

平成28年 5月14日発行

岩谷医院会報  
第43号

岩谷医院

院長 岩谷 文夫 (循環器専門医、心臓血管外科名誉専門医、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>

## 熊本地震



バラづくし① ガーデンK&F

大震災で福島は想定外の原発事故にもみまわれ、5年たった今でもたくさんさんの県民が先の見えない日々を過ごしています。教訓を生かすということは何なのか？ 想定外の地震、津波に対応することができずに甚大な被害をもたらした原子力発電所。これを稼働することが本当に国民に幸せをもたらすのか？ 真剣に考えなくてはなりません。

4月14日に熊本県を中心に発生した震度7(マグニチュード6.5)の地震は建物の崩壊などで多くの犠牲者を出しましたが、16日にはさらに追い打ちをかけるように震度7(マグニチュード7.3)のより大きな地震が発生し、14日が余震で、16日が本震と訂正されました。気象庁は熊本地震と命名しましたが、その後も余震が続き5月7日の時点で震度1以上が1300回を超えて活発な地震活動が続いています。熊本、大分などで避難民は当初は約11万人を数え、死者49名、負傷者は1496名と発表されました(4月28日時点)、東日本大震災から5年1か月余り、当時の状況がよみがえった方も多かったのでないでしょうか。相次ぐ余震で建物の倒壊の危険が増し、自宅に戻れず、車の中で寝泊まりをしている状況がテレビで放映されました。そして関連死の中にはエコノミークラス症候群によるものも認められています。被災地の復旧、復興を心から願うばかりです。それにしても日本は地震が脅威です。震度7が昭和24年に設定されて以降、震度7の地震は平成7年の阪神・淡路大震災、平成16年の新潟県中越地震、平成23年の東日本大震災そして今回の2回の熊本地震を含め、計5回になります。日本周辺の活断層は今回のように突然の大地震をもたらす、それは日本どこどこにでも起こる可能性があるようです。地震列島日本。東日本

## 院長より一言

### エコノミークラス症候群

熊本大地震では今でも余震が続く、家屋の倒壊を恐れて、車の中や小さなテントの中で寝泊まりをする状況が続いていました。このように狭い場所に長時間同じ姿勢でいると、足の血液の流れが悪くなり、静脈に血の塊(血栓といいます)が出来やすくなります。足の静脈の血栓は血液の流れに乗って、心臓に運ばれ、そしてさらに肺の動脈につまってしまいます。これが肺梗塞で、命にかかわる病気です。飛行機のエコノミークラスの狭い座席が原因として注目され、エコノミークラス症候群と呼ばれています。東日本大震災でも、避難所で超音波検査による足の静脈の検査が行われましたが、長時間のバス旅行なども要注意で、トイレを我慢して水分を十分に取らないなどの条件が重なると発症する可能性もあります。予防として大事なことは水分を十分に補給し、時々足の指や足首を動かす運動、膝の屈伸やふくらはぎのマッサージなどをこまめに行うことなどが勧められています。詳しい方法はJALや厚生省のホームページをご覧ください。

患者さんからの寄稿

歌う楽しさ

福島市五月町 渡邊美代子さん

女性コーラスに所属して、今年も市の行事のついでに、会の発表会として参加しています。月に二回の練習は、少し物足りなさを感じますが、とても楽しみに参加しています。今年の曲は、持ち歌の『すみれの花咲くころ』と、合唱曲『小さい秋みつけた』と『逢えて良かったね』です。

「逢えて良かったね、少しだけ遠まわりしたけれど：」というたい出しなのですが、シャンソン歌手の石井好子さんの曲だそうです。音楽を愛するすべての人に贈りたいメッセージソングとのこと。曲も詩もやさしくなめらかなハーモニーです。やさしい気持ちでおだやかな心につつまれて歌う事が出来ます。コーラスは相手(パート)のメロディーを聞きながら、歌い、ハモルという事ですからそこがとても魅力的なところだと思います。



バラづくし② ガーデンK&F

練習日の最初はなかなか声が出にくく、練習の最後の頃になると、思わず大きな声が出る様になるもので何事も同じで、日々の鍛錬が大事ですね。私の人生ではやめられない一つでもはまっており、歌は心をなごやかにしてくれ、音楽を聞いて、おこる人はいないし、とても精進衛生上良い事と思っております。これからも大きな声でうたつていこうと思っております。  
\*私も学生時代は合唱をやっていました。男声合唱でしたのでよく、ハモッていましたよ(院長)

患者さんからの寄稿

手術台でかたくなな自分を恥じて涙す

福島市松川町 渡邊武房さん

この二月中旬、生まれて初めての入院手術をした。入院先は市内S病院で、岩谷先生に紹介の労をわづらわした。鼠径ヘルニアという病気で、腹壁の筋が弱い中高年に多い疾患だと言う。その昔は「お前の母ちゃんデベソ」とはやし、友だちをからかった脱腸だ。

いよいよ手術時刻が迫ってきた。背中から部分麻酔をほどこされ、腰から下は感覚を失い、意識もやや混濁してきたその時であった。わが姉妹が現れ、口々に「兄貴も私たちの仲間入りだね」とほくそ笑んでいるではないか。クソ！

手術は順調に進み、「胸は苦しくありませんか」「気分は悪くないですか」と女性スタッフの声が心地よく耳元をくすぐる。そしてその時であった。わが父母が手術室の片隅に立っているではないか。その表情はいつくしみに満ちている。

これまで、人生の大事は自分で決めてきた。進学、就職、結婚、住宅新築そして再婚も。父母はこれであれしかったであろうか。さびしくさせはしなかったか。もう少し甘えるところがあってもよかったのではなかったか。

「言いたいこと」が多くあったに違いない。それをがまんして静かに見ていてくれたことを、手術台の上ではじめて知った。病室にもどり、かたくなな自分を恥じて流した涙をそっとぬぐった。

\*手術や麻酔はやはり特殊な環境なので、大学での心臓血管外科医時代に患者さんから、手術後に似たような体験談を聞いたことが何回もありました。(院長)



川柳箱より(短歌、俳句、川柳、詩など)

蒲倉琴子さん(福島市松川町)

俳句

「花見山」福島県俳句大会特選3句  
漬け桶に重石沈ませ山眠る  
露の臺除染のシヨベル容赦なく  
探梅や句帳にはさむ鳥の羽根  
「隅田川にて」

屋形船隅田の花の散れる中

\*蒲倉さんの感性はますます鋭くなっています。(院長)

翔屑(しょうせつ)さん(福島市天神町)

川柳

日本の網淡い春雪消え去った  
消費税上げるそのまま総理どの  
民進党表紙変わるも中味元

康子さん(伊達市)

俳句

五月来る花を加えし花時計  
草笛という日本語を吹きにけり  
磐梯山の息吹や柳絮湖へ飛ぶ  
風よ吹くな受粉最中の林檎園  
更衣さて何色に羽化しよう

\*投句が楽しめと言っていた嬉しく思っています。(院長)

晴一さん(福島市)

川柳

カーディガン冬の名残りの毛玉とる  
大寒の震え止まらぬ焙り爛  
ストーブの芯の汚れや給付金  
良妻の唇紅く小正月  
月冴えて化粧の濃さにハッとする  
秋風やネクタイキュッと締め直し  
秋の日の漬物タップリ桶の中

\*晴一さんの視点も面白いですね。(院長)

## 「天空の鏡」絶景のウユニ塩湖紀行

福島市 馬場正人さん

岩谷院長、副院長先生を、以前私が医療機関に勤務していた時から存知上げておりましたが、その後一年前から、院長先生の患者として再びお世話になつております。

この度、旅好きの私がテレビ・雑誌でも紹介されて話題になっている、南米ボリビアのウユニ塩湖へ行つてみたいと、ネイチャー好きが高じて参加した時の旅行記を寄稿いたします。

今年一月十六日成田発→ニューヨーク→リマ→ラス・ウユニ→ウユニ塩湖、四泊八日のハードなスケジュールのツアーでした。往路途中、アンデス山脈のすり鉢状の盆地に位置する南米ボリビアの首都ラパス（世界標高の高い首都で中心部は三千八百メートル）のホテルに一泊。ラパスのエルアラト国際空港にいたつては、世界標高の高い四千メートル級で（空港に降り立った時からボリビアを離れるまで、高山病による頭痛・食欲不振に苛まれました）翌日、往路四度目の飛行機を乗り継ぎウユニの町へ。

人口約一千万のボリビア多民族国家の面積はアメリカ大陸では八番目で、世界では二十七番目に大きい。かつては広大な国



土面積を有し太平洋沿岸部まで領土があつたが、周辺国との戦争に負け、現在では最大時の半分ほどになつてしまつた。豊かな天然資源を持つにも関わらず、現在もラテンアメリカ最貧国の一つである。

ウユニの町から、四W車（日本車）に乗り換えウユニ塩湖へ、日本から約四十時間の長旅でした。ウユニ塩湖は南米ボリビアでも、アンデス山脈の標高の高いところにある塩湖で、海底の地形が長い年月を経て隆起して今の景観を作り上げたそうです。標高三千七百メートル（富士山級）にある南北約百キロメートル、東西約二百五十キロメートル、面積約二万六千六百平方キロメートルの広大な塩の塊です。

四国の半分ほどの大きさの塩湖に雨水が溜まると出現する天空の鏡。塩湖の中央付近で周りを見渡すと水平線まで真っ白の平地です。所々に、塩湖が干からびる過程でできる鱗のような模様があります。ウユニ塩湖周辺の気候は乾季と雨季があり、天空の鏡が楽しめるのは雨季のシーズンでも一月～三月上旬です。雨季と言っても日本の梅雨のように一日中降り続くような事はなく、大抵は夜のうちに雨がさつと降つて塩湖に水が溜まります。空と地平線の境目が分からなくその中を走ると、まるで空を飛んでいるかのようにです。空、雲、車、人…視野に入るものすべてが上下対称になる不思議な光景はまさに絶景です。



鏡のような塩湖上にテーブルと椅子を並べてピク

ニックランチは、塩湖ならではの無い出に残る演出です。又、塩湖中央部のイン

カワシ島（珊瑚とサボテンの島）に向かう途中、ウユニ塩湖の蜃気楼を見ることで、浮島現象はメルヘンの世界に迷い込んだようです。ウユニ塩湖の交通に自動車を用いられるようになる以前は、リヤマなどの隊列を組んで移動して、塩湖は

広いので二日では横断できず、中間地点にあるこの島が重要な休息場所となつたと言えます。

二連泊したクリスタル・サマーニヤは、ロビーから客室まで全て塩でできていて、広大な塩湖の畔に建つホテルです。ボリビアで唯一、ボリビア式の風水に準拠して建てられたユニークなホテルで、床や壁、室内に彫られている彫刻が珍しい。レストランや客室の建具の一部がウユニ塩湖から切り出した塩のブロックで造られている三軒の塩のホテルは、

ウユニの名物です。

ウユニ塩湖は、自然の計り知れない偉大さ、言葉にならない美しさに出逢い、この世界にこんな美しい場所があるのか…と驚愕しました。一生忘れられない素敵な思い出の旅になりました。皆様も機会があれば是非訪れてみて下さい。

\*素晴らしい、そして厳しい旅でした。それにしても4泊8日の強行軍と高山病との戦いは大変でした。お蔭で私達も貴重な写真を見ることが出来ました。ありがとうございました。（院長）



# 医院からのお知らせ



## 【平成28年の市民検診について】

昨年同様、6月より各種がん検診とメタボリック症候群に的を絞った特定健診（特定健診は一部4月より）が行われます。

【平成28年6月1日（水）～10月31日（月）】

特定健診・後期高齢者健診内容については前年度とほぼ変わらないということで、定期的に当院に通院し、薬を服用されている患者さんに対しては、少なくとも6ヶ月に1回は一通りの血液検査を行い検査結果を説明し、指導を行っておりますので、特定健診用の血液検査は必要ないと考えております。

各種がん検診については、当院では大腸がん・肺がん・前立腺がん・肝炎ウイルス検診について検診可能です。こちらはぜひ受けていただきたいので、該当の方は受診券がご自宅へ届き次第、診察医師または受付にお申し出下さい。また、胃癌などのがん検診も出来るだけ他院にて受けるようにして下さい。

なお、検診については完全予約となっております。受診券・保険証の確認と前もって問診票の記入が必要となりますので、お早めに診察医師または受付にお申し出下さい。

なにかご不明な点がございましたら、お気軽に受付に御相談下さい。

【※10月の検診末月になると、検診受付が出来ない場合もありますので、お早めに受付に相談、予約をお取りいただくようお願い致します。】

# 患者さんのコーナー

「盆栽コレクション」 福島市矢剣町 Mさん

\*玄関のドアが開くと最初に目に入るのが盆栽ですね。盆栽は見る角度が大切ということです。そのままの角度でお楽しみください。（院長）



アサヒヤマ

モミジ



セツブンソウ

白梅

紅梅



アツツザクラ

イワガサ



コメアスター

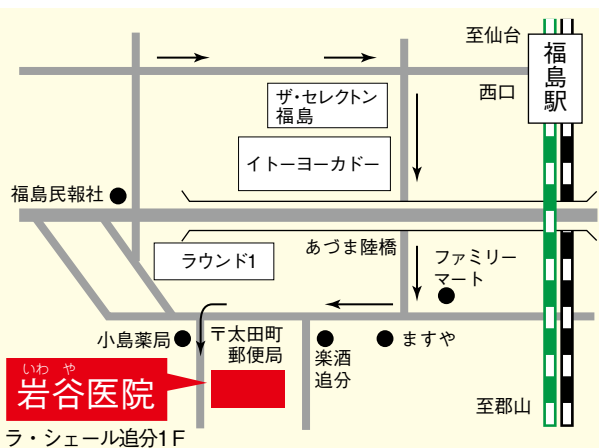
ウメ(日月)

## あ と が き

平成28年5月14日、岩谷医院は15年目に入りました。開業時のモットーとしてヒヤシンス（ひらかれた、やさしく、しんせつで、すぐれた）医療をめざしてまいりましたが、これまで何とかやってこれたのもスタッフはじめ多くの皆さまの支えのお陰と感謝しております。これからも患者さんサイドに立った医療を続けて行くつもりですのでよろしくお願いいたします。今回のゆきうさぎ43号は患者さんからたくさんのご投稿文をいただきました。紙面の都合で次回に回った方もいらっしゃいます。ご容赦ください。これから市民検診がはじまります。年に1回の機会ですので、受付に相談して必要な検査をお受けください。



バラづくし③ ガーデンK&F



【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（予約の方が優先されます）

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