

医院だより

秋 山 医 院
藤岡市小林748-8
☎0274-22-8315

8月 別名 葉月(はつき)、建西月(けんゆう)

げつ)、仲秋(ちゅうしゅう)

葉月の語源として「葉落ち月」ではないかと言われます。他方、中国では古くから月に生えていると信じられていた桂の葉の月という意味だとも言われています。やがて秋の気配が漂い始め、月見月(つきみづき)、観月(かんげつ)桂月(けいげつ)、雁来月(がんきづき)、燕去月(えんきよづき)などと呼ばれる頃となります。

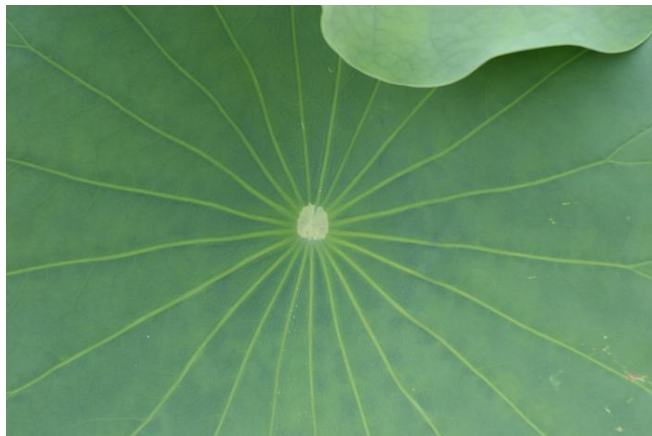
赤堀、蓮園



『八月の花』

向日葵(ひまわり)、朝顔(あさがお)、百日紅(さるすべり)、カンナ、白粉花(おしろいばな)、大待宵草(おおまつよいぐさ)、百日草、鷺草(さぎそう)、露草(つゆくさ)など

蓮の葉の文様



『八月の言葉』

『立秋(りっしゅう)』初めて秋の気配がほの見えるころのこと。まだ暑い盛りですが、これ以降は夏の名残りの残暑と言います。

『秋隣(あきとなり)』秋の気配をすぐそばに感じる、という意味の夏の季語。八月の暑いさなかに時折吹

く涼風朝晩の涼しさ、虫の鳴き声の変化、草木のようすなどに秋の近付きを感じます。

松が根に小草花さく秋隣

正岡子規

『つゆくさ』瑠璃色をした小さな花で、道端や畑の隅に咲いています。花の時期は七月から九月。

古くは花の摺り布を染めたので着き草(つゆくさ)と呼ばれ、転じて月草の名で歌に詠まれたとのこと。染めた着物がすぐ色褪せてしまうので、心の移ろいやはかなさを感じさせる歌の言葉になりました。

百(もも)に千(ち)に人は言ふとも月草の

うつろふ心我れ持てめやも

読み人知らず

(たとえ人がいるんなことを言おうとも、わたしの心は、月草のように移ろふことなくあなたをいちずに思っています)

ツククサ



『処暑(しよしょ)』暑さが少し和らぐころのことをいいます。朝の風や夜の虫の声に、秋の気配が漂い出します。

『二百十日(にひゃくとおか)』立春から数えて二百十日目。台風がやって来る日とされています。

『真夏日』最高気温が三十度以上の日

『熱帯夜』明け方の最低気温が二十五度以下にならない夜をいう。

『夕立ち』夏のわか雨。雷を伴い、夕方に降ることが多いのでこういう。

『土用波』夏の土用、立秋の前十八日間に寄せてくる大きい波。南方海上に発生した大型台風の影響で起きます。晴天で暑さも真つ盛り、穏やかな天氣の海岸に高い波が押し寄せるため、遊泳禁止になることがあります。

『残暑』八月を過ぎても暑さはまだまだおさまらない。立秋を過ぎても暑いことを残暑と言います。



『八月の暦』

一日 八朔、水の日、

二日 青森ねぶた祭り(七日まで)八代將軍徳川吉宗、目安箱設置(一七二二)

三日 秋田竿灯(六日まで)

五日 山形花笠祭(七日まで)タクシーの日

六日 広島平和記念日、仙台七夕(八日まで)

七日 立秋、鼻の日、木曾御嶽御神火祭

八日 世阿弥忌

九日 長崎原爆の日、京都清水寺千日詣り

十日 西鶴忌

十一日 山の日

十五日 終戦記念日

十八日 伝教大師誕生会、太閤忌

十九日 バイクの日

二十三日 処暑、一遍上人忌

三十日 マッカーサー来日(一九四五)

参考 鈴木充広著「暮らしに生かす旧暦ノート」河出書房

白井明大「日本の七十二候を楽しむ」(東邦出版、

平成二十九年神宮館運勢暦(神宮館)

日本大歳時記・暮らしの歳時記(講談社)

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、当番医は八月二十七日（日）

三、休診のお知らせ

九月十六日（土）お休みします。

四、第8回文化講演会お知らせ

キリスト教は何を教えているのか？

第5回（最終回）

『内村鑑三と新島襄』

講師 高崎日高教会 中村孝志牧師

期日 八月十八日（金）午後七時

会場 秋山医院待合室

どなたも参加できます。内容は多少変わるかもしれません。ご質問歓迎します。

全5回、今回が最終回となります。

五、開院十五周年記念コンサート

フルート 鶴渕 千景さん

ピアノ 田中悠一郎さん

で平成29年7月20日（木）午後7時から当院待合室で開催され五十人の皆さまと演奏を楽しみました。



七、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

○ ピロリ菌有無の検索と除菌

○ 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

八、外来の一部予約制の利用について

☆1時間1名ずつ、予約制で診療を行っています。前日までに受付でご予約ください。是非ご利用下さい。

九、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.rajin.com/kenko/>

月曜	タバコは口にもよくないことが・・・
火曜	便秘の注意事項
水曜	女性の基礎体温について
木曜	マンモグラフィ 乳がん検診の勧め
金曜	妊婦さんの歯科支援
土日	小学生の歯の外傷について

ウミ
作詞 林 柳波
作曲 井上武士

- 一 うみは ひろいな
大きいな
つきが のぼるし
日が しずむ
- 二 うみは 大なみ
あおいなみ
ゆれて どこまで
つづくやら
- 三 うみに おふねを
うかばせて
いつて みたいな
よそのくに

(一九四一年)

昭和十六年、尋常小学校は国民学校と名称を変え、その目的を戦時体制への即応と、皇国民としての基礎的錬成とした。それまで児童、学童と呼ばれた子どもたちは「少国民」となった。教育過程も新たに制定され、それに伴い唱歌の教科書の内容も大きく変わった。国語の教科書が、それまでの内容とは一変して軍事色の濃い本になったのに比べ、唱歌は優

しさあふれる内容になった。これには時局に協力的でなかった林柳波の影響があったのかもしれないとされている。

林柳波は明治二十六年、群馬県沼田市生まれ、井上武士は明治二十七年、同じく前橋市の生まれで、海のない県で育ったふたりが作詞作曲を受け持つてこの歌を作ったことは、ふたりの気骨が伝わってくるようで上州人としては爽快ではないか。

学習研究社 私の心の歌(夏) 参考



象潟や雨に西施がねぶの花

芭蕉

けんこう (九十三)

ピロリ菌について

はじめに

ピロリ菌に感染すると、胃潰瘍や胃がんになりやすくなるのが分かっており、予防のためには、ピロリ菌の早期発見、除菌治療が効果的です。

一、ピロリ菌とは？

ピロリ菌は胃の粘膜に生息しているらせんの形をした細菌です。ヘリコバクターのヘリコはらせん型という意味です。胃には強い酸があるので、細菌は胃の中にはいないと考えられてきましたが1982年オーストラリアのワレンとマーシャルが胃の粘膜から培養に成功しました。その後の研究でピロリ菌が胃炎や胃潰瘍などの胃の病気に深くかかわっていることが明らかになりました。





二、ピロリ菌の感染の仕方

ピロリ菌の感染の仕方はおそらく、経口感染が大部分だろうと言われています。感染率は、乳幼児期の衛生環境と関係していると考えられています。上下水道が普及していなかった世代の人で高い感染率があることもそのことを裏付けています。衛生環境が整った現代では、ピロリ菌の感染は著しく低下して欧米並みになっています。

三、ピロリ菌の関係する病気

胃に炎症を起こすが、ほとんど自覚症状はない。感染が長く続くと、感染部位が広がってヘリコバクター・ピロリ感染胃炎になります。さらに胃酸分泌組織が消失した状態(萎縮性胃炎)となり一部は胃がんになります。胃潰瘍、十二指腸潰瘍の患者さんのピロリ菌感染率は80-90%で、胃がんになった人の95%以上にピロリ菌が陽性です。

四、ピロリ菌を除菌すると、どうなるのか？

除菌後1年間の、再発率は 胃潰瘍では、除菌不成功者が64.5%に対し、成功者では、11.4%であり、十二指腸潰瘍では、それぞれ85.3%、6.8%

と、除菌成功者で再発率が低値でした。

五、ピロリ感染陽性者の除菌について

日本人の感染者は、約3,500万人と言われています。ほとんどは自覚症状がありません。学会のガイドラインでは、全員除菌を受けることが勧められています。

除菌に保険適用できる人は、ピロリ菌(+)の人で次の疾患の患者さんです。

- ①ヘリコバクターピロリー感染胃炎
- ②胃潰瘍または十二指腸潰瘍
- ③胃MALTリンパ腫

④特発性血小板減少性紫斑病

⑤早期胃がんの内視鏡的治療後

六、ピロリ菌以外の胃潰瘍の原因

1. 非ステロイド系消炎鎮痛剤(NSAIDs)
2. 低用量アスピリン
3. お酒、タバコ、過度のストレス

ピロリ菌感染がない、または治療したといっても決して潰瘍にならない(あるいは再発しない)わけではありません。

七、ピロリ菌と胃がんの関係

胃がんとピロリ菌は密接に関連していると言われています。

胃潰瘍、十二指腸潰瘍や胃炎などの患者さんを対象とした我が国の調査では、10年間で胃がんになった人の割合が、

ピロリ菌に感染していない人では0
だったのに対し

ピロリ菌に感染している人では2.9%

と報告されています。

八、胃がん予防とピロリ菌除菌の有効性

ピロリ菌を除菌すると、新しい胃がんが発生する確率を減らすことができる可能性があります。

早期胃がんの治療後にピロリ菌を除菌した患者さんは、除菌しなかった患者さんと比較して3年以内の新しい胃がんの発生が約1/3だった

と報告されています。WHO(世界保健機構)も、ピロリ菌除菌に胃がん予防効果があることを認め、各国ごとにその戦略をたてるよう勧めています。

ハイビスカス



九、除菌療法の対象者

ピロリ菌感染が疑われる患者さんで

1. 内視鏡検査または造影検査で胃潰瘍または十二指腸と診断された患者さん
2. 胃MALTRリン腫の患者さん
3. 特発性血小板減少性紫斑病の患者さん
4. 早期胃がんに対する内視鏡的治療後胃の患者さん

5. 内視鏡検査で胃炎と診断された患者さん

十、除菌療法のやり方

胃酸分泌を抑える薬と、2種類の抗菌薬を7日間服用(一次除菌)後4〜6週間以降に判定して、除菌できなかった人には、抗生剤を変更して再度行います(二次除菌)。

十一、除菌療法上の注意点

確実にピロリ菌を除菌するために、

- ① 指示された薬は必ず服用すること
- ② 自分の判断で服用中止すると、除菌に失敗し治療薬に耐性を持ったピロリ菌が出現する可能性があります。
- ③ 全ての治療が終了し、4週間以上経過してから行うピロリ菌の検査は必ず受ける。
- ④ 検査に抗体測定を用いる場合は6カ月以上空ける必要があります。
- ⑤ 副作用が現れたら主治医または薬剤師に相談する。

⑥ 二次除菌療法の間は、アルコールの摂取(飲酒)を避けることが大切です。

飲酒・コーヒーは胃酸の分泌を高めます。喫煙者の除菌率は非喫煙者の除菌率よりも低いことが分かっています。一次除菌からの制限が望ましい。三次薬はまだ保険適応になっていません。

十二、除菌療法の成功率は？

正しく服用すれば1回目の除菌療法の成功率は**75%**と言われている。最近では**約90%**とする報告もある。

一次除菌療法で除菌できなかった場合、2種類の抗菌薬のうちの一つを、別の薬にかえて、再び除菌療法を行う(二次除菌)。二次まで行えば**ほとんど除菌が成功**すると言われています。

十三、除菌療法の副作用

- ① 軟便、下痢
- ② 味覚異常
- ③ 肝機能(AST、ALT)の変動
- ④ アレルギー反応

十四、ピロリ菌の検査

内視鏡を使う方法

1. 迅速ウレアーゼ試験
 2. 鏡検法
 3. 培養法
- 内視鏡を使わない方法
1. 抗体検査
 2. 尿素呼吸試験
 3. 便中抗原測定

十五、除菌後のこと

逆流性食道炎が起きやすくなる場合があります。胃酸分泌抑制剤の服用が必要になります。

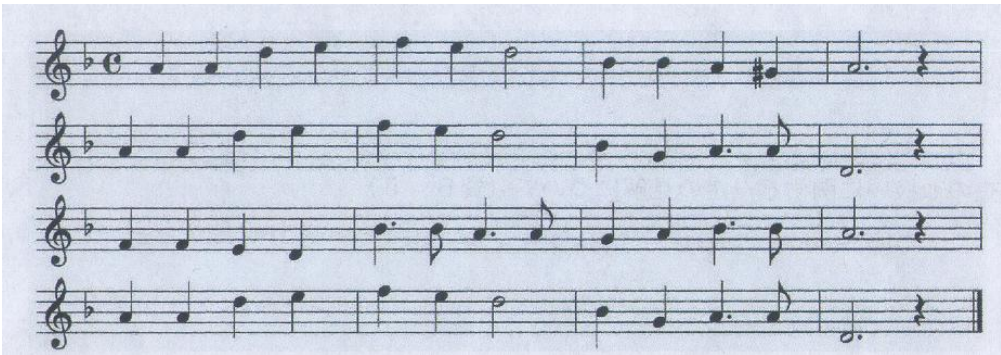
無菌になっても、胃粘膜萎縮があると胃がんになりやすい状態は続いているので、定期的な検査が必要です。

十六、まとめ

1. ピロリ菌と胃潰瘍・十二指腸潰瘍の発生・再発に相関がある
2. 胃がんの発生にもピロリ菌感染は関係している
3. 感染は乳幼児期の衛生環境（上下水道の普及）によると考えられる
4. 正しい除菌を行うと、1次+2次除菌で99%除菌可能
5. 除菌しても胃粘膜萎縮が残る場合は、発がんは起きるので胃の検査は必要
6. 診断には内視鏡使用・不使用で各々3種類の方法がある
7. 積極的にピロリ菌感染の有無を調べ、除菌することが望ましい

院長のひとりごと（百四十）

荒城の月 追想



◇以前から「…はなのえん…」の『え』に二通りの歌い方があることに気付いていました

が、なぜかまでは調べてみることはありませんでした。

◆普段歌っているのが「#」のない山田耕筰編曲版で、「#」がついているのが滝廉太郎作曲のもともとの形と知ったのが数年前。

◇1901年に作曲されてから100年以上過ぎた今でも色褪せることなく、日本人の郷愁を感じさせてくれるこの曲の生命力は、滝廉太郎、土井晚翠、山田耕筰といった日本語を大切に考えた三人の祈りが込められているからかと考えています。

◆土井晚翠は、「荒城の月」という課題に、仙台青葉城と会津若松鶴ヶ城を思い浮かべて作詞したと言われています。滝廉太郎も自分が育った大分県竹田市の岡城址を想い出しながら作曲したといえます。

◇滝は『荒城の月』発表後直ぐ日本で2人目のヨーロッパ留学生としてドイツに留学します。が肺結核を発症し無念のうちに帰途に就くこととなります。

◆帰路の途、ロンドンテムズ川の船上で新しく留学生としてやってきた土井晚翠と最初で最後の奇跡的な出会いをします。滝二十三歳、晚翠三十歳のことでした。

◇滝は帰国後まもなく、二十三歳の若さで亡くなります。

◆後年、滝廉太郎の45周年忌に滝が育った大分県竹田市を訪れた土井晩翠は、滝の曲の美しさを賞賛し、もつと長生きして日本の情緒豊かな歌をたくさん作ってほしかったという感慨を述べて、滝を偲んでいます。

◇山田耕筰編曲についてはいろいろな意見があります。編曲によって歌いやすくなり日本人の国民的歌曲になりましたが、滝の思いとは、ズレがあるのかもしれませんが、滝の故郷、竹田の人たちは、山田耕筰編曲版は絶対歌わないとのこと。

◆しかし『荒城の月』はそれらの狭い気持ちをはるかに超えて揺るぐことなく存在しているように思います。

◇先日、ラジオで歌手由紀さおりさんの講演をきく機会がありました。由紀さんも日本の美しい言葉を残したいと歌い続けているのですが、滝廉太郎の「花」という曲にも触れて話されていました。

◆「花」

一 はるのうららの 隅田川(が)わ
のぼりくだりの 舟人が
權(かひ)のしづくも 花と散る
ながめを何に たとふべき

二 見ずやあけぼの 露浴びて

われにも言ふ 桜木を

見ずや夕ぐれ 手をのべて

われさしまねく 青柳(あおやぎ)を

三 錦おりなす 長堤(ちやうてい)に

くるればのぼる おぼろ月

げに一刻も 千金の

ながめを何に たとふべき

隅田川の『が』、露浴びての『び』、長堤の『い』を使い分けて音符をつけているというのです。

『が』と『い』では高く歌うところを『び』は低くおさえて、耳にあまりよい響きではない『び』の文字が強く発声されるのを抑えたのではないかと話しておられました。

◇ともすると、曲に合わせて歌詞があるようにしか考えていなかった私には歌詞に合わせて曲の方を変えることはとても衝撃でした。

そして、このような思いで作曲していたのなら、『荒城の月』も『#』の有無で曲の感じがどのように変わるかについては、滝廉太郎の中では何度も試行、実験された末の『#』の選択だったのではないか、と思われたのです。

◆山田耕筰版の『荒城の月』も、他の山田の作品もわたしは大好きですが、同時に滝廉太郎の思いも汲まずにはおれないという気が湧いてきたことは自分への新しい発見でした。

◇日本語の響きを大切にし、それに美しい日本のメロディをつけて行こうとした若き音楽家が日本の黎明期に生まれ合わせてくれたということは、日本人にとって何と幸いだったことでしょうか。

◆廃仏毀釈など古い日本的なものにはほとんどの日本人が一切価値を見いだせなかった時代に、滝廉太郎や土井晩翠が生まれ合わせてくれたことで、いかに古くからの日本の言語文化や情趣が壊されずに、今生きる私たちに伝わってきたことでしょうか。

◇小学校の音楽教室の壁に、日本人作曲家では唯一人掲げられていた滝廉太郎の肖像画を見て以来、ずっとそれは、天才だが病弱だった哀れむべき人としてしか見てこなかったのですが、今の私の思いの中では、血気盛ん、向学心に満ち満ちた力強い若者に変貌していることに気付くのです。

