# 時事エッセー

情報誌「じんせい」掲載平成29年4月~平成30年3月

時 事 エッセー

浅草の『電気ブラン』の老



仁生会理事長 細 木 秀 美

は東京で大学時代を過ごしたのに、東京観光の「はとバス」に乗ったことが一度もなかった。先日、所用で上京した際、浅草寺の参拝と隅田川下りをしようと、家内とツアー

を申し込んで念願の「はとバス」に乗ってみた。昔の外観を取り戻した東京駅の丸の内口から、すごい本数のバスが出ていて驚いた。 浅草寺は日本人を探すのが難しいほど、外国人客でいっぱいだったのも驚いた。

浅草寺のすぐ東側にある隅田川遊覧船の乗船場まで行ったが、時間があるので近くを散策しようと思っていたところ、乗船場のすぐ近くの交差点の角に、「神谷バー」というレストランが開いていた。何げなくショーウインドウをのぞくと、そこに「電気ブラン」がカクテルグラスに注がれ、おいしそうに並んでいた。急に懐かしく感じて、店に入って注

文したが、昔と同じ味だった。このバーの120年前のご主人が、ブランデーを日本人の口に合うようにと、少しブレンドして飲みやすくしたのが電気ブランだと思っていたが、偶然にも、その創業の店、神谷バーに立ち寄ることができたのだった。

昔の永井荷風の小説にも電気ブランが出ているし、芥川賞作家の三浦哲郎の受賞作「忍ぶ川」にも神谷バーと電気ブランが登場している。詩人、萩原朔太郎も「一人にて酒をのみ居れる憐れなるとなりの男になにを思ふらん」という歌を作っている。しかも、「神谷バァにて」と注釈が入っている。

電気ブランは、ブランデーをベースに、ワイン、ジン、キュラソー、薬草がブレンドされているらしい。文明開化当初、新しいものには何でも「電気…」と名前を付けたそうだ。40度もある強い酒だが、少し舐めてみると甘くておいしい。東京へお出かけの際は、ぜひともおすすめの一品である。

情報誌「じんせい」平成29年4月号掲載

# 日本人の寿命最新情報



仁生会理事長 細 木 秀 美

ンターネットで偶然、日本人の寿命の話が出ているのを見つけた。それによると、2015年の日本人の寿命は、男性は80.8歳と初めて80歳の大台を越した。しかし、世界では香

港、アイスランド、スイスに次いで4番目であった。女子も88歳と前年よりは長寿になったが、世界では、やはり香港に次いで2番目だった。香港は、700万人余りと人口が少なく、しかも高学歴社会で、国民全体としての教育水準が高いのが長寿の原因の一つだろう。いずれにしても、日本人の寿命は世界一だという神話が消え去った。ということは、一般的に和食が世界一の食事という神話も、あやふやになってきた感じがする。

それにしても、終戦直後の1947年、焼け野原の高知市の小学校に私が入学した6歳の

頃には、日本人の平均寿命は、わずか 50 歳だったことから考えると、隔世の感がある。昨年、生まれた赤ちゃんが 65 歳まで生きる確率は、男性で 89%、女子で 94%にも上る。ほとんどの赤ちゃんが長生きできることになる。さらに、90 歳まで生き続ける割合は、男子で 4 人に 1 人、女子では 2 人に 1 人であり、日本人は、これからもますます長寿に向かうようだ。しかも昨今、高齢者は 75 歳以上で、65 歳から 70 歳はその予備軍ともいわれはじめた。

わが国は、台風が年間数回来襲し、人が体に感じる地震も年間 1500 回以上発生するので、安全な国としてのランクは低いが、このような天災を除くと、来たる 22 世紀に向かって、私たちが地球環境の保全に注意し、エコで健康的な日常生活を心掛け、日本がより一層、安全、安心な国として発展していくように努力しなければならないだろう。

情報誌「じんせい」平成29年5月号掲載

# 時 事 エッセー

# 熱中症にかかる



仁生会理事長 細 木 秀 美

キシコ合衆国キンターナ・ロー州の州都チェトゥマルに住んでいる娘一家に、2年ぶりに会いに行った。今年の2月から、ANAがメキシコシティーのベニート・フアレス国際空港便を開設したという

ので、ゴールデンウィークを利用して出掛けた。

娘のいる州は、世界的に有名なリゾート地で国際会議がよく開かれているカンクンがある州である。その左隣がユカタン州であり、その州都が人口70万人のメリダである。1500年代に、スペイン人がマヤ人をキリスト教に改宗させる基地でもあった。医学部もあって、1910年に野口英世が黄熱病の研究で滞在した場所で、彼の銅像も残っているらしい。

メリダは猛暑で有名で、娘のいるチェトゥマルから車で約 400kmだった。私の訪れた日は、気温は 39 度だったが、前日は 46 度もあったらしい。車に乗っていると、暑さをあまり

感じなかったので、水分補給をほとんどしな かったことに気付かないでホテルに到着し た。その昔、スペイン人の大邸宅だったのを 改装したホテルは、とても素晴らしかった。 早速、孫とプールで泳いだが、ビールしか口 にしなかった。夕食もホテルの素晴らしいメ リダ特有のメキシコ料理だったのに、あまり 食べたくない。私だけ早く部屋に帰って横に なったが、疲れていて、シャワーも浴びない であっという間に寝てしまった。翌日、すご い頭痛で目が覚めたが、発熱も相当あったら しく、家内が頭を冷やしてくれたらしいがよ く覚えていない。さすがに熱中症だろうなあ と思ったので、一生懸命に水を飲んで、昼過 ぎまで横になっていると、少し楽になってき て、夕方には少し食べられるようになった。 せっかく予約していたマヤ文明の有名なウ シュマルの大遺跡群を見るバスツアーはキャ ンセルするしかなかった。

しかし、こんなに激しい熱中症にかかるとは思いもよらなかった。絶対見たいと思っていた遺跡を見ることができず、とても残念だったが、熱中症を経験できた貴重な旅になった。

情報誌「じんせい」平成29年6月号掲載

# ウナギのかば焼き



仁生会理事長 細 木 秀 美

世 から日本人は、土 用の丑の日には、

ウナギのかば焼きを食べる風習がある。終戦後間もなくでも、母がウナギを食べさせてくれた思い出がある。かば焼き

を焼いている時の匂いが、たまらなく食欲を そそる。日本人は、本当にウナギのかば焼き が好きな国民だと思う。もちろん、私もご多 分に漏れず大好きである。最近は、日本固有 のウナギは本当に少なくなってきて、外国産 がほとんどらしいし、スーパーなどで、いつ でも買うことができる。

ウナギのかば焼きは、江戸時代の前半までは、ウナギを輪切りにして焼いていたらしい。18世紀の中頃になって、初めて今のように開いて焼き始めたようだ。日本人は、魚は生で食べるのが大好きな国民なのに、どう

して、ウナギは刺身のように生では食べない のだろうかと漠然と思っていた。最近、ある 本を読んでいて教えてもらった。ウナギは、 体内にコラーゲンが多くて、生で食べるには 硬すぎるようだ。しかも、ウナギの皮膚の粘 液には毒があり、わずか 3.1µgの粘液で実験 用のネズミの半数が死亡する。血液の中にも 毒素があって、血清 0.3 ~ 0.79ml の量でネ ズミが死亡するらしい。もしも、私たちが誤っ て口にすると、すごい灼熱感があるらしい。 皮膚の傷の部分に付着すると、炎症を起こす らしい。しかし、加熱するとウナギの筋肉の コラーゲンも軟らかくなり、しかも、同時に 毒素も消え、全てが解決する。そうか、だか らウナギは焼いたり、蒸したりして食べるの かと初めて納得した。

日本産のウナギの養殖が容易にできるよう になれば、おいしい日本産のウナギのかば焼 きが、いつでもどこでも食べられるのだが…。

情報誌「じんせい」平成29年7月号掲載

# 時 事 エッセー

# **文通事故を起こしやすい人**



仁生会理事長細 木 秀 美

は今年で76歳になったが、運転免許証の更新には認知機能検査が必要な年齢である。私は昭和33年からバイクに乗っているし、昭和37年には車の免許証を取得した。生ま

れて初めて乗った車は、初代のトヨタカローラで、大阪で開かれた万博に生まれたばかりの長女を連れて、家内と岡山から出掛けたこともあった。だから、もう半世紀以上も車を運転していることになる。バイクから勘定すれば、もう60年近く乗り続けているのだが、スピード違反、信号無視、一旦停止違反では、数年に一度はお巡りさんに迷惑をかけた。そして一度は、交差点で小学生が自転車で赤信号を無視して走って来て接触したが怪我はなかったことなど、10年に1回は警察のお世話になっているが、大きな事故は起こしたことはない。今、考えてみると、神様に守られ

て、幸せだったし、幸運だったと思っている。

最近、インターネットに「交通事故を起こしやすい人」が出ていて、そうだろうなあと、密かに感じたので、書いてみたい。まず1つ目は、バイクと高性能自転車の大好きな人だそうだ。2つ目は、飲酒して夜道を歩く人。3つ目は、ハンドルを握ると人が変わる人。4つ目が、運転中、スマホが気になる人。5つ目が、普段から交通ルールを守ろうという気持ちが希薄な人。この5種類の人は本当に気を付けなければ危ないと感じますが、皆様いかがですか。特に夏休みなど、街中などは子供が多くて、事故に要注意である。

私事ですが、この年になると年のせいか、 車を法定速度以上で走らそうと思わなくなったし、狭い道を走るのをできるだけ避けている。そして、できるだけ交通ルールを守るように心掛けている。ただ、お酒を飲むと、運動のためと、酔い覚ましに繁華街からよく歩いて帰る癖がある。なるべく歩道のある道路を通っているが、ダメかなあ。

情報誌「じんせい」平成29年8月号掲載

# 香魚と呼ばれる鮎



仁生会理事長 細 木 秀 美

は鮎が好きである。特に塩焼きは、香ばしい独特のいい匂いと、口の中で感じる柔らかい舌ざわりが何ともいえない。最近は養殖の鮎が多くなっ

たが、鮎釣りの大好きな友人から、たくさん 釣れたとお裾分けを頂戴するものが素晴らしい。彼によると、高知県の川では、四万十川、 仁淀川、伊尾木川、物部川、新庄川、高知市 内では鏡川上流等に独特の香りがする鮎がい て、とても楽しいらしい。

鮎は、わずか1年でその一生を終えるので「年魚」ともいわれるが、真夏の珪藻を腹一杯食し、大きく成長した鮎は、いい香りがするから「香魚」ともいわれる。川によって香りが少し違うので、食通には、「嗚呼、この鮎はどこどこの鮎だなあ」と分かるらしい。

それほど、旬の鮎は香りが命といわれる。鮎は、秋に川の下流で産卵し、孵化した鮎の稚魚たちは海に出て、プランクトンを食べて育つ。春になると一斉に川へ帰り、川の珪藻などを食べて大きく育ち成熟して、秋になると川の下流で産卵して、その短い一生を終える。

ある本によると、北海道以北にいて、プランクトンを主食とするキュウリウオという魚も鮎と同じ香りを持つそうだ。つまり、川の珪藻や水垢そのものは、鮎の香りとはどうも直接関係がないらしい。鮎の香りの成分を分析すると、ノナディールとノネナールという成分らしい。鮎の季節になると、体内から、特にこの成分が多く検出されるらしい。ところが、ノネナールは、我々中高年の加齢臭の成分の一つでもある。加齢臭と同じ匂いだというと、鮎のイメージダウンになるかもしれないが、我々高齢者には励みになるなあ。

情報誌「じんせい」平成29年9月号掲載

# 時 事 エッセー

# 地球上の動物の種類はっ



仁生会理事長細 木 秀 美

の地球上には、一体、何種類の動物がいるのかなあ…なんて考えたこともなかった。しかし、ある新聞の、しかも子ども向けの欄に目がいって驚いた。

動物学者が見つけて名前を付けた動物は、地球上、全部で何と137万種もあるそうだ。ヒトや犬、猫、牛、馬などの哺乳類が5,513種、雀、カラス、ペンギンなどの鳥類が1,425種、ヘビ、トカゲ、ワニなどの爬虫類が10,038種、カエル、イモリなどの両生類が7,302種、フナ、カツオ、サバ、マグロなどの鳥類が32,900種。そして、蝶、トンボなどの昆虫は100万種で全動物の7割を占める。また、カニ、エビなどの甲殻類が47,000種、タコ、イカ、カタツムリ等の軟体動物が85,000種だそうだ。地球の赤道に近づくほど、たくさんの種類の動物が住んでいる。地球の面積の3%ほどの熱帯

雨林に、地球上の半分の動物が住んでいることになる。しかし、まだまだ見つかっていなかったり、名前の付いていない動物も多く存在していて、人が近づけない山奥から深海の海底まで広く考えると、実際は870万種ほどではないかと、カナダとアメリカの学者が唱えているし、3,000万種ほどではないかと言う人までいるらしい。

有史以来、地球上には5回の生物の大量絶滅の危機があって、一番有名なのが、約6,500万年前の恐竜の絶滅だ。しかし、現在が次の6回目の絶滅の危機だといわれている。地球は人間の開発力によって、畑や都市がどんどん作られて、森が少なくなって、動物の住みかが狭く少なくなってきている。国際保護連合によると、今、絶滅危惧種は23,000種にも上っているらしい。私たちも自然を守り、子どもたちの未来に豊かな地球を残すために、エコを心掛けて、「もったいない精神」を心掛けよう。

情報誌「じんせい」平成29年10月号掲載

# 高齢の身につまされる川柳



仁生会理事長 細 木 秀 美

本人の高齢化率も 驚くほど高いが、 私たちの住む高知県は、 輪を掛けて高齢者が多く、3人に1人が高齢者 の仲間入りしている。私 も、運転免許証の更新時には、ついに認知症検査 が必要な年齢になった。

先日、細木病院の堀見院長から、「先生、これ見て。うまく言い当てていて、高齢者の悩みがよく分かりますねえ」と、今年のシルバー川柳(公益社団法人全国有料老人ホーム協会主催)の入選作品を見せてもらった。

- ●紙おむつ地位も名誉も吸いとられ
- 字を忘れ考えてるうち文忘れ
- ●いつ死ぬか分かれば貯金使うのに
- ●温かく迎えてくれるは便座のみ
- ●「君の名は?」老人会でも流行語
- ●ルンバさえ越えてる段に足とられ
- ●物忘れ知識を少し捨てただけ
- ●石段の下から拝む寺参り
- ●寝てるのに起こされて飲む睡眠薬
- ●手をつなぎ互いの杖となるあした

- ●できますと家族を泣かす認定日
- ●遺言書「すべて妻に」と妻の文字
- ●通帳に暗証番号書いている
- ●ペットロス主人の時より号泣し など

身につまされる川柳の数々に、高齢になると少しずつ忍び寄ってくる老人ぼけの症状が、走馬灯のように浮かんでは消える。誰でも、人生の終末期には経験しなければならない老いの症状は、防止できなくても、ぼけの襲来をどうすれば遅らせることができるのか考えてみたい。少なくとも、日常生活で暴飲暴食を控え、毎日少しは本に親しみ、ラジオを聴く。1日5000歩から8000歩は歩く。早寝、早起きを励行するなどだ。東北大学が、ある町の9000人を8年間にわたり追跡し、上記を励行すれば、健康寿命が2年も延びることを証明している。

取りも直さず、妻の言うことを聞いて、一日一日を安穏に暮らして、今日も一日、何もない平和な日だったなあと、神に感謝する…。そんな老後の人生がベストかなあ。隣から家内の「そう、そのとおり」という声が聞こえる気がするが。

情報誌「じんせい」平成29年11月号掲載

# 時 事 エッセー

# 野菜や果物でも皮膚炎



仁生会理事長 細 木 秀 美

日、家内が台所で料理をしていて「手がかぶれて、かゆい。 きっと洗剤か、たぶん農薬が野菜に付いていたかもしれないわ」とつぶやいたので、気になって

調べてみた。すると意外にも、いつも安心して食べているごく普通の、いつでもスーパーで手に入る野菜や果物の中に、結構かぶれて、かゆくなったりするものがあることが分かった。

果物では、マンゴーの果汁が口に付いたままにしておくと、かぶれてかゆくなる。これは、マンゴーがウルシ科であるからかも知れない。パイナップルやキウイも、多数の針状結晶があり、指や口唇に付けたままにしておくと、炎症を発生させる。三つ葉や、キク科のレタスも、切り口からの乳液が皮膚炎を起

こす。紫蘇は、あの良い香りの成分に、さらにニンニクや玉ねぎにも皮膚炎を起こす成分があるので、これらを



仕事で大量に扱う方は要注意だ。長芋と同種類の芋類にも針状結晶があって、皮膚炎を起こしてかゆくなることが多い。セロリも冷蔵庫に長く入れっぱなしにして古くなって黒っぱく腐った部分が皮膚に付くとかぶれるので、古くなった部分は早めに切り落とす必要がある。

このように調べてみると、私たちの周囲には、多くの皮膚に炎症を惹起するものがあることが分かったが、少し気を付けるだけで防ぐことができる。普段の生活の中で、いつも手にしている野菜や果物でも、注意しなければならない。農薬や洗剤ばかりが、皮膚を荒らす悪者ではないということだ。

情報誌「じんせい」平成29年12月号掲載 ※平成30年1月号休載

# 西郷隆盛の弟



仁生会理事長 細 木 秀 美

年から、国民に大 人気の維新の立役 者「西郷どん」の大河ド ラマが始まった。

ある日、私は、日本最 北で寒いことと、旭山動 物園で有名な北海道旭

川市で大学の同窓会が開催され、もう行くこともないかなあと思って参加した。旭川は屯田兵の発祥の地であることは知っていたが、偶然、屯田兵の歴史を知ることのできる北鎮記念館を、自衛隊第2師団が管理していて、見学して来た。ここは、旧日本陸軍第7師団で、北方領土の守りとしてロシアと戦い、太平洋戦争では、ガダルカナル、アッツ、キスカ等の戦争で玉砕した部隊であることにも驚いた。その展示品の中に、西郷隆盛の弟で、海軍大将でもあった西郷従道の大きな肖像画が飾られていた。彼は少しの間だったが、北

海道の開拓使長官をしていたらしい。

10年以上前に、私は友人と共に台湾を旅行した時、台湾南部の高雄市から南へバスで数時間、最南端のガランピ岬に行ったことがある。ここは少数民族の高砂族の住んでいる場所だと聞いたが、なんとここに、10メートル以上もの高さのある大きな石碑があり、それは初代台湾総督だった西郷従道を記念する石碑だった。植民地として支配していた日本人の石碑を、太平洋戦争が終わり、台湾が独立した後も残してくれている台湾の国民の心に感銘を受けたことを覚えている。西郷従道が余程、度量の大きい、慕われた人物だったのだろうと感じた。

従道は西南戦争の時も隆盛に従わず、明治 政府に残って、数々の要職を歴任して、明治 時代の日本の文明開化に寄与している。兄貴 の隆盛が人気がありすぎて、その陰に隠れて しまっていて、残念な気がするが…。

情報誌「じんせい」平成30年2月号掲載

# 時 事 エッセー

# /ラバガニはヤドカリの仲間



仁生会理事長 細 木 秀 美

年の冬はことのほか寒かったなあと思っているのは、私だけではないだろう。こんなに寒いと、美味しい鍋物が恋しくなる。タラ鍋、うどんすき、クエ鍋、フグ鍋、カニや牡蠣など、

種々の食材により美味しいお鍋が各地方にあることは皆がよくご存じだ。特にカニは、「カニの王様」といわれて、身がぎっしりと詰まった高価なタラバガニやズワイガニなどが有名である。ズワイガニは収穫された地方によって、松葉ガニ、越前ガニ、加能ガニなど産地によって名前が異なる。雌のズワイガニは、地域によって「セイコガニ」、「香箱ガニ」、「こっぺ」などと呼ばれている。

私はカニを食べるのは苦手である。理由は、 カニの身を出すのに気を使って、しかも下手 くそで、少ししか手に入れて食べられないか らだ。でも、タラバガニの大きな足の身だっ たら一度にたくさん取れて食べられるので好きである。だから、もっぱらタラバガニを食べるが、最近は高価になって、年に何度も食べられなくなった。しかし、調べてみると、タラバガニは北海道が主漁場で、タラの漁場と一致しており、タラと一緒に網に掛かって、江戸時代は浜や海に捨てられていたらしい。人が食用とし始めたのは、明治時代後半または大正時代からのようだ。

しかも、タラバガニは、生物学的にはヤドカリの一種だと知って驚いた。カニは横に歩くのに、タラバガニは前に向かって歩くことができる。これがヤドカリの種の根拠にもなっている。カニは一般的には、足の数は、はさみも入れて2対10本あるのに、タラバガニは、一番下の足は極端に小さく甲羅に隠れているので2対8本に見える。最近は、我が国のカニより、ロシアで水揚げされたものがほとんどらしい。缶詰でも、タラバガニは本当に美味しいなあ。

情報誌「じんせい」平成30年3月号掲載

# ナウ・レッツ・ビギン

平成29年4月~平成30年3月

平成6(1994)年6月13日に第1号を発行して以来、毎月、理事長はじめ幹部職員が、経済状況や職員の意識の高揚のための啓蒙活動その他を記して、仁生会細木病院グループの全職員の給与等明細書に同封し配布しています。

ナウ・レッツ・ビギン (Na316) Now, let's begin! 平成 29 年 4 月 27 日 社会医療法人仁生会本部

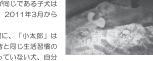
### 我が家の愛犬

1986年12月の我が家におけるクリスマスプレゼントは、生後数か月のダックスフンドであった。「チャッピー」と名付けられ、寝ても覚めても子供たちのアイドルであった。車の中から、子供と同じ小学校の制服姿の子供を見つけては、ちぎれるほどに尾を振り、ワンワンと大声で呼んでいた。しかし突然、交通事故で車にはねられ君子夭した。

それから25年後、長男が雨の中、帰宅途中で捨てられていた5匹の子犬の中から1 匹だけ拾ってきた。1 匹だけは可衰そうと雨の中を無理に元の場所へ戻しに行かせた。数日後、息子と二人で犬の繁殖を生業とする店に行くと可愛いダックスフンドの子犬を見つけた。帰宅すると家内が「飼いましょう」と

言った。偶然にも娘の誕生日(11月15日) と同じで、また孫と年齢が同じである子犬は 「小太郎」と名付けられ、2011年3月から 我が家の一員になった。

それから16年。この間に、「小太郎」は 家族全員に可愛がられ、皆と同じ生活習慣の 中で、全く自分を犬と思っていない犬、自分



を人間と思い込んでいるとしか思えない犬に育った。そして我が家の子供が集立ったあとの喪失感と寂寥感を埋めてくれる『第3の我が子』になった。我々と会話ができ、犬語でトイレも空襲も訴え、同じ布団に寝るなどといった不思議な犬は、全く新しい子供の誕生であった。 国内旅行に行く時はペット可のホテルに同宿した。そして門札に「小太郎」の名前を入れた。親戚が来た時は『子供が、まだいるの?』と聞かれ大美いになった。

しかしながら、確実に徐々に高齢犬になっている。加齢臭が強くなり、眼は 白内障、耳は難肺、腰は曲り、関節がギシギシと音をたて、排便・排尿が不安 定のため常時おしめをつけ、そばにいないと不安のせいか最近は家内をいつも 追いかけ、トイレでも風呂でも出てくるまでドアの外で黙ってしっと待ってい る。近いうちに寿命が来ることは分かっているが、いつまでたっても自分たち の子供である。

(ペットに癒される家族)

ナウ・レッツ・ビギン (Na317) Now, let's begin! 平成 29 年 5 月 26 日 社会医療法人仁生会本部

### 「いくちゃん」と「けんちゃん」

2月27日より、ユニティ病院のことを 皆様に知っていただきだいと考え、細木ユニティ病院の外来待合室の東側の壁近く に、「音声対話案内システム」を設置しま した。そのテレビの中で、アニメの「いく ちゃん」と「けんちゃん」の二人が、病院 の案内を行っています。テレビに向かって 話し掛けることができるように、マイクが 設置されていて、マイクの横のボタンを押



しながら質問をすると、その答えが返ってきます。現在はまだ、情報が十分に入っておらず、少しずつ増やしていっているところです。

例えば、「駐車場はどこにありますか?」、「喫煙所はありますか?」などと質問をすると、それに対してテレビから返答があります。また、「デイケアスタッフには、どんな顕種の方がいますか?」と尋ねると、「看護師 3 名、作業療法士3 名、精神保健福祉士1名、心理療法士1名、音楽療法士1名・1分をと教えてくれます。デイケアには「スポーツやパソコン数室、カラオケ等、色々なグループ活動があります」、作業療法室では「野菜や庭園の花を育てたり、茶道やスポーツ、楽器の演奏、陶芸、手工芸、クッキング、カラオケ等を行っております」、ディ・アルテンは「お年寄りが、体操やレクレーション、入浴など、日常生活を行うためのリハビリをする所です」、医療相談室では、「精神保健福祉士が、病気によって生じる様々な問題や悩みの相談を受け付けております」、と返答がありました。皆さんも外来の診療時間、院内喫茶の場所、売店の場所、N 株ち階の庭園、面会の時間等についても、テレビを通して質問してみてください。

精神科は、心の病を扱う診療科です。ユニティとは、「協調・統一」という 意味で、スタッフが全員一丸となり、協調して治療に取り込んでいくという意 味です。「いくちゃん」と「けんちゃん」も仲間入りしました。今後とも、ご 協力よろしくお願いいたします。

(ヨッシー)

Now, let's begin!

平成 29 年 6 月 13 日 社会医療法人仁生会本部

幾つになっても青春だ

日本人の平均寿命が、男80歳、女性90歳に近づいた今、定年後も30年 間近くは生き続ける人が多くなります。皆様には、今からの人生、生き生きと した希望に満ち溢れた人生を送っていただきたいといつも思っております。

そこで、有名なサミュエル・ウルマンの「青春」という詩についてお話しし ましょう。もう十分に前向きに人生を送られている方には、何も今更…と思っ てくださって結構です。

70 年前の終戦直後の占領軍総司令官マッカーサー元帥の執務室に、座右の 書と掲げられていた詩がありました。その当時、まったく無名の詩人だった、 Samuel Ullmanの「青春Youth」という詩です。サミュエル・ウルマンは、 アメリカのアラバマ州バーニングハム市に住む無名の詩人でした。マッカーサ ーは、コーネル大学の教授であった友人からこの詩を贈られ、座右の書にして いたのです。ある日本人が、彼の執務室で、偶然この詩を見つけて感動して日 本語に訳しました。後に、松下幸之助が、この詩をあるインタビューで紹介し て、一躍有名になったのです。日本で有名になり、アメリカへ里帰りした詩な のです

人は信念と共に若く、疑惑と共に老いる。 人は自信と共に若く、恐怖と共に老いる。 人は希望ある限り若く、失望と共に老い朽ちる。

**青春とは、人生のある期間をいうのではない。心の有様をいうのだ。すぐれ** た創造力、たくましき意思、勇敢さ、冒険心を持ち続けている時が青春だ。年 を重ねるだけでは人は者いない。希望を失った時に、初めて老いが忍び寄る。 情熱を失った時に、精神はしぼんでいく。苦悶、疑惑、不安、恐怖、失望…こ れらこそ、人を老いさせるのだ。

皆様、90歳、100歳になっても、いつも前向きに希望に溢れて、ボケない で、日々の生活を送れるように、今から心の準備をしましょう。

ナウ・レッツ・ビギン(Na319) Now, let's begin!

平成 29 年 6 月 27 日 社会医療法人仁生会本部

### ロボットは東大に入れるか

この、ある意味、イヤミったらしいフレーズは、本年4月の第114日本内 科学会講演会で(ということは 100 年を超える歴史で)初めての女性の特別 講演演者として登壇した新井紀子氏が、自身の推進している学術プロジェクト に付けている名称であるという。スポットライトを浴びながら、よく通る声で 話始めた新井氏は、遠目からも才色兼備を地でいくような、ちょっと近寄りが たい雰囲気ではあったが、終えてみれば、その講演は学会の全講演の中でも白 眉といえるものであった。で、今回のナウ・レッツ・ビギンでは、敢えてその 様子を、学会印象記として提供したい。

新井氏は、まず自身を数理論理学者、そして証 明論・人工知能の専門家と紹介し、現在のメイン の仕事は、国立情報学研究所・社会共有知研究セ ンター長として、上記プロジェクトを通して、ス ーパーコンピューター(スパコン)を駆使するこ とによって、近未来、どのような仕事が機械、す なわちAIやロボットに代替され、どのような仕



事が人間に残り、それによって、どのようにビジネスや労働環境が変化するかを正確に予測し、その結果に基づき、教育や法制度などの社会制度をどのよう に変えてゆけばいいかを提言することである、と切り出した。続いてスパコン と人間の能力を、実例を挙げてわかりやすく比較した後、想像力こそが人間の 最大の優位点である、と位置付けた。そして医師の世界では将来、外科医の仕 事のかなりのものはロボットがよりうまくこなすようになるだろうが、内科医 の仕事がロボット化されることはないであろうと述べ、会場の笑いを誘った。 また、今年生まれた赤ん坊の二人に一人は百歳まで生きるであろう、と言い切 った時、会場からもれたのは、ため息のような、どよめきであった。

世の中は日々、目まぐるしいばかりだが、学会も変わり続けている。内科学 会総会も、昨年は医学の深化、いわば縦の変化に感銘を受けたが、今年は本講 演を始め、学際的というか、横への広がりが、殊更、印象的であった。来年の 内科学会が楽しみである。

ナウ・レッツ・ビギン (No.320)

平成 29 年 7 月 27 日

### ワクチンって 病気が流行らなくなれば もう要らないのでは?

今までにもワクチンのことを書いてきましたが、今回は小児感染症の専門家 の話を拾って来ました。

# 過去のワクチン中止により百日咳で 113 人が死亡

ン接種の中止により百日咳による死者が113人に増えた事実と、2人の死亡と の両方を考えないとなりません。

## 年間 260 万人がワクチンで防げる感染症で死亡

年間 260 万人かツクチンで助ける感染症で死亡 また。最近の日本でも、予防接種率の上昇によって国内での流行がなくなった麻疹(はしか)が2014年1月、流行地のフィリビンから持ち込まれ、多くの地域で予防接種前の1歳未満の赤ちゃんや、2回のワクチン接種を済ませていなかった人の間で流行しました。 毎年、世界で700万人近くの5歳未満の子どもが感染症で死亡しており、そのうち260万人は、ワクチンが届かないためにVPDで死亡しておけ、この、ワクチンの接種率が高い国では、過去に年間数千〜数万人の患者や死者を出していたVPDの患者が激減していることを忘れないで欲しいと思います。

Now, let's begin!

平成 29 年 8 月 28 日 社会医療法人仁生会本部

# フィッシング詐欺に注意!

皆さん、怪しいメールが来ませんか? それはフィッシングメールかもしれません。 フィッシング詐欺は、カード会社やショップサイトを 騙ったメールを送信して、利用者に偽サイトにアクセス させ、クレシットカード番号や個人情報を盗み取るとい う詐欺です。





フィッシングメールは「メンテナンスのため」「本人

# ※フィッシング詐欺対策

〇日頃の注意

- ・メール内のリンクはクリックしないという習慣をつける。
- ・アカウントの適切な管理(安全なパスワードの作成、保管、更新)。 ・メールの受信方法を「HTML」ではなく「TEXT」にしておく。

- ・メールの受信方法を「HTML」ではなく「TEXT」にし 〇怪しいと思ったら ・ブラウザ上に鍵マークがあるか確認。 ・アドレスが「https~」で始まっているか。 ・「差出人」ではなく「電子署名」があるか確認。 ・メール内のリンクは絶対クリックしない。 ・何よりも怪しいと思ったメールは削除するのが一番の対策。 〇フィッシング詐欺にかかったら
- ・クレジットカードの場合は、すぐカード会社のコールセンターに電話で
- ・被害にあったサイトのパスワードなどアカウント情報を変更する。

ナウ・レッツ・ビギン (No.322)

平成 29 年 9 月 27 日 社会医療法人仁生会本部

### 屏風絵と和歌による日本の系譜

昨年、「国宝鰲子花図屏風ー歌をま とう絵の系譜」と題して、東京の南青 山にある根津美術館で開かれた展覧会 を見る機会がありました。

最初に、江戸時代の元禄年間に活躍 した、欧米人に最も人気が高いとされ る尾形光琳の筆になる国宝「燕子花図 屏風」が展示されていて、それに対 し、伊勢物語の「からころも きつつ なれにし つましあれば はるばるき ぬる たびをしぞおもう」の和歌が添 **えられていました。頭文字の韻を踏む** と「か・き・つ・は・た」となる折句



「燕子花図屏風」は、今年 4 月に発行され た切手のデザインにもなっています

の手法を用いた歌で、在原業平が燕子花を前に即興で歌ったとされ、ほとばし る才能を窺わせます。

展示されていた各和歌には、外国人向けに平易な英語訳が同時に表示されて いて、古文に疎い現代人にもその歌の意味をつかむのがかえって容易でした。 これらの中で私が一番気にいった歌は、「吉野龍田図展園」の満闢の桜の花の 屏風絵に付された「ことしより はるしりそむる さくらばな ちるというこ とは ならわざらなむ (習わないでほしい)」の歌でした。さて、この歌の作 者は一体誰かと思い、後で調べたところ、平安時代に土佐の国司を勤め、土佐 日記の作者で有名な記賞之の作で、古今和歌集の中の一首と判明しました。

実際に、会場には外国人も多く来館しており、屏風絵と和歌が見事に調和す る日本文化の一端を味わうとともに、古来人々が愛着を持って花々に接してい たことを改めて感じました。

(一観覧者)

ナウ・レッツ・ビギン (Na323)

平成 29 年 10 月 27 日 社会医療法人仁生会本部

### "相互尊重"コミュニケーション

日頃のコミュニケーション、気持ちよく図れていますか? 相手に対して言いたいことを、過度に遠慮することなく声に出せ、相手の話を肩肘張らずに聴くことができる一コミュニケーションーがうまく図れると、会話が弾み、その場が楽しい雰囲気になりそうですね。

ー そのために、自分も相手も尊重しながら、きちんと主張できる「相互 尊重コミュニケーション」を心掛けてみませんか。「発展的で協調的な 自己主張」のスキル向上が気持ちのよい雰囲気づくりに役立つでしょう。 発展的一すなわち、次につながる、明日につながるということ。相手 を論破しても意味がありません。無理やり自分の考えを押し通すような 主張ではうまくないですね。正しい自己主張は、「次に、明日につなが

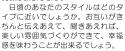
る」のです。 協調的一これは、遠慮するとか、相手に合わせ過ぎることとは違います。相手の知っている単語が使える、相手の興味のある角度から話ができる。 すなわち、一歩相手に近づいて、聞いてもらえる話ができるとい うことです。

コミュニケーションのとり方を振り返ってみましょう。コミュニケ ションのタイプには、大きく分けて3つあります。ついつい傷りがちな、相手否定(攻撃型)と自分否定(受身型)の2つと、発展的で協調的な、相互尊重(積極的)のコミュニケーションです。 「攻撃型」は、強引に相手から YES を奪おうとします。結果、相手

にいやな印象を残すので、次につながらず、会話は弾みません。 「受身型」は、何でも相手に合わせ過ぎてしまうので、便利な人、 単な人だと思われても、信頼や尊重にはつながらず、結果、相手に選ばれない対象になってしまいます。

「相互尊重」は、しっかり自分の意見を率直かつ明快に伝えるけれど、 相手の話も聞く。結果、相互の信頼

関係が深まります。



(まつりの夜店)

ナウ・レッツ・ビギン (Na324) Now, let's begin!

平成 29 年 11 月 27 日 社会医療法人仁生会本部

# たばこ

たばこは身体に悪いことは重々承知しているが、ストレス解消の手段 でもあり愛好者にはなかなか止められない。山に登っていた頃は山頂で の一服が至福の一時で、指先が黄色くなる位のヘビースモーカーであった。30 歳代後半に日頃の不摂生で入院となり、主治医の先生に言われ た。30 歳代後年に日頃の个時年で入院こなり、主活医の先生に言われて禁煙を始めたが、朝起きると頭に「たばこ」の文字が浮かび、日中も口が渇くので最初はキャンデーやガムで気を紛らわしていた。その後、吸いたい気持ちが強くなった時には水を一口含むようにすると禁断症状が和らぎ、乗り切ることができた。以後、頭から「たばこ」の文字が消 、 20 数年禁煙が続いている。 たばこについて少し調べてみた。 たばこの税金は、1 箱 440 円(私

が吸っていた頃は 200 円前後が主流)のたばこの場合、国のたばこ税 106,04 円、地方のたばこ税 122.44 円(道府県 17.2 円、市町村 105,24円)、たばこ特別税 16.4 円、消費税 32.59 円、合計 277.47 円と 63.1%が税金となっており、まるで税金を吸っているようだ。たばこ以外の税金では、ビール 48.1%、ウイスキー26.5%、ガソリン 55.4%だそうだ。

喫煙率は日本たばこ産業が今年 7 月に調査した割合では、男性 28.2%、女性 9%、全体 18.2%であった。2015 年:19.9%、 2011 年:20.1%と減少傾向ではあるが、アメリカ13.7%、スウェー

デン 10.7%といった先進国より高い割合となっている。 また、「高知市歩きたばこ等の防止に関する条例」をご存知だろうか。 歩きたばことは、道路、公園、広場など公共の場所での喫煙、火のつい からにはことは、理的、公園、公園がはこれ代の場所でいませ、次のラがたたばこを持っての自転車・自動工等事に乗りながらの喫煙も含む。禁止区域は、高知駅周辺、追手筋、中心街の商店街周辺、高知市役所周辺となっている。罰則はないが、煙が人にぶつかったり、ボイ捨てが原因での火災のリスク、たばこを持つ手が子供の顔の高さ等危険もあり、マナーを守ることが大切である。

飲食店での禁煙はまだまだ浸透していないが、最近では昼のランチの 時間帯は禁煙といった飲食店もあり、たばこを吸わない者に取っては受動喫煙にならないので大変ありがたい。 禁煙または分煙の飲食店が増え ればと願っている。

(お茶のみ)

ナウ・レッツ・ビギン (Na325) Now, let's begin!

平成 29年 12月 13日 社会医療法人仁生会本部

# 幸せを友人にする為に

あっと言う間に、今年も半月を残すばかりとなりました。

「歳月人を待たず」とは、良く言ったもので、最近、つくづく実感し ております。今年も、例年通り皆様に賞与をお届けできます事、職員の 皆様のご努力とご協力のお蔭と、心から感謝致します。

皆様!今年の一年間は、如何でしたか。運の良かったなあと思ってい る人、付いていたなあと感じている人、そして、その反対の方も、きっ とおられる事と思います。運を味方に付けるには、どうすれば良いので しょうか。

私は、一緒に居て気持ちの良い人、ホッと出来る人と付き合う事だと 思っております。そうすると、今迄感じていた、自分の心の中のエゴや 執着から少しずつ抜け出すことが出来ると思います。そして、人の欠点 に気付いても、出来る限り、人の悪口を言わない事です。他人の欠点を 指摘しても、自己満足だけで、得ることは何もないのですから。そして、 そっと後ろから他人を応援出来る様になれば、その結果として、自分自 身も、きっと応援される事でしょう。自分自身の目的や使命を自覚して、 懸命に努力する事は尊敬に値します。

好きな詩をお贈りします。

『人は信念と共に若く 疑惑と共に老いる 人は自信と共に若く 恐怖と共に老いる 希望ある限り若く 失望と共に老い朽ちる』

-岡田義夫訳- サミエル ウルマン

アメリカの詩人でマッカーサー元帥の執務室にかけてあったもので、 松下幸之助氏が好んだところから広がったようです。

寒い毎日、十分にお身体にはお気を付けられて、明るい笑顔の年末年 始をお過ごしください。

来る年が皆様にとって、佳き年であります様に、心から祈念致します。

(ナズトラビ)

ナウ・レッツ・ビギン (No.326) Now, let's begin!

平成 29 年 12 月 27 日

### お正月の風習

本来「正月」は 1 月の別称ですが、1 日が元旦、3 日までを三が日、 7日までを松の内といい、さらに1月15日(地方によっては20日) の「小正月」まで、さまざまなお正月行事が行われます。昔から、元旦 には「年神様(としがみさま)」という新年の神様が、1 年の幸福をも たらすために各家庭に降臨するとされています。

「主婦は三が日に家事をしなくてよい」という風習があります。毎日 仕事をしている女性を、家事から開放してあげるという意味があると言 われています。そのために、数日掃除をしなくてもいいように年末の大 掃除をしたり、三が日食べられるようにおせち料理を作ったりするので

「元日にはお風呂に入ってはいけない」という風習があります。これ は、昔は風呂焚きというのは井戸から水を汲み上げ、薪に火をつけてお 湯を沸かしといった重労働であったため、元旦くらいは家事をする女性 を休ませてあげようといった理由だとされています。昔は元日に風呂を 炊くと地獄の釜が沸くと言って忌み嫌われていました。

「元日は掃除はしてはいけない」と言われています。これは、せっか く来ていただいた神様を追い払ってしまうと考えられるためです。「元 日に掃除をすると、わざわざやってきた福の神を掃き出すことになって しまう」ため、縁起が悪いのだそうです。同じ理由から、「洗濯も裁縫 も風呂に入るのも禁止」。どれも、福の神を追い出してしまうことにな

「お賽銭以外のお金は使わない!」「元日にお金を使うと、その年は

浪費する年になるので、控える」という意味の ようです。ちなみにお賽銭は大丈夫とのこと。 1 年をお金が出て行くばかりにしたくない場合 は、初売りや福袋などは、元日に買いに行かな いほうが良いとされています。これは、元旦に お金を使ってしまうと、その 1 年、財布から お金が出ていくようになるためです。お賽銭には使ってもいいというところがユニークですね。



(makonda)

Now, let's begin!

平成 30 年 1 月 26 日 社会医療法人仁生会本部

### 素人の、素人による、素人のための仏さま 一序一

最近はお寺巡りをして各寺の御朱印を書いてもらうのが流行していて、 お寺では色々とお洒落な御朱印帳が売られています。 最近いくつかのお 寺を廻り、仏像を見る機会があったので仏像・仏教について少し調べて

のないに。 なんと、、、仏様(像)の世界は4段階に分かれた階級社会でした! なんと、、、仏様(像)の世界は4段階に分かれた階級社会でした! 高いランクから順に如来(にょらい)、菩薩(ぼさつ)、明王(みょうおう)、天(てん)となっているようです。なにか難しそうですが、ほとんどの人が聞いたことのある"お釈迦(しゃか)さま、観音さま、お不動さん、お地蔵さん"をはじめとして、寅さんで有名な帝釈天、大黒様や四天王、閻魔(えんま)様、さらに、仁王立ち、修羅場を演じる、ヒーキャルザ☆胚の知事、恐カス N谷の鬼子母神(きしもじん/きしぼしん) 人寄れば文殊の知恵、恐れ入り谷の鬼子母神(きしもじん/きしぼじん)などいずれもこの4つの階級に属する仏様に関連したワードでした。ま た、上位階級の「如来」には、助さん角さん的役割の「菩薩」やガードマン(SP)的な「天」を従えるという構図がありました。面白いと思



マグ (SP) 的な「天」を使えるという情報がありました。 園日いと思いませんか? さあ、この不思議の世界をゆっくりと態してみましょう。 ますは、よく耳にする奈良(東大寺)の大仏様から。4 階級の最上ランクの如来に属しており、正式名称は盧舎那仏(るしゃなぶつ)または毘盧遮那(びるしゃな)仏といい、同じランクに属する釈迦如来の別名とされています。この仏 様は極楽浄土の花である蓮(はす)の花(蓮華 れんげ) の花びらの台座に座っていてその 1 枚 枚には大釈迦や無数の小釈迦がいるとされて

いるため、勢い仏像があのように巨大となって いるそうです。東大寺は奈良仏教の華厳宗(教典は華厳経、宗祖は良弁) の大本山で聖武天皇の勅願によって開かれた寺院です。

\*蓮と間違えるものに同じ水生植物であるモネの絵で有名な睡蓮(ス イレン)があります。いづれもインド原産で、概ね花が水面に咲くのが 睡蓮で水面より上の方で咲くのが蓮ということで区別できるようです。 ちなみにご存知のように蓮根(レンコン)は蓮の地下茎です。

To be continued (次は4階級についてもう少し詳しく)

(神仏習合)

ナウ・レッツ・ビギン (No.328) Now, let's begin!

平成 30 年 2 月 27 日 社会医療法人仁生会本部

# 私の犬歴

昨年末の高知新聞の一面に「出生最少 94.1 万人、過去最低」厚生労働省(17年推計)、社会面に「飼い猫初めて犬上回る」ペッドフード協 会(17年全国犬猫飼育実態調査)、2つの記事が載っていました。

因みに出生数最多は 1949 年の 270 万人。その前後生まれを団塊世 代といいますが私もその一人です。小学校の頃、町内は子どもでいっぱいでした。その中を親方と一緒に大八車を必死で引いている犬をよく見 かけました。ポインターでしょうか大きな犬でしたが、それが犬との最 初の出会いです。中学になって我が家に大がやってきました。今は見かけないスピッツ犬で、綿あめのような真っ白な毛と真っ黒な鼻が印象的 でした。まだ番犬で家族の残り物を食べて縁の下で寝起きしていました。 高校の時にいたビーグル犬はスヌーピーにそっくりで愛嬌がありました。 その後高知を離れたので生き別れになってしまいました。帰高したのは 平成の前年でバブルの絶頂期。ハスキーやレトリバー犬など、外国映画 に出てきそうな大型犬があちこち散歩しているのには驚きました。シェ ルティー犬を飼い始めました。子供たちにオモチャにされながら一緒に 育ちましたが、優しくて賢い犬でした。今いる柴犬は短毛・立ち耳・巻 尾と生まれは申し分ないのですが、私の育て方が悪かったのかやんちゃ で手を焼いています。

さて、犬人気の凋落の原因はというと高齢化の影響もあるようです 毎日の散歩に手がかかったりペットが長寿になったため、新たな飼育を 断念する団塊世代が増えているようです。

成年には我が家のワンコで年買を飾ってきました。さてさて、この次 は何犬だろうかと想像してみました。一回りすると超後期高齢状態、ロ

コモで散歩は億劫、知力低下で躾けはままならず 老者介護は確実だ。今は AI(人工知能)が急速 に進歩していろんなところに登場してきていま す。高性能AI搭載ワンコだと無駄吠えなし、躾 けや散歩は不要、ペットロスとも無縁。飼い主の 困った問題はすべて解決。そう、次はロボット犬



(豆助)

Now, let's begin!

平成 30 年 3 月 27 日 社会医療法人仁生会本部

# 犬にちなんだ話

今年は戌の年。これは私が小学校4年の時に習い、唱歌で歌った犬の話です。



が授かる最高の勲章)をいただけるという知らせが文子さんにあった…。 文子さん、係の兵隊さんの愛情に満ちた慈しむ心に応えようとする「利根」の 安は、人にも通じることではないでしょうか。 さて、愛知県ニッスは山の慰霊碑の中に、軍犬、軍馬の慰霊碑があるそうです。 管理人さんの移では、戦争が絡りの武装隊はして入助に帰還となったけれども、 軍犬、軍馬はすべておいて行けと命令が出たそうです。お別れの時には、大や馬 たちが兵隊さんのところへやってきて袖口をくわえて離さなかったそうです。そうして目に涙をいっぱい浮かべていたとのことです。 先の戦争では、多くの尊い人の命がなくなりました。そして同時に軍犬、軍馬 といった動がたちたくさん犠牲になったことを忘れてはいけません。戦争は終 対あってはならないのです。今平和と言われる世の中にいるからこそ、このこと を真摯に考えなければならないと強く思います。 世の中が平和で穏やかでありますように。 それては皆様だんだんよ。(福井の隠居) あとがき

あとがき 徒然草に「すべて、一切の有情を見て、慈悲の心なからんは、人倫にあらず」 (すべての生き物を見て、慈悲の心を起こさないような者は、人間ではありませ ん。)と出ています。 2011年、全国の保健所に引き取られた犬猫 234.062 匹のうち、殺処分は 185.086 匹、殺処分の 1 位は高知県と言われています。これは一度ではなく、 何度も続いているようです。

# 情報誌「じんせい」

平成29年4月号(No.364)~平成30年3月号(No.375) 毎月発行/発行部数 2,300部

# 平成29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	6 月号	細木	堀見院長 春の叙勲で瑞宝中綬章を受章	1,592	195
2	7月号	細木	まっことネット細木オープン	1,014	166
3	3月号	細木	在宅部がピュアリフレビルに移転	894	132
4	6月号	仁生会	仁生会危機管理担当の壬生顧問 危険業務従事者叙勲で瑞宝双光章を受章	673	113
5	9月号	仁生会	第64回よさこい祭りに 6 年連続16回目出場	632	119
6	8月号	細木	訪問リハ「刺しゅうがしたい!!」 バリアフリーフェスティバル 1 位受賞	624	101
7	4月号	細木	四国老人福祉学会第36回大会で発表 前回大会で在宅部が最優秀学会賞受賞	606	109
8	5月号	細 木 ユニティ	細木病院豊田看護部長、 細木ユニティ病院岡崎看護部長就任	599	105
9	3月号	仁生会	高知龍馬マラソン2017に挑戦	525	98
10	9月号	細木	イチゴいちえ・いちご学校 細木病院の組織で再スタート	476	87
次点 1	6 月号	細木	第47回日本看護学会-在宅看護-学術集会 回復期リ八病棟の取り組みが優秀発表賞受賞	473	90
次点 2	10月号 12月号	細木	シェイクアウト訓練実施 フォトコンテスト2017で受賞	459	96



院長 坦見忠司

# 平成29年度の

# 目標と取り組み

からも、この病院で良かった。」 答を行います。 常を掲げ、職員が一体となった病院 中域20年度より、心機一転、次の新

ダブル改定を見据え、最適な病検編予成30年度の診療報酬と介護報酬の

(案) をまとめます。

●中期5か年計画を立案し、実行に移

● 砂溶単価を見据えた、新しい診療体制を策定します。

●高知りMATへのチーム派遣を行り、高知のMATへのチーム派遣を行り、高知県全体の組織的な行動に関りします。
●BCCP(事業継続計画)を作成します。

全国的に少子高齢化・多光社会化が 連びた公田で、国民経費の開催に向 対大級整理領によって、全国の政策 対大級整理領によって、全国の政策 対大級整理領によって、全国の政策 によるなのではまなければなりませ 「14となって進まなければなりませ し、ここに組木質院の今後の夢と、平 成20年後の新たな機と返り用的につ 新しい理念を実行していきたいと考え、置を確定し、以下の重点目標を掲げ、医療に貢献する医療機関として立ち位

●今年も年間病床稼働率82%を目指します。 夫を延らし、患者増につなげます。 め、経営基盤の安定を図る。 

機関と総密な医療連携を図り、地域 ●ロッカー機を完成し、診療スペース ●無本病院がある場所が高級の広報活動に努 め、混技技能内外の学会免疫や話上 発表を制制します。 ・伊護国・活動を支援します。 ・伊護国・活動を選続します。 ・伊護国・活動を選続します。 ・伊護国・活動を選続します。 ・伊護国・活動を選続します。

No.365

# 『第1回学術集会 in 細木』開催!





テーマ	兒表者
間質浸潤を伴った巨大嚢胞内乳癌の一例	診療部 無床研修医 児玉佳奈
地域包括ケア病棟における看護師が行う 遊院支援〜両齢者世帯に焦点を当てて〜	
高齢者の安全な単物療法に関する検討 〜医療療養病検における服用薬の 実態調査と処方適正化〜	医療技術部 葉荊室 葉荊師 市川麻美
リハビリ介入時における手指衛生の タイミング	区療技術部 リハビリテーション課 ICT委員 作業療法士 田中薫
グループホーム西町の地域助災の関わり 〜安心して暮らせる町づくりに向けて〜	在宅部 グループホーム西町 介護支援専門員 松岡利昌
父親の"メディカル・ショート・ステイ" 利用を通して感じた、事務節長としての 何酉、家族としての側面、その両面から	事務部

その後、上地副院長から、優秀演題 (薬剤室、事務部) の発表があり

服後に、堪見院長から「素晴らしい 取ったい。そして抄録集会を開催して いいきたい。そして抄録集会を開催して として集積していき。そ~3年先に振 の拍手が起こり、協会のうちに閉会と

(医療技術部長

田中照夫

ご 会的価値)。内容(方法、考察、結論)、 ご 発表態度(表現力、スライドの見やす 元 さ)などが高く評価されての受賞とな

平成29年4月号(No.364)

●医師、看護師等必要な人材確保を行います。

平成29年5月号(No.365)

2017(平成29)年 6

ます。

No.366

# 堀見 忠司 細木病院院長 平成29年春の叙勲で『瑞宝中綬章』を受章

即山大学医学業第一分科入局 UCLA (カリフォルニア大学の10 セルスを) に音学し、世界が 時外部溢にて太平洋機能能达 作野移植に成功 西知県和の主任脊移植に成功 西知県和の主任脊移植に成功 西知県立中央映開線販長 南知原東中央・一条製工 日本初の病別・F1事業書置 実際産業センター条製工展

高知医療センター名誉院長 社会保険診療報酬支払基金高知支 部医療顧問

無大匹より勲章を伝達され、宮殿「曹明殿」におい 第一次章』を受章されました。5月11日には摩生男 中原巻』を受章されました。5月11日には摩生男 ・ その中で、細木典院の選見を可護長(小高 ・ 10月11日には摩生男

池 三二雄 三雙病院放射線室長 No.367

2017(平成29)年

# 真の、つながりを、細木病院から発信します! 『まっことネット細木』オープン





廣井(紀)



なたり、地域の方々の写真展などの個展なたり、地域の方々の写真展などの個展ない。 も計画しています。 投での授業風景の写真や作品を展示し な課職による野菜販売も定期的に開催 な課職による野菜販売も定期的に開催 (在宅配長

「まっこと講座」 健康や介護に関するミニ講座 「防災教室」 防災士の職員による防災に関するお話 第4金曜日 15時~15時30分 | おかに上の場合にある (1975) (

平成29年6月号(No.366)

平成29年7月号(No.367)

2017(平成29)年 8 No.368

フォーム工事が無事竣工しました。 6月15日、梅雨の晴れ間の爽やかな

# 日高クリニック

生活介護「グループホームスモス」、認知症対応型共

0

ています。また、介護保険事料、内料、整形外科を診療し クリニックの文字は遠くからした。また、正面にある日高 日高クリニックでは、小児



落ち着いた色調に決定しました。屋 反射させ、真夏の日差しの下 の三角屋根には太陽光を乱 外観リフォー っていました。そのため、日高

細木秀美理事長の提案のもと、日高 色をベースに、合間に渡いグレーのとして検討した結果、渡い2色の煉 げます。

 現代育「ワンパクひだか」を運営して
 事業所「日高ケアセンター」を併設。
 さらに、日高村より委託を受けた病後
 さらに、日高村より委託を受けた病後 います。日高村や近隣地域にお住まい て (院長 松本和博/事務長 尾原 団)後 ろしくお願い申し上げます。 技 ろしくお願い申し上げます。

平成29年8月号(No.368)

2017(平成29)年 No.369

# イチゴいちえ・いちご学校が 再スタートしました!

マイチゴいちえ」は、日々の生活相できる環境が整った住宅です。

(必要か吟味され、より地域と密着し

地域密着型通所介護とは、従来のデ

8月は夏祭りを開催しました。今後もた。7月はたんぽぽ一座による演劇を、 体験していただき、たいへん好評でし

皆で楽しめる企画を考え取り組んでい

また、駐車場の一角に「いちご機関

デイサービスいちご学校 ビスのうち、小規模な事業所が

にも対応しています。また、入居者のや健康相談、ご希望に応じて通院介助 談や2時間の安否確認サーン

段地域と密着した取り組みにも力を入 利用希望の方は、ぜひお気軽にご相 (細木病院在宅形膛長

緒に李節の野菜を収穫し、良心市で販

ントの開催等、快適な生活が 入居希望の方は、ぜひお気軽にこ相談 「街と集まって晩酌したり 入居されている方からは

院在宅部の組織に加わり、再スタート学校」が、平成20年6月から、細木病 密着型通所介護 「デイサービスいちご者向け住宅」 イチゴいちえ」と、地域

測定の後、個別面談による運動指導を含め14名の参加があり、問診と体力 います。

担当: 藤錦

② ② 仁生会は、国の次世代育成支援一般事業主誌定と 高知院次世代育成支援企業の認証を受けています。

平成29年9月号(No.369)

リフォーム後の日高クリニック

2017(平成29)年 No.370

◆ 脳息の症状

緩めて、気管支内空間を広げて空気のと、気管支を取り巻く平滑筋の収縮を

る吸入ステロイド(-05)

原因となります。もともと気管支は、粉の飛散、風邪ひきなどが喘息誘発の

ちでの気温の変動、空気の乾燥、 なります。この時季は、喘息の発作が

種々の刺激に反応しやすい素地(気道

ンに沿って、重症度別に治療が行われ

入薬を使ってくれない場合は、

診断がつけば、喘息診療ガイドライ

◆ 喘息の治療

秋になると注意が必要な 気管支喘息

峨鳴(「ゼイゼイ」「ヒューヒュー」 ← 端息を疑う症状は、主に夜間の咳:

拡張剤(LABA)の配合剤

LABA) の定期吸入を行います。

田入りを良くする長時間作用性気管支

語などの併存症があればその治療も必

**単症度が高くなれば増重し、** 

いと横になれず、座ったほうが楽にないう音)、呼吸困難です。発作がひど

の非アトピー型哺息があります。特殊ピー型哺息と、中高年に多い原因不明 ト(猫や犬)のフケなどが原因のアト 死骸が主体)、花粉、カビ(真菌)、ベッ 割を占めており、安易な解熱鎮痛剤の なタイプの喘息としては、解熱鎮痛制



から現状の再評価が必要です。治療

に多いハウスダスト(イエダニの異や支障をきたします。喘息には、若年者

は、タバコや適労を避け、気温差や飲 90%を占めていて、大きな課題となっ 防蔵以上の高齢者の喘息による死亡が から~500人に激減していますがる年間死亡者数は、以前の6~7万~ 療法が普及したため、全国の喘息によ ています。 この時季の喘息の予防対策として

に注意することが望まれます。 (細木病院名譽副院長 小林 M 0

◆端息の予防

育)、のアレルギー性鼻炎や胃食道部をよく説明し理解してもらう(患者数 さんへの吸 ② ② ○ C生会は、国の次世代育成支援一般事業主認定と 展知期次世代育成支援企業の認証を受けています。

合は、

2017(平成29)年 No.371

秋から冬場の血糖上昇に要注意!

一)の値は、毎年11月頃から上

2月から4月にかけて最も高く か月前の由糖値の平均が高くな

bA-c (ヘモグロビンエーワン 血糖コントロールの指標である

身体の順応が間に合わず、 むくみや分泌物過剰と、気管支周囲の

平滑筋の収縮により空気の通り道が挟 検査としては、呼気一酸化窒素測定

岡崎 郁子 細木ユニティ病院看護部長

の傾向は、秋から冬にかけて血糖値が

上昇するとされていますので、こ

を崩しやすくなりますが、季節とは樹 血圧が上がりやすくなり、それに伴っ

風邪などをひきやすくなったり、

外国でも同じ傾向があるといわれ

Wなさそうな血糖値も上昇しやすくな

まず第一に、12月から1月にかけて

クリスマスや忘年会、新年会、

◆ HbA1cの季節変動

改善していますが、秋から冬にかけ

糖尿病患者さんの血糖コントロー

糖尿病治療の進歩により、以前より

も多いようで、冬に比べると血糖が悪 る方もよくいますが、食欲も落ちる方 ントロールの悪化の原因と考えられま 運動不足が秋から冬にかけての血糖コ 多い印象があります。つまり、過食と なるとおいしい果物が出回り、それを 者さんのお話を聞いていますと、秋に しまうことが考えられます。また、患 じこもりがちになり、運動量が減って と。もう一つは、寒いことで部屋に閉 食事量やアルコールが増えてしまうこ

抑えるためには、過食をしないように

◆ 血糖上昇を抑えるには?

三型病院 2000 日高クリニック ご相談ください。 要か送ったときは、いつでもお気軽に

0

す。ちなみに、夏も暑さで活動量が減

エネルギー使用量を増やし、

の前後の普段の食事量をいつもより炒 ウォーキングなど有酸素運動のイメー けることも有効です。糖尿病の運動は、 動も筋トレなど室内でできる運動を終 えめにするなどの工夫が必要です。 る。どうしても食べてしまうなら、 ジがあると思いますが、筋トレは直接

うが、寒いのに無理をして体調を崩し 参加してもある程度食べる量を抑え うずればよいか。まず、飲み会などは りの人との付き合いもあり、参加しな

② 企業のは、国の次世代育成支援一般事業主認定と 展知期次世代育成支援企業の認証を受けています。

平成29年10月号(No.370)

平成29年11月号(No.371)



0



平成29年12月号(No.372)

② ② ② C生会は、国の次世代育成支援一般事業主請定と 高知期次世代育成支援企業の問題を受けています。

平成30年1月号(No.373)





# 新聞・テレビ広告等

平成29年4月~平成30年3月

# A. 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> ②高知新聞「高知医療センター がんサポートセンター落成」

高知新聞 朝刊

平成29年4月10日掲載



日高クリニック

0889-24-7785

高知新聞 朝刊

平成29年4月~平成30年3月 毎月最終火曜日掲載

③高知新聞「堀見忠司細木病院院長瑞宝中綬章受章」



高知新聞 朝刊

平成29年8月4日掲載

# (2) 行事等告知

細木病院『第25回糖尿病セミナー』(平成29年6月5日開催)

第25回細木病院糖尿病セミナー 6月5日9~13時。高知市大膳町、同病院(088・822・7211)。「その時どうする?糖尿病患者さんと災害」をテーマに糖尿病療養指導士や看護師、理学療法士らが話す。無料

高知新聞 朝刊 こみゅっと

平成29年5月23日掲載

# B. テレビ報道

①細木病院『まっことネット細木オープン』高知さんさんテレビ SUNSUNみんなのニュース平成29年6月1日放映

# ②細木病院『シェイクアウト訓練実施』



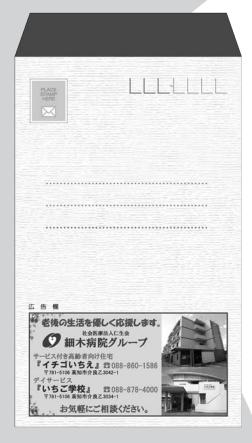
高知さんさんテレビ SUNSUNみんなのニュース 平成29年6月1日放映 高知放送 こうちeye

平成29年6月1日放映

「地震だ!! 防災頭巾をかぶって揺れから身を守ろう!」 (高知市シェイクアウト訓練フォトコンテスト2017受賞/撮影:木下浩一)

# C. 封筒広告

郵便局窓口現金封筒広告



# D. 屋外広告(立て看板)

北環状線イオンモール高知北設置 (平成31年8月まで)

# E. その他広告

# (1) 高知県経営者協会

機関誌「高知経協」7月号暑中見舞い広告、新年号年賀広告

# (2) 高知大学医学部

- ①新入生歓迎行事パンフレット協賛広告
- ②第37回南風祭パンフレット協賛広告

## (3)地区民運動会

- ①第30回第四小校区地区民大運動会プログラム協賛広告
- ②第65回小高坂校下区民運動会プログラム協賛広告

# (4) その他

- ①土佐塾中高等学校ブラスバンド部無我夢中コンサートその26パンフレット協賛広告
- ②土佐中高校吹奏楽部第52回スプリングコンサートパンフレット協賛広告
- ③高知県立大学第63回紅葉(くれは)祭パンフレット協賛広告
- ④いの町紙の博物館第10回高知国際版画トリエンナーレ展作品集協賛広告
- ⑤平成30年高知県自衛隊家族会カレンダー協賛広告
- ⑥四国老人福祉学会第37回大会研究発表抄録集協賛広告

# F. パンフレット類

# (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サービス付き高齢者向け住宅 イチゴいちえパンフレット



# 編・集・後・記

2018年12月現在



細木 秀美 (仁生会本部 理事長)

今年も完成ですね。良かったです。感謝、感謝です。



堀見 忠司 (相談役 細木病院 院長)

皆さんの学問的活躍が大変 頼もしく思います。今年も新しい芽生えが見られましたね。



深田 順一 (相談役 三愛病院 院長)

今回は仁生会の将来を語る会と重なる編集でした。 次回の年報が楽しみです。



金子 忠司 (仁生会本部 人事部 部長)

昨年は、長男が中学入 試に合格し、嬉しい年 でした。



 丸山
 博

 (細木病院
 診療部

 内科
 副部長)

初めての編集委員が無事終了しました。ありがとうございました。



西村 哲也 (細木病院 診療部 血管外科部長)

1年目の新参者ですが、皆様 にご協力頂き大変感謝して います。有難うございました。



安藤 清香 (細木病院 看護部 南3病棟)

年報作成にあたりご協力頂き、ありがとうご ざいました。



安丸 あい (細木病院 医療技術部 栄養管理室)

元気に1年を過ごすことができました。平穏な日々のありがたみを実感。



田村 幸大 (細木病院 地域連携推進センター 連携情報管理室)

平成29年度、スキャンして 電子カルテに取り込んだ情 報提供書は5,085件でした。



**重近 愛生** (細木病院 在宅部 老人デイケア ゆうゆう)

年報に携わり、多職種と携わる機会が持てて良かったです。ありがとうございました。



川田 順子 (細木病院 事務部 医事課)

初めての編集委員、何と か終了できました。ご協力 ありがとうございました。



髙橋 博規 (細木ユニティ病院 看護部

仁生会にお世話になり16年になりました。年報作成に微力ながら携わることができ光栄です。



田中 俊彦 (細木ユニティ病院 総務課)

6年目の年報委員も皆の協力のおかげで仕事ができていると実感しています。



小野 正英 (三愛病院 医療技術部 薬剤室 室長)

初の編集委員で緊張でしたが、皆さんの協力で無事、終える事ができました。



**藪内 由香** (三愛病院 看護部 愛3病棟 クラーク)

編集委員2年目もお世話になりました!ご協力ありがとうございました。



森田 晃平 (三愛病院 事務部 総務課)

皆様に助けられ、無事大役を 果たす事ができました。ご協 力ありがとうございました。



福井 博幸 (日高クリニック ひだかの里 とんぼ 介護福祉士)

忙しくも充実した1年でした。年報発刊おめでとうございます。



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)

平昌五輪金メダリスト小平選 手所属の相澤病院理事長に お目にかかれて光栄でした。



**3** 



# **仁生会年報2017** 平成29年度 第19号 2017年度 (2017.4.1~2018.3.31)

発行 2018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 · 丸山 博 · 西村 哲也

安藤 清香 · 安丸 あい · 田村 幸大 · 重近 愛生 川田 順子 · 髙橋 博規 · 田中 俊彦 · 小野 正英 藪内 由香 · 森田 晃平 · 福井 博幸 · 木下 浩一

西田 江見

相談役 堀見 忠司・深田 順一・吉川 賢一

印刷 株式会社 高知新聞総合印刷