

平成30年 9月20日発行

岩谷医院会報
第50号

岩谷医院

院長 岩谷 文夫 (心臓血管外科名誉専門医、日本胸部外科学会認定指導医)

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>

この夏も異常気象と災害が続いた日本列島

6月18日午前7時58分、大阪府北部を震源とした震度6弱の地震がありました。大阪府内では記録の残る最大の震度でした。都市機能を直撃し、交通機関の運休や断水、停電などの状況が報道され、それらに崩れたブロック塀の下敷きになり命を落とした、小4女児のニュースも大きく取り上げられました。

6月末から7月上旬の西日本豪雨(平成30年7月豪雨)は大雨特別警報が出された岡山、広島を中心に甚大な被害をもたらし、死者188人、行方不明72人、避難者7085人(7月12日現在)、厳しい暑さの中での避難所生活が続きました。エコノミークラス症候群も話題になりました。

7月の日本の天気は30年に一度の異常気象とのこと、各地で猛烈な暑さとなり、東日本の平均気温は平年よりも2.8度高く7月の最高記録となりました。埼玉県熊谷市で国内観測史上最高の41.1度を記録しました。高齢者を中心に熱中症による死亡が相次ぎ、気象庁は「暑さを災害」として認識しました。

9月4日正午ごろ、強い風を伴った大型の台風21号が日本に上陸、縦走しました。大阪府田尻町では観測史上1位となる瞬間風速58.1mを記録しました。停泊していたタンカーが関西空港連絡橋に衝突し、橋が大きく破損され、またトラックや車が強風に吹き飛ばされるテレビの映像は衝撃的でした。

9月6日午前3時8分ごろ、北海道厚真(あつま)町で震度7の地震が発生、厚真町では広範な土砂崩れが発生し、山のあちこちに黄褐色の地肌が露出した映像が流れました。想定外の自然の力を感じました。土砂崩れにより多数の家屋が倒壊し、多くの住民が命を落としました。一時北海道全域が停電となりました。札幌では震度5強でしたが、札幌に住んでいる私の友人とは翌日の7日の夜にようやく電話での連絡が取れました。話によると、私たちが東日本大震災で経験したのと同じような揺れを感じたようでした。食器などはたいぶ割れてしまったが、電気と水道は翌日夜には復旧しほつとしたことでした。

この数か月の間に、これほど多くの災害に見舞われた日本列島。今でも被害の傷跡は各地に残っています。まだ多くの方が避難民として不自由な生活を強いられています。心の傷跡も大きいですね。幸い福島は今回は大きな災害は免れましたが、これらの災害は決して他人ごとではありません。被災地の皆様には、心よりのお見舞いを申し上げますとともに、一日も早い復旧、復興を心祈念申し上げます。(院長)

院長より一言

催眠鎮静薬および抗不安薬の依存性について

現在、患者さんが睡眠薬や安定剤として服用されている薬は大部分がベンゾジアゼピン受容体作動薬(3ページの表参照)というものです。ご自分で確認してみてください。この薬は長期に服用した場合の副作用として、骨折や転倒そして認知機能の低下などが報告されており、特に高齢者では注意が必要です。患者さんの中にはもう何年もの間服用され『この薬がないと眠れない、他の薬は忘れても、睡眠薬だけは忘れない』という方がたくさんいらっしゃいます。これが依存性とも考えられます。医師側も「眠れないよりは薬でしっかり寝たほうが良い」と継続的な服用を容認してきましたが、来年の4月からは長期間の継続投与が規制されることになります。現在患者さんには診察時にその都度説明しておりますが、これらの薬は出来れば徐々に減らすように指導しています。しかし、依存性が強い患者さんの場合は、服薬を減量、中止した時の症状として、不眠、不安、頭痛、焦燥感、嘔気、嘔吐、せん妄、手の震えやけいれん発作などの離脱症状が報告されています。したがって急な服用中止ではなく、漸減、隔日投与などで慎重に減らしていき、どうしても服用が必要な方には、最終的には必要な時だけ服用する頓服での服用になれば良いのではと考えています。これから一緒に努力しましょう。

九十二歳のゴルフ

福島市北沢又 長谷川 良博さん

平成三十年四月二日 珍しくも天候は五月頃の陽気で真に暖かく、よきゴルフ日和です。SLGC(セカンドライフゴルフクラブ)の本年度第一回ゴルフコンペを福島CCで迎えたところです。常連メンバーで私を筆頭に八十五歳、八十四歳、八十三歳の四名で、OUTコース九時にスタートしましたが、私の調子は今イチでスコアは九十七、やつと百を切りました。特にフェアウェイウッドは当たらず、アイアンショットの切れが悪く、昨年とあまりにも違うものでした。

そこで、昔買った古いゴルフの本を取り出して読んでいるうちにはつと心を打たれた言葉。

- ① 速いバックスイングの人に二流プレイヤーはいない。
- ② 頭はスイングの錨である。
- ③ フォロースルーは鉄砲の銃身の役目をする。

との格言を得て、早速フジゴルフガーデンに打ち込み練習に行きました。練習している内に、球を飛ばそうとはせず、フェアウェイウッドでもアイアンでも百ヤード飛ばせばよしとし、ミドルコースはスリーオン(三つ打つてグリーンに上がる)、ロングコースはフォーオン(四つ打つてグリーンに上がる)で上がればよしとし、絶対無理はしない事。スイングは常にゆったり対応する等に留意することとし、これらを座右の銘とし、六月二十五日第五回SLGCコンペに臨む。その結果、思いもよらずスコア九十二で上がり、次回の七月二日第十一回SGC(喜多方市塩川町ゴルフサークル)コンペにおいてはスコア九十三、引き続き七月九日のSLGC第六回コンペにおいてはOUTコース三十九(八年ぶりに四十を切る)等のスコア八十三で上がる。さらに七月十八日の第四回SFGC(シアフレンドゴルフクラブ)コンペにおいてはスコア九十で上がるなど四回開催コンペの内三回エイジシュートをとるなど、上出来で、果たしてこれはまぐれ

か実力か、心に不安がある現状です。

今は、異常気象の暑さのため、コンペ参加を中止しております。

私は、九月二十四日で満九十二歳になります。

今まで、私は年齢についてとやかくあまり深く考えたことがありません。家族や友人より、傘寿になった、米寿になった、さらに卒寿になったと言われ、祝福を受けましたが、その都度心より感謝申し上げますが、すぐに忘れ、目の前の問題、ゴルフ等々に熱中し、特にゴルフ等は練習場で二百七十〜三百発ぐらい打つ等、家族並びに医師より年甲斐もなくと戒められる始末です。

長い間早朝ウォーキング(約一時間)を実施していたのですが、このところ各種事情により、一年間あまり中止していました。そのせいかどうかは不明ですが、今年に入り体が今イチで、今年のゴルフコンペ十一回実施の内前半二回ほど風雨等でハーフで終了し、休息する等今まで経験したことのない現症が出てきたことです。関係者よりは人並みになかったので喜ばしい限りだと茶化される等々、このところ体力が落ちたのかと思っているところです。

現在、朝晩十五分の体操は約六十年以上続けており、米寿を記念に、昔のラジオ体操に私なりにアレンジした体操を約二十分位午後昼間に、実施しております。尚、昭和六十年塩川町助役の時、由美かおるさんを招いて、町民特別講演会を開催し、由美かおるさんより腹式呼吸の指導を受け、以後現在も一日三回体操終了後実施しております。一回に五〜七回実施し、一回約一分で、七分から十分かかります。

私も後何年生きられるかわかりませんが、天命が来るまで、常に目標を定め、それに向かつて、日々頑張りたいと思っております。人間は死ぬまで努力、努力の積み重ねです。

これまで、私が元気でゴルフの趣味を通してこられたことは、家族の温かき深い理解と協力、更に私の健康管理一切について、岩谷先生の定期的検診による診断、温かき指導等、ご助言をいたたいて安心してゴルフができるからであります。

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

遠き日の母と、ころ寝や蘭草の香
喪心に自服の薄茶法師禪
吾妻嶺の襷つばらかに今朝の秋

平成三十年靖国神社みたま祭献句特選句
大津絵は父祖の好みよ夏座敷

*蒲倉さんいつも素晴らしい句をありがとうございます。(院長)

川柳
亀岡さだおさん(福島市天神町)

花見山匂が去つてただずまい
内閣と日銀ワンマンデフレ去らず
闘病を励ましあった友施設
終戦日玉音と猛暑忘却せず
九条は金科玉条と九段坂
葬儀用写真夫婦で選んでる

【特別掲載】
俳句

俳聖西坂珠屑(幸七)の曾孫
西坂尚陽(勝人)句集「共白髪」より
迎火に微風のさやぐ合歓の花
石楠花や社後のうす霧まとひ咲く
秋風や残礎に修羅の炎あと
鬼灯の紅き頭に地靄わく

*亀岡さんには今回も西坂尚陽句集からの句を提供していただきました。味わっていただければ幸いです(院長)

尚、ここで忘れてならないことがあります。それはゴルフ仲間の温かき友情とご協力であります。

特に、車運転を中止してから、私の送迎を含めて長い間、ご指導ご助言を始め、何かとご配慮にご協力を賜り、誠にありがとうございます。ここに改めて関係の皆様にご心より敬意と感謝を申し上げます。ペンを置きます。

平成三十年八月

*長谷川さんの衰えを知らないゴルフへの思い、そして日ごりからの体のケアと飽くなきプレーへの向上心にはいつも頭が下がる思いです。まだ七十歳台の私などはその足元にも及びません。これからもエージシュートに挑戦してください(院長)

患者さんからの寄稿

知りた、「長英稿」とある和本の正体

福島市松川町 渡邊 武房さん

毎年、五月一日は宮代山王さま(福島市・日枝神社)のお祭り日だ。近郷近在から多くの人が集まり、五穀豊穰・家内安全を祈る。昨年は曇りがちだったが出掛け、私は「家内安全」などは小さい、「日本の平和」「世界の平和」を祈った。

境内いっばいに出店が立ち、草花、野菜の苗、農具、衣類などを売っている。大木の下に骨董屋さんを見付けて近寄ってみた。手前のダンボール箱には「大福帳」があふれていて、それを除くと意外なものが出た。そのうちの三冊を五百円で入手した。

次の一冊が本命と見込んで買った和本(写本)で、白く薄い表紙には『正四位 高野長英先生遺墨』と墨書してある。地(け)した、書物の下部をのぞけば「内科各論 泌尿器 二」とある。巻末には「長英稿」と記されている。大きさは昔の教科書よりやや大。袋綴じで丁付けがないので数えたら九十丁あった。

帰宅後、「CIN」など各種の目録を検索したが、「これではないか」と思うものは見当たらなかった。「これは全集に収められなかった一つ」、或は「これは未発見の『長英稿』の一つ」ではあるまいかと独り合点し、興奮に身震いし身体が熱くなった。



「全集」所蔵の福島県立図書館に出掛け、全4巻の「目次」と照合してみた。そこにはない。地にある書名は所蔵者が出し入れの便のため書き付けたものだから、目次にはないのが当たり前か。今度は体裁から見た。本文には病状ごとに、「症状」「原因」「剖検」などと、カット付きの見出し語が冒頭にある。だが、そんな体裁のものはない。

それから早くも一年が過ぎた。その間、本邦未発見の「長英稿」ではあるまいかと、高野長英記念館、日本医科大学図書館そして日本医学史の先生(泌尿器科)にお尋ねした。だが、いまだにその正体が分からない。「長英」とは陸奥水沢の人。シーボルトに蘭学を学び、江戸で町医者を開業。『夢物語』を著して幕府の対外政策を批判した。一八三九年(天保十)永牢。獄舎に放火させ脱獄し、沢三伯と変名して諸国に潜伏を続け、江戸で自刃した人である。福島宿の油屋(薬屋)にも投宿した。

今春もまたバスを乗り継いで同神社に出掛けた。詰所に寄り「今年は何つかしや丸清(郡山市)という骨董屋さんは出店していませんか」と尋ねたが、「分からない」という返事だった。隈なく歩いてみたが、それらしい店はなかった。おでんを食、悄然と引き返した。せめて、その「二」を探し出し、原本の刊記(出版の年月・所・刊行者など)だけでも知りたいものだと思っている。読者諸兄姉氏の「指導」を乞う。

*本当に貴重な家宝かも知れませんが、高野長英については私も詳しいことは知りませんが、少し心当たりを当たってみます(院長)

本邦で承認されているベンゾジアゼピン受容体作動薬

一般名	販売名	一般名	販売名
アルプラゾラム	コンスタン、ソラナックス 他	フルジアゼパム	エリスパン
エスゾピクロン	ルネスタ	フルタゾラム	コレミナール
エスタゾラム	ユーロジン 他	フルトラゼパム	レスタス
エチゾラム	デバス 他	フルニトラゼパム	サイレス、ロヒプノール 他
オキサゾラム	セレナール 他	フルラゼパム塩酸塩	ダルメート
クアゼパム	ドラール 他	プロチゾラム	レンドルミン 他
クロキサゾラム	セパゾン	プロマゼパム	レキシタン 他
クロチアゼパム	リーゼ 他	メキサゾラム	メレックス
クロラゼパムニカリウム	メンドン	メダゼパム	レスミット 他
クロルジアゼポキシド	コントロール 他	リルマザホン塩酸塩水和物	リスミー 他
ジアゼパム	セリソ、ホリソ、ダイアップ 他	ロフラゼパムエチル	メイラックス 他
ゾピクロン	アモバン 他	ロラゼパム	ワイバックス 他
ゾルピデム酒石酸塩	マイスリー 他	ロルメタゼパム	エバミール、ロラメット
トリアゾラム	ハルシオン 他	クロナゼパム	リボトリール、ランドセン
ニメタゼパム	エリミン	クロバザム	マイスタン
ハロキサゾラム	ソメリン	ミダゾラム	ミダフレッサ
		ニトラゼパム	ネルボン、ベンザリン 他

高橋康夫さん(福島市大森川柳)

艶っぽく濡れし紫陽花浮きもの

*紫陽花の花言葉は浮きものだそうです(院長)

ウサギさん

ダジャレ

メールが楽しめーる

今日の夜はメールをやめーる

メールでもめーる

メールをじっと見つめーる

*「ゆきうさぎは」は駄洒落でも何でもありません。皆さんの作品はすべて貴重です(院長)

医院からのお知らせ



【インフルエンザ予防接種について】

今年もインフルエンザワクチンの接種時期が近づいてまいりました。

岩谷医院では平成30年11月2日(金)より、一斉に接種を開始いたしますので、ご希望の方はお早めに受付窓口までご相談下さい。

予約の手順

ワクチンの予約につきましては、前回同様、接種日が決定した時点ではじめて「予約」という形になりますので、体調の良いうち早めに予約していただくことをお勧めします。

また、ワクチンが無駄なく…1人でも多くの方に接種していただきたい為、長期間にわたってのワクチンの保管(予約)は行っておりません。接種日時に接種できない場合はキャンセル扱いとなり、新たに一から予約という形となりますのでご了承下さい。

予約開始につきましては、平成30年10月22日(月)より一斉に予約開始となります。

①1回目予約…10月22日(月)～《11月中に接種できる方の予約》

②2回目予約…11月19日(月)～《12月に接種希望の方の予約》

【※注 ワクチンがなくなり次第、予約終了となりますのでご了承下さい。】

接種料金(自己負担金)

- ・福島市に住民登録がある満65歳以上の方… 1,400円(予定)
- ・60～65歳未満で障害者手帳1級の方… 1,400円(予定)
- ・生活保護者…………… 無 料(予定)
- ・一般の方…………… 4,000円

【※注 15歳未満の方は岩谷医院での接種は出来ませんのでご了承下さい。】

◎尚、例外としてワクチンが準備できる場合のみ、診察当日にワクチン接種ができる場合もありますので、受付窓口までお声をお掛け下さい。

【※注 原則的には予約制となります。】

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

*Mさんの盆栽に癒されているのは患者さんだけではありません。私も副院長もスタッフ全員が楽しみにしています(院長)



谷渡(タニワタリ) 別名「人工衛星の木」



ツルボ ハナゼキショウ サルスベリ



ヤマアジサイ(藍姫) ツクシカラマツ



谷渡(タニワタリ) 野バラ 深山海堂



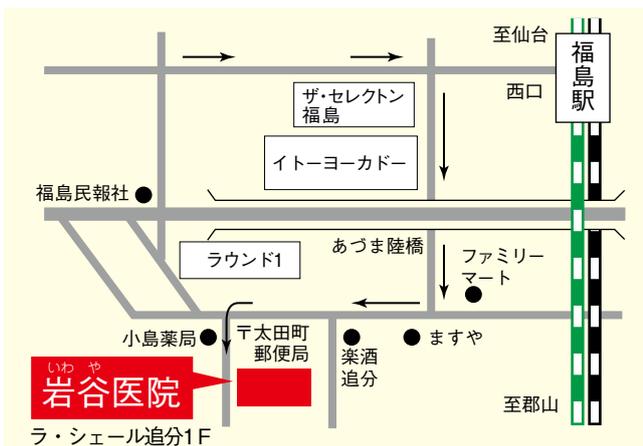
野バラ 山アジサイ(日向青デマリ)

我が家のペット 17



阿部家のチロ君、8才のオス(アメリカン コック スパニエル)

甘えたい時、かまってほしい時、黄色いボールをくわえて持ってくるんだそうです。



【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

『ゆきうさぎ50号』、多くの方々に感謝して

平成14年の開業時に発行した創刊号以来、年に3回発行してきた本紙「ゆきうさぎ」は開業17年の歩みと共に、50号となりました。こうして続けてこれたのも、その時々々に貴重な原稿をいただいた、たくさんの患者さんのお陰です。そして校正に協力してくれたスタッフの皆さん、その都度アドバイスをいただいた第一印刷の村井さんにも感謝しております。紙面は何でもありをモットーに、岩谷医院の歩みの記録としての側面を持ちながらも、その時々々の世の中の話なども自由に載せてまいりました。今後もこの姿勢を崩さずに続けていきますので、皆様のご協力、よろしくお願ひ申し上げます。