

仁生クラブ

2024(令和6)年度 社会医療法人仁生会 細木病院グループのOB会「第36回仁生クラブ総会開催」

開催日時 令和6年9月21日

開催場所 城西館

出席者 34名（うちOBは21名）

まだ蒸し暑さが残る9月21日（土）、仁生クラブ総会・懇親会が城西館で開催されました。今回、初めてご参加いただいた方も含め、21名のOBの皆さまにお越しいただきました。

会場に到着され、再会されるとすぐに仁生会で働いていた頃に戻り、話に花を咲かせていました。あるOBの方は、「信吾くんかね♡」と細木信吾院長の少年時代にタイムスリップされているようでした。懐かしさでほころぶ満面の笑みは、周りの私たちも心和みます。

懇親会では、1年を振り返り細木病院は中嶋部長、三愛病院は植田部長、積善会は前田副社長がそれぞれ取り組まれたことや出来事の報告を行いました。

続いて、森下先生にチェロの演奏を披露いただきました。会員の皆さまを温かく歓迎している豊かな音色でした。高知でご活躍中の落語家悠遊亭のん気さんをお招きし、滑稽で楽しい落語に会場は笑いに包まれ大いに盛り上がり、あっという間に時間がたちました。その後、OBの皆さまから一言ずつ近況報告をしていただき、来年の再会を約束しつつ、盛会のうちに開きとなりました。

この度、ご参加くださいました濱田義文会長をはじめ、会員の皆さまに厚くお礼申し上げます。



4列目左から 森下 延真、植田 宏平、門脇 弘幸、細木 弓子、岡崎 千佐子、濱名 郁里、中嶋 光宏、尾原 団

3列目左から 矢野 道恵、宮地 耕一郎、廣井 三紀、大場 教子、関田 泰子、豊田 邦江、前田 成範

2列目左から 細木 信吾、細木 膽子、梅原 慈美、岡林 和代、猪野 多恵子、村田 成恵、福留 靖子、松澤 富子、西内 清江、和田 素子

1列目左から 小林 知子、弘瀬 嘉、堀見 忠司、細木 秀美、濱田 義文、中屋 公子、岡村 久美、大井 淳

(1)会員数 82名（令和7年3月31日現在）

(2)役員一覧(任期:令和6年9月1日～令和7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	中屋 公子	細木ユニティ病院
	矢野 道恵	日高クリニック
	岡村 久美	細木病院
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
	渡辺恵美子	細木病院
	松澤 富子	細木病院
	大場 教子	こころのセンター
	豊田 邦江	細木病院
監事	大井 淳	細木病院
	門脇 弘幸	本部

(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～)



楽しい余興が懇親会に花を添えた

(文責:細木病院 人事総務課 課長補佐 福原 紀宝)

時事エッセー

情報誌「じんせい」掲載

2024(令和6)年4月～2025(令和7)年3月

時 事
エッセー

私の晩酌

今から70年以上前、敗戦直後の日本では、全ての物資が不足し、入手困難であった。お酒は、もちろん、手に入らない時代に、私の祖父は、闇市でどぶろくを入手して、毎日、夕食時に、自室の火鉢で、ガラス製の徳利で酒を沸かし、祖母が近くの小さな魚屋で買ってきていた刺身と、火鉢の上で、大きな貝の殻で焼いた卵焼きを肴に、晚酌のひと時を楽しんでいた。祖父に火鉢の横に座らされて、「秀美、なめてみるか?」と、指に少し付けたお酒を味わった、懐かしい想い出がある。

最近は、新型コロナの影響もあり、自宅でゆっくりくつろぎながら、楽しむのが定番になってきた。元々、少し血糖が高いので、最近は、ビールと日本酒は控えて、焼酎やウィスキー、ブランデー、テキーラ、ジンなどの蒸留酒を少々たしなんでいた。ところが先日、酒屋で偶然、ス

コットランドのアイラ島の初めて見るラベルのウィスキーを見つけて、思わず購入して帰った。家内に見せると、「あなたがウィスキーを買って帰るなんて、初めて」と言わされたが、その

強烈な smokeyな匂いと、onzalockのマイルドな味にすっかり酔いしれてしまった。スウェーデンのリンネ大学の研究者によると、ウィスキーは少しの水が入ると、麦芽を泥炭で乾燥させる際に発生する、グライアコールという化学物質が液面に集まり、香りと味を引き立てるらしい。

牧野植物園のラン展を家内と見に行き、同じアイラ島のジンが、売店にあり、買ったら、これがまた、独特のおいしさだった。ウィスキーの匂いの原因が分かったところで、今夕も、アイラ島のお酒を、グラスに一杯だけ、スモーキーズとアンチョビを肴に、晩酌を頂こうかなあ。



仁生会理事長
細木秀美

1ドル 360円時代

ウクライナへの、いつ終わるか分からないロシアの侵攻による世界経済への影響で、最近は次第に円安になって、160円近くまでになってきた。私が半世紀以上前に、米国のワシントンで開催された国際内分泌学会で渡米したときは、日本はまだ固定相場制で、1ドルが360円であった。今では、考えられない円安だったが、以後、日本の経済状態の好転に伴って、1ドルが301円となり、以後、需要と供給の関係で、本格的な変動相場制に移行したのが、現状である。私の行った頃の、首都、ワシントンは、治安が悪くて、学会周辺でも、いつ、路上強盗が現れるかしれないでの、いつでも出せるように、ポケットに10ドル札を入れていたことを想い出す。その頃、渡航には、日航に就航したばかりのジャンボジェットだったので、機内は、広くて安定感があり、とても快適だった。Boston空港に到着して、ワシントンに向かう国内



仁生会理事長
細木秀美

線に乗り換える通路で、高知出身で、岡山大の大先輩で、お世話になった入野昭三先生（香川医大副学長）に、偶然お目に掛かって、「細木君、どうしてここにいるの？」と聞かれたときは、

本当に驚いた。米国には、2週間ほどいて、帰りにハワイへ立ち寄り、帰国した。自宅へ帰ると、2歳になつたばかりの息子の信吾が、すっかり私を忘れたのか、家内の後ろに隠れてしまつて出てこなかつた。旅費を出してくれた父に、ハワイで、フランスのブランデーを、お土産に買つてきたが、父が亡くなつて、遺品を

整理していると、何と、飲まないで書庫の奥に、大事に保管してくれていた。父が、よほど、嬉しかったのだろうと思うと、親不孝ばかりしていた、若い頃をしみじみ懐かしく想い出す。そういえば、東日本大震災の頃には、1ドル75円だったかなあ？円安のメリット、デメリットをじっくり考えてみたい。

情報誌「じんせい」2024年5月号掲載

わんぱーくこうち アニマルランドのルーツ

まだ日本が敗戦で打ちひしがれていた、74年前の昭和25年、復興のための大博覧会が、高知で開かれたことを知っている方は少なくなつた。そのときには、小さなウォーター・シートが設けられて、9歳になつたばかりの私は、両親に連れられて楽しんだなつかしい想い出がある。そのときに、仮設の小さな動物園が催され、人気を集めた。博覧会終了後、高知の子どもたちのために、その動物たちで、高知城の立つ大高坂山の麓に、小さな動物園を作ったのが、現在の、「わんぱーくこうちアニマルランド」のルーツである。高知には存在しなかつた、子どもたちのための動物園が誕生したのである。当時は、子どもたちの大好きなライオンやトラ、象などはいなくて、小動物ばかりであったが、娯楽のなかつた敗戦直後の高知では、大人気であった。細木病院創設者の私の父は、第二次世界大戦で、



仁生会理事長
細木秀美

ミャンマー（昔のビルマ）での戦争に、軍医として、何年もの間、召集され、敗戦に次ぐ敗戦の中、ジャングルの中を逃げる途中で、現地人から1匹の子猿を買って、肩に乗せて

可愛がっていたらしい。昭和21年、復員し開設した、「ほそぎ診療所」の玄関に、1匹のカニクイザルを飼っていて、患者さんや、子どもたちに人気であった。私は、その猿に噛まれて、血が出て痛かった思い出がある。その猿に、初代の竹内基園長が気付き、要望され、

父が寄付したのである。その後、ゾウなど、たくさんの動物たちが次々に集まつた。小さい頃の私は、園長さんに、象の背中に乗せてもらった懐かしい思い出がある。のいち動物園の理事長さんの紹介で、わんぱーくこうちアニマルランドの獣医さんにお目に掛かつて、初めてルーツが分かって、記念すべき一日になつた。

情報誌「じんせい」2024年6月号掲載

ハンバーグ大好き

今年も、ロシアのウクライナへの進攻が続き、イスラエルのパレスチナ進攻が続いている。世界では戦争が止むことはない。今から78年前の我が国の敗戦時には、私は5歳だった。何もない焼け野原の高知で、祖母や母は、私たちにひもじい思いをさせないように、随分心配して、自分は食べなくとも、私たちには食べさせてくれた。そんなことは、子どもは理解していくなくて、随分、文句を言ったのではないかなどと、今になって、後悔している。

母が食べさせてくれた料理の中でも、ハンバーグステーキが大好きだった。終戦直後、母が私たちに栄養のある物を食べさせようとして考案したのが、安価な豆腐を多く使ったハンバーグだった。物不足が著しい終戦直後だったので、もちろん、高価な肉はほんの少しだっただろうが、その香ばしい肉の香りが、小学生だった

私の食欲をそそったものだった。

ハンバーグ・ステーキの名前の由来は、ドイツのハンブルグ由来の料理だということは誰でも知っているが、元々は13世紀にヨーロッパに攻め込んだモンゴル帝国のタタル人が食べていたタルタルステーキという生肉料理が起源らしい。しかし、文献的には、ローマの時代の料理本『アピシウス』にも、記述があるらしいので、挽肉料理は随分昔から食べられていたようだ。私の孫たちも大好きだし、概して子どもは大

好きである。今では、ファミリーレストランのメイン料理の一つになっている。

しかし、我が国ほど、いろいろな各国の料理を上手にアレンジして食べている国は少ないのではないかと思っている。しかも、広く一般的に安価に食べられるから、今晚も孫たちが来たら、ご馳走するかなあ。



仁生会理事長
細木秀美

情報誌「じんせい」2024年7月号掲載

カバとイルカは親戚

もう20年以上前の発刊当初から毎月届くのを、心待ちにして愛読している、科学雑誌のニュートンが届いたので開くと、哺乳類の特集が載っていた。現在、地球上には、人間や、霊長類を頂点にして、約6,500種類もの哺乳類が住んでいる。動物学者たちによると、それらは、多くの分類や系統に分かれているようだ。哺乳類の何千万年もの長い歴史の間に、人々の生活の場である陸上の生活から、クジラやイルカのように海の中へ移動するものや、コウモリ類のように空へと移り住むもの等と、生存の場を、次第に拡大していったと考えられる。その中で、研究が進むと、カバとイルカが、同じ系統に属していると書いてあって、本当に驚いた。

イルカやクジラは、5千万年から6千万年前に、陸上から水中生活に適応した哺乳類になったということは、誰でも知っている事実だ。しかし、クジラ類の祖先には、調査が進むと、

カバや牛とよく似た骨の特徴があるようだ。しかも両グループも、ともに複数の部屋の胃袋を持ち、反芻を繰り返して、食物を消化している。解剖してみると、両者の気管支は、肺の右葉に向けて、もう一本の気管支があるという、同じような特徴を持っているそうだ。

1997年、DNA解析により、クジラ類は、偶蹄類に近いどころか、その中でもカバと同じ系統に属するという、衝撃的なことが判明した。つまり、牛やカバなどの偶蹄類、海の哺乳類の代表の、クジラやイル

カバは、親戚筋に当たることになる。カバの祖先は、水中では、泳ぎに特化したため、足が不要というより邪魔になり、なくなってしまって、イルカになったということになる。今度、動物園と水族館に行ったときは、もう一度良く観察してみたいなあと思った。改めて、進化とは、本当に不思議な物だと、つくづく感じたことだった。



仁生会理事長
細木秀美

情報誌「じんせい」2024年8月号掲載

豆腐大好き

600万人以上の日本人が犠牲になった太平洋戦争の79回目の終戦記念日が過ぎた。終戦直後、何もない焼け野原の高知市で、焼け残ったのが西町で、細木病院のルーツである。その頃、母が豆腐ハンバーグをよく作ってくれた。ジャガイモと一緒に豆腐を作つてあった。そのためか、小さいときから豆腐が大好きで育った。夏になれば、冷奴、冬は湯豆腐だし、すき焼きでも、水炊きでも、豆腐は必須である。司馬遼太郎の「街道を行く」シリーズの、壱岐、対馬の編に、世界で、歴史的に一番最初に、豆腐を作ったのは誰かということが書いてあった。紀元前200年ころの中国は、漢の、三国志で有名な高祖、劉邦の孫、劉安らしい。その豆腐は、固くて青龍刀で切り分けたという。ところが、司馬遼太郎は、今でも高知県の僻地、大豊の岩原の部落には、硬い豆腐が残っていると書いて



仁生会理事長
細木秀美

いる。購入した豆腐は、昔は、縄で縛って持つて帰っていたらしい。私も食べてみたいと思い、知人にお願いして、大豊から買ってきてもらった。もちろん、今では、そんなに硬いことはなかったが、それでも、大豆の味がして、明らかに他の店の物よりも硬いので、すっかり気に入ってしまった。豆腐は、全ての食べ物の中で、一番良質のたんぱく質とされ、しかも安価で、庶民の口にはベストの食材である。豆腐をたくさん食べている、日本人が長寿である、原因の一つである可能性もあるなあと思っている。最近は、大豆から作られたハンバーグなどが、肉や魚の味のする代替肉として、ヘルシーで、健康に良いと、世界的にも日々的に売り出されてきているし、長寿には大豆製品が真っ先に浮かぶ世の中になってきた。

情報誌「じんせい」2024年9月号掲載

23年前の9月11日

今から23年前の2001年9月11日は、世界をアッと驚かせた大きな事件があったことを、皆さまは、良く覚えておられるだろう。アメリカでの、同時多発テロが起こった日だ。アルカイダのテロ集団が、ニューヨークの世界貿易センタービルと、ワシントンの米国国防省を狙って、2機の旅客機をハイジャックして、突入させた事件である。この時は、ビルでは約3,000名もが尊い命を落としたが、日本人も24名が犠牲になった。史上最悪のテロが起こった日だ。幸いにも国防省のビルには、機長の決死の判断で突入できなかつたが……。航空機が、高層ビルに突入する瞬間、ビルが白煙を上げて崩れ落ちる様子には、まるで、映画の一場面を見ているような不思議な錯覚に陥つたのは、私だけではないと思う。

細木病院の歯科に勤めている、末娘が歯科医になって4年目の夏に、歯周病の研究がした



仁生会理事長
細木秀美

いと、ちょうど、この前日、アメリカ、ボストンのフォーサイス研究所に就職するために、一人でボストン国際空港へ旅立ち、事件の当日の同じ時間頃に到着予定だった。この事件のニュースを見て、びっくり仰天して、娘から電話が掛かってくるのを、ひたすら待つたが、到着予定時刻を過ぎても、さっぱり無事到着したという電話が掛かってこない。到着が遅れたのかなあと、ヤキモキしていた所、昼過ぎになって、研究所のダンカン教授から、無事、ボストンに到着しているので安心するようにと、電話を頂戴して、ホッと胸をなで下ろした強烈な思い出から、もう23年もたってしまった。人間、一生に一度か二度は、逃れることができそうもない、驚くような事件に巻き込まれることを経験するかもしれない。リスク管理と、心構えを常々、心に備えておく必要があると思ったことだった。

情報誌「じんせい」2024年10月号掲載

素数の不思議

先日、藤原正彦の随筆を読んだ。彼は、数学者でもあり、著名なエッセイストであり、1912年生まれの作家、新田次郎と、1918年生まれの作家、藤原ていの息子である。昔、一度お目に掛かって話したことがあった。彼の随筆には、今年の夏、アメリカでは、羽化まで13年のセミと17年のセミが同時に羽化して、何と、約2兆匹もの、セミの大群が現れたというニュースがあったことが書かれていた。13年と17年は、素数である。素数とは1以外は、その数でしか割れない数のことである。例えば、1、2、3、5、7、11、13、17などのことである。今年は、この二つの周期のセミが、221年ぶりに、同じ年に大発生したことになるが、これも子孫を残すという大きな重要な可能性を、自然に身に付けているという意味を持つ。次の大発生は

仁生会理事長
細木秀美

221年後ということになるらしい。素数には、日本語では、不思議な力が見られ、俳句や川柳の575や、和歌の57577、童謡や唱歌の世界でも、75調は、テンポが良くて、歯切れが良くて、私たちの気持ちは入り込みやすい。しかも覚えやすくて、忘れにくい。どうしてだろうと不思議に感じる。国文学者でもない私には、到底理解できないが、本能的には、このような歌には、なじみが良くて、精神的にも気持ちが良く感じるし、味わいがあるように感じる。新聞の芸欄には、毎週、数限りない俳句や歌が、延々と投稿し続けられているし、しかもとどまることはない。日本語の、語彙の多さと感情表現の多様さにも一因があるかもしれないが、ある意味で、私は日本人として生まれてきて良かったと、つくづく感じている。

情報誌「じんせい」2024年11月号掲載

物悲しい秋に想う

今年の夏は、このほか暑かった。夜になつても、いつまでも寝室の温度が下がらず、ベッドの上には、竹の敷物を敷いて涼しいはずなのに、エアコン嫌いの私には、寝苦しい夜が続いた。高齢になったせいか、夜中のトイレに起きると、そのあとが眠れない。1時間ほど、悶々としていると、いつの間にか眠りについて、気が付ければ朝だ。寝室の窓を開けると、生暖かい風がそっと入ってくる。早く秋にならないかなあと、考えていたところ、ある日、秋が突然やって来る。

ある日を境に、窓から急に冷たい風が吹き込んできて、アツ、秋が来たと感じる。そう思って空を見上げると、力強く黙々と湧き上がっていった入道雲から、うろこ雲やすじ雲に代わって、夏には低く見えていた空が急に高くなったり気がしてきて、秋の到来を告げる。庭で、やか

ましく鳴いていた虫たちも、いつの間にか、消えてしまたし、庭に咲いていた花もいつの間にか消えた。いつも家内の声で起こされていたのに、いつまでも布団の中にいたい季節がやってきた。

秋が深まるごとに、この歳になっても、あちこちからお誘いが掛かってきて、出歩くことが増える。外来診療のほとんどは、若い先生方に任せているが、老人ホームや、いろいろの事業所の健康管理医など、主治医として患者さんを持っている先生方

が多忙で対応が難しい業務は、自然と私のような自由に時間を使えるものが担当する。若い頃には、何とも思っていなかった仕事が、少し重なると、やけに忙しく感じるようになってきた。八十路を超して、ますます、大した仕事量でもないので、予定が入ると、つくづくやけに忙しく感じて、歳だなあ・・・。

仁生会理事長
細木秀美

情報誌「じんせい」2024年12月号掲載

時事エッセー

おるき (いるよ)

数年前から、家内が突然ピアノのお稽古に通い出した。帰ってくると、自宅で電子ピアノで、ポロン、ポロンと、毎日、耳障りな音を聞く破目になった。ところが続けるとは不思議なもので、段々聴けるようになってきて、本物のピアノが弾いてみたいと言わ^{のたま}れ、ついに探し始めた。友人の奥様に、偶然、不要になったピアノを処分したいと言われる方を紹介していただき、無事入手できた。些少なお礼でも受け取っていただけず、友人の関係する、あるNPO法人に寄付することになった。それが、NPO法人「子どもシェルターおるき」であった。

「おるき」とは、土佐弁で「傍に居るからね」と言う意味だ。子どもたちが、虐待や、ネグレクト、非行、その他のいろいろの理由で居場所を無くしたときに、そっと手を差し伸べて、居場所を確保する団体だった。子どもたちの居場所を確保してあげて、子どもたちを守り、彼らの権利を擁護して、支援するネットワークを構築したいという集まりだった。現在、全国には同様の法人が22カ所あるが、四国では初めて

仁生会理事長
細木秀美

の取り組みだった。2023年に、NPO法人として認定されて、まだ活動が始まったばかりの団体だった。

高知県は、毎年死亡する人よりも、生まれる赤ちゃんの数が極端に少なくて、昨年は僅か3,860名だったと思う。昭和26年頃には、県内で21,000名もの赤ちゃんが誕生していたので、今は目を覆うばかりの凋落ぶりだ。生まれても、無事健康に育つとは限らない。途中で虐待などで家に帰れない子どもや、非行に走る子どもたちが身を寄せる逃げ場所を作つてあげて、成人になって社会に貢献してほしいなあと、切実に思う団体だ。役員には、県内の弁護士さんや小児科医、児童家庭支援センター長、心理士、行政書士、税理士等信頼できる方々が運営に当たっている。

これから日本、高知県の将来を考えるとき、ぜひ皆で活動を支援したいなあと考えました。参考までに、NPO法人「子どもシェルターおるき」の電話は080-6233-7974です。

情報誌「じんせい」2025年2月号掲載

時事エッセー

地域の医師の心構え

今から40年ほど前のことである。私が三愛病院の外来を担当していたとき、室戸の開業医の先生から、意識もうろうとしている高齢女性が送られてきた。しかも、その先生が救急車と一緒に乗つて来られた。忙しい先生に感謝したが、確かに意識もうろうとして、一見、精神科か脳外科に送ろうかと考えた。

しかし、良く観察すると、女性の頭髪は異常に薄く、眉毛の外側半分はなかった。心電図も徐脈だったし、体温も低かった。まだ、三愛病院に赴任されたばかりの中川治先生と二人で、この女性はきっと甲状腺機能低下症ではないかと診断して、鼻腔ゾンデで胃の中に甲状腺剤の粉末を流し込んでみた。翌日、女性はケロッとして、完全に正常の状態に戻つていて、診断に間違いなかったことに一安心した。

仁生会理事長
細木秀美

それから数ヶ月、女性の頭髪も伸びてきて、美容院でパーマをかけて美しい女性になって、喜んで室戸へ帰つて行った。思い出しても、懐かしい嬉しい症例であった。その時には、大

学での10年以上の研究生活の中で、内分泌学を専攻して来て本当に良かったと思ったことだった。

付いて来られた室戸の先生は、島田作先生といわれ、患者さんのために救急車に同乗して来られる人情味溢れるドクターで、周辺の皆様の信任が非常に厚く、本当の地域のかかつけ医として、大活躍されていた。

残念ながら、20年以上前に亡くなりになられたが、今でも、私は島田先生の住民に対する人間味溢れる接し方、忙しくても患者第一の考え方など、地域を預かる医師としての心構えを教えていただいた貴重な体験だった。

情報誌「じんせい」2025年3月号掲載

情報誌「じんせい」



2024(令和6)年4月号(No.448)～2025(令和7)年3月号(No.459)

毎月発行／発行部数 2,100部

ナウ・レツ・ビギン

2024(令和6)年4月～2025(令和7)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掲載しています。

2024年 仁生会10大ニュース

順位	じんせい 掲載号	施設	今年の主なニュース	得点
1	9月号	細木	細木病院グループ 5年ぶりよさこい祭り復活	887
2	9月号	細木	みんなの細木病院・CM動画完成	699
3	8月号	細木	在宅療養支援診療所「ほぞぎ診療所」開設	621
4	3月号	三愛	三愛病院栄養管理室が栄養関係功労者高知県知事表彰を受賞	473
5	6月号	細木	ドクターカー・ナースカー出動200件を迎えて	419
6	10月号	三愛	レスリング金メダリスト清岡幸太郎選手を地域で応援	404
7	6月号	細木	美容皮膚科オープン1周年	397
8	5月号	三愛	あうん高知坂本施設長就任挨拶	350
9	7月号	細木	「こえと嚥下のセンター」開設	334
10	1月号	細木	小児科に「らくらく来院前AI問診」導入	330

This image shows a double-page spread from a magazine. The left page features a large blue logo with a heart shape containing a smaller heart, followed by the stylized Japanese characters 'じんせい'. Below the logo is the text 'SOCIAL MEDICAL CORPORATION JINSEIKA' and '社会医療法人仁生会細木病院グループ情報誌'. The right page has a yellow header with the year '2024(令和6年)' and a large red number '6' with 'No.450' below it. The main headline on the right page reads '美容皮膚科オープン1周年!' (Beauty Dermatology Clinic Grand Opening 1st Anniversary!). Below the headline is a large photo of a woman in a white lab coat standing next to a medical machine. The text 'おかげさまで1周年!' (Thank you for 1 year!) is above the photo. A detailed description of the clinic's services and anniversary offers follows.

おかげさまで1周年！

細木病院 美容皮膚科は、6月1日にオープン1周年を迎えることになりました。開設の目的は、細木病院と三愛病院の多くの患者に協力いただきたいため、専門の看護師さんにも当院をご紹介してもらいたいのです。ありがとうございます。どうぞよろしくお願いいたします。

そこで、この機会を利用して、お問い合わせいただいた患者さんには、心よりお誕生日お祝いをします。

「総合病院から美容皮膚科」として、大手医療系サイドや地方では取り扱いをしたり、患者さんからも「他の美容皮膚科は知らないが、細木病院なら知っている」、「細木病院にある美容皮膚科だから安心」などのお声をいただき、改めて「細木クリニック」を実感していただけます。

初診の方を対象としているため、テレビCMや新聞折込チラシ、紹介クーポン配布、メニューを季節毎にポスターやHPで告知。毎月新しい美容メニューでメニュー化商品（ローション瓶・小病院店ご購入可）を紹介をするなど、P.R.にも力を入れています。おかげさまで、自由診療・保険診療どちら適したメニューを提案するスタイルや、高齢の方には珍しい医療用セシ昂座によるしわや脱毛治療が、口コミでも増えて待望の1回、土曜午前外来とスタッフ本格実現となりました。

1周年コースメニュー

皆様への感謝の意を表し、5つのメニューをご用意しました（予約期間：令和6年6月3日（月）～9月30日（月））。

1. しみ・毛穴・肌荒れ改善
フォトセラピー・毛穴・タクミンの導入 ¥22,000×3回
¥52,800（期間中料金改定）

2. たるみ・引き締め・小じわ
タイトニング 全額￥20,000×3回
¥45,000（期間中料金改定）

3. しわ・しみ・たるみ
セラムCA（ソノムD FP 312）部分 ¥19,250×3回
¥39,500（期間中料金改定）

4. 髪型脱毛
医療用脱毛 ¥22,000×3回
¥52,800（期間中料金改定）

5. わき脱毛（中学生・大学生・大学院生含む）
医療用わき脱毛 ¥8,000×3回
¥19,200（期間中料金改定）

※各メニュー保険適用外の料金構成。1回1位担当の料金（税込）。
まとめて購入されるごとに、よりお得な割引です。

当院が初めての方も、ご満足いただける内容となっております。その他のメニューもあり〼ので、公式ホームページをご覧の上、お気軽に問い合わせください。

今後の美容皮膚科

今後、さらに広く知りたいだけるようPRを展開し、症例写真を増やすなど、ホームページの充実を図りたいと思います。新たに、AGA（男性型禿毛症）の治療や、美容ボーラットサイトへの登録などを実施します。また、地域の皆様からのご依頼があつたことお前出席（当院在宅医療会）を通しておおむね健診に関する情報、重要性を理解してもらいたいと思います。

これから「お肌のカウチツアーズ」としてお忙に立てますよう、いつもよりスタッフの完実に取り組んでまいりますので、どうぞよろしくお願いいたします。

美容皮膚科担当医 三好みちよ

『じんせい 令和6年6月号』

№402

リレー・エッセー「ナウ・レッツ・ビギン」 Now, let's begin!

人生会の幹部が毎月リレー投稿しているエッセイです。

回顧録

年寄りが何か書こうとすると、自慢話になったり嘆悔録になたりするものなので、回顧録として述べてみたいと思う。我々の世代は、太平洋戦争の混乱を実体験したわけはないが、衛戍軍人が身近にいたし、進軍車のジークを見た記憶も鮮明にある。幼なじみの父親は、小学校2年生の頃に突如出現した、シベリアからの帰還兵であったらしい。

それからは、自分自身も大病もいたが怪しきなりに、それなりの小学生時代を送った。今思えど貧富な家庭であったが、もっと貧しい、かわいそうな友達がたくさんいて、自分がしんどいと思つたことは一度もなかつた。

当時は、他に遊ぶところもない。街角で日中ぶらぶらしてたらお巡りさんやそこらへんのおじさんに、なんで学校へ行かないんだと怒られるし、登校拒否もへったくれもなかつた。学校内の不満ないものなどはほんとなくなかつた。いくつもその借宿が立てきてくれたから思う。ヒーローは運動会のリレーの選手だつたり、適度の時に竿を手で捕まえることができる子などだつたりしたから、勉強ができるとしてもあまりもなかつた。中学・高校この二横向は続いた。学年の特徴といふよりは、社会の混茫さも影響していたのかもしれない。大学の経済学部に入った後、全然から集まってる連中の多士渾々谷ぶりに、半ば圧倒されながら、モラトリアムとカデカダンスを経験し、青春二期を経験していった。当時の私立大学の授

業料は、月1,000円であったが、奨学資金を正しく使うのは悪いなどとうそびいて、期日までに払つたことはあまりなかつた。中には、卒業してから一括払いをした先輩がいたりして、それこそ古き時代であったかも知れない。

思想的には、当時、左翼思想が若者の定番という、ファシズム的な思想でもあった。しかし、経済

クラスの社会思想も経済学も、歴史における一過程であるではないかとも感じ、これが正しいと信じるまでは至らなかつた。家で定、年を経るごとに、我々の世代に共通した生き方としてこれから右に腰をじしまし、現在はばかり右がかっている。

それは、実際に生活をしてみれば当然のことであろう。その後、医学部に入りましたし、またうとう(?)人生を皆さんのおかげで歩んできた。

最後に、弱体化していく。(私に合わせば減びつつある)日本に関して、これで生きる若者に伝えたいくことを述べておく。**①世界共通の正義などはない。**(各民族と各国家はその団結の利益にしたがって行動する) **②地政学上世界でも最も危険な状況にある日本が、最も政治に無関心であることをぜひ認識してほしい。** (そしてまたこの無関心が他国によってもたらされているという「かくらく」に気が付いてほしい) 最近フランスは戦時経済への転換を宣言したという。

(副院長・こころのセンター長 吉岡隆興)

⑥

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

□じんせい 令和6年7月号 □

No.403

ナウ・レッツ・ビギン「特別インタビュー」 細木今昔物語

細木病院に約50年勤務した准看護師が小児科にいる。そのジユード准看護師能恵さんが、この度、惜しまれながら勇退するにあたり、特別インタビューを企画した。インタビューには、戦友の外米看護師土井さんも加わり、進行役の秘書室福原さんとともに、女子会ながらの盛り上がりを見せた。

病院入職時

昭和40年代、私（能恵さん）は高知市内の中学校を卒業後、細木病院に入職しました。当時は、外来だけでなく、初代院長の細木高行先生と訪問診療に行くこともありました。基層生活で、食事は栄養課の病院食でした（細木院長邸でおみ込みで働いた時期もありました）。日中は病院で勤務し、夜間に看護学校に通い、資格を取得するため勉強に励みました。土井は大変でしたが、やりがいはありました。

小児科今昔

源田義文先生が壁を築いた細木病院の小児科に40年以上所属しました。当時の小児科では、予約制ではなく、先生1人で1日約100人のお子さんを診ていました。兜型や呼吸器も、現在のように使い捨てではなく、使用後は病院の窓口で煮沸して清潔にして再利用することができた時代でした。

一方、現在の小児科では、電話予約制を導入し、3診・2問診の体制で複数名の先生で診療を行い、随分効率も良くなりましたが、衛生面等、患者さんに配慮する点は増えたように思います。

細木病院の魅力

昔から、とにかくアットホームな病院です。先生も、看護師やスタッフのことをいつも気にかけてくれてい

て、親睦を目的とした、飲み会や小旅行も企画されました。細木高行初代院長の口調は「病院は、おまんら（スタッフ）がおてくれる、成り立つゅうがござ」でした。そのため、約50年、幸くて頑めたいと思ったら、院内で働きたいと思ったことは一度もありませんでした。

後輩看護師へメッセージ

看護師を続ける覚悟を持ち、我慢強く、柔軟に取り組んでほしいです。時間と気持ちに余裕のない現代のため、気にかけてくれる上司や同僚も、昔よりも少ないかもしれません、悩んだら遠慮せず相談してください。そして、相談された職員は、親身になって聞いててほしいです。

近年、看護の離職率は高いです。離職理由は、給料面、仕事内容などさまざまかもしれません、結果、一番は人間関係。コミュニケーションがうまくいけば、何とか続けられると思います。

今後について

退職後は、一旦ゆっくりする予定です。ですが、まだ元気で、看護師という仕事が大好きなので、院内から声が掛かったら、駆け付けるかもしれません（笑）。

生涯現役を貢献したいと思う彼女の目はイキイキと輝いている。約50年の看護師経験を活かし、今後は若手育成にも力を注いでいるらしい。ひとまずは、心から「お疲れさまでした」！

（人事総務部広報課 安田貴彦）

懐かしい資料をながめる能恵さん（左）と土井さん

⑥

「ナウ・レッツ・ビギン」のバックナンバー（No.321～）は、仁寿会のホームページをご覗いただけます。

□ じんせい 令和6年8月号 □

No.404

リレー・エッセー「ナウ・レッツ・ビギン」 Now, let's begin!

人生会の幹部が毎月リレー投稿しているエッセイです。

細木病院の「白衣の天使」

令和6年度、細木病院看護部は、4年ぶりにユニホームがリニューアルされました。新しいユニホームで気持ち新たに勤務をしています。「白衣の天使」といえば看護師というふうになると思います。

では、なぜ、白衣の天使と呼ばれるのでしょうか?

5月12日は「看護の日」。

この日はナインゲンの誕生日です。

世界的にも「国際看護師の日」と定められており、このことからもナインゲンの大さな功績を遺した人物と分り合います。

白衣の天使の由来もナインゲン

グループが出来て作っているよ

うです。ナインゲンが看

護をしていた時代(1850年

前後)には、看護婦は病

院で病人の世話をする單なる召使として見られ、専門

知識が必要ない職業と考えられていた時代でした。

母や姉に対する敵対的な扱いも、病院での看護看護士として勤めて、

その先矢張り半ば殺戮が起きました。

ナインゲン

は數千人の看護婦と同時に古代医療に貢献しました。

野戦医院では、1日に多くの傷病兵が倒れて、夜

通し看護を行いました。

ランブを手に見回すを行い、毎日毎日、

専心して病院の看護の裏に力を注ぎたのですから、

しかし兵士たちが「クリアミ」と同じく「白衣の天使」

と感謝するようになりました。

こうしたナインゲンの働きが歴史的功績として認められ、

やがて白衣の天使へと名前を変え、伝わったということを看護の歴史で教わったことを記憶

ユニホームと共に看護師のトレードマークであった「ナースキャップ」ですが、今では、ほとんど見かけることはなくなりました。

では、なぜ「ナースキャップが廃止されたのでしょうか?

看護師の象徴ともいえるものであった「ナースキャップ」には私自身、裁縫式でナースキャップを受けた時の感激は今まで記憶に残っています。裁縫式は、看護師の象徴であるナースキャップを鑑み、ナインゲンの看護師の心を受け継ぐために、手にしたロウソクに火刃(ともしび)をともし、看護の道へ邁進自らと河を深めるセレモニーです。

当院でも、約25年前にナースキャップを廃止しています。その理由は、ナースキャップがいろいろなことに触れると、ナースキャップに付着している細菌がどこかに付着してしまう可能性があります。看護婦が歩くごとに細菌がばらまかれることがあります。感染症問題があつた時に記憶しています。彼は、男性看護師がナースキャップを被ることは許されないので、女性のみにナースキャップの着用が認められるのは差別的であると看護課が訴びたことと、彼らにナースキャップの着用が当り難いことと、バングル式のユニホームが主流になり、ナースキャップとデザインが合くなかったことが一般的な理由だと指摘されています。憧れていたりナースキャップは「氣になら」ましたが、裁縫式での感激を忘れず、看護の道を進み続けようと思います。

(看護部長 間岡千佐子)

ナインゲン

新ユニホームを着用した看護部職員

(現在は、デザイン性、機能性が重視され、カラーも豊富に)

「ナウ・レッツ・ビギン」のバックナンバー(No.32)へは、仁生会のホームページをご覧いただけます。

□ じんせい 令和6年9月号 □

№405

リレー・エッセー「ナウ・レッツ・ビギン」

Now, let's begin!

に生む会の幹部が毎月リレー投稿しているエッセイです。

チームワークとチャンジ & チャレンジ

冒険や修復と聞いて、多少、ワクワク感を感じることはないでしょうか。

今から約1年前の2014年に英国のアーネスト・シャクルトン率いる探検隊が、初の南極大陸横断を目指し、出発した冒険について、少しお話をさせてもらいます。

シャクルトン率いる探検隊が南極大陸横断を目指したときは、別年になれば多くの多くの流れに行き手を失され、南極大陸にたどり着けないまま、孤立無援のままを終りました。しかし、一人の死者も出さずなく、全員が生還しています。

探検そのものは、完全な大失敗です。しかしながら、氷海に閉じ込められる希望の状況の中、1年半以上生き延びたことは、当時は奇跡的生還とされています。

乗組員は28名。そのメンバーは隊員、船長、航海士、機関士、甲板員、料理人、船工、生物学者、気象学者、地質学者、物理学者、画家、カメラマン、医師などの多彩な陣営で、隊員であるシャクルトンの見識の深さや視野の広さを反映しています。

绝望的状況下でも、自分たちの置かれた状況を分析し、可能性を創出します。そのような中、当時の記録からは、いつも深刻だった状況ではなかったようです。確かにそれではすぐに精神がまひしてしまいます。

束ねは生きていくための栄養に気を配り、食事を充てし工夫や氷水桶でのスポーツや歌などの遊びを取り入れ、傍から見ると至難な状況下でも、前向きな姿勢で、組織としてのチームワークを育てたようです。

私は、この隊員たち方が実践したこととは、病院での学術的多職種連携の見本であり、その極致であると思いました。

私も病院職員の一員として、組織の中で、自分たちの置かれた状況を分析し、考えながら、チャンジ・チャレンジの精神で進むべき道を歩めるように行動したいと考えた次第です。

(事務部長 中嶋光宏)

じんせい 令和6年10月号

No.406

リレー・エッセー「ナウ・レッツ・ビギン」

仁生会幹部が毎月リレー投稿しているエッセイです。

Now, let's begin!

あなたは「山登り」派？ それとも「山歩き」派？

「登山（山登り）」とは、山に登ることに楽しみを求める、**山頂に向かって登ることを体験目的とする**。それに対し、「山歩き」とは**特に山頂にはこだわらず、山の中を歩くことを目的とする**。ただし、結果的に行動の過程で山頂を通することもある。ということでお、私は自然の「山歩き」派。理由は後ほど。

良い機会なので、登山ブームについて少し調べてみた。日本では江戸時代以前、山は僧侶の対象として山岳信仰に基づいた登山を中心であった。

1874年、外国人登山3名が六甲山登山を行ったことに端を発した近畿の登山が始まる。1905年に「日本山岳会」が発足したが、当時はかなり本格的な登山が主で、まだなりにレジャーといった感覚ではなかった。

戰時中、食糧の供給が悪化したが、1956年日本山岳会を中心とするバーバーハイマラ^{8,000m}峰マヌル（標高8,163m、世界8位）頂を目指して成功させることができた。那須光太郎によると、翌年1次登山チームが始められた。大学では山岳部やワンドフォーダー部等が次々とで、健脚のリラマーリンも土曜午前中は起き、午後から電車に乗って山にかけ、日曜に山に登り下山して月曜から再び山にに戻るといった、ハードスケジュールで登山を楽しんだ。また一方では、軽装で自然を楽しむことを目的とした「レジャー登山」も徐々に増えていった。

1990年頃より、マイカー増加による山を中心とした第2次登山ブームが始まると、登山人口が増加。有名な「日本百名山」も経験することなく、本格登山よりもレジャー登山が普及していく。

2007年頃からはアウトドアファッションが人気となり、「山ガール」を代表した若者が登山をレジャーとして捉えてしまい出でて、第3次登山ブームが始まり、現在に至っている。

私が小学生のころ、両親に連れられ、両親の山仲

間パーティー数名で三嶽に登った。大人たちは大きなザックに重たい荷物いっぱい詰め込み、登山とは荷物がたくさんあるものだと少しつつ食頂。その後、大人たちは山頂ヒュッテまで歩いて登った鍋と酒で宴会を行っていたことを覚えている。あれから約40年。私は当時の娘よりも年上の年代となった。

平日は仕事で頭張り、週末はお山でフレッシュするといった「どうぞそこまでして」といった大人たちの感覚が、今ではとてもよく理解できるようにになら。

私は本格的な知識・技術・装備・体力を持つ登山家ではなく、ただの自然「山歩き愛好家」。草花を愛しながら、猿張って山道を歩きたが如きない山頂で豊かな緑色を眺め、さわやかな風を受けるながら食べるおにぎりと、熟々にしましたおいしいコーヒーを飲む！そして下山、温泉につかるに漏らし、山上にゴリゴリをいたなく、この日の出来事は、私が歩きを続ける大きな原動力となる。

今はビーグントイントの登山をするが、主は山頂だけでなく、それに付随する楽しみも含めて山とこれまでいるところで、私は断然「山歩き」派だと思っている。

お山を歩くだけでもリフレッシュや良い運動。あなたも近くのお山から「山歩き」始めてみませんか？

四国屋根、三重屋根のヒュッテ

山頂で楽しむコーヒー

(人事総務部長 関尾 四)

※「ナウ・レッツ・ビギン」2024年11月号休載

じんせい

安藤 隆 細木病院 化学療法・緩和ケア科部長
SOCIAL MEDICAL CORPORATION JINSEIKAI 社会医療法人仁生会細木病院グループ情報誌

2024(令和6)年
12 No.456

診断の精度及び質の向上のために CPC(症例検討会)開催

CPC(症例検討会)とは
CPCはClinico-pathological conferenceの略語で、複数の臨床科の医師と病理医が合同で行う症例検討会です。患者さんが死んでされた際に、ご遺族の承諾を得て病理解剖が行われた症例が対象となるCPCが、別称CPCです。検討会の流れとしては、最初に臨床科の担当医師が主張や既往歴、現病歲、入院時検査、画像などを説明します。その後病理医が死因を明確にして説明を行います。問題点や鑑別診断などについて意見交換や討論を行った後、問題となる病態や臨床診断をもう一度確認します。次に病理医より、病理切削で判明した診断結果の説明が行われます。さらにその後、診断に至るプロセスが合理的であるか、治療方針が適切であったか、画像や検査所見は合致しているか、矛盾点などがないかなどを全員で議論します。

専門機関外にも、併合症や複雑な病変を踏まえて、生前に把握しきれなかった変化や、死因に直結する病変をより明確にでき、検討することで、正確な診断に近づくことが可能となります。

細木病院CPC
この度当院にて、令和6年8月27日に第1回、9月24日に第2回、10月29日に第3回のCPCが、新館地下1階 商業施設にて開催されました。いずれも活発な議論がなされました。当院は高知県の基幹医療研修病院の一つであり、臨床医として初期臨床研修医、若手医師が主治医とともに担当し発表いたしました。CPCは疾患や病態について、患者さんからより深く多くのことを学ばせていただく機会であり、この経験を今後の診療に生かし、診療の精度向上や医療の質の向上につなげていく所存です。

最後になりましたが、開催にあたりご協力してくださった多くの関係者の方々へ、心より感謝申し上げます。
(臨床研修プログラム責任者 熊谷千鶴)

症例発表に耳を傾ける医師たち

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・レツ・ビギン」2024年12月号休載

じんせい

安藤 隆 細木病院 化学療法・緩和ケア科部長
SOCIAL MEDICAL CORPORATION JINSEIKAI 社会医療法人仁生会細木病院グループ情報誌

2025(令和7)年
1 No.457

年頭所感 2025

社会医療法人仁生会
細木病院グループ
理事長 細木 秀美

佐佐市鳴川の朝焼け（撮影：佐佐市民病院 副院長 板原隆）

「大災害への心構え」

明けましておめでとうございます。今年は、令和7年ですね。実は私は年男なのです。昨年の正月には、前登地方の大雪地図と航空機の飛行空域を確認して、お正月どころではありませんでしたね。昨年、南海トラフの大震災の発生が近いと警報が鳴らされ始めてからになります。私の母校である京都大学元総長、尾崎と先生には、「もう十数年すると、大地震の発生率が上がる」と言はれておりました。大地震の発生率が上がると同時に、赤坂では一人の死者もなかったとの記録があり、今と一様で、地震では、ますますの安全を確保して、安全な場所に逃げることが第一です。今と見て木造家屋がほとんどで、被と障子であつたう間に想えてしまう昔の時代です。火事か一番の心配でした。1667(寛文8)年、1693(天保3)年、1727(享保12)年、1805(文化2)年には天守閣天守台の白鳳丸大震災が土蔵の国で発生し、土地の大きな船の記録が残っています。実は、社会医療法人仁生会の創立65周年記念市民公開講座の講師に、佐藤謙の先生が主な内閣官房をお招きし、佐藤謙の記録に残る大地震の貴重な話を聞きながらお聞きすることができます。普段からやることは、「危険、雷、火事、親父」と書かれております。日本書紀に16巻には大震災が記され、10巻には天守閣天守台の白鳳丸大震災が土蔵の国で発生し、土地の大きな船の記録が残っています。実は、社会医療法人仁生会の創立65周年記念市民公開講座の講師に、佐藤謙の先生が主な内閣官房をお招きし、佐藤謙の記録に残る大地震の貴重な話を聞きながらお聞きすることができます。普段からやることは、「危険、雷、火事、親父」と書かれておりますが、親父の記録はもうとくになくなっている上位負けております。彼によりますと、江戸時代には、今の天神橋しか許されていませんでした。だから、大神通りの之前が今も残っております。このように、昔の記録を紐解くと、現代でもどうすれば災害を防ぐことができるかを考える壁になるのではないかでしょうか。今年は、大震災時の昔からの記録を紐解いて、今から防災の教訓とその後の備えの大切さについて考査する年にしたいなと考えております。皆さんの1年間が幸多ごとと笑顔と幸せに包まれるように、心から祈念申し上げます。

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7年1月号

No.407 リレー・エッセー「ナウ・レツ・ビギン」 Now, let's begin!

細木病院コンシェルジュ
～よろず相談所＆ほおちよけん相談窓口～

おもてなし
案内人

細木病院の新たな取り組みとして、本館受付前にコンシェルジュが立ち、来院者のさまざまな悩みや要望に対応しております。今朝はコンシェルジュの一人で発案者の、廣井副院長兼在宅部長に思いを語っていただきました。

11月18日から、細木病院の入り口に立ち始めて、いろいろな側面から、病院を見ることがでています。院内掲示物の更新、空調などの環境整備はもちろんのこと、窓枠対応や職員の接遇など、改善できることは、迅速に対応しています。高知市のお説を受けた「おもてなし相談窓口」も兼ねており、地域の団体との相談を受けて、関係機関へつなぐ役割も果たすようにしています。いろいろな事柄に対して、走り回りながらも、常に親切に応対している医事課の職員、お手本になるくらいの挨拶をしながら丁寧に清掃をする看護会の清掃員、そして患者さんや家族の方々、来院の方々、病院入口では、たくさんの人々が交差しながら、時が過ぎています。さまざまな感染症の方々も現在している病院でマスクをつけて、来られる人に対して、強制はできませんが、「マスクの着用にご協力をお願いします」と頭を下げて呼びかけています。しかし、その職員に対し、怒号でお返事される方が、どうしてもおひびいています。恐喝されても、患者さんのため、職員のために頭を下げている職員が居ることを、忘れないでください。「この病院でよかった」と、その瞬間にここにいるみんなが思ってもらえるように、寄り添って対応で、つながっていけば幸いです。何かに困ったら、コンシェルジュ相談窓口へどうぞ。（平日の月曜～金曜日、10時から16時まで対応しています。）（副院長 兼 在宅部長 廣井三紀）

「ナウ・レツ・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。

The image consists of two parts. The left side shows the full front page of a Japanese newspaper. The right side is a close-up of a QR code with the text "情報誌「じんせい」のバッケンナーは、仁生会のホームページでご覧いただけます。" (Information about 'jinsei' can be found on the homepage of Ninko-ka) printed below it.

□ じんせい 令和7年2月号 □

No.408

リレー・エッセー「ナウ・レッツ・ビギン」

Now, let's begin!

『生会の幹部が毎月リリー投票してエッセイです。』

今すぐ止めよう!! タバコ

タバコの販売入りより、タバコによる医療費の方が高いといつて、随分時間がたきました。昨年の総病院の職員健診率は、令和5年、男性 28.3%、女性 17.4%、全体で 17.4%でした。

高知県は、男性 28.6%、女性 7.4%でした。細木病院は、病院なのに少し高いです。2020年日本の本では、男性 24.8%、女性 14.8%と、最近は悪くなっています。2023年、世界で一番規制の厳しい国は、男性でインディシア 71.2%、女性でナラフ 48.5%です。仏教徒ブータン王室は禁煙国家で、9%。韓国を自指さずケーティーン 5.9%、米国も同じです。日本は初めてタバコを吸った人物です？記憶にあらわれるのは俄羅帝国です。1601年スペインのフランシスコの道士の土産でした。タバコは、16-17世紀ヨーロッパ人の種子絶滅がきっかけでヨーロッパから日本に伝えられました。さあ、ここから始めてです。

タバコは嗜好品ではありません。毒物です。そのため、禁煙には、保護者が通じなければ、他の立派な1本に200回以上の有害物質を吸み込む約60種類以上が危険性を有する、この中の約3種類が肺腫瘍、喉頭癌、舌癌、タール、一酸化炭素、癌のダイオキシンも含まれています。タバコは「運送型サリソ」とも呼ばれてています。主流煙を1とした場合、副流煙には、ニニチム、タールは3倍、一酸化炭素は5倍、ニッケル30倍、カドミウム7倍です。一日も早く禁煙しましょう。

吸う続けると……

○心筋梗塞、脳梗塞等を起こします。肺気腫にもなり、肺に入った空気が抜けにくくなり、息が

苦しくなり、何時も酸素を吸う羽になります

○口や喉のがんの発生率が、非喫煙者に比べ3倍。喉頭癌に至っては、何と 32.5 倍です。

○子どもの誤飲第1位は、タバコ。

子どもは1本、大人は3本飲み込むと死ぬといわれています。

○美容の大敵、しわの原因です。

1本のタバコで、身体中のビタミン C が 2.5mg、1日の必要な量の約半分が不足になります。

○禁煙が、現時点でも、最も効果的なのが禁煙法です。

仮に復習がかかる場合は、日本で毎年、がん患者約1万人を減らせるといわれています。

○6 費間で、1タバコを吸うと、部屋にいる全員に飛び及びます。

○さあ、今からすぐ、禁煙のスタートです。一人ではどう? 万葉精神闘争に相談ください。

○どうしても禁煙できない方は、多分止められません。しかし、どうか、周りの人への被害には、ご配慮ください。タバコを吸った後も、約40分間、周囲に有害物質が出てきます。

○おひる、暑い日系、歯周病などとして、禁煙された方がいます。

○電子タバコはまだ分からぬ物質があるかも知れません。アメリカは、禁止です。

○禁煙して5年も経つと免疫力は、非喫煙者と変わらなくなります。

禁煙はご自分、家族、そして全ての人々への愛の証です。

(『生会本部長 細木廣子』)

⑥

「ナウ・レッツ・ビギン」のバックナンバー(No.621~)は、『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」2025年3月号休載

新聞・テレビ広告等

2024(令和6)年4月～2025(令和7)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

2024年4月～2025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（2018年6月～2025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」

C. 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



D. ホームページ等

(1) 細木病院CM動画 (2024年7月完成)



動画視聴は
こちらから→



社会医療法人 仁生会
細木病院
〒780-8535 高知市大脳町37
TEL088-822-7211

細木病院
CM動画は
こちらから→

(2) 高知市役所コミュニケーション広告
(2024年4月～放映)



(3) 美容皮膚科CM動画
(2024年6月～放映)



仁生会年報編集委員

皆様のおかげで、「社会医療法人仁生会年報2024(令和6)年度 第26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
(細木病院 院長／仁生会本部 副理事長)
(仁生会年報編集委員会 相談役)



中村 寿宏
(三愛病院 院長)
(仁生会年報編集委員会 相談役)



宮地 耕一郎
(仁生会本部 事務局長)



篠原 雅幸
(細木病院 診療部 内科 副科長)



堀田 美幸
(細木病院 看護部 こころ外来師長)



宮川 美和
(細木病院 看護部 手術室・中央材料滅菌室)



伊藤 敬子
(細木病院 医療技術部 臨床検査室)



藤田 いろは
(細木病院 在宅部 通所リハビリテーション ゆうゆう)



岡林 奈穂
(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)



山崎 由香里
(細木病院 事務部 人事総務課)



小野 佳奈
(ほそぎ診療所 事務)



嶋本 くるみ
(三愛病院 医療技術部門 リハビリテーション課 理学療法室 主任)



高橋 純子
(三愛病院 あうん高知 入所 クラーケ)



前野 杏采
(三愛病院 事務部 総務課)



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
(仁生会本部 人事総務部／細木病院 事務部 人事総務課／細木病院 図書室司書兼務)

2025年12月1日現在

仁生会年報2024 令和6年度 第26号 2024年度 (2024.4.1～2025.3.31)

発行 2025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