山口県医師会報

平成29年(2017年)
8月号
－ No.1884 －

夏季特集号

緑陰随筆

● 表紙の写真に寄せて　岩国市　三井　清次郎

表紙「TAKE OFF !!」

山の頂上からの景色は最高です。本来なら登山をして楽しむのがいいのでしょうが、体育会系ではない私は車で山頂か山頂近くまで行けて景色がいいところを探していました。１つは周防大島の嵩山（だけさん）、標高 619m で頂上にパラグライダー等の出発台があります。ここに立つと足がすくみます。向かい合わせでもう１つ出発台があります。それぞれ違う景色を見ながら飛行できそうです。ここに立つと人生で大きな岐路に立ち新しい人生を始める時はここから飛び立つのと同じ気持ちなのかなあと感じます。山頂までの車道はかなりの部分が離合ができないので注意が要ります。

裏表紙「中国山地の山々」

もう１つは羅漢山、標高 1109m、岩国市本郷村から車で８合目まで行けます。駐車場付近には、らかん高原牧場や憩いの広場があります。この８合目あたりの風景も十分です。中国山地の山々が連なって壮大な風景です。深呼吸をすると体の中から爽やかな気分になります。

Contents

■表紙の写真に寄せて …… 岩国市　三井清次郎　574

緑陰随筆

ポール・マッカートニー詣での男旅 ……松原良尚　576
睡眠と健康 ……篠原淳一　579
歌人の魂 ……しまふくろう　580
志賀の荒雄 ……しまふくろう　583
柴又 100K ～東京⇔埼玉⇔茨城の道完走記
～本当はリタイアしたかったけど、やはり手ぶらでは帰れない ……金沢　守　585
ハート・ロッ（ブレイ）カー ……塩見祐一　588
娘に薬学部を受験させるなら ……新川邦圭　590
防府医師会報と会報委員会 ……藤原元紀　592
遊泳できないリゾートビーチ～ベトナム北中部～ ……岩本　功　594
端（はし・さきっぽ）　その 11 ……若林信生　597
私と落語 ……河郷　忍　600
週末は野良仕事－先ずは土作り－ ……緒方正彦　602
ヤギとヒツジ ……森松光紀　605
極楽とんぼの聖地異聞（前編） ……松原信行　608
極楽とんぼの聖地異聞（後編） ……松原信行　611
自宅及び自宅美術館で展示、発売された絵画展（2017 年 4 月）……藤本典男　614
九十九里の蛤 ……中村和行　616
寝台特急の旅 ……広田　修　618

■新病院長に聴く「小郡第一総合病院長」……〈聞き手〉長谷川奈津江　620
■フレッシュマンコーナー「最近のマイブーム」……浦山直樹　625
■今月の視点「かかりつけ医の周辺」……清水　暢　626
■山口県医師会第 180 回定例代議員会 …… 630
＜傍聴印象記＞ ……堀　哲二　644
■山口県医師会 平成 28 年度 事業報告 …… 645
■平成 29 年度 山口県医師会表彰式…… 664
■第 100 回山口県医学会総会 ……山下哲男、福田信二、加藤智栄、清水　暢　666
■第 144 回山口県医師会生涯研修セミナー
……舩津浩彦、武藤正彦、清水良一、福田信二　676
■第 75 回山口県医謡大会 ……野瀬橘子　687
■第 42 回山口県下医師会立看護学院（校）対抗バレーボール大会 ……小野　薫　688
■第 36 回中国四国医師テニス大会 ― 優勝まであと一歩 ―……野村耕三　690
■県医師会の動き……吉本正博　692
■理事会報告（第 7 回） …… 695
■飄々「医学の勝利で大変です」……長谷川奈津江　698
■お知らせ・ご案内…… 700
■日医 FAX ニュース …… 704
■編集後記……山下哲男　708

ポール・マッカートニー詣での男旅

柳井　松原　良尚

私が小学校から中学に上がり大人への階段を上り始めたのは、ロックを中心とした若者文化が最も熱かったと言われる 1969 年から少し遅れた 1970 年代半ばで、世の中にはベイ・シティ・ローラーズというイギリスはエディンバラ出身のアイドル・グループによる空前のタータン・チェック・ハリケーンが吹き荒れておりました。

そのベイ・シティ・ローラーズ現象との対比でよく目にし耳にしたのが、その当時で「10 年と少し前にビートルマニアという言葉を生み」、「6 年前すでに解散していた」ビートルズでした。（正確には「ザ・ビートルズ」でメンバーにはこだわりがあるようです。）

13 歳の私はどういう訳か何の波長が合ったのか、比較のコントロールとしての扱いだったそのビートルズの方に夢中になり、それが今日まで続いています。

その当時のジョン・レノンは後の「ダブル・ファンタジー」によるカムバックとそれに続く悲劇をまだ知らない我々にとっては完全に引退したロッカーであり、ウイングスで全盛期を迎えていたポール・マッカートニーが「30 代半ばでもまだ第一線でロックが出来ることを証明した」と言われた時代でした。

そんな中学時代に、40 年後、50 代半ばになった自分が 70 代のポール・マッカートニーのライブに高校生の息子を連れて、しかも後楽園球場や武道館ではなく東京ドームに観に行くことになろうなどとは想像出来るはずもありませんでした。

勿論その時もこれまでもビートルズばかり聴いていた訳ではありませんが、当時の私にとってはほぼすべてが新曲であったビートルズの名曲の数々を中学時代に全身に浴びることが出来たのは本当に幸せなことだったと今でも思います。それまでヒーローもののテレビ番組の主題歌や歌番組で観るアイドルの歌謡曲くらいしか聴いていなかった 13 歳にとって、ビートルズはそれこそ人生を揺るがすほどの衝撃でした。そして、高校 2 年生という多感な時期に経験したジョン・レノン殺害というショッキングな事件を経て、13 歳からの私の人生にはいつもビートルズの音楽がそばにありました。

今年 3 月のある日、妻が「私はもう 2 回も連れて行ってもらったから今回は彼と行ってみてはどう？」と 4 月 29 日の東京ドームでのポール・マッカートニーのライブに高校生

の息子を連れて行ってみてはと言い始めました。「本物を体験させてあげたい」と。

最初は「生まれて初めて行くライブがポール・マッカートニーだなんて・・ホンモノにも程がある！贅沢！」と却下しましたが、最終的には「普段の父子の会話の 8 割は広島東洋カープ」である息子と二人で GW にポール詣での男旅をすることとなりました。

私が初めてポール・マッカートニーのライブに行ったのが 1993 年の福岡ドームでした。全身が震えるほど猛烈に感動しました。ただ今にして思えば、その時の私は一人で行ったことも関係してか恐ろしく真剣でかつ異常に緊張しており、とても「ライブを楽しむ」というような状態ではなかったように思います。

その後 20 年の時を経て 2013 年のヤフオク・ドームには妻と行きました。妻は私より一回り年が若く、ビートルズとはかすりもしない年代ですが、洋楽が好きでビートルズも一通りは聴いているとのことでしたので「まぁそれなりに楽しめるだろう」くらいに思っていたところ、1 曲目の「Eight Days A Week」が始まった瞬間にまさかの大号泣。結局 3 時間近くにおよぶライブの間中泣き続けました。

あとで聞くと「曲が流れた瞬間アビイ・ロードのアルバム・ジャケットが頭に浮かび、あの写真の人が今、目の前にいるんだと思ったら涙が止まらなくなった」とのことでした。実際にはこの曲はポールではなくジョン・レノンの曲でアビイ・ロードとも関係ないのですが、ビートルズというのはやはり不思議な魔法を持っているんだなぁと思ったものです。

その後、2015 年の京セラ・ドームでのライブも妻と楽しみ、いよいよ先日の東京ドームへ。

「A Hard Day's Night」で幕を開けた今回のライブも、御年 74 歳のポール卿はビートルズ時代と少しも変わらぬ手足のすらりと長いスリムな体型で 2 時間半以上、一度もバックステージに下がらず一口の水を飲むこともなくシャウトし続けたのでした。時々声が裏返ることなどご愛敬。今でも元のままのキーで歌ってるのですから。

毎回「これが最後になるだろう」と思いながら行きますが、ライブを見る限り全くそんな気配はなく今回も最後は「See you next time!」・・・今年発売されたものすごく分厚い自伝には、密かに心臓のバイパス手術をしていることが書かれていたのでサイボーグでないことは確かなようですが、もはや神か悪魔か吸血鬼かと思いたくもなります。

ライブは、年々ビートルズの楽曲の割合が増えていますが、これも「だって初めて僕のライブに来てくれた人がヘイ・ジュードを聴けなかったらがっかりするだろ？」という彼一流のサービス精神によるもので、それでも毎回何曲かは「今まで一度も生で演奏したことのない曲」が含まれているのですから、これだけの長いキャリアと膨大な数のヒット曲をもつ身には「やらない曲を選ぶ」のはさぞかし困難な作業なんだろうなぁと思うばかりです。

ギネスブックに「ポピュラー音楽史上最も成功した作曲家」として載っているのもむべなるかな。私としては次の機会があったら絶対にまた行きたいし、でもチケットが取れなかったら死ぬほど悔

しいし、行くにはそれなりに仕事のやりくりも必要になるし、途中呼ばれるような患者さんがいらっしゃらないか近くなると気が気ではないし・・自分の心の平穏のためには「十分楽しませてもらいましたから、もうそんなに無理しなくても・・」と正直思わないでもないですが、当のポール様は今年中にニュー・アルバムを出すというのですから、すでに中学生ではなく中年オヤジになってしまった私の方がついて行くのに苦労している有様です。

ライブは怒涛のヒット曲の連続で、私がまさに今の息子の年頃にリアル・タイムで夢中になったウイングス時代の「JET」「Band On The Run」や懐かしいビートルズ・ナンバーで「ラバー・ソウル」収録の「You won't see me」などの今回初演奏の曲たち、息子にとっては教科書に載っているような「Let It Be」「Yesterday」「OB-LA-DI.OB-LA-DA」など、耳も目も頭も心もくらむような流れでレーザー光線のシャワーと爆発、大轟音の中、夢のようなきらびやかなロック・ショーが展開されていきました。

アンコールではビートルズのデビュー・アルバムのオープニングを飾る「I saw her standing there」で最高潮に。

最後のそぶりに「ノォ〜〜！」と悲鳴をあげる観衆に向かって「モウソロソロ・・」と日本語で笑いかけながら最後のメドレーに突入。最後の最後はビートルズ最後のアルバム「アビイ・ロード」のラスト・ナンバー「The End」。

最後のアルバムの最後の曲が「The End」に結果的になってしまうあたり、やはりビートルズとは音楽の神様に愛されたバンドであったと思わざるを得ないのでした。

こうして息子と二人で楽しんだライブは 2 時間半超で無事終了しました。

終わってホテルに帰る道すがら「すげぇ」「すごかったぁ」と言うのみで語彙の少ない高校生の息子が何をどう感じたかはよく分かりません。ただ私は LINE をしないので妻に聞くまで知りませんでしたが、その後、息子の LINE の画像がポール・マッカートニーに変更されていたんだそうです。

睡眠と健康

徳山　篠原　淳一

最近、周南市役所前に「眠れていますか？お父さん」といった睡眠キャンペーンが掲示されています。

これは内閣府が静岡県と連携して始めた「富士モデル」と呼ばれるもので「２週間の不眠が続くときはうつ病が疑われます」といった内容です。

長期にわたる不眠を切り口にして、うつ病の早期発見につなげようとするものです。

うつ病の早期発見で年間２万人以上の我が国の自殺者を減らしてゆこうといった試みで現在は全国的な運動となっています。

では日々の睡眠は私たちの健康にどういった役割を持っているのでしょうか？

１）正常な精神身体機能を維持するため。

御存じのように睡眠には REM 睡眠とノン－ REM 睡眠のふたつがあります。

睡眠前半は、徐波睡眠とよばれる深い眠りのノン－ REM 睡眠が中心となって、まずは脳の疲れをとります。

睡眠後半から明け方にかけて REM 睡眠が増えますが、この時期は体がグッタリと弛緩しており身体を休ませている状態です。

これは車のエンジンのクラッチを切った状態に例えられます。

REM 睡眠中脳は覚醒時と同じくらい活発に活動しています。この結果、人は夢をみますがこれは朝の目覚めに向けてスタンバイの状態ともいえます。同様に目覚めに向けて深部体温やコルチゾール値が次第に上昇し朝を迎えます。因みに REM 睡眠は脳波上も覚醒時によく似た脳波像を呈します。

このように睡眠には一日の脳と身体両方の疲れをとる働きがあるのです。

２）その日の記憶の保存に関係します。

昔「四当五落」という言葉がありました。これは「受験生は睡眠時間をギリギリ切り詰めて勉強しないと大学合格はおぼつきません」といった内容でした。

しかし、その日の学習効果は REM 睡眠中に海馬に蓄えられることが最近分かってきました。従って十分な睡眠が摂れていないと、その日の学習効果がなくなるということです。日常の仕事にも同様の事がいえます。「四当五落」はこれまで日本人が睡眠をおろそかにしてきた迷信といえます。

学習も仕事もまずはぐっすり眠ってしっかりと栄養を摂ることから始まるのです。

３）自律神経を通じて血圧の安定と耐糖能の維持を図ります。

最近の厚生労働省の研究では「慢性的睡眠不足は高血圧症と糖尿病など生活習慣病やうつ病の大きなリスクファクターである」ことが指摘されています。高血圧症や糖尿病の３人に一人は慢性的な不眠を呈しているといった結果が出ています。

４）「内分泌系」に働きかけます。

ノン REM 睡眠中は成長ホルモンが分泌され日々の疲労回復と体の修復を図ります。

また子供さんの場合は十分な睡眠で性ホルモン分泌を促進し健全な成長を促します。

まさに「寝る子は育つ」のたとえどうりです。同様にうつ病や認知症など精神疾患の患者様にとっても日々の十分な睡眠は治療上必要なことです。

睡眠は人生の三分の一を占めますが、実際はこういった効能があり十分な栄養や適度の運動とともに人にとって重要な生存戦略といえます。

民話の「三年寝太郎」が眠りの本当の大切さを言い当てているようです。

参考文献

1.「健康づくりのための睡眠指標 2014」
厚生労働省
2.「睡眠学」 朝倉書店など

歌人の魂

山口大学　しまふくろう

若いときに島根県益田市の病院に五年間勤務していた。益田には柿本神社がある。その裏手には万葉公園があり、よく家族と遊びにいった。益田に赴任するまで、この神社のいわれなどはほとんど知らなかった。その頃、梅原 猛 先生の講演を学会で聴き、その著書を読んでから興味を持ち出した。

柿本朝臣人麿、石見の国に在りて死に臨む時に、自ら傷みて作る歌一首

鴨山の　岩根しまける　我れをかも
知らにと妹が　待ちつつあるらむ
（二二三）

この万葉集に詠まれている鴨山は、当時、益田の沖にあったようだが、今はもうない。山口県の油谷に八幡人丸神社がある。その地には、何らかのスキャンダルで左遷された人麿が、２年間ほど妻の依羅娘子（よさみのをとめ）と滞在していた、とのいわれがある。当時は地方官で、まだ流人ではなかったようだ。ところが何らかの理由で石見の国に流罪となり、角の里（江津市都野津町あたりか）で妻としばらく暮らしていた。ある日、律令政府の刑務役人がやってきて、かれをひっ捕らえ連行して行った。この時の歌が万葉集にある。

長門の八幡人丸神社：2017 年 2 月 18 日撮影。第一の鳥居からかなり急な階段をのぼり、第二の鳥居から拝殿を望む。その奥の本殿へ上がる階段の下には舟形の置物がおかれていた。何を意味するのだろうか？

柿本朝臣人麿、石見の国より妻に別れて上り来る時の歌二首　あわせて短歌

石見の海　角の浦廻を　浦なしと・・・
・・・妹が門見む　靡けこの山　*（一三一）*

石見のや　高角山の　木の間より
我が振る袖を　妹見つらむか　*（一三二）*

笹の葉は　み山もさやに　さやげども
我は妹思ふ　別れ来ぬれば　*（一三三）*

かれは連行され、最終的にこの鴨山で“死を賜った”。このとき詠まれたのが、最初の歌である。

辞世の歌を詠んだあと、首か腰におもりの石を縄で結わえ付けられ、そして小舟に乗せられ沖へ出た。当時の刑の執行は何時頃だろう。通常は人目を避け、深夜か夜明け前だったのではないか。しかし人麿の場合は初夏のうららかな一日の、陽もまだ高いころではなかったか。“法治の時代”が来たことを広く世に知らしめるためである。かつて宮廷の寵児であった歌人も例外ではない。法の本質が“律”にあることがよく分かる。こうして人麿は、ついに石川の貝に交じったのである。

いったい何があったのか？

柿本朝臣人麿（646?-708?）は若き日情熱的な恋愛を歌う歌人であった。特筆すべきは、当時、日の本の国が熱にうなされるように取り入れていた漢学や漢詩を参考に、かれは日本語で日本の歌を、苦心して作った最初の歌人であった、ということである。

この天才を、唐に負けない文化国家を作ろうと全力を挙げていた天武天皇と鸕野皇后、後の持統天皇は喜び、宮廷歌人としてのしかるべき官位を与えたのだろう。「持統帝の恋人であった」とよぶ学者もいるほど、かれは帝に近侍していたらしい。

このような二人がなぜ仲違いをしたのか？やはり皇位継承問題が深く関わっている。

天智天皇の娘の持統帝は、強い“血への執着”を持ち、我が子の草壁皇子を皇位につけるために大津皇子を死においやった。しかし病弱な我が子である草壁皇子は間もなく死に、皇子の忘れ形見である孫の幼い軽皇子の成長を待ち譲位するため、自分が中継ぎとして天皇となった。この“孫への譲位”を正当化するため、持統帝の強い意志のもと記紀の“天孫”神話は成立したのではないか、という説もあるらしい。

ただ、問題がひとつあった。高市皇子（654-696）である。高市皇子は天武天皇の長子であるが、母の出自が卑しいために、天皇の後継者にはなり得ないと判断され、大津皇子のように持統天皇の猜疑を受けることはなかったようである。その高市皇子の母は、今の福岡県宗像地域あたりをおさめていた海人豪族の長、胸形君徳善の娘、尼子娘（海人子の娘？）である。

持統帝にとっては壬申の乱の英雄であり、声望も高い高市皇子は徐々に孫の皇位継承を脅かす存在へと変わっていったようだ。

女帝は忠臣、―14 歳年下の藤原不比等である―、にこう訊ねなかっただろうか。

「朕が孫は皇位につけるであろうか？」

忠臣はこう答えなかっただろうか。

「ご安心下さい。臣、不比等がついています。」

持統十年（696）、高市皇子の突然の死。

この高市皇子の死を我がことのように嘆く歌人がいた。人麿である。

かれは壬申の乱に参加し、獅子奮迅する 19 歳の高市皇子を実際に見、その中に大王にふさわしい偉大な姿をみたのではないか。高市皇子に寄せる挽歌（一九九）はそれほど臨場感にあふれている。大海人の名代として、高市皇子の奮戦がなければ、壬申の乱の趨勢はどうなっていたか分からない。海人の血を引くこの皇子は、背が高く骨太で、筋骨たくましい、強いリーダーシップを有した魅力的な男だったのではないか。人麿はこの皇子がやがて名実ともに天皇になることを確信していたに違いない。

しかし、持統帝にとっては、我が愛児 草壁皇子の死より人麿が深く嘆き、そして草壁皇子の挽歌より優れた挽歌を高市皇子に捧げたとすれば面白かろうはずがない。露骨な天皇への挑戦と映っただろう。

人麿は二度流人となっている。一度目は女性スキャンダルとの伝誦もある。歌人の激情が抑えき

朱雀大路（75m 幅）からみた復元された朱雀門：2016 年 3 月撮影。

れなかったのか。大宝元年（701）ごろ、人麿の姿が都から消えた。この年はわが国最初の法律、大宝律令制定の年である。その後、許され都へ戻るも、再び筑紫の國へ下向。新羅使をもてなしたあと、長門守として油谷にしばらく滞在。そして何かが起き、石見の國へ再び流罪となった。

何があったのか？死を賜るほどの罪状とはいったい何か？

類推するしかないが、刑執行前によみ上げられた罪状書は下記のごとくではなかったか

復元された華麗な大極殿：2016年3月撮影。大極殿を人麿は見ていないかも知れない。平城京周辺の庶民の家は、おそらく掘ったて小屋のようなものだったと思われる。かれらの目に都はどのように映ったか。

罪状書

柿本人麿

右在役中は、大臣の娘なる高貴の方と通じ、宮中を騒がせお役御免となるも、大君のご厚情にて許されたにもかかわらず、このたび大君のご尊意に異を申し奉るなどとは、不忠不敬の至り、これによって死をおおせつける

文武天皇が崩御（707）し、皇后でもなかったその母の元明天皇が、不比等により強引に即位させられたことに対し、“歌人の魂”は黙っていられなかったにちがいない。「律」に触れたのだろう。

残された妻や友人の歌には、誰もが胸をかき乱されずにはいられない。

柿本朝臣人麿が死にし時に、妻の依羅娘子が作る歌二首

今日今日と　わが待つ君は　石川の
貝に交じりて　ありといはずやも

（二二四）

直に逢はば　逢いかつましじ　石川に
雲立ち渡れ　見つつ偲はむ　*（二二五）*

丹比眞人、柿本朝臣人麿が意に擬えて報ふる歌一首

荒波に　寄り来る玉を　枕に置き
われここにありと　誰れか告げけむ

（二二六）

或る本の歌に曰く

天離る　夷の荒野に　君を置きて
思いつつあれば　生けるともなし

（二二七）

最後の歌は都の友人の作だろう（それとも家持の編集の妙か）。「生きたここちもしない」時代がやって来たのである。人麿の物語は、法治国家を目指し、新しい国の形を作りつつあった当時の、もう一方の姿である。同時に美貌と才能と勇気を備え、法を熟知し（制定作業に従事した）、権謀術数にたけ、そして時代の行方をみる目が冴えわたった男の誕生の物語でもある。

参考資料：

1.「水底の歌」梅原　猛　新潮社
2.「万葉集」伊藤　博　角川ソフィア文庫
3.「古代幻視」梅原　猛　文藝春秋社
4.「君は弥生人か縄文人か」
　梅原　猛＋中上健次　朝日出版社
5.「海の民　宗像　－玄海灘の守り神－」
　宗像市世界遺産登録推進室編著　梓書店
6.「口語訳　古事記」三浦佑之　文藝春秋社

志賀の荒雄

山口大学　しまふくろう

神亀年間（724 ～ 729 年）、太宰府、筑前国宗像郡に宗形部津麻呂という老いた百姓がいた。若い時には名の通った船乗りだったと思われる。ある日、かれに「対馬への糧を送る船」の柁師（統率者）としての命令が太宰府から下った。国家による徴用令である。老いた身には難しいと感じたのだろう。かれは舟で（おそらく）志賀島へ行った。はるかな古代から、この志賀島あたりには海部が住み、安曇氏を首長とし、海神を氏神としてきた。ちなみに長野県の安曇野は、この人々の移住先のひとつである。そこには旧知の滓屋の郡志賀の村の白水郎（あま）の荒雄がいた。名前からして壮年の勇敢でたくましい船乗りの姿が目に浮かぶ。

津麻呂は言った。

「お願いがあってやって来た。聞いてもらえないか。」

荒雄は答えて、

「ぼくら郡はちがっていても、長く一緒に船乗りの仕事をしてきた仲間じゃないか。志は兄弟より篤く、たとえ死に目に会おうと、どうして君の願いを断るなどということがあるものか。」と言ったらしい。

ここで津麻呂は事情を話した。

「太宰府の官がぼくに、対馬まで防人の軍糧を送る船の柁師をせよ、と言ってきたんだ。だがもう年をとりすぎ、からだは衰え、海路に堪えることができない。どうか代わってくれないだろうか。」

荒雄はただちにひきうけた。

かれは当時の官港であった、肥前松浦県美弥良久の崎（いまの五島列島三井楽）から船発ちして、まっすぐ対馬に向かった。万葉集はいう。

美弥良久の崎より発船して、直に対馬を射して海を渡る。

登時忽に天暗冥くして暴風に雨を交え、つひに順風無く、海中に沈み没りき。

志賀の荒雄は死んだ。

かれをいたむ妻子らの歌が十首のこっている。

大君の　遣はさなくに　さかしらに
行きし荒雄ら　沖に袖振る　（三八六〇）

当時「義」とか「侠」とかいう言葉は日本語にはなかったらしい。しかし、荒雄の精神と行動はまさしくその言葉そのものである。“さかしらに”と歌わざるを得なかった家族の心情を思うと、千三百年後の現代を生きるぼくたちの胸も張りさけそうだ。

なぜこの歌を思い出したかというと、昨年の 10 月 1 日に宗像大社の秋季大祭（みあれ祭）を見に行ったからである。うわさには聞いていたが、その迫力には本当にビックリした。朝 9 時頃から神湊港の岸壁で小雨の中、家族とともに海上神幸を待っていた。埠頭では田島・辺津宮の市杵島姫神が、沖の島・沖津宮の田心姫神と大島・中津宮の湍津姫神をお出迎えになっていた。この三女神は天照大神の姫神らしい。

10 時過ぎ、にわかに海がさわがしくなった。

しばらくすると、東側の鐘崎方面の水平線に黒い煙が見え、何やら異様なかたまりがこちらに向かってくる。三百隻近くの大漁旗などで飾った大船団だ！すごいスピードでやってきて、二女神を乗せている、新造船と思われる長い竹に布で飾りをした船の回りをぐるぐると回りだした。黒い煙はあがり、波は湧き、船は水しぶきをあげ、疾走する。源平合戦や日露戦争時の日本海戦もかくのごとし、と思われる。よくぶつからないものだ。先導の宮司は舳先で、竹の飾りを握りしめ、二人の男に支えられながら、仁王立ちしている。あぶない！

現代の源平合戦

このようにして、現在の白水郎族も海の安全や豊漁、家族一同の幸せを祈願する。小・中学生と思われる子供達も大勢乗っていて、誇りにみち、得意顔であった。地元では、この日が平日で船に乗る子供達が学校を休んでも、特におとがめはないそうだ。

10 時 40 分頃、二女神が神湊港にお着きになり、一年に一度、三女神がおそろいになった。そのあと雨模様のなか陸上神幸へと移っていった。

神湊港の岸壁に三女神がお揃いになった

ぼくたちは日本の歴史を、平地に住む人々を通して学ぶが、ぼくが思うにそれは三分の一の歴史でしかない。なぜならこの日本列島には、はるか古代から、海の民や山の民が住んでいた。山の民（マタギ）は平地民にまったく会わずに、列島を縦断できた、という話もあるくらいである。海の民（海人、海子、海夫、海部、磯人、安末、安麻など）は日本、朝鮮、中国など東アジアの沿岸部にびっしりと住んでいた漁労民族で、これらの地域を自由に往来し、ひとつの生活圏を形成していた。かれらの使う言葉や風習（入れ墨、装身具、漁具など）は、比較的最近まで当時のまま残っていた可能性が高い。陸地と海、平地と山地の広がりや高さによる歴史が研究されない限り、ぼくたちは本当の豊かな日本史を知ったことにはならないだろう。

みあれ祭を見てぼくは確信した。「志賀の荒雄」は今も生きていて、ぼくたちの基層を豊かに形作っている！、と。

参考資料：
1.「万葉集」伊藤　博 訳注　角川ソフィア文庫
2.「装身具と骨角製漁具の知識」
江坂輝彌・渡辺　誠　東京美術
3.「海の民　宗像　－玄界灘の守り神－」
宗像市世界遺産登録推進室
4.「沖の島　：守り、伝える。」
「宗像・沖の島と関連遺産群」
世界遺産推進会議

柴又 100K ～東京⇔埼玉⇔茨城の道完走記
～本当はリタイアしたかったけど、やはり手ぶらでは帰れない

宇部市　金沢　　守

私は 2017 年 6 月 4 日に東京都葛飾区柴又にある柴又公園をメイン会場として開催された「柴又 100K ～東京⇔埼玉⇔茨城の道～ 100 キロの部」に出場しました。この大会は東京や神奈川、埼玉、千葉、茨城など東京近郊の都府県から始発に乗ればスタートに間に合い、ゴールした後もその日の内に電車で帰る事が可能であるというのが一つの売りになっている大会です。タイムは 10 時間 10 分 08 秒かかりましたが、何とか完走し、山口に手ぶらで帰る事は回避する事が出来ました。手元の GPS 機能付き腕時計の計測によれば、100.7 キロを 10 時間 11 分 10 秒かけて走り、3568 カロリーを消費しています。平均ペースは 6:04 分、平均心拍数 132bpm、最高心拍数 149bpm でした。大会前日の土曜日は 16 時まで働き、山口宇部空港発 17 時 40 分の飛行機で東京に向かい、東京駅近くのビジネスホテルに宿泊しました。床に就いたのは 9 時半過ぎ、当日の起床は 3 時半なので、若干睡眠不足気味でレースに臨みました。これはウルトラのみならず、フルマラソンでも起こりうる事だと思います。私は東京駅 4 時 44 分発の山手線の始発に乗ったのですが、意外に沢山の人達が始発を利用するのに驚きました。乗り継いだ世田谷線も、そこそこの人達が乗車しており、さすがは東京だなと変なところに感心しました。金町駅から多くの人達は京急金町から京急柴又に向かうのですが、私は知人であり柴又で開業しているＹ先生の車で柴又公園まで送って頂きました。更には中間地点に置くドロップバッグの中に入れたら役立ちそうなものまで頂きました。お陰で荷物預け等も速やかに終わり、6 時からスタートした 100 キロ壮年チャレンジの部を見送る事も出来ました。壮年チャレンジの人達がスタートした後、スタートブロックの比較的前の方に陣取り、スタートを待ちました。小学生 100 人が 1 キロずつ走り、新記録を狙うというイベントのスタート終了後、私達「登録の部」がスタートしました。午前中は気温はさほど高くならなかったのですが、風が異様に強く吹いており、心が何度も折れそうになりました。又、エイドステーションの数は多いのですが、あったらいいなと思う果物等は少なかったです。食べ物が豊富に準備されていたのは、中間地点の大きなエイドステーションだけでした。又、スポドリの味は非常に薄かったし、水しか置いていないエイドも少なくなかったです。

又、柴又 100K のコース内には未舗装部分が何ヵ所かあります。ここが結構曲者で、ペースがそこそこ落ちます。そして走ると微妙に足の裏が痛かったです。柴又 100K のコースは日本一フラットなはずなのですが、何ヵ所か気持ちが切れたら歩きそうになる坂はありました。そして、景

色が単調でメンタルに堪えるという評価も、全くその通りでした。江戸川の河川敷がこんなに広いんだなと感心しました。

私はこのレースを 80 キロか 90 キロでリタイアしようと密かに目論んでいました。

しかも、前半の風が余りに強かったせいで、もう中間地点で止めようかと思った位でした。しかし、ここまではサブテンペースで来ていたので、流石に止める事は出来ませんでした。尚、サブテンとは 100 キロウルトラを 10 時間以内で完走する事で、フルマラソンを 3 時間以内に完走するサブスリーと同じく、市民ランナーとしては中々速いと評価して頂けます。仕方なくコースに戻ると、風はかなり弱まっていました。そして自分の調子も悪くない事に気付きました。とりあえず 80 キロまでは走ろうと、気を取り直しました。しかし、ペースは次第に落ちてきて、キロ 6 分ペースすら保てなくなりました。80 キロの関門に着いた時も、80 キロで止めるのは余りに勿体ないから、やはり 90 キロまでは走ろうと考え直しました。そして、90 キロの関門に着きました。この大会はリタイアするなら、なるべく関門でリタイアして収容車に乗る事を推奨しています。

それ以外の場所でリタイアしたら、収容されるまで長時間待たなければならないと開会式でも主催者の方が改めて注意していました。90 キロを通過した時、凄いペースで巻き返したら、サブテンに手が届きそうでした。それはあり得ないとしても、10 時間半は十分切れそうでした。元々の目標が 10 時間半切りだったので、止める訳にはいかなくなっていました。お昼からは次第に日差しが強くなり、気温も上がり、最高気温は 26℃まで上がっていました。又、日陰のない河川敷を延々と走りましたので、アスファルトの照り返しが強かったようです。顔は日焼け止めを塗ったり、サンバイザーを被っていたので大丈夫でしたが、唇には日焼け止め対策を施していなかったため、翌日から唇の日焼けに苦しみました。90 キロを過ぎると、周りの選手達は、もう面白いように歩いていました。しかし、柴又駅 17 時 24 分発の電車に乗るという完走とは別のミッションを自らに課している私は歩く訳にはいきませんでした。もう 1 本後の 17 時 39 分発でも何とか間に合うはずでしたが、この電車を逃すと羽田空港から山口宇部空港に向かう最終便に乗るための余裕がなくなってしまうのです。最後まで一歩たりとも歩かなかったのは、電車の時間のお陰と言っても過言ではありません。尚、この日のタイムは私の 100 キロウルトラのセカンドベストでもあります。

自己ベストは、2012 年に四万十川ウルトラマラソンでマークした 10 時間 04 分 24 秒です。もう少し気象条件がよければ、意外にこの記録に近いものを出す事も不可能ではなかったなと感じています。事前に調べてみると、柴又駅近くには鰻の美味しいお店が何軒かありました。正直、早めにリタイアすれば、鰻をゆっくり食べる余裕だってあったかもしれません。しかし、もしリタイアしていたら、柴又に大きな忘れ物をする事になり、来年も絶対柴又 100K に出場しなければならなかったと思います。この日、自らの力でもぎ取ったメダルは私の宝物になるでしょう。

柴又駅では一本早い 17 時 9 分発の電車に乗る事が出来ましたが、羽田に着いてから、ようやく普通の服に着替えた事もあり、晩御飯に何か美味

しい物を食べるという目論見は崩れました。単調な河川敷を走る柴又 100K、今回は意外によい記録を出す事が出来たけど、来年も出るかと問われたら、即答は出来ません。安易な気持ちで挑戦出来る大会ではありません。

余談ですが、私は 6 月 25 日に北海道の佐呂間町を中心とする地域で開催された第 32 回サロマ湖 100km ウルトラマラソンにも出場しました。柴又 100K はあくまでも、本命であるサロマ湖ウルトラに向けての練習として出場しています。しかし、サロマ湖ウルトラを走っている途中に在宅で診ていた患者さんに予期せぬ事態が発生したので、僅か 10 キロで棄権せざるを得ませんでした。開業医として働いていますので、時間が少々掛かっても、自らが出て行かなければいけない事もあります。それがたまたま北海道、しかも結構辺鄙なところを走っている時に起こってしまった事が不運だったと言わざるを得ません。私は今年 54 歳になります。そのため、フルマラソンで自己ベストを更新するのは不可能でしょう。しかし、100 キロウルトラなら自己ベスト更新も夢ではなさそうなので、これからも懲りずに挑戦を続けます。

ハート・ロッ（ブレイ）カー

下関市　塩見　祐一

2008 年のこの米映画は、監督が女優でもおかしくないキャスリン・ビグロー（主演は一癖もふた癖もありそうなジェレミー・レイナー）である。翌年、元夫のジェームズ・キャメロンの 3D メガネ着用で見る『アバター』と賞レースになったが、アカデミー作品・監督賞を勝ち取ったのは彼女の方だった。

本題名から英語に弱い僕が受けた初めのインプレッションは「イラク戦争時の爆弾処理専門の兵士の心がその過程においてロックされ人間味を失くす精神状況を描いた作品」だ。実際のストーリーもそうなのに、原題はそのカタカナ「ハート」が heart ではない『The Hurt Locker』だった。だとしても、英語学習見習いの身にはまだチョット意味が分からない。米軍のスラングでハートロッカー＝棺桶と来てようやく「そうだよね」になってくる。

副題の『ハート・ブレイカー』は heart-breaker。♪『ハートブレイク・ホテル』（プレスリー）からもイメージは失恋である。辞書的には「人の心を痛ませる人～通例女性」とある。が、僕みたいな普通の開業医にとってはどういった人なのだろう。

モンスターペイシェント、これは恐れに近い感情になるに違いない。患者さんの生活や家族の異変、これは気の毒というか可哀想という気持ちであくまでも同じ土俵にはない。

ここに、僕にとって心を痛ませる患者さんとは男女を問わず、ある普通の病気で通院中の“かかりつけ患者さん”にある日突然、新しい嫌な病気が見つかる人である。もっと前から症状はあったんじゃ？それとも言えない雰囲気だった？かな。まあ、患者さんにとっては僕ヨリもっと心が痛むだろうに（さっき、テレビで報道されていた空前絶後に勇ましい女性国会議員の“痛む！”とはニュアンスが違う）。

というのが、この 4 月中に同一臓腑のがん患者さんが 3 人も出た。吾が専門がナイか（科）の一般内科疾患対象の零細診療所では特異な現象であった。

4 月上旬　C1 さん
4 月中旬　C2 さん
4 月下旬　C3 さん

いずれも初発だったが、内 2 人は昨年に関連症状をカルテに書いている方だった。何でその時あるいは再度もうひと押し突っ込みをしなかったかと悔やまれる。

それら同月・同一疾患 3 症例と同様、自分にとってめずらしい（他人にすれば何ていうこともない？）accident を米 TV 番組『X-file』を真似て日記帳にメモしている。

僕の日記習慣は小学 1 年の 5 月 18 日（月曜日）からで、遊びや勉強や仕事に懸命な時期を除き今日まで続いている（小学 2 年はローマ字日記で、去年は英語 de 日記）。

当院は今年で開業 27 年目である。開院当初は暇だったせいもあって 1 年用の大日記帳に日々の心模様を書いていた。2 年目から急に仕事も忙しくなり 1995 年までサービスグッズ手帳を小日記帳として使っていた。ミクロ経済学上での 1 日 24 時間の生活における労働 / 余暇配分に均衡がとれた翌 1996 年からブックタイプの中日記帳に変わった。

そこで、前述の『X-file for me』である。

○ 1996 年 10 月 28 日（月曜日）

朝からいつもより収縮期血圧が何回計っても急上昇している患者さんあり。

N さん（主病、胃炎→胃がん）
：220/80mmHg

T さん（主病、心臓病）
：210/84mmHg

S さん（主病、肝臓病）
：230/90mmHg

3 人とも高齢の後家さんだから、前日の日曜日に親子喧嘩でもしたのかな。少なくとも♪『月曜日と雨の日は』（カーペンターズ）やいわゆる“月曜病”じゃあるまい。

○ 1997 年 10 月 28 日（火曜日）

日記の冒頭に「今日は急な寒気でびっくりした」とあるから、秋も深まり冷えた一日だったのだろう。当時は気温の記載をしてないからハッキリはわからない。

F さん（主病、肝臓病）→　脳梗塞

Y さん（主病、高血圧）→　脳梗塞

I さん（主病、高脂血症）→　心筋梗塞

浅学菲才な僕にとって、上記の X-file は連続した 2 年の同月・同日・3 症例であったのも不思議な記憶として残っている。

娘に薬学部を受験させるなら

徳山　新川　邦圭

医師会員の先生方の多くは、お子さんを将来、医学部に進学させたいと希望されていると思います。わが家も今年、初めての受験生を抱えていました。自分たちの受験の頃も大変でしたが、娘の受験はそれ以上に気を遣い大変な毎日でした。

最近の医学部は私立もかなり難しくなっておりますし、親の希望とは裏腹に、子供が必ずしも親の背を見て医学部への進学を望むわけでもなく、わが家の長女と長男は医師の道は希望せず、他の道を歩むことになりました。娘は、薬学部に進学が決まりましたので、順調にいけば 6 年後には薬剤師になっていることでしょう。同じ医療系学部として、会員の先生方のお子さんも、特に娘さんについては薬学部の受験を考えていることが多いかと思いますので、今回、寄稿の依頼を受けましたので、参考になればと思い受験生の親としての経験談を書いてみたいと思います。

受験制度も、共通一次があった私たちの頃とは違い、今はセンター試験が、ものすごく幅を利かせています。センター試験の結果だけで判定する受験制度が、多くの私立大学で採用されているのには驚きました。ですから、センター試験の結果さえ良ければ、私立は一般入試を受けなくても、お金を払って出願さえすれば合格通知が次々と届くシステムになっています。もちろん、お手軽な分、一般入試よりも合格偏差値は高くなるのが欠点ですが。ただ、一般入試も各大学で 1 回だけでなく 2 ～ 3 回は受験する機会があります。私たちの頃は、一般入試以外は推薦ぐらいしかなかったものですが、最近は AO 入試なんてものもありますし。また、最近は全国的に英語重視になっており、英検 2 級相当以上を取っておくと入試に加点する大学が多くなっています。これについては、娘が願書を出す頃に初めて気づいたので、入試対策として早くから娘に取り組ませておくべきだったと後悔しました。

昔は、医療系学部の難易度は医学部、歯学部、薬学部の順でしたが、最近は、医学部、薬学部、歯学部になっているようです。私立の医学部は、昔は偏差値の低い大学もありましたが、最近はどこも偏差値が上がっていて、以前より難しくなっています。歯学部の人気がなくなったために、薬学部は最近 6 年制にはなりましたが、相対的に偏差値が上がってきています。私立大学も少子化で受験生が減る中で生き残りをかけて、大学の新たな目玉にしようと次々と薬学部を新設しています。しかし、当然のことながら新設の薬学部というのは玉石混交で、設備や教育方針は全然違います。この辺は、大学の偏差値だけで判断するのではなく、実際に夏休みなどにオープンキャンパスに行って見ることを是非お勧めします。今回、いくつかの薬学部のオープンキャンパスに参加してみましたが、設備も整い教育方針もしっかりしていて、娘を入学させてもよいと思う大学もあれば、反対にとても受験させる気にもならない大学もありました。

薬学部で特に問題なのが、薬剤師国家試験の合格率の見た目を良くするために、留年や卒業延期などを頻発する大学が多いことです。やはり、薬学部を比較する上で、国家試験の合格率というのは一番の関心事ですので、つい見た目の合格率の良さに騙されて受験し、入学してから実態を知り後悔するということにもなりかねません。実際、卒業時には同級生の大半が姿を消していた大学は少なくないと噂には聞いていましたので、私たちが行った大学のオープンキャンパスで、案内をし

てくれた学生にこっそり噂の真偽について質問すると、「入学した時に教員から、卒業時にはこのクラスの半分はいないと思え！」と言われたそうです。そして、下記資料の『各大学における入学試験・6 年制学科生の修学状況』を手に入れて確認してみると、たしかに、その大学をストレートで卒業できるのは、半分どころか入学者の 1/3 程度でした。またネットでは、「薬剤師国家試験合格率研究所」というサイトが、入学後 6 年間をストレート卒業で国試に新卒合格する率を計算したものを「真の薬剤師国家試験合格率」と定義して、「普通の薬剤師国家試験合格率」との比較をして、2 つの合格率の乖離について紹介しています。これをよく見てもらえば、お気付きだと思いますが、例えば、「普通の薬剤師国家試験合格率」が全国第 1 位の大学の「真の薬剤師国家試験合格率」が、とんでもなく低い数字であったりします。

薬学部の学費は年に 200 万円程度ですので、実習費などもあり卒業までに軽く 1000 万円以上かかります。下宿代なども考えると 2000 万円ぐらい覚悟しておかないといけないでしょう。6 年間で、それだけの学費をかけても、まともに卒業させてもらえないのでは話になりません。そういった意味では、特に私立の場合は、表面的な国家試験の合格率よりも、生徒をストレートで卒業させて国家試験を受験できるレベルにまで指導してくれるかということの方に着目することが大切だと思います。もちろん、その上で合格率もよければそれに越したことはないと思いますが。

新設の薬学部でも、母体の大学が全国的に知名度のあるブランド大学の場合は、薬学部としての実績が無くてもいきなり高偏差値になっています。偏差値が高いので、優秀な生徒が集まり、国家試験合格率も高いようです。一方、昔からある低偏差値の薬学部は、先ほどの修学状況の資料を分析すると、ストレートで卒業できて国家試験に合格するのは 10% にも満たないところもあるようです。滑り止めに新設の私立大学の薬学部の受験を考える場合に、下記の資料と偏差値の 2 つを考慮して分析すると、偏差値がそれほど高くなくても、ストレートでの卒業率が高く国家試験の合格率もほどほどにあり、「真の薬剤師国家試験合格率」が良い大学はいくつかありますが、他学部に比べて高額の学費のためか、国公立の大学とは違って、薬学部の方が同じ大学内の他学部よりも偏差値が低い大学が多いのは意外でした。経済的に余裕のある家庭なら、国公立の薬学部の定員が少ない中で、薬学部を志望される受験生は浪人せずに済むので、とてもラッキーな状況だと思います。ただ、残念なことに、ようやく山陽小野田市立山口東京理科大学が、来年度に向けて山口県内初の薬学部新設の申請をされたとのことですが、それが受理されても県内には、まだ私立については薬学部がありませんので他県を受験することになります。医療系の学部の場合、大学のブランドよりも、国家試験に合格して免許を取れることが一番大切だと思います。息子さんの場合は浪人させてでも、「かわいい子には旅をさせよ」と言ったところでしょうが、娘さんの場合はいろんな面での心配から、都会の大学で、高学歴を目指すよりも、将来何かあっても困らないように、浪人させずに修業年限の 6 年で薬剤師の免許を手に入れることができそうな大学なら、近くの大学に入ってくれた方が安心というのが親の本音ではないでしょうか？その際に、娘さんにとって良い大学を選ぶ判断材料として、今回の寄稿がお役に立てれば幸いです。

資料

1. 各大学における入学試験・6 年制学科生の修学状況（文部科学省 HP）
http://www.mext.go.jp/a_menu/01_d/1361518.htm

2. 薬剤師国家試験合格率研究所
http://www3.plala.or.jp/atropine/kokusikennkyuu.html

防府医師会報と会報委員会

防府　藤原　元紀

防府医師会の会報委員会の委員長をしている藤原と申します。原稿依頼をいただきましたので、今回は防府医師会報と会報委員会をご紹介いたします。

防府医師会報は、初代編集長 高橋徹郎 先生のもと、昭和 43 年に創刊されました。題字は小沢太郎 元代議士（元 山口県知事）の書だそうで、この題字は現在まで引き継がれています。防府医師会報は「企画・読み物」が中心でしたが、昭和 48 年に「お知らせ・情報提供」が中心の防府医師会月報が創刊され、しばらくの間、2 誌が並行して発行されました。防府医師会報は 40 号、防府医師会月報は 59 号まで発行され（合わせて 99 号）、昭和 53 年に両者が統合、新生防府医師会報（100 号特集号）が発行されました。以後、年に 11 冊発行され、本年の 8 月号が 532 号になります。

3 年前、私が委員長になってすぐに 500 号記念号を発行いたしました。この時に創刊号から全号、目を通す機会がありましたが、いろいろな企画が掲載されており、大変、興味深かったです。その中に「お宅訪問」という企画があり、現在いっしょにお仕事させていただいている先生の、子どもの頃のお写真も載っていました。そう言えば、私がまだ子どもの頃、自宅に男性がお二人で来られて、写真を撮って帰られた事がありました。私の父も小児科医だったのですが、遊んでいる時に「ちょっと来なさい」と呼ばれて、ふてくされた顔で写真を撮られた覚えがあります。「もしかして……」と思いながら探してみると、まさしくその時の（ふくれ面の）写真が見つかりました。「うーん、こんなことならもっと愛想のいい顔で写ればよかった」と後悔しましたが、後の（40 年以上！）祭りです。

さて、現在の防府医師会報には「私の好きな言葉」「一般原稿」「リレー随筆」と会員の先生に原稿をお願いする企画が 3 つあります。この原稿依頼が私の最大の仕事です。

「私の好きな言葉」は昭和 59 年に始まりました。好きな言葉を、その理由やエピソードと一緒に書いていただいています。できるだけまだ書いていただいていない方に、と思って原稿依頼をするのですが、原稿をお願いしたことのない方も次第に少なくなり、どなたにお願いするかが毎月の悩みの種です。先程触れた 500 号記念号では、昭和 59 年からの「私の好きな言葉」を 3 号に分けて、全て再掲載いたしました。改めて見直してみると、その一つひとつの言葉に筆者の先生の「思い」が詰まっているようで、原稿依頼は大変ですが、是非、今後も続けていきたいと思います。

「一般原稿」は、特に決まった内容はありません。例えば新入会の先生に自己紹介の文章をお願いすることも多いのですが、他に何かネタはないかといつも探しています。医師会の懇親会などでは、いろいろな先生とお話をしていても、つい「先生、そのお話面白いですね。ぜひ会報に文章を書いてください」と原稿依頼に結びつけてしまいます。

「リレー随筆」は会報委員だけで原稿依頼をするとどうしても片寄ってしまうため、書いてくださった先生に次に書く先生を紹介していただく企画です。「○○先生の紹介だと断れないなあ」ということで原稿を書いていただけることも多いようです。この数カ月は防府医師会にまだ入っていらっしゃらない若手の先生にバトンが回っていて、本当にありがたいです。

その他には「学術講演会」「県立医療センターだより」「看護学校だより」「理事会報告」などがありますが、他の地区の先生が防府医師会報をご覧になって、一番印象的なのは「編集後記」だと聞いています。

「編集後記」は会報委員会の委員で順番に書い

ています。メンバーは、原 伸一 先生、木村正統 先生、清水 暢 先生、杉山知行 先生、内平孝雄 先生、周防 拡 先生、亀井敏昭 先生、井上 康 先生、山本一成 先生、川本晃司 先生、私の 11 人です。実は、昨年委員に加わった川本先生を除けば、私が一番の新参者です。私の文章は自分でも「借り物の文章」と感じる事があります。先輩方の文章は、自分の立ち位置がしっかりとあって、そこからの視点で物事を論じられていて「他の地区の先生から評価される点はここだろうなあ」といつも思っています。

防府医師会の会報委員会は月に一回、月末に開催しています。ゲラ刷りが 2、3 日前に届くので、一通り目を通して、気になるところをチェックします。読みやすいように改行や句読点を変更することが多いのですが、同じ文章で、ある言葉がひらがなだったり漢字だったりすると、どちらかに統一しないといけません。また、例えば「○○したにも関わらず」は「○○したにも拘わらず」に直します。私も目を通したはずなのに、気付かなかった訂正箇所が多数指摘され、自分の読み込みの浅さに気付かされます。

そんな委員の先生方をご紹介しましょう。

原先生は私の前の委員長でした。私とは小学生の時からの同級生です。精神科医ですが、鉄人レースと呼ばれるトライアスロンに出場するアスリートでもあります。時に市内を走っている姿を見かけますが、あっという間に通り過ぎて行ってしまいます。

木村先生はその前の委員長で、現在は防府医師会の副会長でもあります。防府医師会報に関することで困った時に、私が真っ先に相談する先輩です。

清水先生は現在、県医師会の理事として活躍されているのでご存知の方も多いでしょう。保険や医事紛争など教えていただくことが本当に多いです。木村先生の前の委員長で、私にとっては「桑の実会」（山口大学医学部の中の防府高校出身者の会）の先輩でもあり、清水先生に誘われて会報委員会に入ったという経緯もあります。

杉山先生は、清水先生の前の委員長です。県医師会の理事として長く活躍されていました。「九華会」（防府高校同窓会）の会長もされています。頼まれると嫌とは言えない性格と仰っていらっしゃいました。納得です。

内平先生は勤務医という立場上、委員長を務められたことはありませんが、長く委員を務められており、意見が割れた時にはいつも内平先生の鶴の一声で決まります。見た目はダンディーで、お話は面白く、私からすると憧れの先輩です。

周防先生は編集委員の鑑みたいな方です。例えば、看護学校の卒業生の名前一覧が掲載されていると、「この子の名前の漢字が違います」と指摘されます。そんなのわかるわけないと思いますよね。「この学年の入学の時の一覧を確認して、漢字が違っていたので、看護学校に確認しました」とおっしゃられるのです。それだけではありません。原稿中に引用されている文章があると、元の文章をインターネットで確認されます。理事会報告の中の会計の数字も必ず元の数字と確認されます。本当にすごいです。

亀井先生は山口県でも数少ない病理医です。県立医療センターを退職されてからは、委員会に出席されることが少なくなりましたが、編集後記は書いていただいています。やはり少し視点が違う、亀井先生にしか書けない文章です。

井上先生はアカデミックなら No. 1 です。委員会の時のご指摘も鋭いです。でも、私が校正で手間取っていると、さりげなく気遣って下さいます。カープ話で一緒に盛り上がれる先輩でもあります。

山本先生は、防府医師会の副会長と防府看護専門学校の校長も務めていらっしゃいます。本当に優しい先生で、私は山本先生が怒っているところを見たことがありません。

川本先生は、唯一、私より年下の先生です。眼科医ですが、地元のラジオ局（FM わっしょい）で山口県内の民話や説話、昔話をベースにしたラジオドラマも作っていらっしゃいました。

まさに多士済々。名ばかり委員長の私は、皆さんに支えられながら仕事をしています。そして編集会議が終わると「グルメ」というお店に場所を移して「第二編集会議」が始まるのですが……うーん、ここでの話は少し差し障りがあるかもしれません（笑）。またの機会があればということで、今回はここで筆を擱きたいと思います。

遊泳できないリゾートビーチ
～ベトナム北中部～

下松　岩本　　功

長崎養生所（長崎大学医学部の前身）をポンペとともに開設した松本良順が、わが国で初めて大磯の海岸にタラソテラピー（海洋療法）のための海水浴場を設けたとあります。

すでに後期高齢者に仲間入りをしている私は、夏になると海水浴を楽しみにしています。海水に浮かびながら、日頃あまり使うことのない筋肉や関節を思うように動かせる自然のアスレチックでのタラソセラピーの効果は抜群で、心身ともリラックスできます。

年中いつでも海水浴が出来る暑い国に出かける時は水着を持参しますが、欲張ったスケジュールのためかビーチでの海水浴よりもホテルのプール泳ぎで済ませてしまうことが殆どです。

ベトナムのハノイから飛行機で目的地の中部フエに南下する眼下には、真っ青な南シナ海の

資料：地球の歩き方 2016 － 2017
「ベトナム」に筆者加筆

白波が打ち寄せる美しいビーチが点在しているのが見えます。 ここ数年間のボランティア活動で訪れていたベトナム中部にあるクアンビン省のドンホイ市（フエの北 160Km）には白砂が続くニャットレという魅力的なビーチがあります。ベトナム戦争時には、このビーチから女性民兵が小銃で超低空で北爆に向かう米軍ジェット機を何機も撃墜したという記録のある場所ですが、一度は海水浴を楽しみたいと思いながら、なかなかチャンスがありませんでした。昨年 8 月末にそのチャンスが巡って来ました。 フエからの日帰りが困難な、例年より遠いクアンビン省の山間部でベトナム製特殊車いすを、同行した山口県立大学の「海外ショートプログラム」の学生さんグループと一緒に寄贈することとなり、ドンホイ市での 1 泊 2 日の計画を立てました。このベトナム中部のクアンビン省には世界自然遺産の大小約 300 の鍾乳洞を有するフォンニャ・ケバン国立公園があり、中でも約 2 億 5000 年前に形成されたというフォンニャ洞窟が有名です。この洞窟には、世界遺産に認定される前にベトナム人医師の案内で行ったことがありましたので、翌日の予定は迷うことなく洞窟観光の学生さんグループとは別行動のビーチ海水浴を選びました。 翌日の朝

写真 2　南シナ海の朝焼け（ドンホイ）

写真 3　遊泳禁止（ドンホイ）

写真 1　ドンホイ海岸の女性民兵（1974 年　中村梧郎　撮影）

焼けが差し込むビーチビューの部屋からのニャットレビーチに続く海岸線の眺めは素晴らしく、早速ビーチの下見に出かけましたが、浜アサガオの生い茂るビーチに立つ看板で目にしたものは絶望的な「No Swimming」の文字でした。

事前にフエ医科薬科大学の関係者から「あの辺のリゾートビーチは台湾のフォルモサ・ハティン社が建設している製鉄所からの排水で汚染されて泳げないかもしれない」とは聞いていましたが、ホテル前のビーチぐらいは大丈夫ではと安易に考えていました。 前日の夕食会でもド

ンホイ市障害者支援センターの所長さんが「海のそばにいながら何か月も食べていない魚を無性に食べたい」と言われ、確かに夕食のテーブルには魚料理は殆ど並びませんでした 。

帰国してからインターネットなどで調べてみましたら、昨年 4 月中旬頃から北中部 4 省（ハティン、クアンビン、クアンチ、フエ）に跨る 200 キロの沿岸一帯に大量の魚の死骸がビーチに打ち上げられ、それを拾って食べた住民が中毒になったとありました。 今なお発展を続けているベトナムでは国家プロジェクトとしてクアンビン省北隣のハティン省での台湾プラスティックグループによる製鉄所建設があり、1.5 キロにもなる埋設された排水用パイプラインの洗浄に使われた廃液にフェノールとシアン化合物が基準値以上に含まれていたことが原因らしいとされ、「魚をとるか製鉄所をとるか」いう環境ジレンマを抱えました。結局、今年の 5 月末には製鉄所で火入れ式も行われ、安心・安全確保の上で稼働が始まりました。

今回、ベトナム中部のドンホイというところにあるニャットレビーチで海水浴をしたいとの気持ちばかりで、嘗ての日本が経験した公害問題や現在も直面している環境問題を忘れていた自分を反省し、改めて地球の全表面の 4 分の 3 を占める海洋での汚染という地球環境問題を考えさせられました。

今年の山口県内の海水浴場 41 か所の全部が遊泳 OK であると 6 月 24 日に報道されました。その中の 34 か所は 5 段階評価の最高「AA」でした。この「緑陰随筆」が刊行される頃はベトナムのフエかダナンにいる予定で、海洋汚染の最南端のダナンでも今年も海水浴は出来ないようです。ベトナムに行く前に、近くの室積海水浴場でタラソテラピーをして体調を整えておきたいと思います。

参考図書：

1.「ベトナム戦争－民衆にとっての戦場－」
吉澤　南　著
2.「シンプル衛生公衆衛生学」鈴木庄亮　監修

端（はし・さきっぽ）　その 11

徳山　若林　信生

「端好き・灯台好き」が全国のあちこちの端を訪ね歩いてきたが、今回も素敵な端や超マイナーな端を紹介しましょう。

赤穂と言えば日本人なら誰でもすぐに思い浮かべるのは“赤穂浪士”であろう。忠義の武士として、討入り直後から評判になり、芝居にもすぐに取り入れられた。

赤穂市は兵庫県の西側にあり、市内には赤穂城跡、大石神社、浅野家の菩提寺である花岳寺など赤穂浪士にまつわる史跡が数多く存在する。この小さな、美しい田舎の町から日本中を揺るがした集団仇討ち事件が起こったエネルギーは、いったいどこから来たのであろうか。

赤穂市の東南端にある丸い出っ張りが赤穂御崎である。中腹は温泉旅館が立ち並ぶ。

大石内蔵助の銅像の立つ赤穂御崎から島々の浮かぶ美しい瀬戸内海を眺めながら、この風景と血生臭い事件とを関連づけることは凡人にはおおよそ困難である。

赤穂市は山陽自動車道の赤穂 IC にて高速道路を降りる。その後は県道 96、32 号線を南東に向かってバイパスを行けば赤穂温泉のホテルが立ち並ぶ赤穂御崎へ辿り着く。岬の中腹の曲がりくねった狭い見通しの悪い道を行くと、どこが先端かはっきり分からないような丸い岬であるが、小さな公園があるので、それと気づく。公園には内蔵助が最後に赤穂を発つときの銅像が建っている。また先端からの瀬戸内海の眺めはすこぶる良い。正面には小豆島が見える。沖に向かって右手の海岸線は、かつては塩田があった場所だが今は工場群が立ち並び、昔の面影はない。

赤穂御崎灯台はこの狭い道のさらに脇道を上った高台にあり、とても分かりづらい。白い八角形のコンクリート製の塔型の立派な灯台で、高さは 16 mである。

忠臣蔵好きなら赤穂浪士の史跡がたくさんある赤穂に一度は行ってみよう。

薩摩半島の最南端が薩摩長崎鼻である。指宿は薩摩半島の最南端の市で“砂むし温泉”が全国的に有名であり、一年中訪れる人が後を絶たない。

薩摩半島最南端という事、温泉街から比較的近く交通の便が良いことや岬から見る開聞岳の風景が素晴らしいことなどにより一大観光地となっており観光客も多い。

指宿から国道 226 号線を南西に向かい県道

赤穂御崎灯台

242 号線を南に向かえば長崎鼻に辿り着く。右側の長崎鼻パーキングガーデンの所に無料の駐車場があるのでそこに駐車すればよい。そこから土産物屋の前を少し歩けば、ここから浦島太郎が海に入ったとのことで、乙姫を祀った“龍宮神社”がある。赤くけばけばしい感じがあり、日本人向けでは無さそうだ。おまけに浦島太郎と亀の石像まである。

前方を見ると白い灯台の彼方に青い太平洋、左側を見ると岩場、右側を見ると弧状を描く砂浜の向こうに円錐形の綺麗な開聞岳が見える。絶景である。先端には白く丸いタイル張りの高さ 11m の細い灯台がある。

周辺には指宿温泉のほかに池田湖、開聞岳、JR の日本最南端の駅 西大山駅、知覧、日本南の最終駅 枕崎駅などがある。

知覧の“知覧特攻平和会館”には是非一度は足を運んでほしいものである。見て回るうちに目頭が潤むのを抑えることが出来ない。二十歳前後の有為の若者達が特攻隊員として死に向かうさまは本当に異常である。二度とこの様な事が無いように願わざるを得ない。

長崎鼻の賑わいと打って変わって、人っ子一人いない超マイナーな端っこが薩摩半島にはある。山口県でも行ったことがある人はほとんどいないのではあるまいか。また、これからも余程の奇特な人以外は行く人はいないのではあるまいか。それは薩摩半島最西端の東シナ海に突き出した薩摩野間岬である。

ここに行くには南さつま市から国道 226 号線をどんどん西に向かえば、野間池という集落へ着く。枕崎からは西北に国道 226 号線を海岸沿いにたどるか、または国道 270 号線を北上し、途中で県道 270 ～ 271 ～ 272 号線に乗り換え、南さつま市大浦で国道 226 号線に乗るか、である。この辺りに来ると、本当に端っこに来たという実感がする。

この野間池の集落から、車の行き違いができないような狭い、視界の悪い坂道を登って行く。発電用の風車が見られるのみである。途中に野間岬展望所があるが、今はさびれてトイレも廃屋となっている。クジラのモニュメントが寂しく立っている。しかし、ここからの野間岬方面の展望はすこぶる良い。

薩摩野間岬灯台は、最後の風車の所に駐車または駐輪して 15 分くらい歩かなければならない。灯台は白いタイル張りの丸く細く高さ 11 mで下半分は外側にらせん状の階段があるが私は途中で引き返した。

長崎鼻灯台

山口県の最西北端（＝本州最西北端）が長門市油谷向津具半島にある川尻岬である。油谷湾を形成する北側の半島で“向津具半島（むかつくはんとう）”と読むが、景色も素晴らしく、楊貴妃伝説もあり、むかつくどころか普通より気分よく走れる。

国道 191 号線を、長門市方面からは長門市消防本部西消防署を過ぎて右折して、県道 66 号線に入る。また下関市方面からはホテル楊貴館を過ぎて左折して、同じく県道 66 号線に入る。その後は県道 356 ～ 357 ～農免道路を道なりに行けば岬に辿り着く。終点には小さな食堂があり、駐車場料金の徴収・管理をしている。その先には綺麗なキャンプ場がある。食堂のおばさんが「こんな田舎でもトイレだけは水洗です」と自慢していた。

しかしながら、ここの駐車場が有料であることが不思議で納得できないのは私ばかりではあるまい。

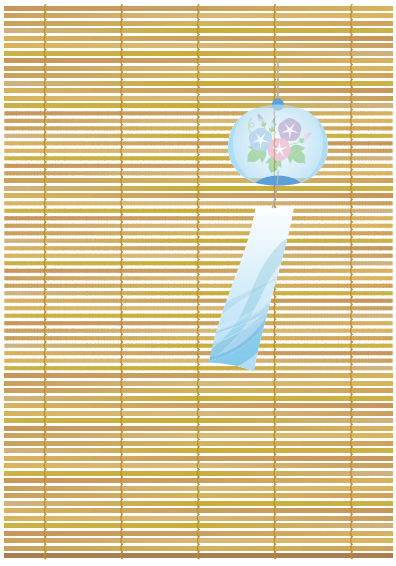
キャンプサイトを通り越して先に向かうと、表には“川尻岬”、裏には“本州最西北端”と書いた標識がある。眼の前には木の生い茂った小山があり、灯台はこの頂上にある。コンクリート製の階段を昇れば、白い円形のタイル張りの高さ約 9m の円塔型灯台が現れる。

この周辺はすべて岩場で、磯釣りの人が多数見られる。磯釣りのメッカでもあるのだろうか。

本州最西北端（＝山口県最西北端）　川尻岬

近くには最近急に有名になった“元乃隅稲成神社”がある。東から行っても、西から行っても道は狭く、また駐車場も狭い。日・祝日にはそこに大勢の人が押し寄せるので混雑は半端ではない。平日に行かれることを強くお勧めする。

尚、蛇足ながら“稲成”神社は津和野稲成神社とここだけで、全国の他はすべて“稲荷”神社である。



私と落語

玖珂　河郷　　忍

落語の好きな先生方も多いと思います。
私の落語との関わりを思いだしてみました。

小学校の時、歌奴師匠（先日亡くなった、後の圓歌師匠）の「授業中」という噺のレコードを買ってもらって聞いたのが最初だと思います。

中学生になり、亡くなった永 六輔さんの深夜放送を聞いていました。そして永 六輔さんの本を片っ端から読むうちに、咄家・芸人の話が面白く、興味を持つようになりました。

予備校は大阪で過ごし、予備校生時の８月に桂米朝師匠の独演会に出会い、「千両みかん」という落語を聞いて、上方落語にはまりました。無事に入学した学生時代と、卒後に入局した内科の昭和 47 ～ 57 年の 10 年間、大阪で暮らしました。松鶴・米朝・春団治・小分枝の上方四天王が 40～50 才でお元気な頃でした。また、仁鶴・三枝・文珍・春蝶・可朝・小染などが若手で、さんまもデビューした頃でした。ほんと面白かったです。上方落語に夢中になり、東京の落語を聞いておらず、悔やまれます。

山口県に帰ってからは、カセットなど購入して聞いていましたが、ライブには行けずにいました。卒業して入局した母校の医局での仕事で学位をいただけました。その際、身内からお祝いの希望を聞かれ、自宅での落語会を希望しましたら、「自分で咄家さんを見つけてこい、費用は出してやる」と言われました。ある人の紹介で、入船亭扇橋師匠に来ていただき、我が家の２階で落語会を開催しました。これが縁で、毎年秋に、色物の方を一緒に連れて来ていただき、我が家に宿泊していただきました。寄席の楽屋の話、師匠と弟子の話など日頃聞けない事も知りました。その扇橋師匠も亡くなり、今は、一番弟子の扇遊師匠に来ていただいています。東京の落語を聞く機会が増えよかったと思います。

落語の CD・DVD が発売されており、それなりに面白いのですが、演芸は生で聞くのがよく、テレビなどでは放送禁止用語などあり、面白くありません。岩国錦帯橋空港ができ、東京の落語会にも行けるようになりました。今年の正月に、上野鈴本演芸場で初席に行けました。ありがたい時代になりました。

大学時代に、朝日放送のテレビ番組「素人名人会」に同級生と応募して、漫才で出していただけました。そのころは、医学生が応募する事は珍しかったようです。その番組を田舎の両親が見ていて、驚いたようです（内緒で出たのですが、見つかってしまいました）。司会は西川きよし師匠で、審査員が米朝師匠でした。鐘は一つでしたが、いい思い出です。

永六輔さんの本

昭和 40 年代の落語会のチラシ・パンフレット

週末は野良仕事－先ずは土作り－

山口市　緒方　正彦

家庭教師のM先生「まだ解けんのか」
私　　「はぁ～」
M先生「大丈夫かお前、もうすぐ受験だぞ」
私　　「・・・」
M先生「もう時間だ。貸してみろ」
　先生はいつもわら半紙を半分に折って、黙々と回答されました。ほとんど消しゴムを使うことはなく、まるでプロッタが製図の図面を描くようにスラスラサッサ。
M先生「ホイ、出来上がり。この程度の問題でつまずいていたら、合格は厳しいナ。お前、医学部は難しんじゃないか～。」
（先生はかつて東大理Ⅱにいらっしゃいました）
私　　～(￣∇￣)～
　でもお陰様で浪人せず大学に進学することが出来ました。感謝です。

＜(_ _＊)＞

　時は流れて６年後。相変わらずスロースターターの私は正月も実家に帰らず、徹夜で国家試験の勉強の毎日。下宿の叔母さんが算盤塾を経営していて、その最中はうるさくて集中できません。ですから昼間は就寝し塾が終わった後、朝まで夜通し勉強していました。朝 6 時になったら勉強を終わり、毎日テレビを見ながら晩酌（朝酌？）をして就寝します。当時、この時間に NHK で「明るい農村」という番組をやっていました。おちゃらけたタイトルですが日本の農業の現状や将来を熱く語る、結構コアな内容の番組でした。日本酒をチビリチビリやりながら、「う～ん、これからは農業の時代だ。試験も受かりそうな感触がないし、国試ダメだったら農業だな」などと考えていました。人間、一生に一度くらい冴えた日というものが有るそうで、運よく国家試験をクリアしました。でなければひょっとしたら今頃どこかの田舎で農業をしていたかもしれません。
　前置きが長くなってしまいましたが、元来、私は土をいじることが好きな性分でしたので、自宅を持つ際には家庭菜園を持ちたいと思っていました。開業してしばらくして一段落したため、家を建てました。土地を２区画求めたため菜園も 18 坪ほど取れました。当初は全くの素人でしたので成果は惨憺たるものでしたが、最近ようやくコツがつかめてきました。宇部の荒木先生のように自給率を云々するレベルにはまだまだ到達していませんけど。

我家の庭の状況

　我家は傾斜地を造成したため庭の１ｍ下まで真砂になっています。従って保水力がないため当初は乾燥しやすく水やりが大変でした。造成地にお宅がある方は同じ状況の方が多いのではないでしょうか。保水対策は堆肥や有機物をすきこみ、時間をかけて土質の改良をしてゆくしかないのですが、とりあえずの水止めとして土起こしの際に枯れ葉を底に敷いておくと水が止まります。
　畑の土は業者に頼んで客土してもらいました。我が家の場合、るりがくえんにお願い致しました。費用はとてもリーズナブルです。
　連絡先：るりがくえん青年寮
〒 747-1221
山口市鋳銭司 812-1
電話　（083）986-2054
FAX　（083）986-2469

PH チェック（下表）

適度な pH 調整が出来ていないと堆肥などの有機肥料の効果が発揮できません。日本は多雨のために大方の土壌は酸性土となっています。酸性土を推測する指標として植物のスギナがあります。スギナが生えていれば、まず酸性土です。pH 補正は苦土石灰、消石灰やかき殻石灰を用い pH チェッカーで確認しながら補正をします。苦土石灰は粉末状のものと顆粒状のものがあります。急ぐ場合や土起こしの際は粉末状の苦土石灰で粗々の pH 調整をしておき、追加に顆粒状を用いると pH が長時間一定に保てます。かき石灰は効果が持続し、かつ作物も軟かく育つということで優れた肥料ですが高価なのが難点です。苦土石灰でも十分役目を果たします。消石灰は効果が早く現れ便利ですが土が硬くなってしまうため単独の使用はお勧めしません。また毎回、苦土石灰を施すとマグネシウムが過剰になる恐れがあるため、春作に苦土石灰を施し秋作にはかき殻と消石灰を混ぜたものを使っています。ヨウ燐も施します。主成分のリン酸は肥・実肥と言われ根の発育や果菜類の着果（花）を良くします。リン酸は雨による流失が少ないため 4 ～ 5 年に一度で良いです。

作物の種類により pH 調整を変えます。例えばホウレンソウは酸性を嫌います。思いっきり石灰散布してもなかなか最適値になりません。ただアルカリに傾きすぎると補正が難しいです。雨で流れるのを待つしかありません。やはり pH チェッカーで確認しながら補正する方が良いと思います。しかし厳密に調整する必要はありません。表の最上段と最下段の野菜だけ押さえておけば十分です。

施肥

有機肥料と化成肥料をバランスよく施します。化成肥料の過剰撒布は土壌を酸性に傾けます。また土壌が硬くなり土への酸素の取り込みが悪くなります。サツマイモなどはつるぼけ（つるばかり徒長してしまい作物が生育しない現象）してしまい逆効果となります。指定の撒布量を守りましょう。窒素過多になると害虫が発生しやすくなります。少なめに施肥してみて、葉や実の付き具合を見ながら追加してゆくと上手くゆきます。最初のうちは計量してみると良いです。

堆肥は庭からでる枯れ葉・雑草と自宅から出る生ゴミで自作、コンポスト容器を使っています。最初コンポスト設置部に 30cm 程の穴を掘りその上に容器を設置します。容器の底に落ち葉をたくさん敷いておきます。水切りと酸素の取り込みを良くするためです。生ゴミは十分水切りして入れます。出来れば生乾きの状態にしてから投入します。そうしないとコンポスト内の温度が発酵に適した温度となりません。また水分が多いとカビが生えることとハエの発生も助長されます。うまく発酵すると温度が上がりカビとウジが発生しません。カビが生えても堆肥として使えます。もし水分過剰となった場合は乾いた枯れ葉や土で調整します。参考書によると腕が上がるまで魚や肉類は避けた方がよいとされています。生ゴミは出来るだけまとめて入れると良いです。しかし一般の

表　野菜の至適 pH 値

pH 値	野菜の種類
6.0 ～ 7.0	ナス・ゴボウ・タマネギ・ホウレンソウ・アスパラガス
5.5 ～ 6.5	トマト・キュウリ・メロン・エンドウ・ニンジン・キャベツ・ブロッコリ・レタス・セロリ
5.5 ～ 6.0	トウモロコシ・インゲン・サツマイモ・サトイモ・カブ・ダイコン・パセリ
5.0 ～ 5.5	スイカ・ジャガイモ

家庭では生ゴミは都合良く一度に出て来ませんのでその都度入れることとなりますが、それであまり問題はありません。再々コンポスト内の材料をかき混ぜるのがコツです。発酵が促進されます。EM 酵母（ホームセンターにあります）を入れると発酵がうまくいきます。最初に一度だけ入れると追加しなくてもあとはうまく発酵が進みます。においやウジの発生防止には、ゴミの上にその都度少量の土をかぶせると良いです。ご近所への気配りです。堆肥のできあがりの目安は発熱とにおいの有無です。最初、容器がほかほかするほど発熱して徐々に冷めていきます。上手くできるとほとんど無臭です。堆肥は夏場で２～３ヶ月、冬場なら４～６ヶ月程で完成です。できあがったら丸１日外に出して乾かしてから使用します。

堆肥が完熟しなかった場合は土中深く２～３週間埋めておくと分解が進み使用できます。種を抱えた雑草は発芽して後々悪影響を及ぼしますので入れない方が良いです。よく米のとぎ汁を使う方がいらっしゃいますが、とぎ汁は土の表面に皮膜を張り、土壌への酸素の取り込みが悪くなるため良くないそうです。とぎ汁を使うより米ぬかを堆肥に混ぜて使用する方が良いそうです。

※コンポストや電動式家庭用生ごみ処理機は自治体によっては助成金の対象となっていますので利用されると良いと思います。

こうして土づくりは少なくとも植え付けの２週間前までに済ませます。

― 次回へ続く ―

ヤギとヒツジ

徳山　森松　光紀

ヤギとヒツジに関する最近の経験です。

新緑の候も終わり、わが徳山医師会病院の周囲は草木の緑に蔽われるようになりました。例年この時期になると、病院建物の斜面の草刈りが必要になります。通常は草刈り業者に発注するところですが、病院職員の知り合いの中に、ヤギ２頭を貸し出してくれる人がいました。ヤギの日当については、毎日の自動車運送費だけでよいことになり、かなりの節約になりました。

４月初め、２頭のオス、メスの兄妹ヤギが登場しました。メエとも鳴かず、もくもくと草を食んでいます（**写真 1**）。緑の背景に白いヤギのコントラストが鮮やかで、職員の目の癒しになりました。病棟から廊下を経てリハビリテーションセンターに通う患者さんたちにとってもよい眺めとなり、車いすから熱心に見つめる光景が見られました。また、歩ける患者さんはヤギに近づきましたが、触ってもおとなしくしています。病院経営を考えて「アニマルセラピー」にならないかと考えました。ヤギたちは、ときに地面に座りこんでおり、休憩時間かなと近づいてみると、入念に反芻していました。また、仲の良い兄妹で、喧嘩することもなく顔を寄せ合っていることがあり、「この草はまずいね」と話し合っているかと心配しました。既に彼らの出勤も３か月になりましたが、斜面の草の量は膨大で、もう暫く働いてもらわなければなりません。なお、夕方になり勤めを終わると、出迎えのバンがうしろ扉を開けて待っています。ヤギたちはせかされると自らバンの後部台に飛び乗ります。なかなか賢い動物です。

話題がそれますが、「山羊」と書いてなぜ「ヤギ」と読むか不思議に思っていました。最近読んだ高島俊男 著『お言葉ですが・・・別巻７　本はおもしろければよい』（連合出版　2017）に、その来歴が詳述してありました。同氏は民間の国語学者で歴史的考察が行き届いています。要点は「ヤギは江戸時代に、オランダ人が新鮮な肉を食うために長崎につれてきた。日本人はこれをオランダ語でボッコ・ボック（Bok）などと言い、字で書くときは『野牛』と書いた。これを音声で読むときはヤギウ・ヤギと言った。江戸時代にこの動物は日本の東に広がり、呼名のヤギウ・ヤギもそれに伴って広がった。江戸では字で書くときは『野羊』と書いた。漢字『山羊』は本来、中国語であるが（ヤギとは異なる動物の名称）、この字も広く使われるように

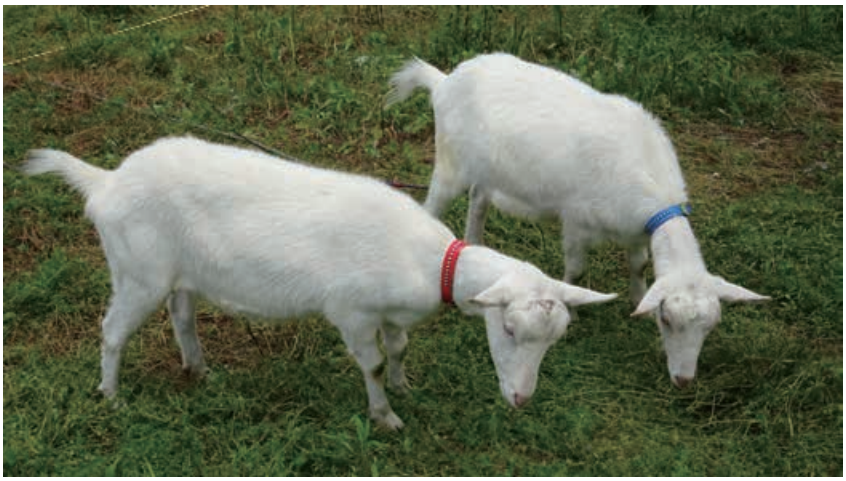


写真 1　草を食む兄妹ヤギ

なった」。因みに、ドイツ語でヤギは Ziege ですが、Bock も使われます。ただし、Bock はヤギ、ヒツジを含めた有角（角のある）四足獣の総称と辞書には記載されています。

ヤギは日本人にとってなじみの深い動物です。戦後、私の弟が生まれた時、食物の乏しい時代で母乳が足りず、農家にヤギ乳を分けてもらうために通った記憶があります。栄養学の教科書によれば、山羊乳に含まれる栄養素は牛乳に似ているが、牛乳より濃厚で、たんぱく質、脂質、カルシウム、ビタミン類が豊富とのことです。また、牛乳アレルギーの人でも飲めるとされ、牛乳に代わる有用な食品です。ヤギは粗食によく耐え、険しい地形でも生活できるので、山岳地帯や乾燥地帯でも飼育されており、戦後ヤギを飼う農家が多かったのは、これらの理由によるものでしょう。幸い、この弟もつつがなく育ち、今では孫の成長に目を細めています。

次はヒツジです。私が育った愛媛の田舎ではヤギはいてもヒツジを見かけることはありませんでした。初めて見たのは大学生になり、牧場のある関東・東北地方を旅行した時でした。ただし、同じ愛媛で育った妻によれば、実家でヒツジを 1 頭飼育していて、刈り取った羊毛でセーラー服を仕立てたとのことで、居るところには居たようです。

Wikipedia によれば、江戸時代に幕府の薬草園でヒツジが飼育されたという記録があるそうです。明治時代にはお雇い外国人がいろいろな品種のヒツジを持ち込みましたが、冷涼な気候に適したヒツジにとって、日本の湿潤な環境には馴じまず定着しなかったようです。しかし、軍用毛布のため羊毛自給の必要性があり、明治 8 年に大久保利通によって下総に牧羊場が新設されました。これが日本での本格的なヒツジ飼育の始まりで、戦後間もない時期まで、日本製の毛織物は重要な輸出品だったそうです。

さて私は、ヒツジは非常に愚かな動物というイメージをもっており、1 頭が走り出すと群れ全体が釣られて走り、断崖から墜落することもあると聞いていました。夕方になると、賢い牧羊犬に追い立てられ、群れをなして牧舎内に駆け戻る姿はテレビでも見かけます。しかし、Wikipedia では、イリノイ大学の研究によれば、ヒツジの IQ はブタより低くウシと同程度とのことで、著しく愚かではないようです。

昨年秋に職員旅行で北海道を訪れる機会を得ました。学会で北海道へ行ったことは数回ありましたが、札幌の学会が終わると、すぐ東京、山口に戻ってくるばかりで、この折のんびりと物見遊山できたのは幸いでした。新千歳空港に着いたのち、観光バスで案内されたのは「羊ヶ丘展望台」でした。これは札幌郊外の観光地で、到着するとクラーク博士の立像が目につきますが、その背後には牧草地で草を食むヒツジの群れが眺められました（**写真 2**）。この白色系のヒツジは、毛が細く羊毛採取量の多いメリノ種というそうです。北海道の他の牧場では顔と四肢の黒いサフォーク種も見かけました。羊ヶ丘展望台の眼下にはまず、プロ野球の試合やコンサートが開催される札幌ドームが眺められますが、遠望すると札幌市街と石狩平野が広がっており、雄大な光景でした。牧草地の

写真 2　「羊ヶ丘展望台」のヒツジ。左上の建物は札幌ドーム

ヒツジを観察しましたが、暫く草を食んでいるうちに、1 頭がトコトコ水飲み場に移動すると、他の群れも付いて行きました。水飲み場に暫くいたのち、また群れて牧草地に戻ってきましたので、どうにも主体性のないグループでした。ただ、全く争いのない、のどかな光景でした。私たちはその夜、大挙して「サッポロファクトリー」のビヤホールを訪れ、ジンギスカン料理を賞味しましたが、ヒツジたちには申し訳ないことでした。ツアーは翌日から小樽市、旭山動物園、富良野・美瑛町と続き、これはまた充実した内容であり、命の洗濯になりました。

現在も私たちの病院では、天候が悪くなければ不平も言わず皆勤して働くヤギ 2 頭を、3 階の渡り廊下から眺めながら日を送っています。

極楽とんぼの聖地異聞（前編）

下関市　松原　信行

2015 年のパリ同時多発テロは、衝撃的な事件であった。この年フランスでは、IS（イスラム国）が関与した 5 件のテロ事件が発生した。一連の事件は一神教同士の諍いのようにも見える。一神教の世界を覗きたく、聖地の中の聖地である、エルサレム行きを計画した。休暇を取るため、部長の H 先生の元に相談に。

「H 先生、ちょっとご相談が・・・」

「え？何でしょうか？」

「私は表向き医者をしていますが、実は危機管理の専門家です。今は、表立った活動はしていませんが、パリの同時多発テロを受けて某国の諜報機関から IS の本拠地の調査依頼がありました。」と声を潜めて言った。

H 先生は怪訝な顔で、「で、それで？」

「シリアに近いイスラエルで情報収集したいので、10 日間のお休みを頂けないでしょうか？」

危機管理の専門用語を鏤めた作り話で H 先生を説得。10 日間の休みをまんまとせしめた。直ちに W 旅行社にイスラエルツアーを申し込む。

3 月 22 日、関西国際空港に命知らずの 9 名の老（若）男女が集結する。添乗員は室屋さんで、物静かな方である。ほぼ定刻に中継地イスタンブール空港に向け離陸。同空港で成田発の関東組と合流する。テルアビブへ向かう機内で、室屋さんよりテルアビブ空港は世界一入出国の審査が厳しいとの説明を受け、一抹の不安が過ぎる。3 月 23 日早朝にテルアビブ到着。アドバイスに従い、入国審査を受ける。数年前にパキスタンへの渡航歴があるため、審査官より幾つかの質問を受けた。拙い英語で答えてゲートを通過し、集合場所に。そこで大阪からのオバチャン曰く「『キャン　ユー　スピーク　イングリッシュ？』て訊かれたんで、『のー　あい　きゃんのっと　すぴーく　いんぐりっしゅ』と答えたったわ。ほんなら、スッと通してくれはった。」。さすが大阪のオバチャン、その手で来たか。やはりユダヤの民は賢明な民族である。大阪のオバチャンには決して逆らってはならない。命あっての物種である。

ところが、室屋さんがいつまで経っても集合場所に来ない。全員待ち草臥れていた時に、現地ガイドの伊藤さんから「室屋さんは特別に審査を受けていて、いつ終わるか分からない」と説明を受ける。我々にあれだけ丁寧に説明してくれた人が、特別に審査を受けるのもある意味、ジョークである。前日、ブリュッセル空港で IS によるテロ事件が発生し、入出国の審査が一層厳しくなったようだ。彼には中近東の数カ国に入国履歴があったようだ。彼を残して伊藤さんと我々はバスで最初の見学地カイザリア遺跡へと向かう。ローマ時代にヘロデ王が築いた水道橋を見学する。この遺跡を見ると、古代より中近東は水との戦いの歴史だったと想像させられる。この時、ムラムラと冒険心が湧き上がる。周りの制止を振り切り、石組みをよじ登り、草むした水路を歩く。夕方、ハイファのホテルで室谷さんと無事合流。ホテルでの食事は美味であった。

ただユダヤ経典に則っているため、夕食には肉類は出るが、乳製品は出ない。（逆に朝食には乳製品が出るが、肉類は出てこない。）

3 月 24 日は世界遺産のアッコーを見学し、ガリラヤ湖へ向かう。湖畔のホテルに宿泊となったが、夕食でチョットしたハプニングが起きた。テーブルを挟んだ席に横浜からの御夫婦が座っていた。料理の取り分けについて気の強そうな奥様が、要領の悪いご主人を激しく叱責。ご主人の顔は見

る見る蒼白となった。家人が「まあ、子供みたいね。」と言い放った。奥様がキッと家人を睨む。この手の言葉は国内では勿論、海外旅行では尚更(なおさら)、禁句である。私は咄嗟に椅子を家人から少し離し、後ろにずらした。皿やフォークやナイフが飛んで来たら直ぐにテーブルの下に潜るためだ。何せ私は《危機管理の専門家》なのだ。だが、幸運にも何も飛んでは来なかった。

翌日は午前中にガリラヤ湖の船での遊覧と博物館見学を行う。

カイザリア遺跡の水道橋

ガリラヤ湖はつい最近まではイスラエルの最大の水源であったが、近年、海水を淡水化して飲料水・生活用水を得ている。湖の透明度は左程高くはない。遊覧船では聖ペテロに扮した船員が投網のパフォーマンスをする。昼食はガリラヤ湖名物の「聖ペテロの魚」である。ティラピアと思われる魚の唐揚げだ。イエス・キリスト（以下、「イエス」）の使徒の一人漁師ペテロがガリラヤ湖で銀貨をくわえた魚を釣ったことに由来する。これが噂の料理だと皆さん大喜びで料理を写真に収めていた。件(くだん)の御夫婦は箸と醤油を日本から持参していて、レモンを絞って美味しそうに食べていた。淡水魚だけあって、小骨も無く身は淡泊である。全員が満足顔でバスに戻ると伊藤さんがこう説明した。「聖ペテロの魚は皆さんのお口に合ったでしょうか？先日、五島列島の漁師さん達のガイドをしましたが、『伊藤さん、五島じゃ、こげな魚は猫でも食わんばい。』とおっしゃいました」。それを聞いて一瞬皆、目が点になる。「美味い美味いと騒いでいた自分は何？」、「私の舌って猫以下なの？」、「いやいや、これは唐揚げより天麩羅の方が合うかも。」等々の想いが、全員頭の中でぐるぐる廻っていたであろうか、車内は暫くの間静まり返っていた。

ゴラン高原の走車砲

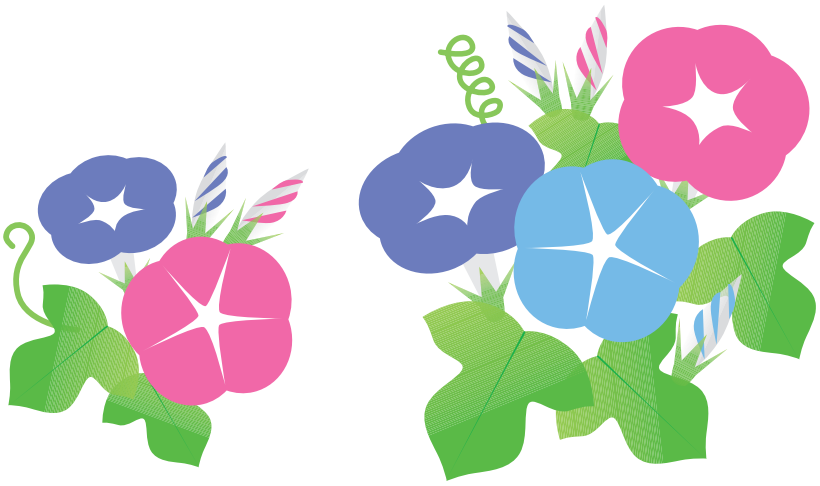
ガリラヤ湖周辺はイエスが布教した足跡が散在している。キリスト教徒にとってはその 1 つ 1 つが聖地である。最後にゴラン高原まで足を延ばす。この地は嘗(かつ)てシリアの領土であったが、第三次中東戦争以降、イスラエルがその大部分を占拠している。高原の端に立つとガリラヤ湖が真下に望め、ここが嘗ての戦闘の要衝だと分かる。辺りには赤錆びた走車砲や、崩れかけたコンクリー

ト製のトーチカが放置されていた。自衛隊も一時期 PKO 活動でゴラン高原に駐留していた。今、この地には緊張感は無く、ユダヤ人家族がピクニックに来ており、子供達が無邪気に遊んでいた。

3 月 26 日は死海へ向けての長い移動である。ヨルダン川西岸を南下する。今回のツアーのもう 1 つの目的はパレスチナ自治区のジェニンという町を遠望する事であった。第 2 次インティファーダも終わろうとしていた 2005 年、この物語が始まった。オモチャの銃で遊んでいた 12 才のパレスチナの少年が、駐留していたイスラエル兵に狙撃され、頭に銃弾を受けた。自治区の病院では処置出来なくて、ハイファの病院に移送される。そこで父親は息子の脳死を告げられる。臓器提供を求められた父親は悩み抜いた末、「平和のために」と提供に同意した。 各臓器は提供を待つ 7 人に移植され、心臓はイスラエル人の 12 才の少女へ移植された。少年の名はアハメド君 、父親はイスマイル・ハティブさん、少女はサマー・ガドバンさんである。5 年後、父親と少女が初めて対面する。ハティブさんはガドバンさんを抱きしめて、涙を流しながら「息子が生きているようだ」と呟いた。もし、自分が父親の立場だったら、イスラエル人への臓器提供に果たして同意できるだろうか？そんな想いを抱きながら地図とコンパスでジェニンの町を探し、遠望する。

ヨルダン川のイエス洗礼の場

ヨルダン川は想像よりも痩せた川であった。とても清流とは言えない。死海近くにイエスがヨハネよりこの川で洗礼を受けた場所がある。対岸はヨルダンで、歩いて渉れそうな川幅である。信仰心篤(あつ)いキリスト教徒は白衣に着替えて川に入り洗礼を受けるそうだが、時間の関係でその光景は見ることは適(かな)わなかった。世界遺産マサダの要塞跡を見学した後、死海の辺(あたり)のホテルに向かう。



極楽とんぼの聖地異聞（後編）

下関市　松原　信行

3 月 27 日、死海で浮遊体験をして、世界遺産「ネゲヴにある香料街道の砂漠都市」を訪れる。ここにはワインを作るため、ブドウを足で潰す石組みの遺跡がある。半円形の遺跡は 6 つに区切られ、中心に向かって果汁を 1 ヶ所に集める構造になっていた。「これは葡萄を足で踏み潰して果汁を集める遺跡です。潰す役は 12 才～15 才の処女だったと言われています。」と伊藤さんが説明。透かさず大阪のオバちゃんが手を上げた。「私、14 才頃から体重、変わってまへんけど。私みたいなオバちゃんじゃあきまへんの？」と質問する。伊藤さんは頭を掻きながら、苦笑して「え～～～、ま～～～、体重が問題ではなく・・・、年令も～～～」と何とも答えにくそうだった。「はっきり処女じゃないとダメだと言え！」と私は心の中で叫んだ。

ブドウを足で潰す遺跡

夕刻、エルサレム旧市街（以下、「旧市街」）のホテルに入った。古い建物で調度品も古いが、センスが良く趣のあるホテルである。夕食では葡萄を潰す遺跡の話題から、ワイン談義になった。東京の男性が蘊蓄を披露する。

「イスラエルのワインも中々出来が良いですね。でも日本のワインも最近はレベルが高くなり、国際ワインコンクールで金賞を受賞するまでになっています。」

「日本酒党なので、ワインはあまり詳しくないのですが、日本では赤ワインはどうやって作るんですか？」と訊ねた。

「赤ワインは、巨峰から作ります。巨峰でないとあの色は出ません。」

「そーなんですか、じゃ、白ワインは？」

「あの澄んだ色から、ピンと来ませんか？マスカットから作るのですよ。」と呆れ顔で答える。

「そーするとロゼは？」

「赤ワインと白ワインをブレンドします。いいですか、ここがキモです。赤 1.5 と白 8.5 の割合でブレンドします。他の割合ではあの色にはなりません。」とキッパリと答えた。私は人差し指を唇に置き、眉をそっと撫でた。

エルサレムは今も政治的に微妙な都市で、西エルサレム（主にユダヤ人居住区）と東エルサレム（主にアラブ人居住区）から成る。イスラエルは西エルサレムを首都に定め、国の主要な機関がある。しかし、国連を含め各国は首都とは認めておらず、各国の大使館はテルアビブにある。また、

パレスチナ自治区政府は東エルサレムを首都としている。旧市街は堅固な壁に囲まれた 1km^2 に満たない区域で、東エルサレムにある。この狭い空間にユダヤ教、キリスト教、イスラム教の聖地があり、ユダヤ人地区、キリスト教徒地区、アルメニア人地区、ムスリム地区に分かれている。

3 月 28 日は最初にイエス・キリスト（以下、「イエス」）が十字架を背負って歩んだヴィア・ドロローサ（Via Dolorosa）を訪れる。出発点は総督ピラトの官邸と言われる場所で、終着点はゴルゴダの丘に建てられた聖墳墓教会内にあるイエスの墓だ。（ゴルゴダの丘は旧市街でなく別の場所だと云う説もある。）途中 14 の「留（りゅう）」と呼ばれる、十字架を背負ったイエスの受難の場所がある。道の両側には多数の店があり、多くの観光客や巡礼者でごった返していた。この道を一部発掘した所が有り、数メートル下には古い石畳があった。ゴルゴダの丘の位置は間違いないようだが、本物のヴィア・ドロローサは道もルートも今とは違っているようだ。聖墳墓教会内では、イエスの十字架を固定した穴、十字架より下ろされたイエスの遺体を横たえた石板、イエスの墓があり、長い行列が出来ていた。

次に訪れたのはムスリム地区の神殿の丘で、イスラム教の第 3 の聖地であり、ユダヤ教のエルサレム神殿の跡である。入り口で厳しい手荷物検査を受ける。丘にはアル＝アクサー・モスクや岩のドームが建っているが、異教徒はこれらの建物の中には入れない。

ユダヤ教の聖地、嘆きの壁を訪れる頃に雨が降り出した。嘆きの壁は神殿の丘の西側の壁で、第 2 神殿の外壁とされる。壁に向かって左側が男性の、右側が女性の祈りの場である。左手にはシナゴーグ（キリスト教での教会のような施設）らしき建物が壁に沿って建っていた。雨宿りがてら中を見学させて貰う。丁度、バル・ミツバが行われていた。バル・ミツバとはユダヤ教で、男子が 13 才になると、成人として認められる儀式で、日本の成人式よりも、元服に近い儀式のようだ。因みに女子ではこの儀式をバット・ミツバと言い、12 才で行う。写真はバル・ミツバで暗唱すべきトーラー（ユダヤ教の聖書の一部）を儀式前に復唱している少年達である。この儀式以降、少年達は宗

イエスの亡骸を横たえた石板

嘆きの壁でのトーラー儀式

教的に一人前に扱われる。嘆きの壁の下には地下道があり、今も発掘作業が行われている。深さが10m 以上に及ぶ発掘現場を覗き込むと、旧市街が古い時代より、破壊と創造の繰り返しの町だと見て取れる。エルサレムはヘブライ語で「イェルシャラユィム」と発音し、「平和の町」との意味らしいが、その意味とは裏腹に、多くの破壊と略奪が積み重なった歴史より成り立っている、と云える。正に旧市街は宗教の坩堝、また破壊と創造の歴史の坩堝なのだ。

昼食後、お願いして西エルサレムのスーパーに寄って貰う。スーパーはその土地の生活を垣間見るには格好の場所である。日本では見ない食材等があり、伊藤さんに料理法を尋ねながら、店内を見て廻る。私は 1 本千円程度のワインを数本買い求めた。(観光地で売っているワインはバカ高い。) この後、ベツレヘムへ移動。エルサレム～ベツレヘム間は 10km 位しかない。パレスチナ自治区に属すベツレヘムは高い塀で囲まれている。イエスの生誕の場所に降誕教会が建っている。生まれたとされる穴には大理石が敷きつめられ、中心に星型の金属プレートが嵌め込まれていた。ここにも聖墳墓教会同様、沢山の人が訪れていた。

最終日の午前中は、シオンの丘にある「最後の晩餐の部屋」、「鶏鳴教会」、「ゲッセマネの園」を訪れる。「最後の晩餐の部屋」はレオナルド・ダ・ヴィンチの絵があまりにも有名だが、この部屋は趣がやや異なる。それ程古い時代の部屋とは思えない。「ゲッセマネの園」はイエスが捕らえられた場所とされ、古くて大きなオリーブの木がある。木はキリスト捕捉の生き証人のようにも見える。最後に旧市街を一望するオリーブ山に登り、エルサレムに別れを告げる。

昼食後、テルアビブ空港へ向かう。空港では構内や飛行機内でのテロ防止のため、入国よりも出国チェックが厳しい。出発の 4 時間前に空港に入り、手荷物検査を受け、出国手続きをする。手荷物検査を 3 回受ける煩雑さはあったものの、拘束されること無く、全員、出発ロビーまで辿り着く。搭乗までに時間があるので、お土産を物色。お世話になっている先生方にお土産を物色するが、中々気の利いたものがない。一角にゴディバ (GODIVA) のチョコレートを見つけ、買い求める。飛行機は定刻通りに離陸し、イスタンブールへ。イスタンブール空港で、関東組との別れを惜しむ。

3 月 30 日午後、関西国際空港に着陸。大阪のオバちゃん達の「護衛」で、無事日本の土を踏むことが出来た。数日後、帰国報告のため、H 先生の元に。仕事に穴を空けた事をお詫びし、お土産を差し上げた。するとチョコレートを一瞥して「先生、諜報活動に行くと云われましたが、ヒョッとしてブリュッセル空港の IS テロに関わられたんじゃないでしょうね？」と上目越しにニヤリと笑った。GODIVA の箱の裏には「MADE IN BELGIUM」と記されていた。

自宅及び自宅美術館で展示、発売された絵画展（2017 年 4 月）

岩国市　藤本　典男

地域の事を書く地方紙に、この絵画展が載せられていたのである。この地方では何らかの公的な場所か、絵画展など出来る私的なそういった場所での発表は、1 年に 4 ～ 5 回ぐらいは行われるが、自宅でやるというのは珍しいので、他人の家の中を見たいという思いもあって、私は出かけたものである。

そこは元、国立病院のあった場所に近いところで、昔その病院には再々出かけたが、その裏や周囲にある住宅というものには訪れる必要もなく、知人もなく、ほとんど知らなかったのであるが、この自宅美術展というものが、どうもその辺らしいのであった。

妻の車で出かけてみると、このあたりが山を背景にした所で意外に広いのに驚くとともに、知らなかったが、昔から住んでいた人たちが少なからずおられることが何となくわかったのである。

というのも今風の家は、ほとんど大きな箱のような家なのだが、そこには昔風な瓦屋根のついた、箱型でない家が少なくなかったからである。

私たちの訪れた画家の家へ長い藪道を少々迷いながらたどり着くと、まさに典型的な昔からある家の感じであった。最近では見ることが少ないものである。

その家に上がってみると、まずびっくりしたのは曲がった木材が天上で使われていて、それらが上手に家を堅牢に作り上げていたことである。話には聞いたことがあるが、近頃このような家の造りを見たのは初めての気がした。それに、そこの一階の広間には横 2 メーター、縦 3.5 メーター位で、厚さ 20 センチ位の大きな日本風のテーブルが置いてあった。1 本の大樹で作った食台である。よくもまあこんな大きな樹木があったものだ。今どき、どこを探しても、こんなテーブルを売っているところはないだろうと思われた。

私はそういうものを発売していると宣伝がある時に行ってみるのだが、値段の高い割には、このようなものはないのである。もしあったとしても百万円単位ではなく、その一桁上の値段に違いないと思われた。これは今住んでいる人たちがおそらく買ったのではなく、祖先の人が求めたものに違いないという気がした。

物の本では読んだことがあるが、現実にこのような、一人の昔の大工が建てた家が存在することに半分驚いていた。

1 階にはピアノもあり、この屋の主婦がピアニストと案内書に書いてあったことを思い出した。絵の方は無暗に火のついた蝋燭を描いたものが多かった。半径 1 メートルはあろうかという円を描いた真ん中に、火のついた数本の蝋燭があるのが中心の作品らしい。

40 歳前後の男がその絵の周りにいた。彼が絵描きらしい。何のための円かと聞いてみると、漫荼羅のように宇宙の調和を表しているかのように言う。チベットの仏教画マンチャラはこういったものでは世界的に知られているが、幅の少しある黄色の円である。

この絵描きの描く絵は色彩のあるもではなく、皆暗いものばかりで、どうも夜を描くのが好きなようである。今まで、夜を描いた絵を私は余り見た事がなかった。

私は色の賑やかな物が好きで、特に種々の色がコントラストを作って、それが目を惹きつける類の物に興味があった。病気で 2 年ばかり休んで

いたころがあり、デッサンは下手だが色の表現には私も多少の自信を持っていたことがある。そういう経験からすると、彼の絵はどれも蝋燭が火を灯しているのだから、異色の世界であった。

昔ながらの作りの階段を上がっていくと、2 階にも似たような絵が又あるのだが、そこにはグランドピアノが置いてあった。なるほど、これは芸術一家の家である。

住まいも芸術品であるが、住んでいる人も芸術家達である。こんな住まいやそういう人達が森の中に存在している。私はその存在にすでに驚いていた。

そこを出て、さらに森を上がっていくと、彼らが作った美術館のようなものがあった。

造りがひどくしっかりしていて、木の釘は見えるが金釘はない建物であった。

しっかりした基礎の上に宮大工が熱心に作ったという。今では宮大工の出る幕は限られているからであろう。

この美術館が 2 つに分かれているような感じで、一方にはかな書きの続け文字が書かれた長い垂れ軸が数枚かかっていた。いずれも 2 メートルは超えるものである。これはこの家の主人の母親が書いたものだそうで、この道では有名人の作品らしい。しかし、残念ながらこのかな文字が読めないから、意味が分からず、ただその品位のある掛け軸に頭を下げるだけであった。一方の方はやはり、蝋燭の灯った絵が多かったが、中には蝋燭のないものもあった。

空と数個の星と地上に生えた樹木の陰で絵は出来ていたが、その星が北斗七星かと思うと、ただ斜めに 4 ～ 5 個が並んだだけであった。

三国志に出てくる蜀の軍師、諸葛亮孔明は北斗七星を見ながら、作戦を立て、自分の運命も知ったことが記録に残っている。中国人の多くが今でも知っている男である。

どうも茶目っ気のない画家である。

けれども、この地方で自分たちの力でこのような立派な美術館まで作り、芸術活動をしているとは、それだけでも私は敬意を払わなければいけないと感じた。

それで、家に帰ってから、蝋燭のない絵を買ってもよいと電話したのである。相当な支持者がいると考えて、欲しがるものがなければ、と思ったのである。

2 週間近く経って、画家の母親のピアニストの方が絵を私のところに持ってきてくださった。絵の横に書かれていた料金を封筒に入れて差し出したが、相手は改めることもせず、わずかに会話をしたのちに帰られた。

画家の男は東京に住んでいるようで、お礼のはがきが来た。どうも若い物書きには東京でないと刺激がないのであろうかと感じた。この画家は東京の美術大学を卒業しているという。

ところで、絵描きの作品も変化しなければおかしい。同じような夜ばかりを書いているようでは先が思いやられる。しかし、かといって簡単に夜から昼に、あるいは抽象画などに変化できるであろうか？

自分が画家になったような気分になって、私は彼の将来を占ったものである。やはり、この男にも、北斗七星が必要なのではないかと感じていた。何か人間は心の中に、そういうものを持つことが必要だからである。

九十九里の蛤

徳山　中村　和行

日本の里は尺貫法で長さを表す単位です。メートル法では約 3.9km になります。

里は、もともと古代中国の周の時代に面積を表す単位として使われ、300 歩四方の面積を表していましたが、後に一辺 300 歩が長さの単位を表すようになりました。1 歩は 1.3m で約 400m が 1 里の長さを表していたようです。身長 1.7m の筆者の歩幅は約 0.7m ですから、周時代の 1 歩は身長が約 2.3m の人の歩幅になります。昔の中国人は大股で歩いていたのかもしれません。

里は律令時代に中国から日本に伝えられ、大宝律令では 300 歩が 1 里とされていました。当時のものさしで実測すると 1 里は約 533m と推定されています。この長さは現在の中国の 1 里の 500m とほぼ同じです。その後、日本は明治時代にメートル条約に加入した時に 1 里を 36 町、1 町を 60 間、1 間を 6 尺とし、1 尺 0.30303m で計算して 1 里が 3927.27m（小数点以下は循環小数）となりました。

里は地名にも使われています。房総半島の刑部岬から太東岬に続く砂浜が九十九里浜と呼ばれます。全長約 66km の海岸です。古名は玉ノ浦で、別名は矢指ヶ浦です。源頼朝の命で砂浜に 1 里ごとに矢を立てたところ 99 本になったので九十九里浜になったと伝えられています。鎌倉時代には 1 里は約 660m であったことになります。刑部岬から西に約 6.6km のところに矢指ヶ浦海水浴場があります。筆者は犬吠埼が九十九里浜の東の端と勘違いしていましたが、刑部岬は犬吠埼から西に約 11km のところにあります。その間には屏風ヶ浦が広がっています。犬吠埼は銚子のはずれですが、九十九里浜からも外れています。

家内と結婚して 40 年になります。「四十にして惑わず」とは言いますが、惑う暇もなかったというのが実感です。家内もよく支えてくれたものだと思います。黄金週間に娘夫婦が車で案内してくれるというので、40 周年記念を兼ねて家内とともに九十九里浜まで足を延ばすことにしました。銀座八丁目のホテルに前泊し、当日は JR 新橋駅から東京駅八重洲口に出て午前 9 時発の京成バスに乗車し、アクアライン経由で木更津金田バスターミナルに向いました。渋滞で到着予定が大幅に遅れましたが、出迎えてくれた娘夫婦の車で高速道路を走って房総半島を横断し、東金九十九里有料道路を経由して豊海海岸入口を右折すると九十九里浜でした。着いたのはお昼前でした。

焼き蛤と新鮮な鰯を食べようというので、二階建ての舟形の番屋づくりの「いさりび食堂」に車を止めると、多くの人が順番待ちをしていましたので、とりあえず予約して浜に出ました。細かな砂の海岸が続き、海と空の界面から「地球は丸い」を実感しました。瀬戸内海の入り組んだ海岸線を見慣れている筆者には、太平洋に面した九十九里浜の直線的に延びた砂浜は圧巻でした。晴天で風はさほど強くなかったのですが、気の早いサーファーたちが波間を漂っていました。九十九里浜を眺めながら時の経つのを忘れていましたが、順番待ち役の娘婿がメールで知らせてくれましたので、満席の食堂の中に入るとガスコンロの上に金網がおいてあり、漁師の奥さんたちが手際よく注

文を聞き、ガスコンロの火を点けてくれます。隣の座席の地元の方が大きな声でお勧めの品書きを教えてくれました。お勧めは、焼き蛤と鰯でした。酒蒸し（**図 1**）も美味しいというので、大きな蛤と新鮮な鰯に舌鼓を打ちつつ雄大な太平洋の眺めを満喫しました。娘達は木更津まで戻る道すがら、魚平（うおひら）という魚屋で新鮮な魚を買っていました。一緒に店内に入り、生きた蛤を見つけましたが天然もので 6cm 大のものが 600 円程度でしたので、先ほどの食堂の焼き蛤の値段は良心的です。「その手は桑名の焼き蛤」で有名なのが三重県桑名の天然物ですが、九十九里浜の外洋産の天然ものも良いと感じました。以前は日本の内海の浅瀬ではどこでも採れた蛤ですが、海岸の埋め立てや工場排水などで日本の蛤は周防灘や有明海を残して絶滅の危機に瀕していました。最近では養殖などの技術の進歩などで食卓にも上るようになりましたが、やはり天然物の値段は高いようです。ネット販売でも桑名の天然物は 6 cm 大のものが 10 個 8,000 円程度です。

図 1. 九十九里浜の蛤の酒蒸し。一個の蛤が 8cm 大で身がたっぷり詰まっています。焼き蛤もお勧めです。また、鰯の天ぷらや刺身も美味しいです。

蛤は「浜の栗」が名の由来とも言われていますが、生物学的には唯一の種 *Meretrix lusoria* の標準和名です。蛤の貝殻は古くから貝合わせの遊び（**図 2**）にも使われるように、対になっている貝殻以外は形が合わないのです。右手と左手のように鏡面構造をもつ光学異性体と同じ関係です。結婚式では縁起物で蛤の吸い物が振舞われることがあります。また、「よい伴侶にめぐりあえるように」との願掛けに、ひな祭りなどでも蛤を食べる習慣があります。

図 2. 貝合わせの遊びで使われた彩色された蛤の対の貝殻。（Wikipedia より）

家内と筆者は翌日の朝から東京国際フォーラムで開催されるラ・フォル・ジュルネ・オ・ジャポン「熱狂の日」音楽祭 2017「ラ・ダンス　舞曲の祭典」に参加するため帰京の途につきました。木更津駅から JR 内房線の臨時特急に乗って蘇我駅から京葉線経由で東京駅まで 1 時間余りの旅でした。暮れなずむ車窓の風景を楽しみながら九十九里浜の海の駅で買い求めた千葉産の落花生をつまんでいると、イルミネーションが点灯し始めたスカイツリーが晴天に恵まれた空に浮き立っていました。銀座のホテルに戻るとロビーから見える東京タワーが美しくライトアップされて夜空に映えていました。

房総半島を横断し、東京湾を一回りした旅の移動距離はメートル法で換算すると 99 里には届きませんでした。夕食を済ませた後、シャワーを浴びて冷たいもので喉を潤し、二人で九十九里浜の日帰りの旅を振り返っていましたが、家内は久しぶりの長旅で疲れたようで、いつのまにか心地よさそうに寝息をたてていました。

寝台特急の旅

光市　広田　　修

年に数回、医学会に参加するようにしています。博多に住んでいた頃は新幹線の他、大阪以東は飛行機を駆使してあちらこちら移動していましたが、光市に戻ってからはもっぱら鉄道移動になりました。光から東京に行く場合、宇部空港や岩国空港を使うと 5 時間以上かかりますが、新幹線なら徳山駅から 4 時間台で着くことができ、乗り換えの煩雑さや、万が一（？）を考えると新幹線の方に分があります。

新幹線で動ける範囲の学会が主ですが、平日は 18 時、土曜日は 17 時までの外来診療を終わってから動き出すので、光駅にたどり着けるのはうまく行って 19 時前後になります。この時点で日付が変わる前に東京にたどり着ける新幹線は以前はありませんでした。仕方がないので名古屋止まりの「のぞみ」に乗って名古屋駅近くに宿泊し、朝一番の便で東京に向かっておりました。2000 年半ばまでは山陽本線を使用する夜行列車、寝台列車がまだ現役で利用可能で、特に「あさかぜ」はなぜか光駅にも停車していました。ただ鉄ちゃんの友人から「寝心地は決して良くなく、キミのような素人には向いてない」と言われ、今より鉄道を知らなかった私は寝台列車を断念し、先ほどの経路をとって東京へ赴いていたのです。

そんなある日、「サンライズ出雲・瀬戸号」（http://urx2.nu/EpNa）の存在を知りました。上り方向の出雲号は出雲を 18：51 に出発し、山陰線→伯備線を経由して岡山駅へ。瀬戸号は高松を 21：26 に出発し予讃線→瀬戸大橋線→宇野線を経由して岡山駅へ。到着後、出雲号と瀬戸号は併結され 22：34 に岡山駅を出発します。そして山陽本線→神戸線→京都線→琵琶湖線→東海道線を通って終点東京駅に 7：08 に到着する、平成 29 年 7 月時点で唯一の定期寝台列車です（時刻は最新版）。

この電車は先ほどの鉄ちゃんの友人も「この電車は快適！ 揺れない！ よく眠れる！ キミのような素人にもオススメ！」と太鼓判で（なら、もっと早く教えてね）、花の都、東京に行く新しい手段を知った私は狂喜しました。つまり、22：34 までに岡山駅に到着すれば良いので光駅を 19 時過ぎに出ても十分間に合うのです。ただ先ほど述べた様に、「唯一の定期寝台列車」のため競争率が高く、チケットがなかなか取れませんでした。しかし拾う神あり、旅行代理店に頼めば何とかなることが分かり、憧れの寝台列車に乗ることができる日が見えてきたのです。

平成 21 年（2009 年）8 月 28 日、ついにその日はやってきました。岡山駅に余裕で着き、食堂車は無いので食糧とビールを山ほど抱えた私の前に、「た〜のしい旅の〜夢〜　つ〜ないでる〜」の着メロとともにサンライズ瀬戸号が入線してきました。ほどなく出雲号が入線し、カメラ小僧のフラッシュの嵐の中、併結作業が始まり、数分の作業で 7 両＋ 7 両＝ 14 両の堂々としたサンライズエクスプレスの完成です。初めての乗車なのでフンパツし、シングルデラックス、昔風に言うとA 寝台を取りました。ベッドは広く机や洗面台もあり、中で歩けるくらい広い部屋で、専用シャワー室やアメニティグッズも付いてきます。サンライズは 2 階建て車両ですが揺れは少なく、私の部屋は上段で、駅に着いても外からの視線を気にすることは無いので、ビールを飲みながら飽きることもなく外を眺めていました。午前 0 時過ぎに大

阪を発車してからは静岡まで停車する駅はなく、京都、名古屋さえ通過します。人のいない名古屋駅を通過するのはとても不思議な光景でした。太平洋側をひた走り、少しずつ明るくなってきます。「熱海～」が聞こえた時、富士山を見逃したことに気がつきました。静岡を出た後、夜明けの富士山を狙っていたのですが午前５時前後で少しぼーっとしており、すっかり油断しておりました。この辺りから起きる人も出てきて通路や洗面所も混みだし、もう直ぐ旅は終わりです。７時 08 分、定刻に東京駅に到着し、初めての寝台特急の旅は終わりました。結局一睡もしませんでしたが、学会にはきちんと参加しました。

これからのち、サンライズ号乗車の目標は「午前５時の富士山を見る」ことになりました。２回目の乗車の時はあいにくの雨、３月に乗車した時は真っ暗で見えず。７月に乗車した時にようやくチャンスが巡ってきました。さすがに初回の様にずっと起きているのは体に悪いので、静岡駅停車（4：38）に合わせ目覚ましで起き、通路にずっと張り付いて車外を見張っていました。そしてついに午前５時 08 分、富士川を渡る途中で「夜明けの富士山」を見ることができました。写真はその時のものです。

その後サンライズに慣れてきたこともあり、神戸あたりからぐっすりと寝てしまうようになりました。また、最近のダイヤ改正の結果、山陽本線 18 時 33 分光駅発に乗ることができれば、「のぞみ」で 23 時 29 分に東京に着く便ができ、この方がチケットを取りやすいので寝台特急を使わなくなりました。今年も東京行きが幾つか決まっています。書いているうちに、久しぶりに午前５時の富士山に会いたくなりました。