

医院だより

令和5年12月(245)

秋山医院

藤岡市小林748-8

☎0274-22-8315

十二月

別名 師走(しわす)・建丑月

(けんちゅうげつ)・季冬(きとう) 極月(ごくげつ)
年末の忙しさに普段は悠揚迫らない態度で過ごす
お坊さん(法師)でさえも走る月と言ひ慣わされ
ていますが、語源は年の終わりの月「年果(とし
は)つる月」、あるいはすべての農作業を終える
月で「為果(しは)つ月」から転じたのではない
かと言われています。

(河出書房新社、鈴木光弘著「暮らして生かす旧暦ノート」より)

鬼石、冬桜



目次

- 1 十二月の異称、十二月の花、十二月の言葉
- 2 十二月の暦
- 3 『かかりつけ医』について、お知らせ、診療案内、
当番医、五月八日以降のコロナ対応、健康テレフ
オン、日野原重明先生の言葉、
- 4 大岡 信選集、けんこう(二六八)
- 5 これからのワクチン接種に関して、群馬県感染症発
生動向調査より
- 6 院長のひとりごと(二二四)

「十二月の花」

椿、柊(ひいらぎ)、枇杷(びわ)、シクラメ
ン、ゼラニウム、君子蘭。

当地群馬鬼石の冬桜。染井吉野より花は小さいが、
めずらしい4月、12月の二度咲きで「上毛かるた」に
も歌われている。『三波石と共に名高い冬桜』

『十二月の言葉』

そのうちの一人、律法の専門家が、イエスを試そうとして
尋ねた。「先生、律法の中で、どの掟が最も重要でしょう
か。」イエスは言われた。『心を尽くし、精神を尽くし、思い
を尽くして、あなたの神である主を愛しなさい』これが最も
重要な第一の掟である。第二もこれと同じように重要であ

2
る。『隣人を自分のように愛しなさい』律法全体と予

言者は、この二つの掟に基づいている。」

(マタイによる福音書第二二章三五―四〇節)

神を愛し人を愛することである、私の礼拝はこれである、私の信仰はこれである、私の奉仕はこれである。これを除いて私に宗教というものは無い。教会何者ぞ、儀式何者ぞ、教義何者ぞ。神学何者ぞ。もし私に愛がないならば、私は無神の徒であり、異端の魁(かしら)である。私の口と筆とをもって私の信仰を表白(あらわ)したからと言って私は信者ではない、私は愛するだけ、それだけの信者であるのみ。私の愛以上に私の信仰はなく、また私の愛以下に私の宗教というものは無い。

内村鑑三「一日一生」十一月一六日

「十二月の暦」

一日 映画の日(エジソンが発明したキネトス

コップが日本に上陸したのが、一八九六年、十二月一日神戸の神港クラブで2台の映写機、10本のプリントが公開された。)鉄の記念日、世界エイズデー

三日 秩父夜祭、カレンダーの日 一八七

二年、維新の政府は突然「来たる十二月三日を新暦の明治六年一月一日とする」と太政官布告を行い庶民は驚くば

かりであつた。太陽暦の外国との交渉に陰

暦は具合が悪かつたのが実情と。

七日 大雪 いやいよ本格的に雪が降りだすころのこ

と。降雪地方では、雪の重みで木が折れないように雪吊りをします

初候 閉塞く冬と成る(そらきむくふゆとなる)

天地の陽気がふさがり、真冬が訪れるころ。重たい灰色の雲におおわれた空は雪曇(ゆきぐもり)と呼ばれます。

(新暦では、およそ十二月七日〜十二月十一日ごろ)

次候 熊穴に蟄る(こもる) 熊が穴に入つて冬ごもりする

ころ。冬の間子どもを産み育てる雌もいるとのこと。

(新暦ではおよそ十二月十二日〜十二月十五日)

末候 鱈魚群が(さけむらがる)

鮭が群れをなして川を遮るころ。

海で大きく育ち、ふるさとの川へ帰ってきます。

(新暦では、およそ十二月十六日〜十二月二十一日ごろ)

九日 皇后誕生日、漱石忌

十日 世界人權デー

十四日 東京高輪泉岳寺義士祭

二十二日 冬至 一年でもっとも昼が短く、夜が長い

ころのこと。これから日が延びていくので、

古代には冬至が一年の始まりでした。

初候 乃東生ず(なつかれくさしようず)うつぼぐき

の芽が出てくるころ。年の瀬も押し迫り忙しい時期ですが、たまには休息も。

(新暦ではおよそ十二月二十一日〜十二月二十五日ごろ)

次候 麋角解つる(しかのつのおつる)大鹿の角が、抜

け落ちて、生え変わるころ。トナカイの仲間、

大鹿の角のことを麋角(びかく)といいます。

(新暦では、およそ十二月二十六日〜十二月三十日ごろ)

末候 雪下麦を出だす(せつかむぎをいだす)

降り積もる雪の下で、麦が芽を出すころ。地

中や、冬木立の枝先で植物は芽吹く力を育みます。

(新暦では、およそ十二月三十一日〜一月四日ごろ)

二十四日 クリスマス・イブ

二十五日 クリスマス・蕪村忌

二十八日 官庁御用納め

三十一日 年越し、大はらい、除夜の鐘、男鹿

なまはげ、出羽三山松例祭

参考 令和5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)

「かかりつけ医」について

当院では、日本医師会に認定された日医かかりつけ医機能研修制度の「かかりつけ医」が診療にあたります

お知らせ

「マイナンバーカードでの受付ができます。保険証の代わりに使えます。将来的には他院での処方や特定検診結果もここから知ることができます。

・またマイナンバーカードがない方は、月の最初の受診時には、受付に保険証を提示してください。

3
(これに関してはまだ国の方針がはっきりしていない感じがします)

二、診療案内

○一般外来診療・往診・在宅医療

○骨粗鬆症の検査・治療

○ピロリ菌の検査と治療

○CT、MRI、PETの予約

○胃カメラ・大腸カメラ

○肺炎球菌・带状疱疹ワクチン

三、当番医 ①一月一日(月)9時から18時まで

四、5月8日からコロナ対応の変化(制度)

新型コロナウイルス「2類相当」↓「5類」に変更されました。

どこが変わったか？

- ① 医療費やワクチン接種の公費負担は段階的に縮小
- ② コロナ患者に対応する医療機関を段階的に拡大
- ③ 医療費の公費負担と医療提供体制も変わる
- ④ マスク着用は屋内外を問わず、個人の主体的な選択を尊重
- ⑤ 感染者の全数把握を終了、定点把握に移行

五、群馬県保険医協会二十四時間健康テレホン

電話〇二七―二三四―四九七〇

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

月	お口ぼかん？口唇閉鎖不全症
火	健診のすすめ・胃の検査
水	妊娠と薬
木	歯ぐきの出血
金	乳児の消化不良
土日	歯のホワイトニング

日野原重明先生の「遺したかった言葉」

僕は幸い、周囲の人に恵まれ、たくさん愛を頂いてきました。僕の生きる力、エネルギー源となるものです。そしてそれは、「求めよ。さらば与えられん」という聖書の言葉のとおり、僕が愛を求め続けてきた結果なのだと思います。愛することと愛されること、というのは、与える愛と与えられる愛、と言い換えることもできますね。

古今東西、人間にとって愛は大きなテーマです。愛してほしいというのは当たり前の感情です。人は一人では生きていくことはできませんし、誰かを愛したとき、その人に愛されたいと感じるのが人というものでしょう。

では、愛されるためにはどうしたらいいでしょうか。僕が聞いた、とても素敵な話があります。

イタリアの大歌手フィオレンツァ・コッソットが、舞台に出るときの話です。75歳まで異例の長い舞台生活を送った彼女には、聴衆と一体になり、愛されるための秘訣があるそうです。

ステージの上で何千人も前にして、自分というものを音楽の中で表現する、つまりさらけ出すという行為をするときに、心の中で一番障壁となるのが、聴衆に自分は愛されているだろうかという不安に襲われることだそうです。もしも何千人もの聴衆の中の一人でも自分を嫌っているのではないかと思うとその瞬間に自分を見失ってしまうかもしれない。そんな繊細な心を持った彼女は、あるとき気がついたそうです。

今日この会場にいる全員に愛されるためには、まず私が今日ここにいる全員を心から愛さなければならないのだと。

それから彼女は、舞台に出るときはいつも、心の中で一人一人に「私はあなたのことを愛しています」という思いを伝えるのだそうです。

そうすると必ずその気持ちが聴衆に伝わる。異例ともいえる彼女の長いキャリアは、彼女自身と聴衆との愛の交換によって成り立ったのかもしれない。

日野原重明「生きていくあなたへ」

恵まれて小さな星に棲みながら人間もつとも凶悪である

坪野哲久

『人間旦暮』(昭六三) 所収。坪野哲久はこの歌集が出る直前に八十二歳で逝去(十一月九日)したが、若かりし日から短歌と日常生活の思想とを一体のものとして表現することに、歌人としての全力を傾けた。老境にはいっても悟達した歌いぶりとは無縁だったばかりか、死の前年の元日から一年間、毎日欠かさず思索の跡を何首かの歌に詠む意力充実ぶりだった。これは昭和六十二年十二月九日の作。

汲みたての井戸水が持つ匂(にほ)やかさ

かくしも我のあるべかりける

土田耕平

『斑雪(はだれ)』(昭八)所収。長野県上諏訪町に生まれ、昭和十五年四十五歳で同県伊奈に没した。少年時代両親と死別、孤独に育ち、中学も中退したが、同郷の島本赤彦を知って「アララギ」に入会、上京して赤彦宅に同居、歌誌編集にも参与した。その後中学も卒業でき、教職についたが、病で長い療養生活を強いられ、結局若死にした。そういう生涯の人の、今日では絶えて見られない種類の歌である。清らかで寂しい。

けんこう (百六十八)

新型コロナウイルスの「5類以降」後の制度や生活

(5月8日読売新聞より)

一 感染者への対応

- ① 自宅待機(外出自粛)
自治体による要請はなくなり、個人判断に。政府は「発症後5日間」は外出を控えることを推奨
- ② 入院
入院勧告・指示はなし。個人判断に
小中高校などの児童生徒
「発症後5日間」かつ「軽快後1日」が過ぎるまで出席停止
- ③ 医療体制
幅広い医療機関で対応する通常の体制へ段階的に移行
- ④ 医療費の窓口支払い分
原則、自己負担。コロナ治療薬(経口薬:ラゲブリオ、ゾコーバ、点滴薬:ベクルリー、中和抗体薬:ロナプリーブ、ゼビュディ、エバジエルド)や入院医療費は急激な負担増を避けるため、9月末まで、高額療養費の自己負担限度額から2万円を減額、2万円以下の場合はその額を減額する。
- ⑥ ウイルス検査

費用は原則、自己負担

高齢者施設などのクラスター対策は支援継続

二 日常の感染対策

- ① マスクや、店舗などでの対策

個人や事業者の判断

三 ワクチン

- ① 接種費用

2024年3月末までは自己負担なし

四 感染動向の把握

- ① 感染者の把握

毎日の全感染者数の集計は終了。全国約5000医療機関の患者数を週1回公表する定点把握に変更

- ② 死者数

毎日の集計は終了。約5か月遅れの「人口動態統計」で月単位の公表に

五 政府・自治体による制限

- ① 緊急事態宣言など

緊急事態宣言、まん延防止等重点措置とも適用できない

- ② 行動制限

特措法に基づく営業自粛、外出自粛要請などはできない

- ③ 水際対策

入国時の陰性証明かワクチン接種証明の提示は、4月28日で既に終了。

六、これからのワクチン接種に関して

- ① 世界子供白書2023で世界では2019～21にかけて約6700万人の子供たちがワクチン接種機会を逸したと報告
- ② UNICEFは、世界的予防接種低下の理由として、
 - ・パンデミックに対する不安
 - ・ソーシャルメディアなどを介した誤解を招く情報へのアクセス増加
 - ・専門家に対する信頼の低下
 - ・政治的に二極化
 などにより、ワクチン忌避が発生しやすくなっている可能性を指摘している。
- ③ 接種機会を失った子供たちはアフリカや東南アジアに多いが、日本でも、麻疹風疹ワクチン第1期接種率が98.5%(2020)から93.5%(2021)まで低下していることがわかった。空気感染疾患である麻疹の集団免疫閾値(ある集団において感染症が伝播するのを防ぐのに必要となる免疫を持つ人の割合)は92～94%とされている。今後海外からの訪日客が増加することを考えると、国内における麻疹再流行の可能性が高い。

④ 日本は、COVID-19流行以前から

ワクチンに対する信頼性が最も低い国として知られていた。COVID-19流行後は重要性を認識する率は30%低下し、54%にとどまっているとされています。

(ワクチンのありがたみを実感できない、有害事象は強烈に報道されることが原因か?)

七、群馬県感染症発生動向調査より(43週)

(群馬県衛生環境研究所感染制御センター)

(1) インフルエンザの報告が増加しており、県内で

* 警報が発令されました。周りに感染を広げないよう、咳やくしゃみが出るときはマスクを着用するなど、咳エチケットを行いましょう。

(2)

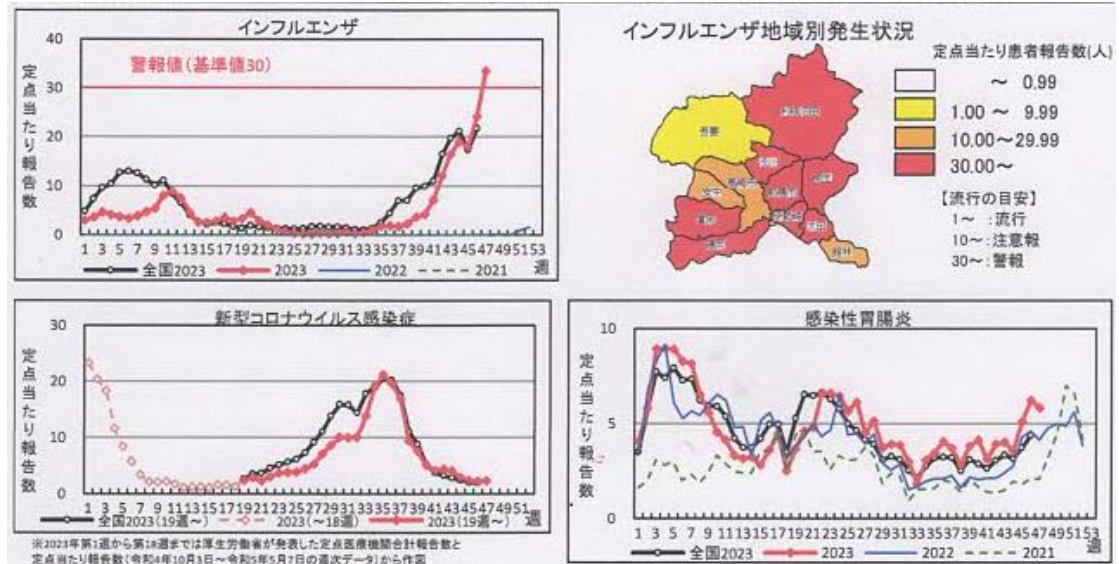
感染性胃腸炎が一部の地域で多く報告されています。汚染された手・食品・水などを通して口から感染するので、ふん便やおう吐物を処理する時は、使い捨て手袋を着用し、慎重に行いましょう。消毒液は塩素系漂白剤(次亜塩素酸ナトリウム)が有効です。

* 警報について インフルエンザには「流行期入りの目安」として「1」があります。

一週間の定点医療機関あたり報告数が1を上回ると、インフルエンザが流行期に入ったと考えられます。ただ

し、あくまでも目安であり、1週のデータのみで判断するのではなく継続的に推移を確認して判断することが重要です。

警報 レベル		注意報レベル	流行期入り
開始基準値	終息基準値	基準値	目安
30	10	10	1



院長のひとりごと(二二四)

◆腺病質体質だったわたしは少しのことで顔が真っ青になり、気を失ってしまうことも2回ほどあったことを覚えています。家の中から飛び出して外玄関で倒れたことがあります、それに気づいた母が家の中から駆けだして両手できつと掬(すく)い上げ、口に乳房を押し当てられた。いやむしろその状態で気が付いたというのが本当だったかもしれない。動物的反射というものだったか。後年私は、母のその時の対応の話が出ると、半ば照れ隠しに、困ったものだ、カアちゃん(母)は気が狂ったようになるんだから、と弁解していた。母はにこにこして反論しなかった。

乳(ちち)に関し、興味をもった話をあと三つ(紹介します。

一、もう四十年以上も前のことである、関西で開催された学会に一人で行ったときのこと。学会前夜、街に出てみたが、書店の入り方しか知らなかったの、ある小さな本屋に入って手にしたのが、栄養学者、川島四郎氏が書いた「くだもの栄養学」という一般向けの本であった。学会以上にこの本のとりこになり、その後シリーズものを十冊くらい買い集めた。

その中で、乳汁は乳腺細胞から分泌される瞬間に赤い血液からパツと白色に変わるのだということを知った。きわめて衝撃的神秘的な変化だと書かれていた。「ちち」という語の由来はまさに「血」に由来することからの名称だとも書かれていた。なんと興味深い話かとその後この著者の本を買いあさって読んだ。(今回その本を探したが全集そっくり物置に積み込まれてしまつて確認が間に合わなかったのが残念です)

二、目へ乳(ちち)をさす引越(ひっこし)の中

「医院だより」でご紹介している大岡 信氏が一九九八年二月十八日の夕刊の「新折々のうた」で「…この句は引つ越し騒ぎの一こま。あまり忙しくて、赤ん坊に乳をふくませる暇もなく、つい赤子の目におっぱいを飲ませてしまう母親」と書いたという。私は、ああなるほど、引つ越しの時には車の中で揺れたりするとそういうこともあるだろうな、と納得したのだが、実はその後、百数十通のはがきや封書が届いたので大岡氏はびっくりしてしまつたといひます。それによると、氏が尊敬していたある俳諧研究家が

『(この句は) 引つ越し騒ぎの最中ゴミが眼に入つてそれを眼の外に出すために、衛生上も安全な(?) 乳を注いでもらつた図です』と。ここまではほかの人たちと同様の内容を示したほかに、

『母の眼に娘の乳の恩返し』

7
などの例句を示されたということです。

助産師をやっていた家内にこの話をするると助産婦学校で日本では古くから目に入ったごみを乳汁で洗い流す習慣があったことを教わったことを話してくれた。そういう習慣があったことを知れば、大岡さんに反論の投書が多かったことは頷けます。

三、乳(ちち)に関する、耳を塞ぎたくなる話が鴨長明の『方丈記』養和年間(一一八一―一一八二年)の記録にあります。(訳、解説は新潮日本古典集成昭和五十一による)

「いとあはれなることも侍りき。さがたき(離れ難い)妻をとこ(夫)持ちたるものは、その思ひまざりて深きもの(その愛情がより深い方の者が)、必ず先立ちて死ぬ。その故は、わが身は次にして、人をいたはしく思ふ(相手をふびんに思う)あいだに(ので)、まれまれ得たる食ひ物をも、かれ(相手)にゆづるによりてなり。されば、親子あるものは(親子の關係あるものは)、定まれることにて(決まって)、親ぞ先立ちける。また、母の命尽きたるを知らずして、いとけなき子の、なほ乳(ち)を吸ひつつ臥せるなどもありけり。」

◆方丈記は今から千年近く以前の出来事です、

決して過去のことではなく、今も地球上での争いの陰で実際起きている地獄絵です。私たちにできることは何かないのでしょうか？

◇ミシンの販売で学校に出入りしていたEさんという四十代後半の男性が、父と一緒に帰ってきて家に寄ったことがありました。はしやぎついでに、ふざけてヒョロヒョロの小学生三年くらいの私の両腕を掴まえてヒコークのようにぐるぐると回したことがありました。

「あーその子は弱い子だから、それは止めておいてください」

と父が言って、Eさんが拍子抜けをしたことがあり、私は父も母も自分の弱さを見抜いていたことを知りました。

今六十年以上も経て振り返ってみた時、ひよっとして、私が玄関で気を失いかけたとき、母のつつきの行動がなかったら私は気を失ったままで、今の私はいなかったのかもしれない、ということに思い当たりました。



桜山寒桜



雪と紅葉(新潟)