

地域医療支援病院  
地域周産期母子医療センター  
地域がん診療連携拠点病院  
専門医療施設(がん/成育/骨・運動器)  
エイズ治療中核拠点病院  
第二次救急医療指定病院  
臨床研修指定病院

# FMC NEWS

FUKUYAMA MEDICAL CENTER

福山医療センターだより



2021 August  
Vol.14 No.8

# 肝臓・胆のう・膵臓外科紹介



肝胆膵外科医長

徳永 尚之

## 【はじめに】

当院の肝胆膵外科について紹介させていただきます。

現在、肝胆膵外科医としては稲垣 優(院長・肝胆膵外科学会高度技能指導医)を筆頭に徳永尚之(肝胆膵外科医長)・北田浩二(肝胆膵外科医長(院内)・高度技能専門医)・内海方嗣(肝胆膵外科医長(院内)・高度技能専門医)の計4名で診療に当たっています。手術はmajor surgery(高難度手術を中心に)を月・金曜日主体に、minor surgeryを火・水・木曜日主体に行い、major surgeryには基本的に肝胆膵外科医が3(～4)人常在し手技・手順の画一化・安定化に努めています。minor surgeryは(腹腔鏡下)胆嚢摘出術が主体となりますが、緊急・待機を問わず肝胆膵外科医が必ず1人は参加する形をとり、研修医を始めとした若い先生方の指導に当たることを旨としております。外来診療は稲垣が週2回(水・木午前)で主にmajor surgeryが適応となりそのような新患(紹介含む)を、他3人はそれぞれ週1回(徳永(木午前)・北田(水午前)・内海(木午後))でminor surgery予定の新患(紹介含む)と主治医として担当させていただいた患者様の術後follow upを担当しています。

入院診療は常時15～20名前後の患者様を基本的には徳永・北田・内海でそれぞれ主治医の形で担当し、稲垣はすべてのback upに回るというstyleで行っております。更に稲垣は病棟総回診を週1回行い、個々の症例について治療内容などを検討したり、退院調整を行っています。消化器外科の一員として週2回の術前・週1回の術後カンファレンス・加えて週1回の消化器内科・病理医との合同カンサーボードに参加しながら、肝胆膵独自のカンファレンスも週1回は必ず行い、術前症例や治療難渋症例の診断・治療方針を専門科としての統一性・客観性を失わないように常に省察することを心がけています。

学会活動も積極的に行っており、毎年行われる全国および地方学会にはコロナでweb開催が増える中でも演題発表し、論文についても和文・英文ともに精力的に発信し続けています。

## 【科としての特徴】

当院は日本肝胆膵外科学会の高度技能専門医修練施設(B)に認定され、広島県下、中でも備後井笠地区において肝胆膵外科の中心的役割を担っています。修練施設(B)とは高難度手術を年間30～50例行っている施設で、5年に1回更新・再認定を繰り返しながらこれを維持しております。ここ数年はコロナの影響がありながらもなんとか年間50例以上の高難度手術をこなしており(表1)、次期申請での修練施設(A: 年間50例以上の高難度手術施行施設)へのstep upを目指し日夜診療の質の向上に努めているところです。当科の診療は「進行癌に対する集学的治療」「低侵襲治療」「低悪性度腫瘍に対する機能温存」を3本柱としております。

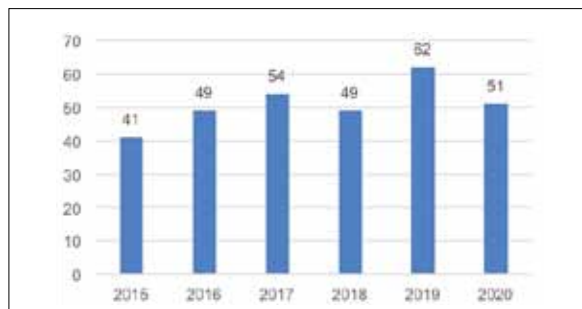


表1：肝胆膵外科学会高難度手術症例数

## ①進行癌に対する集学的治療

肝臓原発の疾患である肝細胞癌(HCC)や肝内胆管癌(ICC)に対しての肝切除は、系統的肝切除術を基本として施行しており、門脈腫瘍栓合併例でも門脈合併切除、下大静脈浸潤例には下大静脈合併切除等、進行癌に対しても積極的に拡大肝切除を行っています。しかし切除後の再発は決して少ないとは言えず、手術のみで治療が完結できない症例も認められます。昨今のHCCに対する血管新生阻害薬を中心とした分子標的薬の進歩は目覚ましく、ここ数年で保険収載され使用可能となった薬も多数存在しており今後も増えることが期待されています。またB型・C型肝炎ウイルスをコントロールし残肝への負担を軽減することが再発リスクを減らす重要な要素でもあります。従来から存在するRFAやTACEといった治療選択肢との連携も重要となってきます。こういった観点から肝臓内科医・放射線科医と綿密にディスカッションを行いながら手術適応や術後管理についての方針を決定しています。また、大腸癌肝転移に対しては術前後に化学療法を追加することにより、肝内・肝外再発の予防による予後の改善に努めております。切除不能の肝転移症例に対しては、ネオアジュバント療法にて腫瘍を縮小させ、切除可能になった時点で積極的に肝切除を導入しております。

胆道では進行胆嚢癌、肝門部領域胆管癌に対する拡大肝切除を含めた根治手術を施行しております。遠位胆管癌や十二指腸乳頭部癌に対してはリンパ節郭清を伴う亜全胃温存膵頭十二指腸切除(SSPPD)が手術の大半を占めています。中でも肝門部領域胆管癌は肝門部での血管走行も複雑で手術難易度も高く術後合併症がおこることも少なくありません。胆管に広範囲に進展している場合も多く、切除する肝容量が多くなり過ぎ術後肝不全を発症する頻度が高くなるため、その対策として術前に放射線科に依頼して門脈塞栓術を行うことで残肝容量を増加させ安全に大量肝切除を施行できるように努めています。また胆道悪性疾患では術前に胆管狭窄から閉塞性黄疸を来している症例がほとんどで、術前の減黄処置が必須となります。術前に腫瘍の進展範囲



を正確に把握して過不足なくより根治性の高い手術を行うためには胆道内視鏡検査や処置に肝胆脾内科医の協力は必要不可欠です。胆嚢隆起性病変に対しても超音波検査(EUSなど)やCT・MRI検査を行うことにより術前に可能な限り悪性疾患との鑑別を図り、鑑別困難な場合には病理医の協力のもと術中迅速病理検査を追加することでより精度の高い診断・治療方針の決定に努めています。

脾臓癌では脾頭部に存在する場合は亜全胃温存脾頭十二指腸切除術(SSPPD)を、脾体尾部に存在する場合は脾体尾部切除術(脾臓合併切除を伴う)を施行することが大半です。周囲の門脈や小範囲の神経叢までの浸潤であればリンパ節郭清に加えて合併切除します。従来脾臓癌は予後不良の疾患として知られていましたが、昨今新規抗がん剤の登場で予後は改善傾向にあります。その一つの要因として術前化学(放射線)療法の有用性が証明されつつあり、発見時に切除可能であっても術前に化学療法を先行してから切除した方が予後が延長することが解ってきました。当科もそれに則り脾臓癌は根治切除可能例においても術前化学療法施行後に根治手術を行い、さらに術後補助化学療法を施行することにより予後の改善を図っております。また、手術不能例に対しても化学(放射線)療法を行いダウンステージを行うことにより、手術適応の拡大(コンバージョン手術)を図っております。

## ②低侵襲治療(腹腔鏡下手術)

腹腔鏡手術とはご存じの方も多いと思いますが、お腹に小さな傷を4～6か所程度開けて腹腔鏡というカメラを用いて行う手術で、従来の開腹手術と比べ傷が小さく体への負担が少なくなります。腹腔鏡手術は高度な技術を要しますが肝胆脾外科領域でも広がりがつつあり当院でも内視鏡外科学会技術認定医を取得した内海の加入によりその適応を拡大する方向にあります。従来より胆嚢結石・胆嚢炎(急性・慢性)・胆嚢腺筋腫症・胆嚢ポリープなどの胆嚢良性疾患に対しては、多少の炎症を伴っていても積極的に腹腔鏡下胆嚢摘出術を行っており、現在はガイドライン(Tokyo Guideline 18)に則りBail out手術(胆嚢亜全摘)も交えながら症例により適応を決定し通常手術後3～5日で退院可能となっています。肝切除に関してもここ10年で部分切除・外側区域切除のみの適応から系統的肝切除まで保険収載が認められ、全国的にも飛躍的に導入される機会が増えています(図1、2)。当院でも年間10例前後の主に転移性肝腫瘍に対する肝切除を腹腔鏡で行っていましたが、今後は症例を厳選しながら原発性肝腫瘍(HCC)に対する亜区域切除や区域切除・葉切除にその適応を拡大し積極的に導入していくつもりです。同時性の

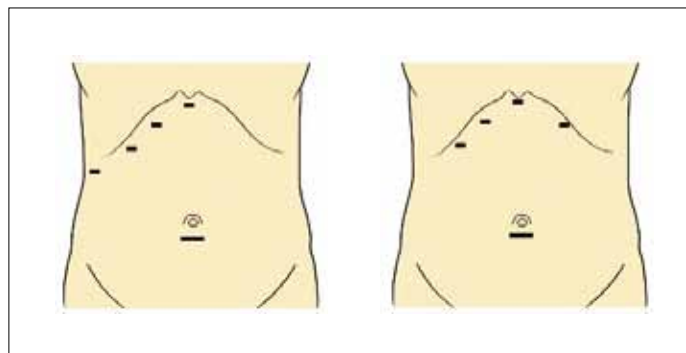


図1：腹腔鏡下肝切除術の創部(左：右葉系、右：左葉系)

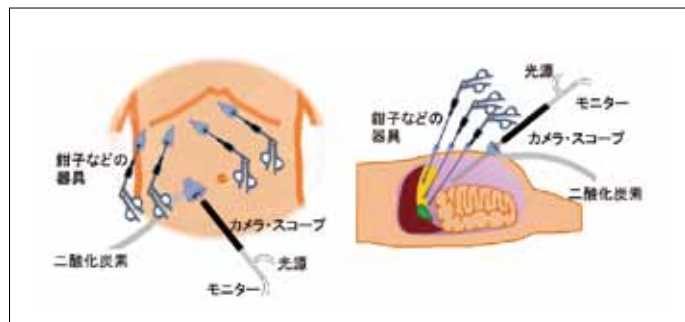


図2：腹腔鏡下肝切除術のやり方

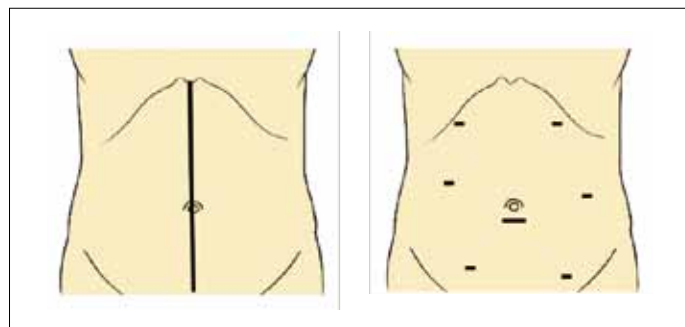


図3：大腸癌肝転移同時切除例の創部(左：開腹手術、右：腹腔鏡下手術)

大腸癌肝転移に対してはこれまでも原発巣の腹腔鏡下切除とともに腹腔鏡下に肝転移の切除も行っておりましたが、多発病変でも切除可能であれば腹腔鏡下に同時切除の方針です(図3)。脾臓に関してもここ数年で脾癌に対する腹腔鏡下脾体尾部切除や脾頭十二指腸切除が次々と保険収載されましたが、特に脾頭十二指腸切除では施設基準がまだ厳格に定められており限られた施設でのみの適応となっています。当科でも脾頭十二指腸切除ははまだ腹腔鏡下での適応には至っておりませんが、脾臓の体尾部に発生した低悪性度脾腫瘍(脾癌も含む)に対しては腹腔鏡下に低侵襲手術を行っております。脾臓断端も自動吻合器により腹腔内で切除する完全腹腔鏡下での手術が可能となっています。

## ③低悪性度腫瘍に対する機能温存

脾体尾部に発生した低悪性度腫瘍(IPMNやMCNなど)に対しては脾臓を温存し脾体尾部のみを切除する脾温存脾体尾部切除術を適応としています。脾動静脈から脾体尾部を剥離する必要がありますがより難易度の高い手術となりますが、これも腹腔鏡下手術で施行することが可能です。胆嚢癌であっても粘膜までの浸潤であれば症例によっては腹腔鏡下に胆嚢全層切除術を行うこともあります。脾胆管合流異常を伴う先天性胆道拡張症の場合、胆道系への悪性腫瘍発生リスクが高いため胆嚢摘出+胆管合併切除・胆管空腸吻合(分流手術)を行います。これも可能であれば腹腔鏡補助下に施行することを考えます。

## 【おわりに】

肝胆脾外科についての現況を簡単ながら紹介させていただきました。新型コロナウイルスの影響で手術枠の制限等もあり、なかなか思い通りに手術が回せなかったり緊急症例への対応も手が行き届かないことがあるかとは思いますが、スタッフ一同患者様への思いと向上心は常に持ち続け日々の診療に当たっております。不十分な点は多々あるとは思いますが可能な限り当科の特色を生かしながら一丸となって邁進していく所存ですので、今後とも引き続き宜しくお願い申し上げます。

# 令和2年度 医療安全推進活動報告会

誌上発表  
No.5

今月はME管理室、臨床検査科、リハビリテーション科からの報告と  
4月から着任された宮本安全管理係長(師長)のご挨拶です

医療安全管理部長 大塚 眞哉

## コロナ禍におけるME機器医療安全情報の 院内周知への取り組み

臨床工学技士  
岸田 透



### 【背景】

例年ME管理室では、各部署へME機器の研修会を行っている。しかし勤務時間内での研修は、多忙なため人が集まりにくい問題があった。また昨今のコロナ禍において密となる集会は感染リスクが高いため、研修会が出来ない状況となった。これを機に、人を集めず院内周知できる方法を検討し、ME機器の情報発信に取り組む。

### 【方法】

掲示物と電子カルテ上の掲載による情報発信をする。掲示物は、毎月A4サイズ1枚に簡潔にまとめる。多方面からの意見を聞くため、ME機器管理委員会から承認を得た後、各部署へ情報発信する。これらの取り組みを2020年5月から開始した。

### 【結果】

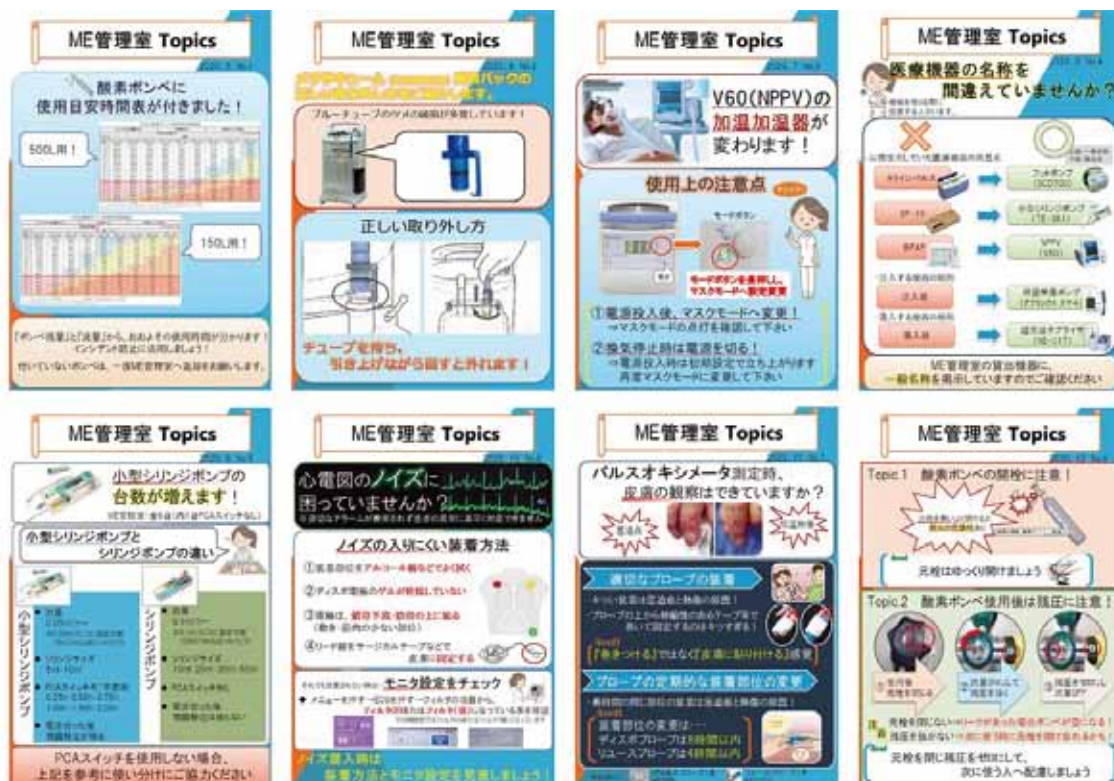
掲示物のタイトルは『ME管理室Topics』とし、2020年5月から現在に至るまで、毎月情報発信を行っている。図1参照

### 【考察】

今回の取り組みにより、コロナ禍において人を集めず安全に情報発信することができた。また『ME管理室Topics』による情報発信は、多忙中でも掲示期間中に見ることができるため、多くの人に周知することができた。その他にも最近多い故障・トラブルへの注意喚起や機器納品など、最新の情報を院内全体へ発信できた。しかし掲示物の欠点として、A4サイズに簡潔にまとめるため、内容の多い情報を詰め込めないことがあげられる。そのため研修会でしか伝達できない内容もあると考えられる。新型コロナウイルスが落ち着いた後は、『ME管理室Topics』と併せて研修会も実施することで、より一層医療安全に努めることができると考える。

### 【結語】

掲示物による情報発信は、コロナ禍において人を集めず安全に院内周知することができた。また掲示期間を設けることで、多くの人に周知することができた。



医療安全管理部長  
からコメント

昨年度は新型コロナウイルス感染症拡大にて院内での会合や集合研修が中止となりました。イラストを用いた分かりやすい掲示物による情報発信は良かったです。また掲示期間を設けることで、多くの人に周知することができました。今後、コロナ禍が収束して集合研修が可能になっても併用でお願いします。



# 臨床検査科の5S活動への取り組み ―― 当たり前のことを当たり前に行うために ―



臨床検査技師  
藤井 貴子

医療安全管理部長  
からコメント

臨床検査科は2020年1月国際規格ISO 15189を取得しております。フル規格での認定は広島県東部地区初です。「整理」「整頓」「清掃」「清潔」「しつけ」の5S活動は今や企業のみならず病院でも取り入れられています。私も「ASUISHI」で学んだトヨタ自動車が起源と言われています。引き続き、質の高い安全な臨床検査を目指して下さい。

## はじめに

5S活動とは、組織体における物、情報、人を対象に、**整理・整頓・清掃・清潔・しつけ**を全員参加で徹底する活動である。

臨床検査科では、ISO 15189認定取得にむけ、検査科内の環境・仕組みを大きく変えてきた。また認定取得後も毎月の5Sラウンドを通して、環境や仕組みについての問題発見・解決を継続してきた。このような、臨床検査科内の5S活動から、改善につながった事例を報告する。

## 取り組み内容

### 整理

- 文書ファイルの様式・保管期限・廃棄日などを統一した。
- 限られた収納スペースの有効利用につながった。
- 書類検索が容易になった。

### 文書の保管期間を決める



### 文書の廃棄時期を決める



### 整頓(安全)

- 手順書に示されていても、毎日見ていると反って気づかない?
- 機器の上は物を置かない、コードの保護、段ボールの直置き禁止などを周知した。
- 他部署からの指摘で気づくことができた。(水平展開)

### 機器の上に物を置かない



### コードは断線しないよう保護する



### 整頓(ルール作り)

- 検査科内のみの掲示物にも承認許可を押印した。
- 掲示物の掲示終了日を揃えたことで、掲示期間の管理が容易になった。
- 掲示枚数もリスト化した。
- 時間外で使用する試薬・備品名称はすべて緑色に統一した。

### 掲示物の掲示期間の管理



### 時間外緊急検査で使用する試薬・備品名称は緑色に揃えて表示



### しつけ(習慣化)

- 清掃点検表で全員に清掃当番を割り振った。
- 消毒液は使用頻度がわかるよう日付を記入することとした。

### 清掃は場所・実施日・実施者を記録

清掃点検表	
場所	実施日
検査科	2020.10.10
検査科	2020.10.11
検査科	2020.10.12
検査科	2020.10.13
検査科	2020.10.14
検査科	2020.10.15
検査科	2020.10.16
検査科	2020.10.17
検査科	2020.10.18
検査科	2020.10.19
検査科	2020.10.20

### 定期的な日付を記入



## まとめ

- ラウンドメンバー間の評価基準が整い、各部署に反映できるようになった。
- 職員全員に5S活動の意識が高まった。
- 環境・仕組みについての主体的な考え方が身についたことで、インシデント減少への意識付けができた。

## 今後の課題

- 職員間・部署間での評価基準がずれないような意識付けが必要である。
- 評価基準の統一は難しい内容もある。
- 粗探しにならないよう、継続的な教育が必要である。
- 活動に必要な物品整備も徐々に行っていく。
- 「信頼のおける検査は、安全・安心な職場環境から!」を全員のモットーとしていく。

# 転倒転落予防強化に向けた取り組み



副理学療法士長 門脇 守男

## 【はじめに】

入院患者の転倒転落は、リハビリテーションでの運動中だけではなく、病棟でのベッドサイドやトイレで発生するなど、多様な場面や時間帯で発生している。早期リハビリテーション、早期離床を展開していく中で転倒転落予防への対策が必要であり、他職種との連携も求められる。今年度、リハビリテーション科において転倒転落予防に向けて取り組んだその成果を報告する。

## 【目的】

患者の転倒転落を予防するため、転倒転落へのリハビリテーション科スタッフ個々の意識、危機管理能力を向上させること。

## 【方策・結果】

1. 当科におけるインシデントレポート確認  
全リハビリテーション科スタッフに周知  
リハビリテーション科新人・新入職スタッフにインシデントの特徴を伝達
2. インシデント発生後、リハビリテーション科内での対策・検討  
→検討回数3件(全て転倒転落事案)  
リハビリテーション科内へ情報発信し、危険性の認識や対策の有効性を確認
3. 転倒転落多職種カンファレンス・ラウンド参加 →参加件数:4件  
各職種(看護師、薬剤師、理学療法士)が専門的視点から分析、情報共有
4. 転倒転落KYT実施  
3b事例を参考に実際の場面を具体的に提示  
ベッド周囲の環境面改善への意識付け



## 【考察】

1. 繰り返しインシデント情報を発信することやKYT実施により、実臨床に即した場面での要因、予防策を検討し、環境面改善への意識付けや危機管理能力の向上につながった。
2. 患者情報の提供やカンファレンスにより多職種で予防に努め、環境整備や患者への説明など病棟看護師の協力も得られたことで、転倒転落に関する再発予防システムの強化につながった。
3. 今後もリハビリテーション科単独で転倒転落予防を進めることなく、多職種で転倒転落予防に努め、チーム医療を推進していきたい。



## 医療安全管理部長からコメント

転倒・転落は病院内の大きなインシデントの一つです。他のインシデントと違い、医療者の介在しない非プロセス型が多いのが特徴です。リハビリのプロとして”率先”して多職種間と情報共有を行い、転倒・転落を予防して下さい。

# 大きくなる(重大事故)前に たくさんの芽を摘んでいく(共有と対策)



医療安全管理係長  
宮本 慶克

4月より医療安全管理係長を引き継がせていただいた宮本です。2019年にこの福山医療センターに異動となり2年間外来看護師長として勤務しました。外来では病院全体を見渡せる部署(各部門との関わりがある)であり、2年間の短い期間でしたが各診療科の医師をはじめ各部署のスタッフの皆さんとは広く(浅くでもありますが)面識がもてたと思っています。そしてこの4月から医療安全管理室へ異動となりました。医療安全管理室の業務は報告されたインシデントレポートをもとに病院内全体を組織横断的に動いて対応していきます。外来でそれとなく築いてきた面識が役に立ってか、4月からインシデントレポートの確認のためにあちこちと顔を出すことにそれほど私自身抵抗を感じませんでした(相手方の心情はわかりませんが)。そしてどこの部署に行っても起こったインシデントに対する詳細な情報を提供してくれるととも

に、「部署で話し合って今後はこうします」とすでに対策を検討している部署も多くあります。それぞれが起こったインシデントに真摯に向き合っていることをこの4ヶ月で実感しながら、負けじと日々の医療安全管理室の業務に従事している毎日です。

さて、今年度4月号の紙面より絶賛掲載中の各部署における「2020年度医療安全推進報告書」も来月の掲載ををもちまして19部署の発表を終える予定です。まずは取り組みをまとめて頂いた19部署の担当者の皆様、お疲れ様でした。それぞれが紙面掲載のテーマに取り組むのには多くの時間を費やしたと思います。患者さんにとって今よりさらに安全な方法や対策はな



いのかということ、起こったインシデントを掘り下げて検証し、対策を導き出した結果がよく表されていたと思います。今回の取り組みは継続して実行していくことを望みますし、さらに今後の課題を課題のまま終わらせないように引き続き患者さんの安全を守るための強固な対策につなげていって欲しいと思います。

2020年度における当院のインシデント報告数は2668件でした。この「FMC NEWS」は医療従事者でない方も手にとられると思いますが、この数、多いのではと思った方もおられるのではないのでしょうか。この報告件数には「間違いそうになった」などのいわゆるヒヤリ・ハット事例や患者さんには何も影響を及ぼさなかった事例も実は3割ほど含んでいます。それでも報告してもらっているのには理由があります。1920年代に労働災害を詳細に調査した結果から導き出した「ハインリッヒの法則」というものがあります。



これは1件の重大事故が起こった背景には、軽微で済んだ29件の事故、そしてその下には事故寸前の300件のヒヤリ・ハットが隠れていると言われるものです。つまり1件の重大事故を起こさせないためにはその下の329件の事象の洗い出しが必要なのです。そして事象の洗い出しをして、大きくなる(重大事故)前にたくさんの芽を摘んでいく(共有と対策)ことこそ、インシデント報告の大きな意義であると思っています。今回の取り組み発表も地道な積み取り作業の一環であると言えます。



1件の重大事故が起きてから「ああ、それはいつも危ないなと思っていました。」では遅く、多くの報告がないとこの積み取り作業はできません。インシデント報告には時間と労力がかかる上に、それによって自分が責められることを恐れる気持ちも少なからず起こるかもしれません。それでも多くの報告が集まるということは、福山医療センター職員の「安全文化」が高いことを示す証左であると思います。質の高い医療の提供と並行して安全な医療の提供ができるように今後も医療安全への取り組みのご協力よろしくお願いします。

## Urayama Looking no.10

### 「証券管理って何ですか？」

小児科医師

浦山 建治



支店勤務を経て、異動したのは「証券管理サービス部外国証券権利課」(当時)。これ、何のことか分かる人は、同業者だと思います。私の希望通り、信託らしい国際的な業務…。

ファンドという、ことばに馴染みはありますか？きちんとした定義はないようですが、ネット検索によれば、「元本の増殖やその果実の取得を目的に投資家から拠出された資金を集め、共同投資の仕組みを用いて運営される基金、その組織(コトバンクより)」。

例えば、私たちが加入する共済組合が集めているおカネ。組合員から集めた資金を、支払いに備えて増やす目的で、運用しています。そういった運用の一部を信託銀行が担っています。実際に売り買いの意思決定をするのはファンドマネージャーですが、そんな花形社員の裏には、私たち事務がしっかり控えているのです(病院も同じですね)。運用するからには、しっかりお金の出入りを記録しないといけません。運用というのは、株式の売買だけではなく、ある法人に貸付をして、利息をつけ回収することで利益を上げるのも運用です。ある建物を

買い取って、テナントを入れて賃料を稼ぐのも運用です。為替だけでも利益を出せます。プラスばかりで表現しましたが、損失も同じです。さて、こういうものを正確に記録しておかないと、大切な資金がどうなっているのか、さっぱり分からなくなりますね。

そこで信託銀行は、それらをまとめて運用報告書を作成します。自社が運用するファンドの記録は当然ですが、なんと他社ファンドの報告書だけ作る業務まで請け負います。就職活動時には知っているはずがない、他行にはない信託らしい仕事。信託独特の仕事を経験したい、などと口走った若者が送りこまれる恐怖の残業部署なのです。

さて、そんな「証券管理サービス部」ですが、そのうち外国証券の権利関係だけを扱うのが「外国証券権利課」です。権利というのは、主に株の配当や債券の利金を受け取る権利です。また、企業というのは合併だ吸収だ面倒なことをしてくれまわすし、株式自体や配当を分割したり等、本当にややこしい仕組みを作ります。そして円換算のタイミングも問題になります。そこに税金も絡みます。外

国税額控除って聞いたことありますか？今は変わりましたが、国内の税額から外国で支払った税額を控除する計算です。これにも為替の日付が…。あの頃、大企業のM&Aに関するニュースを見聞きすると、憂鬱な気分になりましたね。

さて、各ファンドの特定部位だけを集めてきますので、全体像は分からないままひたすら計算・確認の連続。確認というのは、例えば現物の証券を保管する、カストディーと呼ばれる海外銀行の残高との照合。これがまた、しばしば合わず…。海外の金融機関は日本よりいい加減で、「忘れてました」や、以前ご紹介した「担当が休みです」攻撃にも遭います。なのに世間からは、外資より我々が格下にみられているような空気があり、本当に嫌でした。

そしてこれも以前触れましたが、時差の影響をもろに受けます。日本の勤務時間で働きつつ欧米と連絡を取れ、という無理な構造です。残業が常態化して当然です。昼間に職場で寝てしまうこともよくありました。タバコ組は気ままに部屋から出るのに、昼寝は非難されるという雰囲気にも納得できませんでした。



## 山陰鳥取便り No.13



鳥取大学医学部附属病院小児外科  
教授 長谷川 利路

皆さん、東京オリンピック、どのように観戦されましたか!

この記事が掲載されるのはオリンピックの閉会式を終え、パラリンピックが始まる前の頃と思います。コロナ感染が収束していることを願っていますが、まだまだコロナの話題で引っ張れそうです。

コロナウイルスのワクチンはもう接種されたでしょうか。ファイザー社、モデルナ社、アストラゼネカ社製のワクチンは、メッセンジャーRNAなど遺伝子を利用したものです。遺伝子は通常細胞の核内に存在し保護されているのですが、ウイルスは核を持たずにDNAやRNAの遺伝子のみから成り立ち蛋白質の殻に包まれています。ワクチン製造は簡単に言えばその遺伝子の一部を鋳型にして蛋白質である抗体を作るといことです。このような情報が広まっているため「コロナウイルスワクチンを打つと身体の遺伝子が作り変えられる」ような「無知」から来る恐怖感に煽られることが多く起こっているようです。さらに「卵巣に成分が蓄積する、不妊になる」などの「デマ」も横行しています。

18世紀、イギリスのジェンナーが天然痘のワクチンを同じ病原ウイルスである牛痘(牛にできる天然痘で人と同じような症状を発する)から生成して人に接種することで、発症を防いだけでなく天然痘の根絶に至ったのですが、開始した当時「牛からとった物質を人間に注入することは汚らしい、神の摂理への不信である」と言われただけでなく「牛のような顔になった」「牛



図1 緒方洪庵。岡山出身。適塾(大阪大学医学部の前身)を開いた(Wikipedia)。

の毛が生えてきた」などの噂が絶えなかったようです。この頃から3世紀も経った現在でも状況は変わっていないことがうかがえます。ジェンナーや日本の緒方洪庵医師が一つ一つ丁寧に粘り強く説明をしていて、長年の後にやっと一般の方々に理解をいただき天然痘の撲滅に至りました(図1)。遺伝子ワクチンという聞きなれない手法で出来たワクチンのため、一般に捉えられる印象は3世紀以上前と全く変わっておらず、政治家に任せるのではなく医療従事者がそのメリット、デメリットについて正しい医学的な見地から丁寧に説明することが最も重要なことと思われます。

さて、8月は「お盆」の時期で各家庭では「ご先祖様」をお迎えされていると思います。「精霊の世界」についてはよく分かりませんが、56才で亡くなったアップル社のスティーブ・ジョブズ氏は「死は生命最大の発明である」と言い「古いものを消し去り新しい道をつくる」意義があると言っております。人間の細胞は37兆個ありますが、常に細胞分裂を繰り返して新陳代謝を図っています。この細胞の染色体の末端にはテロメアという「鉛筆のキャップ」のようなものがあり、これがDNAを保護しておりま

す(図2)。そして細胞分裂の度にテロメアは短くなり、これにより細胞は老化していき臓器の機能が低下していき寿命が決定されるわけです。テロメアの短縮を修正すると癌化することが実証されており、テロメア自体は細胞分裂を制限して癌化を予防する働きがあるのです。このような細胞分裂によるテロメアの短縮は「体細胞系」で行われますが、「生殖細胞系」である卵子、精子ではテロメアが短くならないので、際限なく細胞分裂できます。このことは40億年前に生命が誕生してから、「生殖細胞」が生き残りあらゆる生物と最終的に人間の出現につながったことが説明出来ます。生物の種の存続に関してみれば「生殖細胞」に比較して「個々の身体の死」はそれほど重要ではないわけです。また生殖に関して雄と雌を有する有性生殖が生命体としては効率的であり、父と母のDNAがそれぞれ受け継がれ、遺伝子の変異などを取り入れて新しい多様性ができるというメリットがあります。優れた子孫を残して次世代に後継していくという、メカニズムが出来上がっているのです(図3)。

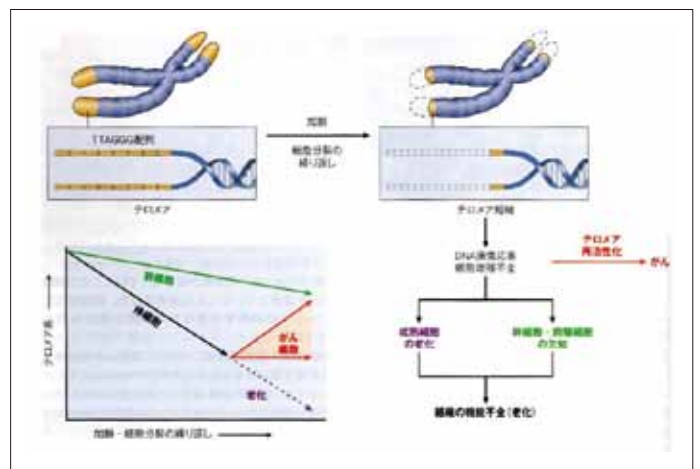


図2 テロメア(●●)はDNAの先端にあり、細胞分裂の度に短くなって細胞の老化と寿命を規定する。この機構が働かないと癌化につながる。(ロビンズ、基礎病理学)



図3 優秀な子ども達を育てる象の群れ



ご存じのように鮭など一般生物は受精が終わると直ちに死んでしまいますが、人間の子供は出生後育成するまでに手のかかることが多く、「子育て」の期間が長く保たれています。これは現代人と同じグループに属するクロマニオン人が出現した20万年くらい前から徐々に進化した結果と思われますが、優秀な次世代を育成する社会的システムが人間社会の中で生活するうちに培われたもので、知的な社会性を有して周囲に貢献できる後進を育てることが人間しかできない価値のある能力と言えます。今後どのようにしていくか、もし1万年くらい生きられたらその時の人に確かめてみたいものです。

私の好きな音楽家にヤッシャー・ハイフェッツというバイオリニストがいます(図4)。1901年にロシアで生まれ、7才でメンデルスゾーンの協奏曲を弾いてデビューを果たし、16才でニューヨークのカーネギーホールでの演奏からアメリカを本拠地として活躍した。早熟の「天才」として著名な人です。「冷たいバイオリニスト」として日本ではあまり人気は高くないのですが、ハンガリー生まれのレオポルド・アウアーに師事し極度の完璧主義で完成された演奏と哲学的な造詣も深いことで、欧米では多くの支持者を得ており沢



図4 ロシア生まれのバイオリニスト。  
ヤッシャー・ハイフェッツ  
(Wikipedia)

山のバイオリニストを育てています。彼の生涯を追ったドキュメントテレビによれば、自分の音楽スタイルを追求するだけでなく「アウアーから受け継いだ音楽の理論と技術を後世に残すことが、私の残された使命である」として、57才から第一線の活動ではなく南カリフォルニア大学で後進の指導に邁進することを決意しました。

私も明日からも頑張ろうと思います。

## 欄外



▲地酒銘柄



◀鳥取花回廊

連載

No.89

事務部だより

## 『お茶で免疫力アップ!』

診療情報管理士 大下 加奈子



診療情報管理士の大下です。昨年7月に委託職員から正職員となりました。

私の医療センター歴は長く、国立病院と呼ばれていた頃、外科系と産婦人科の入院算定係をしていました。当時の外科のO先生やS先生は教え上手で、点数表を片手に質問に何うと丁寧に面白く手術の解説をして下さるのを聞く事が楽しみでした。

その後、紆余曲折ありDPC病院への手上げが決まった時にDPC担当の委託の管理士として戻りました。当初、誰も知らない(勿論私も…)DPCという診療報酬請求の仕組みを理解し説明する事が大変でした。先生・幹部職員・看護師長と管理士で編成されたDPCチームで運用方針を検討しスタートを切り、現在に至っています。

業務については、今年に入り3名の管理士がこの場で触れていますが、入院治療に際し先生が付与された病名が診療内容やカルテ記載と合致しているかの確認、乖離していれば問い合わせ、DPC分岐選択と傷病名コードの確認、厚労省へ提出する様式の登録・確認・修正を毎日時間に追われながら処理しています。

さて定番ですが、ここから私の趣味についてお付き合い下さい。

趣味は旅行(台湾が大好き!!)とお茶と薬膳です。まだ世間がコロナを知らなかった一昨春秋、年が明けたら台湾に行く気満々の私は早めにパスポートの更新をしました。が、憎きコロナの為にパスポートは真っ白いま。常宿の台北のホテルは予定を早め閉館に。台湾はおろか県外にも出ず、新幹線や在来線に最後に乗ったのはいつの事やら。

お茶は台湾がきっかけで中国茶教室に通い始め早10年以上。お茶を求めている上海や台湾に行き、お稽古以外では先生のお茶会のお手伝いや、その企画を提案する事も。某クリニックで糖尿病の患者様向けの低糖質低カロリーのお茶請けでのお茶会や、手作り台湾スイーツでの台湾茶会など提案しました。コロナでお稽古もお休み。一時再開しましたが会食に該当するので私はお休み。コロナ前から台湾の生産者から購入しているのでお茶に困らない事がせめてもの救いです。

薬膳は、お茶の種類により効果が違う事から興味を持ち一番簡単な資格を取りました。夏の暑い時期のおススメは白茶です。身体の熱を取る作用や美肌効果があり化粧品成分で利用されています。薬膳を知ってからは、つい人間観察をする癖が…。冷感性だと言う人は体を冷やす物が好みの方です。イライラ怒りっぽい人は辛い物好きで余計にイライラを増長させている事も。イライラや頭痛にはセロリがオススメです。疲れた時の甘い物は取り過ぎると疲労感が増すのでご注意ください。

年中鼻炎で空咳の出るアレルギー体質の私が、お茶を始めてから風邪に罹らなくなりました。大好きなお茶でコロナに負けない免疫力アップを期待しています。

# いろんなテーマでつぶやきます 外科医のひとりごと

## Vol.21 「インフォームド Consent」



福山医療センター  
外科診療部長  
大塚 眞哉

プロフィール  
1990年岡山大学医学部卒、医学博士。岡山済生会病院、岡山大学などを経て99年から福山医療センター外科勤務。専門は消化器外科、特に胃がん大腸がん外科。岡山大学医学部臨床教授、日本内視鏡外科学会評議員で、ESMO(欧州臨床腫瘍学会)などに所属。座右の銘は山本五十六の「やってみせ、言って聞かせて、させてみて、ほめてやらねば、人は動かじ」。



### 説明と同意が必要 社会情勢の変化により、 さまざまな言葉が使われな くなっていきます。医療界で も死語になった言葉があり ます。患者さんへの説明行 為を表す「ムンテラ」。語 源はドイツ語の「Mund Therapie」で、直訳すれ ば「口の治療」、すなわち 「言いくるめる」といった 意味になります。

現在この言葉を使う医師  
はほぼ皆無で、「Informed  
Consent(＝説明と同意)」  
(以下IC)という言葉を使  
います。説明を受け、納  
得した上での同意という意  
味です。医師が病状・検  
査・治療の内容について十

分な説明をして、患者さん  
は内容をよく理解し、納得  
した上で同意して治療を受  
けるということです。

ICの根拠となる法律は、  
医療法第一条の四で、「医  
師その他は医療を提供する  
に当たり、適切な説明を行  
い、医療を受ける者の理解  
を得るように努めなければ  
ならない」と示されていま  
す。

医療裁判で「説明義務違  
反」という言葉をよく耳に  
しますが、これは「医療行  
為そのものが患者の身体に  
対する侵襲行為であり、同  
意により違法性が阻却され  
る(退けられる)」という  
従来の考え方と、「患者は  
自らの生命・身体・健康に  
ついて自ら決めることがで  
きる」という自己決定権を  
基にしています。

最高裁の2001年11月  
27日判決は、手術を実施す  
る際の説明事項として①診  
断(病名と病状) ②実施予  
定の治療内容③治療に付随

する危険性④他に選択可能  
な治療法があればその内容  
と利害得失や予後⑤を挙げ  
ており、日常の診療におい  
ても以上の四点を念頭にお  
いて患者さんに説明を行っ  
ています。

しかし十分に気を付けて  
診療していても、合併症が  
起る場合があります。こ  
の合併症には①病気の合併  
症(例えば糖尿病による脳  
梗塞合併症) ②手術や検査  
の合併症③の二つの意味合  
いがあります。

ある調査によると、合併  
症という言葉の認知度は  
97・6%と非常に高かった  
のですが、①の意味の理解  
度は54%、②に至っては  
18・5%でした。また②に  
関しては、術後や検査後の  
重大な合併症は全て医療過  
誤であると誤解している患  
者さん・ご家族が19・1%  
もいました。

これが紛争に発展する原  
因の一つです。そのため医  
療者は、合併症と医療過誤

は違うことを認識して患者  
さんにやさしい言葉での説  
明を心掛け、患者さんも  
「全してお任せします」では  
なく、分からないことはち  
ゃんと聞くことが大事です。  
いい先生は、質問されて  
怒るようなことはありません。  
医療者も患者さんも、  
お互いによく話し合って治  
療を始めることが重要です。  
疑問に感じた時は、他院の  
先生に意見を聞く「セカン  
ドオピニオン」という制度  
もあります。当院にも各科  
の専門医がおりますので、  
お気軽にご相談ください  
(完全予約制)。



【医療過誤と合併症】



## 【歯科訪問診療における 感染予防策の指針 2021年版について】

日本老年歯科医学会「歯科訪問診療における感染予防策の指針 2021年版」を、当院の理事長、猪原健が執筆させていただきました

日常臨床の傍ら、日本老年歯科医学会 在宅歯科医療委員会にも所属し、在宅療養をされている高齢者へ、学術的な側面からもより良い歯科医療が提供できるよう活動を行っています。

この度、新型コロナウイルス感染症を踏まえた歯科訪問診療における感染予防策の指針を執筆させていただきました。

どなたでも、日本老年歯科医学会の下記URLから、無料でダウンロードいただけます。ぜひご活用ください。

(論文タイトルを直接検索していただいても、トップでヒットします)

[https://www.gerodontology.jp/publishing/file/journal\\_extra/vol36\\_e4-33.pdf](https://www.gerodontology.jp/publishing/file/journal_extra/vol36_e4-33.pdf)

今回の執筆にあたっては、歯科医師で、東京医療保健大学感染制御学分野の河野雅臣先生にご尽力いただきました。

河野先生は、感染制御学の博士号を持つ数少ない歯科医師であり、実際に今回の新型コロナウイルス感染が発生した数多くの歯科クリニックへの対応やアドバイスに従事されていらっしゃいます。

訪問診療の現場では、病院では当たり前の感染対策を行うことが困難なことも多々あります。そのような中でも、現実に応じた効果的な対策を行うことが求められます。

今回の指針では、このような難渋するようなケースに具体的に対応できるよう、実際の住宅の見取り図なども交えて、わかりやすく解説してあります。

デルタ株の出現により、状況は刻一刻と変化しています。指針も随時改定を行い、医療を止めることなく、在宅療養患者さんのお力になれるよう、頑張っていきたいと思います。



訪問診療部 部長  
歯科医師

猪原 光

医療法人社団 敬崇会  
猪原歯科  
リハビリテーション科

〒720-0824  
広島県福山市多治米町5丁目28-15  
TEL 外 来/084-959-4601  
訪問部/084-959-4603  
FAX 外 来/084-959-4602  
訪問部/084-959-4604



6月に行われた日本老年歯科医学会の学術大会にて指針の内容を、理事長、猪原健がお話させていただきました。

## 台湾の病院見聞記(シーズン2-⑫)

### 高雄長庚紀念醫院(その3)

#### 急診、復健大樓

#### The Kaohsiung Chang Gung Memorial Hospital(No.3) Emergency, Rehabilitation Building.

前々回から台湾の「高雄長庚(カオシュン・チャンゴン)紀念醫院」の見学を始め、今までに本館ビル「醫學大樓」と「兒童大樓」を見てきた。今回は残る「急診」、「復健(リハビリテーション)大樓」を見学していきたい。大樓とはビルディングのことである。なお以下ではリハビリテーションはリハビリに省筆している。

#### ■「急診(emergency)」



台湾や韓国では「急診(emergency)」部門も数多く見学した。大病院には正面玄関とは別に「急診」専用の大きな玄関があった(写真1、2)。一般外来が診療中である日中の時間帯にも「急診」部門は診療を行っている(すなわち急診は時間外の診療部門ではない)。急診のフロアには、急診患者専用の受付、会計、薬局の窓口がある。ロビーは診療を待つ、日本での一次救急から三次救急までの様々な段階の患者たちで混んでいる。救急車で搬送されてきた患者(drive-in)だけでなく、家族にスクーターや車で送られて来た患者、自分で歩いてきた患者(walk-in)もいた。重症度がそれ程高そうには見えない患者も多くいる。この患者たちは、どうして一般外来の方で受診しないのだろうか。台湾の病院そして患者は、一般外来と急診との仕分けをどう判断・基準で行っているのだろうか。ここ、全く分からない。しかし急診部門の患者は、予約のない飛び込みの新患だけであると思われる(急診には再診はないと推測)。高雄長庚紀念醫院の急

診の1日平均患者数は約360人。とても多い(他方の一般外来の平均外来患者数は約6,700人)。

台湾は救急患者を、病状の軽重に応じて次の5段階の検傷分級に評価区分している(日本の救急は一次～三次の三区分)。日本とは逆で、台湾では第一級の方が第二級よりも救急性が高い。第一級(復甦急救)、第二級(危急)、第三級(緊急)、第四級(次緊急)、第五級(非緊急)。高雄長庚紀念醫院の場合は、第一級と第二級の患者が45%、すなわち1日平均162人。急診患者が入院に至る比率は29%だそう。この病院の急診は高雄・屏東地域最大の急診センターであり、平均74%の患者は他院からの搬入患者になっている。

「急診」の医療提供は、明らかに日本の病院の救急診療や時間外窓口とは違っていた。台湾や韓国の病院では、病院の主要部門は①外来(門診)部門、②入院(住院)部門の2つで完結するのではなく、さらに③「急診」があり、「①+②+③」の医療提供体制で病院運営が行われている(日本の病院は「①+②」の体制)。遅まきながら、ようやく最近そのことに気が付き出した。今までボサッとしていたことへは猛省だが、固定観念から抜け出すのはなかなか困難だ。台湾、韓国の病院での「急診」の役割・タスクに日本ではまだ誰も気付いていない(だろう)。台湾や韓国へ、再び渡航できる日が出来れば、「急診」部門をじっくりと観察・勉強してみたい。好奇心がムクムク湧いてくる。



台湾の急診ゾーンの廊下は、「関係者以外立入禁止ゾーン」ではなく、病院館内にあるメイン動線の通路の一つとしての存在であるように思える。院内の廊下を歩いていると急診ゾーンに至ってしまう。余りにも場違いな場所に来てしまったことに戸惑いながら、廊下やフロアに置かれたストレッチャーに横たわっている救急患者達のそばを通り抜けて、急診の玄関から屋外に出ていったことが何度もあった。高雄長庚紀念醫院の急診の建物は、醫學大樓と兒童大樓のビルを繋ぐ位置にあり、雨の日に醫學大樓から兒童醫院に行くには写真3の廊下を通して移動する。きっと病院内で最も通行量の多い廊下の一つであろう。

埼玉学園大学  
経済経営学部 教授  
福永 肇  
Hajime Fukunaga



写真4: 急診の玄関前の高雄市消防局の救急車。

写真4の救急車には「佛乘大法」「社團法人佛乘宗法界弘法教會 捐贈」と掲示されている。日本の福祉車両の多くに「日本財団」の名前が付いているのに似ている。台湾の社会では、救急車は、寄附がなされる車両のようだ。消防署や病院の殆どの救急車には寄附者の名前が書かれていた。これは円熟した社会での風景だ。「すごいなあ」と思う。



写真5: 緊急性のない消防救急車使用時の搬送有料化告知。

写真5は写真4の救急車の窓に貼られていた告知ポスター。「(要約)2013年7月1日から、消防救急車搬送において、緊急性がないと判断した場合には1,700元(≒6千円)の料金を徴収します」と書かれてある。消防署員や白衣の医療者ではなく、若者たちが告知する図式が意味深長だ。新北市消防局で救急車勤務をしている友人に、台湾での救急車有料化について尋ねた。有料化を採用した自治体もあれば、議論中の自治体、見送った自治体など現在は様々な状況であるそう。日本では救急車有料化の結論が出ていない。自治体の救急車維持予算は年間約2兆円になっている。

#### ■ 復健大樓(リハビリ棟)







写真6～8:復健大樓。2006年完工。11階建て。建物すべてがリハビリ病棟(1、2階は外来)であるのかは不明であるが、これ程の大規模なリハビリ施設は日本にはない。



写真9:復健大樓の玄関ホール。台湾では「玄関ホールは2階に吹抜け、2階部分は回廊になって1階ロビーを見下ろせる」という病院設計が大変多いと感じた。私は「台湾病院スタイル」と名付けた。

高雄長庚紀念醫院の復健科は、リハビリ専門医師陣に加え物理治療、職能治療、語言治療、音樂治療、そして輔具センター、工作強化(仕事復帰支援)で構成されていた。

この病院には音樂療法のスタッフがいる点に着目した(韓国のリハビリ病院にも音樂治療士の職員がいた)。音樂療法是聴く、歌う、楽器演奏、リズムなどの療法を通じて、患者が手足の改善、コミュニケーションの表現、認知的理解を深めるのを助けていく。日本では音樂療法に対する診療報酬点数の設定はなく、従って病院には音樂療法士はいない。台湾でも音樂治療は健康保険の適用外のような。高雄長庚紀念醫院での音樂療法は全額自費診療となり、30分間600元(≒2,000円)と60分間1,000元(≒3,500円)であった。自治体は音樂療法に対して自己負担の医療費をカバーする程度の治療助成金制度を設定しているようだ。

さて日本、台湾、韓国の病院間にセラピストの漢字での名称に相違があるのに気が付いた。面白い。少し披露する(以下、日本:台湾:韓国の順。韓国はハングル文字の漢訳)。「PT.理学療法士:物理治療師:物理治療士」、「OT.作業療法士:職能治療師:作業治療士」、「ST.言語聴覚士:語言治療師:言語治療士」。リハビリの訓練、指導を日本では「療法」と捉え、台湾や韓国では「治療」と考えるようだ。



写真10:中西医整合(中国医学と西洋医学のハイブリッド治療)。「レーザー鍼灸治療センター」。日本にはない(と思う)。どのような医療なのだろう(台湾では中医も保険対象診療である)。



写真11、12:リハビリ病棟ビル内の眼鏡店。

台湾の病院内では眼鏡店の店舗をよく見かけた。日本の病院内で眼鏡店の出店を見たことは、私は今までに一度もない。日本は、眼科医や検眼士、眼鏡士の検査・診察・処方箋なしで、眼鏡やコンタクトレンズを購入することが出来る国である。台湾ではどうなのだろうか。写真11の眼鏡店のガラスドアには「ZWISS(カールツァイス)」と「Nikon(ニコン)」の文字が見える。カメラレンズで有名なドイツのZWISSにメガネの製品があることを、台湾のこの病院で初めて知った(今まで、なんと無知であったことか。愧じる)。

以下は病院内眼鏡店での余話である。2014年、ベトナムのハノイに最新鋭医療機器を装備した眼科病院「Japan International Eye Hospital」が開院している。病院の事業主はHattori & Dream Partners Ltd.で、チェーン眼鏡店「パリミキ」を運営する(株)三城が約8割を出資した(株)三城のベトナム現地法人である。病院の開院目的は開発途上国ベトナムへの高度な眼科手術提供支援であった。この病院の1階には受付奥には眼鏡店「Paris Miki Vietnam」がある。この店舗は、日本国内での話ではないが日系病院内における眼鏡店設置の事例となる。(株)三城という企業は、お客の不要となったメガネを預かり、リメイクしてスリランカ

で眼鏡を必要とする人々に贈り届けるという地道な活動も長年している。

## ■企業系病院のある日本、台湾、韓国。

欧米での病院の事業主は公立や宗教立が大半である(と思う)。ところが日本、台湾、韓国では圧倒的に民間病院数が多い。その理由を大雑把に言うと、戦前の日本では、国公立の病院とは特殊な医療(伝染病、性病、結核、精神病、ハンセン病、軍隊病院)に特化した医療機関で、一般医療の提供は民間の診療所や病院に委ねられた(国の財政は一般医療提供にまで資金配分が出来なかった)からである。日本や韓国では、医師が個人診療所からスタートし、病院を開設し、病床数・病院数を増やして行き、病院グループを形成したという例が数多い。開業医からスタートし、最後には医科大学の創設に至ったという話も少なくはない。欧米では、一個人の医師が病院を開設することなど、想像する事すらできない。それゆえ、東アジアの病院は面白い。

日本では医療機関がまだまだ十分ではなく、無医町村が多かった貧しい時代に、重厚長大系の財閥企業が鉱山や工場城下町に企業立病院を開設し、多くは地域住民に対して医療を開放した。しかし21世紀初頭の営利企業の医業経営検討に際して、医療界は株式会社立病院を批判すべき材料として攻撃した。企業側は医療界の発言や姿勢に嫌気が差し、また病院は赤字部門であったことから、次第に病院運営から撤退していった(閉鎖、譲渡、売却、統合、医療法人化)。企業立病院の数は減少の一途で、現在では僅か33病院(別途、健保組合立10病院)になってしまっている。これは、残念なことだ。

20世紀後半、台湾や韓国では世界企業に成長した企業が、利益の社会還元目的で医療提供を始めた。例えば台湾プラスチック・グループ(台塑集團)の長庚(チャンゴン)紀念醫院グループや化学工業分野の奇美(チーメイ)實業の奇美醫院グループ、韓国ではヒュンダイ(現代)財閥関連のアサン病院、サムスン(三星)財閥のサムスン病院などがある。これらの病院には病床数2千床台、3千床台へと発展したマンモス病院が多い。讃えるべき企業の公益事業活動である。企業が病院を開設し、運営している事例は、東アジアの日本、台湾、韓国以外では殆ど見られない(と思う)。こういうことが出来る経済力を持つに至った国は少ない。私は経済学者であるので、一国の経済力、産業力という基盤があった上で、医療提供制度、社会保障制度の充実がある、と観ている。日本、台湾、韓国は幸いであった。

以上で高雄長庚紀念醫院の見聞記を終える。



# 認知症の予防



認知看護認定看護師 久木田 智之

『認知症の予防』という言葉聞いたことがありますか？  
予防とは、「認知症にならない」という意味ではなく、「認知症になるのを遅らせる」「認知症になっても進行を緩やかにする」という意味です。  
皆様もご存知の通り、日本は高齢化が進んでおります。  
今や日本は、世界一の長寿国です。  
ちなみに2位は、スイスです。  
そもそも、いつから日本人の寿命がここまで延びたのでしょうか。

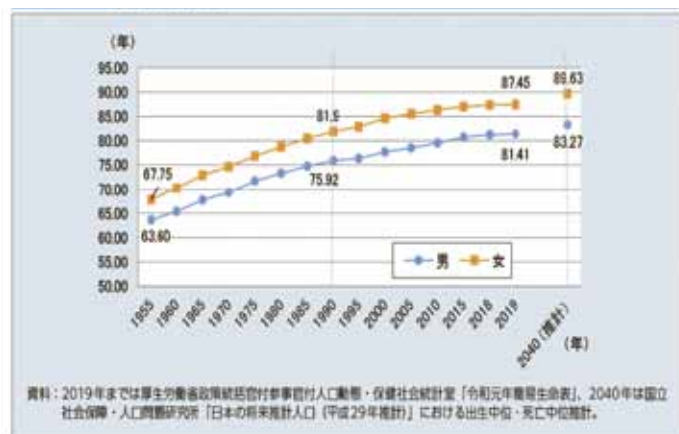


図1:平均寿命の推移

この図1(平均寿命の推移)をみると、  
2019年の平均寿命は、男性81.41歳、女性87.45歳です。  
1955年～2019年の間で約20年も平均寿命が延びていることがわかります。  
今後も平均寿命は、延び続けると推測されており、このことが認知症に深く関連しています。  
それは、加齢により誰もが認知症を発症する可能性が高まるといわれているからです。  
つまり、平均寿命が延びるということは、認知症の人が増えるということになります。  
先日、新薬「アデュカヌマブ」というアルツハイマー型認知症の根治治療薬が米国で承認され、  
ご存知の方もおられると思います。  
日本では、安全性や有効性、価格など様々な課題があるようで承認待ちの段階です。  
現在の認知症治療薬は、認知症の進行を遅らせることが主であり、有効な治療方法がありません。  
そのため、生活習慣を見直しながら「認知症の予防」をしていくこ

とが重要になります。  
脳は、筋肉と同じで使わなければ機能が落ちていきます。  
私たちは、仕事や家事をすることで自然と脳を使っています。  
コロナ禍の影響で、人との交流や会話が減ることで脳を使わなくなると認知機能が低下して、  
認知症を発症する危険性が高まってしまいます。  
コロナ禍だからなおのこと、  
「認知症の予防」について考えてみませんか。

## ○予防方法

### ①一日30分以上の身体を動かす運動や体操をしましょう

有酸素運動は、脳の血流を増やし脳の機能を高め、  
高血圧やコレステロールを下げる効果があります。  
密にならないようにして、  
一日30分～1時間のウォーキングなどの有酸素運動を  
2～3回程度行うことがよいといわれています。

水分をこまめに摂りながら  
行いましょう。



また「コグニサイズ」といった、運動と認知課題(しりとりや計算課題)を組み合わせた認知症予防運動プログラムがあります。興味のある方は、コグニサイズ 国立長寿研究センターで検索してみてください。

### ②ご自分の好きな、楽しいことを行うことを日課にしましょう

例)本を読む、歌を歌う、マスク作りなど

### ③ご家族や友人との会話を楽しみましょう

直接話をする際は、  
ソーシャルディスタンスを保って、  
あるいは電話やネットを活用して下さい。



### ④食生活に気をつけましょう

うす味でバランスのよい食事を  
よく噛んで食べましょう。



青魚(サバ、アジ、サンマなど)に含まれているDHA(ドコサヘキサエン酸)やEPA(エコサペンタン酸)と呼ばれる不飽



和脂肪酸は、脳の神経細胞の伝達や血行をよくして、動脈硬化の予防に役立ちます。野菜・果物に含まれるビタミンC、ビタミンE、ベータカロチンの抗酸化作用などが、認知症予防に効果があると言われています。よく噛んで食べると、消化によいだけでなく、脳の血行もよくなります。

#### ⑤生活習慣病(糖尿病・高血圧・高コレステロール血症)の予防

認知症は、生活習慣病に大きく影響されると言われています。生活習慣病を予防することは、認知症の予防につながります。

#### ○認知症で困った時には…

福山市が作成した「認知症あんしんガイドブック」には、認知症の「基礎知識・チェック・相談窓口・支援・予防」がのっています。

「認知症あんしんガイドブック」は、福山医療センターの地域連携室前にも置いてありますので、是非ご利用下さい。

またインターネットからダウンロードも可能です。



#### ○さいごに

「治せる認知症」があることをご存知でしょうか。それは、慢性硬膜下血腫、特発性正常圧水頭症、甲状腺機能低下症などにより認知症状をきたすため、原因となる疾患を治療することで治る可能性があります。

アルツハイマー型認知症など治せない認知症もありますが、いずれにせよ早期発見・早期対応が大切です。認知症が疑われる際は、早めにかかりつけ医に相談していただくことをお勧めします。

#### 【参照・引用資料】

- ・早わかり 認知症あんしんガイドブック. 福山市
- ・厚生労働省 統計情報
- ・WHO 2020年 世界保健統計



No.1

# ミ・ツ・バ・チ さまさま

しまはち養蜂場  
**島田 明恵**  
【プロフィール】  
広島県福山市在住。  
偶然テレビで目にした「NYマンハッタンでの養蜂」をきっかけに一念発起。  
尾道市百島を拠点に、ミツバチ達とはちみつ作りをしています！  
<http://www.shimahachi.jp/>



私は尾道市百島で養蜂業を営んでいます。

養蜂とは無関係な会社員の家庭に育ち、前職は建築会社でインテリア設計の仕事をしていた私が「そうだ、はちみつを作ろう!」と養蜂を始めたのは8年前。そのきっかけは「ニューヨーク・マンハッタンビルの屋上ではちみつを作る養蜂家」の放送をテレビで見たことから。ごく単純に「わー、大都会ではちみつが採れるなら、福山でも採れるのでは? 私もはちみつを作りたい!」と思ったことが始まりでした。

そこで無謀にも、自宅の庭に一箱の巣箱を置きました。それから8年、拠点を百島に移し、毎年のはちみつを楽しみにして下さっているお客様や百島の方々にも支えられ、瀬戸内の自然とミツバチ達を相手にはちみつ作りをしています。

私が初めて搾りたてのはちみつを食べた時、フレッシュな花の香りのするはちみつに「ミツバチ様! なんておいしいの!」と、すごく感激しました。お花の香りがふわっとする甘くて後味スッカリの黄金色の液体!

はちみつは花の蜜そのままではありません。ミツバチ達が花の蜜を吸い、体にためて巣に持ち帰り、巣で留守番をしている仲間へ口移しで渡すもの。ミツバチ達の体を一度通すことで、唾液酵素と混ざり、花の蜜がはちみつとして生まれ変わります。はちみつの糖分は単糖類であるブドウ糖と

果糖です。単糖類とはこれ以上分解できない最小の糖質のため、砂糖などの二糖類に比べて吸収が早く、すぐに運動や生活に必要なエネルギー源となってくれます。食欲のない朝や疲れが溜まった時にもおすすめです。

ミツバチ達の様子をSNSでも紹介しているので、ぜひ見てみて下さい!



2021年 新蜜を販売しています!  
搾り立てのはちみつをぜひ召し上がってみて下さい!  
<https://shimahachi.thebase.in/>

ミツバチ達は花蜜を巣に貯め、水分を蒸発させます。糖度が80度以上になったら、自分達で蜜蓋をして密閉保存するので、蓋を切るとホンワカと花の香りがしますよ〜!

しまはち養蜂場 <https://www.instagram.com/shimahachi2013/>



ふくやま芸術文化ホール  
リーデンローズ館長

## 作田 忠司

東京出身、上智大学文学部哲学科卒、  
パリ留学後大手音楽事務所  
のゼネラル・プロデューサー等を経て  
2018年から現職、ばらのまち福山国際  
音楽祭実行委員長兼務

福山市で数年前から「ばらのまち福山国際音楽祭」が開かれているのを、どれだけの方々をご存知でしょうか。すでに福山市民には認知されたこの音楽祭を、ここであらためて問いかけたかったのは、そこに音楽の大切な役割が隠されているからです。それをすこし明らかに、この10月に開催される国際音楽祭を盛り上げることができればと思います。

音楽祭の最初の開催は2018年5月、海外オーケストラは韓国のか釜山フィルハーモニー交響楽団やくポーランド放送室内合奏団でした。その後2019年10月にはハンガリーからくジュール・フィルハーモニー管弦楽団が来日しました。その後、毎年の開催月を5月に決定しながら2020年5月に開催を予定されていた音楽祭は新型コロナウイルスのパンデミック(感染大流行)により中止。そして今年も5月の開催は断念し、それが2021年10月14日～17日に延期し今回開催するはこびになりました。2度の中止はなんとしても避けなければなりません。しかしまだまだ収束しないコロナ禍の日本です。開催するにしても海外からの演奏家の来日は不可能となり、今回の延期された音楽祭は国内中心の布陣とならざるを得ませんでした。そこで関係者が奮起し、国内で最も勢いのある若いオーケストラのひとつく兵庫芸術文化センター管弦楽団を招聘することにしました。また地元広島県を代表する広島交響楽団にもご登場を願い、なんと今回の音楽祭では福山で国内オーケストラ2団体の競演が実現することになりました。海外からはひとり1986年のチャイコフスキー国際コンクールの覇者であるピアニスト、バリー・ダグラスが来福する予定です。また国内の実力のある演奏家や若手も数多く参加することになり、なんとスリリングで魅力的音楽祭の骨子が、今回もまた出来上がったものといえましょう。

そのうえ「ばらのまち福山国際音楽祭」には、更なる魅力があります。それは「コロナ禍の今だからこそ音楽による心の癒しと元気が必要だ」ということで、市民参加の音楽祭でもあるということです。そこでは地域で活躍するプロの方々はもちろんですが、福山や備後地区のアマチュア市民による音楽祭の参加があります。＜祝祭＞と名付けられたくふくやま祝祭管弦楽団や箏のまち福山ならではのくふくやま祝祭邦楽団など。残念ながらコロナ禍で祝祭合唱団の結成はできませんでしたが、広範な市民参加の音楽祭です。近年日本各地で開催される地方都市での国際音楽祭開催の話題は世界的スター演奏家に集中しがちですが、この地域の広範な市民の参加(ボランティアも同様)の積極的な参加の姿も特徴のひとつではないかと思います。それが大都市の大規模国際音楽祭にはみられない隠れた特徴にもなっています。福山市でのこの国際音楽祭をよい機会に、地域のアマチュアが自らの趣味の世界だけではなく、手軽に世界の音楽の実力と交流し自らを高めることができる。それを聴衆でもある市民が支え、そこに音楽を通して市民に多様性や調和が生まれます。その相互の交感や循環の様が、社会における大切なクラシック音楽によるガバナンスの役割といえるでしょう。

クラシック音楽が本格的に登場するのは19世紀だといわれています。社会をつくる主体が王様でも僧侶でもなく市民にゆだねられた世紀。現在の国のかたちもその時に生まれました。それは当初から市民ひとりひとりを世界基準の普遍性でとらえつつ、また同時に同じ領土に暮らす選良的な民族同士ととらえる、いわば危うい平衡感覚の実際をあらわしていました。それをまるごと取り入れたのが日本国です。そこから統治のツールでもある標準語も生まれ、世界基準の洋楽(クラシック音楽)をも普及させるのです。

しかし、クラシック音楽の魅力は、こうした統治の思惑ではなく、なによりもあのホールの絶対的静寂から音が立ち上がる、ソクソクする感情の高まりにこそあるのではないのでしょうか。精緻に書き込まれた単なる記号でもある楽譜にいのちを与え、それを届けるのが優れた演奏家だとすると、そこではとても大切なことが起こっています。

クラシック音楽のあの静寂からの音楽の充溢と感情の高ぶり。それは確固とした感動として私たちを縛りつけながらも、やがて感動が我身を解き放つ…そんなクラシック音楽の醍醐味を、ぜひこの10月開催する「ばらのまち福山国際音楽祭」で体験してみませんか。





連載  
9

## 映画への誘い

高橋 斎  
挿絵 岡本 誠

## 海辺の家族たち (2016, 仏)

マルセイユ近くの美しい入り江を望む崖の下に、小さなレストランがある。昔は別荘客で繁盛したが、今は寂れ、中年のアルマンが主人をしている。だが、アルマンの父が突然倒れ、弟と妹が駆けつける。弟ジョセフは作家志望だが、原稿出版の目途は立たない。妹アンジェル(アリアヌヌ・アスカリット)は著名な女優だが、実家とは疎遠で、20年ぶりの帰郷だった。

3人は、それぞれ問題を抱えていた。兄のアルマンは、父親の始めたレストランをたたむかどうかで悩んでいる。弟のジョセフは、婚約者として一緒に連れて来た教え子のヴェランジュールに捨てられそうになっている。妹アンジェルは、娘がなくなったのは事故死と分かっているが、父と兄たちの過失ではないかとのわだかまりが解けていない。父とも実家とも距離を取って生きてきた。

隣人の老夫婦の死、医者をしているその息子とヴェランジュールとの恋、アンジェルに恋する地元の若い漁師との顛末などが彩を添えていく。そんなおりアルマンとジョセフは、入り江に漂着した幼い3人姉弟の難民を発見して家に連れ帰る…。

父が倒れたことにより、集うことになった兄妹。3人の気持ちは、バラバラであったが、再会することによって気持ちは少しずつ変わっていく。兄はレストランを守ろうと思うようになり、ジョセフは若い恋人をあきらめ、アンジェルは、若い漁師からの愛を受け入れる。難民の子供を匿ううちに、ぎくしゃくしていた兄妹の気持ちは解かれていくのだった。

ラストシーン、三人は、高架鉄道のアーチの下で、子供時代のように、お互いの名前を空に向かって呼びあう。悩みや苦しみを背負うのが人生であるが、それはいつまでも続かない。新しい未来が開けていくようだ。

エンド、冒頭で倒れて、一切動きを見せなかった父が、ほんのわずかの奇跡を見せる。



## やすらぎの森 (2019, カナダ)

カナダケベック州にある広大な森林地帯。人里離れた湖近くの小屋で、それぞれの愛犬と共に暮らす3人の老人、画家のテッド、歌手でアル中だったトム、がん患者のチャーリー。皆それぞれの理由から、世間に背を向けて暮らしている。ある日、3人が湖で泳いだ後、テッドが心臓病でなくなる。

3人の日常生活用品や頼まれた仕事をしているのが、近くのホテルで支配人として働くスティーブだった(彼らが生活の糧に栽培している大麻の販売も)。そんな彼が、60年以上も不当に精神病院に閉じ込められていた80歳になる伯母のジェルトルード(アンドレ・ラシャベル)を彼らの元に連れてくる。そこへ60年以上前の山火事の生存者の記録を取材している女性写真家ラファエルも来たことから、彼らの平穏な生活に波風が立ちはじめる…。

3人のそれぞれの過去が次第に浮き彫りになってくる。亡くなったテッドは、ラファエルが探していた大火災の伝説的な人物だった。彼は、森林火災を描いた絵の中に自分の心の闇を描いていた。トムは舞台上に立つほどのカントリー歌手だった。チャーリーには妻と二人の子供がいて、幸せな生活を送っていた。3人は、なぜ捨てて人の生活を送ることになったのか?

心臓病であつて亡くなったテッド。肺の持病があり、自分の寿命が短いことを悟り、自ら愛犬と共にある「決行」を決断するトム。がん患者のチャーリーだけが、ジェルトルードと恋仲になり、晩年を新たに二人で生きていくことになるのだが、さて誰の生き方が一番幸せだろう…?

愛犬と共に、大自然の中で、世捨て人として暮らす老人を通して、老いを生きることを問いかけた。時折挿入されるモノクロの大火災の画面。大自然がもたらす安らぎも、山火事などの危険と隣り合わせであることを思い知らせてくれる。

いとみち  
(2021, 日本)

こしがや

越谷オサムの同名小説を、横浜聡子監督が、生まれ育った津軽(青森県)の言葉と文化、津軽三味線を織り込みながら、高校1年生の少女の数か月を見つめた。少女の名前は相馬いと(駒井蓮)。三味線を弾く時に爪にできる溝「糸道」が名前の由来だ。津軽を舞台に、家族、仕事仲間、友達などその交わりの中で、人見知りで、不器用で、ひたむきな少女が成長していく姿を描いた。

いとは、JR五能線の板柳駅(弘前から5番目の駅)から弘前の高校に電車通学している。祖母ハツエ(西川洋子)と父(豊川悦司)と3人暮らし。父は、東京出

身の民俗学者。ハツエの娘である母は、いとが幼い時に亡くなっていた。ハツエの三味線名人の血は母、いとと三代にわたってつながっている。

強烈な津軽弁と人見知りが悩みの種はいとは、何か新しいことをしなければと思っていた。偶然に、スマホの検索で、青森市のメイドカフェ「津軽メイド珈琲」を見つけ、アルバイトを始めることになる…。

メイドカフェの店長工藤(中島歩)、永遠の22歳と言っているシングルマザーの幸子(黒川芽以)、漫画家志望の智美(横田真悠)、そして、唯一の友達となる高校の同級生早苗(ジョナゴールド)らと出会うことによって、いとは変わっていく。黙りがち、引っ込み思案だったいとが、メイドカフェでも存在感を持つようになり、止めていた三味線もまた弾き始める。

いとを取り巻く女性陣が魅力的。特に祖母のハツエの存在感。ハツエは三味線の名手だ。時折思い切ったことも言うが、ユーモラスで温かい。メイドカフェの幸子、智美は、時に厳しく、時に優しく向き合ってくれる。同級生の早苗は、思いやりのあるキュートな津軽っ子。

冒頭から、最後まで全編に出てくる津軽弁は、字幕が欲しいところだが、じっくりと耳に馴染んでくる。時折映し出される津軽の象徴である岩木山とリンゴ園が、津軽への郷愁をそそる。

# 「PET-CT」のご案内



地域医療連携部長

豊川 達也



主任医療社会事業専門員

木梨 貴博

FMCNEWSをご覧になっている皆さん、いつもありがとうございます。そして毎月掲載しております「医療連携支援センター通信」もご覧になって頂きありがとうございます。好評頂いています『突撃取材シリーズ』は、今年度も取材を続けておりますので、ぜひ楽しみにお待ちください。新しく取材を通してそれぞれの医療機関の強みや理念、方針等、改めて知ることができ、大変貴重な時間を共有させて頂いています。

やはり『連携する』ことが、患者様やご家族を地域で支えることの一助になると実感しています。

さて、今回は医療連携支援センターが担っている業務を紹介させて頂こうと思います。地域の医療機関の皆様へぜひ活用して頂きたいと考えています。前回は、「外来栄養指導」を紹介させて頂きました。そして今回は大型医療機器共同利用の一環で実施している「PET-CT」です。

住み慣れた地域で過ごす上で「かかりつけ医」は欠かせません。身近な存在であり、何か体調不良となった時に、まず診察・相談ができる「かかりつけ医」は、住み慣れた地域で暮らしている患者様やご家族にとって大切な存在です。

住み慣れた地域で暮らしている患者様やご家族にとって大切な存在である「かかりつけ医」が、当院のCTやMRI、PET-CT等の大型医療機器を利用して頂き、必要な検査等を行うことができます。この大型医療機器共同利用は、我々が日頃から取り組んでいる「連携する」ことの一環であり、患者様やご家族が安心して検査を受けて頂き、かかりつけ医から結果説明を受けて頂くことができます。

今回ご紹介する「PET-CT」は、一度の検査でほぼ全身を調べられ、癌の発見に威力を発揮することから、癌の可能性が疑われながら他の検査で病巣が発見できない原発不明がんの診断やがんの病期(進行度)診断、転移、再発を調べるのに特に重要な検査です。

PET-CT検査の有用性をご承知のことと存じますが、他の画像検査と比較して保険適用のハードルが高く、検査費用も高額となります。正確な診断結果を得るためには検査前に患者様に遵守いただく事項も数多くありますので、患者様やご家族が安心してPET-CT検査を受けて頂くためにもかかりつけ医のご協力は欠かせません。

かかりつけ医と当院が連携し、患者様やご家族が安心して治療・療養ができる一助としてPET-CTをぜひご活用ください。どうぞよろしくお願いいたします。



## ■PET-CT申込みの流れ



かかりつけ医  
連携医療機関

PET-CT診療情報提供書(検査予約)に必要事項を記入の上、医療連携支援センターへFAXして頂きます。(ホームページで検査予約空き状況を公開しています。)



医療連携  
支援センター

FAX 到着後、検査予約日時を記入した『予約案内書』をFAXをいたします。  
『予約案内書』を送付させて頂くまでに内容によっては時間を要する場合がありますので、ご了承ください。



かかりつけ医  
連携医療機関

『予約案内書』到着後、患者さんにお渡しください。  
PET-CT検査のご案内(紹介元医用)により、検査について患者さん・ご家族に説明をお願いいたします。  
PET-CT検査のご案内(患者様用)、PET-CT検査問診票を患者さんにお渡しください。  
実施済みのCT・MRI画像等を患者さんにお渡しください。  
予約当日、患者さん・ご家族に持参して頂くものについては、かかりつけ医・連携医療機関の皆様から、ご説明をお願いいたします。



患者さん  
ご家族

予約当日は1番窓口(初診受付)で受付して頂きます。



医療連携  
支援センター

受診後、FAXにて来院報告等をいたします。  
検査結果は、後日医師の所見を付け、原則CD-Rをお送りいたします。

### ○かかりつけ医・連携医療機関の皆様

PET-CT検査予約申込書様式は、当院ホームページよりダウンロードしてご利用ください。  
TOPページから「医療機関の皆様へ」のページへ、  
続いて「医療機器共同利用のご案内」のページへ移ってください。

# 「子供の遊び場巡り」

消化器内科医長

藤田 勲生



エフピコアリーナ福山

今回の広報委員会リレーエッセイは、私が担当になりました。何を書くか悩みましたが、昨年からのCOVID19蔓延の影響で思うように子供たちと遊びに出かけることも難しくなっていまい、我が子たちにも辛い思いをさせているなか、少しでもストレス発散ができればと思って子供たちと遊びに行った公園を何か所か、感想なんかを交えながら紹介したいと思います。タウン情報誌みたいになっているかもしれませんが、公園名も間違っているかもしれませんが、お許しください。

まずは、一番多く通ったであろうエフピコアリーナ福山です。病院からも近いので、ご存じの方がほとんどだと思いますが、ここは芝生広場があるのでボール遊びやシャボン玉なんかもできますし、大きな遊具もあって、小さい子供からちょっと大きくなった子供まで遊べます。昼前にはキッチンカーが数台きてくれることが多くて便利です。ただ、我が家は朝早めに行くので、残念ながら昼食でキッチンカーのお世話になったことはありません。

2つ目は富谷ドームランドです。ここも遊具はいろいろあって、おおきな遊具もあるので、かなり遊べます。さらに近くに福山動物園があるので、動物園に行ってからドームランドで遊んで帰るのが、うちの定番です。ただ、周りに食べ物を購入できるところがあまりないので、ここに行くときは食べ物の準備をして行ったほうが良いように思います。

3つ目は福山ファミリーパークです。グリーンライン沿いの山の中にある施設ですが、ここにも大型遊具とクジャク・鹿園がありま



福山ファミリーパーク

す。しかも、クジャクとかがいるのに無料です。遊具の滑り台も結構長いので、うちの子は楽しんでいました。ちょっと高いところで山の中にある公園なので、多少涼しいかと思っていましたが市街に在るのといっしょでしたし、小さい虫がたくさん飛んでいます。山の中でありながら時々キッチンカーが来てくれますが、周りにお店はないので食べ物の準備は必須です。

公園ではありませんが、我が家がよく行くのが笠岡方面です（県をまたいでしまいますが）。笠岡には道の駅ベイファームや太陽の広場があって、ベイファームでは季節によって一面に広がったひまわりやコスモスを見ることができますし、道の駅なので食事や買い物もできます。太陽の広場には、自転車の練習に行ったりもしています。ほかにもカブトガニ博物館の恐竜公園にも行っていますが、博物館に入ったことはありません。



恐竜公園

ちょっと遠くなりますが、広島空港近くの中央森林公園にもよく行きます。滑走路が間近にあるので、飛行機の離着陸を見ることができます。沖縄行きの便は目の前を飛行機がゆっくりと走ってくれて、パイロットが手も振ってくれます。遊具は少ないですが、テントを持って行けば、ピクニック気分です。近くには展望台もありますし、車でちょっと走ったら八天堂のショップと公園が一緒になったところもあって、なかなか良いところです。世良の高原農場や夢公園・ワイナリー（ミニSLが走っていて乗れます）



中央森林公園



世羅夢公園



ウルトラマン



世羅ワイナリーSL



三吉町公園

も、尾道松江道ができたので、そんなに時間もかからずに行くことができ楽しめます。

他にも福山市には大きくはないですが公園がたくさんあって、どこも遊具がきれいになっているので、ちょっと遊ぶには問題ないと思います。港町公園や緑町公園、箕沖のリサイクルプラザ、メモリアルパークや蔵王公園、トマトガーデンなど、いろんな所に行きましたが、穴場的にお勧めは福山市医師会館と2号線の間にある三吉町公園です。遊具は普通ですが、何より桜がかなり綺麗ですので、ぜひ桜のシーズンにはお花見気分で行ってみて下さい。ちなみにその公園の近くには全長3mくらいのウルトラマン像があって、我が息子は大好きです。

ここで紹介させて頂いた公園以外にも、もっともっと楽しめる公園をご存じの方もいらっしゃると思いますし、皆さんいろいろと工夫しながら、このコロナ禍の日々を過ごされていると思います。子供たちはあっという間に大きくなるので、一緒に遊ぶ時間を大事に過ごしたいと思って出かけていますが、この原稿を書いている今は、第5波が始まって福山でも感染者数が増加してきており、安心できるまで、もうしばらくかかりそうです。この1年は新型コロナのために外出も控えがちになっていますが、また感染が落ち着いて、気兼ねなく子供たちと公園に行ったり、お花見ができる日を楽しみにしています。このエッセイを読んでもいただいた皆さん、ありがとうございます。ぜひ、子供たちと行ってみてください。

今回のリレーエッセイは梶川先生です。よろしくお願いします。



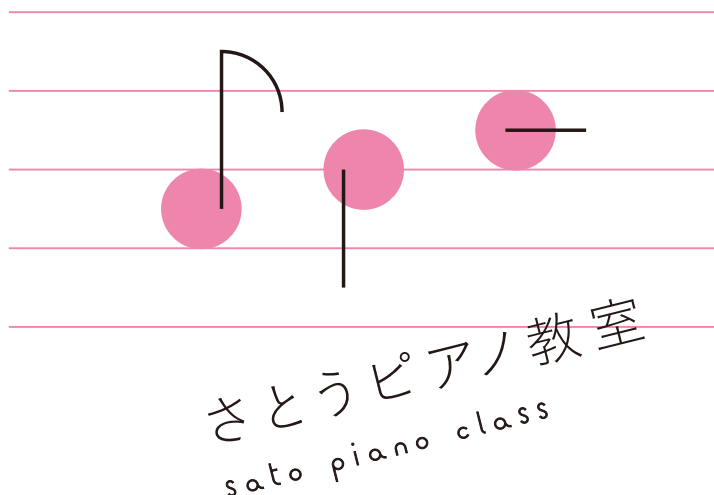
みなさまこんにちは。グラフィックデザイナーの毛利と申します。私は福山市を拠点に、全国の様々な分野のデザインを手がけさせていただいています。そんな中でも最も多く手がけているのは、企業やお店、ブランドなどの「ロゴマーク」のデザインです。私が手がけた仕事の中から、小さな企業やお店、ブランドだからこそできたデザインやブランディング、ブランド戦略等をお伝えしていきます。

## ■ 心の栄養

今回で紹介させていただくのは、ピアノ教室のロゴデザインです。「大人も子供も気軽にたのしく通ってもらえるピアノ教室」をコンセプトにデザインしています。

このピアノ教室は「音楽をたのしむこと」をいちばん大切にされています。たとえば、未経験の大人がピアノを始める場合、アカデミックな内容から始めるだけでなく、弾いてみたい曲や思い出の曲などをリクエストして練習するところから始めることもできるメニューを組まれています。

音楽に親しむことは、言葉通り「音を楽しむ」ことで、とてもいい「心の栄養」になっていると思います。「心の栄養」は今のようなご時世は特に摂取が必要な栄養素の一つだと思います。



J.S.A. ソムリエ

日本酒の  
ソムリエ

唎酒師

SSI 認定 国際唎酒師



# SAKE Freak

SSI認定国際唎酒師  
J.S.A.ソムリエ

宮岡 瞳



皆さま、こんにちは。国際唎酒師の宮岡瞳と申します。

うんざりするような連日の暑さに、なんだか身体が弱っているような気がする…。そんな今回は、「夏だからこそ!お燗」をいうテーマで、お話をさせていただきます。

夏に燗酒なんて、暑すぎる!!!と思われる方も多いと思います。ただ、外が暑いからゆえに、涼しい部屋に長時間いたり、冷たい物を食べたり飲んだりしていると、自分でも気が付かないうちに身体が冷えていて、夏バテを起こしやすくなっています。

だからこそ、おすすめなのが「燗酒」。冷たい温度帯で飲むより、体温に近い温度で飲む事で、夏で弱った身体や内臓を温めてくれます。実際、江戸時代に書かれた「養生訓」という文献に、「酒は、夏月も温なるべし。冷飲は、脾胃を破る。冬月も、熱飲すべからず。気を上せ、血液を減らす。」という一節があり、冷たくしすぎも、熱くしすぎも身体に良くないよという事が書かれています。あと、温かいお酒をゆっくりと飲む事で、アルコールの吸収が穏やかになり、二日酔いになりにくいというメリットもあります。(もちろんお酒を飲みすぎると、次の日、恐ろしい事になります。)

コロナ禍で、なかなか外出が難しい時なので、おうちで美味しい燗酒のつけ方をご紹介します。少し手間がかかりますが、鍋を使っただけの方法です。

大事なポイントは、お酒を九分目まで入れたら、お酒の香りが飛ばないように、徳利の口にラップをします。

まず、鍋に徳利の半分程度が浸かるくらいの水を張って、鍋の水を火にかけます。沸騰したら、火を止め、徳利を湯に浸けます。徳利の口まで、お酒が上がってきたら、鍋から取り出します。徳利の底に、指を当て、やや熱いと感じたらいい塩梅のお燗が出来上がっているはず。手間をかけてじっくりと温めると、ふっくらとした味わいの燗酒ができます。「熱燗は苦手」という方も、是非一度試してみてください。かぼちゃやオクラなどの夏野菜の炊き合わせにもバッチリ合いますよ。

「純米酒」「本醸造」と書かれた日本酒で燗をするのがおすすめですが、色々試してみても新しい日本酒の出会うのも楽しみの一つだと思います。

次の日の朝、気持ちよく起きる為に、アルコールの量と同量のお水を飲む事も忘れずに。



磁器、土物や錫(すず)、お猪口や平盃などなど…。酒器が違えば、同じ日本酒でも味わいが変わります。



# Touring Journey

## マサカツくん思い出の場所(続編)と近況報告の話



企画課長  
中島 正勝

う〜ん、7月後半に信州方面に行く予定だったんだけど結局行けなかった。って事で、今月号もマサカツくん思い出の場所と、近況報告です。

### 1. 立山黒部アルペンルート

富山県中新川郡立山町の立山駅(立山黒部貫光)と、長野県大町市の扇沢駅(関電トンネル電気バス)とを結ぶ交通路で総延長37.2km、世界有数の大規模な山岳観光ルート。1971年(昭和46年)6月1日に全線が開通した。なお、富山県の立山駅から東に30.5kmの位置に「黒部ダム」がある。

今年のゴールデンウィークは(コロナの影響にも関わらず)始発から既に三時間待ちの状態だとテレビでやっていたが、昔マサカツくん達が行ったとき(四月の平日だったと思う)は殆ど観光客は居なくて、登山とスキー客が多少いるくらいだった。うん、これ、来年以降行くとしてもゴールデンウィークは避けるべきだよなと思ったけど、そんな話は置いて今回は、そのアルペンルート(バイクツーリング)へ行った時の話です。

#### 1) 立山駅から室堂(雪の大谷)

立山駅の側にある第一駐車場(無料)は、シーズンになると朝の7時には満車になるらしいが、この日は正午着にも関わらず普通に駐輪出来たと言うかガラガラだった。とは言え、翌日の昼過ぎまで駐輪するので邪魔にならないデッドスペース(普通車では駐車できないがバイクなら駐輪可能な場所)へ駐輪したマサカツくん達なのだった。あつ、アルペンルートは一般車乗り入れ禁止だからね。念のため。

立山駅から美女平まではケーブルカー(1.3Km)、そこから室堂駅まではハイブリッドバス(23Km)となる。立山駅(標高475m)には雪がなかったが、美女平(標高977m)からは雪が現れ始め、滝見台からは本格的に雪景色となり約一時間で立山室堂に到着。そこは一面の銀世界だった。

一日目は、雪の大谷(雪の回廊)を見学するつもりだったから、ある程度の人混みを覚悟してただけどこれが肩すかし、誰も居ない。って言うか、バスにも殆ど人が乗ってなかったし、その人達は全員が登山客みたいで降りたら山小屋へ直行してた。う〜ん、恐るべし登山客。まあ、お陰様で雪の大谷をユックリ堪能できました。

#### 2) みくりが池温泉と雷鳥

今日の宿は「みくりが池温泉」。旅館と山小屋の機能を兼ね備え、個室だけでなく相部屋もあるんだけど純粋な山小屋とは違って基本は予約のみらしい。日本最高所(標高2410m)の温泉宿なんだけど、残念ながら露天風呂はない。そのため、日本最高所の露天風呂は本沢温泉になるんだって。まあ、露天風呂こそないけど、ここの泉質サイコーなんだわ。大きな窓からの眺めも良いし、温度も適温で長時間浸かっていることが出来る。そういえば、宿泊客が結構居たような気がするんだけど、風呂場で一度も会うことがなかった。殆どが登山客なので夜も朝も早いからなのだろうか？。(三回入浴したけど、すべて貸切状態だった。なので、入浴中の写真を撮ることが出来た。)

みくりが池に映る立山を見たかったんだけど、池が凍結(当たり前だよ)しており見ることが出来なかったが、その代わりなのか、立山の観光大使であるライチョウに出会うことが出来たのは感激ものだったよ。室堂周辺には、約300羽のライチョウが生息しているらしく結構な頻度で見ることが出来るって宿のおじさんが言ってたけど、それにしても人間を外敵と見ていないのか、直ぐ側に近



1-1) 立山駅から室堂(雪の大谷)



1-2) みくりが池温泉と雷鳥



寄っても全く逃げる気配が感じられなかったのは意外だった。

ちなみに、この季節の夕食開始は夕焼けの時間帯になるようで、絶景の中(写真)で食事が出来た事は本当に幸せだった。温泉を含め、是非とも来年は行ってみたいと思っている。

### 3)黒部ダム

富山県東部の立山町を流れる黒部川水系の黒部川に建設された水力発電専用のダムである。貯水量2億トン。高さ(堤高)186メートル、幅(堤頂長)492メートルの日本でもっとも堤高の高いダムらしい。マサカツくん世代で、黒部ダムと言えば「黒部の太陽」(映画・テレビドラマ)だけど、今の世代ならプロジェクトXかな。アニメオタクだと、『鉄人28号(2004年版)』の最終エピソード(21-26話)で黒部ダムを守るために戦い、最後には湖底に沈んだ鉄人の姿を思い浮かべるかも知れない。最近だと、世界最大級の動画配信サービスNetflixで、2018年3月9日から全12話が配信された『A.I.C.O.Incarnation』(アイコ インカーネーション)の舞台が黒部渓谷だった。うん、そっか、どうでも良いかぁ。

映画やドラマの影響もあり、一度は行ってみたいと思ってたんだけど何故か今まで機会に恵まれなくて、この年(50歳後半)になって、漸くたどり着く事が出来たマサカツくんにとっては特別な場所の一つだ。この日(二日目)も晴天、朝食後の青空が眩しい雪の中を黒部ダムに向かった。立山駅からダムまではローリーバス、ロープウェイ、ケーブルカーを乗り継いで約45分程度。真っ青な水をイメージしてたけど、実際には濁った緑色に近かった。多分、雪解け水の影響だろう。

さて、この日は(有名な?)黒部ダムの「展望台休憩所」でアイスクリームを食べようと計画してたんだけど行ってみてビックリ、シーズン前で営業してなかった。おいおい、この展望台までかなりキツイ階段を上ったんだけど、その結果がコレとは神も仏もないのか。まあでも、この時刻(昼前)に殆ど人がいないんだもん仕方ないよね。ホント、写真でも分かると思うけど誰もいないんだよ。時期が違うので比べられないけど、テレビで見たゴールデンウィークの混み具合からは全く想像できないくらい寂れた観光地ってイメージだったよ(個人の感想)。

## 2.近況報告

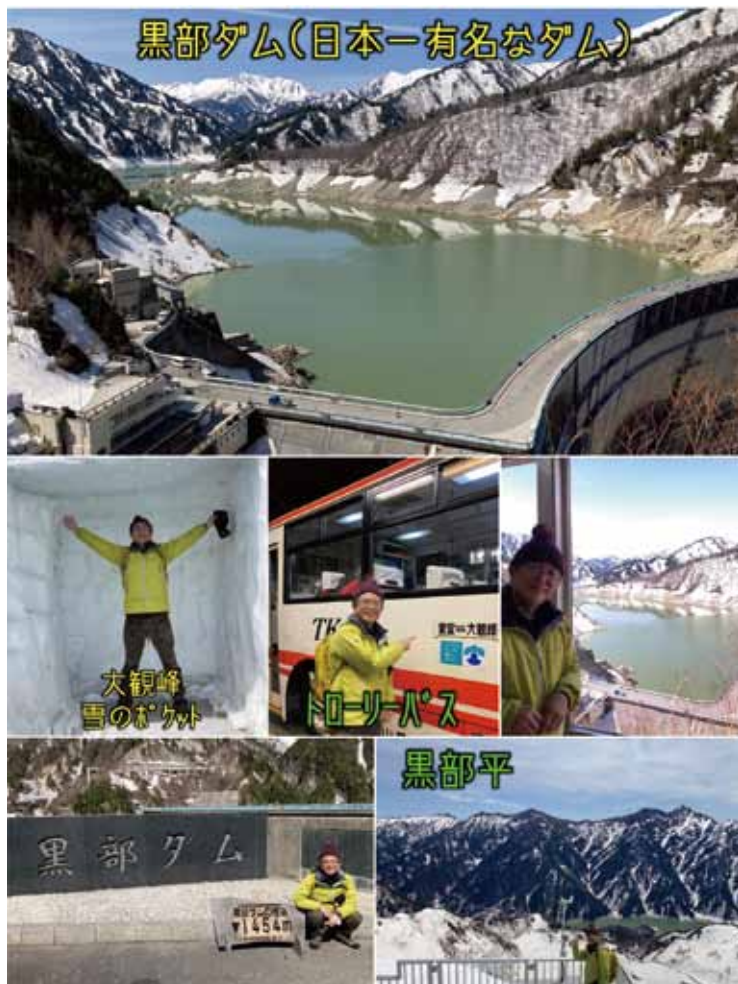
今年の夏も暑そうだったので、水冷ベストをバージョンアップした話と、久しぶりに「岬めぐり」をすべく、7月後半の平日、和歌山方面へツーリングに行ってきた時の話です。

### 1)水冷ベストは式号機へ

昨年、暑さに耐えきれず水冷ベストを自作した記事を書いたけど、実はとある問題と戦っていた。先ず、街中では簡単に手に入る氷だけど、山の中や高速道路では案外入手が難しいこと。更に気温が35℃を超えると1時間持たずに溶けてしまい効率が悪いことだった。そこで、今年は本体(給水装置)に冷却機能(要するに電気冷蔵庫)を持たせることを考えたんだけど、バイクに積載できる大きさと消費電力の問題があった。ちなみに車載用の冷凍冷蔵庫は実売価格で13,000円程度なんだけど、バイク用のメッシュジャケットなんて普通に倍以上するし、氷の持ちが長くなるのであればそれなりのメリットもある。って事で、金銭的な問題よりは大きさ(重さ)がネックとなりそうだった。

◇本体の大きさと容量

一番小さな冷凍冷蔵庫の大きさが(旧バージョン本体に比べて)約2倍、容量は3/4なのでコレ(写真)にした。冷却方式はコンプレッ



1-3)黒部ダム



2-1)水冷ベストは式号機へ



サー式で冷却能力も高く消費電力も低い。がデカいんだわ。

◇停車(エンジンストップ)時も冷却可能

45W程度であればモバイルバッテリーで2時間は稼働できる。走行時はバイクから電源を取り、エンジン停止時にはモバイルバッテリーへ自動切り替えする装置も自作した。エンジン始動時にはモバイルバッテリーを充電する仕組みにしているので、バッテリー切れの心配はないし、休憩中も冷やし続けることが出来るため氷の持ちが違ふ筈(たぶん)。

◇ベストもバージョンアップ

去年はとりあえず作ったレベルなので、単体ではカッコ悪い。まあ、ジャケットの下に隠れるんだけど、見てくれも重要だよね。えっ、なら冷蔵庫を積むのを止めろって、いや、それとコレとは別だよ。そこまでして乗る必要あるの？って人もいるだろうけど、色々やるのが楽しいんだよ。メリットは二の次!! 楽しければOKって感じかな。

## 2)和歌山方面へ岬巡り(榎野崎灯台)

榎野崎灯台は「日本の灯台の父」と呼ばれるリチャード・ヘンリー・ブラントンが日本で最初に設計し、1870年7月8日(明治3年6月10日)に初点灯した日本最初の石造灯台である。榎野崎灯台は日本最初の回転式閃光灯台でもあり、その初期の建物が当時の状態で現存している。久しぶりに「岬めぐり」をしたくて、7月後半の平日に行ってきたよ。

この日は気持ちいいくらいの晴天だったので、灯台からの眺めは抜群だったけど、何分にも駐車場から距離があるわ、無茶苦茶暑いわ、(朝早いにも関わらず)途中で倒れそうだったよ真面目な話。ところで、何故か途中でトルコ記念館があったり、トルコ初代大統領騎馬像があったり不思議に思っていると、1890年9月16日にトルコ軍艦が榎野崎沖で座礁し、その時に島民が不眠不休で生存者の救助、介護、殉難者の遺体捜索や引き上げに人力を尽くしたって事で、トルコと旧大嶋村榎野(串本町)との友好関係が現在まで続くことになったんだとか。( ; \_ ; ) いい話だなあ。

## 3)本州最南端とやまゆりの里

◇潮岬と潮岬灯台

今回のツーリングは本州最南端の民宿(みさきロッジ)に泊まったので、その側の近くにある「潮岬」に行ってきた。本当は「潮岬灯台」に行くつもりだったんだけど営業時間外で見学出来なかったんだよね。でも、潮岬灯台の見える駐車場からの眺めは中々だったよ。

◇やまゆりの里

三重県松阪市の宇気郷地域にある山ゆりの保存区「やまゆりの里」。地区内には1,000株もの山ゆりが群生し、静かに情熱的に咲き誇っているらしい。見頃は7月中旬～7月下旬とホームページに記載されていたが念のため「松阪市嬉野地域振興局地域振興課」に電話をしてみると「先週が見頃でした。残念ですが今年は終わりですね。あっ、でも山奥の方なら少しは残っているかも。」と言われたので、ダメ元で行ってみた。んで、初めて「やまゆり」を見たんだけどビックリするくらい大きいんだよ。普通の百合の倍はあるんじゃないかってくらい。咲いてて良かった。



2-2)和歌山方面へ岬巡り(榎野崎灯台)



2-3)本州最南端とやまゆりの里

## 3.最後に

先月後半は一時的にフェーズが下がったのでツーリングにも行けなかったけど、今月は無理っぽいかなあ。日常が戻ってくるのは何時になるのやら。

## 夏の旬の食材 ～きゅうり～



栄養士 岡本 沙羅

本格的に暑さを迎える季節となり、マスク生活2年目も辛くなってきた頃と思います。マスクの着用によって口の渇きに気付きにくくなるため、例年よりも熱中症には注意が必要です。熱中症対策には水分補給や休息、栄養補給が重要となります。

今回は夏に旬を迎える食材の中から、「きゅうり」を紹介いたします。

きゅうりはハウス栽培も行われているためスーパーでは年中見かける食材ではありますが、旬のきゅうりは栄養価が高く値段も手ごろになります。また、面倒な調理が不要なため手軽に食べやすいのも利点ではないでしょうか。

きゅうりは95%が水分と言われています。そのため、世界一栄養のない食材としてギネス認定されたこともあるようですが、熱中

症の気になる時期には水分補給として最適の野菜といえます。ほかにもβカロテン、カリウム、ビタミンCなどの栄養素も含まれています。カリウムには尿細管からナトリウムの再吸収を防ぎ、尿中への排泄を促す作用があるため血压が気になる方にもおすすめです。カリウムは水に溶けやすい栄養素のため、生で食べられるきゅうりはカリウム摂取に最適です。腎臓に病気があり、医師よりカリウム制限の指示がある方は過剰摂取に注意してください。

そこで、きゅうりのおすすめレシピを掲載します。

包丁もまな板も不要なお手軽レシピです。



### きゅうりの中華風和え物(4人前)

- 材 料**
- \*きゅうり ..... 3本
  - \*醤油 ..... 小さじ1
  - \*鶏ガラだし ..... 小さじ1
  - \*酢 ..... 小さじ1
  - \*砂糖 ..... 小さじ1
  - \*ゴマ油 ..... 大さじ1
  - \*かつお節 ..... 好みの量

栄養価(1人あたり)	
エネルギー	47kcal
たんぱく質	1.8g
脂 質	3.1g
炭水化物	3.1g
塩 分	0.2g

### 作り方

- ① きゅうりをよく洗い、ポリ袋に入れ麺棒でたたく。
- ② ①にかつお節以外の調味料をすべて入れ全体に馴染むように揉む。
- ③ 冷蔵庫で30分～1時間程度寝かせる。
- ④ 食べる直前にかつお節を振る。

☆お好みで大葉やみょうがなどを入れてもさっぱりして美味しく食べられます。





ツユクサ(つきくさ)

卷4-583



万葉の花と歌

月ツキ草クサ之ノ徒ウツロヒ安ヤス久ク念オモヘ可カ母モ

我念人之事毛告不來

大伴坂上大嬢

## 「歌の大意」

つき草の うつろひやすく  
思へかも 我が思う人の  
言も告げ來ぬ

こんなにもお慕っている私を  
移り気な女とお思いなのか、  
私の思うあの人は お便りさえ下さらない

## 「万葉植物考 つきくさ(ツユクサ)」

万葉表記：月草、鴨跖草、鴨頭草、藍花(あゐはな)という古名もあります。ツユクサは山野、道ばた、畑地など、至る所に自生している一年草です。下部の茎は地を這い、分枝して上に伸び、高さ30cmになると、夏に青色の花を一齐に咲かせます。朝開いてその日の昼頃にはしおれる一日花です。蕾みは苞葉に2〜3個包まれて、これが次々と咲くので2〜3日咲いているように見えます。花は咲く時だけ苞葉から顔を出して開きます。三枚ある花弁の二つ、上方に大きく広がり鮮やかな青色に輝きます。そして、長い雌しべと雄しべのうちの二本が垂れ下がり、残りの雄しべが變形して、小さな黄色い花のような姿になって中央部を彩り、ツユクサの花の姿を引き締めています。花の姿が青い目をクルクルさせたトンボの頭のようにも見えることからトンボクサと呼ぶところもあります。

つきくさは花の汁を染色に用い、摺染(すりぞめ)にしてよく着色するのでつきくさ(着き草)。

また白で搗いてその汁を用いるのでつくさ(搗き草)(古名)と言われます。染色の分野では、京都と加賀に、とりわけ古い伝統を持、我が国を代表する美しい手描き友禅が残されています。友禅染めの下絵を描く時に用いる青紙はツクサの園芸品種であり、大型のオオボウシバナの花から作られています。花の青汁を採って何回も吸水紙にしみこませて乾かすことをくりかえして青紙が作られています。此の色素はアントシアニン系の色素で染め付けが終わり水洗いすると、布地から完全にすぐ消え失せる色素ですから下絵を描くのに敵しています。江戸時代の中頃、正徳二年(1712)に出版された有名な大著、「和漢三才図会」には、近江の国の土産の一つに「鴨跖草紙」(アラハナカミ)とあります。また有名な「東海道名所図会」(寛政九年)(1797)には一連の青花紙を製する工程図が美しく描かれて、よく分ります。現在も琵琶湖の南東、草津市内の農家で生産が続けられています。ツクサを中国語で鴨跖草 yā zhí cǎo といいます。

この「万葉集」にも、その落ち易い儂(はかな)い色を「変(うつろ)いやすく」と詠み、恋人の心変わりのたとえに多々用いられ九首の歌に詠まれています。六首までが「移ろふ」という意味で用いられています。このため、つきささはうつろふの枕詞となったり、また移ろい易いのを恋心の冷めやすいことの喩えとしています。作者大伴坂上大嬢(おおとのさかのうえおほとめ)は大伴家持の従妹で、母は大伴坂上朗女(おおとのさかのうえいらつめ)父は大伴宿奈麻呂。父宿奈麻呂が没した後、妻を亡くした大宰府の長官大伴旅人の許へ、母大伴坂上朗女と同行し、従兄家持と共に育てられたと思われます。家持十六、七歳の時、家持から大嬢に贈った歌に対し、大嬢が答えた歌四首のうちの一首がこの歌です。この時の家持の贈った歌は萬葉集に残っていません。この「月草のうつろい易く」の歌は坂上大嬢作となっていますが、母の坂上郎女が手を加えたものと思われます。坂上郎女は集中女流作歌としては最も多くの歌を残している第一流の歌人でありました。しかし姉の大嬢はあまり歌がうまくなかったようです。後に家持がはっきり代作したことを記しているものもあります。

ツクサは漢方では、葉や茎を利尿剤として使用します。また花の咲く前の柔らかな新芽を集めて、さっと湯掻き「浸し物」にして食膳に出すと、歯ざわりも良く格別です。若葉の頃の風情を楽しませる逸品です。

しんせいのうらやまのわづらひのこころを



## 音楽カフェの風景 その44

内科 村上 敬子

### 散歩



我が家の犬のお気に入りの散歩道がある。JR福山駅から1kmほど南の市街地を西から東に流れる道三川の遊歩道だ。芦田川の支流のひとつで、その昔は福山城の外堀の一部だった。ちなみに福山城は1622年、徳川家康の従兄弟である水野勝成によって築城された、近世最後の大規模城郭である。「久松城」「葦陽城」とも呼ばれ、西国街道と瀬戸内海の大要衝を護る重要な城だった。現在は、城郭遺構の三の丸を高架鉄道が東西に貫く全国でも稀有な城だ。

明治の廃城令により建物のほとんどが解体、堀や敷地も財政難から埋立、売却され、見る影もなく破壊された。昭和初期にようやく歴史的価値が認められ、本丸天守・筋鉄御門・伏見櫓・御湯殿・鐘櫓の5棟が国宝や史跡に指定されたのも束の間、1945年8月8日の福山大空襲で伏見櫓、筋鉄御門を残して焼失した。わずか1週間で終戦を迎えたと思うと、なんとも惜しまれる。戦後、天守、月見櫓、御湯殿は市民らの寄付により再建された。史実ではなく景観優先の復興であったようだ。2022年は築城400年、久しぶりに天守に登って瀬戸内海を望む絶景を眺めてみたい。



話は道三川に戻る。昭和の高度経済成長期には腐臭の漂う死の川となるが、「蛍の舞う美しい川を目指す」という地域住民の要望で、1994年、全長2.4kmのうち1.1kmに自然石による「はたる護岸」が整備された。以来25年、町内会と子供会で川と歩道の清掃、植栽管理を行っている。川の流れはポンプで汲み上げた地下水である。当初は錦鯉がいたように記憶するが、今の川主は真鯉だ。体長60-70cmはあろうか真っ黒な背中を並べ、ゆらゆら泳

いでいる。メダカ、アメンボ、蛙、ザリガニ、亀も見かける。2020年の春先にはカモの赤ちゃんが16匹誕生し、ちょっとした話題になった。夕暮れ時に白鷺が見事なダイビングで小魚を捕獲する瞬間に出逢ったことがある。静寂のなかで純白の羽を広げ、一直線に川に飛び込む鷺の姿に圧倒され、我が家の犬は完全に固まっていた。



散歩の足を少し延ばすと「福山大水害の人柱 お米の伝説」というプレートが現れる。築城時の芦田川護岸が難工事で、人柱を立てたというのだ。芦田川は暴れ川で、その名は「悪し田川」に由来すると聞く。鎌倉・室町時代に川の中州に栄えた「草戸千軒町」は、江戸中期の洪水で水没したとされ（諸説あり）、1960年代に遺跡が発掘されるまで、その存在すら忘れられた幻の伝説の町であった。人柱伝承は日本を含め広く世界に分布するが、願わくば、お米さんが人身御供としてこの場所に生き埋めにされたのではなく、堤防が決壊しませんようにと願う祈りの伝説であってほしい。

城郭同様、かつての街道筋の面影もすっかり失われた。50年前までこの辺りは、三の丸から鞆へ至る鞆軽便鉄道の電车道だった。その廃線沿いに、西国街道の鞆と尾道への分岐点を記す道標の石碑がひっそりと所在なさそうに佇んでいる。川の遊歩道入り口を素知らぬ顔で行き過ぎようものなら、犬が両足を踏ん張って川沿いを行くと主張する。水音を聞き、折々の花を眺め、1kmの道を犬のペースで歩くと、現代の世に生きていることを忘れそうだ。







## 一枚の絵 NO.105 yukimitsu sanayasu の ぶらり旅日記



さな やす ゆき みつ  
真 安 幸 光 氏

オーストラリア ケアンズ 「エスプラネード ボードウォーク」  
ケアンズのエスプラネード通りは、ボードウォークになっていて、海沿いをゆっくり散歩できる地元の人にも人気の散歩コースです。ケアンズは世界遺産のグレートバリアリーフが有名ですが、ケアンズの日常を見るならエスプラネードがおすすめ。ボードウォークの途中には、トレーニング器具の設置スポットや子供たちのプレイグラウンドも充実しています。海に並ぶエンゼルフィッシュのモニュメントも可愛いですよ。

# FMC NEWS

## VOL.14 2021 AUGUST

### 編集後記

東京オリンピックが無事終わりました。日本だから開催できたと海外から称賛の声もありましたが、関係者の尽力は大変だったと思います。ただ、開催前はネガティブな報道が目立ったメディアでしたが、いざ始まり日本人が活躍すると手の平を返したように連日報道していたのが印象的でした。日本人の金メダル獲得数も過去最高でしたが、専門家の予想通り、オリンピック期間中にコロナ感染拡大を来たしてしまいました。原則無観客、選手関係者はバブル方式で十分な感染対策を行っているから、オリンピック開催とコロナ感染拡大は関係ないと政府や一部マスコミは言っていますが、緊急事態宣言下でも世の中はオリンピックも開かれお祭り気分以前の様な緊張感はなく、人流の全国的な拡大もあり、大いに関係あると思っています。

デルタ株(インド株)の感染力は「従来型コロナ」の2倍、感染力の強い「水痘」にほぼ近いと言われています。そのためワクチン未接種者を中心に感染が増えています。優れた国内医療体制のお陰で死者数が諸外国に比べて各段に少ないのに政府が病床確保のため中等症以下は原則自宅療養の方針と発表したのには驚きでした。尾身会長ら専門家にも相談せず、与党内からも批判が殺到して直後に撤回しましたが、本末転倒です。

さて今月の巻頭記事は肝臓・胆のう・膵臓外科の紹介です。稲垣院長を中心に高度技能専門医修練施設(B)として肝臓癌、胆道癌、膵臓癌などの悪性疾患の高難度手術、急性胆嚢炎等の良性疾患の手術を日々行っております。低侵襲治療(腹腔鏡下手術)も積極的に取り入れて最新の治療を行っております。医療安全推進活動報告会も今月で5回目となり、残すところ後1回(4部署)だけとなりました。4月に着任され精力的に活動されている宮本医療安全管理係長の記事にもあるように300件のヒヤリハットで1件の重大事故が起こるとされています。医療事故の起きない安心安全な環境造りが、患者さんにとっても我々医療安全部としても何より望むことです。引き続きご協力をお願いします。

山陰鳥取便りは今月号も学術的な遺伝子のお話です。長谷川先生もハイフェッツのように幾つになられても精力的に頑張っておられるようです。今月の課外授業は久木田認定看護師による「認知症の予防」です。2025年には約700万人(65歳以上高齢者の5人に1人)が認知症になると予測されています。アルツハイマー型認知症は現在治療することは困難ですが、進行を遅らせる事は可能ですので早期の治療介入が重要です。作田さんの連載は「ばらのまち福山 国際音楽祭2021」の案内です。昨年は中止となったので今年は開催・成功を祈ります。尾道市百島で養蜂業を営んでいる島田明恵さんの新連載が始まりました。島の蜂蜜、是非お試しください。

文責:診療部長 大塚真哉

## ひまわりサロンミニレクチャー

●日時:毎月第2金曜日 15時~16時頃まで ●費用:無料(駐車料金無料) ●予約:不要

10月 8日(金)	「仕事と治療の両立について」	社会保険労務士 中本 美由紀
11月12日(金)	「ACP(人生会議)」	がん専門看護師 前田 智樹
12月10日(金)	「栄養について」	管理栄養士 揚村 和英
1月14日(金)	「痛み止めのお薬について」	医師 高橋 健司
2月18日(金)	「抗癌剤の副作用対策」	薬剤師 中山 やちよ
3月11日(金)	「リンパ浮腫について」	セラピスト 渡邊 沙耶香

※尚、今後の新型コロナウイルスの感染状況により、中止となる可能性もございますので、ご理解のほどよろしくお願いいたします。

## 音楽カフェ

コロナウイルス感染防止のため、音楽カフェは中止、ときめきコンサート、カフェコンサートは開催を見合わせています。本イベントの開催を楽しみにして下さっていた皆様にはたいへん申し訳ございません。再開の日程が決まりましたら院内掲示、当院ホームページでお知らせします。

## お知らせ 研修会・オープンカンファレンス

### オープンカンファレンス

オープンカンファレンス につきましては、新型コロナウイルスの感染患者拡大の状況を鑑み、開催を見合わせています。今後、開催日が決まりましたら当院ホームページにて改めてお知らせします。

## STAFF

publisher 稲垣 優  
chief editor 大塚 真哉  
沖野 昭広

【部】  
臨床研究部 梶川 隆  
救急医療部 徳永 尚之  
がん診療部 三好 和也  
教育研修部 豊川 達也  
治験管理部 大塚 真哉  
医師業務支援部 常光 洋輔  
広報部 大塚 真哉  
感染制御部 齊藤 誠司  
国際支援部 堀井城一朗  
ワークライフバランス 兼安 祐子  
緩和ケア部 高橋 健司  
薬剤部 倉本 成一郎  
看護部 松田 真紀

### 【センター】

患者入退院・事前管理センター 山本 暖  
医療連携支援センター 豊川 達也  
小児医療センター 荒木 徹  
小児センター 阪 龍太  
新生児センター 岩瀬 瑞恵  
女性医療センター 山本 暖  
腎臓病・血液センター 長谷川 泰久  
国際協力推進センター 堀井 城一朗  
消化器病センター 豊川 達也  
内視鏡センター 豊川 達也  
呼吸器・循環器病センター 岡田 俊明  
外来化学療法センター 岡田 俊明  
心臓リハビリテーションセンター 廣田 稔  
腎臓・人工臓器センター 松下 具敬  
頭頸部・腫瘍センター 中谷 宏章  
低侵襲治療センター 大塚 真哉  
脳神経外科手術センター 守山 英二  
エイズ治療センター 齊藤 誠司  
プレステーションセンター 三好 和也  
画像センター 道家 哲哉  
糖尿病センター 畑中 宗志  
がんゲノム医療センター 三好 和也

### 【科】

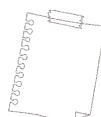
診療放射線科 大戸 義久  
臨床検査科 有江 潤子  
リハビリテーション科 片岡 靖雄

### 【室】

栄養管理室 坪井 和美  
医療安全管理室 大塚 真哉  
経営企画室 宮本 慶克  
がん相談支援室 岩井 睦司  
歯科衛生士室 藤田 勲生  
ME室 藤原 千尋  
診療情報管理室 西原 博政  
峯松 佑典

### 【医局】

医局 坂田 雅浩





## 基本理念

わたしたちは、国立病院機構の一員として、医の倫理を守り、患者さまの権利と意思を尊重し、患者さまの健康と医療の質の向上のため、たゆまぬ努力を行い、安全でしかも患者さまにとって最善の質の高い医療をめざします。

## 基本方針

1. 患者さまに寄り添い、患者さまを中心とした医療を提供します。
2. チーム医療の実践により効率的で安全な質の高い医療を提供します。
3. 地域医療機関と密に連携し、患者情報の共有による一貫した医療提供体制を構築します。
4. 政策医療の「がん」「成育医療」「骨・運動器」を中心として、地域に最適な医療の提供に貢献します。
5. 健全な経営に努めるとともに、常に明るく活力のある職場作りを心掛けています。
6. 臨床研究を精力的に行い、医学の進歩に貢献するとともに、日々研鑽して臨床教育・研修の充実に努めます。

## 外来診療予定表

令和3年8月1日現在

【受付時間】 平日 8:30～11:00  
※眼科は休診中です。

【電話番号】 084-922-0001(代表)  
【地域医療連携室】TEL 084-922-9951(直通)  
FAX 084-922-2411(直通)

診療科名		月	火	水	木	金	備考
小児医療センター	小児科	午前	坂本 朋子 松尾 逸平	荒木 徹 坂本 朋子	北浦 菜月 浦山 建治	松尾 逸平	北浦 菜月 浦山 建治 小田 慈※2
		午前	荒木 徹 藤原 倫昌 北田 邦美 細木 瑞穂※1	山下 定儀 藤原 倫昌 北田 邦美	荒木 徹 山下 定儀 浦山 建治 近藤 宏樹※3	北田 邦美 坂本 朋子 永井 盛博	予約のみ ※1 毎月第1、第3 ※2 毎月第3 ※3 毎月第2
		午後	荒木 徹 浦山 建治 細木 瑞穂※1	藤原 倫昌 松尾 逸平	荒木 徹 山下 定儀 近藤 宏樹※3 細木 瑞穂	山下 定儀 藤原 倫昌 永井 盛博 北浦 菜月	
		摂食外来			綾野 理加	綾野 理加	水(1週)・木(4週)・・・9:30～16:00
	乳児健診			13:00-15:00	13:00-15:00	13:00-15:00	予約制
	予防接種・シナジス		シナジス	予防接種			シナジス外来は冬期のみ 13:30～14:30 予防接種 13:30-14:30
	小児外科・小児泌尿器科		阪 龍太	窪田 昭男※4 (13:30-16:30)	井深 奏司※6 阪 龍太※6 児玉 匡 長谷川 利路※5	井深 奏司 島田 憲次 (9:00-15:00)	水谷 雅己
	新生児センター	午前	猪谷 元浩				岩瀬 瑞恵
		午後		猪谷 元浩	岩瀬 瑞恵		
	産婦人科		山本 暖 今福 紀章 白河 伸介 藤田 志保	岡田 真紀 山本 梨沙	山本 暖 白河 伸介 中藤 光里	今福 紀章 藤田 志保	山本 暖 岡田 真紀 山本 梨沙 中藤 光里
腎臓・血液センター	乳腺・内分泌外科	午前		三好 和也	高橋 寛敏		三好 和也
		午後	高橋 寛敏	三好 和也・松坂 里佳	高橋 寛敏		月曜日(午後)は予約患者のみ
	泌尿器科	午前	長谷川 泰久 増本 弘史 長坂 啓司 行廣 和真	長谷川 泰久 増本 弘史 長坂 啓司 行廣 和真	行廣 和真	長谷川 泰久 増本 弘史 長坂 啓司 行廣 和真	長谷川医師・・・金(2・4・5週)終日・(1・3週)午後のみ 増本医師・・・金(1・3週)終日・(2・4・5週)午後のみ 長坂医師・・・金(1・3週)終日・(2・4・5週)午後のみ 行廣医師・・・金(2・4・5週)終日・(1・3週)午後のみ
		午後	長谷川 泰久 増本 弘史 長坂 啓司 行廣 和真	長谷川 泰久 増本 弘史 長坂 啓司 行廣 和真 ストーマ外来		長谷川 泰久 増本 弘史 長坂 啓司 行廣 和真	水・・・ストーマ外来 14:00-
糖尿病センター	血液内科		浅田 騰				月・・・第1・3・5週のみ
	糖尿病内科			畑中 崇志	畑中 崇志	畑中 崇志	
	内分泌内科		寺坂 友博	岡崎 恭子			

ご予約がなくても受診は可能です(完全予約制を除く)。ただし、ご予約をいただいた方が優先となりますので、長い時間お待ちいただくこともございます。あらかじめご了承ください。



診療科名		月		火	水	木	金	備	考
消化器病センター	総合内科	初診	廣田 稔	豊川 達也	藤田 勲生	堀井 城一朗	梶川 隆		
			原 友太	福井 洋介 住井 遼平 門脇 由華	齊藤 誠司 中西 彬	林 里美 住井 裕梨	坂田 雅浩 石川 順一	水…齋藤医師(総合内科・感染症科)	
	消化管内科		藤田 勲生 村上 敬子 伏見 崇	豊川 達也	堀井 城一朗	村上 敬子	豊川 達也 上田 祐也 野間 康弘	月…村上医師は紹介患者を午前中のみ	
	肝臓内科				金吉 俊彦		金吉 俊彦 坂田 雅浩		
	肝・胆・膵外科	午前			稲垣 優・北田 浩二	稲垣 優・徳永 尚之			
		午後				内海 方嗣			
	消化管外科	午前	宮宗 秀明 磯田 健太 岩川 和秀	大塚 眞哉 濱野 亮輔 櫻井 湧哉	大塚 眞哉 西江 学	常光 洋輔 徳永 尚之 宮宗 秀明	常光 洋輔 岩川 和秀 大崎 俊英 嶋坂 徹	金…大崎医師(1・3週) 水…西江医師(1・3・5週)	
		午後	岩川 和秀 宮宗 秀明			宮宗 秀明			
	肛門外科		ストーマ外来					月…宮宗医師 13:30ー	
内視鏡センター	消化管		豊川 達也 堀井 城一朗 坂田 雅浩 野間 康宏 中西 彬 住井 遼平 門脇 由華 石川 順一 林 里美 住井 裕梨	藤田 勲生 堀井 城一朗 上田 祐也 坂田 雅浩 野間 康宏 原 友太 中西 彬 住井 裕梨	村上 敬子 豊川 達也 上田 祐也 渡邊 純代 坂田 雅浩 野間 康宏 伏見 崇 原 友太・住井 遼平 門脇 由華・林 里美 住井 裕梨・石川 順一	豊川 達也 藤田 勲生 片岡 淳朗 上田 祐也 坂田 雅浩 野間 康宏・原 友太 中西 彬・住井 遼平 門脇 由華・石川 順一	村上 敬子 藤田 勲生 堀井 城一朗 渡邊 純代 前原 弘江 伏見 崇 原 友太 住井 遼平 中西 彬・門脇 由華 林 里美・住井 裕梨		
	気管支鏡			岡田 俊明 森近 大介 三好 啓治 米花 有香 市原 英基			岡田 俊明 森近 大介 三好 啓治 米花 有香		
呼吸器・循環器病センター	呼吸器内科		岡田 俊明	市原 英基	森近 大介 三好 啓治	岡田 俊明	三好 啓治	月・水・木 肺がん検診、月・木 結核検診 火…市原医師は午後のみ 金…三好医師は午後のみ	
	呼吸器外科	午前	高橋 健司	高橋 健司		二萬 英斗			
		午後	二萬 英斗						
	循環器内科			梶川 隆・池田 昌絵		梶川 隆	廣田 稔	水…心臓カテーテル検査(午後のみ)	
心臓リハビリテーションセンター	血管外科						赤木 大輔	第2・4金曜日 13:30ー15:30	
	心臓リハビリテーション		廣田 稔 池田 昌絵			廣田 稔 池田 昌絵			
脊椎人工関節センター	整形外科		松下 具敬 宮本 正 山本 次郎 日野 知仁	甲斐 信生 宮本 正 渡邊 典行	辻 秀憲 山本 次郎	松下 具敬 宮本 正 山本 次郎	甲斐 信生 渡邊 典行 日野 知仁	水…受付は10:30まで 甲斐医師の初診は紹介状持参の方のみ 火・木…宮本正医師(午前のみ) 水・木…山本医師(午前のみ) 月・金…日野医師(午前のみ) 辻医師…第2・4週の予約患者のみ (継続診療の場合次回より他医師が診療)	
				リウマチ・関節外来				リウマチ・関節外来…松下医師	
頭頸部腫瘍センター	脳神経外科	午前	守山 英二	守山 英二	守山 英二	守山 英二	守山 英二	守山医師の初診は紹介状持参の方のみ	
	耳鼻咽喉・頭頸部外科	午前	中谷 宏章 竹内 薫			中谷 宏章 福島 慶	福島 慶 竹内 薫	午後は予約のみ 補聴器外来…第2・4金曜日午後のみ	
		午後	福島 慶			中谷 宏章 福島 慶	補聴器外来		
皮膚科	形成外科	午前	三河内 明		三河内 明・井上 温子		井上 温子		
	皮膚科外来	午前	下江 敬生	下江 敬生	下江 敬生	下江 敬生	下江 敬生		
精神科	精神科外来		水野 創一	水野 創一	水野 創一	水野 創一	水野 創一	月木…初診のみ(地連予約必) 火水金…再診のみ	
エイズ治療センター	総合内科・感染症科		齊藤 誠司		齊藤 誠司		齊藤 誠司	月…齊藤医師は午後のみ(予約のみ)	
画像センター	放射線診断科		道家 哲哉 吉村 孝一	道家 哲哉 吉村 孝一	道家 哲哉	道家 哲哉 吉村 孝一	道家 哲哉		
	放射線治療科		中川 富夫 兼安 祐子	中川 富夫 兼安 祐子	中川 富夫 兼安 祐子	中川 富夫 兼安 祐子	中川 富夫 兼安 祐子	火・金…ラルス治療(午後)	
	IVR		金吉 俊彦 坂田 雅浩 住井 裕梨・林 里美		廣田 稔 池田 昌絵 福井 洋介	金吉 俊彦 坂田 雅浩 伏見 崇・石川 順一		月…午前のみ 木…午後のみ	
口腔相談支援センター	口腔相談		藤原 千尋 黒川 真衣	藤原 千尋 黒川 真衣	藤原 千尋 黒川 真衣	藤原 千尋 黒川 真衣	藤原 千尋 黒川 真衣	平日 8:30ー16:30(予約不要)	
看護外来	リンパ浮腫外来		村上 美佐子 大原 聡子			村上 美佐子 大原 聡子		予約のみ 月…初回の方のみ 木…2回目以降の方のみ	
	がん看護外来				木坂 仁美 大田 聡子 山下 貴子			予約のみ	
その他	健康診断		健康診断	健康診断	健康診断	健康診断	健康診断	平日 8:30ー10:00 受付 ※事前に予約連絡をお願いします (内科 予約不可 産婦人科・外科 11:00まで) 市検診の肺がん検診は月・水・木	
	禁煙外来				長谷川 利路(代診の場合あり)			※診療は耳鼻咽喉・頭頸部外科で行います。 水…13:30ー16:30 初診は月1回指定日になります。	

【休診日】土曜・日曜・祝日、年末年始(12／29ー1／3) ※眼科は休診中です。



#### ■ 撮影者からのコメント

表紙の写真は「やまゆり(山百合、学名:Lilium auratum)」です。山地に生える日本特産の大型のユリで、草むらでもよく目立ち強い芳香を放ちます。どうしても「やまゆり」が見たくなり、三重県の山奥にある『やまゆりの里』に行ってきました。少し見頃を過ぎていましたが、ギリギリの出会いに感謝です。やまゆりは夏草が生い茂る中から大輪の花を咲かせ、芳醇な香りを放ち、凛とした野武士を思わせるような佇まい。格好良かったです。

ところで最近、高速道路の法面等で見かけるようになった白い百合は、実は外来種(台湾原産)の「タカサゴユリ」なんだそうです。日本には1924年に移入されて、帰化植物として西日本に広く自生しているのだとか。一般的な「鉄砲百合」は日本(南西諸島や九州南部)原産ですが、シーボルトさんが持ち帰り、その美しさや香りがヨーロッパの人々を魅了し、今もイースターリリーとして親しまれているそうです。

2 A 病棟看護師 中島 和枝

## 連載

Urayama Looking no.10 ..... 6

山陰鳥取便り No.13 ..... 7・8

No.89 事務部だより『お茶で免疫力アップ』 ..... 8

"中国ビジネス情報" 転載 外科医のひとりごと Vol.21 ..... 9

連載94 世界の病院から ..... 10

No.75 在宅医療の現場から  
台湾の病院見聞記(シーズン2-⑫)  
高雄長庚紀念醫院(その3) ..... 11・12

今月の課外授業 No.11 ..... 13・14

新連載 ミツ・パ・チさまざま No.1 ..... 14

No.9 ばらのまち福山国際音楽祭 ..... 15

映画への誘い No.9 ..... 16

医療連携支援センター 通信 No.34 ..... 17・18

広報委員会リレーエッセー No.14 ..... 19・20

Design No.55 ..... 21

SAKE Freak No.2 ..... 21

マサカツくんのツーリング紀行 No.28 ..... 22~24

栄養管理室 No.151 夏の旬の食材〜ぎゅうり〜 ..... 25

萬葉の花と歌(32) ..... 26

音楽カフェの風景 〜その44〜 ..... 27

# CONTENTS

肝臓・胆のう・脾臓外科紹介 1・2

令和2年度医療安全推進活動報告会 No.5 3~6

1枚の絵 No.105 ひまわりサロンミニレクチャー 音楽カフェ  
お知らせ 研修会・オープンカンファレンス 28

編集後記 28

外来診療予定表(2021年8月) 29・30

読者の皆さまのご意見・ご要望をもとに、より充実した内容の広報誌を目指しています。

意見・ご要望は FAX:084-931-3969 又は E-mail:507-HP@mail.hosp.go.jp までお寄せください。



独立行政法人 国立病院機構

**福山医療センター**

National Hospital Organization FUKUYAMA MEDICAL CENTER

福山医療センターだより FMC NEWS 2021.8月号/通巻160号

〒720-8520 広島県福山市沖野上町4丁目14-17

TEL(084)922-0001(代) FAX(084)931-3969

<https://fukuyama.hosp.go.jp/>

発行者:福山医療センター広報誌 編集委員会 発行責任者:稲垣 優