



あだいじにぶ

108号

令和5年5月25日

編集発行：男鹿潟上南秋医師会 <http://oknmed.jp>
〒010-0201 秋田県潟上市天王字上江川47-1616 ☎(018)878-7976 FAX(018)878-2517



目
次

特集 どうする？少子化・人口減	
・少子化と人口減と日本の未来	東 紘一郎 … 2
・どうする？少子高齢化・人口減少	波多野善明 … 3
・少子化問題を斜かいに眺める	三浦一樹 … 4
・2035年・異次元の旅～潟上市長インタビュー～	対話型A 特別企画（編集部）… 6
●会長レター㉖ 春到来	佐々木範明 … 7
●理事会	… 8
●生涯教育講座	… 9
近江永豪先生／有田淳一先生／竹島正浩先生	
●ふんふんコラム	… 12
●今日の診察室から㉖	成田裕一郎 … 13
●私のおすすめ	萱場 恵 … 14
●ワンポイントアドバイス㉔	… 15
大原 樹さん・佐々木 蘭さん	
●新型コロナ感染症COVID-19、それは	
もう4年目を迎えた	中鉢明彦 … 16
●入院しました	肥田野文夫 … 17
●AⅠは幸運の女神になれるか？	大窪天三幸 … 18
●正解はない～石巻市雄勝病院跡地にて～	佐々木康雄 … 19
●ナイトキャップ	… 20
●編集後記	… 21
●表紙説明	… 22

特集

どうする?

わが国の出生数は過去5年間で15万人も減って昨年は80万人を割りました。働き方や人生観の変化など原因は様々でしょうが、国もお手上げのこの問題について、実現性など気にせず大胆な考えを語つて下さい。

少子化と人口減と

藤原記念病院
(潟上市)

東 紘一郎

少子化が問題にされるようになつて、すでに長い時間がたちます。少子化の何が問題かと言えば、それに引き続く人口減少、すなわち若年労働力が不足し、若年層より多くなつた高齢者を支え切れなくなり、また人口減少は国力の衰退を来たすと思われているからです。

しかし、この問題はもう少し
基本的なことから考える必要が
あります。つまり、日本の適正
人口は何人なのかと言うことで
す。日本の適正人口には、いろ
いろな算定方法があるでしよう
し、はじき出された数字にはあ
る程度の幅があるだろうと予想
されます（以前、新聞の記事で、

人口が減ればGDPが減少する。国力が衰えると言われますが、GDPの大きい国の1人当たりのGDPが必ずしも大きいわけではありません。確かに世界のGDPの順位付けで上位10位に入る国には、アメリカや中国、インドなどの人口大国が並んでいます。ただし、その国を暮らしやすさを見るには国全体のGDPでなく1人当たりのGDPで比較するのがより適切でしょう。1人当たりのGDPで見るとアメリカとオーストラリアをのぞいて上位10位以内に人

たしか、4千万人ぐらいだと思います)。
しかし、これがはつきりしなければ、人口減少が良いか悪いかは決められません。ただ、いざにせよ、日本の自然環境の破壊や、食物自給率の低さなどから、現在の人口が日本の自然環境と共に存するには過剰だということに間違いはないでしょう。その目で見れば、少子化は過剰な人口を是正する良い機会かもしません。

口が1千万人以上の国はなく、人口60万人のルクセンブルクや人口30万人のアイスランドなどが目につきます。世界第2位の経済大国中国は71位に沈み日本は27位になります (honkawa2.sakura.ne.jp/4540.html)。

さて、日本は人口大国の経済大国を目指すのか、それとも人口減には目をつぶって個人の豊かさの向上を目指すのかが問われる」とになるでしょう。



鳥海山とルピナス

翻つて少子化対策についてみ
うことが挙げられてきました。
最近は非婚化対策も話題になっ
ています。非婚化対策としては、
素人考えですが、相手を見つけ
結婚できる機会が得られるよう
に若者に金と時間を給付するこ
とが必要のように思われます。
つまり、給料を上げ、労働条件
を改善することです。考えてみ
れば、これは本来労働組合の仕
事ですから、今までの政策と反
対に労働組合を積極的に強力に
政府が支援する必要があるとい
うことです。

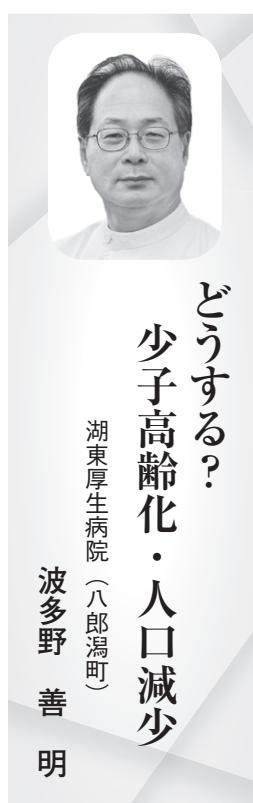
次に、直接の少子化対策では
ありませんが、生まれてきた子
供の教育や養育が保護者の経済
的負担にならないように公の支
援を与えることも一定の効果が
あるでしょう。具体的には、幼

もれません。また、小中学校の給食費や学業に必要なものの一切が無料で支給されるべきでしょう。少子化対策ではありますが、重要なことは教師の労働条件を大幅に改善して優秀な人材を教育現場に投入することです。質の悪い教育が無料になります。富裕層は高い授業料を払つて子弟を私立に入れて質の良い教育を受けさせるという結果は避けなければなりません。

仕事の支障にならないようにならぬ支援が拡充される必要があり、ます。これらの対策は、今までに多くの人が指摘しているごとく、当たり前のことで、やるつむらさえあればできることです。叶政的な問題は、世界第3位の経済大国日本の手に余るものではないでしょう。子供の教育にかかる資金は、科学・技術研究にかける資金と同様に未来への投資です。これを十分に行わなければなりません。

人口推計によると、秋田県では約20年後の2045年には65歳以上人口が50%を超える人口減少率、老化率とともに全国のトップを走るとされていますが、もつと身近に「2025年問題」として労働人口の減少が予測されています。南秋田郡でも人口減少が予測されており、その予測人口を受けて秋田県厚生連、そして当院でも中期計画を立て、外来・入院患者数を推計して要員計画、事業収益など事業計画を立てています。

「少子高齢化・人口減少」が言われ始めてすでに相当な時間が経っていますが、出生数が80万人を切るという現実に直面して政府も「異次元の少子化対策」などの新たな政策を打ち出



策を行つても「少子高齢化・人口減少」は確実に進行し、そして当地はその影響を受ける全国でも有数の地域になると思われます。

模の支出増、1回のCOVID-19 クラスターによる高額な入院収入減がありました。今後も人口減少以外にも予測していくなかつた難題（今年度は令和4年度以上の光熱費高騰）が起こりうると思われ、よりシビアな計画が必要と考えています。



「少子高齢化・人口減少」に対する医療における方策として秋田県から「医療構想」が公表され、課題解決のための方針として①各医療機関の役割分担による効率的な医療提供、②より広域的な機能分化・連携強化、③医師等がスキルアップしながら働き続けられる環境の整備、が挙げられています。もともと当院には秋田県厚生連、秋田県、周辺町村（八郎潟町、五城目町、井川町、大潟村）による

「少子高齢化・人口減少」に対する医療における方策として秋田県から「医療構想」が公表され、課題解決のための方針として①各医療機関の役割分担による効率的な医療提供、②より広域的な機能分化・連携強化、③医師等がスキルアップしながら働き続けられる環境の整備、が挙げられています。もともと当院には秋田県厚生連、秋田県、周辺町村（八郎潟町、五城目町、井川町、大潟村）による

復帰に向けた支援、退院後の在宅療養支援（訪問診療・看護、訪問薬剤指導）を当院は既に全て行っており、昨年からはオンライン診療も開始してこれから

ます。具体的医療として示されている軽・中等症患者の救急受け入れ、回復期患者の受け入れ、在宅患者の入院受け入れ、在宅復帰に向けた支援、退院後の在宅療養支援（訪問診療・看護、訪問薬剤指導）を当院は既に全て行っており、昨年からはオンライン診療も開始してこれから



少子化問題を 斜かいに眺める

藤原記念病院（潟上市）

三 浦 一 樹

下のベビーブームに脅威を感じたGHQからの圧力による法の制定から始まる。知識レベル、意識レベルが高い、しかも資源の少ない日本で人口が爆発的に増加すれば、必ずやまた食料や資源を求めて拡張政策に転ずるはずだ、との判断だつたらしい。当時の芦田厚生大臣は「産児制限は民族の自殺だ」と頑強に反対したが、アメリカの女性権利専門家や、国内で最初の女性衆議院議員となつた人権派政治家を動員しての世論作りに押し切られた。占領下の日本ではGHQの策動に抗しきれなかつたのだ。河合氏はこれを日米「人口戦」と呼んでいる。女性保護目的の「産児制限」であつたが、優生保護法（のちに母体保護法）の名のもと経済条項＝経済的支障での人工妊娠中絶もあつた。産児制限は空手の秘儀「三年殺しの術」の如くで、最初は気付き難いがじわじわと日本の基礎体力を奪う、いわば「70年殺しの術」であつたかも知れない。

「産めよ殖やせよお国のために」



は完全に消失した。結婚も因習に囚われない両性（男女）の合意によるとし、恋愛も結婚も本人たちの自由となつたのだ。私は子供時代に美空ひばりが「恋愛は自由です」と唄つていたのを微かに記憶している。言うまでもなく恋愛の様式はさまざままで、結婚に至るものもあればそうでないものもある。子供ができたが結婚できないという仲もあつたろう。望ま（れ）ない妊娠の中絶が秘かにではあれ合

法的に行われ今に至る、なのだ。またもしかして妊娠自体も減少しているかもしれない。日本の避妊術はピル以外は最高レベルだ。なにしろ世界一の薄さを誇る技術があるから。おかげでHIV感染も非常に少ないが、意図せぬ妊娠も出産も少ないのでかもしれない。

ところで経済協力開発機構（OECD）が提供する婚姻・出産のデータを見るとあつと驚く。日本では「私生児」とか「てなしご」と蔑視される婚外子が、歐州特にフランスでは50%を超えて、福祉に厚い北欧もそれに近い。わが日本はといえば、加盟38カ国でほぼ最低レベルで2・3%程度である。この違いは大きい。倫理観の差か婚姻制度の違いかは不明だが、婚外子が差別されていないことは確かなようだ。ここでえて私の感想を言えど、「性」は「生・正・聖・清」で「性（さが）」も「静・精・晴・整」であつてほしい。

「せい」と読む字で「こころ」がつくのは「性」のみだから。

※特殊な攻撃をすると3年後に亡くなるという時限爆弾のよ
うな恐ろしい技。



►繫温泉から岩手山を望む
(盛岡市)

2035年・異次元の旅 （潟上市長インタビュー）

対話型A—特別企画（編集部）



潟上市長



編集長

市長 男鹿潟上南秋医師会には編集長 2035年4月1日の本日は、潟上市初の女性市長にお話を伺います。よろしく。

日ごろ医療行政にご尽力頂き感謝しております。

課長 編集長は今年7回目の兎年、84歳ですか？ 40年間も

『おだいじ』の編集を…。

編集長 老害の話はさておき、

6回目の干支だった2023年当時は激しい出生数減で政府は果然としていましたね。

市長 潟上市と周辺町村の小中学生は2010年から20年にかけて減少率30%前後で、50%弱だったある町は「ペットも家族の一員」と犬猫を人口統計に加えようとしたくらいです。つぎまり、商売は縮小、海外の技能実習生は日本の相対的な給与低下と円安と失礼な待遇に嫌気がさして去ってしまいました。

市長 潟上市の出生数は20年の月平均9名から急速に減ってやがてゼロの月まで出てきたため、子供にかかる全費用を現物給付する決定をしたのです。

課長 市長は当時「将来を担う子らには給与を払うべき」が口癖で、おむつとミルク、必ず入れることも園の費用、衣類、おやつ、給食、文具、スポーツ部活動修学旅行など高卒までにかかる費用一切を市が出しました。

編集長 大学生支援も面白い。市が行う試験を通った学生に奨学金を出し、卒後地元に残ることを義務付けました。

市長 金銭管理は保護者ではなく行政書士など外部に委託し、公共事業や社会保障の削減で予算を捻出しました。お陰で出生数は回復傾向にあります。若い女性が少なく人口減は今も止まつておりません。

課長 全国ニュースで話題になつた「おむつから大学まで」というあれですね。

市長 潟上市の出生数は20年の月平均9名から急速に減つてやがてゼロの月まで出てきたため、子供にかかる全費用を現物給付する決定をしたのです。

課長 市長のご夫君は教師ですが、教員不足は労働環境が劣悪でやりがいも魅力もないため、若者が結婚や育児に二の足を踏むのも同根だと話しています。

市長 年金など社会保障が貧弱だった昔は子に老後を見てもらつた。「子の面倒にはなりたくない」という人、子を育てない人は結局、社会保障など他人の子の世話になる。だから子持ち世帯を優遇するのです。

課長 未婚の母親が6割超のフランスでは婚姻と関係なく子を

家族と認め、教育制度や税制を整備し、子沢山の家庭は所得税率が最大2倍も有利となつて出生率が上昇したそうです。

編集長 案するより産むがやすし、産めば何とかなる、ですね。

市長 2035年の秋田県人口は最多時の半分68万人です。人手不足には終夜営業や翌日宅配をやめ、種々の手続き、書類の簡略化など働き方改革と生産性向上がもつと必要です。

編集長 ありがとうございます。このA-I対談、内容に無理がないか、自然な感じか心配ですが、誤回答は?

課長 市のA-Iで校正します。



国花苑のゴリラと桜（井川町）

会長レター 春到来

26



佐々木医院（潟上市）

佐々木範明



雪国の人間で春を待ちわびて

いない人はいないでしょう。雪

との戦いから解放されコートを

脱いで外散歩、庭先にポツポツ

と花が咲いてゴルフの準備も…。

神奈川から秋田に帰ってきて間

のない頃の医師会コンペで、当

時会長だった笠尾先生が開会の

挨拶でこんな話をされていた。

「1年中ゴルフが出来る暖かい

ところに住んでいる人たちには、

こうして春が来てゴルフが出来

るようになつた我々雪国の嬉しさが如何ばかりかは分からぬ

でしょう」

特に今年は、雪解けと共に新型コロナ患者が大きく減つてきた事があつて嬉しさ倍増です。とはいへ、まだ新型コロナ感染はくすぶっています。死亡者報告

天王追分地区だけは子供が少し増えていますが、他の地域はご多分に漏れず少子化特急です。

政府はやつとやつと本気の（？）少子化対策、始めましたね。やらなければならぬ対策は一杯あります。児童手当（所得制限撤廃や支給対象年齢の延

長、多子世帯への支給増額）、

加予防接種が再開になります。基礎疾患のある方や、同居家族に病弱な方がいる人は接種をお勧めします。ただWHOは、健康に自信のある方に強い推奨はしないといつています。今後さらに発信される情報に注目して

いて下さい。

春の花と言えばやつぱり桜。今年は花冷えの日が多く折角咲いた桜をゆつくり観賞できなくて少し残念。しかも開花時期が異常に早かつたですね。「桜が咲く頃1年生！」って言うのは関東地区の話で、秋田では5月連休に桜満開を迎えるものだつたのに、今年の新1年生は桜とともに入学式でした。その

1年生も少なくなりましたね。私は関東地区の話で、秋田では5月連休に桜満開を迎えるものだつたのに、今年の新1年生は桜とともに入学式でした。その

増えてますが、他の地域はご多分に漏れず少子化特急です。（？）少子化対策、始めましたね。やらなければならぬ対策は一杯あります。児童手当（所得制限撤廃や支給対象年齢の延長、多子世帯への支給増額）、加予防接種が再開になります。基礎疾患のある方や、同居家族に病弱な方がいる人は接種をお勧めします。ただWHOは、健康に自信のある方に強い推奨はしないといつています。今後さらに発信される情報に注目していて下さい。

春の花と言えばやつぱり桜。今年は花冷えの日が多く折角咲いた桜をゆつくり観賞できなくて少し残念。しかも開花時期が異常に早かつたですね。「桜が咲く頃1年生！」って言うのは関東地区の話で、秋田では5月連休に桜満開を迎えるものだつたのに、今年の新1年生は桜とともに入学式でした。その

1年生も少なくなりましたね。私は関東地区の話で、秋田では5月連休に桜満開を迎えるものだつたのに、今年の新1年生は桜とともに入学式でした。その

いか心配です。

編集長から少子化対策に実現

不可能と思われる意見もどうぞ

との事だったので、先日のオッ

サン達の飲み会での話。「向こ

う50年くらい一夫多妻にしたら

どうだ?」(トドやオットセイ

じやあるまいし今どきなんてこ

とを:イエローカード!

(編)

生ぬるい。レッド!! (吉)



ケンシン君

さて当家の3歳ケンシンですが、冬毛モフモフのウサギの毛もぼそぼそ抜けてさぞやスマートなるかと思いきや、冬の間寒いかと気遣つて食べさせ過ぎたのか、お腹周りが立派になつてしましました。運動不足の私と一緒に最近は元木山の坂道散歩をしています。先日は桜吹雪の中を歩きました。とても気持ちの良い時間でした。やっぱり春はいいですね。

トドやオットセイじやあるまいし今どきなんてことの事だったので、先日のオッサン達の飲み会での話。「向こう50年くらい一夫多妻にしたらどうだ?」(トドやオットセイじやあるまいし今どきなんてことの事だったので、先日のオッ

サン達の飲み会での話。「向こ

(編)

理事会

4月25日(火) 午後7時
ブルーメッセ・花の大地

ハートフルネットBパートン医療機関(診療所、中小病院)について。初期導入費用は県や県医の補助により無料、維持費は月額2千円。目下ほとんど普及していないが、パソコンにネット接続するだけでOK。

新型コロナ。5月8日に感染症法上の分類が2類から5類となる。従来の全数届出は定点医療機関のみ。感染者へ就業制限は不要。学校では出席停止が続くとみられる。感染者と濃厚接触者の「待機」は強制から協力お願いへ。医療費の公費負担は原則自己負担へ移行してゆく。コロナが疑わしい発熱患者は、インフルエンザなどを扱う多くの医療機関で診察可能とマスコミ

等でいわれている。だが待合室

で他の患者と接触しないような動線の確保等が厳格なため、コロナ診察をしてこなかつた医療機関では対応が難しくなりそう。発熱患者は電話等で受診可能か、ソコンにネット接続するだけでOK。

応召義務。コロナが疑わしい

患者の診察を行わない・行えない医療機関は、医師法19条に定める「正当な事由なく診療を拒否してはならない」に違反しないため診察可能な医療機関へ紹介すること。

ワクチン接種。男鹿潟上南秋地区では6月と7月に集団と個別接種を無料で行う。

通常総会。6月3日(土)午後6時、ブルーメッセ・花の大地。本日は弁当が出た。総会でも出ます。ぜひご出席を!



「最新の副鼻腔炎診療に関して」



秋田厚生病院センター 耳鼻咽喉科

科長 近江永豪先生

日時 ▶ 令和5年2月22日

場所 ▶ ZOOMを介したオンライン
講演会

秋田厚生病院センター耳鼻咽喉科科長の近江永豪先生をお迎えして最新の副鼻腔炎診療に関してご講演頂いた。

を継発させる。

細菌感染がうまく治癒せず慢性化すると慢性副鼻腔炎へと移行する。慢性副鼻腔炎は少なくとも8～12週以上継続する慢性炎症疾患である。慢性副鼻腔炎の起因菌としてはインフルエンザ菌、肺炎球菌が多いが、子供ではカタラリスが多い。しかし、

急性副鼻腔炎の治療には、マクロライドのほかニューキノロ

球のパーセンテージで点数化して診断する。確定診断には組織中の好酸球数を顕鏡し計測して確定する。好酸球性副鼻腔炎は、重症度が高いほど短期間で再発する率が高い。

慢性副鼻腔炎の治療には、セフエム系も効果があるが、セフエム系はあまり効かない印象がある。慢性副鼻腔炎の治療は、感染による慢性副鼻腔炎の場合は主にマクロライドの少量長期投与を行う。約3か月を日安に投与するが、2か月投与した時点で一旦効果判定をすることが多い。改善がなければ手術を勧める。感染性の慢性副鼻腔炎の場合は術後の経過は良好で、薬剤治療も不要である場合が多い。

一方、好酸球性副鼻腔炎では、まずステロイド点鼻による保存的加療、たまに抗ロイコトリエン薬の併用で治療をする。抗ヒ

副鼻腔炎には急性副鼻腔炎と慢性副鼻腔炎がある。急性副鼻腔炎の主な症状としては鼻閉、鼻漏、後鼻漏、頭痛、顔面痛、咳などがあり、急性に発症し、おおむね4週以内に治癒する。原因としてはウイルス感染が多いが、炎症が長引くと細菌感染

による閉塞、まれに真菌の増殖、の移行のほか歯性炎症、腫瘍に



草生津川の桜（秋田市）

スタミン剤は効かない。症状悪化時には経口ステロイド薬の投与を行うこともあるが、糖尿病や骨粗鬆症などのステロイドの合併症に注意しなければならない。薬剤の効果が不十分の場合は内視鏡下鼻副鼻腔手術（ESS）を施行するが、術後も症状に応じて同様の薬剤治療を続ける。それでも再発する場合は内服ステロイド治療を行い、それでも再発する場合は生物学的製剤（Biо製剤）の使用も検討する。Biо製剤は著効するが、好酸球数が増加する副作用が生じることもあるので今後、生体内における好酸球の病態に関してさらなる検討が必要である。

千葉先生から質問「慢性副鼻腔炎、好酸球性副鼻腔炎を耳鼻科に紹介するタイミングは？」。

回答「急性副鼻腔炎の場合、マクロライドまたはニューキノロンで治療をすると大体2週間以内で治ることが多い。2週間以上症状が続く場合、腫瘍性などほかの原因も考えられるので紹介してください」

大腸癌の肝転移、

肝細胞癌・胆道癌の最新情報

秋田大学大学院医学系研究科消化器外科学講座

教授 有田淳一先生



日時 ▶ 令和5年3月16日
場所 ▶ ZOOMを介したオンライン
講演会

昨年10月に秋田大学大学院医学系研究科消化器外科学講座の教授に就任された有田淳一先生

ををお迎えし、大腸癌の肝転移に対する外科的治療ならびに肝細胞癌・胆道癌の最新薬物療法についてご講演頂いた。

ものの36か月後の生存率で差がみられるものも出ている。

一方、日本における膵臓癌・胆道癌の生存率は8.5%とかなり悪く、癌が発見された段階

で手術出来ない人が圧倒的に多い。切除不能胆道癌に対する最新のレジメンでも、生存期間中央値に有意差はないものの24か月後の生存率で差がみられるものも出てきている。

次に大腸癌肝転移の外科治療について話す。

秋田大学に来る前に所属していた東京大学では、5個以上の

大腸癌肝転移患者に対する周術期補助化学療法を交えた治療戦略が長い間行われてきた。技術的に切除が可能であり他病変のコントロールが出来ていれば、個数、大きさに関係なく肝切除

切除不能肝細胞癌に対する薬物治療では、2000年代前半に最初の分子標的薬が発売され、その後、2010年代後半から次々に分子標的薬、免疫チエックポイント阻害薬が出てきて、

最近では薬物療法も多彩になつてている。最新のレジメンでは、

生存期間中央値に有意差はない



グリーンランドの桜（潟上市）

を行ってきた。肝転移再発に対しても初回と全く同じ切除適応を適用した。

5個以上の転移と5個未満の転移で術後の生存期間中央値と5年生存率を比較した。5個以上の転移数の中央値は8個で、最大55個だった。4個以下の生存期間中央値82・2か月、5年生存率62%、5個以上の生存期間中央値49・4か月、5年生存率41%だった。肝転移が5個以上では、術前化学療法をした群と手術時出血量1000ml以上群で予後が悪かった。すなわち手術を優先した方の予後が良かった。多数個の肝転移切除の場合、初回の肝切除はなるべく出血が少なく、なるべく小さな手術をして再生可能な肝臓をいっぱい残しておくことが、再発時に手術が出来るかどうかを左右する。

Conversion肝切除とは、当初、切除不能の症例に化学療法を行って、その後、肝切除が可能になつた時の手術である。化学療法を行つて12週以内に手術

可能になつたのは38人中23人(61%)で、3年生存率は73%だった。予想以上に好成績で、

化学療法が効いて手術出来るようになつたらすぐに手術するの大事であると考える。

術後補助療法は、再発は少し遅くするかもしれないが生存率は同等であり、そのことで肝予備能を落とすと次回の手術に支障をきたす。

諸外国を含め周術期補助療法は明らかなエビデンスがないまま多数行われてきたが、結果として再発時期はいくらか遅らせるものの生存期間と生存率は変わらなかつた。大腸癌肝転移患者に対しても肝切除以外で長期後を望むのはいまだに難しい。

今後、秋田大学で、遠隔転移を伴う大腸癌の積極的な治療体制を整えていきたい。

不眠症は最も代表的な睡眠覚醒障害の1つである。日本人の3人に1人は不眠症状を感じていると言われている。不眠症のタイプには入眠困難、睡眠維持障害(中途覚醒)、早朝覚醒などがある。

国際睡眠障害分類によると、不眠症とは入眠困難、中途覚醒、早朝覚醒などの慢性的な訴えがあり、さらにそのせいで日中の障害、例えば疲労感、倦怠感、集中力低下などがある場合をいいう。不眠症の診断は基本的に患者の主観症状で診断する。慢性不眠症は週3日以上で3か月以上、急性不眠症は3か月未満

と定義している。

慢性不眠症に対する治療は、海外では認知行動療法が第1選択である。大きな副作用はなく、治療終了後も効果がある。認知行動療法の主なものとしては、睡眠衛生指導、リラクゼーション、刺激制御法、睡眠制限法、認知療法があるが、需要に対し実施できる施設が限られており、トレーニングを受ける必要がある。保険収載されていない、時間がかかるなどの問題点があり、日本ではほとんど行われていないのが現状である。

日本での不眠症治療のアルゴリズムとしては、患者の不眠の訴

プライマリ・ケア領域における

不眠症診療



秋田大学大学院医学系研究科
精神科学講座

日時 ▼ 令和5年4月20日
場所 ▼ ZOOMを介したオンライン
講演会 講師 竹島正浩先生

日時 ▼ 令和5年4月20日
場所 ▼ ZOOMを介したオンライン
講演会 講師 竹島正浩先生

日時 ▼ 令和5年4月20日
場所 ▼ ZOOMを介したオンライン
講演会 講師 竹島正浩先生

レキシンと略す)が最も多く、次いで非ベンゾジアゼピン系睡眠薬が多かった。オレキシンは入眠効果、睡眠維持効果があり、一方、反跳性不眠が起こりにくく、止める時に止めやすい。オレキシンを選ぶ医師は、有効性と安全性の両方を重要視している。オレキシンは効果が出るまで1か月から3か月くらいかかるので、あらかじめ患者にそのことを伝えておくことで導入しやすくなる。

プライマリ・ケア医が簡易心理療法を行うコツとしては、睡眠・覚醒リズム表に記録をつけてもらうことである。それによって症状の把握、生活パターンの把握が出来、睡眠衛生指導などの指導がしやすくなる。

睡眠薬の処方にに対する医師の実態アンケート調査では、オレキシン受容体拮抗薬(以下、オ



え→症状の把握・不眠症の診断
↓治療の要否を判定→睡眠衛生指導→薬物療法の流れが一般的である。

薬物療法で不眠症状が改善しない時の対応としては、睡眠障害の鑑別、精神障害の鑑別、睡眠専門施設への紹介の3つと考える。

睡眠障害には、いわゆる不眠症のほか、睡眠時無呼吸症候群、むずむず足症候群、ナルコレプシーなどの過眠症、レム睡眠行動障害などの睡眠時随伴症、概日リズム障害などがあり、鑑別が必要である。睡眠時無呼吸症候群ではベンゾジアゼピン系睡眠薬を使用すると症状が悪化す



浸食された出戸浜海水浴場(潟上市)

り、一方、反跳性不眠が起こりにくく、止める時に止めやすい。オレキシンを選ぶ医師は、有効性と安全性の両方を重要視している。オレキシンは効果が出るまで1か月から3か月くらいかかるので、あらかじめ患者にそのことを伝えておくことで導入しやすくなる。

薬物療法で不眠症状が改善しない時の対応としては、睡眠障害の鑑別、精神障害の鑑別、睡眠専門施設への紹介の3つと考

える。レキシンと略す)が最も多く、次いで非ベンゾジアゼピン系睡眠薬が多かった。オレキシンは入眠効果、睡眠維持効果があり、一方、反跳性不眠が起こりにくく、止める時に止めやすい。

オレキシンを選ぶ医師は、有効性と安全性の両方を重要視している。オレキシンは効果が出るまで1か月から3か月くらいかかるので、あらかじめ患者にそのことを伝えておくことで導入しやすくなる。

睡眠状態誤認という病態がある。客観的睡眠時間と比べ、主観的な睡眠時間が低く見積もられる病態で、薬物療法が奏功せず難治性であり、睡眠薬の多剤併用や長期処方に陥りやすい。

診断するには客観的な睡眠評価をするためのデバイスが必要であるが、デバイスを使えないクリニックでは診断しにくい。秋田大学睡眠専門外来では種々のデバイスを使用して主観的な睡眠状態を客観的に評価している。

不眠でお困りの場合はぜひ秋田大学睡眠専門外来へ紹介して欲しい。

ふんふんcolumn 海浜の減少

砂浜が減つて出戸浜海水浴場は夏にオープンできるか分からぬと聞いて早速行ってみた。広大だつたあの砂浜がすっかり後退し、何と日本海の波しぶきがコンクリート階段へ直に打ち寄せているではないか。

男鹿の住民によれば脇本海岸も同じ、五里合では海の家の近くまで汀が迫っているという。能登半島や九十九里浜、天橋立も例外ではなく、わが国は海岸の浸食により年間数百haの国土を失っている。原因は、砂利採取や砂防ダムにより海へ流れ込む土砂が減り、消波堤やブロックで砂の流出が増え、温暖化で海水温だけでなく海水面まで上昇していることなど色々のようだ。

約40年前、土崎から船越までの砂浜をジープで走り船川の病院へ通勤する男がいた。時代で海が荒れて砂路を行く息子に母親は呆れていたが、ついに波をかぶり廻車にした。今やその浜がない。(ふんころがし)



南秋田整形外科
医院（湯上市）

成田裕一郎

22年間の中通総合病院勤務を終えて男鹿南秋医師会に入れていただいだてから2年が経ちました。前任地では週2日の外来、週3日の手術に月3～4回の日当直という生活でしたが、当院に来てからは月曜午前、火曜・木曜の午後に大学から外来応援をいただいて手術を行い、それ以外は一般外来、土曜隔週でリウマチ外来という生活を送つております。

して再スタートしましたので、手外科疾患の方は1割程度で、頸部、腰部、肩、膝の主に変性疾患の方が8割程度と多く、手外科を始める前の約20年前に叩き込まれた症候学を思い出しながら、一方で脊椎外科医、膝・肩関節外科医の後輩たちに最新知見を教わりながら何とか日々の診療をこなしております。

1名の単科クリニックですので、ブロック麻酔・局所麻酔で可能な比較的低侵襲の手術を、全身状態良好で認知症・合併症のない方に限って行っています。内訳は、外傷では手指手関節・足関節骨折骨接合、腱縫合、顎鏡下指神経縫合などで、変性疾患では手根管症候群・肘部管症候群、腱鞘炎、軟部腫瘍などであります。小手術であってもなるべく入院で術後管理をさせていただき、術後もしっかりとハビリ入院・通院をしていただくようになります。

種まき・田植えの3～5月や稻刈りシーズンの9～11月は、なくとも「比較的軽症」にとどめるようになります。しかし、この時期で荒天の日には外来患者さんが「平時の半分」という日がある一方、天気が落ち着くと一気に1・5倍になることもあります。また秋口は枝切作業が多く、エンソーやサンダーで手指を切つてしまふ人が一定頻度おられます。冬季はやはり転倒する方が多く、12月から3月までに降雪・凍結に関係した骨折の手術は昨年度13件（うち橈骨遠位端骨折11件）、今年度15件（うち橈骨遠位端骨折13件）でした。ご高齢の女性が多い地区ですので、骨粗鬆症の方を早期に発見して治療を開始し、骨折のリスクを下げ、骨折をしても「比較的軽症」にとどめるようになります。

「草取り大変でなー」と受診する80歳代のおばあさんに「でも畠好きなんだべ」と声をかけるとにつこりされ、こちらも思わず笑顔になります。趣味のランニングで冬は元木山や井川方面まで出かけました。この土地の四季の変化を楽しみながら、これからは天王や五城目、八郎潟まで少しずつ足を伸ばしてみようと思つています。



私のおすすめ



『三流シェフ』の 人生訓

出戸診療所（潟上市）

萱場 恵



梓され、テレビや雑誌等でも取り上げられたのでご存知の方も多いかと思う。率直な感想は、「こんなにも頑張れる人がいるんだ！」という感嘆符につきる。

彼の人生の歩みには、折々にキーパーソンがいる。子どもの頃に、漁で取った海産物を売りに行つた先の食堂のおばさん、ハンバーグという存在を教えてくれた住込み先の娘さん、札幌グランドホテルの料理部青木さん、東京の帝国ホテル村上総料理長。順風満帆にきたかのようにも見えるが、帝国ホテルではパートの下働きで皿を洗い、鍋を磨く、まさに臥薪嘗胆の2年間だった。その仕事ぶりと、垣間見えるセンスの良さを見ていてくれた総料理長が大使館に推薦してくれてスイスの日本大使館の料理長になる。このとき若人をめざし、鍋洗いから、フランスの最高勲章レジオン・ドヌール勲章を受章するまでに上り詰めた「世界のミクニ」と呼ばれるフレンチシェフ、三國清美氏の自伝である。昨年末に上

そして帰国。東京に「オテル・ドゥ・ミクニ」を開き、37年間、国内外の各界の著名人を含め30万人を超えるゲストを魅了する料理を提供してきた。そして昨年末に閉店。70歳を前に、料理人「三國」は自分のためのフランス料理店を開く新たな準備を始めている。

彼をここまで突き動かしてきた原動力は何なのだろう。料理が好き、料理が面白いーにつきるのだろうが、あくまでも天辺を目指し続ける精神力は天性のものか、生い立ちなのか。

中卒で就職するときの母の言葉「おまえには学歴はない

けど、志はみんな平等なんだからね」。冬の大荒れの海で父から教わった「大波が来たらにげるな。真正面からぶつかつていけ」。逃げようとして波を横腹に受けければ船は沈む。舳先をぐしかない。両親の言葉が何度

つけた場所で、一所懸命にやれば道は開ける。ほんとに開けるとはかぎらないけど。自分にそれしかやることがないなら、楽観的にやり続けるしかない：人は人の苦労をそれほど評価しない：彼の人生訓だ。

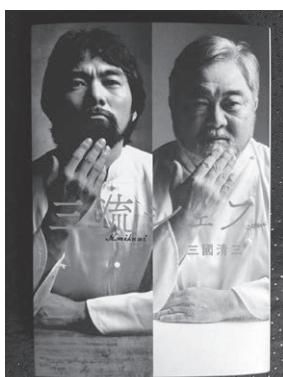
自分は何になりたいか、何をしたいのか問われて答えられる若人はどのくらいいるだろうか。また、何をしてきたのか、なりたいものになれたのか、残りの人生をどう生きようとしているのか問われて胸を張つて答えられる大人はどのくらいいるのだろうか。

人は一人では生きられない。自己研鑽と人との出会いを大切に丁寧に生きていきたい。

北海道の寒村で小学校にもろくに通えなかつた少年が、料理人をめざし、鍋洗いから、フランスの最高勲章レジオン・ドヌール勲章を受章するまでに上り詰めた「世界のミクニ」と呼ばれるフレンチシェフ、三國清美氏の自伝である。昨年末に上

そこで身をもつて知る「自分はフランス人ではない。日本人だ。」

：苦労する覚悟さえあれば、どこかに居場所は見つかる。見



ワントピント アドバイス(34)



おらほの先生から三言

湖東厚生病院には認知症看護認定看護師が2名おります。日本看護協会の認定審査に合格し、特定の看護分野において熟練した看護技術と知識を有することを認められた者をいい、水準の高い看護実践を通して指導・相談活動を行う看護師です。

認知症看護認定看護師の活動

質問

湖東厚生病院には「認知症看護認定看護師」がいると伺いました。認知症本人や家族など誰でも相談できるのか、物忘れの始まりとの付き合いの方も含め活動内容を教えて下さい。

ご指南役

湖東厚生病院（八郎潟町）
認知症看護認定看護師

大原 樹
佐々木 蘭さん

湖東厚生病院には「認知症看護認定看護師」がいると伺いました。認知症本人や家族など誰でも相談できるのか、物忘れの始まりとの付き合いの方も含め活動内容を教えて下さい。

湖東厚生病院には「認知症看護認定看護師」がいると伺いました。認知症本人や家族など誰でも相談できるのか、物忘れの始まりとの付き合いの方も含め活動内容を教えて下さい。

湖東厚生病院には「認知症看護認定看護師」がいると伺いました。認知症本人や家族など誰でも相談できるのか、物忘れの始まりとの付き合いの方も含め活動内容を教えて下さい。

湖東厚生病院には「認知症看護認定看護師」がいると伺いました。認知症本人や家族など誰でも相談できるのか、物忘れの始まりとの付き合いの方も含め活動内容を教えて下さい。

湖東厚生病院には「認知症看護認定看護師」がいると伺いました。認知症本人や家族など誰でも相談できるのか、物忘れの始まりとの付き合いの方も含め活動内容を教えて下さい。

湖東厚生病院には「認知症看護認定看護師」がいると伺いました。認知症本人や家族など誰でも相談できるのか、物忘れの始まりとの付き合いの方も含め活動内容を教えて下さい。

湖東厚生病院には「認知症看護認定看護師」がいると伺いました。認知症本人や家族など誰でも相談できるのか、物忘れの始まりとの付き合いの方も含め活動内容を教えて下さい。

湖東厚生病院には「認知症看護認定看護師」がいると伺いました。認知症本人や家族など誰でも相談できるのか、物忘れの始まりとの付き合いの方も含め活動内容を教えて下さい。



チームカンファレンスの様子

がります。

もの忘れ相談は毎週火曜日に予約制で1回1時間、1日2件実施し、年間30～40人が訪れます。料金はかかりません。

経過、症状、生活状況、内服薬、感覚機能、睡眠状況などを観察、家族などから聞き取りを行い、認知機能テスト（HDS-I-R、MMSE、NMSK-E、CDR等）を行います。点数だけにとらわれるのではなく、その方の症状やテストの内容から本人ができること、できないことを明らかにし、本人や家族にとつて必要なことをアドバイスします。また、認知症の可能性の有無、今後の治療やケアのアドバイスを行い、本人や家族が希望した場合は受診の手伝いも行っています。

記憶障害がある方は何度も同じことを言つてくるので、対応が大変という家族は少なくありません。一つの方法として、同じことを言われても今日は5回我慢しようなどと目標を決め、6回目になつたら多少は小言を

口にしてもいいと我慢制限を設けることでストレスの緩和につながり、家族介護の学びの機会になると思われます。

最後になりますが、認知症看護認定看護師として「その人にとつて医療は非日常であり、一時的なものである。寄り添うことはできたとしても、決して本人にはなれない、その人からしか学ぶことができない」を肝に銘じ、明るく丁寧な姿勢で皆さんに関わることを日々心掛けています。（大原）



展示スペース

2022年秋から始まつた新型コロナの第8波は今年の3月に入り一気に終息に向かいました。正月頃には全国で毎日20万人を超える新規感染があり、当院も御多分に漏れず外来はてんやわんやでした。それが3月に入ると全国の新規感染者数も1万人を切るようになり当院の外来も今は新型コロナ以前の日常を取り戻した感があります。

この第8波を挟んで赤十字血液センターの献血者を対象にして新型コロナに対する自然免疫の検討が2回行われました。全国では26・5%から42・3%へ上昇がみられ、感染力の高いオミクロン株の流行により実際の報告数を大きく上回る新規感染が起こったと推定されました。

更に3回目のワクチン接種を終えた人が全国で68・6%に達していることを考えますと日本では新型コロナウイルスに対する免疫（自然感染とワクチン接種を合わせた免疫）獲得がオミクロン株の「集団免疫」閾値（90・95%）、つまり感染拡大を抑えることが出来るレベルに達しつつあると推察されています。

このような状況の中、政府は医療提供体制が逼迫するリスクは下がったとの判断で、新型コロナ感染症を5月8日から現在の2類相当から5類へ引き下げた手間のかかる受診スタイルが風邪や発熱診療の基本形として定まり、コロナ流行期に始まりた手間のかかる受診スタイルが診療の第一歩となるでしょう。

つまり、コロナ流行期に始まりた手間のかかる受診スタイルが診療の第一歩となるでしょう。

新型コロナ感染症は法的には季節性インフルエンザと同等の扱いとなり、社会生活の制限が大幅に緩和されることになります。しかし、社会生活の制限が大きくなると発表しました。これにより新型コロナ感染症は法的には季節性インフルエンザと同等の扱いとなり、社会生活の制限が大幅に緩和されることになります。

一方で小児や基礎疾患のない成人では症状が軽ければ医療機関を受診せずに自宅で療養する、それは受診を通じて感染を虚弱者へ拡散させてしま



新型コロナ感染症COVID-19、 それはもう4年目を迎えた

湖東厚生病院（八郎潟町）

中鉢明彦



大久保の水田（潟上市）

うのを避けるためにも重要な対応であり、コロナ後の受療行動の標準として定着していく必要があります。

新型コロナウイルスの病原性が通常の“かぜウイルス”に近づき、更に集団免疫が成立しつつある状況を考えると今後、第8波を越える大きな流行の波は

起きないとの予想もあります。しかし、新型コロナ感染症に翻弄され続けた3年間に起こった生活様式の劇的な変化は今後、部分的な振り戻しはあるかもしませんがコロナ以前へ完全に回帰することはなく、一定の不自由さが続いていくものと思われます。現実の空間での人と人

との直接的交流、それは身体的だけではなく精神的なものを含めてですが、それがコロナ禍で遮断され続けたことにより人類の持つ根源的共感力は著しく劣化した感が否めません。新型コロナ感染症の流行初期に、当時の京大総長・山極壽一氏が「ボストンコロナの時代、共感力に満

強みに変えられる社会が待つて
いると信じている』と語つてい
たように、人間の最も本質的な
資質のひとつである共感力が
COVID-19という大きな試練
を通じて新しい形で再生して
いつて欲しいと心から願わざに
はいられません。



入院しました

杉山病院（潟上市）

肥田野文夫

2月28日夕方5時半、いつも
どおりビールを一口「うつ、不
味い」が始まりです。翌朝の7

変で、朝の申し送りで「今日もよろしく」と言おうとして、そして患者さんからの電話に口がもつれてしまわない、でした

い、だんだん小さくなる、斜めに曲がる…が治らず、事務員が心配し「病院でも」といわれ、10時頃一瞬患者さんが途切れただので、脳研のH.P.を開き、新患者受付は午前中なので、電話で「えーっ、先生本人なの、発症

から4時間で危ないよ」「じゃあ家に戻つて保険証とつて来ます」「そんな暇ない、救急車ですぐ来て」でうちの患者さんたちが診察券出してる廊下を通り、救急車は数分で着き乗車、口角右が下がっています、血圧H.iで測定不能です！はマズい状況で同乗付き添いの看護師に「開頭はいやだな」とつぶやいて到着。

I 　この時おしつこが限界で
ものすごく我慢して人生で一番
の排尿の気持ちよさでした。隆
圧剤ワンショット連続でなんと
か血圧正常になり、先生の説明
が「梗塞を疑つたのだけど、画
像見ると出血だね。びっくりす
るほど小さく運が良い」「酒飲
みなんだね。さつきの若い人
も、偶然だけどアルコール飲み
すぎで同じ症状、もう少し大き

さすが専門病院で（精神科のいい加減さとは全然違う）すぐ血管確保でベッドの上には無影灯で緊急手術も準備され、「〇〇

（血栓溶解治療らしい）の準備の指示がありCTに続いてMR

点滴・降圧剤注・大仰なモニでICUに入院となりました。

ターがついて移動はすべて車椅子、「重症みたいですね」と看護師さん（ICUのナースはみんな若くてきれい）に聞いたたら「重症です。重症感だけじゃありません」らしく、生き死には紙一重と実感しました。2日目の夜が大変で血圧が下がらず3時間看護師がつきつきりで、血圧が高い時に幻覚（右目の眼底の血管走行がまるでイナズマのように視界に重なる）みたいな症状がでましたが今でもなんとかわかりません。

発症の原因は何度お断りしても執拗に紹介（？）される「医療の対象にならない患者様」のストレスです。その怒りが収まらずアルコール過飲になります。





圧が高い時に幻覚（右目の眼底の血管走行がまるでイナズマのように視界に重なる）みたいな症状がでましたか今でもなんだかわかりません。

発症の原因は何度お断りしても執拗に紹介（？）される「医療の対象にならない患者様」のストレスです。その怒りが収まらずアルコール過飲になります

護師さん（ICUのナースはみんな若くてきれい）に聞いたら「重症です。重症感だけじゃありません」らしく、生き死には紙一重と実感しました。2日目の夜が大変で血圧が下がらず3時間看護師がつきつきりで、血

た。押しつけ一人あたり寿命が1年縮む感覚でそれが現実になりました。晴らせぬ恨みを…の仕事人は、まだ死んでいないので先にとつておき、藁人形・五寸釘・ろうそく鉢巻きの丑の刻参り（デイケアにネットで1万円のセットがありますが安っぽくて効果なさそう）を午前2時



AIは幸運の女神に

なれるか？

大窪胃腸科内科医院（五城目町）
大窪天三幸

時事的話題は油断がならない。この原稿を書いている間にも無視できない事件がおきるからだ。この15日の選挙応援演説中に岸田総理が爆弾で襲われた。政治

元総理殺害事件の時のように警備の不手際が問題となりそうだ。我が国はこの種の事件が起ころと自民党票が伸びる不思議な国だ。

進歩で利益を得る方と損害を蒙る方の議論だ。なんだかポイントを餌にした健康保険証、自動車免許証、税金納入一体型のマイナカードを思い浮かべる。カード

また18日のBS放送『報道1930』ではAIの悪用でどうやら義理、こと、つづ

者のように「民意」を述べるようになれば民主主義の前提が崩れかねないと警告した。

一方4月16日の日経新聞によれば3月、米コーンELL大の研究者の意見を参考にし、AIが有権

論文や化学、芸術、経済などなんにでも応用できるというが、

い大量の情報が必要だ。悪意のデータも大量にしかも簡単に処理できるという。ほかにも学習

（と呼ぶのか詳しく述べはわからぬ
いが）は国会答弁では分かりや
すい適切な文書を瞬時に作成で
きるということだ。ただし正し

不信が動機のようだが、日下捜査中である。その後、自民党の支持率が上がったそうだ。犯人を最初に取り押さえたのはそばにいた漁師だという。また安倍

話は飛ぶが4月15日の日本内
科学会の講演で最近話題のAI
人工知能により医学も飛躍的に
進歩させるという。またチャッ
ト（対話型）AI「ChatGPT」

た。外国では戦争画像・フェイクニュースにもAIが利用されている。米国ではAIの悪用団体をすでにセキュリティ会社が把握しているという。セキュリティに関する日本政府は世界の三流国だ。国民の損害は例のごとく自己責任を中心とした御立派な政治判断になる。

それはともかく、ロシア・ウクライナ戦争を思う。ギリシア神話にてくるトロイア・ギリシア戦争のいたずら坊主、全能の神ゼウスは目先の損得に溺れている愚かな人間などをからかっている。欲の深い愚かな人間どもがくだらないことで争っている。ここはちょっと懲らしめのため敵味方なくどつちにも味方して遊んでやろうかい。わしより賢い人間が現れないよう策をねるか。これから起こること予想される南海トラフ大地震、

国債乱発による国民の大借金と大不況、大増税などゼウスの怒りを買って、国民が懲らしめられるのか。ゼウスは偉大なり。このままではAIがいくら進歩しても、われわれはこの国の愚かな政府から逃れることはできない。くわばら、くわばら。

去る3月11日、『海辺にあつた、町の病院』震災12年・石巻市雄勝町』をNHKが放送した。硯の原石が取れる小高い山を背に雄勝湾の狭い入り江にござながら映画館やパチンコ店で賑わっていた。伊達政宗公に保護された硯は道の駅名「硯上(いにしへ)の里」の由来でもある。住民4300人のこの町を2011



正解はない （石巻市雄勝病院跡地にて）

ハートインクリニック（鶴上市）

佐々木 康雄

年3月11日、高さ16mの津波が襲つた。住宅の8割が全壊、死亡173名、行方不明70名―。1954年創立の町立雄勝病院は震災当時、療養型病床で治療より介護が必要な高齢の入院患者がほとんどだった。その日、大きな揺れで道路に地割れが走つた。「10mの津波が来ます。病院の裏山へ避難して下さい」と防災放送が繰り返す。院内で



雄勝病院犠牲者の慰靈碑。
後の黒い壁が防潮堤（石巻市）

最後に健康話を一つ。難聴、耳鳴り、めまいなどはなかなか治らない。耳鼻科の先生に怒りを買うかもしれないけれど、私は市販の雑誌を参考に耳のマッサージだけで難聴と耳鳴りが軽快したが2年かかった。みんなも試されでは。

訪問看護中だった4名の職員は地震発生と同時に病院へ向かう。だが車は渋滞で動けない。避難を呼びかける執拗な放送にやむなく病院の裏山へ。助かった彼らは病院に戻れなかつた自分を今も責めている。

非番だったのに病院へ駆け付けて亡くなつた看護師もいる。消防士の夫も職務に殉じた。残された娘は「2人とも職場へ行くだろうと思つていました。病院には寝たきりの患者さんばか

は動けない患者1人を職員4人がシーツで抱えて3階へ移すなど避難を開始。だが無情にも津波は3階どころか高さ10mの屋上にまで押し寄せ15mの鉄塔にあつた防災放送のスピーカーをも呑み込んだのである。

り…置いて逃げることはできなかつたと思うけど、いたたまれない」と目頭を押さえた。

仙台から単身赴任していた検査技師の妻は「裏山へ逃げてもよかつたのに、と言つたら息子は、患者を見捨てて生き残れば生涯悔いを背負うというのです。そうだけど…」逃げても良かった。でもできなかつた。「命に差はつけられないと分かつていても、先の短い寝たきりの人のために、先の長い23歳の職員も逃げなかつた：「正解はない」と仏壇に手を合わせる。

前述の看護師の娘は2人の幼児を育てている。今の私があの時の母と同じ立場だつたら私は病院に行かない。子を守る。あれから12年、他人は忘れる。家族は傷ついたまま。母へ素直にありがとうとは言えない。生きていてほしかつた。子育てを手伝つてほしかつた…。



▶奇跡の一本松と被災した
ユースホステル（陸前高田市）

たのではないかと生き残つた職員らは思うことがある。87歳の患者の遺族は「寝たきりの母はもう食べられなくて点滴だつた。員たちは山へ行かなかつた」と顔を曇らせる。

今、高さ9・7m、全長3kmの防潮堤が人口1千人に減つた町と海を分かつ。夏には雄勝湾に花火が上がり、よく見える窓際に職員たちは患者らの車いすを並べていた。ひ孫のような職員に「早くお迎えが来ないかな」とつぶやく老人もいただろう。道の駅で私は海鮮天ぷら蕎麦を食べた。目の前に青々と広がる空と海。太陽がまぶしい。

「死と太陽は直視できない」（ロシュフーコー）。「正解はない」

「よし、これにしよう」

いつもはあの頃のCD（今時「CD」というのが、おじさんだ）や、昔のコミックを大人買い（先日は『エロイカより愛をこめて』全巻セットを買い夫婦で読んでいる最中だ）する通販サイトで探すことを1時間。今はもうない会社

ナイト キヤツフ。

赤いラジカセ

たむら船越クリニック（男鹿市）

田村 広美



の赤いラジカセ、数千円をボチつとした。

昨夜、父が段ボール箱を持ってきた。「小屋からこんなのが出てきたからゴミかどうか見てくれ」中にはおせんべいの四角い空き缶2つ。開けてみるとあの頃の僕のカセットテープだつた。ナベサダ、ステイング、ハイファイセット、ニニ・ロツソにミッチ・ミラー合唱団（そう、あのビールのCMで帆船の上で歌つっていた合唱団）。市販のミュージックテープ以外のお手製のラベルの付いたものもある、というかそちらのほうが多い。

メタルテープやクロムテープにアリス、佐野元春、泰葉、松原みき、山下達郎、アバ、白井貴子、EPO、もちろんLong Vacationも。鉛筆の走り書きは後でちゃんと書こうと思いながら、いつものようになつてしまつたものだろう。明らかに僕の

文字じやないものもある。友人にダビングしてもらつたやつだ。雑誌の番組欄を丸ごと切り抜いたものがある。あの頃はFMラジオの雑誌があり、それを見ながら気に入つた番組を録音するのが当たり前だつた。エア・チエックと称し、タイマーを使い慎重に準備したのに放送時間がずれて残念ということもあつた。雑誌にはカセットケース用のしやれたイラストのオリジナルラベルが付録についていた。そんなカードにレタリング用のデカールできれいにタイトルを書いてあるものがある。これは女の子同伴ドライブ用だろう。ドライブに行く時どんなカセットテープを持っていくかはとても重要な問題だつた。

当時、僕は赤、と言つても軽薄な赤ではなく、ちょっと深みのあるおしゃれな紅（僕は思つていた）の中古の軽自動車にマシンX（西部警察）

と同じメーカーの中古のアルミホイールに、これまた中古のラジアルタイヤをはいていた。そして本来はついていないカセットデッキをほかの廃車から外して無理やりつけてもらつていた。自分のライブラリー（？）の中から厳選した10本をカーケースで見つけたよつとカッコよく見えるウッド調のケースにいれて積んでいった。しかし、努力は必ずしも報われるものではない。今でも奥さんを乗せてドライブするが、「ここ学生の時に来たよね」と彼女が言う時、3回に1回は僕と来ていな

場所だ（ついでに言えど、「これ前に見たよね」と彼女が言う時の映画も結構な確率で僕と見に行つたわけではなかつたりする）。

何も書いていないテープがあつた。聞こえてきたのは、「さいた、さいた、チューリップの花が…やつぱりやめた。おまのおやこにする。おうまのお

やこは、なかよしこよし…」「ハイおなまえは…どうぞ」「ぞうさん、ぞうさん、おはながながいのね」子供たちの声だつた。2～5才くらいだろうか。

「みんな似たような声だね」「これはお姉ちゃんだよ」夫婦でしばし、タイムスリップを楽しんだ。ラジカセが届いたとき「わざわざ買ったの？」とあきれていた奥さんも「聞いてみてよかつたね」。親子の思い出は子供よりも、大人にとつて必要なかも知れない。

グラスには閉鎖蒸留所のキヤパドニック。とがつたところがなく、あの頃は少し物足りないモルトだと思つていた。今ならわかる、これは「懐かしくて優しい味」だ。1995年蒸留の今夜のボトルはさらに優しい。

（酔）

40年前に祖母が亡くなつた時、私の知らない人々が弔問に現れた。祖母が結婚の仲人をした人たちであつた。祖母は長く婦人会長をしていて顔が広く、頼まれると双方の情報を勘案し縁結びする「世話焼きばあさん」だつたのである。自由恋愛もまれな時代に重宝な存在だつたろう。今や「世話焼き」も絶滅危惧種。顔が広く地方の名士でもある医師会のおじさま、おばさま、人口対策のためにここらで一肌脱いでみませんか？▼といふことで今号もおじさま、おばさま、協力会員から玉稿を賜つた。衷心より感謝。東先生は少子化がはらむ問題点とGDPとの関係および大胆な処方箋を開陳して下さつた。波多野先生は医療と病院経営に及ぼす影響を国の「医療構想」の面から論じ、今後の対応を述べている▼敗戦後の日本に対するGHQの企みを三浦先生は分析し、東先生と同じく「婚外子」にもっと手厚くと斜に構えつつ語る

編集後記



▼チャットGPTにお任せの編集



気仙沼湾横断橋1344m
(復興道路の目玉として21年3月開通)

部企画は、ま、なんせ機械のやることなので読み流して頂きたい▼色を好む英雄や将軍の中には子沢山もいたが育児は他人任せだった。ワクチン業務からしばし解放されタガの緩んだ範明会長、警告札が出ても会長職は続投です▼副鼻腔炎、消化器癌、睡眠についてご講演を賜った諸先生方と、それらを律儀な記事に仕上げてくれた吉田記者に毎度のことながら感謝。洒脱な連載エッセイ「酔」氏にも謝々▼認知症患者への対応を丁寧に紹介して下さった認定看護師の大原樹さんと佐々木蘭さん、

本当にありがとうございました▼世界のミクニは憧れの的である。萱場先生は彼のフランス料理を召し上がつたに違いない。編集子も食べてみたかった▼新型コロナを総論的に述べた中鉢先生は、山極先生の言葉を借りてコロナが棄損したかもしれない「共感力」の再生を願っている▼肥田野先生、よもやの入院。復活のリバウンド刃でご同業を切りまくる。一度あることは二度ともいう。体と身辺にご用心▼毎度の大窪先生の政治談議。昔から勉強好きだったがついに耳鳴り難聴にも一家言▼追分地区に各科医院が次々開業した際、住民も私たち医師も大助かりと快哉したのだが、大久保に現れた有名な手外科先生にも住民は本当に喜んでいる。車の運転が乱暴な地域。成田先生、ランニングにご注意▼魁新聞の連載『時代を語る』に大潟村の名物男、新潟生まれの涌井徹氏74歳が登場している。昭和60年、国と県は反抗する自由派入植者を食管法違反で県警に告発、村の実態を知らない五城目署員が取り調べを行い「行政に従わないのが悪い」の一点張りだった

本当にありがとうございました▼世界のミクニは憧れの的である。萱場先生は彼のフランス料理を召し上がつたに違いない。編集子も食べてみたかった▼新型コロナを総論的に述べた中鉢先生は、山極先生の言葉を借りてコロナが棄損したかもしれない「共感力」の再生を願っている▼肥田野先生、よもやの入院。復活のリバウンド刃でご同業を切りまくる。一度あることは二度ともいう。体と身辺にご用心▼毎度の大窪先生の政治談議。昔から勉強好きだったがついに耳鳴り難聴にも一家言▼追分地区に各科医院が次々開業した際、住民も私たち医師も大助かりと快哉したのだが、大久保に現れた有名な手外科先生にも住民は本当に喜んでいる。車の運転が乱暴な地域。成田先生、ランニングにご注意▼魁新聞の連載『時代を語る』に大潟村の名物男、新潟生まれの涌井徹氏74歳が登場している。昭和60年、国と県は反抗する自由派入植者を食管法違反で県警に告発、村の実態を知らない五城目署員が取り調べを行い「行政に従わないのが悪い」の一点張りだった

お便りは 〒018-11401 潟上市昭和大久保字町後173-42
医師会メールアドレス info@oknmed.jp
ハートインクリニック 佐々木 康雄

表紙説明

十ノ瀬藤の郷（大館市）

（千葉克介写真教室）

山瀬ダムへと続く県道沿いの田園風景の中に浮かぶ、桃源郷ならぬ「藤源郷」。元々は趣味で作った個人の庭園らしいのですが、あまりに見事な景色に知名度が上がり、現在は駐車場も予約制で有料になっています。

昨年は、祖母とその姉を連れでちょうど見頃の5月25日に訪れました。とても暑い日で、鷹巣の道の駅でその年最初の冷やし中華を食べたその足で向かい、80歳もとつくに過ぎた2人と元気に散策しました。

少し遠いですが、色とりどりの約80本の藤棚に囲まれた景色はまさに楽園！ ゼビ訪れてほしい花の名所の一つです。

そうだ。秋田地検の不起訴処分でこの闘いは終わったが、国は今なおマイナ保険証導入や教員の劣悪労働環境を改めずごり押しと強権的。ご協力を宜しく。

（編集長・佐々木康雄）



秋田スカイフェスタと
鳥海山
(横手市平鹿 5月4日)