修医を対象に「新潟県医師会 T&A コース」を実施する。今後は緩和ケア研修事業等を検討している。

定期的に行っている勤務医アンケート結果から次のことが分かった。

- ①勤務医は医師会を遠い存在のように思っている。
- ②勤務医は大病院に集中し、高齢化している。
- ③労働環境改善の意見を発したい（組織に委ねたい）が、医師会には違和感を感じている。

④医師会とは病診連携で関係するが、医師会活動には直接かわらない。

⑤労働環境の悪い勤務（へき地）は否だ。

**(3) 宮崎県**

宮崎県医師会における勤務医の現況として、宮崎県医師会役員のうち勤務医は 23% で、勤務医の日医代議員がいないことや、医師の高齢化が激しいことが報告された。

具体的な活動として、定期講演会（年 2 回）、地域・支部での勤務医講演会、研修医に対する取り組み（新研修医保険診療等説明会等）、女性医師支援への協力が紹介された。

**2. 都道府県医師会からの意見・質問等（意見交換）**

医師会の三層構造、勤務医の入会メリット、日医活動への勤務医の参加等について、各県より意見交換が行われた。

**岡山県** 地区医師会、都道府県医師会、日本医師会の三層構造は、若い勤務医の大きな負担となっているため、各圏域を越えて異動しても会員資格を維持できるような広域会員制度の創設を望む。

**栃木県** 三層構造を根本的に改革するには、医師会入会の窓口を日本医師会のみとして、都道府県医師会、地区医師会は下部組織とし、必要に応じて会費の徴収を行う組織と改めたほうが、勤務医、開業医の区別なく医師会活動が行われると思われる。

**愛知県** 勤務医の入会メリットについてはよく議論されるが、開業医の入会メリットは何であろうか。開業医のメリットでさえ明確にできないのであれば、勤務医のメリットを議論することはできない。

**宮城県** 医師会未入会の医師は、ほとんどが勤務医である。勤務医に入会してもらい執行部に加わっていただくことで、日医は全医師の代表となる。しかし、現役の勤務医が執行部に入ることは難しいので、定款等の再検討を求める。

**石川県** 保険医はすべて日医に加入することを義務化するよう求める。日医は名実ともすべての医師を代表することが必要で、そのためには診療と医政活動と学術活動の三つを把握しなければならない。すべての専門学会は日本医学会のもとに存在しており、そのことが医師会は学術団体であることの証である。生涯教育の単位を専門医の単位とすることができるようにし、日医が医師の能力・適正を国民に対し保証しなければならない。

また、日医の執行部に複数の勤務医を加えることを求める。特に、中小病院の幹部ではない若手医師が加わるべきである。

**熊本県** 現状の代議員制度では、会員の過半数を占める勤務医の意向は反映され難い。会長選挙を直接選挙制にし、勤務医を含む全会員の医師会への関心を喚起し、医師会長（＝医師会）が「真に医師の代表」であることを内外に知らしめるべきである。

**大阪府** 会員、医療機関、地域住民に対し、若手女性医師が仕事と子育てを両立できるような就業システムを確立できるように啓発するとともに、実効性のある援助を望む。

## 平成 22 年度郡市医師会広報担当理事協議会

と き 平成 22 年 12 月 2 日（木）15：30～16：45

ところ 山口県医師会館 6F 大会議室

[報告：常任理事 田中 義人]

### 開会挨拶

**木下会長** 本日は 4 つの協議事項が用意されている。ここでの議論や情報を各地元の医師会の広報活動に活用していただければと思う。

山口県医師会の平成 22 年度の広報事業の予算は約 2,760 万円で、昨年度より 160 万円増やしている。最近では会員の広報だけでなく、一般県民への広報（対外広報）にも重点的に取り組んでいるところである。

対外広報の一つとして、マスコミとの懇談を図るようにしている。平成 15 年度から山口県報道懇話会と懇談会をしているが、最初はぎくしゃくしていたものが、平成 17 年ごろから、産科や小児科の医師不足が問題になり、この懇談会もしっくりいくようになった。現在も継続的に懇談をしており、関係を大事にしている。

また山口県医師会報は全国的にも評価が高く、中央でもよく読まれていると、藤原 淳前日医常任理事が言われていた。

郡市医師会においても、充実した広報誌作り、また充実した広報活動を展開していただくよう、願います。

### 協議事項

#### 1. 日本医師会の広報活動について

日医の広報について、下記の通り説明。

#### 日医 TV-CM

最初に平成 18 年から放送されている TV-CM を放映した。日医では平成 22 年 10 月から新 CM として「予防接種編」を放送している。放送時間帯は日医 HP を参照。

#### いのちを見つめるフォトコンテスト

新聞社とともに一般向けに日医が行っているフォトコンテストで、今年度は 12 回目。審査委員は日本写真家協会会長や作家、歌手、写真家等で構成され、受賞作品は 2 月に新聞紙上に掲載、また都内百貨店で展示される。

#### 心に残る医療体験記コンクール

新聞社とともに、一般向けに日医が行っている作文コンクール。一般の部、中高生の部、小学生の部の 3 部門で、病気になった時の思い出、介護にまつわる経験、医師や看護師との交流など、

医療・介護に関する体験記を募集し評価するもの。審査委員は作家、女優、作家・詩人等で、発表は 1 月に新聞紙上に掲載される。過去の作品は日医 HP に掲載している。

### 日医白クマ通信

地域医師会からの活動報告等を随時募集している登録制メールマガジン。各地医師会のイベント情報や、日本医師会の定例記者会見の様子やそのときの資料が閲覧できる。

日医白クマ通信 HP は <http://www.med.or.jp/s/hirokuma/> で、バックナンバーも掲載している。配信希望の場合は、日医 HP のメンバーズルーム（要アカウント）から。日本医師会員のみ。

### 定例記者会見

国の政策やさまざまな問題・事象に対する見解や、新たな行動指針・活動計画・成果報告などを紹介するため、報道各社に対して日医役員が記者会見を行っている。会見の内容や提出資料は日医 HP の「定例記者会見」ページで閲覧できる。毎回 20～30 社のメディアが取材に訪れ、報道を通じて日医の考えが広く国民の皆様へ届けられる。

### TV 放送

BS 朝日で毎週土曜日の 18 時から 30 分番組として、日医提供番組「鳥越俊太郎医療の現場！」を放映。内容は、医療のあるべき姿や健康の大切さを訴えるもの。

### 日医ニュース

毎月 2 回発行し、会員に配付している。抜粋

版は日医 HP で閲覧可能。

一都市医師会から、「TV-CM の予防接種編で、最後に『相談は医師会へ』というメッセージをつけると、観る人にどうすればいいかわかる」、「TV-CM について、お金はかかるだろうが、一本でいいから、皆がよくみる時間帯に集中して、印象に残る CM を作成して流してほしい」、「医師会のイメージが良くないのが悔しい。それをどう啓蒙して自分たちの仲間を増やしていくかということに広報の意味があるのでは」という意見があった。

## 2. 当会の広報活動について

当会広報事業の平成 21 年度報告と平成 22 年度計画を説明。詳細は平成 22 年 6 月号会報を参照。

### 県民公開講座の報告

平成 22 年 3 月 21 日、平成 22 年 10 月 10 日、平成 22 年 11 月 14 日に県民公開講座を開催した。それぞれの詳細記事（印象記）は、平成 22 年 5 月号、11 月号、今月号に掲載している。

### TV 局との連携

TV 局 2 社と、夕方のニュースの<sup>いち</sup>一コーナーで、医療問題に関するものや健康情報を放送してもらっている。

一都市医師会から、「国民向けとしては頑張っているが、会員に対する広報活動が足りない。また、医師会組織の足腰を固めることで、医師会が大きな発言力をもち、且つ意見が通るのではないか」という意見があった。

## 出席者

### 郡市担当理事

大島郡	野村 壽和	防府市	木村 正統
玖珂郡	河郷 忍	下松市	松野 尚弘
吉南町	石光 宏	岩国市	小林 優子
厚狭郡	田中 俊朗	小野田市	嶋本 昭
美祢郡	時澤 史郎	光市	佃 邦夫
下関市	宮崎 誠	柳井	吉浦 宏治
宇部市	久本 和夫	長門市	半田 哲朗
山口市	久 和孝	美祢市	藤村 寛
徳山	津永 長門		

### 県医師会

会長	木下 敬介	広報委員	吉岡 達生
副会長	吉本 正博		津永 長門
常任理事	田中 義人		堀 哲二
理事	山縣 三紀		渡邊 恵幸
理事	林 弘人		長谷川奈津江
			岸本 千種
			加藤 智栄

### 3. 郡市医師会の広報活動について

宇部市医師会の久本和夫先生より、宇部市医師会の広報の説明をいただいた。地元新聞社やラジオ局とタイアップして広報活動をされている。詳細は以下の通り。

#### 宇部市医師会だより

宇部日報に不定期ではあるが、医師会の意見を自由に述べたり、感染症流行時に市民に注意を促す記事を載せている。発行部数は 5 万部。

#### 知っておきたい病気

宇部日報に平成 5 年から毎月 1 回、各種疾患について各科持ち回りで記事を書いてもらって掲載している。掲載料は無料。

#### クラブきららマガジン

地元ラジオ局のエフエムきららが発行している小冊子に医師会行事の広告を掲載している。年 4 回で、発行部数は 25,000 部。広告を載せることで、番組の中で、医師会の行事や医療情報を取り上げてもらえる。また直接取材をしてもらっている。1 回の掲載料 3 万円。

#### 医師会かわらばん

市民のための広報紙として、平成 19 年 2 月に創刊。年 2 回発行しており、これまで 8 号まで発行した。発行部数は 71,400 部で、62,800 部を朝刊に入れている。朝刊がないところはポストイングで対応することで、全世帯に配布できる。このような広報紙を待っていたという嬉しい電話をいただくが、チラシと一緒に捨てて、見ていないという意見も少なくない。一度広報委員の診療所においてアンケート調査を行ったが、3 分の 1 が読んでいるということだった。また、最も関心

があるものは病気の Q&A コーナーであった。

—地元新聞や市町発行の広報紙を利用することでコストをかけない方法もある。ただし事前チェックがあるので、医師会の意見を自由に掲載することは難しい。

### 4. 医師会報について

県医師会報の主要コーナーについての説明と、新コーナーについて協議した。

#### 閉会挨拶

**吉本副会長** 日本医師会や県医師会は広報については非常に力を入れているところだが、残念ながら実を結んでいない気がする。日本医師会の力がなくなったのではということで、これからどう力をつけていくかについては、われわれにとって大きな課題だが、やはり国民を味方につけ、理解を得ることが必要で、そのためには広報活動が大切だと思う。

その前に、いまの医師会員の無関心さを何とかしなければならぬと、国民にアピールできないのではと思う。せめて日医からのニュースや県医師会報を見出しだけでも読んでもらいたい。最近生涯研修セミナーを企画しても、毎回参加者が少なくなっている。生涯教育は医師にとって大切なことだが、減っている実状があるわけである。医師会が何をしているのかわからない、何をしていけばいいのかわからないという状況で、本当にいまの医療に満足しているのかわれわれはわからない。危機感が医師会の先生方にあるのだろうか、その声すら聞こえてこない。会員の先生方の声を県医師会に上げていただきたいと思う。

本日はありがとうございました。

**多くの先生方にご加入頂いております！**

お申し込みは  
**随時**  
受付中です

医師賠償責任保険

所得補償保険

団体長期障害所得補償保険

傷害保険

詳しい内容は、下記お問合せ先にご照会ください

取扱代理店 **山福株式会社**  
TEL 083-922-2551  
引受保険会社 **株式会社損害保険ジャパン**  
山口支店山口支社  
TEL 083-924-3548



# 平成 22 年度郡市医師会 特定健診・特定保健指導担当理事及び関係者合同会議

と き 平成 22 年 11 月 18 日 (木) 15:00 ~

ところ 山口県医師会館 6F 大会議室

[報告:理事 山縣 三紀]

## 開会挨拶

木下会長 ご承知のとおり、この制度は平成 20 年度から実施されてきたところであるが、本会でも実施前の平成 19 年度からこの会議を開催して協議しながら取り組んできたところである。しか

し問題も多くあり、特に受診率においては、進展がみられていないのが現状である。この制度を少しでも充実したものにし、円滑に進められるよう、情報交換、意見交換をしながら、発展的に取り組んでいただきたい。この会議が実り大きいものに

## 出席者

### 郡市担当理事

下関市 飴山 晶  
大島郡 嶋元 徹  
玖珂郡 山下秀治  
熊毛郡 近藤幸宏  
吉南 吉松健夫  
厚狭郡 吉武正男  
美祢郡 坂井久憲

宇部市 内田悦慈  
山口市 成重隆博  
萩市 中坪 保  
徳山 佐藤信一  
防府 清水 暢  
下松 阿部政則

岩国市 中川 仁  
小野田市 藤村嘉彦  
光市 兼清照久  
柳井 松井則親  
長門市 宮尾雅之  
美祢市 藤村 寛

### 県医師会

会 長 木下敬介  
常任理事 濱本史明  
田中豊秋  
理 事 田村博子  
山縣三紀

### 山口県国民健康保険団体連合会

保健介護部保健事業課  
健康増進班長 西村 敏  
" 主任 秋枝文明

### 社会保険診療報酬支払基金山口支部

事業管理課長 倉田 浩  
事業管理課副長 武藤清徳

### 全国健康保険協会山口支部

保健グループリーダー 村上厚生  
" 高田和伸

### 山口県後期高齢者医療広域連合

業務課長 鶴田将之  
業務課長補佐 村田活稔  
資格電算係長 関本一博  
賦課徴収係長 重村一郎  
医療給付係長 中村一朗

### 市町

下関市保険年金課 係長  
宇部市保険年金課保健推進 係長  
山口市保険年金課 副主幹  
防府市保険年金課国保医療係 係長  
下松市健康増進課 課長補佐  
岩国市健康増進課 保健第二係長  
健診係長  
山陽小野田市国保年金課 主幹  
光市市民課 保険年金係長  
柳井市健康増進課 課長補佐  
美祢市市民課 主査  
周南市保険年金課 特定健診担当係長  
萩市市民課 課長補佐  
長門市市民福祉部 市民課長補佐  
周防大島町健康増進課 班長  
和木町保健福祉課 主事  
平生町町民課 保険年金班長  
阿武町民生課主任 (保健師)

矢野直昭  
阿部京子  
杉本昌幸  
小阪みどり  
田原浩子  
岡田理絵  
早川一美  
川地 諭  
森重哲昌  
西本勝則  
安永一男  
磯崎恵理子  
中野忠信  
末廣活巳  
岡野正徳  
秋崎武司  
横田佳幸  
亀山梨恵子

なるよう念じて冒頭の挨拶とする。

### 協議事項

#### 1. 平成 21 年度の実施結果について

#### 2. 平成 22 年度の実施状況について

平成 20 年度から始まった特定健診及び特定保健指導であるが、「平成 20 年度 市町村国保における都道府県別の特定健診の受診率」は 21.3% で、和歌山県、広島県、北海道に続いて、全国の低い方から 4 番目であった。昨年度のこの会議でも、受診率向上に向けて協議いただき、対策などをいろいろ挙げていただいた。その結果を踏まえて、関係機関、保険者等から 21 年度の実施結果、22 年度の実施状況を報告いただいた。

**国保連合会** 市町村国保の平成 21 年度の特定健診受診率は全体で 21.0%、20 年度が 21.4% であったので、ほぼ横ばいであった。各保険者別にみると、受診率が一番伸びた保険者で 7.4 ポイント、3 ポイント以上伸びた保険者が 3、3 ポイント以上下がった保険者は 6 あった。特定保健指導の積極的支援は 20 年度 10.7% から 21 年度 11.5% と 0.8 ポイント上がった。動機付け支援は 20 年度 14.7% から 21 年度 18.7% と 4 ポイント上がった。

平成 22 年度について、10 月まで処理状況は資料①、②、③のとおりである。

**支払基金** 21 年度及び 22 年度 11 月受付分までの状況は、資料④のとおりである。

請求データにおいて、支払基金のシステムでエラーになった事例は、次の点が挙げられる。特に、受診券の確認が確実にされていない場合が見受けられる。

- 1) 契約が複数ある場合の契約単価の誤り。
- 2) 窓口負担額漏れ及び誤り。
- 3) 保険者番号及び受診券整理番号の誤り
- 4) 被保険者証の記号、番号の誤り

**協会けんぽ** 平成 21 年度の実施結果と平成 22 年度の実施状況は下資料のとおりである。

これまで受診券の発行を申請方法としていたが、今年度から対象者分を作成し、事業所宛に 3 月末一括発送している。そのほか、被保険者向け生活習慣病予防健診の受診勧奨と合わせて、事業所への訪問や電話による勧奨を行っている。

**後期高齢者広域連合** 平成 21 年度の受診状況については、資料⑤のとおりである。平成 20 年度の全体の受診率が 15.64% であり、平成 21 年度はほぼ横ばいという結果となった。受診率が低いということで、ポスターを作成し、関係機関を通じて配布・掲示をお願いしている。また、健康福祉センター等の県出先機関、市町の支所・出張所

### 資料

#### 特定健診・特定保健指導実施状況等について

全国健康保険協会山口支部

#### 1. 平成 21 年度実施結果について（速報値）

- (1) 特定健診
  - ・対象者数 49,946 人（40 歳以上 75 歳未満の被扶養者数）
  - ・受診券発行件数…10,002 件
  - ・実施者数…4,430 人
  - ・実施率…8.9%（前年比－0.7%）

#### (2) 特定保健指導

- ・利用券発行件数…337 件
- ・実施者数…積極的支援 3 件  
動機付け支援 4 件

#### 2. 平成 22 年度の実施状況について（平成 22 年 10 月 29 日現在速報値）

- (1) 特定健診
  - ・対象者数 48,860 人（目標設定時のベースとなる 40 歳以上 75 歳未満の被扶養者数）
  - ・受診券発行件数…47,971 件（受診券：申請により発行方式⇒事業所あて 3 月末一括発送方式への変更）

- ・実施者数…2,609 人
- ・実施率…5.3%（前年同月比プラス 1.1%）

#### (2) 特定保健指導

- ・利用券発行件数…114 件
- ・実施者数…積極的支援 2 件  
動機付け支援 3 件

などで揭示し、受診勧奨に努めているところである。平成 22 年度の実施状況は、ほぼ昨年度同じ数で推移している。今年度は、未受診者へ個別に通知し、健診を受けられない場合の理由を収集し、分析等をしたいと考えている。

各保険者においては、受診率のポイントを上げたところもあれば、横ばい又は下げているところもある。どの保険者においても、ポスターやチラシの作成・配布など広報をしているが、それほどの受診率向上に効果を上げていないとの報告が多かった。未受診者へのアンケートは、他県でも実

施されており、最も多い理由は「現在、医療を受けている、通院中であるから」と報告されている。

受診率が上がった保険者等（周南市）からは以下の報告があった。

周南市国保 20 年度の実診率が 20.3%、21 年度が 27.7%と、7.4 ポイント引き上げることができた。その理由は、まずは徳山医師会（医療機関）の協力によるものである。それから、手段として良かったであろうと分析しているのは、未受診者へのダイレクトメール（個人通知）である。ハガキサイズのメールシーラーで、これをそのまま

①平成 21 年度特定健診対象者数等 保険者集計情報

保険者番号	保険者名	特定健診				特定保健指導 積極的支援				特定保健指導 動機付け支援							
		対象者数 (A)	受診者数 (B)	評価対象者数	受診率 (B/A)	平成 20 年度受診率	対象者数	利用者数	終了者数	実施率	平成 20 年度実施率	対象者数	利用者数	終了者数	実施率	平成 20 年度実施率	
1	00350017	下関市	51,926	8,742	8,742	16.8%	20.9%	257	29	30	11.7%	15.1%	929	103	95	10.2%	10.8%
2	00350025	宇部市	28,538	4,543	4,543	15.9%	14.3%	111	50	5	4.5%	19.6%	403	190	109	27.0%	28.4%
3	00350033	山口市	28,726	5,572	5,572	19.4%	20.3%	122	18	8	6.6%	4.0%	501	96	47	9.4%	9.6%
4	00350066	防府市	19,407	4,331	4,332	22.3%	24.6%	77	4	5	6.5%	0.9%	373	23	38	10.2%	1.2%
5	00350074	下松市	9,136	2,596	2,596	28.4%	29.5%	47	8	8	17.0%	21.2%	216	40	37	17.1%	22.2%
6	00350082	岩国市	28,929	4,903	4,908	16.9%	15.9%	92	23	25	27.2%	1.0%	465	141	156	33.5%	3.6%
7	00350090	山陽小野田市	11,134	3,002	3,012	27.0%	26.3%	66	11	10	15.2%	0.0%	249	54	58	23.3%	13.7%
8	00350108	光市	10,801	3,143	3,143	29.1%	27.2%	55	8	8	14.5%	15.4%	326	49	55	16.9%	19.1%
9	00350124	柳井市	7,272	1,020	1,020	14.0%	12.2%	33	3	1	3.0%	45.7%	133	74	34	25.6%	42.9%
10	00350132	美祿市	5,157	1,527	1,527	29.6%	32.6%	32	1	1	3.1%	5.0%	140	3	2	1.4%	23.6%
11	00350595	周南市	26,983	7,475	7,487	27.7%	20.3%	181	40	30	16.6%	8.1%	718	293	174	24.2%	22.0%
12	00350603	萩市	12,852	3,502	3,502	27.2%	29.6%	97	13	1	1.0%	6.7%	361	79	95	26.3%	15.5%
13	00350611	長門市	8,785	1,440	1,440	16.4%	21.8%	34	4	4	11.8%	1.4%	145	30	30	20.7%	13.0%
14	00350157	周防大島町	5,337	709	713	13.3%	16.9%	40	16	10	25.0%	16.7%	86	38	28	32.6%	34.1%
15	00350199	和木町	1,064	366	366	34.4%	31.0%	12	0	0	0.0%	11.1%	29	6	6	20.7%	19.4%
16	00350280	上関町	1,033	244	244	23.6%	30.3%	12	4	4	33.3%	27.8%	30	4	3	10.0%	11.1%
17	00350306	田布施町	3,256	983	984	30.2%	29.5%	20	2	2	10.0%	16.7%	118	12	12	10.2%	9.2%
18	00350314	平生町	2,599	543	545	20.9%	21.3%	10	3	2	20.0%	21.4%	46	22	16	34.8%	19.6%
19	00350520	阿武町	978	362	362	37.0%	46.4%	8	1	1	12.5%	5.9%	36	8	8	22.2%	24.4%
20	00350546	阿東町 (H22.1.16山口市と合併)					38.1%					6.3%					3.7%
21	00353029	医師国保	2,615	975	976	37.3%	34.0%	41	1	0	0.0%	0.0%	65	2	0	0.0%	0.0%
総合計			266,528	55,978	56,014	21.0%	21.4%	1,347	239	155	11.5%	10.7%	5,369	1,267	1,003	18.7%	14.7%

※平成 21 年度データで、平成 22 年 1 月 16 日に山口市と合併した阿東町に係るものは、「山口市」へ含まれています。  
 ※当資料は「特定健診・特定保健指導実施結果集計表（県集計）（平成 21 年度）（H22.10.12 作成・法定報告分より）」

②平成 22 年度（国保）特定健康診査受診率並びに特定保健指導の状況

山口県国民健康保険団体連合会  
 （平成 22 年 10 月 27 日作成 TKAC019 より）

	特定健康診査			特定保健指導			
	対象者数 (人)	受診者数 (人)	受診率 (%)	動機付け支援 対象者数 (人)	積極的支援 対象者数 (人)	終了者数 (合計) (人)	終了率 (%)
下関市	53,521	4,298	8.0	411	138	0	0.0%
宇部市	29,616	2,069	7.0	169	46	0	0.0%
山口市	30,297	2,537	8.4	210	59	0	0.0%
防府市	20,361	1,887	9.3	135	39	0	0.0%
下松市	9,520	1,181	12.4	86	25	0	0.0%
岩国市	30,094	2,090	6.9	178	51	0	0.0%
山陽小野田市	11,545	1,315	11.4	89	20	0	0.0%
光市	11,309	1,322	11.7	99	23	0	0.0%
柳井市	7,506	358	4.8	36	14	0	0.0%
美祿市	5,408	1,104	20.4	97	23	0	0.0%
周南市	27,850	2,114	7.6	138	59	0	0.0%
萩市	13,123	1,953	14.9	198	68	0	0.0%
長門市	9,078	863	9.5	71	23	0	0.0%
小計（市）	259,228	23,091	8.9	1,917	588	0	0.0%
周防大島町	5,448	369	6.8	31	9	0	0.0%
和木町	1,095	353	32.2	38	9	0	0.0%
上関町	1,044	206	19.7	17	9	0	0.0%
田布施町	3,381	434	12.8	47	11	0	0.0%
平生町	2,697	288	10.7	14	8	0	0.0%
阿武町	1,019	345	33.9	46	16	0	0.0%
医師国保組合	2,697	198	7.3	11	5	0	0.0%
小計（町・組合）	17,381	2,193	12.6	204	67	0	0.0%
総計	276,609	25,284	9.1	2,121	655	0	0.0%

※数値は、特定健診等データ管理システムから作成される、「特定健診・特定保健指導進捗・実績管理表…TKAC019」より  
 ※各数は、法定報告の対象となる数

受診券として使用できるので、その未受診通知を持って医療機関で受診できたと分析している。また、その未受診通知に、未受診理由の返信をいただくように工夫しており、事業主健診を既に受けておられる方もあった。その方々には、健診結果を報告いただいて、受診率に反映できたと考えている。

また、特定健診の受診勧奨を行うことによって、人間ドックの受診者が伸びた結果が出ている。このことから、健康に関心をもつ方は、より内容の充実した健診を受けたい意識があると考えられる。

そのほか、未受診者へのアンケートにより、60 歳以上では約 7 割、70～74 歳では約 8 割の方はかかりつけ医で定期的に受診をされている。そうしたことを考えると、医療機関で受診勧奨をしていただくことも一つの手段としていただけると思う。昨年度の場合は、11～12 月の未受診者への勧奨通知で大幅に増えたことが、受診率アップにつながったと分析している。

### 3. 平成 23 年度の実施に向けて

次年度に向けて、出席者から要望、受診率を上げる方策等を伺い、主なものは次のとおりである。

**長門市国保** 特定健診は国保が、がん検診は健康増進課が実施するといった縦割り行政の弊害があったが、来年度から機構改革により、健診もすべて健康増進課で行い、住民の方からの窓口は一本化で調整している。

**柳井市国保** 平成 22 年度は、がん検診との同日実施を行い、広報をしている。今のところ成果は特に現れていない。柳井市ではレセプト等から既往歴のある方には受診券を発行していなかった。しかし、受診率が低迷していること、23 年度からレセプト電子化が進められること等から、対象者全員へ受診券を配布することを検討している。

**光市国保** 同時実施について、双方の受診券を同封するのがベストであるができなかったため、受診期間を揃えて送付したところである。効果は今のところ出ていない。現在、未受診者対策ができていないので、未受診者への勧奨通知を 23 年度

### ③平成 22 年度(後期)健康診査受診率の状況

山口県国民健康保険団体連合会

(平成 22 年 10 月現在)

	対象者数 (人)	受診者数 (人)	受診率 (%)
下関市	48,208	1,879	3.9
宇部市	26,283	2,107	8.0
山口市	28,984	2,401	8.3
防府市	17,689	1,830	10.3
下松市	7,729	828	10.7
岩国市	25,726	2,092	8.1
山陽小野田市	10,845	949	8.8
光市	7,940	959	12.1
柳井市	7,323	319	4.4
美祿市	6,371	889	14.0
周南市	22,506	2,221	9.9
萩市	12,317	1,493	12.1
長門市	8,841	397	4.5
小計(市)	230,762	18,364	8.0
周防大島町	6,856	374	5.5
和木町	910	142	15.6
上関町	1,318	135	10.2
田布施町	2,692	238	8.8
平生町	2,463	176	7.1
阿武町	1,269	61	4.8
小計(町)	15,508	1,126	7.3
総計：広域連合	246,270	19,490	7.9

※数値は、特定健診等データ管理システムから作成される、「健診結果総括表(市町村)・・・TKAC109」より

### ④特定健診・特定保健指導に係る取扱い状況

山口県社会保険診療報酬支払基金

受付月	月分	平成 21 年度		平成 22 年度	
		機関数	件数	機関数	件数
5 月	4 月	347 (4)	1,233 (4)	287 (9)	727 (13)
6 月	5 月	85 (2)	161 (2)	246 (5)	480 (5)
7 月	6 月	257 (1)	612 (1)	339 (3)	909 (3)
8 月	7 月	367 (5)	1,037 (6)	381 (4)	1,082 (17)
9 月	8 月	338 (4)	858 (5)	359 (7)	955 (13)
10 月	9 月	355 (7)	1,022 (13)	370 (4)	927 (5)
11 月	10 月	395 (7)	1,339 (16)	426 (9)	1,476 (18)
12 月	11 月	402 (6)	1,365 (13)		
1 月	12 月	364 (5)	1,098 (6)		
2 月	1 月	295 (8)	796 (26)		
3 月	2 月	292 (4)	781 (6)		
4 月	3 月	348 (8)	941 (19)		
合計		3,845 (61)	11,243 (117)	2,408 (41)	6,556 (74)
1 か月平均		320 (5)	937 (10)	344 (6)	937 (11)

※( ) 内は特定保健指導の再掲である。

### ⑤平成 21 年度市町別(後期)健康診査受診率一覧

平成 21 年 4 月 1 日～平成 22 年 3 月 31 日受診分

	対象者数	受診者数	受診率
広域全体	204,148	31,805	15.58
下関市	40,710	3,356	8.24
宇部市	20,351	3,068	15.08
山口市	24,548	3,698	15.06
萩市	10,023	2,421	24.15
防府市	14,869	2,921	19.64
下松市	6,484	1,675	25.83
岩国市	21,772	3,673	16.87
光市	6,635	1,868	28.15
長門市	7,059	542	7.68
柳井市	6,204	459	7.40
美祿市	5,331	1,093	20.50
周南市	18,835	3,708	19.69
山陽小野田市	9,136	1,919	21.00
周防大島町	5,347	386	7.22
和木町	754	145	19.23
上関町	1,158	178	15.37
田布施町	1,898	458	24.13
平生町	2,067	177	8.56
阿武町	967	60	6.20

※対象者数は、平成 21 年 4 月 1 日現在の被保険者数一除外者数  
※阿東町は山口市に含む。

に向けて検討しているところである。

**光市医師会** 同時実施により、がん検診の受診率は上がっている。

**防府市国保** 同時実施について、特に進めていない。23 年度に向けて、受診期間を 11 月末から 12 月末へ延ばしたいと考えている。

**防府医師会** 胃がん検診の受診率が低迷しており、受診券を一緒にしてほしいことをお願いしている。また、受診券についても、A4 サイズの薄い紙はチラシと思われることもあり、対応をお願いしているところである。

**美祿市国保** 受診率が下がっており、原因を検討中である。23 年度に向けて、受診券の同時発送を担当課と調整中である。

**和木町国保** 集団と個別で実施しているが、集団がメインであり、がん検診と同時実施している。しかし、町国保の方以外は、特定健診が受けられないため、がん検診の受診率は下がっている。

**岩国市国保** 同時実施の体制はできている。受診券の送付のタイミングをなるべく同時にしていきたい。23 年度は未受診者対策として、ターゲットを絞ってハガキ等の勧奨を検討している。

**協会けんぽ** 通常、事業主から被保険者本人を通じて、対象である被扶養者に受診券が届くことになる。できるだけ確実に届くように個別の封筒にするなど検討している。また、市町の担当課と連携を図っていき、広報やがん検診との同時実施など取り組んでいきたい。

今年度は多くの市町国保で、貧血や心電図を必須項目にするなど健診項目が追加され、従来の基本健診と同じ内容になって実施されてきたが、受診率の向上には余り寄与していない。また、年度途中で未受診者への受診勧奨を行っている保険者もあり、未受診理由のアンケートをとって今後の検討課題にされている。

がん検診との同時実施については、宇部市、山陽小野田市、岩国市、阿武町などでも実施に取り組まれているが、なかなか効果が現れていないのが実情のようである。また、同じ受診券の発行、受診券の同時発送については今後の検討課題である。

その他、県医師会からは、平成 22 年度診療報酬改定による標準単価について、各保険者へ示した。また、県医師会の請求事務代行について、昨年度と同様の要領、様式で行う予定であることを報告した。

#### 4. その他

郡市医師会から、国保以外の任意継続の方については、受診券が発行されていない場合があるので、すぐに健診が受けられるよう要望があった。また、事業主健診の結果データの取り扱いについては、協会けんぽから、来年度から本格的に進めていくための調整を行っており、すべての事業所から電子媒体でデータをいただくことができればいいが、困難であるので、件数の多い医療機関からお話しをしているところであるとの回答があった。

そのほか、特定健診・特定保健指導の制度により、がん検診等への悪い影響が生じたり、介護保険の生活機能評価と混在し、医療機関では多くの書類で煩雑になるなどの意見があり、こうした制度の先行きに対して疑問が挙げられた。

特定健診を始めてから、がん検診の受診率が下がっていることは明らかであり、受診率が上がっている他県での例でも、大きなマンパワーが必要であり、仕組み自体が上手くいっていないと思われる。

ただし、いずれにしても、行政、医療機関等が連携を取りながら工夫し、続けていかななくてはいけないのが現状だと思われる。

#### 県下唯一の医書出版協会特約店

医学書専門 井上書店  
看護学書

〒755-8566 宇部市南小串2丁目3-1(山口大学医学部横)  
TEL 0836 (34) 3424 FAX 0836 (34) 3090  
[ホームページアドレス] <http://www.mm-inoue.co.jp/mb>  
新刊の試覧・山銀の自動振替をご利用下さい。

## 平成 22 年度中国地区学校医大会

と き 平成 22 年 8 月 22 日 (日) 13:00 ~ 16:25

ところ 山口県総合保健会館 2F 多目的ホール

報告:専務理事 杉山 知行  
常任理事 田中 豊秋

平成 22 年 8 月 22 日、山口県総合保健会館で行われた。

### 挨拶

**木下会長** 本日は、来賓として日本医師会会長の原中勝征先生、山口県教育次長の浅原司様をお迎えし、午前中の中国四国学校保健担当理事連絡会議には日本医師会常任理事の石川広己先生にコメントータとしてご出席いただきました。中国各県からも学校保健に関係する方々のご出席をいただき、心より厚く御礼申し上げます。

また、平素、学校保健の向上にご尽力いただいています、各県の学校医の先生方並びに関係各位に深い敬意を表し、感謝申し上げます。

近年、めまぐるしい社会情勢の変化に伴い、学校保健を取り巻く環境も大きく変化し、多様化しています。特に社会問題となっております心の健康に関する問題をはじめ、小児期からの生活習慣病の兆候、アレルギー疾患の増加、また性の逸脱行動や薬物乱用などが大きな課題となり早急な対応が求められています。

このような状況の下、学校保健活動における学校医の果たす役割は大変重要なものがあります。これからもさらなるご支援をいただきますようお願い申し上げます。

**原中日医会長** 本年 4 月から日本医師会長に就任いたしました原中でございます。木下先生のお話して言い尽くされたかと思いますが、もともと学校医は体の健康の問題と体育の増進ということで、所轄官庁も教育の方ではなかったという歴史をもってい

ます。しかし、今、社会情勢の大きな変化のなかで、子どもの体質もアレルギーの問題、性の問題等今まで考えられなかった社会の変化があります。単に体躯、体の丈夫さというだけでは追いつかない学校医の仕事となっています。いじめの問題、不登校の問題、あるいは学校の先生までも勤務から離れてしまうという状況の中で、子どもの健康を守るには、小児科や内科の先生だけでは行き届かなくなりました。眼科、耳鼻科、整形外科、精神科の先生方の専門性を借りながら学校医を務めなければならない時代になっています。

もう一つ、石川先生の担当であります、日本医師会学校保健委員会に会長諮問で「地域における学校医のあり方」の模索をお願いしています。今回のインフルエンザの時にお分かりいただけたと思いますが、インフルエンザの蔓延防止には家族の協力や地域ぐるみで予防していかなければなりません。性の問題にしても、家族、地域、社会を無視して子どもを守ることができません。この



ように社会が急激に進行しています。

日本医師会や先生方が、将来の日本を背負う子どもが心身ともに健やかな成長をしてほしいと願いながら一所懸命取り組んでおられることを考えたときに、私たちは先生方の生の声を聞きながら、欠陥があれば政府と交渉し直していかなければならないという強い意志をもっています。日本医師会会長に対する目安箱を作っているのでホームページを通して投書していただきたいと思います。常任理事会を通して対応していきます。

2025 年には人口が約 4 千万人減るといわれています。現在学校に通っている子どもがしっかりした日本を支えていかなければなりません。一所懸命されていても報われない学校医の待遇かもしれませんが、国のためを考えて今後ともよろしくお願ひ申し上げます。今日の大会が、少しでもそういうものが解決されるような会になっていければと思います。

## 研究発表

### 1. 小中学校での課題授業「みんなの体は宝物」の取り組み（鳥取県）

鳥取大学医学部附属病院周産期・小児医学講師  
長石純一

生活習慣病の予防対策として、特定の対象者に受診を行ってきたが、本当に話すべき相手が受診していないことに気づき、課外授業「みんなの体は宝物」の取り組みを開始した。

小中学校の児童や生徒を対象とし、自分の体と生活習慣について考えるきっかけをもつ場を提供し、みんなの体が宝物で大切なものであることに気づいてもらうことを目的に、生活習慣と病気の関係について授業を実施した。事前の計測結果とアンケート結果を参考にし、子どもたちが興味をもつ食事や睡眠の話を中心に、わかりやすい言葉で体の構造や調節の仕組みを説明した。質問を受け、授業後に感想を書いてもらった。

計測結果では、やせや肥満ともに増加しており、アンケートでも身長や睡眠に対して関心が高かった。朝食は食べているが就寝時間は遅く、やや疲れていると感じている小中学生が多かった。授業の話題としては、おしっこの原料、睡眠時間、なぜ好きなものだけを食べたらだめなのか、頭の良

くなる食べ物、精子と卵子の違い（中学生）などであった。授業後の感想としては、「体ってすごいな」、「夜 10 時には寝よう」、「女の子を大切に」、「友達の体も大切にしたい」などであった。

まとめとしては、生活習慣病の予防対策として課外授業という形で子どもたちにじかに語りかける場を設けることは意味がある。

## 2. 小児の生活習慣病予防健診 25 年間の実践 特に事後措置について（鳥根県）

浜田市学校保健会会長／小池医院院長 小池茂之

昭和 60 年に小学 1 年、4 年、中学 1 年生を対象に血清脂質、血圧、肥満のパイロット調査を行ない、血清コレステロール値が高いことが判明した。教育委員会、保護者からの事業継続の要望があり、学校医部会が中心となり健診システム、事後措置のプランニングをし、生活習慣病予防健診としてスタートした。対策として、

- ①「成人病」の呼称を「習慣病」と呼び変えてキャンペーン
- ②キャンペーン標語「地域ぐるみでコレステロールの山を動かそう」
- ③幅広く関係者と小児の生活習慣病対策合同協議会を結成し年 2 回会合し連携を深める
- ④生活習慣が変容するには知識の提供（一次対応）と二次対応として被介入者が語り合いながら進める  
その参考資料の提供等で養護教諭の活躍が大きかった。

3 年前から浜田市食育推進ネットワーク会議が結成され、生活習慣病予防健診と同じ対象者に生活習慣、食習慣のアンケート調査を実施し、改善を要するところを程度で表し学校に返した。養護教諭がコメントを付けて保護者・子どもに報告した。また、事後措置に役立てるために「小児の生活習慣病予防健診実践ガイド」を発刊した。

成人になってからの経過観察について質問があったが県外に流失している若者が多く経過観察はできていないとのことであった。

## 3. メール相談からみた子供達の現状について （岡山県）

ウィメンズクリニック・かみむら院長 上村茂仁  
学校性教育の時やクリニックに受診に来た子ど

も達に無料匿名メール相談のアドレスを教える。内容は性の問題、体や成長に関するもの、男女関係、友人関係、学校問題、人生についてなど多岐にわたっている。不思議なのは普通に親に相談しても問題ないという問題ですら、親に聞けないとメールしてくる。生理痛、生理不順、性器の形に対する不安などの普通のことも聞けない親子関係なら、性の問題や男女関係に関しては絶対聞けない。ネットで自分で解決するか、一握りの友人に相談するしか方法はない。今の子どもはネットでのつながりを大切にしている。しかし、ネットで話し合いによる解決ではなく 1 対 1 対応でしかない。間違った意見でも自分に都合の良い内容ならそれに従う。大人たちは子どもたちの携帯使用を禁止しようとするばかりで、正しい使い方を教えない。携帯電話やネットは正しく使えば友人もできるし、死んでしまいたいと思っている子どもに生きる力をくれる場所でもある。大人もネットをもっと勉強し正しい使い方を学び教える必要がある。

生の子どもたちからのメールがいくつか提示され会場の多くの先生方に衝撃を与えた。

#### 4. 学校における救急体制の現状：アンケート調査から（広島県）

広島県医師会学校医部会委員 渡辺弘司

学校現場における救急医療体制についてどのように対処すべきかを検討する目的で広島県内学校医及び呉市内の小・中学校養護教諭に対し、救急医療に対するアンケート調査を行った。対象数は学校医 1,066 名（回収率 49.7%）、小学校養護教諭 58 名（69%）、中学校養護教諭 28 名（93%）であった。学校医は救急処生の知識が必要だと思う医師が 80% に上ったが、実際に学校での活動は 80% が何もしていないと回答した。学校から要請があればすぐに駆けつけると回答した外科系医師は 4 割、小児科内科系医師は 2 割であった。養護教諭からは学校医に対して学校現場職員への指導を希望する意見が多かった（小学校 73%、中学校 69%）。救急医療への積極的な対応を期待されたのは、小学校 55%、中学校 35% であった。

以上より、学校医はある程度救急医療を行う心構えはあるが実際の対応は難しいと認識している

こと、外科系医師の多くは救急活動に精通しているが、内科系医師は自信のない医師がみられたこと、実際の学校医活動において救急医療に対する活動は盛んではないこと、養護教諭は救急現場の対応ではなく平時の職員に対する啓発活動を希望していることが明らかになった。

#### 5. 学校心臓検診における「重複精査回避システム」について（当県）

山口県医師会学校心臓検診検討委員会 委員長  
砂川博史

小学校 1 年生の時に心電図異常で精査を受け、結果「所見はあるが心臓には問題がない」と診断されても、中学校や高等学校の心電図検診で同一所見にもかかわらず再度精査になる。このような事象においては保護者からの苦情も多く、システムとしての改善が求められていた。山口県では精密検査受診票が 4 枚複写になっており、1 枚は本人の手元に残っている。そこで爾後の心電図検診の際にそのコピーを提出していただき判定会議での参考とし、重複精査を回避するシステムを構築した。これにより不完全右脚ブロックや軸異常などは精査に回る件数が激減し、このシステムが有効であることがわかった。

[報告：常任理事 田中 豊秋]

#### 特別講演 1

##### 「不登校の子どもたちのくらしと心」

小郡カウンセリングルームあんだんて

代表 小嶋 容子

演者は臨床心理士であり、長年スクールカウンセラーや犯罪被害者支援カウンセラー等の仕事をされるとともに、小郡カウンセリングルームあんだんて代表として不登校の子どもたち等を対象に活動してこられた。今回はそれらを背景内容に、含蓄ある講演をされた。

「不登校とは、何らかの心理的、情緒的、身体的あるいは社会的要因・背景により、登校しないあるいはしたくてもできない状況にあるために年間 30 日以上欠席した者のうち、病気や経済的な理由によるものを除いたもの」との文科省の不登校の定義がある。それによれば小中学校の不登校児童生徒数は、平成 10 年度位までは漸増し、以

## 不登校生活の各段階に起こり易いこと

時期	復帰のための指導的観点	復帰のための指導的対応	親の対応	子どもの状況
前期	不登校予備軍		漠然とした不安	均衡を保つ努力と内向
初期	学校といやなイメージとの重なり 遅刻やさみだれ通学	休み癖をつけない努力 (励まし・勇気づけ、親への警告等)	あせり・不安・恥感 原因探し・家庭内葛藤	不安・恥感・内的葛藤 原因探求と訴え
本格期	生活の不安定化 表層的原因の訴えや甘え	生活のリズムの改善勧告 等の親教育 原因解決対応 甘えへの対応	外的葛藤・不安・恥感 既成の教育観への固執 時に子どもへの従属 原因解決策探し	外的葛藤・不安・恥感 親の思い擬視 時に周囲への攻撃的 自己防衛又は自己攻撃
安定期	親の巻き込まれ 安易な生活への慣れ 固定化 学力低下	登校刺激強化 学習援助	不安 理論的思考の試み 不安定な不安化 子守りの防衛	周囲の観察 不登校生活探索

後はそれほど変わらず 13 万人位である。小学校では学年が進むにつれ微増するが、中学 1 年で小学 6 年時の約 3 倍と急増し、さらに学年が進むにつれて増加する。不登校のきっかけと考えられるものは年代によって違いがあるが、第 2 位のいじめを除く友人関係をめぐる問題（約 15%）や、親子関係をめぐる問題（約 10%）を凌駕して、その他本人に係わる問題が約 40%位と第 1 位である。いじめによるとされるのは小学校 2.2%、中学校 3.1%、高校 0.8%である。しかし、この統計はあくまで学校側の判断で、その他本人に係わる問題とされている中に、いじめがかなり含まれている可能性がある。

子どもは不登校の原因となっている事情に関する思いはもちろん、“学校に行かないこと”への不安、情けなさ、恥ずかしさで一杯になっており、先行きへの不安も当然ある。親は親で何でだろうという思いがあり、何とかして学校に行かせたい気持ちと弱っている子どもに無理はさせたくない気持ちとの間で揺れ動いている（上表参照）。

わからないこともあるが、不登校には理由がある。対応可能なものにはそれへの努力をするが、難しいことも多い。葛藤の時期は次のステップへ進むための一通過点との考え方は必要でもあるし、本人や関係者にとっても役に立つ。学校内外からの支援やそのシステムは必要であり、有用である。特に“不登校親の会”は「悩みがだんだん楽になっていく」とか「参加することで、子どもの状況が良くなっていく」等の声が多く、同じ立場の人との出会いが必要で、役に立つことが多い。

不登校に対処するためには、悩みは勉学と同

様生きていく上で大切な学習であり、時には勉学を停止してでも悩まなければならぬこともあるといった肯定的支持も有用で、混沌とした思いに耳を傾けてくれる人がいることを知る（知らせる）ことも手助けになる。不登校は本人にとって必要な行動であり、理もあると認め、葛藤期間は新しいステップへの貴重な時間であると支持する。学校その他で改善できることは改善しつつ、本人への対応はいそがせず、一言で言えば「そのままでもいいよ」と認めて、待つてあげることが大事である。

## 特別講演 2

## 学校保健の現状と課題

日本医師会常任理事 石川広己

この 4 月より学校保健担当の日医常任理事となられた、千葉県で小児科医をされている石川広己先生が、「学校保健・学校医の現状と課題」との演題で、学校保健全体についての概説と、今、特に問題になっていることや、新執行部となった日医が力を入れていることなどを述べられた。

平成 20 年 6 月に「学校保健法」が「学校保健安全法」と名称変更があり、内容の一部改正も行われた。そのポイントは①国・地方公共団体の責務（財政上の措置や必要な施策の実施、国による学校安全計画の策定等）の明記、②学校設置者の責務（施設設備・管理運営体制の整備等）を明記、③養護教諭を中心として関係教職員等と連携した組織的な保健指導の充実、④地域の医療関係機関等との連携による児童生徒等の保健管理の充実、⑤全国的な学校の環境衛生水準を確保するための全国的な基準の法制化、⑥子どもの安全を脅

かす事件、事故及び自然災害に対応した総合的な学校安全計画の策定による学校安全の充実、⑦各学校における危険発生時の対処要領の策定による確かな対応の確保、⑧警察等関係機関、地域のボランティアなどとの連携による学校安全体制の強化である。

学校給食法の一部改正（食育・学校給食）もあった。内容は①学校給食を活用した食に関する指導の充実（食に関する適切な判断力の涵養、伝統的な食文化の理解、食を通じた生命、自然を尊重する態度の涵養等の食育の観点から学校給食の目標を改訂と、食に関する指導の全体計画策定、地場産物の活用等、栄養教諭による学校給食を活用した食に関する指導の推進）。②学校における学校給食の水準及び衛生管理を確保するための全国基準の法制化である。

さて、平成 22、23 年度の日本医師会学校保健委員会への会長の諮問事項は「地域医療の一環としての学校保健活動のあり方と勤務医の参加」である。その意味するところは①今後の地域医療の活動の中で、学校保健をきちんと位置づける。そのためには何が必要になるか、②さまざまな課題に関し、勤務医の力も借りながら展開することである。

折りしも子どもの心身の健康課題が多様化・深刻化し、学校だけでこれに対応することは困難ということで、地域の関係機関との連携を強化した組織・体制を構築することが不可欠として、平成 16 年度より文部科学省が、各都道府県教育委員会に委託した事業が発足している（当初、学校・地域保健連携推進事業。平成 20 年度からは、子どもの健康を守る地域専門家総合連携事業と名称変更）。平成 20、21 年度は年 1 億 1,500 万円の予算で、従来の内科、眼科、耳鼻咽喉科の 3 科

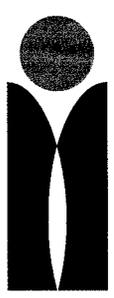
校医に加えて、今日的な問題に直接対応できる精神科、産婦人科、整形外科、皮膚科などの医師等の専門家を学校に派遣することがその事業の中心となる。日医としては地域医療活動の一つとして学校保健をきちんと位置づけ、かつ専門医派遣等について勤務医にも係わってもらおうとの心づもりである。なお「文科省の政務官や高官とあれこれ折衝した時に、いかに彼等は医師が学校活動のいろいろな場に関与しているかを知らないことに驚くとともに怒りも覚えた」と述べられたのには共感した。

また学校保健安全法施行規則に関連して、健康診断の一つとして脊柱及び胸郭の疾病及び異常の有無をチェックしなければならない。これについて 1994 年の体育局通知に「脊柱及び胸郭の検査の際には合わせて骨、関節の異常および四肢の状態にも注意すること」とある。日医は平成 20 年度日医学校医講習会にてシンポジウム「学校における運動器検診をめぐって」を開催するなど、先述の各科専門医派遣の件とからめて学校における運動器検診の推進も目玉の一つにしている。

次いで、新型インフルエンザ対策について述べられた。いろいろ混乱はあったが、結果としては悪くはなかったし、学校での学級・学年閉鎖や休校措置は有効であった。また H I V 感染についても触れられた。最後に感染症の一般的・基本的教育を学校でもすべきだと強調され、先生が学校での教育（講演）に、実際に使用されているスライド内容を示しての話は大変参考になった。

[報告：専務理事 杉山 知行]

特別講演 2 ののち、次期担当県である鳥取県医師会の岡本公男会長より挨拶があり、当会小田副会長の閉会挨拶をもって、全日程を終了した。



無限に広がる 金融ソリューション。

山口銀行 もみじ銀行

ワイエム証券 ワイエムセゾン

YMFG

Yamaguchi  
Financial Group

## 第 64 回長北医学会を開催して

と き 平成 22 年 10 月 31 日 (日) 13:00 ~ 18:00

ところ 白木屋グランドホテル

[報告:学会準備委員長 須田 博喜]

第 64 回長北医学会は長門市医師会の引き受けで、平成 22 年 10 月 31 日 (日曜日) に白木屋グランドホテルで開催されました。この学会は戦後まもなく長北医療圏の医師によって立ち上げられ、現在まで毎年開催されている学会です。今回も多数の方々にこの伝統ある学会に参加していただきました。一般演題は 20 題で、今回も医師から 9 題、看護師や理学療法士などコ・メディカルの方々から 11 題とさまざまな分野から興味深い演題を発表していただきました。また、それぞれの発表に対して会場から活発な質疑応答がなされました。

特別講演は東京女子医科大学附属八千代医療センター名誉病院長の伊藤達雄先生より「医療における人間関係」という演題でご講演を賜りました。先生は整形外科医として 40 年間の臨床経験から感じとられた「医師と患者の人間関係」の理想像について、実際に経験された症例を紹介しながら熱く語られました。最近の医療は、検査や治療技術の進歩などから、「患者を診る」より「病



東京女子医科大学附属八千代医療センター  
名誉病院長 伊藤達雄先生

気を診る」ことに目が向けられがちであることを危惧され、医師と患者の信頼関係から真の医療がはじまることを強調されました。90 分の講演時間でしたが、時間のたつのが非常に早いと感じられる印象的な内容でした。

特別講演の後、学会挙式及び懇親会が催され、山口県医師会長の木下敬介先生など多数のご来賓

の出席も賜りました。また懇親会ではコ・メディカルの方々にも多数出席していただき、地域医療の情報交換の場として貴重な時間であったと確信しています。

最後に、この学会を開催するにあたり、医師会の先生方をはじめ関係者の方々にも多大なご協力をいただき、あらためて深く御礼を申し上げます。



**理事会****第 16 回**

12 月 2 日 午後 5 時～6 時 25 分

木下会長、吉本・小田副会長、杉山専務理事、濱本・西村・弘山・田中（義）・田中（豊）各常任理事、茶川・山縣・林各理事、山本・武内・藤野各監事

**協議事項****1 郡市医師会長会議への意見・要望について**

郡市医師会から提出の意見・要望について協議、回答担当者を決定した。

**2 「山口県市町国民健康保険広域化等支援方針」の策定について**

県から、市町国保の運営の広域化や財政の安定化を推進するため、当面、①ジェネリック医薬品差額通知の共同導入、②収納率目標の設定、③特定健診の受診率向上対策や保健指導プログラムの共同開発・共同実施に取り組むことについて意見を求められ、①については、差額通知の金額を慎重に設定すること及び副作用等の情報収集窓口を集約するよう申し入れることとした。

**3 新たな三つの予防接種について**

本年 10 月 26 日、「緊急総合経済対策」の補正予算案で子宮頸がん予防ワクチンと Hib ワクチン、小児用肺炎球菌ワクチンの接種事業に対し、1,085 億円が計上、都道府県に基金を設置して市町が行う接種事業に対し財政支援が行われる。今回、市町の対応を把握するため助成の有無等について調査を実施しまとめを報告した。本会の対応について協議を行い、今後、担当常任理事に一任となった。

**報告事項****1 医事案件調査専門委員会（11 月 18 日）**

診療所 3 件の事案について審議を行った。（西村）

**2 第 3 回学校心臓検診検討委員会・若心協総会ワークショップ打合せ（11 月 18 日）**

来年 1 月 30 日（日）第 43 回若年者心疾患対

策協議会が本会引受で開催されるため、ワークショップの演者の打合せを行った。また当日、午後の特別講演は県民公開講座のため啓発資料（ちらし・ポスター）等について協議した。（茶川）

**3 郡市医師会特定健診・特定保健指導担当理事及び関係者合同会議（11 月 18 日）**

平成 21 年度の実施結果と 22 年度の実施状況について報告を行った。また、23 年度の実施に向けて、各保険者間の連携が必要との意見が出された。（山縣）

**4 山口県看護職員確保対策協議会（11 月 18 日）**

山口県の看護の現状と平成 22・23 年度山口県看護職員確保対策等について協議を行った。（田中豊）

**5 都道府県医師会勤務医担当理事連絡協議会****（11 月 19 日）**

全国医師会勤務医部会連絡協議会関係報告（栃木県医師会から 22 年度報告、富山県医師会から 23 年度開催の挨拶）、勤務医の健康支援に関するプロジェクト委員会活動報告があり、続いて「勤務医の視点からの医師会改革」をテーマに秋田県、新潟県、宮崎県から活動報告があった。（茶川）

**6 第 41 回全国学校保健・学校医大会・都道府県医師会連絡会議（11 月 20 日）**

群馬県前橋市で開催。5 分科会が開催され、シンポジウム、特別講演が行われた。

昼食時、都道府県医師会連絡会議が開催され、大会運営、次期担当県について協議を行った。（茶川）

**7 山口県医師会健康スポーツ医学実地研修会****（11 月 21 日）**

「糖尿病とウォーキング」について山口労災病院副院長の矢賀健先生の講演を聴き、その後ウォーキングを行った。受講者 12 名。（田中豊）

**8 山口国体関係 5 者会議（11 月 22 日）**

国体等の山口市における医師配置について関係者で調整、協議した。今後は山口市国体実行委員会において検討することになった。（濱本）

**9 おいでませ！山口国体・山口大会募金推進委員会第 8 回幹事会（11 月 22 日）**

半田国体局次長の挨拶に続き、募金の進捗状況、募金推進強化月間の実績について報告・説明があった。次いで今後の取り組みについて協議を行った。（事務局長）

**10 やまぐち元気フェア（11 月 23 日）**

今まで別々に開催されていた「生涯現役」、「8020 運動」、「健康づくり」が今年度より一つにまとめて開催された。本会は主催者のひとりとしてオープンセレモニーに参加、引き続き各種表彰があった。また本会からは、糖尿病に関する相談と皮膚病の相談を出展した。（吉本）

**11 山口大学医師会との懇談会（11 月 24 日）**

中央情勢、医師確保対策、女性医師対策、死因究明制度、医師会加入促進対策等について話題提供をし、協議した。（杉山）

**12 中国地方社会保険医療協議会山口部会**

（11 月 24 日）

医科では新規 1 件（移転）が承認された。（小田）

**13 山口県周産期医療協議会（11 月 24 日）**

山口県周産期医療システム基本構想（第 2 次改訂版）（素案）について意見交換した。（藤野）

**14 第 26 回介護保険対策委員会・関係者合同協議会（11 月 25 日）**

かかりつけ医との連携及び日常生活圏域ニーズ調査等について協議を行った。（田中義）

**15 第 3 回健康教育委員会（11 月 25 日）**

今年度の健康教育テキスト「めまい」の原稿について校正を行った。次年度のテーマと執筆者について協議し決めた。（濱本）

**16 山口国体プロジェクトチーム第 2 回会合**

（11 月 25 日）

うっかりドーピング防止対策について協議した。山口国体総合開・閉会式の救急搬送体制（素案）等について説明があった。（濱本）

**17 山口県たばこ対策ガイドライン改定に係る検討委員会（11 月 25 日）**

敷地内禁煙、事業場での禁煙など、たばこを吸わない人のために冊子作成、検討中である。（濱本）

**18 衛生検査所立入検査「山口」（11 月 25 日）**

臨床検査所への立入検査を行った結果について報告があった。（田中豊）

**19 山口県母子保健対策協議会不妊相談専門委員会（11 月 25 日）**

不妊専門相談センター・女性健康支援センターや健康福祉センターにおける不妊専門相談実績や不妊治療費助成事業について報告があった。また健康福祉センターにおける不妊専門相談事業の相談者数の減少による問題点と対応について協議した。（藤野）

**20 第 5 回山口県後発医薬品使用促進連絡会議**

（11 月 25 日）

山口県後発医薬品使用促進連絡会議設置要綱の一部改正及び後発医薬品の安心使用促進アクションプログラム等について協議を行った。（西村）

**21 第 118 回山口県医師会生涯研修セミナー「下松」（11 月 28 日）**

会員からの要望により、山口市以外で開催する生涯研修セミナーを、今回は下松市において開催。4 題の特別講演を開いた。講演内容から、参加を医師以外に開放してはどうかという意見があり、今後の検討課題とする。（茶川）

**22 平成 22 年度第 4 回山口県糖尿病療養指導士講習会（11 月 28 日）**

受講者 176 名。修了認定試験受験者は 174 名。（弘山）

**23 医事紛争防止研修会（11 月 30 日）**

（医）博愛会宇部記念病院において開催。「最近の医療訴訟」（末永汎本弁護士）、「医療紛争の現状と問題点」（西村県医師会常任理事）の講演等を実施。参加者 129 名。（西村）

**24 警察改革 10 年：警察官教養のための講演**  
(11 月 30 日)

山口県警察官友の会副会長として、約 100 名の山口警察署員に対して「医師会における最近の医療的課題」と題した講演を行った。(木下)

**25 おいでませ！山口国体・山口大会実行委員会「第 7 回全国障害者スポーツ大会専門委員会」**  
(12 月 1 日)

ゆめ半島千葉大会、ふれあい広場実施計画等について報告・説明があった。また、大会実施要綱等について審議を行った。(事務局長)

**26 広報委員会 (12 月 2 日)**

会報主要記事掲載予定、炉辺談話 (1 月号)、同日開催の郡市広報担当事協議会の運営等について協議を行った。tys スパ特で取り上げるテーマ・対応者について意見交換した。(田中義)

**27 会員の入退会異動 (日医会員数調査報告)**

入会 3 件、退会 3 件 (死亡退会含む)、異動 12 件 [12 月 1 日現在山口県医師会会員数：1 号 1,317 名、2 号 948 名、3 号 432 名、合計 2,697

名・日本医師会会員数：A 会員 1,738 名、B 会員 364 名、合計 2,102 名]

**互助会理事会 第 10 回**

- 1 傷病見舞金の贈呈について  
2 件について協議、承認。
- 2 傷病見舞金支給申請について  
1 件について協議、承認。

**医師国保理事会 第 10 回**

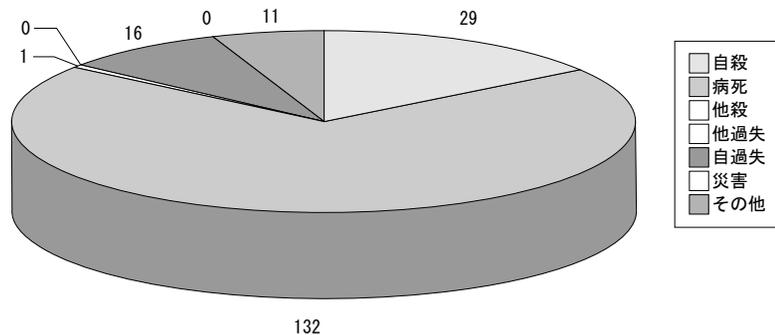
- 1 第 9 回「学びながらのウォーキング大会」について (11 月 21 日)  
金子みすゞ記念館草場睦弘主任・企画員による「金子みすゞさんのまなざし」～みえぬものもあるんだよ～と題した特別講演の後、青海島メモリアルロード等をウォーキングした。参加者 126 名。(田中豊)

**死体検案数掲載について**

山口県警察管内発生 of 死体検案数

	自殺	病死	他殺	他過失	自過失	災害	その他	合計
Nov-10	29	132	1		16		11	189

死体検案数と死亡種別 (平成22年11月分)



## 生涯教育コーナー

6 月号より毎号引き続いてお知らせしておりますが、平成 22 年 6 月、日本医師会生涯教育制度の実施要綱が改正されることとなりました。

この度の改正により、「日医生涯教育認定証」の発行要件が「3 年間で単位とカリキュラムコードそれぞれを 30 ずつ取得」から、「3 年間で単位数とカリキュラムコード数の和が 60」と変更になります。

これにより認定証の取得がより容易となりますので、会員の積極的な参加をお願いいたします。

(生涯教育担当理事：杉山知行)

### ○生涯教育制度の主な改正点

- ・カリキュラムコードとは、生涯教育カリキュラム< 2009 >にもとづき、84 種類に分けられた学習項目である。
- ・これまで 1 年間 10 単位で修了証を発行し、3 年間連続取得した者に認定証を発行していたが、修了証から「単位取得証（1 年ごとに取得単位と取得カリキュラムコードを通知するもの）」に変更し、連続した 3 年間で単位数とカリキュラムコード数（同一コードは加算不可）の合計で 60 を取得した者に「日医生涯教育認定証」を発行すること。
- ・学習時間を 1 単位 1 時間以上と明確に示したこと。
- ・日医雑誌や e-ラーニングの自己学習に、評価を導入したこと。
- ・認定証に 3 年間の有効期限を明記すること。

### ○単位・カリキュラムコードの付与の対象

講習会・講演会・ワークショップ・学会・体験学習（臨床カンファレンス等）等

1 時間 1 単位、1 日の上限は 5 単位までとなります。カリキュラムコードは単位数の 2 倍まで付与されます。単位、カリキュラムコードの年間上限はありません。ただし、日本医学会総会及び日本医学会分科会主催の場合、カリキュラムコードは単位数の 2 倍を上限に自己申告となります。

日本医師会雑誌を利用した回答・日本医師会 e-ラーニング

- ①日本医師会雑誌に毎号特集されているテーマに関する問題が掲載され、それをインターネットかほかにより回答し、1 カリキュラムコードにつき 60% 以上の正答率を得たものに 0.5 単位が付与されます。日本医師会雑誌 1 号につき 1 単位、2 カリキュラムコードが取得可能で、年間の上限はありません。
- ②日本医師会生涯教育 on-line (<http://www.med.or.jp/cme/>) に掲載されている 1 コンテンツ(約 30 分)につき 0.5 単位、1 カリキュラムコード。アセスメントにおいて 60% 以上の正答率を満たすと単位、カリキュラムコードが取得でき、年間の上限はありません。このアセスメントは再回答可能です。

その他

- ①医師国家試験の問題を作成すると、1 題 1 単位、カリキュラムコードは「84(その他)」のみ取得できます。年間の上限は 5 単位まで。
- ②臨床実習・臨床研修制度における指導においては、研修者 1 人を 1 日指導すると 1 単位、カリキュラムコードは「2(継続的な学習と臨床能力の保持)」のみ取得できます。年間の上限は 5 単位まで。
- ③医学学術論文・医学著書の執筆は 1 回（又は 1 件）あたり 1 単位、年間の上限は 5 単位、10 カリキュラムコードまで。カリキュラムコードは自己申告です。

日本医師会生涯教育制度に関する詳しい内容は <http://www.med.or.jp/cme/about/index.html>（日本医師会生涯教育 on-line）にて。

## iPad でプレゼンテーション

以前、iPod を使って講義でスライドを使う方法を紹介したことがありましたが、いくつかご質問もいただきました。JPEG ファイルの取り込み方法が煩雑である点や接続コードの関係で手元で操作できない点などいくつか問題もありました。今回、iPad を使ったプレゼンテーションをご紹介します。iPad って何? という方は平成 22 年 11 月号の川野先生の書かれた飄々をご覧ください。

iPod と比べ iPad を使った場合の利点はいくつかありますが、一つはプロジェクターとの接続がパソコンと同じという点があります。iPad のアクセサリとして「Doc Connector to VGA Adapter」というのがあり、これを使用して演台にある接続用コードとつなぎプロジェクターに接続します。注意点は、接続用コードが太くて堅いことが多いので、直接 iPad に接続すると取り回しに苦労します。解決方法として 1.5m くらいの極細 VGA 用ディスプレイ延長ケーブルをかますと取り回しが格段に楽になります。

次に使用するアプリ (ソフト) ですが、当初、アップル社から iPad 用の Keynote (パワーポイントと同等のプレゼンソフト) が新しく発売されたということで使用予定していましたが、いままでの講義で使用したパワーポイント用ファイルを作り変えないといけないことと、パソコン本体で作成した Keynote のファイルを iPad に転送するとレイアウトが乱れるなどの不具合があるとのこと、今回は「eProjector」というアプリを選び



ました。このアプリの利点として、①ファイル形式に PDF を使用しているのでレイアウトが乱れない、②ファイルの転送が簡単、③レーザーポインター機能や書き込み機能がある、④ iPhone をリモコンに使用できる、⑤安い (350 円) ことが挙げられます。

具体的に手順を追っていきます。まず、プレゼンに使用するファイルを準備します。パワーポイントで作成されることがほとんどだと思いますが、iPad プレゼン用に保存ファイル形式で PDF を選びます。これだけです。PDF でするので、ウィンドウズやマックのいずれで作成してもレイアウトが崩れることはありません。次にファイルの転送ですが、メールに添付する方法、サーバーに保存したファイルを取り込む方法などがありますが、一般的には、iPad をパソコンに接続すると iTunes (アップルが開発及び配布している動画及び音楽の再生・管理ソフト。iPad に標準装備) が開きますので、画面上で PDF ファイルをドラッグ&ドロップするだけで転送は終了です (写真参照)。そして前述したケーブルを介して iPad をプロジェクターと接続しアプリを起動します。あとはプレゼンしたいファイルを選ぶとすぐに映し出されます。iPad の画面の右半分をタップするとページが送られ、左半分をタップすると戻ります。画面を指でなぞると指先に赤いポインターが表示され、レーザーポインター機能となります。これがなかなか便利です。赤、青、緑色で画面上に書き込みもできます。操作画面が小さくなるの



で私はあまり使用していませんが、同じアプリを iPhone に入れておけば、iPhone をリモコンとしても使用できます。

iPad はビデオも簡単に見せることができます。

最近はデジカメで動画撮影し直接パソコンに取り込むことができるので、教材用に赤ちゃんの様子などを撮影し iPad に転送して講義で活用しています。

お知らせ・ご案内

## 第 119 回山口県医師会生涯研修セミナー 平成 22 年度第 5 回日本医師会生涯教育講座 山口県特定疾患専門医師研修会

と き 平成 23 年 2 月 13 日 (日) 10:00 ~ 15:15

と ころ 山口県総合保健会館 2F 多目的ホール (山口市吉敷下東三丁目 1-1)

内 容

特別講演 1 10:00 ~ 11:00

**SLE の診断と病因、治療**

神戸大学大学院医学研究科内科学講座免疫感染内科学教授

神戸大学附属病院リウマチセンター診療科長 **塩沢俊一**

特別講演 2 11:00 ~ 12:00

**人工感覚器の未来—人工内耳 Up-to-Date**

近畿大学医学部耳鼻咽喉科教授 **土井勝美**

山口県医師会勤務医部会総会 12:00 ~ 12:15

シンポジウム (未定) 13:15 ~ 15:15

閉会 15:15

取得できる単位

日本医師会生涯教育制度: 4 単位

日本内科学会認定内科専門医の更新: 2 単位 (全日)

取得カリキュラムコード: (未定)

## 外国人受診時利用のための 「多言語問診票」ダウンロードについて

外国人の医療機関受診が増えている中、「多言語問診票」は自身の病気・怪我の状況を母国語で医師に説明することができるもので、現在 17 言語（英語、中国語、韓国語、スペイン語、ポルトガル語、ロシア語、タガログ語、ベトナム語、インドネシア語、カンボジア語、タイ語、ラオス語、アラビア語、ペルシア語、フランス語、ドイツ語、クロアチア語）、10 診療科目（眼科、歯科、整形外科、皮膚科、外科、耳鼻咽喉科、内科、産婦人科、小児科、脳神経外科）別に、NPO 法人国際交流ハーティ港南台と財団法人かながわ国際交流財団により製作されたものです。

この問診票は当会 HP（財団法人かながわ国際交流財団 HP へのリンク）でダウンロードできますので、日常の診療にお役に立てていただきたいと思います。

なお、リンクやダウンロードについては財団法人山口県国際交流協会（TEL083-925-7353）の許可を得ておりますことを申し添えます（平成 22 年 10 月 22 日）。

## 県民公開講座 花粉症対策セミナー 「これでバッチリ花粉症対策 2011」

と き 平成 23 年 1 月 16 日（日） 14：00～16：00

ところ 山口県総合保健会館 2 階 多目的ホール

内 容

講演 1 「山口県の花粉情報システムと平成 23 年のスギ花粉飛散予測」

山口県医師会花粉情報委員長 沖中 芳彦先生

講演 2 「花粉はどんな時に多いか？－気象から見た花粉飛散」

気象業務支援センター専任主任技師/NPO 花粉情報協会副理事長 村山 貢司先生

花粉症クイズ

シンポジウム形式質疑応答

主 催 山口県医師会

共 催 山口県、山口県薬剤師会、NPO 花粉情報協会

問い合わせ

山口県医師会広報情報部 TEL083-922-2510 FAX083-922-2527

〒753-0814 山口市吉敷下東 3-1-1

※入場無料・申込不要

※先着 200 名様に粗品を差し上げます。

## 県民公開講座

### ～新生児から成人まで 健やかに育てるために～

と き 平成 23 年 1 月 30 日（日）

ところ 山口県総合保健会館 2 階 第一研修室

内 容

特別講演 1 13：20～14：50

「先天性心疾患外科治療の現況」－新生児から成人まで－

福岡市立こども病院・感染症センター診療総括部長 角 秀秋先生

特別講演 2 14：50～15：50

「川崎病の病態と治療の進歩」

順天堂大学医学部附属浦安病院小児科先任准教授 松原 知代先生

主 催 若年者心疾患対策協議会、山口県医師会

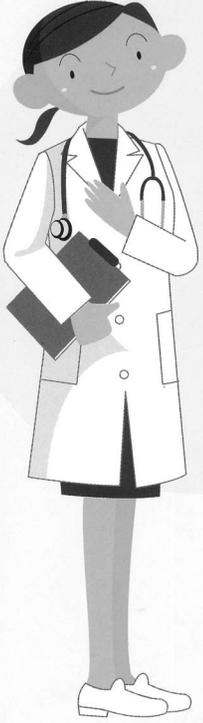
問い合わせ

山口県医師会事務局 TEL083-922-2510 FAX083-922-2527

〒753-0814 山口市吉敷下東 3-1-1

※入場無料・申込不要

※先着 200 名様に、小冊子「もしものときに役立つ 赤ちゃんと子どもの応急手当て」を差し上げます。



ホッ！これで安心。

### 保育サポーターバンクとは…

- 平成21年に山口県医師会に設立しました。
- 目的は、女性医師が仕事と家庭を両立させることです。
- 支援内容は、保育と併せてできる範囲であれば制限はありません。
- 報酬は女性医師とサポーターが話し合って決めます。
- 利用している女性医師から感謝の声が寄せられています。

#### 支援の例

- 子どもと一緒に女性医師宅でママが帰るまで留守番
- 子どもと一緒に女性医師宅で留守番をしながら、家族の夕食の支度
- 上記に加えて、簡単な掃除
- ママの都合が悪い時の保育園の迎えと、引き続いて塾への送り
- ママが間に合わない時の保育園の迎えと、その後サポーター宅での預かり
- ママが当直の日、パパが緊急呼び出しを受けた時のサポーター宅での預かり(待機を含む)



#### 支援の流れ

女性医師

拒絶

保育  
サポーター

報酬

保育の具体的な内容や条件の話し合い

女性医師保育相談員

必要があれば同席

サポーターの報酬提供

- 詳しいことのお問い合わせや、サポーターの支援を受けたい時は、下記にご連絡ください。女性医師保育相談員がすぐに対応いたします。医師会加入の有無は問いません。
- その他、バンクの運営とは別に、県医師会の女性医師保育相談員は、保育園入園等や民間のベビーシッター派遣に関する相談も受け付けて、できる限りの仲介・調整をします。お気軽にご相談下さい。

育児で困ったら、まずお電話かメールをください

医師会加入の有無は問いません

(社) 山口県医師会 女性医師保育相談員

TEL090-9502-3715

月～木 9:00～17:00

メール・FAXはいつでも受け付けます。

E-mail [hoiku@yamaguchi.med.or.jp](mailto:hoiku@yamaguchi.med.or.jp) / FAX083-922-2527

山口県医師会は、育児中の働く女性を応援します！

 仕事と家庭(育児)の両立を目指している  
 女性医師の方々へ  
 山口県医師会 保育サポーターバンクをご活用ください。

自動車保険・火災保険・積立保険・交通事故傷害  
 保険・医師賠償責任保険・所得補償保険・傷害保険ほか

あなたにしあわせをつなぐ

株式会社損害保険ジャパン 代理店  
 共栄火災海上保険株式会社 代理店

山福株式会社

TEL 083-922-2551

山福株式会社

TEL 083-922-2551

## 山口県ドクターバンク

最新情報はこちらで <http://www.yamaguchi.med.or.jp/docban/docbantop.htm>

問い合わせ先：山口県医師会医師等無料職業紹介所

〒 753-0814 山口市吉敷下東 3-1-1 山口県医師会内ドクターバンク事務局

TEL:083-922-2510 FAX:083-922-2527 E-mail:info@yamaguchi.med.or.jp

求人情報 6 件、求職情報 0 件

※詳細につきましては、[山口県医師会のホームページ](#)をご覧ください。

### 編集後記

2010 年を振り返ってみますと、政治の混乱が、日本のすべての現状を、そのまま物語っているようです。中国は世界一の輸出大国となり、その総額は 100 兆円を超え、日本は世界第 4 位で 48 兆円強となっています。中国は、この実績を背景に、その言葉にも行動にも自信が溢れ、今や日本など眼中になく、往年の中華思想を膨らませているように思えます。話題のウィキリークスの情報漏洩の中に中国高官の発言が出てきますが、何もできない日本が拉致問題を持ち出して、6 カ国協議の足並みを乱すだけの存在だと揶揄しているのです。中国の広大な国土や豊富な資源、巨大な人口を考えれば、狭い国土、貧弱な資源、人口減少が始まっている日本を気にしている方が、逆におかしいのではないとも思えます。

日本の報道の多くは、自信喪失の日本、衰退に向かう日本と書き立てていますが、日本は、その勤勉性、真面目さという国民性を活かし、これを貴重な資源とすべきだと思います。問題はこの国民性が崩れつつあるようにみえることが、将来の最大の懸念ではないでしょうか。

翻って、日本医師会の置かれた立場を考えてみると、会員は日本医師会のもとにとどまらず、個々バラバラで、集票能力も全くない状態となっています。このままでは、国民皆保険、フリーアクセス、国民等しく公平な医療を受けられる世界一の医療を守ることは困難になるのではないでしょうか。会員個々が世界一の医療制度を守る努力をしない限り、この制度は近い将来、崩壊するでしょう。政府が推進する医療ツーリズムのように、経済至上主義の政策を追究していくと、タイの状況を見ても、一般国民の医療、公平な医療が崩壊していくことは明瞭です。確かに経済的には一定の外貨収入が得られるかもしれませんが、その恩恵を受けられるのは、一部の富裕層のみとなり、医師の中には、高給を求めて、賛同する人が出てくるのでしょうか、失われるものが多すぎるでしょう。このような事実も、われわれ医師会員が、機会ある毎に、声高に主張し、広報しないと省みて貰えません。マスコミは経済界や政府に向いており、医師会の主張はなかなか取り上げてくれませんが、このような政策は弱者を置き去りにし、医療を営利事業化することになることを強調すれば、報道するのではないのでしょうか。山口県医師会の広報も、報道機関への情報提供や懇談会を通じて、われわれの主張への理解を求めていくとともに、医師会の開催行事や県民公開講座の開催を通じて医師会員や県民に医師会活動への理解を深めてもらうよう考えていきたいと思えます。会員の先生方も、是非、医師会活動に積極的に参加していただき、広報についても、多くのご意見やご提案をお願いいたします。

最後に、表紙の絵は以前から県医師会の会長室に飾られていたものですが、今回、県医師会顧問の河野俊貞先生より、この絵は香月泰男画伯の作品で、香月画伯の奥様から、会報表紙を飾る許可もいただいているとのことで、一文とともに掲載させていただきました。山口県が誇る香月画伯の作品を、多くの会員の先生方に観賞していただけたら幸いです。

(常任理事 田中義人)

From Editor



HIPPOCRATES

## 医の倫理綱領

### 日本医師会

医学および医療は、病める人の治療はもとより、人びとの健康の維持もしくは増進を図るもので、医師は責任の重大性を認識し、人類愛を基にすべての人に奉仕するものである。

1. 医師は生涯学習の精神を保ち、つねに医学の知識と技術の習得に努めるとともに、その進歩・発展に尽くす。
2. 医師はこの職業の尊厳と責任を自覚し、教養を深め、人格を高めるように心掛ける。
3. 医師は医療を受ける人びとの人格を尊重し、やさしい心で接するとともに、医療内容についてよく説明し、信頼を得るように努める。
4. 医師は互いに尊敬し、医療関係者と協力して医療に尽くす。
5. 医師は医療の公共性を重んじ、医療を通じて社会の発展に尽くすとともに、法規範の遵守および法秩序の形成に努める。
6. 医師は医業にあたって営利を目的としない。

山口県医師会  
(毎月15日発行)

〒753-0814 山口市吉敷下東三丁目1番1号  
総合保健会館5階  
TEL: 083-922-2510  
FAX: 083-922-2527

印刷: 大村印刷株式会社  
1,000円(会員は会費に含む)

■ ホームページ  
■ E-mail

http://www.yamaguchi.med.or.jp  
info@yamaguchi.med.or.jp

