



医院だより

令和2年5月(202)

秋山医院

藤岡市小林748-8

☎0274-22-8315

五月 別名 皇月(きつき) (建午月(けんごげつ)・仲夏(ちゅうか)など 皇月の「き」は稲を表し、稲を植える月、稲の月という意味で「さつき」と言われたといひます。

『五月の花』

白詰草(しろつめくさ)、赤詰草(あかつめくさ)、藤、ライラック、躑躅(つつじ)、芍薬(しゃくやく)、牡丹(ぼたん)、鈴蘭、あやめ、杜若(かきつばた)

河出書房新社、鈴木充広書「暮らしに生かす旧暦ノート」、講談社カルチャーブックス365日「今日は何の日か?」辞典より
アツ桜



目次

- 1 表紙 五月の花、五月の言葉
- 2 五月のこよみ、おしらせ
- 3 健康テレホン 詩 けんこう(126)
- 6 新型コロナウイルスに関する問い合わせ先
- 7 院長のひとりごと(172)

『五月の言葉』

心を騒がせるな。神を信じなさい。そして、わたしをも信じなさい。私の父の家には住む所がたくさんある。もしなければ、あなた方のために場所を用意しに行くといったであろうか。行ってあなた方のために場所を用意したら、戻って来て、あなたがたを私のもとに迎える。こうして、わたしのいる所に、あなたがたもいることになる。(ヨハネ十四章1〜3節)

この世における私の生涯はどうでもよい。憎まれるのもよい、誤解されるのもよい、貧しいのもよい、裸であるのもよい。私の永久の運命はこの世における私の境遇によって定められるものではない。私の運命を定める者は、私のために自己(おのれ)を棄てられた私の救い主イエス・キリストである。彼は私のために場所を備えるために父のもとに行かれた。彼はまた来

て、あなた方を私のもとに迎えると約束なき
 った。私はこの世にあっては旅人である。暫
 時の滞留者である。私は一時、天幕をこの地
 に張る者である。永久の住処を築くものでは
 ない。神が私をお呼びになるとときには直ちに
 天幕の綱を断ち、これを畳んで彼の国へと急
 ぐ者である。

(内村鑑三『続一日一生』五月三日)

『五月の暦』

- 一日 八十八夜、メーデー
- 三日 憲法記念日
- 四日 みどりの日
- 五日 こどもの日、立夏
- 六日 振替休日
- 八日 花まつり
- 十日 母の日、愛鳥週間
- 十二日 看護の日
- 十四日 出雲大社例祭
- 十五日 沖縄本土復帰記念日
- 十六日 伊豆下田黒船祭
- 二十日 小満
- 二十一日 親鸞聖人誕生会
- 三十一日 世界禁煙デー

参考 鈴木充広著「暮らしに生かす旧暦ノート」河出書房、

平成三十一年神宮館運勢暦(神宮館)

暮らしの歳時記365日』今日は何の日か?』(講談社)

お知らせ

一、保険証の提示について

月の最初の受診時には、受付に保険証
 をご提示ください。

二、診療案内

- 一般外来診療・往診・在宅医療
- 禁煙外来
- 骨粗鬆症の検査・治療
- ピロリ菌有無の検査と除菌
- CT、MRI、PETの予約
- 胃カメラ・大腸カメラ

新型コロナウイルス肺炎蔓延中のため、現在は休止
 しています

○ 肺炎球菌・带状疱疹ワクチン

三、六月二十一日(日)は

休日当番医です。九時から十八時まで。ご利用
 ください。

*次は、八月二十三日(日)となります。

四、外来の一部予約制の利用について

外来の混雑でご迷惑をおかけしています。
 待ち時間を減らす努力はいつも心がけて
 おりますが、救急の人や重症な患者さん
 が多く、全員の予約制は取れない現状で
 す。

どうしても時間に制約がおありの方には

☆1時間2名ずつ、予約制で診療を行っ
 ていますのでご利用ください。

前日までの診療時間内に来院されるか電話
 で受付けておりますので、ご利用くださ
 い。

なお、予約を取っていただいても重症者の処
 置などで予約時間内に診察できないことがあ
 りますが、医療機関としての事情をご理解い
 ただきたく存じます。

ご意見、ご助言等ございましたら、玄関にあ
 るご意見箱か、職員、院長までお話しただ
 ければ参考にさせていただきます。

五、木曜日の診療について

内視鏡検査(胃カメラ、大腸ファイバー)がコロナ
 感染防止のため当分できないため、外来は一般外
 来をこれまで通り行っています。

電話〇二七―三三四―四九七〇

<http://www.raijin.com/kenko/>

月	睡眠剤、ほんとうに飲みますか？
火	キシリトールについての誤解
水	月経前症候群(PMS)とは
木	60歳で24本以上の自分の歯がありますか？
金	腰の痛み
土	舌苔

くち

まどみちお

いわなかったことは

いったことの

たいがい いつも

なんばいかだ

それに

いったことは

たいがい いつも

いうまでも なかったことだ

で くちも

くちで ありうるわけか

こんなにして

ぐちる ときだけは

くちらしい くちで

童話屋 工藤直子編 まど・みちお詩集

『せんねんまんねん』から

若葉する

今日のこの道ゆたかにて

老のこころのうきうきする

土屋文明『青南集』から

けんこう (百二十六)

新型コロナウイルス肺炎(3)

1 はじめに

2019年12月31日、中国湖北省武

漢市に端を発した新型コロナウイルス感

染症は、数か月で世界各地に感染が広が

り、国内でも指定感染症に指定され様々

な対策が取られているところです。国内で

は感染経路が明確でない感染例が数多く

報告されており、高齢者施設では入所

者、職員ともに感染例が報告されていま

す。医療従事者の感染や院内感染が問題

になると同時に、医療防護具(マスク、帽

子、手袋、ガウンなど)の不足により医療

現場が危険にさらされるなど、医療崩壊

に陥りかねない状態が続いています。しか

しこの事態に無関心な隣人が数多くあ

り、国民の健康が危機にあるのが現状で

す。

2 2020年5月11日現在

① 感染者数(死亡者数)

世界 400万6527人(27万8892人)

日本 1万5874人(643人)

② 群馬県のデータ

群馬県	147人	(17人)
前橋市	4	
高崎市	18	
桐生市	2	
伊勢崎市	64	(15)
太田市	11	
沼田市	3	
館林市	3	
渋川市	2	
藤岡市	2	
富岡市	12	
安中市	2	
みどり市	1	
榛東村	1	
片品村	1	
玉村町	6	
大泉町	5	
県外	4	
居住地確認中	4	
非公表		(1)

3 発熱などの症状あるときの対応

相談窓口と相談する判断が変わりました。

症状

- ・ 風邪の症状や37.5℃以上の発熱が4日以上続いている。
- ・ 強いだるさ(倦怠感)や息苦しさ(呼吸困難)がある。
- ・ 高齢者や基礎疾患等のある方は、前記の状態が2日程度続く場合。



- ・ 息苦しさ、強いだるさ、高熱など強い症状のいずれかがある人
- ・ 高齢者や基礎疾患がある人など、重症化しやすい人で、発熱やせきなど、比較的軽い風邪の症状がある人
- ・ 右記以外の人で、発熱やせきなど比較的軽い風邪の症状が続く人

【相談後、医療機関にかかるときのお願い】

- コールセンターから受診を勧められた医療機関を受診してください。複数の医療機関を受診することはお控えください
- 医療機関を受診する際にはマスクを着用

4 当院での対応(3に追加)

- 院内に入る前に、電話で医院窓口に連絡してください。
- 携帯電話をお持ちでない方は、玄関ドアの手前左にある、インターホンで連絡してください。
- ① 発熱などの風邪症状がある方は、玄関に入る前に、電話か、玄関に設置したインターホンで受付まで連絡してください。
- ② 発熱・咳などのある方は車かご自宅で待つていただくことがあります。
- ③ 車まで医師が行って診察する場合があります。連絡をしたら、車窓を開けて、換気し、マスクをかけたお待ちください。
- ④ 電話で様子を伺い、処方を行い薬局に行っていたこともあります。またご様子で、コールセンターへの連絡をお勧めすることがあります。

⑤ 玄関に入られたらすぐにアルコールで手指の消毒をしてください。アルコールにアレルギーのある方は受付に声をかけて下さい。

⑥ トイレの後は必ず石鹸と水で手を洗って下さい。

⑦ 相互の飛沫感染防御のために、受付カウンターや診察室、処置室でボード、ビニールカーテンで仕切っておりますがご理解ください。

⑧ トイレでの手洗い後に使用したペーパータオル以外は、使用したティッシュペーパーなどはお持ち帰りください。

(待合室のごみ入れは感染防止のため撤去しました)

⑨ 待合室での大声での談笑はできるだけ避けてください。

5 自分たちでやれることは

しっかりとやりましょう！

(1) 標準予防策の徹底

① 呼吸器衛生・咳エチケット

例 肘を口に当てる

② 個人防護具の着用

例 マスクの着用

③ アルコールまたは石鹸による手指消毒

(2) 医療者の感染予防策

① 飛沫感染予防策、接触感染予防策

例 ゴーグル、ガウン、手袋、マスク

(2) 部屋の換気

(3) 患者様への対応

① 他の患者との動線を切り離す

② 待合室での感染がないように

③ 換気の励行

6 まとめ

いろいろな無理なことをお願いしているのには理由があります。

① 医院のスタッフに感染の疑いが出た場合には医院は閉鎖されます。

医院には、一般の慢性疾患などの患者さんや急を要する患者さんが多く来院するほかに重症な在宅患者さんへの往診も多くあります。閉院によりこれらの方々への診療が継続できなくなりますとどれほど多くの不安・混乱を招くか計り知れません。おひとりおひとりがご自分の健康

を守ることはこれまで通りお手伝いさせていただきます。

② それとともにほかの方々の健康にも気を配りながら、一刻も早く新型コロナウイルスの収束をみんなと一緒に待っていただきたいのです。

ご不便なこと重々承知しておりますが、なにとぞご理解いただきたく、お願い申し上げます。

新型コロナウイルスに関する問い合わせ先	
---------------------	--

群馬県(高崎、前橋を除く)新型コロナウイルス感染症コールセンター	0570-082-820 (平日・休日間わず、9時から21時) 上記以外 027-223-1111
前橋市保健所	027-220-1151 (8時半から21時) 上記以外(夜間・休日) 027-224-1111
高崎市保健所	平日(受診相談)8時半から21時 027-381-6112 平日(一般相談)8時半から17時15分 027-381-6113,027-381-6114 (上記以外の時間は夜間休日電話へ) 夜間休日 027-381-6123
埼玉県新型コロナウイルス感染症県民サポートセンター	0570-783-770(24時間受付)



(竹沼)
野薔薇



(竹沼)
紫蘭

マスク

◇コロナ禍のために世界中でマスクの需要が高まり、爆買いや欠品、買い占めと高値販売、果ては一千枚、一万枚分の前払いさせて、10枚しか送ってこなかったり、マスクの写真を送ってくる詐欺商法も横行している。人の弱みに付け込んで、利益を上げようとする国会議員も隣国も、醜態をさらけ出して平然としている姿は、実に哀れである。

藤岡市根岸で



◆朝昼に体が動かせない日があっても、日が延びてきたので外来の診察が終わると、夕暮れの

田んぼ道や神流川の堤防を歩けるからその点は良い。

薄暗くなると蚊柱がいくつも立つ。それを突っ切ろうとすると、無造作に顔に当たる感覚に鳥肌を立てて急ぎ足で歩く。抜けたと思ったら、口の中に蚊が一匹。ペツと吐いて、「嫌な奴、でも死ぬなよ」と声をかける。当然死んでしまっている。

◇マスクはしていたが、おそらく鼻と頬の間の間から入ったのだろう。蚊の大きさは2〜4ミリ程度だろう。PM2.5 問題が騒がれていたことがあつたが、これは

竹沼の亀



「Particulate Matter (粒子状物質)」の頭文字のPMと数字の2.5は2.5μmで

ほぼ煙の粒子の大きさである。蚊の約千分の一の大きさだから、マスクと皮膚の間に隙間があれば、煙の粒子なら苦も無く口や鼻から体内に侵入してゆくことになる。話題の新型コロナウイルスは80〜220nmの大きさだというから、蚊の1万から10万分の1の大きさという計算になる。

◆マスクをつけているだけではだめで、頬の皮膚としっかりフィット(密着)していなければ、たといN95マスクであっても、もやもやぞろぞろとウイルスは大量に鼻腔や口腔、目から入ってくるはず、そんなことを考えるとまたまた怖気心地になってしまう。

これから暑い夏がやってくると、マスク装着による熱中症も心配される。苦難の道はまだまだ続く。

二つの災禍と心の持ち方

◇2011年3月11日、東北地方を大きな地震が襲った。それによる10メートルを超える大津波が襲い、死者・行方不明者数1万8428人、建築物の全壊・半壊合わせて40万4893戸と言われている。これに合わせて東京電力第

一原子力発電所1〜5号機で全交流電源喪失、1, 2, 3号炉で炉心溶融(メルトダウン)が発生したが冷却装置が働かなかつた。

このとき、私は、その2年前に亡くなった小学校の恩師のことを思い出していた。

◆2019年暮れから中国湖北省武漢市に端を発したコロナ禍は瞬く間に世界中に広がり、すでに27万人を超える人命が失われている。

今も猛威を振るっており収束の気配はまだない。未曾有の災禍に世界中が怖気づいて身動きできない状態であるがわたしはふと、3年前に亡くなられた、日野原重明先生のことを思い出し、生きておられたら、どんな助言をしてくれたらどうかと考えた。

◇いくつになっても、先人の意見は聞きたいものであるが、それを一生続けられるはずがない。そして、小学校の恩師にも、日野原先生にもこれらの災禍が亡くなられた後だったのでお二人の哀しみを増やさずに済んだことをかえって良かったと考えるようになった。

◆大きな出来事に会ったときの対処について大きな教訓を得た出来事に遭遇したことがある。

十余年前、私は一人で40人のグループに加わってイスラエルへ聖地旅行をした。八日間の

行程の最後の2日目に若いご夫妻の奥さんが40度近い熱を出した。夜中にエルサレムの病院の救急室に団長と私と4人で行き、腎盂炎の診断で抗生物質が処方された。

◇帰国の日、空港に向かうバスの中でも熱が下がらない。停車した時、団長がどうすればよいかと私に尋ねた。40度の発熱の人に十数時間のフライトは命がけでやるべきことではないのではないかと、と答えたが、40人を導く団長としては、この夫妻をエルサレムに残して帰るわけにはいかない立場にあった。私は常識的な意見しか言えなかったことを恥じた。

◆団長はしばらく一人で神に祈り、そして決心され、一緒に連れて帰ることになった。搭乗してみると幸いこのご夫妻の隣が空席だったため、若い奥さんは二人分の椅子に横になることができた。これはこの女性の回復にとっても良い効果があった。搭乗するときには意識も朦朧状態で体格の良いご主人によりやく支えられていたのであったが、飛行中ゆつくり休むことができた。

◇日本時間一月2日、午前3時45分、テルアビブ空港離陸、8時45分ウズベキスタン、タシケント空港着、十一時45分タシケントを離陸した。その間に女性は徐々に回復し、笑顔も見えるようになった。18時45分成田空港に無事到着した。

やるべきことはやって、そのあとのことは超自然的な存在にお預けしてひたすら祈るという場面にも、旅行中何度か遭遇し最初は奇異に感じることもあったが、その都度解決方法が示されたのを見るに及んでは、これがこの旅行で得た大きな宝だったと今思い出しても心が震える。

