

時事エッセー

情報誌「じんせい」掲載

平成31年4月～令和2年3月

時事
エッセー

巨人、大鵬、卵焼き



仁生会理事長
細木 秀美

昔の日本の多くの子供たちの大好きなものは、「巨人」「大鵬」「卵焼き」だと、よくマスコミなどに例えられたことを覚えておる人は多い。今は、相撲と野球だけでなく、サッカー

やスケートなど、多方面のスポーツに広がりを見せている。特に大相撲では、いわゆる「鬚筋（ひいきすじ）」が、経済的なサポートまでしているようだ。芸能界でも俳優に、大好きでひいきにしている人がいるのは常識だ。私は、映画女優ではオードリー・ヘップバーンが大好きだった。昔の新宿には、安い学生料金で、一度入場すると、何回見てもいい映画館がたくさんあり、試験の終わった日には、一日中映画館に入りびたりだった。彼女の代表的な映画「ローマの休日」は5回ほど観たし、DVDまで持っている。

先日の新聞に、「鬚筋」とは、特定の人物

や組織に、格別の援助や配慮をすることだと載っていた。中国の故事によると、「鬚筋」とは、大きな亀の名前だということだ。この亀は、中国の皇帝のシンボルの龍の子供の一人で、怪力で、大きな石を持ち上げることを得意とした。だから、中国では、孔子廟の石碑などが、今でも亀の背の台座に乗っている。この亀のことが「鬚筋」だそうだ。そこから、他人のために大きな力を発揮することを、鬚筋と言いだめたらしい。平安時代の書物に、鉱山に閉じ込められた男が救出された時、「これ即ち、法華経の尽力、観音の鬚筋なり」とあり、かなり古い時代からわが国でも使われるようになったようだ。

私は、スポーツはあまり得意ではなかったが、見るのは大好きで、大相撲だと、昔の横綱「栃錦」「柏戸」が好きで、初代の若乃花や常勝の大鵬は強すぎて、あまり好きではなかった。何となく、時々負けて悔しい思いをするのが、好きだったなあ。判官ひいきなのかなあ。

細木病院グループのルーツ



仁生会理事長
細木 秀美

昭和61年に父が急逝してからもう34年になる。最近、ある人から、県庁に昔の個人の公的な歴史が残っている、という話を聞いた。そこで調べてみると、父は、昭和18年に召集されて陸軍の軍医として入隊。

激戦の地、ビルマの戦線に3年近くもの間、送られていた事実が記されていた。父は、昭和15年3月に名古屋帝国大学医学部を卒業時、配属将校の教練検定に合格していた。卒業後、帰省してすぐに母と結婚して、高知市内の病院(当時の楠病院、後の西内病院で、今はない)に勤務していたが、その後、高知県の山間の高岡郡越知町で内科医院を開業した。結構、患者さんには人気があったらしい。しかし、昭和17年7月10日、教育召集を受け、香川県善通寺市の歩兵第112連隊の補充隊に応酬され、第3機関銃中隊の衛生兵に配属される。8月8日、善通寺陸軍病院(今のこどもと大人の医療センター)に転属となり、10月7日、教育期間を満了して、召集解除されている。父の残した日記には、この教育期間中に、高知市の島本茂太郎先生(島本病院創設者)と一緒にだったと書かれている。しかし、間もなく12月16日、陸軍予備員候補者として召集され、善通寺陸軍病院に衛生伍長として入隊し、12月26日退営していた。昭和18年5月5日、歩兵第144連隊に臨時召集され、144連隊付き軍医少尉となる。9月14日、当時、海外への出兵の一大軍港だった九州の門司港より輸送船にて日本を離れ一路南下し、タイのバンコクに10月15日に到着。11月19日、泰緬(タイとビルマ、現在のミャンマー)国境

を通過し、激戦のビルマ戦線へ向かう。12月1日、144連隊本部付き軍医として、12月19日、ビルマのラングーン(現在のヤンゴン)に到着し、昭和19年1月30日から5月31日まで、「八号」作戦の戦闘に従軍する。その後、昭和20年8月13日まで、盤及亮作戦(?)に参戦し、敗戦に敗戦を重ね、多くの戦友を失いながら敗走を続け、8月14日に終戦を迎え、武装解除される。ベトナムのサイゴン(現在のホーチミン)の捕虜収容所に収容されていたが、昭和21年4

月29日、サイゴンの南の町サンジャクから復員輸送船に乗り、帰国の途につく。5月8日、広島県大竹市に到着し、九死に一生を得て、祖国日本の土を踏むことができた。法律的には、5月9日、召集解除となっており、復員完結と記されているが、直ちに、高知市西町の両親の元へ帰って来ている。

私たち兄妹は、戦争中は母親と一緒に、越知町の奥の五味という小さな部落に疎開していたが、終戦後すぐに、西町へ帰って来ている。父が復員時、軍隊の靴下に入れて持ち帰った乾パンの中の金平糖が不思議なくらい甘くておいしかったことを鮮明に覚えている。父は、帰国後すぐに、144連隊で親友だった、三重県に住んでいた小谷啓介副官の母親へ当てて、終戦直前のビルマでの戦闘で砲弾を浴びて戦死した戦友の最期を、綿々と書いた手紙が残っている。そして、父は帰国後、間もない7月1日に、まだ、体力も充分回復していないと思われるころに、両親の2階建ての家を少し改修して始めたのが、細木病院の前身の細木診療所である。父は、昼夜を問わず診療に励み、たくさんの外来患者の診察後も、遅くまで何十件もの往診にも出掛けていたと、その当時勤めていた看護師から聞いている。父は、自転車に乗れなかったため、高知市内の医師では最初に自動車を買って往診に出掛けたようだ。ビルマ戦線の行軍で歩き過ぎていたから、車にしたと聞いたことがある。開院したばかりの診療所の玄関には、一匹の南洋の猿が飼われていたが、戦線で肩に乗せていた猿が懐かしかったとも聞いている。この猿は、高知動物園が高知城の下に開設された時に、当時の竹内園長先生に求められて手放したらしい。私は手を噛まれて、憎かったが…。ついでに、思い出したが、その頃には高知動物園にはもう象がいた。小学生だった私が、この象の背中に乗せてもらった思い出がよみがえった。おそらく、当時の小学生では、最初だったのかなあと思う。

もし、父が帰って来ていなければ、私は医師になっていなかったらうし、当然、細木病院もない。人生の大部分は、大きな運命に左右されて流れていると、つくづく思う。もちろん、わずかな努力は必要だけれども…。皆様も、ぜひ、自身の両親や先祖の生い立ち、若い時の記録を紐解き、こんなことがあんなことがあって今がある…と感じてほしいなあと思う。



昭和54年当時の細木病院本館

時
エッセー

古事記の世界へ



仁生会理事長
細木 秀美

先日、岡山大学第三内科の同期会で京都に立ち寄った。京都に行けばいつも拝観する三十三間堂の前にある京都国立博物館のショップで、偶然目にとまった「まんが古事記」を孫に読ませようかなと思って購入した。古事記は、紀元前660年からの日本の創成期の神代の時代から天皇に至る歴史書で、難解で読み難い本だと思い、毛嫌いしていたので、これ幸いと、孫に渡す前に、私も帰り道の暇つぶしに読んで見た。分かりやすく書いてあっただけでなく、知らないことも多くて面白かった。特に、古事記は国民のため、日本書紀は外国に日本を紹介するためと考えれば、二つの日本の創成期の記録が残っていても不思議ではない。

しかも、私は、何とその1週間後に、出雲在住の親族の結婚式で、日本発祥の地の一つ、出雲市へ出掛けた。出雲大社の神殿での結婚式に参列して、その荘厳さに、さすがが大国主命を祭る日本を代表する神社だと感じた。しかも、しかも、その出雲大社の宝物殿も見学したが、その中に、その昔、江戸時代の土佐の山奥、本山に疫病が蔓延し、その撲滅祈願に川に流した小さな船が2年程漂流して、偶然にも出雲大社近くの浜に打ち上げられ、奉納され、その見返りに、大社の神職が祈祷のため、わざわざ僻地の土佐の本山を訪れた事実があり、その船が宝物殿に鎮座していたことにも驚いた。

今年は第126代天皇が5月1日に即位され、令和の時代が始まった記念の年でもある。今年は、知ってはいても、偶然、感嘆することの多い年だなあと、つくづく考えている。

情報誌「じんせい」令和元年6月号掲載

時
エッセー

スイカの効能



仁生会理事長
細木 秀美

昨年の夏は格別暑かったためか、大好きなスイカを食べることが、殊の外、多かった気がする。一昨年、孫が帰国して一緒に生活しているので、私の口に入る分は極端に少なくなりましたが、孫との会話を楽しみながらスイカを食べると、まさしく至福のひとつときである。

エアコンの効いた部屋で、冷たく冷やしたスイカを食べるのは、水分補給の意味もあって、特に大切だと思っていたが、最近、何気なく広げた本に、スイカの効用が載っていた。スイカには、リコペンという物質が多く含まれているらしい。これは前立腺ガンの発生を抑制する作用があるらしい。また、シトルリンというアミノ酸も含まれていて、これは血管拡張作用を有する一酸化窒素の産生を促進するらしい。カリウム含有量も多くて、高血

圧予防にもなるようだ。

スイカの前産地はアフリカ中南部のようで、砂漠地帯の果物である。雨季に水分を十分に摂って急速に成長する。英語でWater Melonというゆえんでもあろう。スイカは、夏の果物としては安価で、おなかいっぱい食べられる。八百屋の店先には、大玉や小玉がたくさん並んで求めやすいし、10kg以上の大きなスイカや楕円形のものまである。日本に最初に入ってきたのは、江戸時代初期のことらしい。インゲン豆で有名な隠元和尚が日本へ持ち込んだものらしい。当初は、赤い果肉が血や肉を連想させるので、子供や女性には食べられず、主に種子が食べられていたらしい。漢方でも、スイカの種は滋養強壯の薬として用いられている。水分の補給のみしか効用のないスイカとばかり思っていたが、調べると結構、健康に良い部分も多くて、スイカを見直した。

情報誌「じんせい」令和元年7月号掲載

18歳と81歳の違い



仁生会理事長
細木 秀美

先日、私の高校時代の同窓生が叙勲したので、同窓生たちで集まってお祝いをした。私の同窓生は、昭和15年生まれが主体なので、ちょうど数え年で今年

80歳になる者が多い。高齢になると、今度いつ会えるかどうか分からないと思うのか、最近、同窓生の集まる人数が次第に多くなっている気がする。しかも、話の話題がほとんど健康に関する話に集約されてくる気がする。そのお祝いの席上で、幹事から配られた文章「18歳と81歳の違い」があまりに面白かったので、このエッセーで披露したくなった。

①道路を暴走するのが18歳、逆走するのが81歳。②心がもろいのが18歳、骨がもろいのが81歳。③偏差値が気になるのが18歳、

血糖値が気になるのが81歳。④受験戦争を戦っているのが18歳、アメリカと戦ったのが81歳。⑤恋に溺れるのが18歳、風呂で溺れるのが81歳。⑥いまだ何も知らないのが18歳、何も覚えていないのが81歳。⑦東京オリンピックに出たいと思うのが18歳、東京オリンピックまで生きたいと思うのが81歳。⑧自分探しの旅をしているのが18歳、どこに行ってもよいか分からなくて、皆に探してもらおうのが81歳。⑨嵐と言うと松本潤を思い出すのが18歳、鞍馬天狗の嵐寛寿郎を思い出すのが81歳。・・・以上である。

私にも18歳になる孫がいるが、思春期真っ只中の悩み多い若い頃と、私たちのような老齢になって人生の終末期に近づいている者との歴然とした違いを並べられて、本当にその通りだなあと唖然とし、ますます今からの人生の、その日その日を大切に過ごさなければと考えた。

情報誌「じんせい」令和元年8月号掲載

犬にはダメな食べ物



仁生会理事長
細木 秀美

私は、小さい時から犬が大好きで、今まで100匹以上の犬の世話をしてきた。子どもの頃に祖母の飼っていた雑種の小型の可愛かった犬、父が飼っていたドイツの大型犬グレート

デン、行政の専門機関が捕まえ大学での研究と実験に貢献してくれた多くの犬たち、高知へ帰省してからも、続けて自宅で、英国のウサギの狩猟犬ビーグル、最近、ずっと飼っているのは土佐産の豆柴犬。自宅で生まれた、今の犬は、16歳近い超高齢犬になって、認知症になって、フレイルになって、毎日ヨタヨタと暮らしている。

初めの頃の犬の餌は、我々の食べた残飯だった。最近では、もっぱらドッグフードを与えている。今でも、肉などの残飯も時々与えると、犬は大喜びする。昔から、犬には、玉ねぎを食わせてはいけないといわれていた。玉ねぎなどのネギ科の植物には、「アリルプロピルジスルフィド」と呼ばれる硫黄を

持つ成分があり、それが赤血球のヘモグロビンに作用して赤血球を破壊し、貧血になる。体重1kg当たり、玉ねぎ30グラム（中玉ならば6分の1程度）を、3日食べた犬の症状が重くなった報告がある。猫もネギ科の食物は要注意だといわれている。

ところが、もう一つ、私も知らなかった、多くの人が大好きな食べ物がある。それは、何とチョコレート。犬がチョコレートを食べると、数日から半日で、嘔吐や下痢を起こす。原因は、チョコレートに含まれている苦味成分の「テオブロミン」が、筋肉や脳、心臓に悪影響を与えるからだ。エビやカニ類は、火を通せば大丈夫といわれている。生のエビ、カニ類には、ビタミンB1分解酵素が含まれ、加熱すると分解されるからだ。私たちがごく普通に食べているキシリトールも、犬では低血糖を起こすことが報告されている。

犬と私たち人間は、生物学的には、全く違う種類の哺乳類であることを自覚して、気を付けて、犬や猫を可愛がりましょう。

情報誌「じんせい」令和元年9月号掲載

時事
エッセー

高知県・百歳以上が日本一



仁生会理事長
細木 秀美

今年9月の統計で、時事通信社の発表では、100歳以上の方が日本中に71,238人と、とうとう7万人を超えた。昭和60年代には、全国の100歳以上の方は300人を下回っていたので、

物凄い増加である。しかも、都道府県別では、人口10万人当たりの100歳以上の方が多い県の第1位が、101.4人と、何とわが愛する高知県であった。2位は鹿児島県、3位は島根県だった。反対に、100歳以上の方が少ない県は、埼玉県の34人、愛知県の37人、千葉県40人だそうだ。日本でも、南に位置する地方は長寿と言えるかもしれない。これは、人口減少が著しい高知県への移住を考える方々には朗報だし、高知県としても勧誘しやすくなりそうだ。日本一の長寿の方は、女性が福岡市の方で116歳、男性は新潟県上越市の112歳だそうだ。

しかし、反して、出生数を見てみると、

2018年には、全国では今までで最低で、年間91万人しか赤ちゃんが誕生していない。高知県は、わずか4,498人しか生まれていない。近い将来、日本も、壊滅的な若者の減少を来す恐れがあるが、高知県は、昭和60年ごろは年間2万人以上の赤ちゃんが生まれていたもので、4分の1以下になってしまった。高知県が元気になるには、若者の人口が増えなければ、お先真っ暗だ。河合雅司さんの「未来の地図帳」によれば、2045年、今から25年後には、高知県の人口は50万人を切るそうだ。しかもその大半は、高知市への一極集中になる。彼は、日本の省庁の統計を駆使した根拠のある計算上の現実を突きつけているのだ。

どうすれば、将来、元気な高知県でいられるのかなあ。今年の知事選挙が、行方を左右する気がするし、新しい知事の舵取りと力が試されることになる。

※このエッセーを書いた数日後、100歳以上の方が多い県の第1位は島根県で、高知県は第2位に修正された。

情報誌「じんせい」令和元年10月号掲載

※令和元年11月号休載

時事
エッセー

お酒と健康



仁生会理事長
細木 秀美

今年も忘年会のシーズンが訪れた。昔から高知には酒好きの人が多くと一般的に思われている。高知県内の酒造会社で作ったお酒の8割以上が高知県内で消費されているし、高知

県の40歳から50歳代の男性の死亡率は、全国平均を大きく上回っている。原因は、お酒ではないかともいわれている。高知県の対人口当たりのお酒の消費量は全国でも有数だ。私も若い頃は結構飲める気で楽しんでいましたが、最近ほとんど飲めなくなってしまった。

身体に入ったお酒は、アルコール脱水素酵素とP450という酵素によってアセトアルデヒドに分解され、更に分解されて無害の酢酸となる。このアセトアルデヒドの分解酵素には2種類あって、この2種類の酵素の割合によって、酒に強い人と弱い人ができているようだ。お酒に慣れ親しんでくると段々強くなる人がいるが、これはP450の作用が次第に

強くなるためのようだ。食べ物と一緒に飲酒すると酔いにくいのは、P450のアルコール分解能が3割ほど上昇するかららしい。また、アルコールは利尿作用があり、脱水が起こるので、飲酒後に水分補給は必須である。

昔から「酒は百薬の長」といわれているが、本当だろうか。適量のアルコールは精神的な安定を来して、睡眠導入作用がみられる。飲み過ぎると、むしろ反対に目が冴える。一般的には、一合以下のお酒は動脈硬化を予防して、心臓病での死亡率を下げるといわれている。しかし、濃度の高いウイスキー等を薄めないで飲んでみると、喉頭がん等のリスクもいわれている。お酒が健康に良いか悪いかは、結論的には飲む量に左右されるので、自分自身の適量を見極めて、いつもほどほどにすることだなあ。

♡お願い♡

どなたか小型犬の子犬を譲っていませんか？



細木 秀美

情報誌「じんせい」令和元年12月号掲載

時
事
エッセー

大塚敬節先生



仁生会理事長
細木 秀美

先日、日高クリニックに代診に行ったときのことである。診察の合い間に、本棚の一冊の本が、偶然、目に入った。それは、東洋医学の大塚敬節先生の著書「漢方医学」で、しかも20年程前、私が読もう

と思って買った本でもあった。久し振りに出会ったので、読み直してみた。大塚先生と奥様には、昭和42年、私が東京医大に入学した頃、四谷三栄町のご自宅に泊まり込んで、とてもお世話になったし、ご長男も、東京大医学部を卒業後、北里大の東洋医学の教授を務められていた。

大塚敬節先生は、私の父の従兄弟でもあり、その頃の日本を代表する漢方医でもあった。先生は明治33年に、高知で生まれて、熊本医大を卒業後、昭和6年、東京牛込に修琴堂大塚医院を開業していた。もともと、文学青年だったらしく、高知での中学校時代に、高知新聞に応募して、135回の連載小説を発表

している。昭和9年、矢数道明先生と日本漢方医学会を設立。わが国で、明治時代に急速に普及した西洋医学に押されて衰退していた、古来の漢方医学の再興に尽力している。五台山の牧野植物園の基礎となっている、世界的に高名な植物学者、牧野富太郎先生の主治医でもあったらしい。そのためだろうと思うが、牧野植物園の奥には、大塚敬節先生の石碑が立っている。

余談だが、大塚敬節先生の末弟は、和(かの)と言い、私の父の、城北中学校の同級生で、父たちが学校でストライキをした時に、鏡川で、その時のミス高知と舟遊びしていて、退学になった猛者である。彼は、その後、日活のプロデューサーとして、吉永小百合を起用した「キューポラのある街」を企画した人物でもある。和の孫は、和田礼と言い、世界的なラッパーでもある。

今でこそ、漢方は、ほとんどの医学部で教育カリキュラムに入っていて、わが国の高齢者の健康に、多大な福音となっているが…。そんな懐かしい若い頃の思い出がよみがえった。

情報誌「じんせい」令和2年2月号掲載

時
事
エッセー

食品添加物は危険？



仁生会理事長
細木 秀美

最近、健康食品といわれるものの中には、保存料不使用や合成着色料無添加等をPRし、自然食品だから身体にいい、健康を害しないとアピールする食品をよく見かけるようになった。家内も、できるだけ保存料を使っていないものを購入しているようだ。

しかし、食品添加物が本当に有害なのかどうか、昔から疑問に思っていた。有害ならば、当然、国は添加を許可しないだろうから…。食品添加物は、元々、腐敗を防ぐし、味や香り、食感などに好影響があるものだと思っていた。無害と考えられる量を、無毒性量というが、実際は、その100分の1の量が、人の1日摂取許容量と決められている。それほど少ない量しか一般には使われていない。ハムやソーセージの発色をよくする亜硝酸ナトリウムは、発色だけでなく、恐ろしい食中毒を引き起こすボツリヌス菌などの細菌の繁殖を

抑える効果が同時に認められている。無添加が安全というわけでもないのだ。食品添加物には、食品衛生法で、すべて国の認めたもの以外は使用できない。天然、合成に関係なく、安全性と有効性が確認されたもので、令和2年1月15日現在、464品目が指定されている。保存料や着色料の添加が、一概に健康に悪い、身体によくないと片付けてしまうのも考え物だと思っていたが…。

最近は、やたらと高価な食パンが現れてきて、防腐剤なしで、買ってきて数日たって、知らない間にカビが生えてしまうパンも、蒸し暑い梅雨時にはよく見かけるし、こんな状態になった食品を食べて病気になることを考えれば、やはり、最低限の食品添加物は、私たちの周囲の食べ物には必要不可欠だと思っている。加えて、昨今、近くに商店がなくなって、大きなスーパーまで行かねばならず、老人には買い物は不便になってきたので、防腐対策のためには、添加物がますます必要になったように感じている。

情報誌「じんせい」令和2年3月号掲載

ナウ・レッツ・ビギン

平成31年4月～令和2年3月

仁生会の幹部による、職員の意識高揚のための啓蒙その他を記したリレーエッセーです。仁生会のホームページなどで毎月掲載しています。

蓋し名言！の2題は、いかが？

先日、シアトル・マリナーズのイチロー選手が現役引退を表明しましたが、「イチローが打った日は、お父さん、機嫌がいいね」と妻から脚蹴される位のファンであった自分にとっては、一つの時代が終わったな、という想いです。そこで今回は彼に纏わる名言を一つ、ご紹介いたします。あれは彼が渡米してから6、7年目ではなかったか、と思いますが、年間最多安打のメジャー記録も達成し、善々と実績を積み重ねていたイチローが、確か20打席くらいノーヒットが続いた後のエンゼルス戦で、突然、3安打がこちらのマルチヒットを打った時でした。試合後のインタビューで、イチローに打たれた感想を記者から聞かれたマイク・ソーシア監督が、こう答えました。

「君、世の中には決まっていることというのがあるんだよ。人は死ぬ。イチローは打つ。」
私、唖りましたね。この記事、確か USA Today という米国の全国紙に載っていたと思うのですが、以降、しばらくはこの全国紙の記事に眼を通すのが楽しみでした。

もうひとつ。私はここ数年、古い映画を、特に海外ものを観ているのですが、その中に「お熱いのがお好き」というのがありました。本作は2000年に全米映画協会が選ぶコメディ映画ベスト100で第1位に輝いた名作で、一般には主演のマリリン・モンローが有名ですが、実は、知る人ぞ知る、という最後のシーンがあるのです。その場面はこうです。



1920年代のシカゴ、食うに困った2人の芸人が女装して女性ばかりの劇団に紛れ込み、選定に繰り出します。うちの一人、ジャック・レモンがマイアミのショーで、やもめ暮らしの大金持ちに一目惚れされます。小柄な初老の大富豪から求婚されて、

- レモン「ほんとのこと話すわ。私たちが結婚できないの」 → 大富豪「なぜだい？」
- レモン「あたし、ほんとは金髪じゃないの」 → 大富豪「気にしないよ」
- レモン「あたしには醜い過去があるの」 → 大富豪「許すよ」
- レモン「あたし、子供を産めないの」 → 大富豪「養子をとればいいさ」
- レモン「わからないわね。俺、男なんだよ」 → 大富豪「Well, nobody's perfect.」

最後だけ英語にしましたが、これも「えっ」という感じ！忘れられない一言です。

(J.F)

「令和」幕開け

5月1日、新しい天皇陛下が即位され、令和の時代が始まりました。ついこの間、「平成」になったと思ったら、あれから31年。皆さんも、「令和」「平成」と、二つ、あるいは「昭和」と三つ、ひょっとしたら「大正」と四つの時代を生きていることになるわけ。

近代以降の改元は天皇の崩御とほぼ同じで、平成改元の重苦しい雰囲気はいまでも目に浮かびます。しかし、今回は譲位というご存命のままの代替わりであること、先立って公表された新元号「令和」が国民に思いのほか早く受け入れられたこと、前代未聞の10連休となったゴールデンウィーク中の御代替わりとあって、改元という時代の節目に向け祝賀ムードで大いに盛り上がりを見せました。

1日、平成時代は大災害や不況、社会の分断が目立ったため、改元ですべてをリセットして大きく変えて欲しいという期待から新時代の訪れを喜ぶ華やかなムードに日本中が包まれました。

7日、令和初の東京株式市場、「ご祝儀相場」はならず関係者にはがっかりでした。そして、あのお祭り騒ぎのような熱気はどこへ、と思うほど街は落ち着きを取り戻しました。

さて、この国の将来にはどんなことが待ち受けているのでしょうか。少子高齢化一つとっても抜き差しならない問題を孕んでいます。2025年問題然り、2040年問題然り。私のような団塊世代には辛い世の中になりそうです。昭和や平成に育った次世代を担う若者たちが新時代を切り開き、輝かしい未来をつくり上げてくれることを願わずにはいられません。

「令和」は一人ひとりが明日への希望とともに、それぞれの花を大きく咲かせることができる。そうした日本でありたいとの願いが込められています。手話では「蕾が花開く」という意味の手の形を、身体の前方に伸ばす動きで「令和」を表現します。「未来へ向けて花を咲かせる」との明るい展望を込めた表現だそうです。



皆さんそれぞれの思いのこもった蕾が大きく花開く時代になってほしいものですね。

(豆助)

喫煙者は不採用になる時代がきています！

受動喫煙対策を徹底する改正健康増進法が昨年7月に成立しました。これにより国や都道府県などが、受動喫煙防止の周知、啓発をはじめ、今年の7月1日から学校や病院、行政機関などの敷地内が全面禁煙になります。厚生労働省の基本的な考え方は、受動喫煙による健康被害が大きい子供、患者などに特に配慮した、「望まない受動喫煙」をなくすというものです。

「望まない受動喫煙」をなくすだけでは手ぬるいと考えた大学が現れました。これからの内容はネット記事からの引用です。長崎大学は、禁煙対策の強化として、教職員の就業時間内の喫煙を禁止すると共に、今後の新規採用にあたり喫煙者を採用しない方針を示しました。教職員がタバコを吸って自分の健康を害するだけでなく、学生はやはり教員の背中を見ていて、教育の場としては、喫煙者は相応しくないと感じてきました。こうした基準を設けるのは、国立大学としては全国初の試みだそうです。この方針にはやはり賛否両論が巻き起こりました。「差別だ。人権侵害だ」という批判の声が上がると、「タバコは嗜好ではなく依存症を引き起こす」「医療従事者を養成する大学として当然」という賛同の声も寄せられました。

「タバコを吸う、吸わないは個人の嗜好であり、大学が踏み込む問題ではない」という反論に対して憲法の立場からある弁護士が語っていました。「喫煙権」は人権なのか。受動喫煙の問題と同時に、タバコを吸った後も30~45分間は喫煙者の息から有害物質が吹き出されることや、服やカーテンなどに残ったタバコ残留物から有害物質を吸い込んでしまう「三次喫煙」の問題も指摘されています。それが原因で喘息発作を起こす人もいます。この点が「単なる嗜好の問題」とは言えないところの難しさです。大学には未成年の学生もいます。大学側には全ての方に健康なキャンパスライフを保障する責任があるわけですから、その責任からすると、喫煙者を採用しないことで憲法違反の判決は出にくいように思うと指摘しています。さらに、個人的には、喫煙権の問題は、人権そのものというよりも、個人的な嗜好であり、個人生活上の利益として存在している。喫煙者を採用しないという問題も、大学の裁量権の問題であり、裁量権の逸脱や濫用がなければ違法にならないのではとまとめています。

5月31日は「世界禁煙デー」でした。WHOが世界の人々の健康のために禁煙を推進するために設けた日だそうです。何ともあれ喫煙者を取り巻く環境は厳しくなっているのは間違いない。喫煙者のなかでも特に、小さなお子さんがいる親御さんはこの禁煙煙してみてはいかがですか。

(めだかの里)



私とテニス

「君はいつこの大学に何しに来たんだ？」
クリーム色の殺風景な壁に、ざっしりと本が詰まった本棚に囲まれた部屋で、倉谷学部長は私に聞いた。いつもの通り、彼は背広にネクタイというフォーマルな服装であった。それに対し、当時かなり能天気で礼儀作法も知らなかった私は、ジャージ姿でその言葉を聞いていた。そして私は答えた。「はあ、テニスがうまくなりたくて来ました」。少し間をおいて、「そうか、それならもういい。行きなさい」と先生はおっしゃった。私は、その時の倉谷先生の気持ちに気づくこともなく、単純に「分かってくれたんだ」と思い部屋を出た。

これは、1980年5月、私が大学3年生のときの話である。私はその年、初めて全国大会に出られることとなり、毎日練習に明け暮れていた。ところが、大会の時期が1学期の試験と完全に重なるという大問題に気がついた。これはいけないと思った私は、自分が受講していた講義を持つすべての先生に、試験を追試かレポートにしてくれるようお願いして回った。その活動を始めたある日のこと、掲示板に学部長から私へ呼び出しの張り紙があり、頭頂のやり取りとなった。結局、その時受講していた講義の半分以上の成績が「D」（不可の意味。1回これがつくとその年にその科目の単位は取れない）となり、私は危うく大学から除籍（退学とは異なり、大学にいた記録も抹消される）されそうになった。



中学1年からテニスを始め、約50年経った今でもテニスを続けている。試合にも時々出ている。そして最近では、試合だけでは飽き足らず、母校の試合も頼まれていないのに行こうになった。息子にもよく「飽きないの？」と言われるのだが「飽きない」のだ。大昔に、自分でも何故続けるのか考えたことがあるのだが、多分これは治らない病気にかかったのだと思っている。

私は社会人になって「生きるための技術」を仕事から得たが、「生きる上での哲学」はそのほとんどをテニスから学んだ、と思う。

ちなみに冒頭のやり取り、そしてそれに続いて自分に起こったことから得た教訓は、「なかに熱中すると、他の何かを捨てることになる」である。

(積善舎社長)



昭和 20 年 8 月 15 日の追憶から令和に

第 2 次世界大戦の終結は、私が 10 歳の夏のこと。母から日本が無条件降伏したことを半信半疑でと一緒に聞きました。その後、夜、電気がついて、その明るさに驚き、安らいだ気持ちになったことを思い出します。それまでは、電燈の傘に黒い布をかぶせ、光が外にもれないようにし、いつも薄暗い家の中で過ごしていました。また、戦時中、流行歌は軟弱な歌とされ、非国民と言われていました。そのため、歌うのは決まって軍歌でした。ラジオで「リンゴの唄」が流れるのを聞いたときには、「戦争は終わったのだ」と実感したものでした。食べ物も終戦後も食糧難が続きましたが、数年たつと、正月や神祭には銀飯、寿司、餅なども食べることができるようになり、この日が待ち遠しくなりました。私は、父の仕事の関係で、生糸会社の社宅に住んでいたことがあります。女工さんがたくさんいて、ある時、女工さんの食事を見たことがあります。丸麦とさつま芋の入ったご飯で、米粒は見あたらず、薄いみそ汁の中に白菜の入ったおかずでした。それでも「欲しがりません、勝つまでは」の合言葉で隣の糸を取っていました。

沖縄がアメリカに占領され、いよいよ本土決戦、一億総玉砕が叫ばれていた頃、アメリカ、イギリス、中国の 3 か国の首脳が戦争の終結を日本にすすめるため、「ポツダム宣言」を提示するようにしていたのです。昭和 20 年 7 月 26 日、宣言を日本政府に提示されたが、日本政府は「宣言を黙殺する」と発表。8 月 6 日広島に、9 日長崎に原爆が投下され、その間 8 日にソ連が対日宣戦布告。日本は宣言を受諾し、15 日には昭和天皇の「玉音放送」が日本の敗戦を伝え、第 2 次世界大戦は終結したのです。

混乱時期を経て、日本は民主国家として驚異的な復興をし、「昭和」から「平成」そして「令和」と元号が変わり、74 年の間、戦争のない平和が続いています。しかし、この年月は、戦争の恐ろしさを風化させてしまいつつあることは否めません。昨今の諸々問題となった言動や行動からもうかがい知ることができそうです。中心となって日本を担っている方たちのほとんどが戦後生まれとなった今、平和について、そして戦争の恐ろしさを正しく知ることからかけ離れつつある現実を危惧せずにはいられません。

令和は、「よいこと、おだやか」という意味の元号です。世界が戦争や災害のない平和な日々であることを心から願います。

それでは皆さん だんだんよ

(稲井の隠居)



チコちゃんに叱られたい!



皆さんは、NHK 総合テレビの「チコちゃんに叱られる」をご覧になっていますか? 私は、この番組が大好きです。永遠の 5 歳チコちゃんが、普段は全く疑問に思っていない、それでいて極めて素朴な疑問にズバッと答える。

「ええ、本当に?」
「なるほど〜」
「チヨ、スッキ!」
その爽快感が、たまりません。今回は、私が思わず膝を叩いてしまった選りすぐりの回答を、チコちゃんに成り代わりお届けします。

【Q1】なぜ男と女がいるの?

男は、女にとっての保険だから。

⇒地球最古の生命(微生物)が生まれたのは、およそ 38 億年前。性別は全てメスで、分裂することで世代交代していた。このメスがメスを産む仕組みは何と 20 億年近く続く。ところが、その頃、地球では気温がダイナミックに変化したため、酸素濃度が急上昇したりと、環境が激変する。こうした中、環境変化に対応できない生き物たちは絶滅の危機にさらされる。同じ生き物の中に、色々な体質を持った個体がいなくて、その種は生き残れない。そこで、メスが生み出したのがオスである。オスは、体内に母親のメス遺伝子を持ったまま、父のメスと出会って子供を作る。この時、母親が受け継いできたメスの遺伝子と、父親が運んできたメスの遺伝子が混ざり、子供は、祖先とは違う遺伝子を持った個体となる。つまり、メスはオスを遺伝子の運び屋として使い、バラエティ豊かな性質を持った子供を作る仕組みを作り出していったのである。ヒトの受精卵でも、最初は女性として成長を初め、受精した週目から男性となる胎児の体内でホルモンの作用で男性ホルモンの命令で男性ホルモンが大量分泌され、男性に作り替えられていく。うーん、オスは、メスの子孫繁栄のための保険だった。

【Q2】桜が同じタイミングで咲くのは、何故?

1本の木から分身した同じ木だから。

⇒日本でも最も代表的な桜「ソメイヨシノ」は、最初の 1 本から分身をどんどん増やしていった。全国に広がった。つまり、日本全国の「ソメイヨシノ」は、全て同じ遺伝子を持つクローンなので、同じタイミングで咲く。江戸時代、成長が早い「オオシマザクラ」と丈夫で長生きな「エドヒガン」が交配され、その中で、極めて花が美しい奇跡の桜が出現した。それが「ソメイヨシノ」である。それがあまりにも美しかったため、どうにか後世に残そうと、接ぎ木され、全国に広まっていた。今では、百万本以上の「ソメイヨシノ」が植えられているという。

「ふ〜ん、なるほど」
「へ〜、そうなんだ〜」

世の中は、不思議に溢れている。ホーッと、生きている自分としては、一度、チコちゃんに、思いっきり叱られたい!

※参考文献 NHK「チコちゃんに叱られる!」制作班(編)

(哀愁ボーイ)

<http://www.line-stamps.jp>



十善戒の勧め

先日、京都のあるお寺に参拝したときのことである。参拝帰りに、リーフレットを頂戴し、帰りの電車の中で読んだ。それが「十善戒」である。私たちがいつも悩みや不安を抱えている生活している。それを少しでも取り除く、心を教えてくれている気がする。

- ①不殺生(ふせつしょう)
むやみに生き物を傷つけない。あらゆる生物を尊重しよう。
- ②不偷盗(ふちゆうとう)
盗まない。他人のものを尊重しよう。
- ③不邪淫(ふじやいん)
男女の道を乱さない。お互いを尊敬し合おう。
- ④不妄語(ふもうご)
嘘をつかない。正直に話そう。
- ⑤不綺語(ふきご)
無意味なおしゃべりはしない。良く考えて話そう。
- ⑥不悪口(ふあくく)
粗雑な言葉を使わない。優しい言葉を使おう。
- ⑦不両舌(ふりょうぜつ)
中傷しない。思いやりのある言葉を使おう。
- ⑧不悭貪(ふけんこん)
ものに執着しない。惜しみなく施しよう。
- ⑨不瞋恚(ふしんじん)
怒らない。にこやかに、暮らそう。
- ⑩不邪見(ふじやけん)
間違った考え方をしない。正しく判断しよう。



私自身も、全て行動に移すことはとても不可能だと思ったが、一つでも、二つでも実行して、少しでも、これらの教えに近づき努力をすれば、不安や不満な心にならないのかなと思った。幸せで充実した生活なんて、そんなに簡単には手に入らない。悩みや不安が、少しでも和らいだ生活が送ればいいいなあと、いつも感じている。

反省はしても、後悔しない人生を送りたいなあ。

(アラジンのランブ)

下手の横好き

皆さん! こんにちは。お山大好き人間の「与作」です。

さて、カエデやイチョウが赤や黄色に色づく季節となりましたが、今回は、秋の夜長に乗じて「下手の横好き」について・・・ナウ・レッツ・ビギンと参りましょうか。

◎「下手の横好き」とは、趣味などを「下手なくせいつまでも続けている」とか、「あまり上達もしないのに夢中になっている」という意味のことわざです。

◎由来と語源ですが、本来は、「本業(本筋)以外のことに熱心」という意味があります。しかし、現在では、「下手だけど好き」のように使われていますが、これは、あくまでも「本業以外の趣味」を指しているところがポイントのようです。

◎「横好き」の横(よこ)という漢字には、左右の方向を表す他に、「邪(よこしま)・不正」という意味があります。総じて、ものが「本筋を逸れる」ことを表わしているようです。

◎まともとして、「下手の横好き」とは、もともと本業から横にそれたことから(趣味など)を好むという意味であり、現在では、下手なのに熱中している人を揶揄する表現として使われています。然し、ここで注意すべきは、あくまでも「本業以外」ということです。例えば、料理の下手な主婦に対して、「下手の横好き」と言うことはありません。また、謙遜や自虐の言葉として使うことはあっても、下手な趣味を持つ他人に対しては使うべきものではありません。

◎蛇足 「下手の横好き」とは、ゴルフ歴 50 年余、いまだに下手を固めつつある「与作」の、「GOLF に対する情熱と取り組み実績」そのものであります。・・・できれば、来年あたり??「好きこそもの上手なれ」となりたいたいものです。



勇気を出して第一歩を踏み出そう!

曲がり角の先に

きっと良い事があることを信じて。

それでは、いつか又の機会に ハイハイホー

(与作)

思いやりの心を大切に♡

お仕事お疲れ様です。令和元年も早やページを捲ろうとしています。平成最後の年の初めに当たって皆様が心に誓ったことは、達成できましたか。来年こそはと、心新たにされているかも知れませんが、忙しい毎日だからこそ、お互いに思いやるのが、仕事でも家庭でも必須ですね。

最近、自然災害も想定外の大きさとなっています。私は助け合いの精神が、国民性として元々備わっているように感じていますし、報道でも感動させられています。世界では 2025 年までに水不足の影響を受ける人口の割合は 1/2 と推定されています。水不足、海面上昇、大気汚染と自然環境が崩れていっています。世界では空腹のまま眠りにつく人の数は 8 億人と言われています。1 年間の自然災害も 15% の増加率となっています。世界では、はしかで毎日 245 人が命を落としていますし、2 分間に 1 人の割合で小児がんが診断される子供がいます。いじめの影響を受けている子供の割合は 3 人中に 2 人はいると報告されています。何という事でしょう。日本も含まれますので、よその国の事などと言ってはいられません。いじめは子供ばかりではありません。私達大人がしっかりしなければと考えます。自分に何が出来るのか、何をすればいいのか、身の回りの小さいことからでもご家族、ご友人の皆様で話し合って少しでも良い方向に舵が取れるといいなあと思います。



<https://www.photo-ac.com/>



皆様にとって、来る年が希望に満ちた穏やかな令和 2 年となりますように、お祈り致します。患者様のため、家族のために、世界の平和のために！ 良き新年をお迎え下さい。

(ナストラビ)

四国一周 JR の旅

10 月の連休を利用して孫(小学 1 年の男の子)と、JR の途中下車自由の特急自由席が利用できる周遊券で 1 泊 2 日の四国一周をした。当日は快晴、高知発 8 時 20 分の南風で、いざ窪川駅を目指し、窪川駅発 9 時 40 分、宇和島駅着 12 時 20 分の予土線でホビートレイン(列車の前が新幹線を模して丸くなっている)に乗車した。予土線の列車では、その他に、しまんとトロッコ、海洋堂ホビートレインの予土線 3 兄弟がある。



<https://www.kochinews.co.jp/article/241694/>

沿線には、打井川駅から 6 km にある海洋堂ホビートレイン、土佐大正駅周辺には葉焼酎ダバダ火振を作っている無手無足、細木病院の医師が毎週診察に行っている大正診療所がある。車窓からは、四万十川が良く見え景色は良かったが、残念ながら列車の乗客は、観光客数人、地元の人、学生等で 1 両編成でも空席が目立った。

JR 四国は民営化以後、32 年連続の赤字で、国が設けた経営安定基金の運用で赤字を埋めて運営されている。予土線は、100 円の収入を得るために 1,159 円の費用がかかっているとの新聞報道があった。沿線人口の減少もあって、観光列車の充実で外国からも観光客を誘致できる態勢ができることを願うばかりである。

宇和島駅からは、アンパンマン列車に乗って松山に向かった。宇和島では、ほずみ亭の鯛めしを食べたかったが、残念ながら日曜日は休みであった。松山では松山城に行く途中の物産館で水道蛇口から出るみかんジュースが珍しく、大勢の観光客が写真を取っていた。その後、道後温泉では改修工事の影響もあり、20 分待ってやっと入ることができ、レトロな雰囲気を楽しむことができた。

翌日は、特急石鎚で高松へ向かい、昼食にうどんを食べたが、本場のうどんはどの越しももちもち感が良かった。高松からは、特急うすおで徳島へ向かい、徳島からは、特急つるぎで吉野川沿いに行っている徳島本線に初めて乗って池田経由で高知駅に到着し、あわただしくもあり、あっという間の楽しい列車の旅で、孫との距離が一段と近づいた。

皆さんも是非、ビールを飲みながらの JR の旅、行きませんか!

(お茶のみ)

パワハラ(怒る)と指導(叱る)の違い

本年 6 月からパワハラ防止法が施行されます。企業にパワハラを防止する法的義務が生じます。管理職は、パワハラのない働きやすい職場環境を整備することが義務付けられます。

しかし、管理職が「パワハラを受けた」と指摘されることを恐れて必要な指導を躊躇してしまったり、組織運営や人材育成を妨げることになります。パワハラ(怒る)と指導(叱る)の違いについて、考えました。

「怒る」とは、自分の抑えきれない感情をそのまま相手にぶつける行為で、自分本位です。

「叱る」とは、相手の成長のために、改善すべきことを指摘する(人材育成)行為で、相手本位です。

「パワハラ」は、自分の思い通りにならない相手や状況に対して、攻撃的、否定的に「怒る」ことです。一方「指導」は、相手のために、理性的、肯定的に「叱る」ことです。自分の言動が感情に流されて「怒って」いるのか、理性的に「叱って」いるのか、常に意識して感情を制御することが、パワハラにならないポイントです。

また、「指導」をより効果的にするためには、相手が「指導」を受け入れやすくなるように、表現や状況などに配慮する必要があります。以下にポイントを列挙します。

- ① 指導内容: 組織運営や相手の成長に役立つものか。⇒ 指導すべき事実についての確かな改善策を伝える。
- ② 状況: 場所、周囲の人、相手の忙しさ、自分との関係性に配慮できているか。⇒ 一対一の短時間の面談で伝える。
- ③ 表現方法: 言葉、声の大きさ、表情、態度、視線など相手に与える影響に配慮できているか。⇒ 理性的で丁寧な言葉で伝える。
- ④ 相手の理解度に対する配慮: 指導内容を相手が理解できているか、配慮しながら言葉を選んでいるか。⇒ 相手の人格を否定するような言動を発してしまうと、相手は「指導」とは受け止めない。

以上のパワハラ(怒る)と指導(叱る)の違いを理解して、自分の言動を振り返り、自信をもって組織運営、人材育成を行ってください。

(まつりの夜店)



映画を通して感じられるイランの人びと

皆さんはイランという国にどんなイメージをお持ちだろうか?

私が、現代イランの普通の人の生活に触れた、と感じたのは、4 年ほど前に観た「別離」という映画であった。2011 年製作のこの映画は、ベルリン国際映画祭の最高賞である金熊賞と、全編ペルシア語の映画としてその年の米国アカデミー賞外国語映画賞をダブル受賞した。このことで興味を持ったのだが、ドラマはテヘラン市内に住むインテリ層の一家が舞台で、年頃になった娘を欧米に留学させた妻と、アルツハイマー認知症の父親の介護を心配する夫、そしてこの父親の世話に雇われたヘルパーの娘という、日本社会と変わらないその状況が、私にとっては意外、かつ新鮮であった。

私が次に出会ったのが、先年亡くなったアッパス・キアロスタミ監督の映画「友だちのうちはどこ?」(1987 年)である。主人公は、間違っってクラスメートの宿題用ノートを持ち帰ってしまった小学生。「宿題を忘れた者は退学になる」と先生に聞かされていた彼は、ノートを返そうと、行ったことのない友だちの家を探しに出かけるが…。国境を越えて「人間」は同じと感じさせるこの映画は 2005 年、英国映画協会が選んだ「14 歳までに見ておきたい 50 の映画」の 5 位にランクインしている。

アカデミー賞の外国語映画賞を受賞しているもうひとつのイラン映画が「セールスマン」(2016)である。アーサー・ミラーの戯曲「セールスマンの死」の舞台に出演中の素人演劇人の夫婦。ある日、引越したばかりの自宅で、夫の留守中に妻が何者かに襲われ、ふたりの穏やかだった生活は一変する。事件を表沙汰にしたいくないと警察への通報を拒否する妻に納得できない夫は、自分自身で決着をつけるべくひそかに犯人探しを続ける。演劇と犯人探し、夫婦の感情のずれがスリリングに絡み合い、やがて物語は思わぬ展開に…。日本映画か、と思わせる丁寧なつくりで好感が持てる本作だが、主演のタラネ・アリドゥスティが来日インタビューで「自分は正しいから復讐(ふくしゅう)してもいい、という考えは、信じることにものが見えなくなっている。自分と同じく、人も幸せになる権利があると考えられない人がテロを起こす」と述べている。



イランを代表する女優として、国内で出演するドラマは国民の 9 割が見る、と言われるタラネ。こんな女優もいるんだと感じさせられた。「別離」「セールスマン」は高知市内の tsutaya で DVD レンタルが可能です。

(J. F.)

情報誌「じんせい」

平成31年4月号(No.388)～令和2年3月号(No.399)

毎月発行／発行部数 2,300部

2019年（令和元年）仁生会10大ニュース

順位	じんせい 掲載号	施設名	今年の主なニュース	得点	得票
1	3月号	細木病院	細木病院と細木ユニティ病院が再統合	2,098	247
2	11月号	細木病院 三愛病院	深田順一先生が細木病院院長に就任 中村寿宏先生が三愛病院院長に就任	1,735	237
3	4月号	細木病院	細木信吾先生がハートセンター長に着任	1,669	228
4	12月号	細木病院	堀見忠司先生が細木病院院長を勇退	1,646	226
5	9月号	仁生会	第66回よさこい祭り 8年連続18回目出場	915	173
6	4月号	仁生会	細木理事長が高知県教育委員会より表彰 (県立盲学校校医)	750	137
7	3月号	細木病院	「訪問看護ステーションほそぎ」スタート	488	99
8	2月号	細木病院	日本乳癌学会専門医制度の関連施設に認定	415	90
9	6月号	あうん高知	和っしょい！皆来い交流会2019開催	345	61
10	3月号	細木病院	「ほそぎ連携センター」にリニューアル	333	70
次点	4月号	仁生会	細木秀美理事長が日本病院会高知県支部の支部長 を勇退	316	67

細木病院 2019年度(令和元年度)の目標と取り組み

細木病院の目標
細木病院は、精神科・神経科・内科・外科・小児科・産科・看護科・リハビリ科・放射線科・検査科・薬剤科・管理科・事務科・ボランティアセンターなど、幅広い診療科目を有する総合病院です。2019年度(令和元年度)の目標と取り組みについて、院長 堀見忠司氏にインタビューしました。



院長 堀見忠司

「昨今のわが国の大きな変化の中で、医療にも大きな変化が起きている。地域医療の発展、患者のニーズの多様化、新しい診療科目の導入、ICTの活用など、細木病院は、これらに対応するために、2019年度(令和元年度)の目標と取り組みを定めました。その中で、最も重要視しているのは、患者のQOL(生活の質)の向上と、地域社会との連携の強化です。」

「まず、患者のQOLの向上について。細木病院は、患者の生活の質を高めるために、様々な取り組みを行っています。例えば、患者の生活の質を高めるために、様々な取り組みを行っています。例えば、患者の生活の質を高めるために、様々な取り組みを行っています。例えば、患者の生活の質を高めるために、様々な取り組みを行っています。」

あうん高知 第20回 高知県介護老人保健施設大会開催



「あうん高知」は、第20回高知県介護老人保健施設大会を開催しました。この大会は、介護老人保健施設の現状と今後の課題について、関係者間で意見交換を行う重要な機会です。あうん高知からは、看護部長 小島すみ江氏が代表として参加し、施設長 日高クリニック 看護部長 小島すみ江氏から、あうん高知の取り組みについて報告を行いました。

「あうん高知」は、介護老人保健施設として、高齢者の生活の質を高めることを目指しています。そのために、様々な取り組みを行っています。例えば、高齢者の生活の質を高めるために、様々な取り組みを行っています。例えば、高齢者の生活の質を高めるために、様々な取り組みを行っています。」

細木病院 大腸内視鏡検査のすすめ

診療部長・消化器内科部長 中内昌仁

「大腸内視鏡検査は、大腸がんの早期発見に有効な検査です。大腸がんは、早期発見すれば、治療の成功率が高くなります。そのため、大腸がんの予防として、大腸内視鏡検査を受けることをおすすめします。」



細木病院 知ってほしいトランス脂肪酸について

皮膚科・形成外科医師 野田 理香

「トランス脂肪酸は、健康に悪影響を及ぼす脂肪酸です。特に、動脈硬化や糖尿病のリスクを高めます。そのため、トランス脂肪酸の摂取を減らすことが重要です。」

- トランス脂肪酸を多く含む食品TOP10
- ① マーガリン
 - ② クッキー
 - ③ チョコ
 - ④ ケーキ
 - ⑤ パン
 - ⑥ 揚げ物
 - ⑦ 冷凍食品
 - ⑧ 加工肉
 - ⑨ 揚げ油
 - ⑩ 揚げた食品

「トランス脂肪酸は、健康に悪影響を及ぼす脂肪酸です。特に、動脈硬化や糖尿病のリスクを高めます。そのため、トランス脂肪酸の摂取を減らすことが重要です。」

細木病院 歯周病予防 入院患者さんに安心の歯科診療を！

細木病院に歯科が開設され、10月1日から診療を開始しました。入院患者さんを中心に、歯科診療の充実を図ります。

①こころの病室(感情障害、神経症、統合失調症など)の精神科医療を継続し、患者さん一人ひとりに合わせた医療を行います。

②認知症の対応として、医療従事者による認知症対応チームを構築し、高齢者の地域生活の継続(100歳まで)を可能にします。

③細木病院の他科(整形外科、循環器内科、呼吸器内科、皮膚科、泌尿科など)と連携した診療を行います。

④認知症の対応として、医療従事者による認知症対応チームを構築し、高齢者の地域生活の継続(100歳まで)を可能にします。

⑤認知症の対応として、医療従事者による認知症対応チームを構築し、高齢者の地域生活の継続(100歳まで)を可能にします。

⑥認知症の対応として、医療従事者による認知症対応チームを構築し、高齢者の地域生活の継続(100歳まで)を可能にします。

⑦認知症の対応として、医療従事者による認知症対応チームを構築し、高齢者の地域生活の継続(100歳まで)を可能にします。

⑧認知症の対応として、医療従事者による認知症対応チームを構築し、高齢者の地域生活の継続(100歳まで)を可能にします。

⑨認知症の対応として、医療従事者による認知症対応チームを構築し、高齢者の地域生活の継続(100歳まで)を可能にします。

⑩認知症の対応として、医療従事者による認知症対応チームを構築し、高齢者の地域生活の継続(100歳まで)を可能にします。

⑪認知症の対応として、医療従事者による認知症対応チームを構築し、高齢者の地域生活の継続(100歳まで)を可能にします。

⑫認知症の対応として、医療従事者による認知症対応チームを構築し、高齢者の地域生活の継続(100歳まで)を可能にします。

⑬認知症の対応として、医療従事者による認知症対応チームを構築し、高齢者の地域生活の継続(100歳まで)を可能にします。

⑭認知症の対応として、医療従事者による認知症対応チームを構築し、高齢者の地域生活の継続(100歳まで)を可能にします。

⑮認知症の対応として、医療従事者による認知症対応チームを構築し、高齢者の地域生活の継続(100歳まで)を可能にします。

⑯認知症の対応として、医療従事者による認知症対応チームを構築し、高齢者の地域生活の継続(100歳まで)を可能にします。

⑰認知症の対応として、医療従事者による認知症対応チームを構築し、高齢者の地域生活の継続(100歳まで)を可能にします。

⑱認知症の対応として、医療従事者による認知症対応チームを構築し、高齢者の地域生活の継続(100歳まで)を可能にします。

⑲認知症の対応として、医療従事者による認知症対応チームを構築し、高齢者の地域生活の継続(100歳まで)を可能にします。

細木病院 こころのセンター チーム医療で精神科医療を提供、認知症に強い病院へ

平成9年4月1日、細木病院が精神科診療科を開設し、独立した木下クリニック病院が、平成24年4月1日に細木病院に再統合しました。

①こころの病室(感情障害、神経症、統合失調症など)の精神科医療を継続し、患者さん一人ひとりに合わせた医療を行います。

②認知症の対応として、医療従事者による認知症対応チームを構築し、高齢者の地域生活の継続(100歳まで)を可能にします。

③細木病院の他科(整形外科、循環器内科、呼吸器内科、皮膚科、泌尿科など)と連携した診療を行います。

④認知症の対応として、医療従事者による認知症対応チームを構築し、高齢者の地域生活の継続(100歳まで)を可能にします。

⑤認知症の対応として、医療従事者による認知症対応チームを構築し、高齢者の地域生活の継続(100歳まで)を可能にします。

⑥認知症の対応として、医療従事者による認知症対応チームを構築し、高齢者の地域生活の継続(100歳まで)を可能にします。

⑦認知症の対応として、医療従事者による認知症対応チームを構築し、高齢者の地域生活の継続(100歳まで)を可能にします。

⑧認知症の対応として、医療従事者による認知症対応チームを構築し、高齢者の地域生活の継続(100歳まで)を可能にします。

⑨認知症の対応として、医療従事者による認知症対応チームを構築し、高齢者の地域生活の継続(100歳まで)を可能にします。

⑩認知症の対応として、医療従事者による認知症対応チームを構築し、高齢者の地域生活の継続(100歳まで)を可能にします。

⑪認知症の対応として、医療従事者による認知症対応チームを構築し、高齢者の地域生活の継続(100歳まで)を可能にします。

⑫認知症の対応として、医療従事者による認知症対応チームを構築し、高齢者の地域生活の継続(100歳まで)を可能にします。

⑬認知症の対応として、医療従事者による認知症対応チームを構築し、高齢者の地域生活の継続(100歳まで)を可能にします。

⑭認知症の対応として、医療従事者による認知症対応チームを構築し、高齢者の地域生活の継続(100歳まで)を可能にします。

⑮認知症の対応として、医療従事者による認知症対応チームを構築し、高齢者の地域生活の継続(100歳まで)を可能にします。

⑯認知症の対応として、医療従事者による認知症対応チームを構築し、高齢者の地域生活の継続(100歳まで)を可能にします。

⑰認知症の対応として、医療従事者による認知症対応チームを構築し、高齢者の地域生活の継続(100歳まで)を可能にします。

⑱認知症の対応として、医療従事者による認知症対応チームを構築し、高齢者の地域生活の継続(100歳まで)を可能にします。

⑲認知症の対応として、医療従事者による認知症対応チームを構築し、高齢者の地域生活の継続(100歳まで)を可能にします。

細木病院 第19回日本内分泌学会四国支部学術集会 西岡達矢副院長が会長を務め開催

10月10日、細木病院で第19回日本内分泌学会四国支部学術集会が開催されました。西岡副院長が会長を務めました。

①こころの病室(感情障害、神経症、統合失調症など)の精神科医療を継続し、患者さん一人ひとりに合わせた医療を行います。

②認知症の対応として、医療従事者による認知症対応チームを構築し、高齢者の地域生活の継続(100歳まで)を可能にします。

③細木病院の他科(整形外科、循環器内科、呼吸器内科、皮膚科、泌尿科など)と連携した診療を行います。

三愛病院 中村寿宏 院長就任のご挨拶 細木病院 深田順一 院長就任のご挨拶

三愛病院の中村院長と細木病院の深田院長の挨拶文。両院長の就任を歓迎し、連携を深めたいと述べています。

①こころの病室(感情障害、神経症、統合失調症など)の精神科医療を継続し、患者さん一人ひとりに合わせた医療を行います。

②認知症の対応として、医療従事者による認知症対応チームを構築し、高齢者の地域生活の継続(100歳まで)を可能にします。

③細木病院の他科(整形外科、循環器内科、呼吸器内科、皮膚科、泌尿科など)と連携した診療を行います。

新聞・テレビ広告等

平成31年4月～令和2年3月

A. 新聞企画特集

毎日新聞『シリーズ地域医療を考える：糖尿病 細木病院深田順一院長に聞く』



毎日新聞 高知版
令和2年1月31日掲載

B. 新聞広告

(1) 協賛広告

①高知新聞『お誕生おめでとう』

<細木病院・三愛病院・日高クリニック 小児科>



高知新聞 朝刊

平成31年4月～令和2年2月
(3月は中止)

毎月最終金曜日掲載

②高知新聞『高知赤十字病院移転開院』

高知新聞 朝刊

令和元年5月6日掲載

③高知新聞『学校法人高知学園創立120周年記念』

高知新聞 朝刊

令和元年11月30日掲載

(2) 行事等告知

細木病院『第27回糖尿病セミナー』(令和元年6月1日開催)

細木病院 第27回糖尿病セミナー 6月1日9～12時。高知市大膳町、細木病院(内科外来、088・822・7211)新館地下講堂。「笑い」をテーマに開催。同院医師による講演「糖尿病と認知症」のほか、漫談師の間六口さんや落語家の悠遊亭のん気さん、粋亭ほれ太さんの寄席が楽しめる。無料。「高知家健康パスポート」対象イベント

高知新聞 朝刊 こみゅっと

令和元年5月25日掲載

C. 屋外広告

とさでん交通電停ネーミングライツ(平成30年6月～令和3年5月)



上町二丁目電停
大型行灯



上町二丁目電停
案内板

車内アナウンス

「次は上町二丁目 細木病院 前」

D. パンフレット

(1) 仁生会細木病院グループ

① 仁生会細木病院グループパンフレット



② 仁生会細木病院グループドクター紹介



(2) 細木病院

① 細木病院パンフレット



② 細木病院入院案内



③ ほそぎハートセンターパンフレット (開設準備中版)



仁生会年報2019 (平成31・令和元)年度 第21号 2019年度
(2019. 4. 1~2020. 3. 31)

発行	2020年12月
発行所	社会医療法人 仁生会 〒780-0928 高知市越前町1-10-17 (本部)
発行責任者	細 木 秀 美
編集委員	細木 秀美・金子 忠司・安藤 徹・細川 卓利 北村 さやか・市吉 真貴子・井上 加奈子・秋山 まり 村木 薫・山崎 美幸・片岡 とも子・浦中 萌和 大島 のり子・百田 知佐子・森下 将多・木下 浩一 西田 江見
相談役	深田 順一・中村 寿宏
印刷	株式会社 高知新聞総合印刷

編集後記

2020年12月現在



細木 秀美
(仁生会本部 理事長)

私にとって愚息の細木病院への帰還が最大のトピックスでした。編集の皆様、ご苦勞様でした。



深田 順一
(相談役 細木病院 院長)

今回は私自身が年度途中で三愛病院から細木病院に異動したこともあり、感慨深い年報となりました。



中村 寿宏
(相談役 三愛病院 院長)

年報編集に初めて参加させていただきました。よい経験になりました。



金子 忠司
(仁生会本部 人事部 部長)

仁生会統一人事制度運用初年度の多忙な一年でした。



安藤 徹
(細木病院 診療部
化学療法・緩和ケア科部長)

他の編集委員の皆様にご助力いただいたおかげで、何とか最後までたどり着けたと思います。有難うございました。



細川 卓利
(細木病院 診療部
神経小児科部長)

初めての編集委員ですが、皆様にご協力頂き、心から感謝しております。



北村 さやか
(細木病院 看護部 新1病棟)

コロナ対応でお忙しい中、各師長さんのご協力のもと今年も出版まで務めることが出来たことを感謝いたします。



市吉 真貴子
(細木病院 薬剤部)

HU再統合で、「令和」の発表をこちらのセンター外来の皆で見たことは一生忘れません。



井上 加奈子
(細木病院 在宅部 教育係長)

今年度も皆様のおかげで滞りなく年報編集作業を行うことができました。ありがとうございました。



秋山 まり
(細木病院 ほそぎ入退院サポートセンター
入退院サポート室)

年報委員二年目も無事に終えることが出来ました。ご協力ありがとうございました。



村木 薫
(細木病院 事務部
診療情報課)

ピンチヒッターで人生初の編集委員。皆様のご協力が無事務める事ができました。感謝です。



山崎 美幸
(細木病院 こころのセンター
看護部 北5病棟)

今年初めて年報作成に携わらせて頂きました。皆様ご多忙の中ご協力感謝します。



片岡 とも子
(細木病院 こころのセンター
事務部 こころ医事課)

令和初!再統合初!の年報。皆さんの協力があって無事務めることができました。ありがとうございました。



大島 のり子
(三愛病院 看護部
看護部長室(愛1病棟)事務)

皆様のご協力で、令和最初の委員を無事務めることができました。ありがとうございました。



浦中 萌和
(三愛病院 医療技術部
地域医療連携室)

初の年報委員。緊張しましたが、貴重な経験をありがとうございました。



百田 知佐子
(三愛病院 事務部
医事課 主任)

事務局や三愛編集委員の方々に助けをいただきながら、2年目も務めることができました。ありがとうございました。



森下 将多
(日高クリニック デイ・ケア
シルバー・コスモス 主任・理学療法士)

いつも周りの方に助けて頂き、ありがとうございます。今後もよろしく願います。



木下 浩一
(仁生会本部 人事部
広報課 主任)

皆様、今年もご協力くださりありがとうございました。



西田 江見
(仁生会本部 人事部庶務課・
細木病院 図書室司書兼務)

2019年、仁生会再統合の新たな門出となった第21号に編集委員として携われて光栄でした。