



YUKIUSAGI

ゆきうさぎ

岩谷医院会報
第19号
(開院記念号)

平成20年5月14日発行

岩谷医院

院長 岩谷 文夫 (循環器専門医、心臓血管外科専門医、健康スポーツ医)

副院長 岩谷 恭子 (循環器専門医、内科認定医、産業医)

ホームページアドレス <http://iwaya-clinic.com>

開院七年目の

岩谷医院



平成十四年五月十四日に岩谷医院はオープンいたしましたので、開院して七年目を迎えることになりました。地域の皆様の温かい声に励まされながら、患者さんの立場に立った医療を実践すべく、スタッフ一同頑張っています。これからもよろしくお願い申し上げます。

さて、この四月から医療費削減を第一の目的としての診療報酬改定や七十五歳以上を区別する後期高齢者医療制度、メタボに重点を置いた特定検診など、医療の現場からも首を傾げなくなる制度がつきつきに行われようとしています。日本の医療費はその実績から考えても決して高いものではなく、その中でいかに密度の濃い医療をしているかの評価がなされていません。戦後の日本の再生のために努力されたお年寄りがたくさんいらっしゃることはむしろ喜ばしいことなのに、長生きしたがゆえに厳しい負担を強いられるとは、日本の政治はどうなっているのでしょうか。

院長より一言

後期高齢者医療制度は、保険料の年金からの強制天引きや、被扶養者への負担増など種々問題点が指摘されていますが、診療面でも主病名を指定した上で主治医制を導入し、その医療機関のみが月1回の後期高齢者診療料6,000円を一律算定可能としたことや、従来の健診の廃止などの問題もあり、当院では、当面は従来どおりの出来高算定とし、質の低下のない診療を行なうことにしています。循環器中心の内科診療ですが、診察においてはからだ全体を診る主治医として接するように私も副院長も心がけていますし、通院手帳には他の医療機関で行った診療の要点を記載するようにしています。開業当初からの医院の姿勢ですのでこれからも継続してゆきたく思っております。以前にもこの欄で述べましたが、医療費は限りある貴重な財産です。医療者側も、患者さんも、そして国民のすべてがこのことを肝に銘ずべきではないでしょうか。医療費は大事に使いましょう。

連載 ふくしまの野鳥シリーズ(その6)

ハトのお話(三)

「平和のハト」と呼ばれる 三つの理由

太田町 飯田 輝男さん

その1

ハト(ドバト)のえさは他の野鳥とちがうのです。野鳥はすべて「動物性のえさ」(虫などの昆虫やミミズなどの生き物)と「植物性のえさ」(草や木の芽・葉・たね)の両方を食べます。しかし、ハトは「植物性のえさ」しか食べません。つまり、ハトは生き物を殺してえさにすることがなく、「平和」な草や草の芽、木の実などを食べて生きていくから、「平和な鳥」なのです。

野鳥はヒナを育てる時には、虫を捕ってヒナに与えます。新鮮なたんぱく質だからです。ハトは、虫の代りに、ピジョンミルク(鳩ミルク)をのどから出して、ヒナに与えて育てるのです。

その2

野鳥の中でも、ハトだけは人に馴れていて、人に近づき、えさをもらい、人と共に生きています。その姿が「平和」そのものだからです。

その3

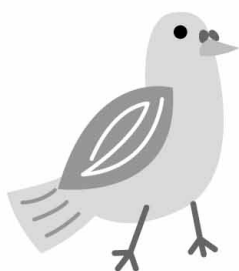
キリスト教の「旧約聖書」の創世記に次のような話があります。

むかし、万物の創造主エホバが洪水を起こしました。アダムの子孫ノアの一族は箱舟に乗って海上に流され、陸地を目指しました。陸地が見えないので、ノアはカラスを放って陸地を見させたのですが、カラスは戻ってきません。つぎに、ハトを放ったところ、ハトは口にオリーブの枝をくわえて帰ってきました。オリーブがあるのは陸地があるからです。

この話から、ハトは陸地を見つけて、平和な世の中をもたらししたので「平和のハト」と呼ばれるのです。

タバコの「ピース」(平和という意味)の箱には、オリーブの枝をくわえたハトの絵があります。

「平和のハト」と呼ばれるのは、日本だけではなく、世界中でそう呼ばれているのです。



短歌 俳句 川柳

坂大りんさん (福島市佐倉下)

短歌

ゆきうさぎ 川柳箱に 刻まるる
枝と人情 百年けやき

俳句

参拝や 鈴の音に散る 山桜
吊り橋に ゆられて見るや 朧月
*この句は見事平成19年度の土湯温泉俳句大賞に輝きました。
おめでとございます(院長)

川柳

ゆきうさぎ 川柳箱で 昼寝する

小丸孝也さん (福島市蓬萊町)

短歌

雄大な スウイングする 八十路の君
卒寿めざして 今日も グリーンに
慈悲深き すべてを包む 千の風
いと爽やかに 心癒しぬ
健康を サイズで決める メタボなる
言葉なじまず 軽く晩酌

俳句

詫び助の 散り際も佳 里の山
ささの風に 匂うがごとき 利休梅
巨匠散り 世に浮び来し 花見山

川柳

ため息も 呼吸法かと 妻が問い
ボケ上手 遠くを見ながら 返事せず

岩谷医院新春会



去る二月九日(土)に日頃お世話になっている、製薬関連や医療機器関係の方々に参加していただき、岩谷医院では初めての新春会を行いました。約五十名の方が参加し、二分間スピーチや日本舞踊、カラオケなど世界各地のワインと料理を味わいながら、楽しいひと時を過ごすことが出来ました。来年も是非という希望も多く、主催者としては嬉しく思っております。有難うございました。



ほっとする 言葉の中に 心あり

蒲倉琴子さん (福島市松川町)

俳句

春めくや 子のポケットに 金平糖
少年の 閑伽こぼし行く 彼岸西風
行乞の 僧の鞋に 春の泥
品書きに 挟む折り紙 春惜しむ

短歌

久方に 異国の友の 便り受く
衿合わせ読む 凍返る夜
大それた 事は願わぬ 思ひにて
今朝も唱えぬ 観音経

丹治泉水さん (福島市泉)

川柳

碎かれた 試練も今は 遠い過去
健康が 薄い食事に させてくれ
帰り待つ 犬が疲れを 忘れさせ
助け合い 野菜作りの 陽に感謝
古里の 炬燵は 昔語りかけ

熊川アブさん (福島市腰浜町)

川柳

捨てるのは もったいないと 口に捨て
腹メタボ あと百キロカロリーが ままならぬ
飼い主を 必死に引つ張る メタボ犬
ふさのとう 今年のゴルフも がいかな

お便りからの抜粋

東京大空襲

伊達市保原町 水野ヒデさん

今年三月、テレビで東京大空襲のドラマが放映されましたが、私にとつては戦後六三年の今でも忘れる事の出来ない辛くて悲しい事実です。

私は当時二十才位、東京で働いておりました。昭和二十年、戦火はますます激しくなり各地の軍需工場が次々と焼かれ、アメリカのB-29の大群が日本のいたる所へ現れる様になりました。三月に入ると毎日の様に東京はB-29の低空飛行、そして民家や人々を容赦なく攻撃しました。特に九日から十日、十一日にかけての大空襲は、それはそれは恐ろしい生き地獄でした。人の姿を見つけると焼夷弾を落としました。

花火の様にキラキラ散って人の身体に着くと火だるまになり逃げ切るのが大変でした。私は防空ごうの中で三日間過ごしました。中はもちろん真暗です。隙間からB-29が何百機も低空で飛んで行くのが見えましたが、爆弾が落ちる度にもものすごい地ひびきで遠くの空は真っ赤に染まって火を吹

いておりました。十二日に防空ごうから外へ出ました。近くの川には日本の戦闘機が墜落していました。又、身体やリュックに火が着き川へ飛び込んだ人達の死体は何万人も浮かんでおりました。近くの焼野原には焼け焦げた死体がいたる所にありました。その人達を引き上げたり吊つたりする事もできず、可哀相でした。皆、自分の命を守るのに必死でした。本当に頭がおかしくなる程の生き地獄でした。食料もなく、いつ又大空襲になるのか、もう東京を離れるしか命を守るすべはないと福島から来ていた人達とやつと手にした切符で、命がけで福島へ帰りました。福島でも米はもろろん何もなく、道端の草を毒のあるもの以外全部食べました。

終戦となり、福島駅は出征していた兵隊の方々とお迎えの人々でいっぱいでした。友の遺骨を胸に抱いた方も大勢おりました。

只々、涙、涙でした。

半年、一年と月日が流れる中で出征から帰った方がお見合や恋愛で結婚される人達が大勢おりました。当時は市内にはデートする場所はあまりなく、隈畔や紅葉山公園はその様な方々のデートコースでした。川には渡し舟もありました。とても賑わっ

川柳箱より（短歌、俳句、川柳）

不整脈さん

川柳

雪兔 解けて稲田に 実りよぶ

*「春先に吾妻山の雪ウサギが解けてくると農家は稲作の準備をするのです」と説明がありました。（院長）

佐藤千恵さん（福島市鎌田）

川柳

やせる本 書棚に並べ 太るわれ
先生に ほめられ病氣 治ります

短歌

若き日に 桜の下に 読みし本
開けばはらり 落つる花びら

戦争を 捨てし日本に 咲く桜
地球包めよ 万の花びら

俳句

梅古木 ひ孫のような 花咲かす
啓蟄や 私の虫も 動き出す

翔屑さん

川柳

花見山 四季折々に 客の波
懐かしい 軍歌で締める 同期会
共白髪 労り合って 五十年

*翔屑という号は母上の曾祖父（俳人）からの一字を拝借されたとの事です。（院長）

ておりました。私も主人と知り合い、同様に隈畔や紅葉山公園でデートをしました。主人との思いで多い場所です。

主人は四十才で喘息を患い、八十六才の天寿を全うするまで入院の繰り返し、入院生活の方が多かったと思います。

八十三才で大腸がんの手術、そして気管切開もしました。戦争を乗り越え、今度は病との闘い。本当に可哀相な人でしたが、努力家で頑張り屋さんでした。

孫や曾孫の顔を見たのは、何よりの幸福だったと思っております。

今、人の心は荒み、人との関わりが辛い世の中です。孫や曾孫の将来は、どんな世の中になっているのか、不安でいっぱいです。

あの当時、生きたくても命絶たれてしまった人々の犠牲あつての自分達の命だと思っております。あの時代を生き抜いた世代ゆえに、生かされている命、生きていく事に感謝です。主人の供養をしながら、もう少し生きていきたいと願う日々です。私も八十六才、いくつもの持病をかかえておりますが、岩谷先生のお陰で何とか元気に過ごしております。これからもいろいろとお世話をお願いいたしますが、どうぞ宜しくお願い申し上げます。

又、副院長先生、看護師さん、事務の方々、

いつもありがとうございます。今後共、宜しくお願いいたします。

なお、皆様どうぞくれぐれもご自愛下さいませ。
敬具

水野 ヒデ

夫逝去 供養の旅路 生かされし

生きていく 事に感謝の 日の出かな

ヒデ

*ヒデさんは悲惨な戦争を知る数少ない生き証人の一人ですね。昭和二十年、私の母も大きいお腹をかかえて、東京から福島に疎開してきました。(院長)



山田繁子さん (福島市須川町)

川柳

糖尿病 茶菓子すすめて つばを飲み
喜寿過ぎて 時間はあれど 物忘れ
薪風呂の 煙を火事と 叫ぶ孫
川柳に 趣味を見つけて 日々楽し
長寿会 喜寿の私は まだ若い
川柳の 幼稚園クラスが あればいい

水野ヒデさん (伊達市保原町)

川柳

春の香に 目覚めて跳ねる 雪うさぎ
*二年前に他界された水野さんのご主人の歌を送っていただきました。残されたご家族への思いが込められています。(院長)

白鳥の 仲むつまじき重ね見て
姿晴らに心和みて

*川柳箱にたくさん投稿していただき、有難うございました。数が多いので一部選択させていただきます。ご了承ください。(編集部)

医院からのお知らせ



【診療について】

副院長は火曜、水曜の午前中のみ大原総合病院での診療になります。それ以外の日は、院長、副院長の2人体制になりますので、以前より待ち時間は少なくなっています。また診察の順番は患者さんの状態により変わることがあります。ご了承ください。

【駐車場について】

医院横の7台の駐車スペースの他に小島薬局の駐車場も空いている場合には利用可能ですので受付にその旨お知らせ下さい。雨のときは駐車場および玄関前はすべりやすくなっていますのでお気をつけ下さい。玄関にはタオルを用意しておきますのでご自由にお使いください。

【保険証】

受診の際は忘れずにお持ち下さい。老人医療に該当しない70歳以上の方には、高齢受給者証が個人ごとに交付されます。負担割合が表示されており、被保険者証と一緒に提示して下さい。

【特定検診について】

昨年まで行なわれていた市民検診がなくなり、新たに特定検診、特定保健指導が行なわれることになりました。メタボリック症候群に焦点を絞った検診制度ですが、準備不足、説明不足もあり、医療機関側もその体制づくりに戸惑っています。当院では特定検診のみを行なうことになりそうです。データの電子化や保険者との契約など、大変複雑な手続きが多いので、なかなか準備が進まない状況ですが、何とか7月からは開始できるようにしたいと思っています。

看護師さんより

暖かい日が続くようになり、「そろそろ、運動でも始めてみようかな?」と、思っていないですか。高血圧・高脂血症・糖尿病などの生活習慣病や、メタボリックシンドロームと言う言葉、いろんなところで耳にするとします。それらを、予防・悪化させないためにも、始めてみましょう! 始める前に、現在、生活習慣病など病気を持っている方は、まず、運動をすることが可能なのか? どの程度の強さの運動が可能なのか? などを、主治医に相談してから始めましょう。

<運動の選び方>

1. 有酸素運動が適しています。(ウォーキングなど)
2. 場所を選ばず、いつでも、どこでも、できるもの。
3. 日常生活の中に、取り入れられるもの。
4. 毎日、もしくは、週に3回以上続けられるもの。
5. 最高にきつい時を100%として、40~60%位(楽~ややきつい)の程度のもの。

これらの事を、考慮して選んで下さい。

<有酸素運動で100キロカロリー消費するには>

(体重60kgの人の場合)

- *軽い運動 —— 軽い散歩(ゆっくり歩行)約30分
軽い体操 約30分
- *やや強い運動 —— ウォーキング(速歩)約25分
自転車(平地)約20分
ゴルフ約20分
- *強い運動 —— ジョギング約10分
テニス約10分
- *激しい運動 —— 水泳(クロール)約5分



これからは、暑くなります。くれぐれも、水分補給を忘れずに!!

あとがき

開院記念号は6ページになりました。川柳箱にもたくさんご投稿下さい。笑いを誘う明るい作品を期待しています。「高齢者 ますます元気で 何悪い」

医院だより

新スタッフのご紹介

5月から、**似田貝美樹さん**がスタッフに加まりました。笑顔の素敵な明るい方です。



本人から一言

この度、岩谷医院に勤務させて頂く事になりました似田貝(にたかい)です。

珍しい名字だと言われますが、「にたかいさ〜ん」と気軽に声をかけて頂ければ嬉しいです。

まだまだ不慣れですが、明るいスタッフの皆さんに囲まれて日々楽しく仕事をしています。

笑顔をモットーに頑張りますので、どうぞ宜しくお願い致します。

小島薬局だより

満開の桜の花で街中彩りましたが、見頃もあっという間に終わってしまいました。でも、山々が芽吹き初め、新緑の楽しみもありますね。

今年は異常気象ともいわれています。その為、寒い日、暖かい日、寒暖の差があり、いつもと違う春を感じましたね。昼間は暖かくても、まだまだ、朝晩は寒さを感じます。体調をくずしやすい季節です。気をつけましょう。

※5月から、土曜日の営業時間が変わりました。

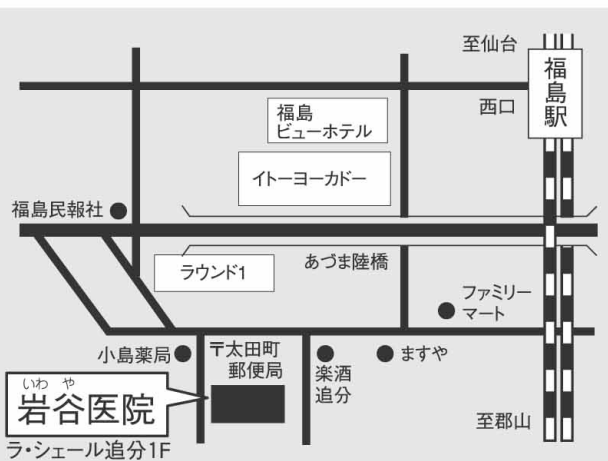
午前9時~午後3時になりました。

よろしくお願い致します。



福島市太田町19番1号

有限会社小島薬局 取締役 小島衛輔



【福島駅西口より 徒歩7分】

〒960-8068 福島市太田町17-27ラ・シェール追分1F

でんわ **024-528-7770** / FAX **024-528-7780**

★診療時間

平日(木曜日を除く)は 午前9時~12時 午後2時~5時30分
土曜日は 午前9時~午後2時(昼休みなしで診療いたします)

休診日は 日曜日・祝祭日・木曜日

★診療項目

内科疾患・循環器疾患・動静脈疾患・先天性心疾患・人工弁管理・ペースメーカー管理・人工血管管理・基本検診・健康スポーツメディカルチェック など