



**四面楚歌
運転免許返納について**

老健禄寿園
金城 國昭

最近高齢者ドライバーによる運転事故が相次ぎ、大きな社会問題になっている。ニュースで報道された東京池袋の母子死亡事故、大津市での散歩中園児の死傷事故等は何んとも痛ましい限りで哀惜の念に耐えない。直近の6月4日には福岡市内で80歳代の男性が運転する車が猛スピードで逆走、交差点に突入し数台の車と衝突・横転し本人と同乗の夫人が死亡している。こうした事故報道を契機に各地で高齢者の運転免許返納者が増えているという。小生も高齢ドライバーの一人で、かなり以前より家族から、また、近頃は職場の同僚スタッフからも返納を促されているが未だに踏ん切りがつかないでいる。

高齢者の運転問題は今に始まったことではなく、平成17年には道路交通法が改正され75歳以上の高齢者には実技講習とともに認知症テストが加わり、年月日は言えるか、16種類のイラストを見せて数分後にその名前を答えるといった長谷川式を簡略化したもので49点以下は認知症疑いとされ、改めて医師の受診が必要で認知症と診断されれば免許は交付されないことになっている。

平成30年2月には県医主催の県民健康フォーラム「超高齢社会での運転問題について」が開催され多くの県民が参加、担当者による「返納後の移動手段の確保」や「返納優遇措置」等の説明があった。中でも興味があったのは、琉大精神科外間講師による基調講演の中で返納者にうつ病が2倍、また、QOLやADLの低下から要介護となり施設入所が5倍に増えるというデータが示され複雑な思いで拝聴した。(県医師会報2018年5月号参照)

国も高齢者にとって運転しやすい道路環境整備を検討しており、自動車メーカーも「衝突軽減ブレーキ」や「アクセルブレーキ踏み違い防止機能」等安全装置を備えた所謂“サポカー”の開発を進めていて、既に発売されている車種もある。外国では高齢者ドライバーに「夜間運転禁止」「運転距離制限」を条件に免許更新したり、中国のように「70歳運転定年制」を導入している国もある。

各国とも高齢者運転の問題には苦慮していることが伺える。我が国は今後益々少子高齢化が進み高齢ドライバーが増えることは確実で、返納を促すだけでなく、どうしても運転せざるを得ない高齢者には適性検査(体力・知力・視力・瞬発力・技能等)を適宜実施し、また、病歴や服薬状況を申告させその結果運転支障なしと判断された者には、夜間運転禁止、距離制限、サポカー使用等を条件に免許を交付してはどうだろうか。今や「1億総活躍時代」、国は「定年制延長」「高齢者再雇用」「働き方改革」等の施策を発表しているが、一概に高齢者といっても夫々心身の能力には差があり、特に、現役世代並みに働いている高齢者に対しては運転免許についてもこうした弾力的な対応を望みたい。

何はともあれ「安全運転」「事故防止」は老若を問わず最優先課題であり、心身機能の衰えた高齢者は免許返納するのがベストであることに異論はない。小生も早期返納を予定しているが、諸般の事情から今しばらく自家用車が必要である。勿論、交通ルールを遵守し、細心の注意で必要な用事に限り運転しようと思う。それでも、周囲は納得せず返納コールは、止まないだろうし、当分四面楚歌が続きそうである。





アップして口論するのを目にすることもあったが、なぜか私には寛容で親切だった。合唱部に属しクラシック好きで、いつもロシア民謡やらチャイコフスキーやらを口ずさんでいた。そういう彼に刺激され、この田舎者は時々コーヒー1杯で2時間近く粘れる近くのクラシック喫茶で過ごしたりするようになった。とある寒い晩、クラスの数名がT君の部屋に集まるので君も来ないかと誘われて行ってみると、車座になって酒を酌み交わしながら雑談から始まって皆陽気になった頃、T君はやおら自慢のステレオにややボリューム高めにこの曲をかけた。すると途端にガヤガヤが止み、静かに聴き、終わるやいなや賛辞の嵐とともにまた飲み直した。コンサートに行く金もない貧乏学生にとって、酔いも手伝った感動の一曲。

*モーツァルト：フルートとハープのための協奏曲、クラリネット五重奏曲

聴き始めは例の喫茶店。この天才のものならばなんでもいいのだが、この2つはとりわけ気に入った。宗教、思想、民族とか、人生、欲望、悲しみとか、そういう諸々が一切除かれ、ただもう音の楽の天分か神の導きか。

*ドヴォルザーク：交響曲 新世界より、弦楽四重奏 アメリカ

モーツァルトが除外した上記の大方が逆に色濃く詰め込まれていて、私がアメリカへ行く気になった理由のごく一部を成した。歴史古きボヘミアから新世界アメリカに渡り、よそ者ゆえに感ずることのできる新鮮な息吹を、出自に上乘せして現したに違いない。

* Close to you、Raindrops keep falling on my head

臨床医になりたくて医学部に入ったのに、タイピングと環境はアゲインスト。これではまともな医者になれないと悶々とした挙句に、1970年、準備不足もなんのそのとアメリカの臨床研修に飛び込んでみたものの、予想を超える過酷な現実が待っていた。フィラデルフィアの1,600ベッドの大市民病院で、慢性重症睡眠欠乏症兼孤独感症に苛まれながら、逃亡を企て

る・悲鳴をあげる・鬱になる余地もない日々。カルテ書きは詰所に座っての仕事だが、周りのナースは、もちろん意地悪もいたが、アメリカ人らしい“take it easy”の雰囲気醸し出してくれた。そういう中、適当に音量を抑えたラジオが四六時中ポップス系を流し、雰囲気を和らげていた。大抵小うるさいどうでもいいものばかりの中、上記2つは何遍繰り返して聴いてもいいと思った癒し系。ただし、歌詞はほとんど聞きとれず、カーペンターズや映画「明日に向かって撃て」については当時知る由もなかったが、今となってはフィラデルフィアを懐かしむ思い出の素となっている。



「もう一つの
ノーベル賞物語」

三原内科クリニック
院長 喜久村 徳清

日本人初のノーベル賞受賞者、湯川秀樹博士は敗戦で誇りを失った我が国民に復興の勇気を与えるものだと話題になった。沖縄にも私が高校1年生だった頃、ご夫婦で来沖した。「中性子」や「中間子」の区別さえ分らぬまま、先輩から感激した話を聞いたことがある。1学年600人、13クラスに分かれた同級生の中には**変り者も多かった**。

スーガクチブルー（数学オタク）のI君は休み時間に「光は粒子か波か」、「光の速度より速いものは無い」、「アインシュタインの相対性理論」を熱っぽく語った。私に関心を示せば有頂天になる。半年後、「光は不思議なことに粒子でもあり波でもある」ことが解ったと満面の笑みで得意気に、また、自然界で目にする「ブラウン運動」も自分がみつけたかのように話す。私は研究が進んだものと受けとったが、なんのことはない、それはI君が**理解するのに要した時間**であった。



の通販会社から、サバやクジラの缶詰、日本酒、漬物などを送ってもらっています。とてもおいしいのでおすすめです。



**令和元年5月
今日この頃**

(医) 神元内科医院
院長 神元 繁道

平成の時代も終わりに近づいた頃、県医師会より「緑陰随筆」への寄稿の依頼があった。

確か2回目と記憶している。全くの筆無精なので気が重くなってしまった。何をテーマに書いたらいいのか思いつかず時間ばかり過ぎてゆく中、頭の片隅に残しながら、令和元年5月2日から3泊4日のスケジュールで家内と、福岡県 鳥根県への旅行に行きました。

一番の目的は鳥根県安来市にある足立美術館の鑑賞でした。

世界的に有名な日本庭園、隣接する日本画、陶芸コーナーに、近代日本画壇で活躍した巨匠横山大観、竹内栖鳳、上村松園らの作品が100点以上、陶芸にも個性を盛り込んだ北大路魯山人の作品の数々が展示されていました。日本庭園はアメリカの、日本庭園専門誌「ジャーナル・オブ・ジャパニーズ・ガーデニング」で2003年より連続15年日本一に認定され、フランス旅行ガイド「ミシュラン・グリーンガイド・ジャポン」に「三ツ星」として掲載されているほどです。

玄関に一步足を踏み入ると五万坪の日本庭園、枯山水庭、白砂青松庭、苔庭、池庭と背景の山々が織りなす調和美の世界に感動し、日本画、陶芸、木彫、童画、漆芸などの国宝級の作品を直かに鑑賞することが出来、貴重な時間を過ごす事が出来ました。

ただ沖縄から山陰地方の旅は、鳥根県まで飛行機（沖縄ー福岡）、新幹線、JR 特急と乗り継いでの旅で、那覇空港から鳥根県出雲市に着

くまで結構長い時間を要し、大型連休の多数の観光客と相俟って少し疲れてしまいました。

楽しくも疲れた旅行も終わり、現在は（5月15日）日頃の生活のペースに戻しています。

5月第3日曜日には琉球GCでゴルフの月例会があります。月例会では顔馴染みの医師会の先生方も多く参加されますので、お会いし仕事の事は忘れ楽しいゴルフをする事でリフレッシュな気分になります。

中村義清先生、當山護先生、徳山清公先生ら先輩の先生達のプレーを拝見しとても目標になってます。仕事から解放され緑豊かな自然の中で珍プレー、好プレーに一喜一憂しながら明日からの仕事へのエネルギー補充の為の最高の時間帯と思います。

振り返ってみますと開業して早や32年の月日がたちました。当初からあまり変化がなく、仕事の時は国道58号線を那覇市山下町の自宅から宜野湾市真栄原の医院まで、約20キロの距離を朝の道路渋滞と相俟って約35分、車で懐メロを聞きながら毎日通勤している今日この頃です。



**内地か本土か、
それとも？**

協同にじクリニック
喜久本 朝善

元号が平成から令和に変わって数か月が経過し、日本中にあふれた改元前後の興奮と歓喜も一段落した。連日報道されるニュースは、上皇陛下の皇太子時代にお目にかかった56年前の私の記憶を呼び起こした。

沖縄と本土を結ぶ青少年親善交流推進事業として昭和37年に始まり、現在も継続している沖縄豆記者団派遣があるが、今年は第57次になるようだ。第1次是那覇市内の中学からの派遣であったが、翌年の第2次豆記者団は中部地区からの派遣であった。中部地区の中学校6校

より3年生9人、私を含めて2年生4人、1年生1人の計14人であった。避暑地の軽井沢にご滞在中の皇太子時代の上皇陛下にお目にかかる事が出来た。まだ13歳で皇室についての知識が十分でなかった私はあまり緊張した記憶がない。しかし、ゆっくりと優しいお言葉でお声をかけて下さっていたお姿は鮮明に脳裏に焼き付いている。

さて、一行は訪問する先々で交代でスピーチをすることになっていた。後楽園球場で巨人戦を観戦した際に私と同じ2年生がスピーチを行ったが、それは堂々としていて立派なものであった。しかし、宿舎に戻った後に引率の先生達からその生徒に、「内地」と言う言葉は使わずに「本土」と言うようにしなさいとの指導があった。その光景を間近で見ていた私は、何故「内地」が駄目なのかその理由は分からなかったが、それ以降「内地」を封印した。

高校時代には、「核抜き本土並み返還」や「本土復帰」が新聞やテレビのニュースとして頻繁に登場するようになり、「本土」という言葉は自然に抵抗なく使えるようになっていた。大学入学後には70年安保改定や沖縄返還などが大きな政治的課題になり、全国に吹き荒れた学生運動の高揚の中で必然的に沖縄の歴史を学習する機会を得た。その時に「内地」の意味や引率の先生達の指導の真意を理解した。

「内地」は北海道でも使われているようである。北海道では開拓時代に屯田兵や入植者が、主に本州を指して使ったのが残っているとの事である。日本に組み入れられてからの歴史が浅く、かつては北海道開発庁が設置されるなど沖縄と相通ずる部分もある。しかし、私の頭の中にある「内地」は北海道民が使う「内地」とは異なっていた。戦後アメリカの施政権下に置かれた沖縄と違い、日本の平和憲法が適用され、パスポートなしで自由に移動が出来る日本であり、その意味では北緯27度線以北、すなわち鹿児島県与論島以北の日本であった。そして、1972年の沖縄返還によって沖縄も「内地」になったはずであった。

「内地」があるなら当然「外地」が存在する。戦前、「外地」とは台湾や朝鮮などの植民地を指す言葉であった。しかし、日本の面積の0.6%を占めるに過ぎない「内地」となった沖縄に、今なお70.6%の米軍専用施設が存在し、米軍・米兵による事件や事故が後を絶たず、近年、沖縄の過重な基地負担は構造的差別だと言われるようになった。県民が自ら「内地」を使うなら沖縄を「外地」と認める事になり、「外地」である沖縄に基地負担を押し付けても良いと言う潜在意識の形成を助長し、構造的差別の存続を補助する事になるのではないかと思う。

そのような訳で、私は長い間「本土」を使用していたが、それに対してもここ10年余違和感を覚えるようになった。「小指の痛みは全身の痛み」と言う故喜屋武眞榮参議院議員の有名な言葉があるが、私は「本土と沖縄」という表現に、主従関係の従、小指、トカゲの尻尾を連想するようになった。沖縄人(ウチナーンチュ)としての矜持から、「本土」を封印して「他の都道府県」、「他府県」、「他県」、「県外」などを使うようにしている。



宇宙への旅立ち

呉志堅 循環器・内科
呉志堅 政道

皆さん若かりし頃、一度は宇宙について考えたことはあったでしょうか。

アポロ11号が月面着陸を成し遂げて以来、日常生活で新鮮な宇宙の話題を聞くことは乏しくなってきました。最近私は、宇宙に関する本を読み、いろいろな職種の人がそこに集い、そのコツコツと持続的な研究を続けていることに大いなる感激を覚えました。その無限なる宇宙の神秘と小さな一歩であるが着実に進歩する宇宙戦略等について私が感じたことを述べたいと



「映画今昔」2

おもろまち
メディカルセンター
兼島 洋

小学生の時、大人につれられ、兄達と観た映画は怪獣映画であった。学校教育の映画として白黒映画はみていたが。カラー映画でゴジラが暴れて建物を壊す場面や怪獣同士の激突を興奮してみた記憶がある。また、2本立てでもう一つは若大将の映画で都会生活は明るく、カッコよく、あこがれを抱いたものである。これが私の娯楽映画のデビューであるが小学生ということもあり2、3本観たのみである。高校卒業後に最初の洋画は「ブーベの恋人」で内容も記憶にないが音楽だけは覚えている。

浪人時代から学生、社会人は映画館に行く機会が最も多かった時である。映画はスクリーンを通じて、世界各国に連れて行ってくれるし、未来から過去の時代まで、また、時には他人の家庭までみせてくれる。2本で4、5時間は過ごせるので時間があると映画館へと足を運んだ。上映途中から映画館に入ることも出来たが勿論、最初からでないとはワクワク感は半減する。那覇では国映館、から次のグランドオリオンでの上映時間に間に合わすため走ったこともあった。当時の映画館は開始となると真っ暗で座席をしっかりと確保するため、手探りで歩を進めないといけない。私の友人などはあわてて座ろうとして他人の膝に座り痴漢と間違われたエピソードがある。どの席に座れるかは映画鑑賞では重要で、指定席などなく座れないと2時間近くは立ってないといけないし、ジーン・ハックマン主演のポセイドン・アドベンチャーは70フィルムでの大画面であったと思うが前列の端しか空席がなく、天井を見上げて、字幕も追っかけてとよい映画であったが非常に疲れた映画でもあった。

座席は堅かったが座れば集中して観ること

ができる。今、考えると恐ろしいが館内は禁煙でなく投射の光にタバコの煙が立ち上っていた。また、時にはコーラ瓶が床をゴロゴロと前方に転がる音が音響効果と思うほど聞かれる事もあった。売店はあったが飲食持ち込みは自由であったため、那覇の公設市場で天ぷらを買って館内で夕食代わりにするのが至福の時であった。一度だけ、映画館内でネズミをみた。彼らも館内で夕食をとっていたのかもしれない。そのような劣悪な環境であったが映画館に入ると日常生活から離れることができ、集中してみたい。当時は携帯電話もなく、ポケベルなどないので没頭できた。呼び出しが可能となつてからは、勤務医であり患者の状態が落ち着いているのを確認して夜映画とすることが多かったが2、3度は映画館に入館してから病院に引き返したこともある。

本土への学会出張でも時間があれば映画館がどこにあるか調べて観に行くことが多い。昔は駅や商店街の近くで大きな看板を見つけることが出来たが、今は複合施設などのビル内に映画館があり探すのに苦労する。

現在は、入館するまえに座席が指定され座席は座りやすく、シニア会員となり映画賃も安く、快適な環境で映画鑑賞ができる。しかし、集中して視ているが若い頃と違って眠気が瞬間に襲ってくることに、外国の映画で多いが、登場人物が多く、俳優も似ているので関係が不明となり、小説みたいに登場人物関係図みたいな解説が必要な時があり、単独では観ることが出来にくくなっている。他の人もいつでもレンタルで観れるためか、お喋りしている同年輩や、スマホを弄ってる若者もいる。映画入場数は減ってきているが私は今後も出来るだけ楽しく映画館で鑑賞していこうと考えている。





わたし祈ってます。

北中城若松病院
国吉 孝夫

わたしは自分はクリスチャンだと思っています。大学時代に母が通っていた教会で洗礼を受けたからです。わたしは現在教会へ通っていません。心は神様といつも一緒にあると思っています。

わたしは何か願い事があると、いつも声をだして祈っています。祈る相手は亡くなったわたしの親類です。まず最初に30数年前に亡くなった父（オヤジ）。顔を思い浮かべながらオヤジさんと呼びます。次に生後一か月足らずで亡くなった守兄さん。残念ながら思い浮かべる面影はありません。次に父方の祖父母。わたしからすればおじいさん（オジイ）、おばあさん（オバア）。おばあさんはわたし生まれる前に亡くなっているので、残念ながら思い浮かべる面影なしです。次に母方のおじいさんとおばあさん。二人ともしっかり覚えています。父母の出身は宮古島なので、各家には特有な呼び名があるので、その呼び名でおじいさん、おばあさんは区別しています。次に母の亡くなったお兄さんとおばさんも呼びます。最近、アメリカにいる姉貴が家族を連れて里帰りしたので、姉貴の旦那の亡くなったおじいさん、おばあさんも追加して顔を思い浮かべながら祈るようになりました。アメリカのおじいさん、おばあさんにはわたしが初めてアメリカに行ったときに、ほんとうによくめんどろをみてもらい、あの時（おじいさん、おばあさん、わたし）ヘビースモーカーだったので、二人の家では気にせずタバコが吸えたのに、姉貴の家では禁止だったので、よく車庫で文句を言いながらタバコを吸った思い出深い記憶もあります。

何時頃から、こんなお祈りの仕方を始めたか思い出すと、7年前大きな病気をして、長期の

入院を余儀なくされていた時ではなかったのではないのでしょうか。治療自体は病院のスタッフ、家族、友人のサポートでそんなにつらくなかったのですが、あの世へのお迎えが何時来るのかの恐怖の中、しらすらと声を出して、気がついてみれば、みんなの顔を思い浮かべながら祈っていたのが始まりでした。現在、完全に回復したとは言えないけれど、毎日、元気に仕事ができることに感謝しながら、何か願い事があると、すぐに声を出して願い事をする習慣ができてしまったのです。

特別なお願いの時には、仏壇に線香を焚きながら、みんなの名前を呼びながらお祈りします。また、お盆、お正月にはみんなの名前以外にも、ご先祖さまも付け加えることも忘れていません。ですから、わたしは亡くなったこの親類の方々はいつも隣にいると思っています。



**グランドキャニオンは
ノアの洪水によって
一番よく説明できる。**

南部徳洲会病院
リハビリテーション科
松原 弘明

今年の4月21日から27日まで息子と二人でグランドキャニオン・その他のキャニオンツアーに参加した。ガイドをしてくれた方は韓国人の地質学者イ・ジェマン氏であった。とても刺激的なツアーでした。グランドキャニオンは長さ約450km、最大幅約30km、深さ約1.8kmにもなる巨大な渓谷で沖縄県が丸ごと入る大きさである。一般にはコロラド川の浸食によって長い年月かかってできたと言われている。でもそれはグランドキャニオンを観察して出した結論というより、斉一説（地層は長い年月ゆっくりと積み重なってできた。）で説明しようとするためである。世界中には356の洪水伝説があつて最も詳細に記されているのが聖書にあるノアの洪水と言われている

す。それは地球的規模で起こったと記されています。

混濁流（土砂が混じった水流）による地層形成は、水平と垂直に同時に急速に形成することが分かっています（コロラド州立大学の実験、1993年）。地層に見られる細かい縞模様を層理と呼びますが、地層に対して斜めに交差しているものを斜交層理といいます。斜交層理のある地層の厚さから、堆積した当時の水深を測ることができます。それによるとグランドキャニオンやザイオンキャニオンは斜交層理形成時には100mの水深があった計算になる。地球上の地層で斜交層理はよく見られるとのことで、これは今日の自然形成過程では形成されない、大量の土砂と水による混濁流によってのみ説明が可能である。

いきなり化石の話になりますが、生物が生きている時、急速に土砂に埋没すると化石となる可能性があります。それは死んだときバクテリアに分解されて形を失うことが無いからです。地球上の堆積岩に化石が多く見られることは、地球規模の混濁流による埋没を意味します。進化論者たちは化石に進化の中間形態の生物が見られることを期待しましたが化石に中間形態の生物は発見されることがありません。始祖鳥は既に学会で鳥に宣言されました。他にシーラカンス・イクチオステガなどが中間型と主張されています。ダーウインはのちの時代になると中間型の化石が多く見つかって自分の進化論の正しさを裏付けてくれることを期待していたがその後時代を経て中間型と考えられた化石は減っています。

グランドキャニオンはノアの洪水の後、その場所にあった北と東の湖の堰が決壊して多量の水が流出して削られて渓谷とコロラド川と小コロラド川を形成されたと説明されている。その湖のかつての広大な範囲を見ることができた。現在北湖は水が残っていてパウエル湖となっている。

地層の話に戻るとグランドキャニオンは土砂が堆積してその後削られて地層の断面をか

なり深く観察することができる。そこでは化石のない地層（進化論的区分では先カンブリア紀：始生代と原生代に分けられる。聖書では洪水以前の層：第1日と第3日の層）と化石のある層（同様に顕生代と洪水時の層）を見ることができる。これはとても感動モノでした。

本当はもっと細かく述べたいのですが字数が限られており、結論だけを言うとこの表題になります。小さなコロラド川が長い年月かかってグランドキャニオンを削ったとの説は無理があるように思えます。グランドキャニオンは激変説の方がうまく説明できるように思えます。イ・ジェマン氏の日本人向けのグランドキャニオンツアーは今回が最後になるとの事で残念さが残りましたが、又別の形で復活したらぜひ参加する事をお勧めします。この掲載を依頼した医師会のメンバーに心から感謝します。



宮古民謡で心が繋がる

沖縄県立宮古病院
院長 本永 英治

私は宮古民謡を趣味として楽しんでいます。宮古民謡は人生の友とも言えます。私は結婚式や祝いの席でも自ら宮古民謡を歌わせてくれとお願いし、積極的に壇上で歌っています。そのようになったのもきっかけがありました。その



きっかけとなった話を2つ程話します。また後半では最近あったことで私の唄う宮古民謡である方と繋がりができた話をします。

今から17年ほど前でしょうか、パーキンソン病の会の忘年会がありました。その中に70代後半の爺さんがいました。保健婦さんからこの方は友の会主催のカラオケに誘ってもいつもつまらなさそうにしている、と聞かされていました。私は奥さんからこの爺さんの趣味は「宮古民謡」であることを聞いていました。『宮古民謡を歌えば喜んでくれるかな…』。私はパーキンソン病の会の忘年会で宮古民謡「池間ぬ主」をアカペラで唄いました。すると先ほどの爺さんの表情が一変しました。1番を歌い終わり、2番目に入った時です。爺さんは感極まり目が真っ赤になりかすかな声と一緒に唄い出しました。私自身は吃驚しました。私の唄う宮古民謡がパーキンソン病の一人の爺さんの心を揺さぶり感動しているように見えたのです。何だか此方まで嬉しくなり、今後機会あるごとに宮古民謡を歌ってみよう…と思いました。

そしてもう一つの話です。これもだいぶ前のことです。伊良部島の方で65歳ほどになるタクシー運転手が多系統萎縮症に罹患し、次第に起きれなくなるほどの重度障害者に陥りました。気の強い方で、『絶対に直す、治って見せる』という意気込みで、『リハビリ、リハビリがしたい』と叫んでいました。起立性低血圧による失神発作も頻繁に起こり、全介助という身体状況に陥りました。私はこの患者さんに『治療することが難しく、徐々に進行していく』ことを話しました。その後はあれ程叫んでいた『リハビリ』という言葉も訴えなくなりました。そんなある日、病院の納涼祭がありました。私は『伊良部トウガニ』を歌ってみたくなりました。会場にはリクライニング車いすに乗っているタクシー運転手の姿もありました。私が伊良部トウガニを歌い始めた時です。その方の目が真っ赤になっているのが私の目に飛び込んできました。感極まって泣き出したのです。故郷の民謡は人間のところにこれ程響くのだと私自身も感

動していました。

私が宮古民謡を人前で歌うのはこのような体験があったからです。そして最近のことです。一人の人間と出会いがありました。ハンセン病患者の会の代表の方で、水納島生まれの方でした。私に会った瞬間から、私のことを『あだん屋のアズ』の先生だと親しそうに話してきました。『あだん屋のアズ』とは多良間島の民謡で新築祝いに大工さんらが手をつなぎ、新築を祝う神歌（ニリ）でかつ労働歌です。私はこの民謡を6年程前に宮古南静園の新しい棟の完成祝いの時に皆の前で歌いました。もちろんプログラムになく自ら歌わせてくれと申し出たのです。その会場におそらくこの方はいたのでしょう。この方はこう言いました。「幼い頃に多良間島で聞いた唯一の民謡が『あだん屋のアズ』なんだ、そして私はこの民謡しか知らないのだ」と懐かしそうに話してくれました。私はこの前で2度目の『あだん屋のアズ』を歌いました。そしてその民謡に纏わる話をしました。終始笑顔で『嬉しい嬉しい』と感謝されました。このようなことで私とこの方とは壁もなく打ち解け合い、何時の頃から今日まで親しい友人関係だったんだ、と錯覚さえしました。

このように民謡を歌うことで心が繋がることもあるんだなあ、と思いながら現在も私の心の友とし時々宮古民謡を楽しんでいます。



我が家の山歩き遍歴

県立八重山病院
菊地 馨

沖縄生活も長くなったが、青い空やエメラルドブルーの海に憧れて沖縄にきたわけではない。山と海のどちらが好きかと問われれば、山が好きと答える。山の中で生まれ育った妻は、水や海には恐怖心があるようで、やはり、山が

5分で今回ご紹介する店、居食屋 碧海に到着する。

数年前にひよんな事から高校の同期生と模合をすることになった。メンバーは早世した一人の高校の同期生つながりであるが、現職は公認会計士、地元の有力会社の社長、公務員、ビルメンテナンス業、自営業等様々である。今では各々が社会の第一線で活躍している。模合いの当初は、とある居酒屋の飲み放題食べ放題を利用していた。中には大食漢もいて、大盛りの焼き飯などをたிரらげていた。ある日、メンバーの一人から還暦を前に、こってり系の居酒屋メニューでは如何なものかという意見があり、この者の紹介でたどり着いたのが碧海である。

気づかなければ通り過ぎるような小さな入り口の戸を開けると、ほどよい空間が待っている。



店入り口

右側にカウンター6席、左側に掘りごたつが3卓(14席)、そして、奥の個室が8名ほどを収容できる。



座敷

模合では、いつも奥の個室を利用させていただいている。そこは、他のお客さんの目線が完全に遮断されるため、気兼ねせず飲食ができる嬉しい空間である。個人的にもう一つ気に入っているのがこの店の手洗いである。和風の設えで、水道の蛇口をひねると受けの銅板が斜めになっているため、流れる水の音が楽しい。

店は美人の女将さんと寡黙な大将のお二人で切り盛りをされている。和食は目で楽しむものといわれるが、具材は新鮮な海の幸、山の幸が並び、器も料理の内容によって木、陶器、ガラス、岩石と様々で盛り付けに一役買っている。模合いでは3,500円で飲み放題つきのコース料理を利用させて頂いているのであるが、内容的には、例えば新都心などに行けば軽く5,000円は超えるような料理が並ぶ。前菜、お造り、魚料理、肉料理等々。また飲み物もビール、泡盛、カクテル、ソフトドリンクと豊富で、個人的にはノンアルコールビールが飲み放題なのが気に入っている。尤も、この模合いではウイスキーと炭酸水をボトルごと部屋に持って来てもらい、自分達でハイボールを造るのが定番となっている。

高校を卒業して40年ほどが経つが、この場に居合わせると、途端に時間はタイムスリップし、相手が社長であろうと、公務員であろうと昔に戻って、ざっくばらんな話ができるのが嬉しい。メンバーの半数がいつもゴルフを一緒に回っている仲なのであるが、その内の一人である例の社長が負けず嫌いで、「自分がゴルフの練習しないのは一緒にコースを回る他の3人とのスコアがあまりに差がついたらかわいそうだから」と言うのであるが、実際のスコアは同等かあるいは彼の方が低いことがあるようで、思わず皆、笑ってしまう。他、年齢的に話題になるのは、健康のこと、子供のこと、仕事の事等々である。また、前述の大食漢は以前、胆嚢炎から敗血症になり、一時期は危うい状況だった。今、こうして、模合い仲間が欠けずに集えるのはありがたいことである。還暦を迎えた時、積み立てで、皆そろって台湾旅行に行くというの



がこの模合いの当面の目標である。

四方山話が続いているとコースの最後に大将自ら締めめの汁物を持って来てくれる。ほどよい暖かさや量、そして絶品の味の品々を堪能しつつ、ひとときの安らぎの時間が過ぎて行く。決して格式張らず、気心の知れた仲間と会食の機会をもつにはおすすめの店であるが、日によっては接待などにも使われているようなので予約は早めがよろしいかと思われる。駐車場はない。末尾に店の地図と電話番号をお示しする。

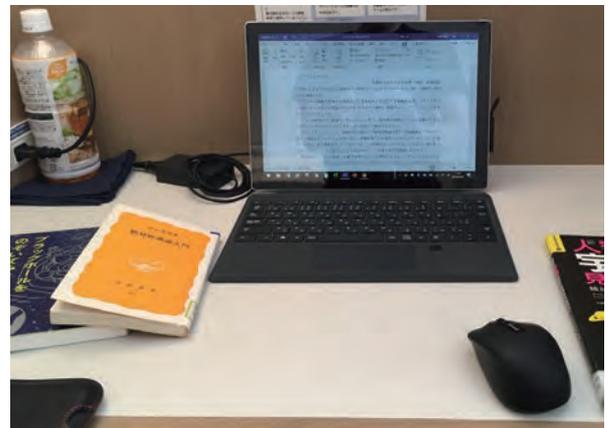


地図

多いと思う。著作権の関係でここには掲載できないので、まだの方は『ブラックホール・写真』で検索してください。

ブラックホールといえば、高校時代に読んだ『相対性理論入門』（内山龍雄著・1978）に詳しく解説されていたことを思い出し、本棚を探したが見あたらなかった。

ちょうど10連休でもあり、私の家には書斎がないので、この原稿を打つには静かでよいと考え、デイパックにタブレットを放り込み小旅行気分バスに乗り県立図書館へ出かけた。



極私的宇宙論



医療法人おもと会
大浜第二病院
我謝 道弘

平成31年4月10日、日米欧などの研究チームがブラックホールの『影』の撮影に成功したと発表した。

ハワイから南極まで各地の望遠鏡を連携させ、地球サイズの巨大な仮想望遠鏡を実現、ブラックホール近傍のガスが発する電波をとらえ、その膨大なデータを2年かけて解析、影絵のようにブラックホールを浮かび上がらせたのだ。

その画像をテレビや新聞でご覧になった方も

蔵書検索システムで印刷された図書番号を頼りに広大な館内をさまよい、やっとの思いでその本にたどり着いた。久々に出会えた本に感慨を覚えながら読んだが『入門』とはいえ数式が多く、高校の時には理解したつもりで解説は今の私には難解であり途方に暮れた。

気を取り直して蔵書検索システムへ向かい、今度は『ブラックホール』で検索すると結構な数の本が挙がった。

中でも『ブラックホールをのぞいてみたら』（大須賀健著・2017）には非常に詳しくわかりやすい解説があった。それによると、ブラックホールはいつか周囲の物質をすべて吸いつくし、ブラックホールだらけになった宇宙では、それさえも消滅し最終的には物質のない空間になるのだそうだ。

一方、『人類は宇宙の果てを見られるか？』（サイモン・ロジャース著・2016）には、宇宙創

路感染を予防し、脊椎に重力を加えて骨粗鬆症の進行を抑制している。施設、デイサービスでの食事の管理で高齢者の血液検査データは改善をみ、わが国で最も不健康な世代は私を含む40～60代の世代なのであろうと痛感する。

私事になるが、父母は80歳を過ぎ、体力の限界を理由に2年前に実家の医院を廃業した。閉院した翌日から両親は『終わった人』同様、日常生活の中での duty がなくなり急激に体力が落ちた。父は明るいうちから酒を飲むようになり、外出しては転倒する機会が増え認知能力にも陰りが見え始めた。医師としてのプライドがある両親にはデイサービスを利用する気は毛頭なく、実家で両親を預かる姉から兄弟に再三の SOS が発せられた。そんなある日、両親に余生でやりたいことを確認したところ、『仕事をしたい。』との返答があった。やることのない空虚な時間が虚しくて仕方ないらしい。そこでやむなく、昨年4月に両親を呼び寄せ我々のクリニックを手伝わせることにした。両親にとって診療とは時間に束縛されるものだったが訪問診療では時間ではなく契約件数で診療を行うことになる。二人には日に数件ずつ診療を割り当てているが、当院としては同時に多方面への診療が可能となった。

現在当クリニックは父より一つ年上になる院長を含め医師7名体制となり1カ月でこなしていた診療は実質12～14日間で完結できている。職員には4週10休体制を提供でき、私も時々診療を離れ海外逃亡を図っている。高齢の3名の先生方にはデイサービスを利用する代わりに診療を担ってもらいADLを維持していただきたいと思っている。

令和の時代の幕開け早々、海外逃亡先からの帰国便の中で、明日から始まる現実に心を引き戻されつつワインを片手に本稿を手掛けている。自らのQOLを高めつつ、年齢や体力、家庭環境に応じて働き方を変え労働寿命を伸ばしていくことが令和の医師の働き方と考えるのは机上の空論ならぬ機上の空論なのだろうか？

令和元年5月15日 帰国便の機上にて。

『X への手紙』



名嘉村クリニック
糖尿病・甲状腺センター
幸喜 毅

拝啓 越智先生

先日、京都の御自宅でお姿を拝見した時は、思いの外元気そうで安心しました。昨年、病を患ったこと伺い、メールで「ワシはもうだめや・」の言葉をもたらした時、流石に慌てて突然訪問したことお許し下さい。診療所の呼び鈴を押すと、御自宅の方から奥様が小走りに駆け寄って来たのには驚きました。とても84歳とは思えません。3月まで小児科医院をされていたのも納得です。24年前に初めてお会いした時と変わらず、「京都の端の方にわざわざようこそ」と。いえいえ、中心部の鴨川よりは、おそばの賀茂川のほとりが風情があってよろしいかと思えます。一緒に大文字焼を見させていただいたのも近くのホテルの屋上からでした。そのホテルも無くなっていましたから、時の流れを感じます。

さて、御自宅で、お体の話しもそこそこに投稿中の論文の話しを始めたときは、滋賀医大で先生と実験について討議を繰り返した日々を思い出さずにはられませんでした。やっぱり元気そうで何よりです。その論文が、Med Hypotheses. の6月号に掲載されたのを確認した時は、私も胸を撫で下ろしました。87歳の先生の「これが最後の論文やから、どうしても載せたい」と、メールやFAXで何度も原稿内容の確認と質問をやり取りをさせていただきました。その執念が実ったのでしょうか、きっと。

これからは御自分の時間をゆっくりと過ごされますように、先日もお便りいたしました。お返事に、追加の実験の方法についての質問が添えられていたのに驚嘆しました。その後、Y大学のI先生からも先生の論文について、質問のメールが届きました。世界は先生の次の論文を待っているようです。師匠の Dr. DeGroot の

ように先生は永遠です。

Dear Dr. DeGroot

越智先生は、かように元気です。思えば、越智先生・Dr. DeGroot（爺さん：一部日本人からの愛称）・私の3人だけで話したのは一度だけ。1996年のサンフランシスコでの国際内分泌学会でした。緊張の中、自分の口演を終え、たまたま私の直後だった爺さんの発表を聞くことができました。その後、展示場のテーブルで3人で話しを。といっても、（これがあの爺さんか・・・）と思うばかりで、まともに会話できなかったのを覚えています。その1年後に、シカゴ大学の爺さんのラボで働くとは、その時は露程も思っておりませんでした。

3年間の爺さんの指導は越智先生以上に厳しく、パワフルさも強烈でした。夏休みに東海岸で数百キロも自前のヨットを走らせたり、急性心筋梗塞おこしてステント留置した2日後に点滴台を押しながら、ラボに病院衣で来たり。自宅の畑で採れた葡萄で極上の自家製ワインを醸造して皆に振る舞ったり。70歳にして、愛称の“爺さん”にそぐわない行動ばかりを目にできました。2004年に沖縄で開かれた国際甲状腺シンポジウムに来てもらい、講演の後、友人の高良先生と一緒に沖縄北部を回ったとき。そのときもあまりに元気で、爺さんの体の負担に気を回すのを忘れるほどでした。恩納村で、慣れない箸で沖縄ソバを食べさせてすみません。最後にお会いしたのは2012年の福岡での学会です。84歳だったんですね。そのときに昼食を一緒にできなかったのは今でも心残りです。その後も精力的に、臨床に研究に携わっていたと察します。爺さんの名は、その膨大な甲状腺学・内分泌学への功績とともに、その世界にいるものにとって果てしなく高いところにあります。

2018年10月23日、マサチューセッツ州 Nonquitt の御自宅で、多くの家族に見守られ90年の長い旅を終えられ。でも、爺さんは永遠です。

敬具



日本ソムリエ協会
50周年祝賀企画に参加して

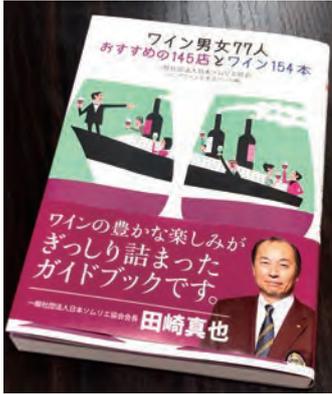
ちゅうざん病院 副院長
金城大学 客員教授
吉田 貞夫

自分がシニア・ワインエキスパートを取得した経緯を、2009年11月の沖縄県医師会報に掲載していただき、今年でちょうど10年が経ちました。その後、シニア・ワインエキスパートはどのくらい増えたかと申しますと…、2019年1月現在で、全国累計487名（日本ソムリエ協会資料）。ソムリエの有資格者は全国で累計38,738名ということですので、いかに少ないかということになります。

今年は、日本ソムリエ協会が創設され、50周年だそうです。さまざまな祝賀企画も行われました。自分も、都内で開催された感謝祭に参加し、田崎真也会長から直々に記念グラスをいただいて参りました。この50周年というおめでたい年に企画されたのが、シニア・ワインエキスパートらによるワインガイド、『ワイン男女77人 おすすめの145店とワイン154本』という書籍 <http://bit.ly/2VO3jPV> です。シニア・ワインエキスパート77人が、素敵なソムリエのいるレストランやワインショップ、普段着ワインやご褒美ワインを紹介します。



田崎真也ソムリエ協会会長と



『ワイン男女77人 おすすめの145店とワイン154本』

今回、自分は、那覇市で wine&interior CLASSICO、グラスワイン桜坂ル・ボワを経営されるシニアソムリエの前森裕人さんと、兵庫県姫路市でムッシュ田中の料理とワインの店 VinVin を経営されるシェフ & シニアソムリエの田中章博さんをご紹介させていただきました。沖縄で仲良くさせていただいているソムリエ、シェフの方もたくさんいらっしゃるのですが、全国理事の方は推薦できない、ソムリエ協会会員でないといけないといった縛りなどもあり、やっとお2人をお願いすることができた次第です。資格を取ると、協会を退会してしまう方も多いらしく、どの業界も、組織の運営というのは大変なんだなと思いました。

また、紹介するワインも、協会賛助会員のメーカーのものから選ぶという規定があり、普段着ワインは3,500円以下、ご褒美ワインは1万円以下と価格の縛りもありましたので、何を選ぶか迷いましたが、今回、自分は、大分県にある

安心院ワインのイモリ谷メルローと、フランス、ブルゴーニュのアルヌー・ラショーという造り手のニューイ・サン・ジョルジュを選ばせていただきました。

安心院ワインは、別府でセミナーをさせていただいた後、現地のみなさんと訪れた思い出のワイナリーです。日本独特の気候に合わせて、ブドウの栽培法も工夫されています。なかでもイモリ谷メルローは、やや薄めの色から想像できないくらい力強い香りとお味で、本格的なワインに仕上げられています。グラスを回すと、イチゴジャム、カラメル、コーヒー、カカオ、熟成を示す干し肉のような香りも感じます。口に含むと、レーズンのような丸みを帯びた酸味とコク、紅茶やシナモンのような余韻も長く続きます。肉料理だけでなく、和食などにもよく合います。

アルヌー・ラショーは、ブルゴーニュの名門老舗ワイナリーです。このワイナリーのニューイ・サン・ジョルジュは、グラスの向こう側が透けないくらいグッと濃い色調で、イチゴジャムやダークチェリーのような濃縮された果実味とともに、ココアや甘草、シナモンのような落ち着いた香りも感じます。当時の小売価格は6,000円ほどでしたが、その3~4倍の価格のワインとも張り合えるくらいのポテンシャルを感じました。



イモリ谷メルロー

ラショー

ワインは、いろいろな文化、いろいろな人との出会いをもたらしてくれます。これからも、より多くのみなさんと、ワインの楽しさを共有できたらと思います。



**個々の強みを活かす
“トリセツ”**

琉球大学医学部附属病院
血液浄化療法部
古波 健太郎

医師として25年間、組織に所属し研鑽を積んできた。その間に研修医をはじめとする後輩達を指導する機会も増えてきた。コンスタントに入局者がいたわけではないがその時々で指導者として後輩達の力を伸ばせるように努力してきた。

かつて、自分の理想とする医療を現場でも実現しようと診療スタイルや自己研鑽の在り方など、疑いようのない正論として後輩たちに一方的に教えていた頃があった。共感してついてきた後輩がいる一方でストレスを感じる者もありチーム全体としての盛り上がりに向け、成長が鈍化した時期もあったように感じる。“笛吹けども踊らず”といった感がありビジネス書や自己啓発本など読んで何か突破口にならないかと奮闘しているうちに、人それぞれ優先順位の異なる価値観を持ち合わせていることにもっと目を向けるべきだと気がついた。同じ景色でも自分が見えている景色と彼らに見えている景色は違うのである。それぞれが「何に心躍る人間なのか」ということに目を向けるように心がけるようにした。私自身も自分の強み、才能、優先順位を知ることができる客観的なテストにより自分の強みがどういったものかということを確認することができ、どうして自分がこれまでのキャリア形成の道を歩んできたのか腑に落ちた。ふだん周りや世間一般の価値観に惑わされがちであるが、自分の特性を踏まえた“自分自身のトリセツ”を熟知していれば、心が軽くなり、的確なキャリア形成はもとより、より充実した人生を送れるのではないかと思う。

最近、組織が抱える人材の個性を“見える化”し適材適所を実現できる“科学的人事戦略”と銘打った大企業向けのマネジメントシステム

のCMを見た。まさに、「これだ!」と思った。地方大学の少人数の弱小チームではあるが本質的には同じだ。今は同様な視点から、個々の強みを見つけ、伸ばすための支援を共同作業で行っている。また、それぞれの優れた能力を遺憾なく発揮してもらうためには、個々の強みとモチベーションを意識することが重要であり、彼ら自身の“自分のトリセツ”について個別に話し合うようにしている。

最近見たNHK特集で形質を決める遺伝情報は全DNAのうちたったの2%のDNAに含まれており、残りの98%は遺伝情報の発現様式の強弱をチューニングするスイッチの様な役割を果たしていることが紹介されていた。そしてそのようなスイッチが外因によってコントロールできる可能性が示唆されている。つまり現状を変える仕組みが我々自身の中に内在しているのである。個々の特性を踏まえた的確な“トリセツ”をブラッシュアップすることで潜在的な能力を遺憾なく発揮し個々の“強みのベクトル”を太くし、そして個性の異なる“強みのベクトル”を束ねたときチームとして力が最大化できると信じている。



なりたかったもの

南部徳洲会病院
心臓外科
瀬名波 栄信

気が付けば医者になって、23年がたった。職業として医者道を志したのだが、医者以外にもなりたかったものがないわけではない。私にとって医者は現実の目標であって、ほかにもなりたいたいものがあった。恥ずかしながら、それは考古学者である。もともと歴史が好きで、特に古代史は神秘的で大好きな分野である。

古くから語り継がれた神話や伝説には、考古学者らによって発掘され、実存したことが証明

されたものが多々ある。その一つにトロイアの遺跡がある。トロイの木馬で有名なあのトロイである。トロイアの物語はギリシャの吟遊詩人ホメロスの書いた叙事詩イーリアスに出てくる。ギリシャとトロイアの攻防を描いた物語である。トロイアの遺跡発見に大きく貢献したのはドイツ商人であったシュリーマンである。シュリーマンの自伝によると、幼少の頃に聞いたホメロスのイーリアスの物語が忘れられず、彼は貿易商で成功を取めたにもかかわらず41歳で財界を去り、伝説のトロイアの発掘にのめりこんだ。彼の残した業績は大きく、トロイアの遺跡発見だけでなく地中海文明の解明にも大きく貢献している。幼いころの夢を追いかけて、財をなげうってまでも、それを成し遂げたシュリーマンはうらやましく、あこがれの存在である。

旧約聖書に出てくるノアの方舟伝説やユダヤの秘宝であるアーク伝説もその存在を確かめるために発掘調査をしている人たちがいる。ノアの方舟伝説はその起源はメソポタミアのシュメール神話やギルガメッシュ叙事詩にある洪水伝説にあるとされる。聖書の記述によるとノアの方舟が漂着したのは現在のトルコとアルメニア国境にあるアララト山とされ、現在もなお方舟の発掘調査がたびたび行われている。

スピルバーグ監督の作品でかつて「レイダース/失われたアーク」という映画があった。考古学者でありトレジャーハンターでもあるインディー・ジョーンズ博士とナチスドイツがユダヤの秘宝であるアークをめぐる争奪戦を繰り広げる冒険映画である。アークとは旧約聖書に出てくる、モーゼの十戒を取めた聖櫃である。アークは古代イスラエルがバビロニアに滅ぼされたときに行方が分からなくなったとされる秘宝である。

子供の頃に見た映画は単に冒険映画としかとらえてなかったが、アークが何であるかを知ると、とてもロマンを感じた。いつしかジョーンズ博士にあこがれ、考古学者になりたいと思った。沖縄県立博物館が新都心に移り、その

外観を初めて見たとき、メソポタミアのジックラトを彷彿させた。私にとって、あの建物は小山にそびえるジックラトである。ジックラトとはいわゆるメソポタミアの聖塔であり、旧約聖書に出てくるバベルの塔も一種のジックラトである。

時間に余裕があればいろんな遺跡を訪れてみたいが、なかなかそれもかなわない。いつかはいろんな遺跡を旅してみたいと思う。インディージョーンズはいまだ憧れである。

みなさんはいかがでしょうか。医師以外になりたいものはありましたでしょうか。



友と過ごすひと時

川根内科外科
兼城 真理子

最近、年に1回、大学時代を共に過ごした仲間5人と、短い旅に出ている。

子供達を伴うことや、たまには夫婦同伴の事もある。皆が集まると大きな集団となり、レンタカーも大型ワゴンを借りる。

ある7月末に、皆で予定を合わせ、北海道に行った。旭川から札幌までの車の旅である。夏の涼しさを期待していたが、到着すると、年に1週間しかない旭川の夏日に遭遇した。

12名でぞろぞろと旭川動物園に動物を見に行った。尋常じゃない暑さに動物も我々もぐったりした。普段寒い旭川には、クーラーがなかった。美瑛や、富良野では、ちょうどラベンダーのシーズンで花畑、作物の様々な自然の色のコントラストを見ながら、札幌まで車の旅を楽しんだ。滞在先のホテルでは、みんなで卓球大会やプール遊びなどをして過ごし、毎回交流するごとに子供達もそれぞれ仲良くなった。普段は思春期で機嫌が悪い高校生も、小さい子の面倒を見てくれる。枕投げもする。そんな風景を

あり、地震直後は「今回の地震は大きかったな」程度の感想でしたが、最初は犠牲者数十人という報道だったように記憶していますが、その後、村が壊滅的な状況とか、映像で村が波に飲み込まれる影像が流れてきました。最終的には死者1万5,000人超の大惨事になりましたが、当初の報道と最終的な大惨事の結果とはほど遠く、未曾有の大惨事というのはほんの一部の小さな情報からしか伝わらないということを実感しました。院長は危機管理能力が求められますが、院内でおこる様々なリスクに対しても、最初の小さな段階で問題点として抽出し、しっかりと原因と対策をねることはとても重要だと感じました。100年に一度の大震災と病院運営を比較することはいささか乱暴な側面もありますが、備えあれば憂いなしという言葉が身にしみます。

「令和」の由来となった万葉集の梅の短歌の中に「初春の（令）月にして気淑く風（和）ぎ」という言葉があり、「初春正月の良い月で風は穏やかである」という意味だそうです。「令和」の時代は人々が良い月がでてきている事実を感謝し（複雑な意味づけなどせずに自然の喜びをただただ感謝し）風穏やか（大きな震災なく）であることを切望いたします。



補完・代替医療

ちばなクリニック
石川 聖子

リハビリや訪問診療、高齢者医療に携わっていると、統合医療について考える機会が、よくあります。騙されていますよ～、と止めたくなるものも多くないでしょうか。そして、リハビリテーション医療も、同じ類に思われていないでしょうか。回復期病棟での治療、装具療法、ボトックスなどの治療法は、厚労省のデータや脳科学を

基に、再現性のある効果が証明されています^{2) 3)}。但し、その研究の質、読んでいる人のリテラシーが、次の次元での問題になっているようです⁷⁾。何を信じればよいのかわからなくなってきます・・・。

- 1) 「統合医療」情報発信サイト www.ejim.ncgg.go.jp
- 2) 「あなたのリハビリは間違っていますか」
武久洋三 メディス
- 3) 「ニューロリハビリテーション」道免和久
医学書院
- 4) 「世にも危険な医療の世界史」リディア・ケイン、ネイトピーダーセン 福井久美子訳
文藝春秋
- 5) 「代替医療解剖」サイモン・シン、エツァート・エルンスト 青木薫訳 新潮社
- 6) 「がん補完代替医療ガイドライン第1版」特定非営利活動法人 日本緩和医療学会 2008年
- 7) 別冊NHK100分de名著「メディアと私たち」NHK 出版
- 8) 「待つ力」春日武彦 扶桑社 BOOKS 新書
- 9) 「介助犬」高柳友子 角川書店

を、ここで参照、引用しながら考えてみます。統合医療として出回っているもののほとんどが推奨度Cです⁶⁾。生存率を上げるものではなく、QOLを改善するものとしています^{1) 4) 5)}では、不治の病と言われている事象に対し、治療者の奮闘、苦し紛れの策、当事者の克服したい気持ち、寄り添う人の何かしてあげられることはないかという思い、そして、それらを利用する狡猾な人々の所業も昔から変わらないことがわかります。科学技術が発達して明らかになったこと、発見されたこと、見直されていることもある一方で、現在正しいと信じて行っていることも、後には間違った方法だったということもあります。

しかし「治らない」障害がある状態に対して、なんらかの救いは必要なのが実情です。行動科学的考察の点から、精神的苦痛、経過へのコントロール感、高いファイティングスピリット等の要因も、効果をもたらす⁶⁾ 経験は皆さんがお持ちのことと思います。医療はアートとサイ

エンス。「患者さんはじれったい事でしょうが、治療する側としても歯痒い。無駄な時間を過ごしているような気分になってくる。わたしとしては気まずいし、医師としての無力感を思い知らされるようで心苦しくなってくるのです。でも、この不毛とも受け取られかねない時間経過が実は大切であることを自覚するようになったのは、比較的最近のことです。(途中略)さまざまな症状を消し去ったり押さえ込むといった発想ではなく、症状を薄めていく、希釈していくと考えるとどうでしょうか。(途中略)これは誤魔化しなのでしょうか。いや、違いますね。むしろ自分自身との付き合い方が上手くなったということではないのか。そうなると、病を得たことは決して無駄ではなかったといった話になってきましょう。⁸⁾」介護リソースの相対的不足が予想される中、ロボットやITも必須だが、個人的には、アニマルセラピー、介助犬⁹⁾もいいのではないかと思います。衛生面、動物が苦手だったり、アレルギーといった問題がありますが、保護猫・犬と信頼関係を築いて暮らせることで、静かに話を聞いてくれたり、寄り添ってくれて、安全な保温も可能。見守りや合図、少しの介助もしてくれるし、動物・世話好きの方は、新たに役割をもって、パリッとする時間も持てるし。動物たちも、食事にありつけて、ヒトの愛情を知ることだってあって、過度の繁殖も防げそうだし。



幸せ

牧港中央病院
心臓血管外科
毛利 教生

牧港中央病院で心臓血管外科として仕事をしている毛利教生と申します。

研修医で牧港に3年間お世話になり、その時、沖縄でお嫁さんをお願いしました。

その後、洲鎌先生とご縁があり、H27.4月からスタッフとして赴任しています。

今、心臓血管外科として、上江洲先生の指導のもと、修練中ですが、今までも、これからも、どんな時も、逃げずに戦う姿勢を貫いていきたいと思っています。周りの先生、スタッフにも迷惑をかけることが多いのですが、このような機会をいただき、少し研修医の頃を振り返ってみました。

大学ではサッカー部で、進級はいつもギリギリでした。しかし、ポリクリで心臓血管外科を決めてから、浮気をしたことはありません。

出身は昭和大学で、医局は広島大学第一外科に入局しました。しかし、半年で外病院に出ることになり、実に今日まで、広大に戻ったことはありません。

外病院に手を挙げたのは、早く手術ができると聞いたからです。一般外科の病院でしたが、やはり、すぐに執刀の機会をいただきました。しかし、この時の上司がいまだに忘れられない、〇〇先生です。第一外科でも、首席の卒業で、自分にも他人にも極めて厳しい方でした。もちろん大変絞られました。ぼんやりですが、覚えているエピソードがあります。

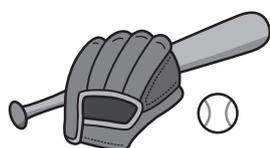
ある日、80歳くらいの男性でCOPDの高度な患者様で、食事も取れなくて、何かしてあげたくて、IVHを入れる提案をしました。今考えると、何かしてあげたい一心でした。〇〇先生からは、「まあ、やってみたら」と気のいい返事でした。しかし、あろうことか、COPDの患者に気胸を作ってしまう。なんとかりカバリーしましたが、それ見たことか！でした。何か回復の糸口を作りたかった。しかし、的外れでした。ナースステーションで絞られ、しかし、私は、涙ながらに、あろうことか、反論したことを覚えています。結果的に気胸は合併したが、何か回復の糸口を探した自分の気持ちは、間違いではないと。ものすごく厳しい先生で3年間指導を受けましたが、患者さんに慕われる姿、自分に厳しい姿、いつしか、先生の姿を尊敬して、自分は研修を送りました。

う言葉が非常に興味深いと感じた。外国人、日本という単一民族の国家では決して経験できない体験、つまりマイノリティーとなる経験はしばしば差別を受けたのではと誤解されがちであるが、部分的にしか正解でないと思う。日本以外の国に住むことでそれまで経験したことのないタイプの孤独や苦悩を体験し、自分自身の視点や他人に対する感じ方が変わった、ということだと思う。変化というより出会ったことのない自分が「現れた」のである。

そして最終的には日本では決して感じなかったであろう自分のアイデンティティー、つまり自分が日本人であることを意識する。否応なしに。客観的に外から日本を眺めることで日本にいた時よりもむしろ日本について多くを知ろうとするし、外国人に日本という国のことを聞かれ自分が日本人であることを強く感じ、勉強し、調べ、日本の良さや強み、悪いところや弱さをより知ろうとする。

イチローはこういった孤独や苦悩を乗り越え、結果を出すことによってアメリカで成功した。自分が正しいと思うことを継続して自分自身を信じて、努力を積み重ねたことの結果なのだろう。この途方もない苦労の上に築き上げられた数々の偉業を考えるとただただ感服してしまうが、私ももう一度挑戦したいと思う。自分が正しいと思うことを信じて。日本人代表として。最後にイチローのもう1つの言葉添えて、締めくくりたいと思う。

「メジャーリーグに挑戦するということは、大変な勇気だと思うんですけど、でも成功、ここではあえて成功と表現しますが、成功すると思うからやってみたい、それができないと思うから行かないという判断基準では、後悔を生むだろうなと思います。できると思うから挑戦するのではなくて、やりたいと思えば挑戦すればいい。その時にどんな結果が出ようとも後悔はないと思うんですけどね」。



【野球バカ】



かりまた内科医院
狩俣 洋介

学童野球のコーチを始めた。

長男が野球を始めたことがきっかけだ。プライベートな時間はほとんど野球に費やしている。

中学校受験に挑戦する医師家庭は少ないだろうが、我が家も例にもれず、受験のため塾通いを始めさせた。もちろん愚息から『受験したい!』と通塾の意思表示があったわけもなく、100%親の意向で。

高学年になり塾通いが本格化するも、全く勉学に身が入らない。机の前に座らせるだけでも一苦勞の毎日である。

『勉強したくない』と息子

『じゃあ何がしたい』

『野球したい』と毎日この問答。

前向きに努力する姿勢を勉学に生かす事を期待して、大谷選手やイチロー選手の書籍やビデオに頻繁に触れさせていたところ、どうやらすっかり野球好きになってしまったらしい。そりゃそうだ。彼らは魅力的すぎる。

『中高一貫校にいけば、高校受験がないから思う存分野球ができるぞ。野球のために受験頑張ろう』と無理やりこじつけたが

『…』

『わかった野球もやろう』と根負けし、週末のみ活動している学童野球チームにお世話になることにした。

沖縄ブルージェイズは北谷ブロックに所属する学童野球チームで、沖縄市知花の白川球場で毎週土日の午後に練習を行っている。Alex 監督が講師を勤める英会話教室の子供たちを集めて野球チームを作ったのが始まりで、今年で結成10周年を迎える。もう一人陽気な Duane コーチも共に指導をする。古き良きアメリカ野球独特のフランクな雰囲気があり、コーチは子供達の



ナイスプレイに絶叫しほめまくる。一方で緩慢なプレーや怠惰な態度には的確に指導が入る。

特定の小学校には属しておらず、遠くは那覇、浦添など県内各地から集まった日本人とアメリカ人の混成チームである。他国語は話せない子がほとんどだが、何となくお互いコミュニケーションがとれているのが面白い。

週末のみの活動なので、平日は塾や他のスポーツと掛け持ちをしている子が多いのも特徴だ。様々な背景を持ちながらも、どうしても野球をやりたくて集まっているメンバーなので、とにかく野球が大好きなのがとても印象的である。

チームにお邪魔したばかりの頃は、子供達の練習を遠慮がちに眺めていた。しかしボールを前にすると、どうにもじっとしていられず、いつしか私もグローブを持参するようになっていた。

整備されたダイヤモンド、外野の芝、白球、バット、グローブの革のにおい、子供達の歓声、監督の檄、全てが最高に心地よく、すっかり野球バカが再燃。アメリカ人コーチの一人が帰米するにあたり、監督からコーチ就任のお誘いがあり YES！

野球に没頭した学生時代を過ごし、野球の腕には自信を持っていたのだが、自らプレーするよりも教えることはずっと難しい。学童野球は球数制限も普及しており、ほぼ全員が投手をするため、それなりに投げられるよう根気強く指導をする。さらに技術論の変革も著しく、昔の常識は今の非常識である事も多い。日々勉強の毎日であるが、色々と蘊蓄を語らうのも野球の楽しみの一つだ。

さて、長男だが、体力の向上は当然のことながら、集中力や自己修正力がつき、相乗効果で学業の偏差値も…微増。しかし何よりも、明るく快活になり、声が大きくなり、人の目を見て話ができるようになった。これが一番の成長。

たかが野球、されど野球。学生の頃も、野球なんかやっている場合か、と何度言われたことか。野球バカ生活に息子に連れ戻された。やれるところまでやってみよう。

※沖縄ブルージェイズに興味のある方は、私まで直接連絡下さい！

(かりまた内科医院 098-878-5126)



「平沼先生の事情」

大浜第一病院
心臓血管外科
平沼 進

元号が改まり、時代の区切りとなる今年、不惑を迎える。諸先輩方を前に失礼を承知で言うてしまうならば、自分が10代だった頃、40歳の男性はオッサンだった。オッサン以外の何者でもなかった。事実、増えた体重が年々減りにくくなってきたり、当直の翌日が辛くなってきたりと、その逃れることのできない現実を痛感する今日この頃ではあるが、当時の自分にしてみれば、40歳のオッサンになった自分が一体全体どこで何をしているのか、といったことは無論想像の埒外だった。畢竟、故郷の小田原を遠く離れた沖縄で、心臓血管外科などという冥府魔道を歩んでいる。

こんな大人になりたい、というイメージはどんな少年の心にも宿るだろう。それは身近な大人かもしれないし、あるいはテレビドラマの登場人物かもしれない。手塚治虫の『ブラックジャック』に憧れて、という外科医はやはり少なくない。平沼はといえば、中学生当時に夢中になった漫画のひとつが、浦沢直樹の『MASTER キートン』だった。思えば、キートンのようなオッサンになりたかったのだ。

この作品の単行本はのちに「完全版」として復刻して累計1,700万部を売り上げ、テレビアニメ化もされた人気作品なので、ご存知の先生も多いはずだ。とはいえ、ではどんな作品か、と問われると、一言で説明するのが難しい。主人公の平賀・太一・キートンはイギリス人の母と日本人の父を

持つハーフである。作中に年齢の記載はないが、35歳～40歳くらいのオッサンを想定しているのではないかと、思われる。職業は考古学者であるが、優柔不断な自分を鍛え直すためとして、イギリスの軍隊にいたこともある。考古学者として大成してドナウ川流域の発掘をしたい、という大きな夢があるものの、大学講師としての働き口は少ない。むしろ糊口を凌ぐための副業である保険調査の仕事が忙しく、一張羅の背広で世界中を飛び回っている。依頼人との交流や考古学の知識、国際政治、テロリズムなど、取り上げられるテーマは多岐に及ぶ。また、別れた妻との間に年頃の娘・百合子がおり、家族の絆が丁寧に描かれている。

頭脳明晰ながらテロリストにも負けないサバイバル術を身につけている万能な主人公。中学生であった筆者を夢中にさせた理由としてはこれだけで充分かもしれないが、それだけでは荒唐無稽な凡百の作品と変わらない。一体何がこのキャラクターをそれほどまで魅力的なものに成し得たのか。

厳しい現実の中でも諦めずに夢や目標を追い続け、そして、それを実現するために学び続けることの大切さが作中で幾度も語られている。そんな理想と現実の間で葛藤しつつも、決して腐ることなく飄々としてニュートラルを保ち、相手が教授だろうが老婆だろうが子供だろうがいつも変わらぬ笑顔で接することが出来る、そんな人物としてキートンは描かれる。その上で、平沼を最も惹きつけたのは、身の回りの些細なことから喜びを見出して感嘆することが出来る「いつまでも好奇心を持ち続ける大人」としての描写だった。

作中の主人公と同年代となった今、そして自分にも娘が出来た今、当時理想としたそんなオッサンになれただろうか。当時と変わらぬ好奇心の燈を、今も変わらず灯し続けることが出来るだろうか。

近年になって、この作品の続編が短期連載された。娘の百合子との変わらぬ絆が描かれている。

「一緒に過ごす時、楽しいことは倍に、辛い

ことは半分になる。それが親娘ってもんだ」
今日はいつもより、少しだけ早く帰ろう。



「県外から戻ってきて感じたこと」

豊見城中央病院
心臓血管外科
島袋 伸洋

沖縄県医師会より緑陰随筆の原稿依頼が来た。私でよいのだろうかという疑問は残るが、大変光栄なことでもあるので書いてみる。内容は、趣味、紀行文、診療雑感、いきつけの店ということであった。私は昨年まで横浜で勤務をしていたので、帰沖してから気づいたことを踏まえ、診療雑多、趣味、いきつけの店の順で話をしたい。

私は横浜に2年と半分ほど修行のため単身赴任をしていた。私の専門は血管外科という分野である。あまり聞きなれない科かもしれないが、閉塞性動脈硬化症や下肢静脈瘤、透析シャントの治療を専門としている。深部静脈血栓症や、血管内治療も行うので、内科的な分野も絡んでくる。県外にでた理由は、県内での診療の限界と技術的・知識を向上させるために、県外での勉強が必須と考えたからである。帰沖後、日々の診療で思うことは、仕事柄、下肢の浮腫をみることが多いのだが、沖縄は肥満患者が多いということである。「下肢がむくみます」ということで、外来を受診すると、BMIが30を超えている人が県外よりも多いように感じる。廃用や肥満が原因と思われるような浮腫の方には弾性ストッキングの着用を勧めるのだが、握力がなかったり、お腹が邪魔をして手が足まで届かなかったり、なかなか難しい。履き方を教えたり、ストッキングの種類を変更したり、工夫をするのだが、その装着は微妙である。科学的には浮腫が良くなるのがわかっているにもかかわらず、履くことができなければ元も子もなく、臨床は本当



に難しい。最近ではドラッグストアで、自然と弾性ストッキングを見に行くことが癖になってしまった。横浜の師匠は自身のことを「ストッキングマニア」という。一步間違えると危ない人になるが、私も師匠同様、一步を踏み外さない「ストッキングマニア」を自称していけるよう精進したい。

帰沖してから、沖縄の海はきれいだとつくづく感じるようになった。単身赴任には、なかなか遊んでやれなかったのが、小学4年生の一番上の息子と週末はよく釣りに行く。あの緑がかった青色（エメラルドグリーン？）の海は非常に美しい。横浜に住んでいた時に見えた東京湾とはレベルが違う。そのような海で行っている釣りは、子供も小さいので、もっぱら磯や漁港での投げ釣りである。置き竿ができるので楽である。足場がよいところで行うので、餌をつけて投げて、座って待つだけである。息子にいたっては竿を置いた後に釣りのゲームをするという、まさに「釣りきち」である。おかげで子供を遊ばせるという名目で、私自身も楽しんでいるので非常に助かっている次第である。

単身赴任後に変化があったことは、妻である。単身赴任から帰ってくると妻の体重が増加傾向にあることに気づいた。妻は、某大学の内科に勤務しているのだが、その特殊性から内科の中でも激務と言われている科でもあり、旦那がないストレスと仕事のストレスのダブルパンチがきつときいたのであろう。そう言うこともあり、子供が寝静まった22時以降に、二人で1時間ほどのウォーキングを行うことにした。しかし、それだけではストレスがたまるので、なるべく1週間に1度は二人で食事をすることにした。最近、はまっているお店は、与那原にある「ヨルノアジアト」というお店。こぢんまりとしたお店だが、そこの食事はとてもおいしく、特にビーフシチューは絶品である。そんな夜遅くから食事をして、果たしてダイエットをしていると言えるのか不明だが、最終的には楽しければよい精神である。

以上が帰沖してからの私を感じたことである。まとまりのない文章で申し訳ないが、今後、仕事とプライベートを充実させながら、頑張っていきたい。

原稿募集

プライマリ・ケアコーナー (2,500字程度)

当コーナーでは病診連携、診診連携等に資するため、発熱、下痢、嘔吐の症状等、ミニレクチャー的な内容で他科の先生方にも分かり易い原稿をご執筆いただいております。

奮ってご投稿下さい。

随筆コーナー (2,500字程度)

随時、募集いたします。日常診療のエピソード、青春の思い出、一枚の写真、趣味などのほか、紀行文、特技、書評など、お気軽に御寄稿下さい。

なお、スポーツ同好会や趣味の会(集い)などの自己紹介や、活動状況報告など、歓迎いたします。

原稿送付先

〒901-1105 南風原町字新川218-9 沖縄県医師会広報委員会宛

E-mail: kaihou@ml.okinawa.med.or.jp

※原稿データは、出来ましたらメール送信又は電子媒体での送付をお願い申し上げます。

第128回沖縄県医師会医学会総会の演題募集について（ご案内）

本会では、標記医学会総会を下記のとおり開催することになりました。
つきましては、本会ホームページ上にて一般演題を募集いたしますので、《ユーザー名・パスワード》をご参照の上、お申し込みください。

記

- ※『一般演題募集期間』：令和元年8月14日（水） 9：00～
9月12日（木） 18：00迄
『一般演題修正期間』：令和元年9月19日（木） 18：00迄

沖縄県医師会ホームページ (<http://www.okinawa.med.or.jp>)

『沖縄県医師会医学会総会一般演題募集』よりログイン

ユーザー名：**okiigaku**

パスワード：**128igaku**

会 期：令和元年12月8日（日）

場 所：沖縄県医師会館

内 容：

○教育講演

「虐待関連（仮）」 沖縄県立中部病院 川口 真澄先生

○ミニレクチャー

○一般講演

※演題の採否、演題分類等についてはプログラム編成委員会にご一任ください。

※当日は託児所を設置致します。ご利用を希望される方は本会 HP をご確認ください。

（完全予約制）

※第125回県医学会より、一般演題募集のお知らせは、県医師会報と本会ホームページのみでのお知らせとなっておりますのでご了承のほどお願い申し上げます。

問合せ先：沖縄県医師会業務1課 大田(TEL：098-888-0087)