

# 仁生クラブ

# 2022(令和4)年度 社会医療法人仁生会 細木病院グループのOB会「第34回仁生クラブ総会開催」

社会医療法人仁生会 理事長 細木秀美

## 2022(令和4)年度 第34回 仁生クラブ総会開催について

開催日時 令和4年11月12日  
開催場所 細木病院新館地下高行記念講堂  
出席者 21名(うちOBは12名)

### 総会の内容

11月12日、毎年恒例の仁生クラブ(仁生会・積善会のOB会)の総会・懇親会が細木病院新館地下高行記念講堂において開催されました。今年は12名のOBの皆さまが参加され、明るく元気な姿を見せてくれました。

「ほそぎハートセンター」や「ローソン仁生会細木病院店」の見学を行いました。また、OBの皆さまの懐かしく楽しい思い出話に例年にも増して盛り上がるなど、賑やかな時間を過ごされました。



四段目左から、植田宏平、豊田邦江、濱名郁里、大場教子、宮地耕一郎  
三段目左から、岡村久美、武吉照子、和田素子、長尾紀子、中村寿宏  
二段目左から、松澤富子、大井淳、細木鷹子、村田成恵、尾原佳代子、廣井三紀  
前段左から、細木信吾、矢野道恵、濱田義文、細木秀美、中屋公子

(1)会員数 85名(令和5年3月31日現在)  
(令和4年3月時は86名)

(2)役員一覧(任期:令和3年9月1日~令和5年8月31日)

役職	氏名	(元)施設
会長	濱田 義文	細木病院
副会長	松井 慶子	細木病院
	中屋 公子	細木ユニティ病院
	矢野 道恵	日高クリニック
幹事	福留 靖子	細木病院
	長尾 紀子	三愛病院
	和田 素子	土佐看護専門学校
	安岡 三枝	細木ユニティ病院
	岡村 久美	細木病院
	渡辺恵美子	細木病院
	松澤 富子	細木病院
監事	弘瀬 嘉	三愛病院
	大井 淳	細木病院

(3)歴代会長

初代: 山下 ムツ子 (平成元年9月9日~平成5年8月)  
2代: 森 隆 (平成5年9月~平成11年8月)  
3代: 葦原 作治 (平成11年9月~平成15年8月)  
4代: 濱田 義文 (平成15年9月~ )

# 時事エッセー

情報誌「じんせい」掲載

令和4年4月～令和5年3月

時事  
エッセー

人は感染症と戦い続ける



仁生会理事長  
細木 秀美

**世**界中が新型コロナウイルスによるパンデミックになって久しい。各国でワクチンが打たれているが、収束まで相当な時間がかかるだろう。

歴史的に人間は、感染症との闘いに明け暮れている。わが国では、天然痘が西暦585年頃に仏教伝来と共に大流行し、さらに、神仏に祈るため、東大寺の大仏殿が758年に建立されている。「白い神が、馬に乗ってやって来る」という予言を信じていたインカ帝国が、わずか200人のスペイン人に侵略され滅びたのは、天然痘の蔓延の影響もあったといわれている。結核も、抗生物質ができるまでは、不治の病とされてきた。世界的に見れば、今までで最大の感染症はペストである。14世紀からの欧州では、約2億人がペストで死亡し、死亡率は70%といわれていた。イタリアのベニスでは、東洋から

来た船は、港外に1か月間留め置かれてから上陸を許可された。現在の入国時のコロナ防疫によく似ている。いわゆる、検疫の始まりである。1894年、北里柴三郎によるペスト菌発見とネズミの撲滅作戦は、今でも高く評価されている。インフルエンザは、1918年、スペイン風邪として猛威を振るったが、世界で5億人が感染し、5千万人が死亡している。1933年にインフルエンザウイルスが発見され、ワクチンができるまでは恐ろしい感染症であった。インフルエンザとは、「地球外から流れ込んできた悪い空気」という意味である。エイズやSARSの恐怖も記憶に新しい。

現在（3月末時点）、世界では、4億8千万人以上が新型コロナウイルスに感染して、600万人以上の死亡が確認されているそうだ。新しい防ぎようのない感染症は、これからも次から次へと表れて、繰り返し繰り返し襲ってくるだろう。そのたびに、人々は、その恐怖に恐れおののく羽目になる。

時  
エッセー

## メタボ予防よりフレイル予防



仁生会理事長  
細木 秀美

**最**近、正座から立とうとする時、つい手をついてしまうようになった。下肢の筋力の低下だと思い、毎日、歩いたり、体操をしたりしているが、もう年だからと少しあきらめている。このように、次第に筋力が低下してくる状態を「フレイル」といい、日本語では「虚弱」という意味だ。年を取ったら、体の余力が次第に低下し、いろいろのストレスがかかると、元に戻る能力が低下する状態をいう。高齢になって、平均よりも老化（筋肉の力だけでなく、脳の働きも）が進むと「フレイル」だ。

現代は、65歳以上を高齢者と呼ぶが、将来は「フレイル」かどうかで、高齢と呼ぶ時代が到来し、90歳を超しても、十分に元気いっぱいの方は、高齢者ではないといわれる

時代が来る気がする。フレイルを予防することは、私たちの健康寿命を延ばすことに直結する。国立長寿医療研究センターの荒井先生は、フレイルの評価を、①半年で2kgから3kgの体重減少、②握力が男性26kg、女性18kg以下、③訳もなく感じる疲労感、④歩行速度が毎秒1m以下、そして⑤毎日軽い運動や体操をしているか、または定期的な運動やスポーツをしているかについて、1週間に1回もしていない人と上記5項目中3項目以上が該当した人がフレイルと呼ばれることになる。

若い間は、メタボ予防が健康を増進させるが、高齢者はむしろ、タンパク質を多く摂って、フレイル予防に気をつけることが、健康で長生きの秘訣になるだろう。毎日、体と脳のトレーニングを欠かさないように気をつけよう。

情報誌「じんせい」令和4年5月号掲載

時  
エッセー

## 絵画を観る



仁生会理事長  
細木 秀美

**新**型コロナウイルスのオミクロン株の急激なまん延で、外出もままならない日々が続いていた今年の初め頃、高知県立美術館から、昭和のキャバレー王といわれた福富太郎の収集

した絵画展開会の招待状が届いた。どんな絵があるのか、急に観たくなって展覧会初日の朝に訪れてみた。終戦時が12歳だった福富太郎は、16歳の時に、キャバレーのボーイとなり、以後、32歳で、銀座ハリウッドという大きなキャバレーを作り、一時は、全国44か所に拡大していたらしい。彼は、美術絵画収集では、戦後最大の収集家として、わが国の名も知らない画家の作品も含めて、広く収集して、戦後の最高のコレクターともいわれている。特に、鍋木清方の日本画に関しては、憧憬が深いらしい。

今回の展覧会の中で、私が感動したのは、明治7年に岡山県総社市に生まれた画家、満谷国四郎が、1904年に描いた「軍人の妻」であった。日露戦争で戦死した主人の遺品を前にした、明治の女性の悲しみに耐えて、涙を溜めた眼差しが、現代の女性の感情の出し方と違って、その表現力に心を打たれた。福富も、長い間、アメリカ人が所有していたこの絵が、日本に帰国した、うれし涙のように感じたことと記述している。絵画展を観る前に、展覧会を監修した、明治学院大学の教授で、美術史家の山下裕二先生のご講演を聞いた後だったことも、この絵の印象がとても心に残ったのだと思う。そのほか、よく知られている竹久夢二や伊東深水、小磯良平、宮本三郎、岸田劉生などの絵とともに、高知市出身の洋画家、石川寅治の「高知城を望む」では、いまだ素朴な田園地帯が広がる1911年頃の高知が描かれていて、子どもの頃を思い出した。

情報誌「じんせい」令和4年6月号掲載

## 健康で長生きの食事

沖縄の家庭食のゴーヤチャンプルーは、私も大好きで、よく食べている。ゴーヤは、江戸時代は、熟れて柿色になったものを食べていたらしいが、今は、まだ青くて少し苦みがあるときに食べるのが主体だ。ゴーヤと一緒に食べる豆腐だが、豆腐の原料になる大豆にはイソフラボンが豊富だ。この物質は、血中では女性ホルモン様の働きがあり、一酸化窒素をつくる。これが血液サラサラ物質だが、非常に不安定で、活性酸素に合うと、たちまち活性が失われる。ゴーヤの渋みのような抗酸化力の強い食材と一緒に食すると最も効果的だ。ゴーヤチャンプルーは、まさに理にかなった理想の食べ物だと、武庫川女子大の家森幸男が述べている。

沖縄県は、長寿の県として知られているが、昨今はそうでもないらしい。ハワイのヒロとブラジルの奥地に、沖縄から移民された方たちの平均寿命には大きな開きがある。ヒロの方たちは、今の沖縄県人よりも平均寿命



仁生会理事長  
細木 秀美

が長い。原因は、海藻のサラダやマグロの刺身にゴマ油をかけたもの、タロ芋の葉に肉や魚を包んで蒸し焼きにした塩分の少ない「ラウラウ」等が食べられているからだという。対して、ブラジルの奥地では、大豆は家畜の餌で、ほとんど食べないし、肉が1kg 180円と超安くて、しかもおいしい。そのためか、肉食の多いブラジル奥地の沖縄人の寿命は、現地の墓を調べると、ほとんどの人が40歳から50歳だったといわれている。世界でも短命といわれているチベット族や新疆ウイグル自治区のカザフ族は、羊の肉と塩分の多いお茶を飲むので短命といわれている。100%脳卒中ラットでも、塩を制限して、十分なタンパク質を与えると、一般のラットと同じ寿命になるらしい。高血圧の家系でも、食事によって是正され長生きできるようだ。できれば、食事を考えて、健康で長寿になろう。

情報誌「じんせい」令和4年7月号掲載

## 40年前の論文

古い書類を整理していたところ、薄い論文の別冊が出てきた。驚いて見てみると、今から40年前の1982年に、寄生虫学雑誌第31巻第1号に、高知医科大学（当時）の寄生虫学教室の鈴木了司教授、三愛病院の私と中川治先生の共著の論文「 Manson氏列頭条虫の成虫の人体寄生例」の別冊だった。

私が、まだ30代の若い頃、三愛病院の外来の診察が終わった昼過ぎ頃になって、突然、近くの道路工事をしていた若者が飛び込んできて、「先生、昼にラーメンを食べたところ、急にトイレに行きたくなり、行ったら、今食べたラーメンが、そのまま出てきた」といって、ビニール袋に、ラーメンのような長いひも状で、いまだ少し動いているものを入れて持って来てくれた。驚いた私は、よく見ると、確かに条虫であることは分かったが、まさか、高知で条虫を見るところとは驚いたので、鈴木教授に相談したところ、世界でも珍しい Manson 氏列頭条虫の



仁生会理事長  
細木 秀美

成虫だった。世界でも7例目だったし、生食の好きな日本でも5例目に当たる貴重な症例になった。

本来、犬、猫、キツネなどが、カエルや蛇を食べて寄生するケースが多いといわれる。本来、人間は、第二中間宿主に寄生しているプレルセルコイドを経口的に摂取しても、虫体は腸管から腹腔内に出て、成虫にはならない。それなのに、人間で成虫になった本例には、不思議なことがいっぱいだ。この若者は、2週間前にボラを、半年前にカエルを食べていて、カエルが一番疑われる。一般的に、日本人は生食を好むし、ゲテモノが好きな御仁は多く見られる。土佐では、クジラやカツオ、サバ、アジを生で日常的に食べる。すべてに寄生虫がいる可能性がある。また、北海道のマス、サクラマスやサケなどには、広節列頭条虫の卵がいる場合がある。有名な駅弁の「マス寿司」を食べるときも気をつけよう。

情報誌「じんせい」令和4年8月号掲載

## 新型コロナウイルスと願開船

1783年4月27日、出雲大社の西の稲佐浜に、長さが2尺ほどの小さな丸木舟が流着いた。船中には、寛永銭15文が入っていた。この丸木舟は、高知県長岡郡本山村助藤の住人、志和九郎左衛門が、重篤な伝染病にかかり、やっと全快したお礼に、近くの吉野川の支流から1780年に流した模型の小舟だった。出雲大社に全快のお礼がしたいのだが、出雲は土佐の山奥からは遠くて、老体の身ではとても無理だったので、流したものと判明した。何と、3年の月日を経て、不思議なことに出雲大社の近くの浜で漁民に拾われ、通りかかった杵筑中村の渡部新右衛門が出雲大社に届けた史実が残っている。今、出雲大社の宝物殿に、この願開船は陳列されている。このことは、口コミで全国に広がり、土佐藩も出雲大社をあつく信仰したらしい。これは、高知出身の大町桂月の文章にも残っ



仁生会理事長  
細木 秀美

ている。このことは、20年以上前に、この「時事エッセー」に載せたことがある。

しかし、昨今の新型コロナウイルス感染症のオミクロン株のまん延、第7波で、我が高知県でも、今年8月下旬には累計で8万人以上の県民が罹患し、県民10人に1人以上の感染者数である。しかも、200人を超える方が死亡している。加えて、罹患後の後遺症に苦しむ方々も大勢おられる現状は、自覚、他覚症状を取り除くだけで、新型コロナに的確な治療法がない現在、昔の神頼みを彷彿とさせるなあと思っているのは、私一人ではないだろう。今の2類感染症から、従来のインフルエンザのように5類になって、一日も早く内服薬が出現してくれば、解決されるだろう。しかし、患者さんには自己負担が増えるだろうし、難しい舵取りだと思う。

情報誌「じんせい」令和4年9月号掲載

## 土佐の豆腐

昨今、豆腐は植物性タンパクとして、最高の食物といわれて久しい。京都の高名な僧侶の皆さんは、肉や魚は口にしなくても、数々の修行に耐える体力を保持できるのも大豆から作られる豆腐だといわれている。豆腐は、今や外国でも評判になっている。近頃は、大豆で作った肉までが出現して、ベジタリアンのみでなく、栄養価が高いのに、脂肪分が少ない健康食として食べられるようになってきた。

豆腐は、古代中国の前漢の高祖劉邦の孫、劉安が部下に作らせたのがルーツだと、書物には記載がある。この頃の豆腐は、包丁で叩き割るといふ表現がいくらい硬かったようだ。江戸時代の日本では、三代将軍、徳川家光が、豆腐を食事で食べた記録があり、一般の庶民の口には、まだまだ入らなかつたらしいし、製造にも許可が必要で、高嶺の花だったらしい。今では、すぐ近くのスーパーで



仁生会理事長  
細木 秀美

も、昔からの田舎豆腐だけでなく、軟らかい絹ごし豆腐やいろいろな種類の豆腐が販売されるようになってきている。私も、豆腐の入った味噌汁と納豆は毎日欠かしたことがない。

司馬遼太郎の書いた「街道をゆく、13巻、壱岐・対馬の道」には、日本でも、土佐では、硬くて荒縄で縛って持ち運びする豆腐が作られていたと書いてある。高知県の大豊町には、今でも、硬い豆腐が作られていると聞いたので、大豊町出身の病院スタッフに聞いてみた。早速、大豊町の奥の岩原で作られている豆腐を取り寄せてくれて、食べたが、硬くて、大豆の味がして、おいしいし、すぐにお腹がいっぱいになった。高知市内でも、唐人町は、昔、朝鮮から来た人たちに豆腐の専売権を与えていて、他の人には作らせなかつたようだ。土佐の豆腐に昔豆腐の味が残っているのは、そんな事情があるかもしれない。

情報誌「じんせい」令和4年10月号掲載

# まごわやさしい

文藝春秋の4月号から連載で、京都大学の教授で、今は武庫川大学におられる、家森先生が「世界の長寿食」に付いて書かれている。もちろん、それを読めば、毎日食べる食事が長寿の秘訣であることが理解できるが、昔から一般に「孫は優しい」、つまり「ま・ご・わ・や・さ・し・い」を毎日摂っていると、健康に良いと言われている。「ま」は、豆類、納豆と豆腐ですね。「ご」は、胡麻等のナッツ類。「わ」は、わかめ等の海藻類。「や」は、ブロッコリーやキャベツなどの野菜です。「さ」は、魚、魚介類。「し」は、シイタケなどのキノコ類。「い」は、芋類です。家森先生は、これらに加えて、お米は、玄米か雑穀米が良いといわれている。そして、もう一つが、ヨーグルトである。先生は、毎日の朝食に、カスピ海ヨーグルトにナッツなどを加えておられるらしい。学生に、健康に良いと思われる弁当を、毎日昼に食べてもらった



仁生会理事長  
細木 秀美

ところ、食べなかった学生と比較すると、明らかに健康的になった。一日、一食、食べても、身体は良い方向に変化することが判った。

世界の中で、長寿といわれている国は日本であるが、豆腐や納豆などのイソフラボンを多く含む大豆類に加えて、タウリンの多い魚と、マグネシウムの多い、わかめ等、海藻を食べる習慣が長寿の元だといわれている。和食の欠点は、塩分が多いことである。世界でも、短命で知られているチベット族は、一日16gの塩を塩茶で摂っており、しかもバターが入ったお茶を飲む。この習慣が、突然死を引き起こし、心臓病や胃がん、骨粗しょう症を惹起する。逆に、長寿の国や地域では、魚類、大豆、ヨーグルトが食べられているらしい。特に大豆の成分、イソフラボンは、心筋梗塞、動脈硬化、高血圧、糖尿病の予防に有効といわれています。日頃から、食べ物には気を付けよう。

情報誌「じんせい」令和4年11月号掲載

# フレイル(虚弱)を防ごう

高齢になると病気にならなくても、皆いずれば頭や足腰が弱って、動きが悪くなり、次第に杖を突き始め、次に歩行器に頼るようになり、最終的に寝たきりになって臨終を迎える。人には、各々、寿命があり、人は100%死を迎える。寿命を迎えるまで、元気で長生きして、神様のお迎えを待つのが最善の道だ。日本人の平均寿命は、男性78歳だが、健康寿命は72歳だ。女性は89歳だが健康寿命は74歳だ。高齢になったら、生活習慣病は、寿命には関係がなく、フレイルになることを予防して、元気で長生きする努力が大切だ。フレイルになったかどうかを調べる方法がある。握力が、男28、女24以下。椅子から立ち上げる動作5回を、12秒以上掛かると筋力低下だ。日頃、運動をしない人も、フレイル要注意になる。頭の方は、長谷川式のスケールで、異常を指摘されないように気を付ける。フレイル予防の、3つのポイ



仁生会理事長  
細木 秀美

ントは、「①蛋白質を多く、満遍なく栄養を摂ること」、「②運動を欠かさないこと」、「③社会活動に参加すること」、の3点だと思う。

運動は軽いものでいいから続けて頻回に行く。地域の集いの場に顔を出す。特に、今のようなコロナまん延の時代には、かかりつけ医と相談して、体重減少に注意する。近くに散歩に出掛けたり、食事やお買い物に頻繁に出掛ける。食事はできればご家族や友人と、偏りなく色々食べる。ご家族や地域の仲間との交流を心掛ける。新型コロナのみでなく、他の感染症の予防に気を付ける。今は8波が来ているが、やがて5類となる日が来るだろう。高齢になると、全国的にも増加している慢性心不全が要注意で、動作時の息切れで気付くことが多い。くれぐれも自分の身体を一番大切に考えて、守ってほしいと思う。

情報誌「じんせい」令和4年12月号掲載

時 事  
エッセー

## 新型コロナウイルス検出のPCR検査

3年以上前から、中国から広がったとされる新型コロナは、あっと言う間に、全世界に広がって、世界の感染者数1億人を超し、死亡者は1千万人を超した。最近、新型コロナもオミクロン株になって、感染力は一層強まって、感染者が激増している。我が高知県でも、人口70万人中、感染者14万人を越し、死亡者数も激増している。しかし最近では、基礎疾患のための死亡が増加して、新型コロナが原因の死亡者は少ないといわれている。この新型コロナを見つける方法が、テレビやラジオでよく聞くPCR検査である。この検査方法は、1980年に、アメリカの生化学者のキャリー・マリスが考えた、高温の間欠泉中の細菌の持つ特殊な酵素の発見方法だ。PCRとは、Polymerase Chain Reactionの頭文字である。PCR法とは、感染症の検査だけでなく、水質や土壌の検査、



仁生会理事長  
細木 秀美

犯罪者のDNA鑑定、家畜や作物などの品種や血糖の検査にも、広く使われている、生命科学史上に残る大発明の方法である。この方法で、新型コロナ検出には、まず被験者の唾液や鼻腔粘液を採取し、その中に含まれている新型コロナのRNAをDNAに変換し、それを94度で処理し、続いて60度にする。続いて、72度と、温度を3段階に変化させることだけで、極めて効率的にDNAを増幅させて、2倍、4倍、8倍、16倍・・・と、指数関数的にDNAを増やすことができる。20サイクル目になると、何と理論的には100万倍にもなる。しかも、従来からの大規模な検査装置ではなく、次第に改良が進んで、小規模の検査機器となり、一般の病院でも、新型コロナ検出が容易になった。

PCRって、一体なんだろうと思って調べてみて納得した。

情報誌「じんせい」令和5年2月号掲載

時 事  
エッセー

## 空に憧れ

今の朝ドラ「舞い上がれ！」は、若者が空に憧れて、パイロットになる夢を見るドラマだ。面白いなあと思いながら、いつも見ている。先日、私の親友の奥様から、偶然、65年以上前、私の高校時代のモノクロの写真をいただいた。その中に、中高校と同期で、日本で2番目にグライダー部を作って、今の高知空港で、グライダーに乗った懐かしい同級生たちが写っていて、全く忘れていた青春時代を思い出した。昭和29年に、偶然GHQに供出しなくて、残っていた戦前のグライダーを、仲間と修理して、空を飛ぶ夢を抱いた。校長先生に、部室まで貰って、機体の修理に没頭して、遂に完成。そのころ、一日1便、それも戦前のヨタヨタの旅客機、DC-3が、大阪から今の高知空港に飛び始めたころだった。朝に、大阪便が離陸すると、暗くなるまで、私たちには使い放題の滑走路だった。ANAに吸収合併された東亜



土佐高グライダー部時代の私(右から2番目)

国内航空の現役の、しかも予科練出身のパイロットが、無償で教えに来てくれた。普段は、朝寝坊ばかりしていた私たちが、日曜毎の朝だけは、4時には起きて、皆で、自転車を漕いで高知空港へ出掛けた。倉庫のグライダーを引っ張り出して、組み立てて、見つけたボロボロの米国製の大型車で牽引して、空を飛んだ。そのころは、うどん1杯が20円だったのに、1回、空を飛ぶのに100円が必要だった。車のガソリンを購入する費用だが、そのころのハイオクの値段が高かったと思う。空港の滑走路は、使い放題で、秋の空には、夕日に染まって金色に輝く薄<sup>すすき</sup>の上を、たくさんの赤とんぼが飛んでいる様を、友人たちと滑走路に寝転んで眺めた懐かしい日々が蘇った。航空大学受験を目指したが、視力が足らず、医学部を受験して、一番大喜びしたのが父であった。私にとっても良かったかな・・・。

情報誌「じんせい」令和5年3月号掲載

# 情報誌「じんせい」



令和4年4月号(No.424)～令和5年3月号(No.435)

毎月発行／発行部数 2,100部

## ナウ・レッツ・ビギン

令和4年4月～令和5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。

### 2022年（令和4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
1	4月号	細木	細木病院 細木信吾院長就任挨拶	1,395
2	6月号	細木	ほそぎ10分ミーティング	809
3	9月号	細木	自動精算機の導入	744
4	5月号	細木	細木病院 深田名誉院長就任挨拶	610
5	6月号	細木	ほそぎハートセンター拡張	607
6	9月号	細木	外来患者さんの呼び出しをお名前から番号へ	551
7	2月号	細木	細木病院 フレイル外来スタート！	464
8	9月号	細木	細木院長 BSテレ東に出演	442
9	10月号	細木	緩和ケア病棟再稼働	408
10	9月号	三愛	アンパンマン石像が毎月可愛く変身	376
次点	5月号	細木	中谷元先生講演「ウクライナ情勢について」	325

2022(令和4)年 **4** No.424

門田 英紀 細木病院臨床支援課長

SOCIAL MEDICAL CORPORATION JINSEIKAI 社会医療法人仁生会細木病院グループ情報誌

**細木病院** 「皆さんのハッピーを1番に」 細木信吾院長 就任のご挨拶

4月1日、社会医療法人仁生会細木病院院長を拝命いたしました細木信吾です。当院76年の歴史の中で、私は細木一族の3代目に当たります。世間では「長者3代続かず」といわれており、責任とプレッシャーをヒシシと感じています。私の自己紹介も兼ねて、所信表明をさせていただきます。

▼患者さんのために、地域チーム医療を実現！

私は高知に生まれ、剣道に打ち込む少年時代を過ごした。岡山大学に進学し、医師としてのキャリアをスタートさせました。岡山大学では大江透先生、倉敷中央病院では光藤和明先生に師事し、患者さんに優しく接する大切さ、プロフェッショナリズム、地域チーム医療を学びました。台湾の学費軽減協会の主治医で心臓カテーテル治療(PCI)のバイオニアである光藤先生からは、特に大きな影響を受けました。患者さんに最高の医療を行うためには妥協しないという光藤流「患者さんのために」、患者さんの治療と一緒に行う地域チーム医療が、この地域チーム医療の姿であり、私の目指す医師像がつけられました。最高の医療には技術が必要と学び、心臓カテーテル技術の習得を目標に、忙しくも充実した毎日を過ごしました。この頃の経験から、循環器内科一般と特に複雑病変へのPCIが私の専門となりました。

そんな折、高知医療センターへの転勤の話がありました。塩見忠司院長(当時)からのお声かけもあって、2011年、22年ぶりに高知に戻ってきました。高知医療センターでは、倉敷で学んだ顔の見える地域チーム医療を実現し、高度な循環器内科医療を高知で完結できるよう新たな治療技術の導入を行い、私自身もPCI(術者として日々研鑽を積み重ねました。PCI指導にも力を入れ、いつでもどこでも地元で最高の医療が受けられるよう、国内外の病院に出向いて地元の先生にPCIの経験を伝えるという取り組みを始め、今は「YES foundation」という法人を通して活動を続けています。

2019年4月、理事長である父をサポートすべく、よ

うやく細木病院に戻ってまいりました。2020年6月には「ほそぎハートセンター」を立ち上げ、昼夜問わずさまざまな循環器疾患への対応、2次予防を行っています。そして、このたび、院長職を仰せつかりました。

細木病院院長が門田(右:4月1日付名譽院長)から細木信吾に交代しました！

▼長く地域と共存できる未来へ、皆さんと共に！

皆さんは細木病院にどのようなイメージをお持ちでしょうか。私は、76年間にわたる職員の皆さんの働きのおかげで、真面目でアットホームというイメージを持っています。皆さんの持つ良いイメージを大切に、これからも「皆さんのハッピーを1番に」考える細木病院でありたいと考えています。患者さん、ご家族、地域の先生方、職員の皆さんからの声に常に耳を傾け、そのニーズに呼应しながら変化し、長く地域と共存できる未来を夢に描いています。

皆さんが細木病院にかけたい、働きたいと思われる細木病院を目指します。もちろん、循環器内科のプロフェッショナルとしても、なお一層精進していく所存です。しかし、私はまだまだ至らぬ未熟者であり、ご迷惑をおかけすることもあろうかと存じます。どうか長い目で見ていただき、これからも変わらぬご愛顧、ご指導、ご健診を賜りますよう、よろしくお願いいたします。

仁生会のホームページ <https://www.jinsekai.kochi.jp>

細木病院グループは、高知県地方医療振興基金の協賛を受けています。

No.380 リレー・エッセー「ナウ・レッツ・ビギン」 Now, let's begin!  
仁生会の幹部が毎月リレー投稿しているエッセーです。

**新たに 医師になられた 皆さんへ**

今年も1年目の研修医が4名来てくれました。皆さん、医師国家試験合格おめでとうございませう。これから研修に入るわけですが、よろしくお祈りいたします。今は国家試験に合格した安堵感と今後への不安を少し感じているかもしれませんが、

私の卒業1年目を振り返ってみると、母校の医局に残ったこともあって右も左もよく知った先生ばかりでした。実習での指導教官も何人もいましたし、気分的には楽でした。後々に研修が進むにつれて学生時の実習と実践は全く別物だと思うようになったのでも覚えておきます。病歴の取り方、視診・聴診・打診・触診の正しい仕方、得られた情報の整理、その情報が十分なのか、何が足りないのか、どうすれば補充できるのか、得られた情報を自分のもののように考えて結論を導き出せばよいのか、その結果をいかにして患者さんやご家族に説明するのか、できることもあればできないことも多かったのです。しかし幸

いなく、良き先輩、コメディカルの方々、同級生に思っていたので、徐々に力がついてきたのを実感できた記憶があります。もちろん次のステップに行くたびに壁にぶつかることもよくありました。今振り返ってみて重要なことと何がつかありません。清潔な身だしなみ、好感を持たれる立ち居振る舞い、基本的な知識が身についていること、同僚(医師、コメディカル、患者さん、ご家族とのコミュニケーション力、などです。これらは医師のみならず、一人の社会人としても求められると思います。他にも皆さんの重要だと思っていることがあると思いますので、いつでも気軽に伝授してあげてください。お互いに刺激あいなから毎日を送ればよいのです。

医師としての力量を高めるのに近道はありません。一歩ずつ前に進みましょう。一緒に頑張りましょう。飲み会ができるのを期待しながら。

(ウクレレ・たぬき)

2022(令和4)年 **5** No.425

高塚 深雪 細木病院南1病棟看護課長

SOCIAL MEDICAL CORPORATION JINSEIKAI 社会医療法人仁生会細木病院グループ情報誌

**細木病院** 令和4(2022)年度 目標と取り組み 院長 細木信吾

院長となって、あっという間に1か月がたちました。今月号では「令和4年度細木病院の目標と取り組み」についてお話ししたいと思います。次の4本の柱があります。

1 患者さんの満足度向上  
2 職員の働きやすさ働き甲斐のある職場づくり  
3 新型コロナウイルス感染症対応の強化  
4 経営基盤の安定と強化

④は結果としていくところも多いのですが省きまして、残りの3本の柱をお話しします。

1本目の柱は、「働きやすさ」「患者さんの満足度向上」についてです。

まず、皆さんが私たちをどう思っているのかを知ることが第一歩と考えています。より多くの皆さんからの意見をいただくために、当院にいらっしゃる外来患者さんや入院患者さん、ご家族の方々にアンケートをお願いしたいと思います。より良い細木病院にするために、皆さんの御褒め御意見を、ぜひよろしくお願いいたします。

現在決まっている、患者さんに満足いただくための病院機能強化としては、外来のデジタル検診による患者さん呼び出しシステムの導入(5月予定)、最新のMRIへの更新(5月予定)、ほそぎハートセンター第2カテーテル室の始動(6月予定)と心臓リハビリ、検査室の拡張(10月予定)、急性期病棟である新3病棟の改修等を予定しています。

同時に、職員の接遇向上に向けた研修も随時行っていく予定です。皆さんからの声を大切に、解決に取り組んで皆さんに満足していただく。「またかかりたい、知人にも勧めたい」と思われる病院を目指します。

2本目の柱は「職員の働きやすさ働き甲斐のある職場づくり」への取り組みです。

職員の仕事負担軽減のためにタスクシェア、タスクシフトという取り組みを始めます。例えば、医師の仕事では、入院主治医は、夜も休日も当直で疲れた翌日も、受け持ち患者さんのすべての事情(さまざまな患者さんの病状、内服薬や点滴の処方等)についても対応しなければならず、充分な休息が取れないことが増えてきた。これからは、夜や休日は当直医が、当直翌日は代診医が対

応するシステム(タスクシェア)を徹底し、休息をしっかり取ってもらいます。これまで医師が書いてきた診断書やいろいろなレポートは、医療秘書が代行し、医師の負担を軽減します(タスクシフト)。さまざまな種類のタスクシェア、タスクシフトを行い、働きやすい職場環境を整えます。

また、毎朝、「ほそぎ10分間ミーティング」という、webと対面で行う朝礼を始めます。出勤する医師、看護婦、病室すべてのスタッフに参加してもらいます。皆が溜めなく情報共有でき、笑顔になれる連携が持てるようなユニークなミーティングにしたいと考えています。

3本目の柱は「新型コロナウイルス感染症対応の強化」についてです。

2019年に発生した新型コロナウイルス感染症(COVID-19)は、4年目に突入しましたが、いまだ収束の兆しは見えません。当院もクラスターを経験し、特に地域の皆さんには大変ご迷惑をおかけしましたし、私たちも苦ししい思いをしてきました。社会ではウイルスコロナの生活防衛が求められ、朝にも暮れにもマスクが欠かせなくなりました。病院に来る必要のあるさまざまな病状を持つ患者さんにとっては、重症化しにくいとされる新型コロナウイルス感染症を取り戻す必要があります。そのため、当院では今も厳格な感染対策と職員の行動制限を継続しています。これまでは、新型コロナウイルス感染症には2名の感染症の専門職員が対応していましたが、個人にかかる負担が大きくなってきたため、ここでもタスクシェア、タスクシフトを行います。各病棟、部門それぞれで独立した感染対策体制を構築し、1人に過度な負担がからないようにタスクシェアを進めます。さらに地域においても他院の医療機関と連携を行い、社会医療法人として感染対策の基幹的な役割を担っていきます。これからは感染対策に気を配ることなく、患者さんの命を第一に考え、取り組んでいきます。皆さんには、入院患者さんの命の危機や、入院や外来でのさまざまな感染対策上のお願いなど、ご負担をおかけすることになります。ご理解、ご協力を引き続きよろしくお願いいたします。

以上を、今年度の柱として取り組むことで、良い方向に向かっていく細木病院を、皆さんに感じてもらえればと思います。ご期待ください。

仁生会のホームページ <https://www.jinsekai.kochi.jp>

細木病院グループは、高知県地方医療振興基金の協賛を受けています。

No.381 リレー・エッセー「ナウ・レッツ・ビギン」 Now, let's begin!  
仁生会の幹部が毎月リレー投稿しているエッセーです。

**戦後77年、日本にも、とうとうこんな時が来た!**

日本は、つい最近まで本当に幸せだった、としばらく懐かしんだ後、考え始めよう。ウクライナへのロシアの侵襲をどう考えるかを真剣に。有事の概念も方法論もすっかり忘れていた。これからは、

●頭雁らし(予備教育:危機は本当か、有事とはどんな言葉があるのか)  
●歴史の過去(近代)と現代を学び将来を想像する。  
●個人の価値観と民族(国民)の価値観を考え、その関係性を考える。  
そのうえで、

●自立的な国家でいたいなら、どうすべきか、  
●従属した国家でよければ、どのように従属するか、  
●ごまかすの忍耐力を、  
●を考えるとことなる。

(頭雁らしの言葉)

●核について  
核を持つ独裁国家が世界に3つも存在する。その3つすべてに囲まれているのは日本だけ(日本が一番危険)。

●EUについて  
フィンランド、スウェーデンまでもがNATOに加盟しようとしている。フィンランドの首相は若く34歳。ドイツは、また強いドイツを目指し始めた(国民総生産額の2%を越えて軍備を整えると宣言、ロシアからのエネ

ルギー輸入を中止するために25兆円の予算を2-3日で決断)。第2次世界大戦中、強いドイツにさんざんやられたヨーロッパ(諸国がドイツを最も振り回している)。

●国連について  
国連は機能しない。常任理事国は非道なことはしないという枠組み、信頼感が崩壊した。

●日本について  
日本はいつから考え始めるのか。日本の若者はいつから考え始めるのか。

●日本の最大の弱點は  
食料自給率(サツマイモを国土のいたるところで栽培すればカロリーは確保できるという)とエネルギー(化石燃料、天然ガスはほとんどを輸入しており、原発は安全性、攻撃からの脆弱性が問題)。

●防衛力について  
自衛隊は憲法違反? 憲法違反のものをどうして使えるようにするのか。戦争になったら、どの程度持つのか(1週間? 3日という説もある。弾薬もあまりない)。日本を守る時は日本人が命を懸けて守らない限り、他国は応援してくれない。自衛隊が守れないときはどうするのか。日米安保は機能するののか。

(アナクロ)



細木 病院

## なかなか治らない足の潰瘍に SPPによる血流の評価が有効です!

血管外科部長 西村 哲也

### 閉塞性動脈硬化症について

その名の通り動脈硬化で、特に下肢の動脈が狭窄(きょうさく)や閉塞を来して、下肢の循環障害を起こすものです。歩いているとふくらはぎが張ってきて痛んだり歩けなくなり、5分ほど立ち止まると休むと、痛みは改善し歩けるようになる。いわゆる間欠性跛行(はこう)という症状がでます。さらに閉塞病変が進行すると、安静時にも足の痛みを認めるようになり、夜間、痛みのために眠れなくなったりします。場合によっては、足趾(そくし)、足背(そくはい)、踵(かかと)などにちよっとした潰瘍が潰瘍化し、なかなか治らない。時に壊疽し、下肢切断にいたることがあります。このような状態を包括的慢性性下肢虚血(以前は重症下肢虚血)といわれています。

### SPPによる血流の評価について

SPPは、レーザードプラーを使用して、皮膚の微小循環を評価するもので(図1)、皮膚表面から1~2mm程度の深さにある毛細血管の血流が、どのくらいの圧で流れているのかを示します。測定方法は、センサーを測

定部位にあてて専用のカフ(バンド)を巻きます。血圧を測る要領でカフの圧を上げていき、血流をいったん遮断した後、徐々に圧を下げていきます。センサーで血流量を感知し、血流が再開した時点でカフ圧がSPPとなります。

血流を評価することは、閉塞性動脈硬化症、特に包括的高度慢性性下肢虚血の診療においてとても重要です。この結果に基づいて、患部の切除手術など外科的治療は行わず、投薬などの内科的治療によって患者さん自身の治癒力を維持し、計画的に行われる保存的治療が可能かを判断します。また、不幸にして下肢切断と判断された場合でもSPPを測定し、足趾だけの切断で済むのか、下肢で切断、または大腿部で切断をするのかなど切断部位の決定にも使用されます。

閉塞性動脈硬化症の診断には、一般に脈波検査(ABFI:手足の血圧を同時に測定)が用いられます。ただ、虚血肢の重症度評価など潰瘍を伴うような虚血の評価にはSPPが有効と思われる。また、治療方法の決定にも役立ちます。

足の潰瘍の中には虚血性潰瘍であることも多く、新の癒れが弱い。潰れが治りにくいなどの場合には血流を評価することが大切と思われるので、ぜひご相談ください。☎099-922-7111

(図1) SPPの測定方法



カフを加圧し、皮膚微小循環を遮断(緑色)させた後、カフの圧を徐々に下げ、皮膚微小循環が回復(再灌流)した時のカフ圧をSPPと決定(前後がある場合はラップなどで保護)

SPP測定で保存的治療が可能であると判断し治療傾向となったケース



(潰瘍部に血流が見える)

(6週間後、潰瘍はほとんど治癒傾向)

情報誌「じんせい」のバックナンバーは、ご生体のホームページでご覧いただけます。

No.384

## ナウ・レッツ・ビギン Now, let's begin!

### 生物季節観測



毎日犬の散歩をしていると、家の周りのほんの小さな変化にも、季節の移ろいが感じられる。この日は二十四節気のひとつ「大暑」。1年で最も暑い時期だ。今年は、記録的な早さで梅雨が明けため、夏雨のような天気が続いたが、クマゼミの鳴き声が増しに騒がしくなり、ようやく夏らしくなった。

気温や日照など、季節の変化に伴って、生物が示す現象を「生物季節」という。気象庁は、身近な動植物の様子から、気候の長期変化、四季の変化や季節の遅れ進みを全国的に把握するために、1953年から生物季節観測を行っている。国内58の気象台や測候所、アジサイ、イチヨウ、ススキ、タンポポなど34種の植物の発芽、開花、満開、落葉日、ウグイス、ツバメ、ホトトギス、モンシロチョウなど23種の動物の初見、初鳴日を目視観察で観測している。

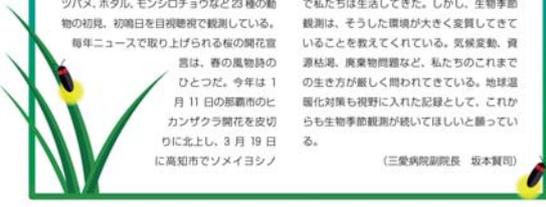
毎年ニュースで取り上げられる桜の開花宣言は、春の風物詩のひとつだ。今年は1月11日の那覇市のヒカンザクラ開花を皮切りに北上し、3月19日に高知市でソメイヨシノ

開花。5月8日に訓詁市のエヤマザクラが最も遅い開花となった。長期的に見ると、さくらの平均開花日は早まっており、かえり紅葉やいちごの黄熟、落葉日は逆に遅くなってきている。

気象庁は、都市化などの影響で観測対象が見つけにくくなったことなどから、2021年より、観測する動物はすべて真直、植物も8種目に大幅縮小していった。しかしその後、さまざまな学会、団体、メディアなどから調査継続を求める声があふれ、環境省や国土環境研究所と連携し、市民の手も借りて調査を

継続していく方針に一転した。草木の芽吹きや開花、紅葉をはじめ、鳥や虫の姿や鳴き声など、生き物が紡ぐ四季の中で私たちは生活してきた。しかし、生物季節観測は、そうした環境が大きく変質してきていることを教えてくれている。気候変動、資源枯渇、廃棄物問題など、私たちのこれまでの生き方が結果として関わっている。地球温暖化対策も視野に入れた記録として、これからも生物季節観測が続いてほしいと願っている。

(三愛病院副院長 阪本賢司)



「ナウ・レッツ・ビギン」のバックナンバー(No.321~)は、ご生体のホームページでご覧いただけます。

細木 病院

## 訪問リハビリテーションのすすめ

まずは、入院中に受けたリハビリテーションの効果を落とさないために!



名義院長/総合診療科担当/在宅診療部長 深田 順一

入院後、早期からのリハビリテーションはその効果と重要性が広く認められており、この効果を退院後も維持し、さらに効果的にするためには、退院後も何らかの形でリハビリテーションを継続することが勧められています。

生活期リハビリテーションとも呼ばれる退院後のリハビリテーションは、訪問リハビリテーション、通所リハビリテーション、通所介護がありますが、このうち訪問リハビリテーションは、患者さんの自宅等に理学療法士、作業療法士、言語聴覚士が出向く。その場でのリハビリテーションを行うもので、最近の厚生労働省の実態調査によると、訪問リハビリテーションを受けられる方が急増しているようです(図1)。

この調査では、訪問リハビリテーションの効果を通所リハビリテーション、通所介護と比べての結果もあり、特に認知症の認知症自立度とも比較的程度の方で、は、リハビリテーションの効果(認知機能が「軽度化」

した方々の割合)は、訪問リハビリテーションが14.9%と最も高く、通所リハビリテーション14.2%、通所介護10.8%の順であったこと。このように退院後のリハビリテーションは、入院中に受けたリハビリテーションの効果とさなないため、というのほちるんのこと。認知機能が軽くなることも十分期待できることが分かります。加えて、入院中に受けたリハビリテーションの効果とさな、むしろ向上させるためには、訪問リハビリテーションは、退院後できるだけ開業が望ましく(できれば退院2週間以内に)始めることが効果的であること、この調査で明らかにされています(図2)。当院では、訪問リハビリテーションが安全かつ効果的に続けられるよう、厚生労働省の指示に沿って、医師が定期的にリハビリテーションの進捗状況を見守る約束を付けています。「退院後も訪問リハビリテーションを受けたいが、どうしたらいいかな?」とお思いの方は、ご相談ください。☎099-922-7650



情報誌「じんせい」のバックナンバーは、ご生体のホームページでご覧いただけます。

No.385

## ナウ・レッツ・ビギン Now, let's begin!

### まだ新型コロナウイルスにががってない?

令和4年8月16日のBBCニュース日本語版に、まだ新型コロナウイルスにかかっていないのは何が理由なのかを考える発表があった。お互いマスクをして、手洗い、うがいをして、他人との距離をとる生活を励行している日本人にとって、日本の先を走っているイギリスからの発表で、興味深く、ほぼ全文を紙面に載せます。

を始めます。これによって感染が広がりにくくなる病状の悪化も防げます。しかしワクチンの感染予防効果は時間と共に低下しますし、新たな変異株は防部をすり抜けやすくなっています。接種直後に感染しなかった理由がこれで説明できますが、ただパンデミック中ずっと感染を防げるわけではありませぬ。

#### 第四は自然免疫

新型コロナウイルスにさらされても必ず感染するとはいえません。ウイルスが大量複製される前に身体がついてくれる場合があります。自然免疫と呼ばれる人体の最初の防衛線です。しかし自然免疫の反応は人によって異なります。その理由はわかっていません。免疫系は非常に複雑で分かっていることも多いのです。



新型コロナウイルスのパンデミックが始まって約2年半がたったが、あなたの家族や友人の中にも、まだ感染していない人たちがいるだろう。そうした人たちは、何か特別な力を持っているのだろうか。実際には全くの運だった。簡単な科学で説明がつけられる。考えられる5つの理由を説明する。

#### 第一は運

未感染なのは30日間運がよかつたから。あて得ないと思えますが、世界にはさまざま人がいます。まずし単に幸運な人もいるのです。

#### 第五はすでに感染している

この可能性が一番高いでしょう。新型コロナウイルスに感染したかたりの人が無症状か、とても軽い症状でた。新型コロナウイルスに感染しても無症状で検査の必要を感じなければ感染したことに気づかないでしょう。しかし他の人に感染させることはあります。本当にまだ新型コロナウイルスに感染していないあなたには確かに幸運です。重症化する病状からです。しかしパンデミックはまだ終わっていません。B.4.4やB.4.5といった変異株は過去の感染やワクチンで得た抗体をすり抜けやすくなっています。最終的には恐らく私たちがほぼ全員が新型コロナウイルスに感染するでしょう。大切なのは重症化させないことです。

#### 第二はウイルスの広がり方

ウイルスは宿主が必要で宿主がいなくなればウイルスも死にます。新型コロナウイルスが多くの人に感染した結果、新たな宿主に行き先前に力尽きている可能性もあります。これも運ですが科学的な説明でもあります。

#### 第三はワクチン

3つ目は明白な可能性のあるワクチンです。ワクチンで得た抗体はウイルスが体内に入ったとたんに攻撃



(日高クリニック院長 松本和博)

「ナウ・レッツ・ビギン」のバックナンバー(No.321~)は、ご生体のホームページでご覧いただけます。

2022(令和4)年  
No.430

# じんせい

鳥井 佳代 臨床検査室長  
社会医療法人 社会医療本病院グループ 情報誌

## 『小児こころの外來』では、子どもの健やかな成長発達をサポートします！

つも集まったりすることで、子どもや周囲がしんどい思いをすることがあります。当外来では、子どもの特性の理解を周囲に促し、生活の工夫や支援ができるようにサポートをさせていただきます。

また、子どもたちが自分の特性に合ったやり方を知り、できることを増やして自信が持てるように、小児専門の言語聴覚士や作業療法士による個別の療育をいたします。勉強や運動が苦手なお子さんでも楽しく遊べます。さらさらトレーニングを提案したり、子どもご家族の心理的サポートとして認知療法による面談も行っています。普段の生活にも生かせるように、園や学校、児童発達支援事業所などと連携して情報共有する支援会も行っています。

### 小児心身症について

小児心身症には、起立性調節障害、過敏性腸症候群、摂食障害などが含まれます。

「寝転がるとお腹が痛くてトイレから出られない」「目が痛くて休めない」などの訴えが繰り返される場合は、自律神経が乱れているのかもしれない。症状によって学校の遅刻や欠席につながる。本人や家族が悩んだと感じてしまい、対処方法が分からず症状を長期化させてしまうこともあります。当外来では、身体検査や発達検査等で行った状態を評価し、行動記録や授業をして症状が改善できるようにサポートをさせていただきます。

また、「外出を嫌がる」「不潔だと感じる」「食事を食べることが太ることが怖い」など、不安を背景にした症状にも対応しています。不安な気持ちを受け止めつつ、安心や安全を感じられる環境を一緒に考えていきます。治療計画に対しては、症状に対して効果があると思われる家庭療法の考え方を取り入れた治療を行います。

お子さんごころの不調を疑った場合には、ぜひ一度ご相談ください。完全予約制 088-820-6780。  
(小児科医 中岡祐子)

こころの外來と聞くとどんなことを想像しますか？

「心が痛い人が行くところ」などのネガティブなイメージや、「困っているのが病気というほどではないし…」など、敷居が高いイメージがあるかもしれません。臨床病棟の小児こころの外來では、神経発達症（発達障害）や心身症などももちろん、育てにくさなどの育児の困りや不登校にも対応しています。病気の治療だけではなく、健やかな成長発達を促すという予防医学の役割も担っています。

神経発達症（発達障害）について

神経発達症には、知的能力障害、自閉スペクトラム症、注意欠陥・多動性、読字障害、発達性協調運動障害などが含まれます。

「集団の中で単独行動をする」「常に動き回っている」「かんしゃく持ち」など、子どもの行動をうまく理解できず対応に困ることはありませんか？

どの子どもにもそれぞれ性格や行動が異なる「個性」があり、生まれつき脳の機能のアンバランス（得意不得意）からくるものと想定されています。神経発達症はこの個性の延長線上にあり、決して特別なものではないです。しかし、その個性の度合いが強かったり、い

情報誌「じんせい」のバックナンバーは、本会のホームページでご覧いただけます。

じんせい 令和4年10月号

## No.386 ナウ・レッツ・ビギン Now, let's begin!

### 「(アニメ) キングダム」に嵌る!

コロナ禍の中、すっかり自宅で過ごす時間が増えた。時間を余す暇に加入、米国(CSI: 科学捜査班)や韓国(愛の不時着)の海外テレビドラマも見たがピンとこない。子どもたちに勧められて「(アニメ) キングダム」を見始めた。

「キングダム」の舞台は、中国の戦国時代(紀元前240年頃)で今からおよそ2200年前の時代、日本では江戸幕府の享和の頃に当たる。400年前の戦国時代にあたる。ちなみに、三国志で有名な三國時代はそれから400年以上も後の話である。

物語は、中国を統一する夢を抱く秦王(秦王政)と将軍、信(信)の成長と統一までの戦い、その中で繰り広げられる人間模様と義勇を丁寧に描き進んでいく。

戦争舞台であった信は、仲間と共に下僕としての生活から抜け出すため、天下の大將軍を夢見て、日々、修行に切磋琢磨する。そうした中、信が敵と出たことからは影武者として召し出されるが、しばらくして、敵の敵対勢力との権力闘争の中で殺されてしまう。信は、当初は敵に反発するが、やがて敵を助けることを決意し、敵対勢力を倒すのである。

この時代は、戦国七雄(秦・韓・魏・趙・燕・齊・楚)という列強が天下を争う乱世で、若き秦王(政)は一度は秦王の座を奪われながらも、徐々に秦の

国内をまとめていく。また、信は「飛信」(飛信)と名付けられた部隊を率い、戦いのたびに武功をあげ、300人から1000人から3000人へと大將軍への階段を駆け上っていく。そうして信は、徐々に秦の国力を上げ、500年以上続く戦乱の時代を終わらせるため、中国(中華)統一に突き進むしていくのである。

この「キングダム」の魅力は、何といっても敵・味方を問わず登場する人物が、各々個性で魅力的な点があることである。信に加え、李信(女性の飛信隊長)、嬴異人(女性の異人隊長)、呂不韋(秦の國内政務長官)、呂不韋(秦の國内政務長官)、呂不韋(秦の國内政務長官)など、歴史に実在する人物でもあり、戦国時代が面白くなる。信は、日本同様である。この人物たちの魅力がここで伝わることは難しいが、ぜひ、アニメをこまめに観る。[嵌る]こと、調い合はる。(追伸)こんなマンガに嵌ったのは、学生時代の「めぞん一刻」以来である。今頃、信さんと五代同様にどうしているだろうか？  
(仁生会事務局 宮地耕一郎)

### 【中国の古代年表】

紀元前	前	前	前	前	前	前	前	前	前		
2070年頃	1600年頃	1046年頃	770年頃	403年頃	221年頃	206年頃	220年頃	256年頃	304年頃	439年頃	581年頃
夏	殷	周	春秋時代	戦国時代	秦	漢	三國時代	晋	五胡十六國時代	南北朝時代	隋

「ナウ・レッツ・ビギン」のバックナンバー(No.321-)は、本会のホームページでご覧いただけます。

2022(令和4)年  
No.431

# じんせい

注 美知子 臨床検査室長  
社会医療法人 社会医療本病院グループ 情報誌

## 胃内視鏡(胃カメラ)検査のすすめ

### 胃カメラの重要性

胃がん検診は日本や韓国で公的政策として実施されています。韓国は年齢別検診ががん罹患率が男女とも世界で一番高い国ですが、胃がん死亡率は検診を受けたことがない集団と比べ、胃がん検診全体で21% (19-23%)、内視鏡検診では47% (44-49%)の減少効果が認められたとの報告<sup>1)</sup>があります。胃がん死亡率の減少には、胃がん検診の受診率を高くすることが最も重要です。

厚生労働省の指針改訂により、やっと日本でも2016年度から胃がん検診に内視鏡検診が導入されました。その結果、バリウムを飲んでのX線検査に代わって、内視鏡検査を選ぶことができる自治体や職場が増えてきています。内視鏡での胃がん発見率は、胃X線検査に比べて3-4倍に上昇するといわれています。内視鏡検査の利点は、色の違いを認識できること、また疑わしいところを採取して直接調べられることです。早期の発見でがんや胃がんの治療は、手術を行います。最近では開腹や開胸手術の少ない、内視鏡下の手術が広く行われるようになってきました。早期がんは内視鏡検査が最も有効で、症状のないときに行う検診は、非常に重要です。

### 胃がんの原因

ピロリ菌(ヘリコバクター・ピロリ)は、日本人の胃がんの原因の大部分を占めていますが、その除菌を保険診療で行うためには、6か月以内の内視鏡検査が必須となっています。胃がんの早期発見のため、また原因となっているピロリ菌の除菌のためにも、内視鏡検査をお勧めします。

(三愛病院 内科医 小野寺真樹)

### 三愛病院での胃カメラ検査は?

当院では上部内視鏡検査(経口・経鼻)を予約制で行っています。喉の表面の麻酔(鼻からの場合は、鼻の粘膜の麻酔)だけで行っており、鎮静薬などは使用しておりませんので、お車での来院も問題ありません。喉での刺激が苦手な方には、鼻からの経鼻内視鏡をお勧めします。経路が鼻からなので舌の付け根を刺激することが少なく、内視鏡も直径6mm弱と細いので、検査中の違和感が少ない利点があります。ただ鼻の奥が狭い方は検査ができませんので、検査前の前処置の段階で確認が必要です。当日の朝は朝食も食べずに来院していただきますが、服用している薬の種類によっては、検査当日の起床時に飲んでいただく必要がある薬もありますので、受診の際にはお薬手帳など服用中の薬の内容が分かるものをご持参ください。なお新型コロナウイルス感染症の流行に伴い、日本内視鏡学会からの提言に基づく感染対策をとらせていただいておりますので、体温測定や上気道炎等の症状の有無についてもおたずねしております。

参考文献  
1) Jun J.K., Choi K.S., Lee H.Y. et al. Effectiveness of the Korean National Cancer Screening Program in reducing gastric cancer mortality. Gastroenterology 152:1319-1328, 2017

情報誌「じんせい」のバックナンバーは、本会のホームページでご覧いただけます。

じんせい 令和4年11月号

## No.387 リレー・エッセー「ナウ・レッツ・ビギン」 Now, let's begin!

仁生会の幹部が毎月リレー投稿しているエッセーです。

### 一心を磨く

商業の町・大阪は、「水の都」と呼ばれており、「浪速の八百八橋」といわれるほど、たくさんの橋が架かっています。実は、この大阪のたくさんの橋は、国家権力によって架けられたもの一つもなく、全て大阪の商人たちが、自分たちの地域社会は自分たちで作ろう、という民間の力によって橋を架けていったものなのです。まさに、大阪の町は、民の力によって発展したのであります。

したがって、渡辺さんというのは、渡辺さんという人が架けた橋だろうと思います。肥後橋は、肥後の国、熊本出身の人が架けたものと思われ、このように、大阪の橋の名前は、大阪商人たちが自分の名か、あるいは自分にかかりのある名前を付けていったのです。

ところが、この中にたまた、「心斎橋」という名の橋があります。なぜこのような名前を付けたのか。江戸時代の享保9年(1724年)に、蒲池又四郎他4人が相談して「徳徳堂」という論語塾を作り、もともと大阪は、「通商」をはじめ私塾の多いところでありました。この徳徳堂もその一つで、大阪商人たちが、

毎晩仕事を終えてから、その論語塾に通い、孔子の教えを学んだのであります。

実は、このことが大阪商人の商業道徳即ち「職業倫理」の基本になっているといわれています。そして、孔子が弟子に諭した言葉に、「仁の道は真意に開けられなく存在する。先ず心を洗え」という言葉があります。大阪商人たちが徳徳堂という論語塾で心を磨いた結果、その心が一方では、社会奉仕的な表れとして、地域社会に橋を架けていったのであり、また一方では、職業奉仕的な表れとして、大阪商人の商業道徳「職業倫理」を確立していったのであります。このことは、橋を架けたら、職業倫理を確立するという奉仕の実践の前に、まず徳徳堂という論語塾で心を磨く、奉仕の心を磨くことの重要性を物語るものであります。

(仁生会 理事 岡内記雄)

「ナウ・レッツ・ビギン」のバックナンバー(No.321-)は、本会のホームページでご覧いただけます。

2022(令和4)年  
**12**  
No.432

社 美知子 細木病院 患者サポート室長  
SOCIAL MEDICAL CORPORATION JINSEKI 社会医療法人仁生会細木病院グループ情報誌

**細木病院** **心肺蘇生法を携帯しよう!!**

◇はい、その真方！今日、帰宅中に目の前で誰かがばったり倒れたらどうしますか？慌てますよね？でも、どうしようかと迷っているうちに119番まで5分がたち、救急車が到着するまでに10分がたつてしまうと、この方が心臓停止した場合には、まず助かなくなります。心臓停止の蘇生率は停止から1分たつことに7~10%低下するのです。ただし、その間なんの処置もつなげられればという条件付きにはなりますが…。ではどんな処置をすれば助けられることができるのでしょうか？まず人を呼んで、補助してくれる人たを求めましょう！そして、胸骨圧迫(心臓マッサージ)、人工呼吸、さらにAEDまで出てきた真方はさすがですが、蘇生可能な10分以内に、このAEDを使用することが、心臓蘇生の最終目標ということになります。じゃあ、具体的にどのようにして、それらの手技を行うのかを知っていますか？誰でも行ってもよいものですか？細木病院では、これらの疑問に答え、それぞれの手技の詳細を学ぶために、以下の3種類の講習コースを職員向けに提供しています。

①BVM(Bag Valve Mask)コース  
所要時間 30分+α  
人工呼吸の際にも、患者さんがコロナ陽性だったら、感染を大きく広げてしまうことになります。そこで心肺蘇生法の中でも感染対策の肝となる、BVMを使用した人工呼吸を中心に、簡単な胸骨圧迫との連携を学びます。

②BLS(Basic Life Support)コース  
所要時間 1時間30分+α  
上記①に加え、胸骨圧迫と人工呼吸をいかに効率よく行うか！さらに、AEDの使用方法まで学びます。このコースをマスターできれば、一通りの心肺蘇生法がマスターできます。

③ICLS(Immediate Cardiac Life Support)コース  
所要時間 8時間+α  
上記②に加え、AEDが効果ない場合の対応や、薬剤を使用した高度な心肺蘇生法を、その場のスタッフみんなで協力して行う、チームダイナミクスを習得します。いずれのコースも、接触場面では感染防護服を装着

一部はZOOMも利用して指導をしており、コロナ対策は万全ですので、安心して受講していただけます。

◇コース開始以来、この12月で、①は30人以上、②は40人以上、③は50人以上の職員が受講しており、廊下で石を投げたら必ず、心肺蘇生マスターに当たるくらいの人数になりました。とはいえ、まだ職員の半分くらいは人数です。将来的にはすべての職員が心肺蘇生法を習得し、患者さんに急変が起きたら、その場のスタッフが、いつでもどこでもすぐに対応できるように目指して、緩和ケア科の安藤先生を中心に、日々トレーニングを続けています。細木病院を、患者さまに強い病院にしたいというのが私たちの願いなのです。ちなみにその他の、トレーニングインストラクターとして、西山、渡辺、曾谷、村田、田邊の各看護士と、医療安全管理者の門田さんが事務局として、外部ですが危険病棟の徳重理学療法士、高井看護士も様の下の力持ちとして、休日お休して頑張っています。

◇さて、皆さん！心肺蘇生法をあなたの心と体に携帯したいと思いませんか？そう思われた方は、ぜひとも医療安全管理者の門田さん、または、各所属長にご相談ください。コースに参加して、心肺蘇生の各コースマスターになられた方は、事務局より素敵なマスターシールが贈呈されます。別ページの医療安全のコーナーにマスターシールの写真が紹介されていますので、ご覧ください。(麻酔科 高千穂さん)

感染防護服装着でのBVM講習会  
BVMによる人工呼吸と胸骨圧迫

情報誌「じんせい」のバックナンバーは、仁生会のホームページでご覧いただけます。

じんせい 令和4年12月号  
No.388 **リレー・エッセー「ナウ・レッツ・ビギン」** Now, let's begin!  
仁生会の幹部が毎月1回投稿しているエッセーです。

**ヒヤリハットの法則について**

皆さん！こんにちは。お山大好き人間の「与作」です。

コロナ禍の状況下、いかがお過ごしでしょうか。さて、今回は、詩節病「ヒヤリハット」？について ナウ レッツ ビギンとまいりましょうか。

「ヒヤリハット」とは、職場の第一線で、一歩間違えば重大な事故に発展したかもしれない・・・思わずヒヤリ、ハットするような事象のことを言います。また、「ヒヤリハット」を語るうえで、どうしても切り離せない「ハイインパクトの法則」による労働災害の発生比率(1:29:300)によれば、1件の重大事故のウラに29件の軽微な事故、さらに、そのウラには300件の事故未遂(ヒヤリハット)があるといわれています。従って、この法則に着目し、職場での「ヒヤリハット」を積極的に把握し、リスク管理上の対策を講じることが大切となります。特に、製造業、建設業、医療介護業等の分野では、ヒヤリハット活動として、職場

の安全性向上に取り組んでいるケースが多いように思われます。

また、DX化(デジタルトランスフォーメーション)の進展が著しい昨今、職場の第一線での大規模な環境の変化、リスクの増加は見過すことができません。朝会等でのヒヤリハットの報告、情報の共有化への取り組みなど、現場感覚のさらなる向上努力が今後必要と思われれます。・・・小さなヒヤリハット、まいった！は、NGですぞ。

勇気を出して第一歩を踏み出そう！  
曲がり角の先に きつ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  
~~~~~  
へいへいホー  
(仁生会 監事 岡田幸治郎)

「ナウ・レッツ・ビギン」のバックナンバー(No.321~)は、仁生会のホームページでご覧いただけます。

2023(令和5)年  
**1**  
No.433

社 美知子 細木病院 患者サポート室長  
SOCIAL MEDICAL CORPORATION JINSEKI 社会医療法人仁生会細木病院グループ情報誌

**年頭所感**  
2023

社会医療法人 仁生会  
細木病院グループ  
理事長 細木 秀美

明けましておめでとうございます。皆さま、清々しい新年をお迎えになりましたことでしょうか。

今年の干支は、ウサギです。ウサギのように、前を向いて飛び跳ねることのできる年になりたいですね。同時に、ウサギは、穏やかで温厚な性格、家内安全の意味があります。新しいことに挑戦する年とも言えます。今から約900年前、平安時代に編纂された源氏物語。今昔物語にはウサギの寓話が載っています。仏教では、ウサギは高貴な動物とされています。仏の一人である帝釈天が、飛えに行き前れに若い状態に身を返していること、猿が樹の実を、キツネが、薪に察していた供え物を差し出しました。しかし、ウサギは、何も持っていなかったのです。ウサギは、焚き火をしているようにと告げ、手ぶらで帰って来るなり、我が身を火の中に入れて出し、老人に捧げました。老人から仏に還った帝釈天は、ウサギを全ての動物たちに見せるために、月にその姿を現したと、今昔物語には書かれています。このウサギのような心を、持って、献身的に患者さんに接することができる病院になりたいなあと感じました。社会医療法人仁生会の創業者、私の父、細木高行は、大正4年生まれでウサギ年でした。

ところで、今年は、新型コロナウイルス、得となく収束に向かいつつあるのではないかと淡い期待を胸に、1年を過ごしていきたいと思えます。仁生会、細木病院グループに取りましても、一つの新しい時代の夜明けかもしれません。今までに、皆さまからのご要望にお応えしておりました。細木病院、三愛病院などの現在の医療機能を益々充実させて、地域の皆さまの要望にお応えできる年になりたいと思っています。細木病院は、「ほそぞろハートセンター」を3年前に立ち上げ、心臓の疾患の、急性期から慢性期まで、幅広く治療できる機能を備えてまいりました。また、細木病院グループは、今年7月で創立77周年を迎えます。終戦直後の焼け野原に、創始者、細木高行が、小さな診療所を開院以来、順調に充実して、地域の皆さまの信頼を得ることができました。救急医療を含む急性期医療はもちろん、不幸にして障害が残った方々、お元気にお暮らしでも、次第に手足が不自由になり、フレイル(虚弱)になってしまわれた方々のための、終りの住処等、広くご利用いただける各種の施設などにも取り組んでいく所存であります。新年に当たり、希望に満ち溢れた、新春を迎えられた皆さまに、新年のご挨拶を申し上げます。

いの町の子持権現山(撮影:細木病院 病理診断科部長 山崎一)

情報誌「じんせい」のバックナンバーは、仁生会のホームページでご覧いただけます。

※「ナウ・レッツ・ビギン」令和5年1月号休載





# 新聞・テレビ広告等

令和4年4月～令和5年3月

## A. 新聞広告

### 協賛広告

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

令和4年4月～令和5年3月  
毎月最終金曜日掲載

## B. 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」

## B. 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



皆様のおかげで、「社会医療法人仁生会年報2022(令和4)年度 第24号」発刊の運びとなりました。  
発刊に際してのご協力に心から深く感謝申し上げます。



細木 秀美  
(仁生会本部 理事長)



細木 信吾  
(相談役 細木病院 院長/  
仁生会本部 副理事長)



中村 寿宏  
(相談役 三愛病院 院長)



宮地 耕一郎  
(仁生会本部  
事務局長)



細川 滋俊  
(細木病院 診療部 麻酔科・  
ペインクリニック部長/  
総合診療科長)



堂野 純孝  
(細木病院 診療部  
小児科副部長)



橋田 千恵子  
(細木病院 看護部  
北5病棟師長)



永野 吉昭  
(細木病院 看護部  
精神科デイ・ケア ショート・ケア  
フレンズ師長)



尾原 団  
(細木病院 事務部  
人事総務課 課長)



楠瀬 さやか  
(細木病院 医療技術部  
リハビリテーション課  
言語療法室係長)



廣田 淳也  
(細木病院 在宅部  
高知市上街・高知街・  
小高坂地域包括支援センター)



竹永 恵  
(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)



廣田 任成  
(三愛病院 医療技術部  
放射線室 主任)



入交 菜央  
(三愛病院 看護部  
医師事務作業補助)



大川 美香  
(三愛病院 事務部  
医事課)



松田 岳  
(日高クリニック  
事務長)



安田 貴彦  
(仁生会本部 人事総務部  
広報課 主任)



西田 江見  
(細木病院 事務部 人事総務課/  
細木病院 図書室司書兼務)

2023年12月1日現在

仁生会年報2022 令和4年度 第24号 2022年度  
(2022. 4. 1~2023. 3. 31)

発行 2023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)  
細木病院 (代表) TEL (088) 822-7211  
発行責任者 細木 秀美  
印刷 株式会社 高知新聞総合印刷

