

仁生クラブ

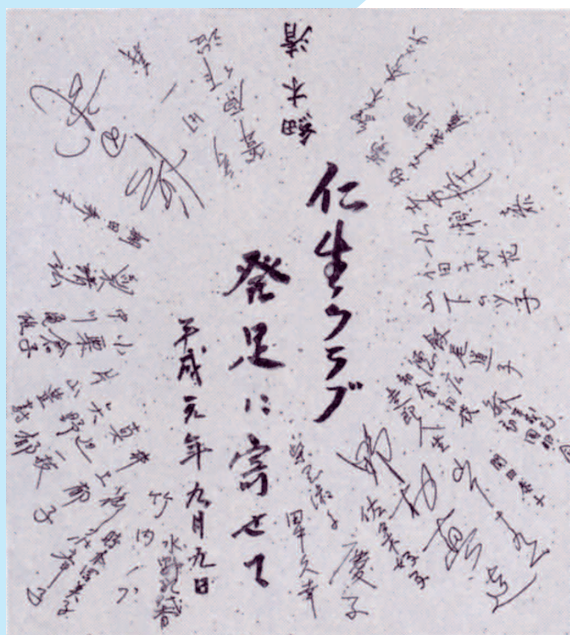
社会医療法人仁生会、 細木病院グループのOB会「仁生クラブ」の歴史と報告

社会医療法人仁生会 理事長 細木秀美

昭和61年6月25日に医療法人仁生会の創立者の、私の父が急逝し、私が、理事長を引き受けざるを得なくなりました。それ迄、ずっと三愛病院の院長として、父を補佐していたが、大勢の細木病院のスタッフについては何も知らなかった。細木病院の院長になった当時は、現場を何も知らないの、流石に困窮し、まずは、同じ職場で働く仲間を覚えていくことから始まった。院内には、総婦長を柱にした婦長会が存在するのみで、今の医局会や経営会議、運営会議等の会議は全く無かった。少しずつ、会議を増やしていったが、意志の伝達方法が、殆ど無くて、全てが院長のワンマン体制だったので、それを打破する事に苦勞した。平成の時代に入って、元年、社会医療法人仁生会の現在のマークと共に、仁生会憲章を作成した。

そして、細木病院、三愛病院、土佐看護学院の多くの職員に支えられている事に感謝し、定年後の先輩の方々に、医療法人仁生会を支えて戴き、御忠告戴ける組織を作りたいと考えたのが、仁生会のOB会である「仁生クラブ」のルーツです。初代のOB会長は、山下ムツ子前総婦長でした。2代目は、森、隆事務長、3代目が芦原作治元名誉副院長で、4代目が現在の会長の浜田義文前名誉副院長が務めて戴いております。初回の会合は、平成元年9月9日に、当時、播磨屋橋の交差点の北西の角にあった高知国際ホテル（今のホテル西鉄イン）に、会員29名と社会医療法人仁生会の幹部等、50名余りが集まって、設立総会と共に和やかな懇親会を開催しました。今から37年も前の事です。司会は、関田泰子さん、議長は野村真造さんでした。その後、毎年9月9日に、開催され、30回以上続いておりましたが、一昨年、昨年と新型コロナ蔓延で、やむなく中止が続いております。一日も早く、新型コロナが収束し、懐かしいOBの方々に御目に掛かれる日を、心から祈っております。

令和4年3月31日現在の、会員数は86名ですが、長く社会医療法人仁生会にお勤めだった皆様には是非、入会戴き、後輩たちを叱咤激励して戴きたいと思っております。設立時の総会で、OBの皆様が、平成元年に書かれた寄せ書きを、載せておきます。



「仁生クラブ」発足時の寄せ書き

(1) 会員数 86名(令和4年3月31日現在)

(2) 役員一覧(任期:令和3年9月1日~令和5年8月31日)

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



「第31回仁生クラブ総会」参加メンバー

(3) 歴代会長

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

時事エッセー

情報誌「じんせい」掲載

令和3年4月～令和4年3月

日本一の長寿県は？



仁生会理事長
細木 秀美

全国の都道府県で一番長寿はどこの県か調べてみた。男性は滋賀県で81.78歳、女性は長野県で87.67歳だった。長野県は、男性でもなんと2位である。要因

として、高齢になっても就職率が高いことで、生きがいのある暮らし、健康に対する意識の高さ、県民減塩運動など、県が健康増進策を取っているかららしい。農協病院の総本山でもある佐久総合病院が県民の健康増進に昔から力を注いできたことも大きく関わっていると思うが。

反して、以前、アメリカの有名な雑誌「TIME」の健康長寿の特集号にも載って、世界的にも長寿といわれてた沖縄県が、今はそれほど長寿ではなくなって、女性は7位と上位だが、男性は36位まで下がっている。今の沖縄県の現状は、米軍基地のアメリカ軍人の影響からか、暮らしが欧米化したことと、車の普及で運動不足になっているからかなあ

と思う。一番人口の多い首都、東京が、男性は11位、女性は15位と健闘している。高知で住んでいると、少し遠くなると、すぐにタクシーを使うが、東京では公共交通機関が発達しているためか、駅から目指す場所まで歩くことをいとわない人が結構多いのが、運動不足にならない利点でもあるのだろう。また、大学病院や有名な総合病院が多くて、医療が充実していることも要因の一つなのかなあと考える。

我が高知県は、男性は37位、女性は26位である。しかも、人口減少が続いて高齢化が著しい。年間の飲酒量は全国有数で、加えて運動不足もあり、そのため肥満の方も多い。健診を受ける県民の割合も全国で下位である。高知県は、以前から健康長寿県構想をうたっているが、新型コロナ蔓延の今は、3密を避けて、ステイホームしていると、嫌でも運動不足や飲酒量が増えて、過食になって肥満になりそうで、くれぐれも気を付けなければならぬ。

情報誌「じんせい」令和3年4月号掲載

夫婦のトリセツ



仁生会理事長
細木 秀美

私は、家内と結婚して半世紀以上、55年になる。やっと最近になって、2人が阿吽の呼吸で過ごすことができ始めた。2人である方が、精神的にも安心して過ごせる気がしている。振り返ってみると、一緒に

生活が、よく長く続けられたなあと家内に感謝している自分がある。結婚生活は、ごく最近になって、お互いの気配りと忍耐が必要だなあと思い始めた。NHKのテレビ番組「鶴瓶の家族に乾杯」で、オーストラリア人の現地の老夫婦が、夫婦の円満の秘訣は「忍耐」と、2人が同時に言ったことが耳から離れない。

先日、黒川伊保子さんの「妻のトリセツ」、「夫のトリセツ」を読んだ。「トリセツ」とは、取り扱い説明書のことである。男女は、自分がない性格を求めるものらしく、お互いに、

行動が正反対になるように定められているらしい。何かあったときに、ゆっくり気持ち聞いてほしい女性と、素早く問題解決したい男性では、当然、反応が違う。結婚当初は「あばたもえくぼ」で、何でもかわいいと思う恋の魔法の中にいる。しかし、やがて正気に戻る時がくる。妊娠、出産、育児時期の女性は強くなってしまって、夫どころではなくなる。夫も、すっかり変わった妻に傷つく。人間でも、動物としては、子孫を多く残したい衝動があり、1人の相手を愛し抜くようには作られていないらしい。脳学者の黒川さんから見れば、本能に逆らいながら、夫婦という船を沈ませずに航海させなくてはならない。人生の安寧を願うには、「この人と最後まで」と、どこかで決めなければならないということになるようだ。私も歳を重ねるに従って、そう思い始めた。子どもも独り立ちして巣立てば、もう、家内以外は、誰も頼りになる人は、この世にいない。

情報誌「じんせい」令和3年5月号掲載

時 事
エッセー

父の趣味



仁生会理事長
細木 秀美

先日、高知鷹城ライオンズクラブから、50年以上前の昭和46年（1971年）に父が書いた随筆を頂戴した。題名は「国魚」だった。国技は相撲、国花は桜など、日本を代表するものには、国が付けられている。

国魚とは、錦鯉のことである。代表的な産地は新潟県だとされているが、今は国際的になって、相当、高価な魚になっている。父は多趣味だったので、若い頃は、クラシック音楽の鑑賞で、たくさんのレコード盤を持っていたが、今でも納戸を探すと、きっと出て来るだろう。戦後、ビルマから復員した後、車、カメラ、熱帯魚、そして、高齢になって辿り着いたのが錦鯉だった。冬の間は、新潟県小地谷の大きな養殖場へ、毎年、高知空港から飛行機で送り込んで、越冬させて大きくし、温かくなると、高知へ返して、エビのような大きなオキアミを食べさせて、きれいな赤色に色揚げをして、品評会に出していた。

父が亡くなる直前の昭和61年5月8日、イギリスのダイアナ妃が来日した時、随行李

て来た記者が、日本の国魚である錦鯉の取材に、父のところまでやって来たことがあった。今、細木病院で歯科診療をしている娘が、まだ中学1年生になったばかりのことだった。病院で仕事している私に、「大変、大きな外国人が来て、家に上がってもらってお茶出してるから、早く帰って来て」と電話があり、急いで帰宅した。はるばる取材に来たのに会ってくれないと娘が言うので父に電話すると、「俺は外国人は嫌いだ」と、はなから拒否された。誰か通訳がいれば会うと言うので、ちょうど、その時、アメリカから帰国していた従弟に通訳をお願いして、事なきを得た。父の写真が、多分、イギリスの雑誌に載ったことだろう。その写真は、父の逝去時の追悼文集「人を愛して、鯉を愛して」の中の1ページを飾っている。

懐かしい昔を思い出した。半面教師で、私は、無趣味だが…。



情報誌「じんせい」令和3年6月号掲載

※令和3年7月号休載

時 事
エッセー

ひもじい時代



仁生会理事長
細木 秀美

今年も終戦記念日を迎えた。先日、友人が来て、孫たちの前で、75年前の敗戦直後、日本中、焼け野原で何も無い時代のことを話してくれた。高知も例外ではなかった。食べる物

も、着る物も遊ぶ玩具も何もかもなかった時代のこと、孫たちは、初めて聞くことばかりだったと思う。

昭和22年春、小学校入学時は、級友が皆、運動靴がなく、下駄を履き、女の子は全員モンペ姿だった。終戦直後で、まだ給食もなく、お弁当を持って来ても、ほとんどが、麦飯にお芋の入ったもので、おかずはたくわんのみだった。しかも、持って来れる友人は幸せで、クラスの何人かは弁当なしで、昼休みになると、食べている友人を見るのがつらいので、水道の水をお腹一杯飲んで、運動場で遊んでいた。この頃は、日本中が、いつも「ひもじい思い」をしながらかつらしていた気がする。

「ひもじい」とは、土佐の方言だとばかり思っていたが、調べてみると、昔の宮廷の言葉らしくて、江戸時代になると、一般庶民の中でも使う言葉になったらしい。幸せなことに、父が戦後、九死に一生を得て、五体満足でビルマ戦線から帰国したことで、父の留守の間、私たち兄弟に「ひもじい」思いをさせなかった母と祖父母のおかげだと、とても感謝している。遊び疲れた夕暮れになると、秋には、軒先に出した七輪で秋刀魚を焼くおいしそうなにおいが、路地に漂い、それにつられて、家に帰った思い出がある。今のような、エアコンで365日、自由に温度を調節できるなんて、夢のまた夢の時代だった。冬は、しもやけとあかぎれ、夏は水虫で困った。しかし、「不自由を常と思えば、不足なし」という徳川家康の家訓を実践し、謳歌した時代だと思う。

昔は、「ひもじい時代」だったと話すと、今の若い人に、ヒモになった爺さんのことかと言われて、アッと驚いたが…。

情報誌「じんせい」令和3年8月号掲載

時 事
エッセー

青山信彦先生の足跡



仁生会理事長
細木 秀美

先日、瀬戸内海のハンセン病療養施設の医師が、かつて細木病院の副院長だった青山信彦先生の足跡を訪ねて、来訪された。

青山先生は、昭和12年から、ハンセン病療養施設「大島青松園」に勤務された後、昭和26年、高知県の医官となって、県の医療行政の傍ら、ハンセン病患者さんの発見にも尽力された。定年退職後、私の父の招聘によって、昭和46年から、細木病院副院長として、精神神経科にお勤めになられた。先生の足跡を調べようとしたが、半世紀以上も昔のことなので、人事部には、その頃の資料は、すでになかった。しかし、当時、父が発行していた院内報「飛翔」No3（昭和55年5月発行）の中に、青山先生が寄稿した「ナンバーのない車」が見つかった。「大島青松園」で、700名を超す患者さんが、偏見と差別の中、隔離され、悲嘆

と絶望に喘いでいた頃の話である。細木病院に赴任後、鷹城ライオンズクラブの昭和55年度会長として、大島青松園に患者さんの移動のための車を贈っておられた。島内のかなり距離のある住居区と治療棟や病室を結ぶ交通手段として重宝されたことは目に見えている。また、先生は、「飛翔」No6（昭和56年8月発行）にも、大島青松園の自治会誌「閉ざされた島の昭和史」を紐解き、「人間復帰」を叫んで、命の火を燃やし続けた島の患者さんの叫びを生々しく書き残していた。「舌読」「咽喉切り三年」「室入り、すじ切り」など、考えられないほどの悲惨な現状が載っていた。

近年になって、やっと日本政府が、今まで踏みこまれて来た患者さんたちに対して、心からの謝罪の態度を見せたことに納得させられるが、遅すぎる感がある。これからも将来にわたって、このような疾患による長期にわたる偏見と差別が起こらない施政が肝要でなかろうかと、コロナ禍の今、つくづく考えられた。

情報誌「じんせい」令和3年9月号掲載

時 事
エッセー

樹木葬



仁生会理事長
細木 秀美

田中角栄批判で有名な立花隆さんが亡くなった。ものすごい数の有名な彼の書物には驚かされるが、正直、数冊しか私は読んでいない。しかし、文芸春秋の巻頭に書いていた、彼の

随筆を、毎月、楽しみにしていた私は、ショックを受け落胆した。あれだけ、毎月、興味のある話題を提供していただいたことに感謝したい。彼の業績は、万人に知るところであるが、日経新聞の春秋によると、彼は生前に「自然の循環の中に入りたい」と、樹木葬を希望されていたらしい。

我が国の墓は、埋葬の方法によって、大きく分けられている。多くが、①従来から墓に遺骨を納める。②永代供養をお寺さんに依頼する。③納骨堂に納め、供養する。④散骨する。これは、広く海に散骨したり、空から散

骨したりする。昨今は、宇宙葬まで出現している。または、⑤自宅に遺骨を保存する。高温で焼くことによって、宝石に加工して身近に置いておく。・・・などが見られる。

私の先祖の墓も、数百年も昔から、日高村の小村神社裏手の小山の頂上付近にあり、毎年墓参りには出掛けるが、先祖へのお祭りであり、肉親だという実感は少ない。樹木葬だと、ほとんどの樹は、数百年間は枯れないで成長し続ける。樹の傍に小さくてもいいから、「ここに眠る」と書いておけば、私を知っている子や孫、曾孫ぐらいいは、お参りしてくれることを期待したいが、それ以上は、単なる先祖まいりに過ぎないので、何の感傷もないだろうし、ただのお参りに過ぎなくなる。そうなると、むしろ、お墓の名前が残るよりも、この樹の下が先祖の誰々かも？と言われる方が、自然に帰れて好都合かなと、立花隆さんの死後の律し方を聞いて、同年齢の私ならどうするかなあと、つくづく考えた。

情報誌「じんせい」令和3年10月号掲載

時事
エッセー

感謝のお彼岸



仁生会理事長
細木 秀美

今年の秋のお彼岸の中日に、家内と一緒に、朝から先祖の墓地を巡った。まずは、代々、神官職であった、日高村の小村神社（千本杉の神社として有名）の東隣にある小高い山の頂

上付近に、江戸時代からの20個ほどの、こじんまりした墓が、木々の木漏れ陽に囲まれて立っている。そこへ参って、帰りに、小村神社にも参詣して高知市へ戻り、私の曾祖父母、祖父母、父母の眠る小高坂山の頂上付近に登った。

さて、掃除をしようとしたところ、私の父母の墓に、栓を開けた缶ビールが2個並べておいてあった。驚いたが、開栓したばかりのビールだったので、私たちよりも早く誰かがお参りしてくれたのだろう。誰だろうかと考えてみたが、思い当たる節が全くない。父が逝去して、もう35年以上もの長い月日がたっているのに、誰か昔の職員が来てくれたのかなあと、急に感謝の気持ちで胸がいっぱい

になった。そう言えば、今までも時々、父の墓には、缶ビールが供えてあることがあった。帰宅して、周囲の人に聞いてみたが分からなかったし、病院で、長く勤めている人に聞いても、皆目、見当がつかなかった。

お彼岸とは、仏教で、先祖を敬い、亡くなった人々を偲ぶ日で、六波羅蜜を實踐する日とされている。六個の波羅蜜とは、①布施：他人に惜しみなく与える。②自戒：身を慎み、他人に迷惑をかけない。③忍辱：災いに耐える。④精進：誠心誠意、努力する。⑤弾正：常に静かな心を持つ。⑥智慧：怒りや愚痴にとらわれず、物事の真理を見極める。この6つの教えの實踐であるが、なかなかできるものではない。愚かな私には、實踐したくてもできないことで、日々、この年になっても、煩惱に苦しめられる日常ばかりだと思って……。しかし、今年のお彼岸には、感謝の心がいっぱいになって、身が引き締まったお墓参りの中日となり、父のお参りに来ていただいた方に、心からお礼を言いたいと思います。本当にありがとうございました。

情報誌「じんせい」令和3年11月号掲載

時事
エッセー

秋はサンマ



仁生会理事長
細木 秀美

今年は、いつまでも暑くて、いつ秋が来るのだろうかと思っていたが、ある日、あっという間に、秋の気持ちいい涼しい風が吹き始めた。

日本人の秋の食卓には、何ととっても、一番はサンマの塩焼きである。有名な落語「目黒の秋刀魚」でも、お殿様が「やっぱり、秋刀魚は目黒に限る」と言ったように、秋になって食べたい食べ物の筆頭は、焼き立てのおいしいそうな脂の焼ける匂いと、香ばしい香りを周囲にもお裾分けする、サンマの塩焼きである。子どもの頃、近所でサンマを七輪で焼いていると近所中がいい匂いが漂ったものだ。サンマは、古い書物では「青申魚」、江戸時代は「三摩」、夏目漱石の「吾輩は猫である」では、「三馬」とも書かれているらしい。今は秋刀魚である。

サンマには胃袋がなく、「無胃魚」と呼ば

れる仲間で、日中に食べたプラントンは、夜間の漁の時は消化されていて、胃には何も入っていないので、サンマの内臓は苦みがなくておいしいようだ。サンマ1本の中には、100g当たり、脂質が26gもあるし、カロリーも287カロリーで、鮪のトロと同格だ。脂質でも、脳の活性化に関与するDHA（ドコサヘキサエン酸）と、コレステロールや中性脂肪を減少させ、血流を促進させるEPA（エイコサペンタンエン酸）が多く含まれている。眼や皮膚の粘膜の強化作用のあるビタミンAや、ビタミンB12、鉄分やカルシウムも多く含まれている。

昔から、日本人には親しみのあるサンマではあるが、最近では、原因不明だが、不漁が続いて漁業関係者を困らせているが、ドンドン価格が高騰して、庶民の口には入りにくくなってくと困るなあ。一日でも早く、日本近海の漁場が昔のように復活して、早く多くの皆さんの食卓にのぼるようになってほしいものだ。

情報誌「じんせい」令和3年12月号掲載

時
事
エッセー

親友の訃報



仁生会理事長
細木 秀美

ある日の夜、寝ているところへ電話が鳴った。家内が出て、「あなたに電話よ」と起こされた。まったく覚えのない女性から、「兄がブラジルで亡くなりました」と電話口で教えられ、初

めて、中学高校時代の同期の親友の妹さんからの電話と気づいた。大学を卒業した彼は、日本でも指折りの大きな造船工場で、10万トン以上の巨大なタンカーの設計技師として活躍していたが、次第に日本の造船が下火になって、一大決心をしてブラジルへ渡り、遂には帰化までしてしまっ、彼の地の造船会社で、日本にいた時と同じように、タンカーの設計に従事して暮らしていたのだ。娘も息子もいるが、皆、日本語は話せず、ポルトガル語だ。高校卒業後は、お互いに違う職域だったので、休みに会うぐらいの付き合いだった。昨今は、知らない間に音信不通になっていた。

中学高校時代は、学校にグライダー部を作り、空に憧れた青春時代を共に楽しんだ仲間の一人だった。彼は、大学に入ってから、ソアラに乗ったりして、空を楽しんでいた。ブラジルでご家族と共に元気で暮らしているとばかり思っていたが、ブラジルも今、新型コロナウイルスが蔓延して大変な時期で、彼も新型コロナウイルスによる肺炎で逝去されたらしい。

青春時代の大親友でも、80歳を超すと、次第に疎遠になってしまっ、彼の地で、いつまでも元気で暮らしているとばかり思い込んでいた自分に気づいた。いつの間にか、友人が一人、また一人と、鬼籍に入っていく。そう思っ、昔の親友に、突然、電話やメールで「元気か」と声を掛けるのも、「オイ、どうした?」と不思議がられる気がして、その勇気も出ない。しかし、何となく、昔の話をする時間を持ちたいなあと感じることが多くなってきた昨今である。

情報誌「じんせい」令和4年2月号掲載

時
事
エッセー

秋田音頭の替え歌



仁生会理事長
細木 秀美

ある日、パソコンを開いたら、秋田県の公衆衛生局長が1980年に自作したという秋田の民謡「秋田音頭」の替え歌が載っていた。秋田県は、日本中でも塩分摂取量の多い県といわ

れており、県民の塩分摂取量を削減したい一心で作られたのだろうと感心したので、紹介してみたい。

「料理は薄味、汁こも飲まず、筋ここ、ちょっぴりだけ、ボダコ（塩サケ）に手付けず、ガッコ（漬物）に手付けず、それでも10g、おらえの母ちゃん、手料理うまけど、味だは、濃い方だ。おまけに、塩辛、メザシにタクワン、それだば、バツリだ。おらえの倅、ラーメン好きで、汁まで飲みやがった。毎日、こうだば、血圧上がり、嫁子など、来るもんでねえ」

まさしく、脳卒中予防の最も重要な塩分摂

取減量の必要性を説いている。塩分の取り過ぎによる脳梗塞や脳出血など、中年以後に多発する脳血管障害を戒めている。わが高知県も、できたばかりのおいしいアジの開きやウルメなど、塩漬けの干物の魚介類を多く食べる傾向がある。国は、食料品メーカーと共に、スーパーやコンビニで販売している総菜やその材料に含まれる塩分を、相対的に減量する取り組みを進めようとしている。実際、イギリスでは同様の取り組みが成功して、脳卒中の発症が減少している。脳卒中になると、それからの生涯を、半身不随で暮らさなくてはならなくなる確率が高くなる。私ならば、死よりも辛いことと考えるけれど、皆様はいかがでしょう。

昨今、新型コロナ、新型コロナで、普通にたくさん見られる病気の予防があまり顧みられなくなる傾向があるので、もう一度思い出して、皆で日々、三度三度の食事に注意して暮らしたいですね。

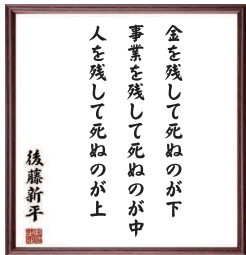
情報誌「じんせい」令和4年3月号掲載

ナウ・レッツ・ビギン

令和3年4月～令和4年3月

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

人を残すということ



江戸末期から昭和初期にかけて活躍した医師、政治家である後藤新平の言葉です。台湾總督府民政長官として台湾の近代化に尽力したり、帝都復興院総裁として関東大震災後の東京都市計画を立案し遂行したり、功績には枚挙にいとまがありません。また、後藤新平はたくさんの名言を残しており、東京都の小池百合子知事がよく彼の言葉を引用して演説をしています。

冒頭の言葉は、後世にお金を残すより事業を発展させること、事業を発展させることより優秀な人材を育てることこそが最も尊いことであるという意味です。人材こそ最も大切であるという自然の摂理を表す言葉で納得してしまいます。

私の若かりし頃は、良き師に恵まれ、自分のスキルを上げていくことしか考えられませんでした。管理する側になって初めて、売り上げ、業績、スタッフのことを考え始め、5年前の師の急逝が考え方の転機になりました。師の代わりにという思いで、学んだ技術を継承、発展させるため県外や国外に赴き、後進の指導に力を入れてきました。そして本年、教育を目的とする非営利団体の中で私の取り組みを広める機会を得ました。ここでは、『人を遺すのが上である』という言葉に Key word に専門領域の指導に当たります。

社会医療法人仁生会という、仁生会の経営状態を上向かすのが下、仁生会を継続して次世代に残すのが中、仁生会を発展させていく人材を育てるのが上といったところでしょうか。どれもすべて重要ですが、やはり何よりも人材が一番大切だと感じます。目まぐるしく変わっていく医療業界の中で、常に患者さんや職員の方々のニーズを正しく捉えながら変化を起していくのは、お金でも組織でもなく人だからです。

皆さんは、この後藤新平の言葉にどのような思いを持つでしょう。立場によって捉え方は千差万別ですが、今一度、『人を育てる』、『人を残す』ことについて考えてみませんか。

(鶴巻隼)

出口治明氏の「最後の講義」を聞いて

コロナ禍の中、今年のGWはほぼ家に引きこもっていた。数年前から、高校の同期7名とグループLINE「ちもの会」をスタートし、日頃の出来事やちょっとした情報を交換し合っている。名称は、もちろん、山100番から取ったものである。

GW中に神奈川県に住むN君から「NHKの最後の講義（出口治明）を見て、いたく感動した。YouTubeでも見れるよ。」とのLINEがあった。暇にまかせて、早々視聴した。講義は、オンライン。スクリーンには、20〜30代の若者を中心に大勢の受講生が食い入るように参加している。外国の人も多い。氏は語り掛ける。

「モチベーションはあきらめから生まれる」

大阪なおみのようなはずば抜けた才能の持ち主はそうそういない。人間の90%以上は、やりたいことが見つからないまま死んでいる。だから、迷うのは当たり前。やりたいことや好きなことが見つからなくても焦ることはない。一生かけて見つければいい。

「人生は川の流れて流れて行くもの」

人生は、そうしたものである。その流れついたらとここで一生懸命頑張ればいい。そうすれば、きっと、面白いものが見つかる。

「縦・横・データ」

縦は歴史である。横は世界である。そしてデータ（数字）。この3つでアイデアを採れ。

「愛読書はダーウィン」

生き延びるのは強い者ではない。“運と適応力”のある者である。偶然の出会いと出来事に適応して生き残る。そのためには、まず“イエス”という気持ちを持て。

(出口治明氏のプロフィール)

出口氏は、三重県出身の73歳。京都大学法学部卒業後日本生命に入社。58歳で退社し、ライフネット生命を創設。その後、2017年(69歳)に同社の取締役を退任。2018年に立命館アジア太平洋大学第4代学長に就任。世界1200都市を訪れ、1万冊超を読破した“現代の知の巨人”、稀代の読書家として知られる。著書多数。歴史や宗教、哲学にも造詣が深い。

講義終了後の受講生の目が何と輝いていることが、私も一緒に引き込まれてしまった。それにしても、こんな講義がいつでも無料で聴講できるとは、凄い時代になったな〜。そして、高校時代の同期は、いつでも有難いものだな〜。コロナ禍でのGW。私にとっても特別な時期であった。

(哀愁ボーイ)

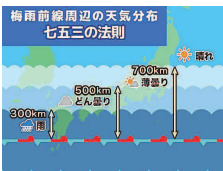


七五三の法則

コロナ禍の状況下、2度目の梅雨期を迎えますが、体調はOKでしょうか？南海上に梅雨前線が停滞し、これから7月上旬ごろまで鬱陶しい日々が続きますが「三夏」を避け、お互い忍耐強く自分磨きに注力するのでもいいかもしれません。

さて、今回は、梅雨前線からの距離の遠近で、お天気がどうなるのか？「七五三の法則」について、ナウ・レッツ・ビギンとまいりましょうか。

梅雨前線から観測地点までの距離が
300キロ以内：雨降り
500キロ以内：どん曇り
700キロ以内：薄曇り
700キロ以上：晴れ



以上の4区分の目安が「七五三の法則」と呼ばれているようです。お暇な時間に新聞の天気図等でチェックしてみても？なお、距離の基準・目安としては、北緯40度線と30度線のライン間、地図上の東西の横線で、九州から東北地方まで、この範囲、南北約1,110キロ(緯度差10度)の範囲内にあります。したがって、例えば、梅雨前線が、北緯30度線上にあれば、緯度差より鹿児島までの距離は、222キロ、高知までは396キロ、東京までは633キロ、秋田までは1,081キロ(脚注参照)となります。梅雨前線から観測地点までの距離を、この法則に当てはめると・・・鹿児島は「雨降り」、高知は「どん曇り」、東京は「薄曇り」、秋田は「晴れ・・・」ということになります。梅雨期約1か月間の、お出掛けの参考にになりますね！

蛇足となりますが・・・梅雨時は、山では風が強く、前線の雲がかかって視界が悪い。特に、最近では、地球温暖化の影響か、経験したことがないような大雨が降る可能性があります。登山の際は、低山といえども重々気を付けてくださいな。

勇気を出して第一歩を踏み出そう！
曲がり角の先に
きっと良い事があることを信じて、
それでは、いつか又の機会に
ハイハイホー

(与作)

注) 例示の北緯30度線からの距離算定は、観測地点の緯度をパソコンで調べ、これとの緯度差、1度当たり@111キロ、1分当たり@1.9キロを乗じて算定しました。

参考① 赤道から北緯点までの距離 1万キロ÷90度=①111キロ
参考② 前線の位置と観測地点の緯度差 鹿児島2度00分、高知3度33分、東京5度41分、秋田9度43分

蜂の勘違い

若葉茂る今年の4月のことです。家の裏の津波避難路周辺の草むらさ、長刀のように柄の長いカマで刈っていました。しばらくすると、「フーン！」という威嚇の音が耳元で聞こえました。見ると一匹の蜂でした。なおも草刈りを続けていると、私の目の前で、ヘリコプターのように、じっとホバリングして離れません。まるで「もうこれ以上は葉に近づかないで」と言っているようでした。仕方なく、私は「はい、分かりました」と言って、その場から退きました。蜂が近づいてきても、何もしない人を刺すことはないと言われているし、私もそのとおりだと

思っています。なのに私は去年も、3年前にも蜂に刺されました。それも蜂の勘違いのため。去年は、家の裏の小さな畑で、足元の野菜を見ながら、自分の左前あたりに竹の支柱を、何気なく、よそ見しながら、つかもつとしたときのことでした。左手の小指に「チクリ！」ときたので、何かに刺されたか、と思った次の瞬間「ズキン！」という強い痛みが走りまわりました。3年前に刺されたときの痛みがよみがえってきて、この痛み方は蜂だな、と思いましたが、私は足元の野菜に気を取られて、竹の近くにいながら、竹に止まっていた蜂の存在に気がついていなかったようです。

3年前に刺されたのも同じ畑で、細長い棒状の角材を両手でつかんで、置き場所を替えていたときです。蜂が近づいてきたのは知ってましたが、角材を両手でつかんだ状態で急にぐるりと方向転換をしたのがよくなかったようです。近くにいた蜂は、角材で叩かれると勘違いしたのではないかと思います。そのときは左腕を刺されました。自稱「昆虫大好き人間」である私を何で刺すのかと思いますが、蜂には蜂の都合があるようです。

刺されたときには、家の近くの病院に駆け込みます。すると女医さんと看護師さんが患部を思い切りつまんで毒を絞り出してくれます。そのおかげで、翌朝は患部が赤く大きくパンパンに腫れあがることはありません。少しは腫れますが、人を刺す蜂は、数多くいる蜂の種類の中の、ほんの一部のようです。スズメバチ、アシナガバチ、ミツバチなど集団で生活している蜂が刺すようです。春の蜂は巣作りで忙しく、人が指で触ったり、足で踏んだりしない限りは刺されないと聞きます。ところが、夏から秋にかけては、巣が大きくなり、蜂の家族が増えます。そうなると危険になるようです。つまり、蜂は巣を壊されたりするのを防ぐとして人を刺すようです。そのため、蜂の巣を見つけても、あまり近づかないで、静かに通り過ぎるのがいいようです。人を刺さない蜂や、植物の受粉を手助けしてくれる蜂もいます。私たちもむやみに蜂を殺すことなく、蜂と仲良く暮らすようにしたいものです。

ご参考までに、ネットで調べた「蜂に刺されたときの応急処置」です。

- 蜂の針が残っているときは、そっと抜く。
- 蜂に刺された部分を流水で洗い流す。
- 患部を水や冷湿布などで冷やす。
- 応急処置をしながらかかりを見て、必要であれば病院で治療を受ける。じんましん、めまいなどアナフィラキシー症状が出たら救急車を呼んでください。

(エイト・ビート)



ボランティア

コロナ禍、猛暑の中、お仕事お疲れさまです。病院の皆様には、ボランティア精神を大いに発揮して、日々お仕事に励まれていることに敬意を表すとともに感謝致します。病める患者様に優しい声掛け、対応にはいつも感心、感動を覚えています。

良かれとしてしたことが、そうでなかったり、と思うようにならないことも多いと思います。伝えたことが伝わっていなかったりということがあっても、皆様は、素晴らしいコミュニケーション力で乗り越えられているのではと思います。

今、ボランティア活動の中で、『ヘアドネーション』という活動があります。

ヘアドネーション(Hair Donation)とは、小児がんや先天性の脱毛症、不慮の事故などで頭髪を失った子どものために、寄付された髪の毛でウィッグを作り無償で提供する活動です。髪がないことで外出しなくなったりする子どもたちに勇気を与える取り組みで、女優の柴咲コウさんなどの有名人が賛同して髪を寄付したことで、近年は寄付が急増しているそうです。寄付する髪の毛の長さは、31cm 以上となっています。該当するヘアをお持ちの方、心当たりのある方がおられましたら、脱毛で苦しんでいる子どもたちの笑顔のために、力を貸していただけたら幸いです。



<https://www.jhdac.org/>

最後に、先日、日経に載っていた教育関係の方からの格言を、皆様にお贈り致したいと思います。

「凡庸な教師は、ただしゃべる。良い教師は、良く説明する。優れた教師は、自らやってみせる。そして、偉大な教師は心に火をつける。」

教育でも医療でも、心に響く言葉が一番大切だと思います。

(ナストラビ)



<https://www.pref.hiroshima.lg.jp/>

テレビでラジオ体操

年齢を重ねると次第に身体が硬くなり、肩こりや腰痛に悩む毎日です。健康を維持し、少しでも身体の柔軟性が保てるように、E テレ放送のラジオ体操を数か月前から始めました。

動きの中には、飛んだり跳ねたりする苦手な運動もありますが、前屈・後屈・ひねり・屈伸等様々な運動があり、腕を大きく振って肩を回すとグリグリと音がして気持ちの良い痛さを感じ、朝の眠った身体を目覚ましてくれます。

ラジオ体操には、第一と第二(第一と比べるとダイナミック)があり、NHK の E テレで朝 6 時 25 分から 10 分間、「みんなの体操」として指導者が日替わりで柔軟体操の指導の後、軽やかな号令(息を吸って～!はいて～!笑顔で～!)を発して放映されています。

♪ 新しい朝が来た 希望の朝だ
喜びに胸を開け 大空あおげ
ラジオの声に 健やかな胸を
この香る風に 開けよ
それ 一 二 三 ♪



ラジオ体操の歴史を調べてみました。

・大正 12 年 3 月・・・ラジオ放送による健康体操がアメリカの生命保険会社で行われる。

これを見聞した先人が、「誰にでも簡単に出来る」、「内でも外でもいかなる場所でも出来る」等体操の開発を提唱しました。

・昭和 2 年 9 月・・・NHK が旧ラジオ体操第一を制定し、翌年 11 月からラジオ放送開始

・昭和 26 年 5 月・・・現在のラジオ体操第一を制定、放送開始

・昭和 27 年 6 月・・・職場向けとしてラジオ体操第二を制定、放送開始

・平成 11 年 9 月・・・みんなの体操を制定

小学生の頃、校庭での朝礼の後や、夏休みに子供と一緒に近所の公園でラジオ体操をした思い出があります。結構、本気で取り組むと、少し汗ばむくらいの運動になります。出勤前の忙しい時間帯ではありますが、心もリフレッシュされ、病気の予防に繋がると信じ、継続して行うように意識して取り組んでいます。

皆さんも明日から一緒に、♪「それ 一 二 三」♪

(お茶飲み)

相互尊重を実践するための上司のスキル

厚生労働省のハラスメントをなくす「明るい職場応援団」のホームページの内容の一部を要約して紹介します。相互尊重とは、相手の人格も自分の人格も尊重する、ということです。「部下を育てる・後進を指導する」ときのコミュニケーションスキルに関することです。

スキル 1【事実ベースで 100%褒めて、一緒に喜ぶ】

部下が成果を上げたときには、具体的事実で、掛け橋なして褒める。そして、自分も一緒に喜ぶ。

スキル 2【事実で叱り、解決策は情報共有】

事実の大きさで叱る。「納期 3 日遅れだよ」「1 枚のレポートにミスが 4 つあったよ」と具体的な事実を取り上げて指摘します。

失敗+解決策はオープンにしてチームで共有する。失敗をバラすのではなく、チームの今後のためにその解決策を共有することが目的です。

スキル 3【メンツを気にせず部下に謝る】

気付いたらすぐに、取り繕わずに、短く謝る。小さなことでも、自分のミスに気付いたら「すぐに、取り繕わずに、短く」謝ることが鉄則です。謝るお手本を示す、と考える。

スキル 4【権限委譲する】

途中で口出ししない。部下に「信じて任せてくれている」と感じてもらうことが、その仕事を成功させ、部下に成長してもらう一歩です。



スキル 5【逆「ホウレンソウ」する】

「ホウレンソウ」は社会人の基本。新入社員研修でも必ず教わることで。会議の結果を報告したり、上司がホウレンソウしてくれると部下も仕事しやすいです。

攻撃的過ぎる上司の下で育った部下は、怒られるのが怖くて失敗を隠したり、報告をねつ造してしまうことにつながります。受身的過ぎる上司の下で育った部下は、上司の反応が少ないのでやる気を失ったり、上司をなめてかかります。きちんとしたコミュニケーションをとって育成することは手間ひまがかかるようですが、結果、自立した部下育成につながりやすくなります。上司としての自分の目的達成のために部下には相互尊重の態度で対応しましょう。

(まつりの夜店)

女優たちの足跡

「蓋棺事定」、棺を蓋いで事定まる、即ち、人間の真価は死んでから決まる、というのが、最近、私は本邦の二人の女優の足跡を辿る中で、改めてその思いを深くするに至った。

ひとりとは乙羽信子。昭和 58 年 4 月から一年間放送された NHK 連続テレビ小説『おしん』で、当時 60 歳になったばかりの乙羽は主人公の晩年を見事に演じきり、大きな感動を呼んだ。彼女は 13 歳で今の宝塚音楽学校に入学、娘役トップにまで成長して看板スターとなり、その名声をひきつけて 26 歳で映画界に転身。翌年 27 歳時の『お遊さま』(監督溝口健二)では田中絹代の妹役に宝塚時代を彷彿とさせる可憐な姿をみせている。しかしこの年、運命の人、新藤兼人監督と出会って以降、新藤と公私に亘るコンビを組み、28 歳で本邦初の被爆映画である『原爆の子』、30 歳で社会の最底辺をのた打ち回る女を演じた『どぶ』、そして 36 歳で、生きるため瀬戸内海の小島で水桶を山の畑に延々と運び続ける夫婦を演じた無言劇『裸の島』と、映画界にショックを与え続けたが、私が最も胸打られたのは二人の最後の作品『年後の遺言状』である。71 歳、癌と闘病中だった彼女の表情・演技は観客の眼を釘付けにしたが、遺作となった本作で日本アカデミー賞最優秀助演女優賞を得た乙羽の遺骨は、遺言通り『裸の島』の舞台であった広島県三原市沖の宿禰島に散骨されたという。



もう一人、最近私の中で大きく評価を上げたのが浅丘ルリ子である。私にとってそれまでの彼女は、化粧の濃い日活ヤンキー映画の女優さん、という程度であったが、最近、彼女が、当時親しかった佐久間良子の『五番町夕霧楼』を観て衝撃を受け、会社に直談判して 24 歳で出演した『執炎』という作品があるという映画評を見、これを見てみたが、確かにそれまでの印象を覆す出来栄であった。これを契機に彼女の作品群を漁り始めたのだが、15 歳でオーディションを勝ち取った処女作『緑はるかに』での美少女ぶりに驚き、『男はつらいよ』シリーズのマドンナ・リリー役でのビジュアル感に惚れ、昨夜観た 2011 年公開の『デン德拉』という、あの姥捨て山伝説で、棄てられた老女達の後日談という奇抜な構想の作品では、主役の老妻を美しく怪演する様を堪能した。その彼女、現在 81 歳だが、11 月 28 日から日曜夜の NHKBS プレミアムのドラマ『生きて、ふたたび 保護司・深谷善輔』(全 8 回)で自分の子供を殺して服役・仮出所した女を演じるという。楽しみである。

(J.F.)

テクノロジーが拓く「共生社会」

コロナ禍の中、2020 東京オリパラが無事開催されました。パラアスリートの想像を超えた素晴らしいパフォーマンスに驚かされました。アスリートの努力はもちろん、競技用車椅子や義足など、先端技術によって性能が向上し、記録やパフォーマンスが急速に向上しています。

国は、「障害者基本法」で「個人の尊厳が重んじられ、社会の一員として社会、経済、文化その他あらゆる分野の活動に参加する機会が与えられる」と宣言し、目指す社会として、障害の有無にかかわらず、誰もが人格と個性を尊重し支えあふ「共生社会」を挙げています。

共生社会の実現には、社会インフラの整備と、個々の障害によるハンディの軽減が必要です。東京オリパラの開催を機に、バリアフリー化など社会的弱者のための社会インフラの改善はかなり進展したといわれています。

近年、デジタル技術の発展は目覚ましく、社会活動のあらゆる分野で IoT (モノとインターネット) や AI (人工知能) がなければ何も始まらない状況です。障害者や高齢者のための社会インフラ整備においても必要不可欠です。国の「Society5.0」構想で提唱されている、社会インフラ改善のための具体例が「スマートシティ」構想です。「都市内に張り巡らされたセンサー、カメラ、スマートフォン等を通じて、環境データ、設備稼働データ、行動データなどを収集、統合して AI で分析し、必要に応じて設備、機器などを遠隔操作することで、都市インフラ、施設、運営業務の適正化、企業や生活者の利便性、快適性の向上を目指すもの」です。すでに自治体や企業が取り組んでいます。

また、テクノロジーは、弱者の目耳手足になり得ます。障害による社会参加への壁を壊そうと、多くの研究開発が行われています。例えば、視覚障害者が一人で街中を移動できる「スーツケース型ナビゲーションロボット」です。複数のレーザーセンサーが周囲を 360 度認識し、障害物や歩行者までの距離を測定する。スマホから音声で情報を伝えてくれ、運動して取っ手部分の側面が振動し進行方向を教えてください。すでに実証実験が行われています。

もう一つは「分身ロボット」です。カメラ、マイク、スピーカー等が搭載され、インターネットを介した遠隔操作で、自由な移動動作が可能だけでなく、ロボットを通じて、身振り手振りを交えて自然なコミュニケーションが可能です。すでに障害者の分身ロボットが接客するカフェが東京日本橋に開店しています。そこからテレワークでの受付業務などで、企業に就職する障害者も出てきています。

近い将来、本当の「共生社会」が実現できることを期待したいものです。

(だんだん)



『パラリンピックシンボル』人間の最も大切な 3 つの構成要素「心 (スピリット)・肉体 (ボディ)・魂 (マインド)」を赤・青・緑の三色で表している。

寅年の新年を迎えるに当たって

急速にコロナ感染レベルが低下して行動基準が緩和された昨年 11 月半ばに、本州四国連絡高速道路主催の瀬戸大橋塔頂体験ツアーが開催されたのを機に参加しました。瀬戸大橋の中央に位置する与島 SA にある管理事務所を、指示に従い、ヘルメット、イヤホン、バスト、手袋、マスクで身を固めて出発し、徒歩で途中の遊歩道で巨大な瀬戸大橋の威容を眺めた後、吊橋を懸垂するケーブルの断面を刻んだ長さ 6m の模型像に立ち寄りしました。直径 5mm のワイヤー 127 本からなる 1 本のストランドを 271 本束ねて、径 1m の 1 本のケーブルができあがります。そこを過ぎると多数のケーブルを地上で支える巨大なアンカレージ (橋台) に到達します。橋内に入ると、担当者 1 名が付き添い、参加者 3 人の計 4 人 1 組で高さ 150m にあるアンカレージ最上階エレベーターで運ばれ、高速道路の直下にあるマリナーライナーが通る緑道の外側に設置された保守点検用通路に出て、海風を受けながら足下で瀬戸内海の海面を見て左みまします。橋脚塔に水平移動した後、さらさらエレベーターで瀬上 175m にある左右主塔を結びブリッジ即ち塔頂に到着しました。



https://shikoku-tourism.com/

南を向けば坂出から真直ぐに伸びる南備讃大橋、北備讃大橋の 2 つの大きな吊橋が、車が行きかう高速道と共に眼下に一直線に見下ろせまします。振り返ると北の鷲羽山のある児島島を見と、樺石島、若島を伝ってなるように曲線を描く斜張橋と高速道路を目にすることができました。午後からの晴天に恵まれ、美しい青い空と瀬戸内海とその島々が点在する周囲の風景を塔頂の視点から 360 度俯瞰することができた貴重な体験でした。技術者出身のガイドの方から、実際の工事の工法から、橋脚を支える橋梁技術の工夫についての説明を受けました。耐荷重、耐風力、耐震、電波・レーダー対策など安全を期して数倍のマージンを取って実験と計算を繰り返して建設されたそうです。また、瀬戸大橋は、上部が高速道路、下部が鉄道の 2 重の構造となっており、現在の鉄道橋に並んで新幹線用のスペースも実は確保されています。瀬戸大橋の開通は 1988 年で、すでに 33 年が経過していますが、当時は日本経済の絶頂期にあたり、その時点の最先端の橋梁建設技術が投入され、「ジャパン・アズ・アワンパワード」と呼ばれた時代の日本の国力を背景とした、関係者の情熱と努力に頭が下がりました。

昨年は、新型コロナウイルスの全国的な蔓延で、地元での自粛生活が専らでしたが、身近な四国の中に訪れるべき場所や歴史がたくさんあることを逆に教えてもらった 1 年でした。科学立国のはずが経済優先を連想し、防疫を最優先にして、結果的にコロナウイルスの全国的な蔓延を招き寄せたグローバルシーズンやイノベーション重視の患者を改め、科学に立脚した合理的で迅速なコロナ感染対策をいつつ、地元中心の地方活性化の必要性を強く感じます。年頭に当たり、本年がコロナウイルス感染の終息を迎える端緒となるよう願う次第です。

(一県民)

コロナの記憶

コロナの波に 2 年間にまれ続け、いつになったら収まるのだろうと不安が襲います。ただ、ワクチンや治療薬の開発、普及が進み、心の中の景色は以前とはいささか違うように映ります。歓迎すべき変化なのでしょうが、気がかりな面もあります。こうやって緊張と弛緩を繰り返すうちに、忘れてはならない話も一緒に記憶の奥底に追いやってしまったことにならないだろうか。

大正時代の半ばに世界中で大流行し、日本国内だけで約 40 万人が亡くなったいわゆるスペイン風邪を思い起こすと、継承することの難しさを痛感します。今回のコロナ禍まで、約 100 年前のこの災厄が一般の人々の関心を集めることは、ほとんどなかったと言ってもいいでしょう。スペイン風邪の発生、人の脳裏に焼きつくような写真や映像も乏しいし、流行の始まりや終わりがいつなのか判然とせず、節目となる日も定め難いです。パンデミックは、戦争や地震などに比べても、後世に伝えるのが難しい性質をもつ出来事といえます。

もちろん図書館や博物館には、当時を語る資料が保存されています。多くの文人が経緯を書き残したり、新聞報道もありました。でもそうした記録だけでは、ただちに継承につながりません。



「人々の間に『記憶』として定着していくためには、ばらばらで断片的な記録から切り口を探り当て、議論を重ねなければなりません。どんな議論になるかは、人々の意識や社会の状況次第。コロナ禍の記憶もこれから作られるのです。」

現実はどうでしょうか。コロナ禍と翻弄され、非日常が日常になる中、その時々考えたことや抱いた思いが、一人ひとりの中からこぼれ落ちていってはいないでしょうか。少しでもいい、立ち止まり、この 2 年間のあれこれ拾い集め、考える時間を持つてはどうでしょうか。自分が得たもの、失ったものは何で、次に伝えなければならないことは何か、人それぞれ異なるでしょう。その物語を重ね合わせていくことが、コロナ禍で傷ついた社会を癒やすための糧になるような気がします。

(makonda)

素人の、素人による、素人のための仏さま 第三章

今年 (2022 年) の NHK 大河ドラマは、鎌倉幕府が舞台となっていて、政治の実権が貴族 (朝廷) から武士に移る時代の移り変わりが描かれるのではないかと思います。鎌倉時代は、それまで厳しい修行が必要だった仏教が一般に大衆化し、人々の中に広まり、日本人の文化、思想、芸術、生き方などに大きな影響を与えることになった鎌倉仏教が発展した時代です。平安時代末期から鎌倉時代初期は、保元・平治の乱や源平合戦など数多くの戦が繰り返され、天災、飢饉と相まって「末法の世」と考えられました。そのため、それ以前は鎮護国家の祈禱を主としていた僧侶 (官僚僧) の身分から離れて民衆を救う仏法を求めた法然を祖とする浄土宗をはじめ浄土系四宗 (浄土宗・浄土真宗・時宗・融通念仏宗) が登場し、一般に大衆化しました。また、座禅を特徴とする禅宗 (栄西が伝えた臨済宗、道元が伝えた曹洞宗) が武士の間で人気を得ました。禅宗は、栄西、道元が中国 (当時の宋) に渡って学んできたもので、座禅だけでなく日常のあらゆる作法の修行が厳しいとされています。禅は、インドから遠征 (あの縁起物の「だるま」のモデル) によって中国に伝わり、唐と宋の時代に最盛期を迎えていました。

さて、鎌倉の仏教といえば最も有名なのは、建物の中に安置されていない鎌倉大仏ではないかと思えます。この大仏は、浄土宗の仏教寺院 高徳院の本尊である阿彌陀如来坐像で、創建当初はお堂の中に収められていたようですが、大風や地震により損壊し、大仏自体も荒廃が進み、江戸時代に復興されています。この大仏の作者は不明ですが、「慶長」と呼ばれる運慶、それに連なる仏師たちの作風と中国宋代の仏師達からの影響の双方を併せ持つ、いかにも鎌倉期らしい仏像といわれています (高徳院ホームページより)。その運慶や快慶は、鎌倉時代の仏像彫刻を代表する仏師で、奈良東大寺南大門の胎土でならみをかきかしている「阿形」と「吽形」の仁王 (金剛力士) 像が有名です (以前書きましたが、仁王は仏教世界のガードマン的存在とイメージされる「天」の階級に属する仏様とされています)。鎌倉時代の仏師とはいっても、鎌倉の地における仏師というわけではなく、奈良東大寺の復興や興福寺、静岡、横須賀の寺院などの造仏にあり、さらに全国の多くの寺院では彼らの作とされる (その真偽が不明なものも多数) 仏像があるようです。快慶は、若いころは当時の朝廷の権力者だった後白河法皇に気に入られ、多大の支援を受けていたとのこと。大河ドラマでは、多分ここら辺のからみは描かれていないでしょうけれど、ドラマを見る時に何かしら参考になれば幸いです。



Wikipedia より

To be continued !

(神仏習合)

情報誌「じんせい」

令和3年4月号(No412)～令和4年3月号(No423)
毎月発行／発行部数 2,100部

2021年（令和3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	2月号	細木	新型コロナウイルス クラスター収束宣言	2,040	258
2	7月号	仁生会	仁生会細木病院グループが創立75周年を迎えました！	1,983	270
3	3月号	細木	ドクターカー・ナースカーの運用開始	1,616	250
4	6月号	細木	新型コロナウイルス ワクチン接種の取り組み	1,161	187
5	5月号	三愛	地域包括ケア病床オープン	1,034	167
6	12月号	細木	豊田邦江看護部長が高知県功労者を受賞	1,020	194
7	3月号	細木	日本医療機能評価機構の認定基準を連続5回目達成	854	144
8	8月号	細木	ほそぎハートセンター初の心臓カテーテル治療（PCI）ライブ開催	828	161
9	5月号	細木	在宅部 YouTubeで情報チャンネル開局	814	160
10	6月号	細木	深田順一院長が日本病院会高知県支部の支部長に就任	805	148
次点	12月号	仁生会	新型コロナワクチン接種で日高村より表彰	699	142

細木病院

2021年度(令和3年度)の目標と取り組み

院長 深田順一



細木病院では、新年度を迎えるに当たり、昨年度最後の診療運営会議および経営会議で、2021年度の事業計画の概要を「コロナ対策を継続しつつ、平常化に向けた、新たな体制整備・構築の1年とする」というスローガンの下、5項目(表1)にまとめると決定しました。第1から第5までの5つの項目は、それぞれ3〜8つの、より具体的な行動目標を挙げてありますが、本稿では、これらはどういう背景、そして意図を持った目標であるかについて解説し、皆さんのご理解を得たいと思います。

- <表1> 2021年度(令和3年度)細木病院の活動計画
1. コロナ禍で抱うべき社会的役割の発揮と経営の安定化
 2. 経営基盤の安定と強化
 3. 診療構造の強化
 4. 働き方改革の推進と労働生産性の向上
 5. クラスタ一防止と非常時の対応の強化

表1の1番目は「新型コロナウイルス感染症対策」です。現在は現在、①コロナ陽性患者受入の協力医療機関、②コロナ検査協力医療機関、③コロナワクチンの住民接種医療機関の3つの役割を担っています。対コロナに備え、当院を取り巻く状況は、今後まだまだ変わっていくものと考えます。その中で、当院としては社会医療法人として、期待にどう応えていけるかをこれまでどおり院内で十分に協議し、そのうえでベストと考えられる対応をとっていきたく考えています。コロナ対策の再発を受けて閉鎖中の緩和ケア病棟もできるだけ早期に再開し、コロナ禍が後押しをする形で展開が早まりましたリモート診療、リモート面会なども、さらにはい形に発展させていきます。

表1の5番目に挙げた「クラスタ一防止と非常時の対応強化」は、対コロナを念頭に、危機管理の観点から年間目標の一つとした課題です。COVID-19については、情報集積と共に、このウイルスの院内へ入りに絶対的にはあるのだから、と弱気が出そうにもなるのですが、しかしグループ内のクラスタ一の再発だけは決してほたくない。災害時BCP(事業継続計画)についても、これまで想定外だった感染症蔓延などについても対象に入れて改定を図ります。

表1の3番目は「診療構造の変化に対応した診療体制の整備」を挙げました。高齢化に伴う疾病構造の変化に対して、①高齢者の骨折リハビリ評価と骨粗鬆症リハビリサービス、②循環器内科と代謝内科、そしてこれら一般科と精神科の連携、③院内診療機能と地域資源との前方連携、後方連携、医療介護連携、医師歯科連携といった活動を始めていますが、昨年度経験したコロナがらみの受診控えは、一定程度、固定化する可能性があります。この場合、従来であれば目が届いていた生活習慣病などへの対応が疎かになる恐れがあります。このような認識のもと、必要な診療体制整備を急ぎます。さらに④厚生労働省の定める「人生会議」など、患者さんやご家族の心の問題についても、よりよい支援ができるよう、現場の力を高めたいと考えています。

そして、これら多くの課題に対応するための基盤となるのが、表1の2番目に挙げた「経営基盤の安定と強化」と4番目の「働き方改革の推進と労働生産性の向上」の2つです。軌道に乗り始めた「ほそぎハートセンター」のさらなる推進、そして「ドクターカー・ナースカー」の活用推進、そして次のステップとしての、必要な病棟再編への検討も始めます。

人材活用と業務システムの見直しは、旧二病院と再統合した「新・細木病院」のメリットをさらに引き出すために残されている課題ですが、これは実は、全部門、全部署に当てはまることと考えます。世の中は変化、進歩し続け、我々の業務に関する新しい事例は、我々の周囲に日々、生まれ続けています。「働き方改革」は、政府のいう「働き方改革」のみならず、我々自身にも内在する課題であり、日々の自己刷新が求められているのです。

今年度も多くの新人を迎えることができました。当院「あの病院に入ったら、人として伸びる」、そんな評判がもたらえるような職場にしたい、と願っています。皆さん、今年度も頑張ってください。

三愛病院

地域包括ケア病床オープン!



多職種合同カンファレンス風景

三愛病院では、4月1日より、「地域包括ケア病床」10床を開設しました。地域包括ケア病床は、文字どおり、包括ケアシステムを支える役割を持ち、定められた施設基準をクリアし、国から認可を受けた在宅復帰支援のための病床です。

4月の開設に向け、病室や浴室、トイレなどの改修を行い、快適な入院生活ができるよう環境整備を行いました。開設以降は、肺炎や褥瘡治療、血糖コントロールが必要な方、レスパイト入院などを主に受け入れています。入院後は、患者さんやご家族の意向を踏まえ、安心して在宅復帰ができるよう多職種合同カンファレンスを開催し、方向性を決定。その後定期的にカンファレンスを行い、自宅への退院を目指して指導やケア提供を行います。

【入院期間】

患者さんの状態に応じて医師が決定しますが、最長でも60日が限度となります。

【地域包括ケア病床の入院対象となる患者さん】

- ・急性期治療が終了したが、在宅への退院に向けて、もう少し入院治療が必要な方
- ・在宅復帰に向けて、集中的なリハビリが必要な方、または療養準備や介護保険サービス等の準備が必要な方
- ・在宅で体調不良を認め、集中治療の必要はないが入院治療が必要と主治医が判断した方
- ・メディカルショートステイ(レスパイト)在宅で介護をされているご家族の休養(レスパイト)を目的として、施設でのショートステイの利用が困難で、医療的な管理が必要な方に短期間入院していただくことで、在宅医療を支える介護者、ご家族の支援をさせていただきます。また、介護者の目の疲れ、感情不安などの事情により、一時的に在宅介護が困難となる場合にも受け入れを行います。入院期間は原則2週間以内となります。
- ・褥瘡(床ずれ)治療の患者さん

当院では、特に褥瘡(床ずれ)治療に力を入れています。形成外科医、病棟看護師、リハビリスタッフ、管理栄養士が丸となって治療、処置、栄養状態の改善、ポジショニング(適切な姿勢・体位)を行い、早期治癒を目指してケアを行います。自宅や施設に帰ってからの予防についても、丁寧に説明させていただきます。詳しくは、地域医療連携室(☎088-845-5291)までお気軽にお問い合わせください。なお、細木病院でも地域包括ケア病床(新2病棟)60床を運営しています。(地域医療連携室看護部長 戸田里子)



細木病院

新型コロナウイルスワクチン接種の取り組み

昨年1月から現在に至るまで、日本だけでなく世界中で猛威をふるい続けている新型コロナウイルスに対して、ワクチンの接種は有効と期待される対策の一つです。5月14日現在、日本で使用できるのはファイザー社のメッセンジャーRNAワクチンですが、もう少しすればモデルナ社、アストラゼネカ社のワクチンを使用することになりそうです。今までであったものとは違う新しいワクチンであり、副反応は当然あるものの効果については良い報告がされています。

報道にもあるように世界中で予防接種が進められていますが、当院でも新型コロナウイルスの予防接種を行うために、今年2月に、院内の多職種のメンバーで構成されるワクチンチームを立ち上げました。

- 当院で予防接種を行う対象は、
- ①医療従事者等の優先接種
 - ・病院職員を含めた医療従事者
 - ・医療現場で実習を行う学生
 - ②高知市の65歳以上の高齢者優先接種、基礎疾患のある方、一般の住民接種
 - ・グループホーム等の高齢者施設の入居者
 - ・長期入院患者
 - ③日高村の65歳以上の高齢者優先接種(集団接種)と接種対象が多くなるかながた大々です。日高村は、接種ができる医療機関が、同じく生体の日高クリニックがないため、当院の医師、看護師、三愛病院の看護師も協力して高齢者の集団接種を実施しています。

①〜③の接種を実施するには、通常の予防接種体制の拡大では対応できないため、当院新館地下の高知記念講堂を使用して予防接種会場を設置しました。院内で集団接種を行うようなイメージです。駐車場の都合もあり、1日の接種人数が制限されるため、希望どおりに予約が



取れなかった方にはご迷惑をおかけしています。この予防接種業務は、通常診療とは別枠で行われており、院長をはじめ全診療科から医師、看護師、薬剤師、事務員等、多くの職員の協力を得て実施しています。国や地方自治体も新型コロナの予防接種が実施されるようになりつつありますが、ワクチンを取り巻く状況は頻りに変化するため、最新の情報にアンテナを張りながら、臨機応変に対応していく必要があります。今後は、高齢者優先接種から住民接種に続く、長期間にわたる予防接種ですが、なんとか無事に実施していきたいと思っています。(新型コロナワクチンチーム長/小児科部長 新井淳一)

※新型コロナワクチン接種の予約について
高知市ホームページ
<https://www.city.kochi.kochi.jp/soshiki/35/covid19vac-top.html>
高知市新型コロナウイルスコールセンター
電話番号：フリーダイヤル 0120-920-737
受付時間 9〜17時(平日・土・日・祝日)

創立75周年記念

仁生会 細木病院グループは創立75周年を迎えました!

社会医療法人仁生会 理事長 細木 秀美

令和3年7月1日、仁生会細木病院グループは、創立75周年を迎えました。

昭和21年に、創始者、細木高行が第2次世界大戦の激戦地ビルマ(現在のミャンマー)から九死に一生を得て帰国し、高知市西町に小さな細木診療所を開設したのが仁生会のルーツです。昭和30年に細木病院となり、昭和33年に医療法人へ変身し、昭和50年に三愛病院を開院、昭和53年には細木病院は600床を超す病院となりました。その後、平成12年には、日本医療機能評価機構から認定されました。特定医療法人となり、臨床研修指定病院、第2次救急病院、高知県へ地医療支援病院となり、平成27年、社会医療法人となりました。患者さんには、細木病院にかかってよかった。地域には、細木病院があつてよかった。そして、一緒に働く職員には、細木病院で仕事ができてよかったと言われる病

創立75周年記念 日めくりカレンダー作成!!

創立記念の「日めくりカレンダー」は、これまで、60周年(壁掛け型)と65周年(卓上型)の際に作成しましたが、このたびは、壁掛け型でリニューアルしました。今の私たちが大切にしたいことを日々を日々に載せていきます。年月は入れていますので、これから先、何年も使用することができます。なお、現在では不適切とされる表現は、多少アレンジしていただいております。



初代理事長 細木高行 2代理事長 細木秀美

院を目指しています。一昨年、患部が細木病院へ帰って来て、昨年6月に「ほそぎハートセンター」を開設し、循環器内科専門医5名を揃えて、心臓病の急性期治療から、高齢者の心不全の方のリハビリテーションまで、幅広い市民のニーズに適切に対応できる病院を目指しています。

24年後の2045年には、高知県は全国一の最少人口の県になることが見込まれています。県民の大部分が高知市に住むようになり、地方は過疎が進みます。病院の診療も、遠隔診療が広がって、患者さんは自宅にいて、自動運転の車が患者さんの自宅まで出かけて診察し、それを病院で医師がチェックして、診察する時代が来るでしょう。もちろん、入院が必要であれば、すぐに救急車で病院へ運ぶことにもなります。看護も介護も、多くがIT化されて、ロボットが活躍していることでしょう。ただし、どんなにITが進んでも、温かい人の心があれば、病人の癒やしにはなりません。細木病院グループは、そのような将来を夢見て、100周年に向けて、気持ちを新たに羽ばたきたいと思っています。スタッフの皆さん、これからの活躍を祈っております。

細木病院 **ほそぎハートセンター 初** **心臓カテーテル治療(PCI)ライブ開催**

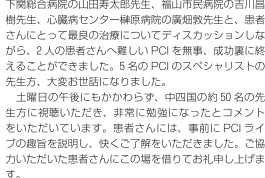
PCIとは、当院で昨年から新たに始まった、心臓の血管の病気を体の負担の小さいカテーテルで治療する方法です。PCIの技術を高めるためにPCIライブがあります。PCIライブとは、ライブ業者をお願いして大会場に医療従事者を集め、病院から大会場にPCI映像を生放送するものです。患者さんは医療従事者の英知を集めた治療を受けることができ、会場の視聴者はエキスパートのやり取りや技術を見聞きし学習します。



ほそぎハートセンターでは、より良いPCI、PCI技術の継承、発展を考慮、いつでも自前でライブ配信できるライブシステムを導入しています。当院のライブシステムとWebを組み合わせて、当院のPCIの映像と音声を、院内・院外、時間を問わず、どこでもリアルタイムに見ることが出来ます。

7月3日の午後、Webとライブシステムを応用して、ほそぎハートセンターから、中国四国地方に向けて初めてのPCI Webセミナーを開催し、2名の患者さんへのPCIを行いました。術者は、清山中央病院の細木佳先生と私、細木信吾が務めました。1番目の患者さんは、石灰化と呼ばれる非常に硬い動脈硬化病変で、ロータリーという先端にダイヤモンドの破片をちりばめたドリルカテーテルを使ってのPCI、2番目の患者さんは、ほぼ完全閉塞の狭窄病変への難しいPCIでした。座長

をお願いしたWeb参加の要領を考えた。PCIライブは、PCIの技術を高めるために大会場に医療従事者を集め、病院から大会場にPCI映像を生放送するものです。患者さんは医療従事者の英知を集めた治療を受けることができ、会場の視聴者はエキスパートのやり取りや技術を見聞きし学習します。



ほそぎハートセンターでは、より良いPCI、PCI技術の継承、発展を考慮、いつでも自前でライブ配信できるライブシステムを導入しています。当院のライブシステムとWebを組み合わせて、当院のPCIの映像と音声を、院内・院外、時間を問わず、どこでもリアルタイムに見ることが出来ます。

7月3日の午後、Webとライブシステムを応用して、ほそぎハートセンターから、中国四国地方に向けて初めてのPCI Webセミナーを開催し、2名の患者さんへのPCIを行いました。術者は、清山中央病院の細木佳先生と私、細木信吾が務めました。1番目の患者さんは、石灰化と呼ばれる非常に硬い動脈硬化病変で、ロータリーという先端にダイヤモンドの破片をちりばめたドリルカテーテルを使ってのPCI、2番目の患者さんは、ほぼ完全閉塞の狭窄病変への難しいPCIでした。座長

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

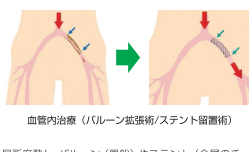
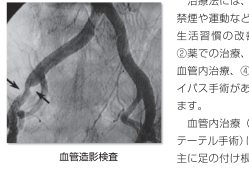
細木病院 **その足の痛みや傷** **放置すると大変なことになるかも！**

手足の血管が狭くなったり、つまづいて、血行が悪くなる病気を末梢動脈疾患といいます。その原因のひとつが動脈硬化です。高血圧症、糖尿病、脂質異常症や肥満、喫煙などの生活習慣病に加えて、高齢化や食生活の欧米化などから、近年は末梢動脈疾患にかかる方が増えてきています。また、透析中の方にも非常に多いことが知られています。

▼糖尿病患者さんや高齢者は要注意！
初期症状としては、手足の冷えやしびれ、歩くときふくらはぎなどに痛みが出たり、足の皮膚の潰瘍(深いところまで傷ついた状態)や壊死(足の組織が死んでしまった状態)が出現します。この場合は早めに適切な処置を施さなければ、足を切断しなければならなくなる場合もあります。しかし糖尿病患者さんや高齢者は症状を感じにくいことがあり、診断が遅れることがあります。そのため糖尿病患者さんや高齢者は後述する検査などを時々行い、末梢動脈疾患の有無を確認することが大切です。

▼心臓や脳の血管の病気がないかも調べ！
動脈硬化は手足の血管だけでなく、全身の血管に起こります。末梢動脈疾患がある患者さんは、心臓や脳にも動脈硬化があることが多くなり、心筋梗塞や脳卒中などに、寿命が短くなることが明らかになっています。しっかりと痛みがあったり、足の皮膚の潰瘍や壊死がある患者さんが治療をしなければ、1年後には25%の人が命を落とし、30%の人が足を切断するという報告があります。このような症状がある患者さんは、足の血行をよくする治療に加え、心臓や脳の血管の病気がないか調べて、こちらに対して治療が必要になることがあ

▼できるだけ早く適切な診断と治療を！
検査にはABI検査(手足の血圧を同時に測定する検査)、血管エコー検査、造影CT検査、造影MRI検査、血管造影検査などがあります。



長所麻酔し、バルーン(風船)やステント(金属のチューブ)を使って、狭くなったり、つまづいている血管を広げます。足病手術です。1年後には25%の人が命を落とし、30%の人が足を切断するという報告があります。このような症状がある患者さんは、足の血行をよくする治療に加え、心臓や脳の血管の病気がないか調べて、こちらに対して治療が必要になることがあ

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

細木病院 **第27回日本心血管インターベンション治療学会(CVIT)中国四国地方会** **ほそぎハートセンターから座長・演題発表！**

心臓と血管のカテーテル治療学会である日本心血管インターベンション治療学会(CVIT)の第27回CVIT中国四国地方会が、9月3日、4日の2日間にわたり開催されました。細木病院ほそぎハートセンターからは、2セッションの座長を務めるとともに、4演題を発表しました。毎年、交通の便の良い福山市で開催されるこの会ですが、COVID19の影響で1年延期され、さらに完全Web配信となって開催されました。

座長としては、9月3日に山形県立循環器内科部長が、9月4日には私が増埜PCI(冠動脈へのカテーテル治療)セッションで座長を務めました。学会から座長を依頼されるということは、その分野でのエキスパートと認められているということなので大変名誉なことです。1セッションは1時間ですが、6つの演題発表があります。担当するセッションでは、参加する皆さんに活発に議論してもらいたいが、盛り上がりすぎて時間オーバーしてしまうと座長の責任になります。山本部長も私も無事、座長の大任を果たすことができました。

演題発表では、私から、冠動脈の高血圧石灰化病変のカテーテル治療に活用した経路と、右冠動脈の慢性完全閉塞病変へのカテーテル治療についての2題を発表しました。風船カテーテルでは歯が立たないような石灰化の強



ロータリーによる治療の一例
「重要な説明事項 ロータリー(高速回転カテーテル)による、狭心症治療に関する」
ポスターセッション(ライブ配信)上映

い病変は、治療がとても大変です。しかし、現在は、ロータリーという特殊なドリルカテーテルの施設認定を得ることができたので、こういった治療のストレスから解放されています(左下図参照)。

また、山本部長が、ステント内の慢性完全閉塞病変治療でPCIと内服の工夫について、さらに高知県循環器内科部長が、ロータリーカテーテルに注意すべきマイクロカテーテルのピットフォールについて発表しました。

心血管カテーテル治療の分野は日進月歩で、新しい道具や技術が出てきたり、新しいエビデンスが報告されています。2日間にわたってCVIT中国四国地方会に参加して、新しい知識を得ることができました。また、カテーテル治療での工夫やトラブルに関する症例発表を見聞きすることで、さまざまな治療経験を共有することができ、大変有意義な学会となりました。

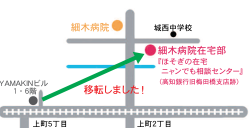


仁生会のホームページ <https://www.jinsekai.kochi.jp/>

細木病院 **「ほそぎの在宅キャンでも相談センター」始動！** **在宅部が高知銀行旧梅田橋支店跡へ移転**

高知市上町5丁目のビルで展開していた、細木病院在宅部サービス事業所および地域活動事業部が、ビルのオーナーエージェンシーに、10月20日、高知市大豊町の高知銀行旧梅田橋支店の建物跡に移転しました。「ケアサポートセンターほそぎ」「ホームヘルプステーション城西」「訪問看護ステーションほそぎ」「高知市上町・高知街・小高坂地域包括支援センター」「2階建ての建物に集まって、それぞれの介護事業サービスと地域貢献活動を実施していきます。介護相談窓口、地域活動の場も「まっことネット細木」から「ほそぎの在宅キャンでも相談センター」に名称を改め、再スタートです。

「困ったことがあれば、あそこへ行ったら助けてくれる」と思ってもらえるような、地域に根付いた、高齢者だけでなく多く人がつながる場所にしていきたいと思っています。土日祝日はお休みですが、月曜日から金曜日まで、8時半から17時半まで介護相談を受け付けています。地域活動も11月から少しずつ再開していきます。高知市のATMのその奥の1階フロアで、こしんまりと開催することになりますが、地域を支えようとする思いは熱く、職員が一体となって関わっていきますので、困ったことがあれば「ほそぎの在宅キャンでも相談センター」へ、どうぞお越しください。メニューでも情報を発信しています。「キャンでも情報局」で検索！
(在宅部長 廣井三紀)



「ほそぎの在宅キャンでも相談センター」
高知市大豊町1番25号 ビル1階 月曜日～金曜日
☎090-7788-1308 *8h30分*5m30分
介護のお悩みで「さこの手」も借りた方、私たちが「キャンでも相談センター」で解決の糸口を一緒に見つけましょう！
地域の交流の場も提供しています！
マイドナルドス
まいのひのときとご一緒に～
毎月第2・4火曜日 6時～2時 実費負担あり
11月1日より「ほそぎの在宅キャンでも相談センター」に名称を改めます。

住所: 〒780-0926高知市大豊町1-25 (※変更なし)	
細木病院在宅部(本部)	☎088-871-5770
【地域の交流スペース】 ほそぎの在宅キャンでも相談センター	☎090-7788-1308
【訪問看護】 訪問看護ステーションほそぎ サテライト三豊(三豊病院内)	☎088-825-4287
【訪問介護】 ホームヘルプステーション城西	☎088-871-5965
【在宅介護支援】 ケアサポートセンターほそぎ 高知市上町・高知街・小高坂地域包括支援センター	☎088-875-7710 ☎088-875-6930
☎088-871-5963	

YouTubeチャンネル
ほそぎの在宅キャンでも相談センター
細木病院の介護に関する情報を発信中！
ご視聴、チャンネル登録お願いします！

仁生会のホームページ <https://www.jinsekai.kochi.jp/> まっこと出前講座 <https://www.hosogaki-hospital.jp/image/1543883192.pdf>

第43回高知糖尿病チーム医療研修会 ～教育講演とシンポジウムに全面的参画～

三愛病院院長 中村寿宏

高知糖尿病チーム医療研修会は、高知県内の糖尿病治療、指導に関わる医師、歯科医師、看護師、薬剤師、臨床検査技師、管理栄養士、栄養士、保健師、理学療法士、歯科衛生士等を対象にした研修会で、糖尿病療養指導士をはじめとする様々な資格認定のための講習会でもあります。今回は、私が当番幹事として11月7日に開催しましたが、新型コロナウイルス感染症を鑑みて、WEB型研修の形をとりました。3時間半の研修会に142名の参加者があり、福島県、群馬県、東京都、広島県在住の方々の参加もいただきました。

研修会は以下の3部構成です。

①教育講演1
「糖尿病疾患と糖尿病
～総論～」
教育講演1の演者を務める
宮地興細木病院循環器内科長

②シンポジウム「糖尿病
療養指導の現状と実際」
シンポジウムで発表する
酒井美枝三愛病院看護部長

③教育講演2
「糖尿病疾患と糖尿病
～各論～」
教育講演2の演者を務める
細木信吾細木病院副院長
・ハートセンター長



私が今回の教育講演の講師を依頼するにあたって、「心疾患と糖尿病」の話をたっぷりと聞きたいと考え、教育講演1、2の2種を細木病院循環器内科の2人の先生にお願いしました。教育講演1では、宮地剛循環器内科長より、糖尿病は虚血性心疾患、心不全の重要な危険因子であることを踏まえて、学術的データを用いて包括的に解説をしていただき、病態理解に役立ちました。教育講演2では、細木信吾副院長・ハートセンター長より、虚血性心疾患、心不全の実際の治療の話を中心に講演をしていただきました。虚血性心疾患に対する運動療法について、高血圧治療の重要性を改めて学びました。また、患者さんが、治療、日常生活にうまく役立てていくためには薬物療法や心臓リハビリの重要性を認識しました。

シンポジウムでは、複数の医療機関から計4題の発表があり、三愛病院からは、酒井美枝看護部長が「当院における糖尿病入院患者への関わり」というテーマで発表しました。また、細木病院の糖尿病療養指導士と三愛病院の片岡典代看護部長が座長の役を務めました。皆さんの協力が心から感謝します。

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

細木病院グループは、高知の次世代医療を担う第一歩を踏み出し、高知県民の健康増進に貢献しています。

謹賀新年 年頭所感 2022



社会医療法人仁生会
細木病院グループ
理事長 細木 秀美



明けましておめでとうございます。皆様、良い新年をお迎えになられたことでしょうか。

今年は壬寅の寅年です。「陽気を孕み、春の胎動を助く」という意味があります。天の恵、二十八番では、2022年は参喜(しんしゅく)であり、冬のオリオン座の三つ星のことといわれています。参喜は、何事もポジティブに立ち向かい、何事も好奇心旺盛に取り組みたい、婚嫁と旅行には、吉といわれています。天と地の恵は、40年周りで繰り返すといわれています。今から40年前は参喜、どんな出来事があったのでしょうか。40年前といいますが、1802年、豊田秀吉の時代が終わり、長い栄華を誇った徳川の世、雄辯たる文化の開いた江戸時代の夜明けでもあります。

新型コロナが収束した際には、細木病院グループにとりましても、新しい時代の夜明けになるよう努力したいと思っております。今までに、皆様からのご要望にお応えしております。細木病院、三愛病院などの医療機能にとりましても、今年も自腹、自費から解放された、大きく飛躍する年になりたく思います。細木病院では、一昨年「ほそぞろハートセンター」を立ち上げ、多くの地域の皆様のご要望にお応えしながら、順調に推移しております。新型コロナウイルスのワクチン接種を、細木病院、三愛病院はもち

ろん、日高村民など、地域の皆様を開始し、順調に2回目の接種を終了することができました。

また、職員数100名を有する在宅診療は、上町5丁目電停近くの場所から、細木病院のすぐ近くの高知銀行梅田橋支店跡に引っ越し、ご自宅でお過ごしの方の高齢者の皆様へ生活支援を、より一層充実することができました。細木病院グループは、昨年7月1日に創立75周年を迎えました。75年前に、後継者の継げ野原に、創設者、細木高行が細木診療所を開設して以来、順調に充実して、数々の出来事があったのでしょうか。40年前と比べて、1802年、豊田秀吉の時代が終わり、長い栄華を誇った徳川の世、雄辯たる文化の開いた江戸時代の夜明けでもあります。

2016年には、高知の人口は、49万8千人あり、全国一人口の少ない県になりそうです。加えて、ますます進む少子高齢化を見据えて、救急医療を含む急性期医療はもちろん、退院後や、不幸にして障害を患えられた方々、お元気でお暮らしでも、次第にご高齢になられて、手足が不自由になり、フレイル(虚弱)になってしまわれた方々のため、終の住処としてご利用いただける各種の場を、今以上に作り上げる所存であります。新しい希望に満ち溢れた、新春を迎えられた皆様へ、新年のご挨拶を申し上げます。

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

細木病院グループは、高知の次世代医療を担う第一歩を踏み出し、高知県民の健康増進に貢献しています。

細木病院 「フレイル外来」スタート!!

院長 / 総合診療科・フレイル外来 深田 順一

年齢を感じ始めたあなた! 「フレイル」かどうか正しく診断を受けて、健康寿命の延伸に向けた取り組みを始めるきっかけにしましょう!

フレイルって、何?
「フレイル」は、加齢に伴うさまざまな機能の変化や生理的な予備能力の低下によって、健康障害を招きやすい状態(日本老年学協会・フレイル学会 代表理事 荒井秀典博士より)です。現在、自立高齢者の約10%が「フレイル」で、50%が「フレイル予備軍」(飯島勝矢東京大学教授より)といわれています。
「フレイル」になっていると、感染症や事故を契機として、元の生活機能を維持することができなくなる傾向が多いです。また、高齢で手術を受けなければならない場合、手術前に「フレイル」かどうかの診断を受けることにより、手術後のせん妄、肺炎、転倒などの合併症を予防して、早期退院できるよう、手術前から対策を行うことができます。「フレイル」という状態は、適切な対応をとることにより、それ以上の悪化を防ぐのみならず、改善も望めます(前述の荒井博士、飯島教授より)といわれています。

*手術後のせん妄とは、手術をきっかけにして起こる精神障害です。手術後、一旦目覚めた患者さんが、1〜4日たつてから急に混乱、幻覚、妄想状態を呈し、この状態が1週間前後続いて次第に落ち着いていく、という特異な経過をとる病態です。(公益財団法人長寿科学振興財団ホームページより)

フレイル外来とは?
細木病院では、2022年1月から、高知で最初(おそらく四国でも初めて)の「フレイル」の専門外来を始めました。ここでは「フレイル」かどうか、必要外來と検査を行い、厚生労働省も推進する国際標準に準拠して診断し、必要に応じて支援いたします。
「フレイル外来」は予約制です。お申し込み、お問い合わせは、直接、本院第1階の受付までお願いします。お電話(089-822-7211)でのお申し込みも可能です。

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

細木病院グループは、高知の次世代医療を担う第一歩を踏み出し、高知県民の健康増進に貢献しています。

細木病院 健診は不要不急ではありません!! 毎年受診しましょう!

健康管理センター部長 森下 延真

◆細木病院の健康管理センターの歩み
◆新型コロナウイルスに注意しつつ健診を受けましょう!

当院の健康管理センターは、今から30年ほど前の平成5年5月に「政府官製健康保険成人病予防健診センター」として、病院職員を対象とした健診部門として開設し、徐々に外部の健診希望者を受け入れるようになり、内科で行っていた企業健診も手掛けるようになったことなどから、平成13年10月からは「健康管理センター」と名称変更し再出発しました。

その業務は、主に、①定期健康診断(法定での健診、いわゆる企業健診)、②協会けんぽの生活習慣病予防健診(法定健診にがん検診等を追加したもので、①人間ドック(さらに検査項目を広げたもので、オプション検査も可能)の3つを柱とし、その他に行政より依頼のあったがん検診(乳がん、子宮頸がん、前立腺がん)、肝炎ウイルス検診、特定健診、職員に対するストレスチェックの施行やB型肝炎の予防接種なども取り入れ、発展を続けてきました。現在では、年間延べ5千件以上の健診を行っており、生活習慣病予防のための助言や、高血圧、糖尿病、脂質異常症、悪性疾患など、治療を要する疾患を医療機関に結び付けるようにしています。

健診は、毎年受けることにより、万が一、悪性疾患が見つかった場合、治療の開始が遅くなる可能性があります。また、高血圧や糖尿病、脂質異常症を早く見つけ、生活習慣の改善や適切な時期に治療を開始することにより、心疾患、脳血管疾患の予防にもつながります。健診は不要不急ではありません。健やかな日々を過ごすため、ぜひとも毎年、健診を受けていただきたく思います。当院の健康管理センターは、職員一同、努力を重ね、皆さんの健康のお手伝いをさせていただきます。

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

細木病院グループは、高知の次世代医療を担う第一歩を踏み出し、高知県民の健康増進に貢献しています。

新聞・テレビ広告等

令和3年4月～令和4年3月

A. 新聞広告

(1) 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>

細木病院
グループ
小児科

細木病院
822-7211
三愛病院
845-5291
日高クリニック
0889-24-7785

細木病院
グループ
小児科

細木病院
822-7211
三愛病院
845-5291
日高クリニック
0889-24-7785

高知新聞

令和3年4月～令和4年3月
毎月最終金曜日掲載

(2) 細木病院『ほそぎハートセンター』告知

①開設1周年企画 (高知新聞Going)

「Going」は周年を迎えたり、新たな挑戦に向けて前進を遂げた企業、団体を表彰するの企画シリーズです。

細木病院「ほそぎハート循環器」開設1周年

心臓・血管をトータルケア

24時間体制で患者受け入れ

「ほそぎハート循環器」は、心臓・血管の病気に対する24時間体制の診療体制を整え、患者の安心・安全を最優先に考え、迅速な対応を心がけています。

地域密着で住民を守る

「ほそぎハート循環器」は、心臓・血管の病気に対する24時間体制の診療体制を整え、患者の安心・安全を最優先に考え、迅速な対応を心がけています。

山本明彦医師

心臓・血管の病気に対する24時間体制の診療体制を整え、患者の安心・安全を最優先に考え、迅速な対応を心がけています。

山本明彦医師

心臓・血管の病気に対する24時間体制の診療体制を整え、患者の安心・安全を最優先に考え、迅速な対応を心がけています。

生活スタイル

「ほそぎハート循環器」は、心臓・血管の病気に対する24時間体制の診療体制を整え、患者の安心・安全を最優先に考え、迅速な対応を心がけています。

山本明彦医師

心臓・血管の病気に対する24時間体制の診療体制を整え、患者の安心・安全を最優先に考え、迅速な対応を心がけています。

山本明彦医師

心臓・血管の病気に対する24時間体制の診療体制を整え、患者の安心・安全を最優先に考え、迅速な対応を心がけています。

再発予防

「ほそぎハート循環器」は、心臓・血管の病気に対する24時間体制の診療体制を整え、患者の安心・安全を最優先に考え、迅速な対応を心がけています。

山本明彦医師

心臓・血管の病気に対する24時間体制の診療体制を整え、患者の安心・安全を最優先に考え、迅速な対応を心がけています。

山本明彦医師

心臓・血管の病気に対する24時間体制の診療体制を整え、患者の安心・安全を最優先に考え、迅速な対応を心がけています。

検査・治療

「ほそぎハート循環器」は、心臓・血管の病気に対する24時間体制の診療体制を整え、患者の安心・安全を最優先に考え、迅速な対応を心がけています。

山本明彦医師

心臓・血管の病気に対する24時間体制の診療体制を整え、患者の安心・安全を最優先に考え、迅速な対応を心がけています。

山本明彦医師

心臓・血管の病気に対する24時間体制の診療体制を整え、患者の安心・安全を最優先に考え、迅速な対応を心がけています。

生活スタイル

「ほそぎハート循環器」は、心臓・血管の病気に対する24時間体制の診療体制を整え、患者の安心・安全を最優先に考え、迅速な対応を心がけています。

山本明彦医師

心臓・血管の病気に対する24時間体制の診療体制を整え、患者の安心・安全を最優先に考え、迅速な対応を心がけています。

山本明彦医師

心臓・血管の病気に対する24時間体制の診療体制を整え、患者の安心・安全を最優先に考え、迅速な対応を心がけています。

検査・治療

「ほそぎハート循環器」は、心臓・血管の病気に対する24時間体制の診療体制を整え、患者の安心・安全を最優先に考え、迅速な対応を心がけています。

山本明彦医師

心臓・血管の病気に対する24時間体制の診療体制を整え、患者の安心・安全を最優先に考え、迅速な対応を心がけています。

令和3年6月8日掲載

②通常広告（高知新聞）

社会医療法人 仁生会
細木病院
日本医療機能評価機構認定病院

心臓・血管のトータルケア
『ほそぎハート循環器』
細木病院 循環器内科

〒780-8535 高知市大塚町1-7
TEL.088-822-7211(代)
細木病院 <https://www.hosogi-hospital.jp/>

上記27日 至 夜明けまで

細木病院 ヘルスケアインフォメーション

「心臓と血管のトータルケア」をしましょう！
人は血管とともに生きています。血管を大切にすることは長生きの秘訣です。あなたの心臓と血管は大丈夫ですか？
高血圧、脂質異常症、糖尿病、喫煙、心臓病の家族歴は、心臓と血管の老化の原因です。胸の痛みや圧迫感、息切れ、むくみ、動悸、足の腫れは、心臓や血管のSOSのサインかもしれません。細木病院では、血液検査、心電図、X線、CT、MRI、エコー、カテーテル検査ができて、病気の早期発見が可能です。体に負担の少ないカテーテル治療、心臓リハビリテーションによる予防を行い、皆さんの健康をサポートします。お気軽にお問い合わせください。
(副院長 細木信吾)

令和3年7月29日掲載

社会医療法人 仁生会
細木病院
日本医療機能評価機構認定病院

心臓・血管のトータルケア
『ほそぎハート循環器』
細木病院 循環器内科

〒780-8535 高知市大塚町1-7
TEL.088-822-7211(代)
細木病院 <https://www.hosogi-hospital.jp/>

上記27日 至 夜明けまで

細木病院 ヘルスケアインフォメーション

「誰の自己チェック」をしましょう！
ご高齢の患者さんに多い「不整脈」のお話を。昨らのかの原因で脈を伴った場所がけいれんを起して、バラバラな脈になるのが「心房細動」です。心房細動になると、身体が動かなくなる「脳梗塞」を起すことがあります。心房細動の症状は動悸や息切れですが、無症状のこともあります。検診で偶然発見されたり、症状で身体が動かなくなって初めて見つかることもあります。早期発見には、手首や手の動脈で脈を自己チェックする習慣が大切です。
ほそぎハート循環器では、不整脈の診断、薬物治療、脈を治すためのカテーテルアブレーション治療を行っています。脈の異常に気がいたらお気軽にご相談ください。
(循環器内科部長 山本晋史)

令和3年8月26日掲載

社会医療法人 仁生会
細木病院
日本医療機能評価機構認定病院

心臓・血管のトータルケア
『ほそぎハート循環器』
細木病院 循環器内科

〒780-8535 高知市大塚町1-7
TEL.088-822-7211(代)
細木病院 <https://www.hosogi-hospital.jp/>

上記27日 至 夜明けまで

細木病院 ヘルスケアインフォメーション

心臓リハビリテーションで元気に長生き！
心臓病は、薬の治療のみでは「良くならず悪くなる」を繰り返し、患者さんの寿命を短めてきます。ほそぎハート循環器では、患者さんが元気に長生きできるように、心臓リハビリテーション(心リハ)を行っています。心リハとは、運動療法、食事療法、禁煙などによって心臓病を管理する取り組みです。例えば、運動は強すぎると危険です。弱すぎると効果がありません。心リハでは、患者さんにちょうど良い運動を算出し実践します。早期から心リハを続け、病気が再発しにくい運動や食事の習慣づけ、元気に長生きしましょう。
(心臓リハビリテーション科部長 西本美香)

令和3年9月30日掲載

社会医療法人 仁生会
細木病院
日本医療機能評価機構認定病院

心臓・血管のトータルケア
『ほそぎハート循環器』
細木病院 循環器内科

〒780-8535 高知市大塚町1-7
TEL.088-822-7211(代)
細木病院 <https://www.hosogi-hospital.jp/>

上記27日 至 夜明けまで

細木病院 ヘルスケアインフォメーション

胸や足に症状があれば早めに検査を！
心臓や肺の病気が、自覚に現れるとエンジンの故障です。胸の痛み、しんぞく、動悸(どうご)、息切れ、ふらつき、足の冷え、足の痛み、足の腫が治らないといった症状は、心臓や肺の病気に起因する場合があります。また、高齢者や糖尿病患者さんは症状を感じにくいことがあり注意です。
ほそぎハート循環器では、心不全、狭心症、心筋梗塞、不整脈などの心臓や肺の病気についての検査、内服治療やカテーテル手術、心臓リハビリを行っています。エンジンが故障して止まってしまわないよう、異常を感じたら早めに検査を受けましょう。お気軽にご相談ください。
(循環器内科長 宮地 剛)

令和3年10月28日掲載

社会医療法人 仁生会
細木病院
日本医療機能評価機構認定病院

心臓・血管のトータルケア
『ほそぎハート循環器』
細木病院 循環器内科

〒780-8535 高知市大塚町1-7
TEL.088-822-7211(代)
細木病院 <https://www.hosogi-hospital.jp/>

上記27日 至 夜明けまで

細木病院 ヘルスケアインフォメーション

その息切れ、歳のせいだと思いませんか？
階段や坂道、重い荷物を持つときなどに息切れを感じるようになれば、それは狭心症や心不全、弁膜症など心臓の症状かもしれません。歳のせいだと思いついて放っておくと、突然緊急で運ばれるほど重くなったり、病気が分かったときには既に心臓機能が低下している場合があります。
早期発見と早期治療が元気で生きる秘訣です！
今まで症状がでてきた運動や体の動きで息が上がるなどの症状が気になれば、歳のせいだと片付けてしまわずに、一度ほそぎハート循環器で心エコー検査など心臓のチェックを受けてください。
(循環器内科長 吉川 敦子)

令和3年11月25日掲載

社会医療法人 仁生会
細木病院
日本医療機能評価機構認定病院

心臓・血管のトータルケア
『ほそぎハート循環器』
細木病院 循環器内科

〒780-8535 高知市大塚町1-7
TEL.088-822-7211(代)
細木病院 <https://www.hosogi-hospital.jp/>

上記27日 至 夜明けまで

細木病院 ヘルスケアインフォメーション

細木病院があなたの心臓を守ります！
祖父が罹患して75年、祖母も病は、今も変わらず地域に密着した医療を行っています。
高知県では、心臓病が増加し、大きな社会問題となっています。細木病院は、心臓病専門施設である『ほそぎハート循環器』を通して、心不全、狭心症、心筋梗塞、不整脈、薬剤耐性疾患といった心臓病の診断、治療、予防を積極的に行っています。胸の痛みやんぞく、動悸、息切れ、ふらつき、多くの足のやむくみなどの症状は心臓病かもしれません。
あなたの心臓は細木病院が守ります。心当たりの症状のある方は、細木病院までお気軽にお問い合わせください。
(副院長 細木信吾)

令和3年12月23日掲載

③「シリーズ地域医療を考える」(毎日新聞)

2021年(令和3年)8月13日(金) 毎日新聞

「ほそぎハート循環器」開設

血管チェックまずは受診を

心臓カテーテル検査の様子。血管の状態を画像でチェックしていく「心リハ」も細木病院で実施

細木信吾副院長に聞く
細木病院(高知市大塚町) 多くの患者さんに、高知市で地域医療に貢献したい。心臓病の予防や治療に力を入れる。心臓病の予防や治療に力を入れる。心臓病の予防や治療に力を入れる。

シリーズ 地域医療を考える

心臓・血管の検査、治療、リハビリを一元化

心臓のリハビリには、どの程度の運動が安全で有効かを調べるために心筋機能検査を実施する

令和3年8月13日掲載/高知・徳島・香川版
令和3年9月10日掲載/愛媛版

B. パンフレット

(1) 仁生会細木病院グループ

① 仁生会細木病院グループパンフレット



② 仁生会細木病院グループドクター紹介



③ 仁生会創立75周年記念 日めくりカレンダー



(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

