



医院だより

令和2年9月(206)

秋山医院

藤岡市小林748-8

☎0274-22-8315



九月 別名 長月(ながつき)・建戌月(けんじゅつげつ)・季秋(きしゅう)など
秋の夜長を表す夜長月(よながつき)から発したのではないかと言われています。

釣舟草(つりふねそう)、芙蓉(ふよう)、松虫草、吾亦紅(われもこう)、桔梗、女郎花(おみなえし)、藤袴(ふじばかま)、男郎花(おとこえし)、南蛮煙管(なんばんぎせる)、芒(すすき)など

花は菊と彼岸花が思い浮かびます。
ほかに、ダリア、秋海棠(しゅうかいどう)、

レンゲシヨウマ(赤城自然園)

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

目次

- 1 表紙 九月の花、九月の言葉
- 2 九月のこよみ、
- 3 おしらせ
- 4 健康テレホン、詩 けんこう(130)
- 7 院長のひとりごと(176)
- 9 コロナコールセンター、発熱外来一覧

『九月の言葉』

責任は人をまじめにします。大人(おとな)らしくします。神と人に対し敬虔(けいけん)の態度を取らしめます。責任は決して苦痛ではありません。人生の真の幸福は、責任を担(にな)わずしてこれを楽しむことはできません。責任に当たらずして、自分の内にある能力の程度を

知ることができません。自分はいかほど強い者であるかは、責任を負わされてはじめて知るのであります。ことに伝道上の責任は感謝して当たるべきであります。永遠の福音をゆだねられて初めて自分に永遠の生命の臨みしを感じます。この責任に当たらずして、福音の真個の価値はわかりません。人生実は責任ほど貴きものではありません。責任を避くるのは愚の極であります。偉人とは別人ではありません。喜んで重き責任を担うた者であります。われら感謝して責任に当たって、他を益すると同時に自身の最大幸福を計るべきであります。

内村鑑三著「続一日一生」八月三日



女郎花(オミナエシ)



男郎花(オトコエシ)



『九月の暦』

- 一日 防災の日、関東大震災記念日、富山八尾風の盆(〜三日)
- 七日 白露
- * 秋も本格的となり、野草に白露が宿り始めます。
- 八日 太田呑竜開山忌
- * 呑竜は戦国時代から江戸時代前期にかけての浄土宗の僧であった。埼玉県生まれ。故郷の林西寺で出家、その後江戸の芝増上寺で修学、八王子の大善寺の3世となった。慶長18年(1613)徳川家康が先祖とする新田義重を祀るために呑竜を招聘し群馬県太田に大光院が建立され呑竜はその開山となった。
- 九日 重陽、救急の日
- 十三日 世界の法の日
- 十四日 遠野祭り(〜十五日)、鶴岡八幡宮例大祭(〜十六日)
- 十五日 老人の日、石清水祭
- 十九日 彼岸入り、子規忌
- 二十一日 敬老の日
- 二十二日 秋分の日
- * 赤道、黄道ともに180度となるのを秋分と呼ぶ。この日を境

に日の出が遅くなり日の入りが早くなります。

二十三日 川柳忌 柄井川柳(1718-1790)

二十五日 彼岸明け

二十九日 曹洞宗両祖(道元、瑩山禅師)

忌、

宣長忌 本居宣長(1730-

1801)

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)

キツネノカミソリ



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(現在は休止)

○肺炎球菌・带状疱疹ワクチン

三、十一月十五日は

休日当番医です。九時～十八時まで受付。

ご利用ください。

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りの方には

☆1時間2名ずつ、予約制で診療を行って

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

受付し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。

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、院長までお話しいただければ参考にさせていただきます。

五、木曜日の診療及び検診、内視鏡検査について

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、外来は一般外来をこれまで通り行っています。

特定検診、内視鏡検査は藤岡多野医師会で

は九月から開始しておりますので、詳細はおたねください。新型コロナウイルス感染症の蔓延次第では変更もあり得ます。



電話〇二七―二三四―四九七〇

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

月	骨粗鬆症の予防
火	歯の生え変わり時期
水	排卵と月経のしくみ
木	歯の被せ物が外れたら
金	乳児の消化不良
土日	中高年の歯みがき



とんぐり

まごみちお

とんぐりが水におちたとき
 そのとんぐりの 中からのように
 波のわだちが生まれでて
 四方へむけていっさんに かけていった

そして つぎつぎに岸にたどりつき
 つぎつぎに きえたが
 きえるまえの 一しゅんに
 ふりかえらない わは なかった
 はるかな 一てん とんぐりを・・・

とつぜん ふるさにされて
 とんぐりは
 たよりなさそうに はずかしそうに
 でも けんめいに
 そくにぞうして うかんでいた

もしかして かけもどってくる わが
 ありはしないかと・・・

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

行きつかへる観光バスは高校中学生

いかに見る明日香のこの狭き国

土屋文明『続青南集』から

夕づけばしづむ遠樹の蝉の聲

なにもかもしつくして死にゆくはよけむ

明石海人全歌集より

けんこう (百三十)

新型コロナウイルス肺炎(5)

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きました。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きました。

4月7日に発令された政府の緊急事態宣言により感染者数が減少したが、5月25日をもって全ての都道府県で解除されたあと東京中心に再度感染者が増加し、7月22日から計画されていたグーツートラベルキャンペーンも東

京を除くという中途半端な状態になりました。しかしその後も、新規感染者は日本各地で増加する一方で、確かに死亡率は減っているが、感染者数が多くなれば多くの人命が失われことになるのです。追跡調査では不明例も多いが3密（密集、密接、密閉）に関連する症例が多いため、これに対策を打つべきと考えられますが、国の考えがなかなか明らかにならないことが私たち医療者にもストレスになっていきます。臨床面では熱中症になった人と感染症の問題、今後インフルエンザの季節にはさらに大きな混乱が起きることが危ぶまれます。

病院としては
①9月から再開された胃癌検診での
感染防止
②インフルエンザ対策
③インフルエンザと新型コロナの合併があるのか
④一般患者さんとの動線が重ならないための対策
⑤医療品、備品不足への備え
⑥職員の保護、

2 2020年9月6日現在

感染者数(死亡者数)

世界

2669万6,160人(87万6149人)

日本

7万1,583人(1,361人)

東京都	2万1,656人(369人)
大阪府	8,976人(163人)
神奈川県	5,353人(126人)
埼玉県	4,100人(92人)
北海道	1,824人(105人)
千葉県	3,188人(63人)
群馬県	474人(19人)

⑦感染による閉院事態の防止
などなど課題は多数あります。

医療機関の混乱を少なくしてもらうために、もう一度、個人でやれることを確認してみましよう。
今回の経験では年代、職種、などにより病気に対する意識、責任感がばらばらであることを最も感じました。

新潟県 146人 (0)

3 新型コロナウイルス感染症について(整理)

(1) 症状

37、5度程度の発熱や呼吸器症状が1週間前後続くこと、強いだるさ(倦怠感)、のどの痛み、筋肉痛、嗅覚・味覚障害など

(2) 重症化しやすい人

高齢者や基礎疾患がある人など
自分でやること

3密(密集、密接、密閉)を避ける

栄養 感染に対する防御として重要
運動 免疫力向上

(4) 発熱やせきなど比較的軽い風邪の症状が続く人

① かかりつけ医に連絡して指示を受ける方法
イ. 自宅待機の指示
(症状軽く解熱剤で対処できるとき)
ロ. その後の状態も連絡して指示を受ける

② 直接、各市町村の発熱外来に連絡

③ 藤岡市 藤岡多野発熱センター
(公立藤岡総合病院駐車場に設置)

予約受付 080-5877-5884

予約時間 平日午前9時～11時

診察時間 平日午後一時半～午後二時半まで

***注意** 平日のみ。対象は妊産婦を除いた中学生以上で、小学生以下はかかりつけ医に相談してください。

コールセンター、発熱外来の案内は市町村によって異なります。巻末の一覧表をご覧ください。

【相談後、新型コロナの心配がないと判断され、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**を着用するほか、**手洗い**や**咳エチケット**（咳やくしゃみをする際に、マスクやティッシュ、ハンカチ、**肘**を使って、口や鼻をおさえる）の徹底をお願いします。

○院内に入る前に、電話で医院受付に連絡してください。

○携帯電話をお持ちでない方は、玄関にあるインターホンで連絡してください

【その他】

① 車内で待たれている方には駐車場まで医師が行って診察する場合があります。電話で連絡をしましたら、**車窓を開けて換気し、マスク**をかけてお待ちください。

② 電話で様子を伺い、処方を行います。行っていたくともあります。

③ 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連絡**して下さい。**トイレの後は必ず石鹸と水で手を洗**ってください。



手洗いの方法	残存ウイルス量（残存率）
手洗いなし	約 100万 個
流水手洗い 15秒	約 1万 個（約 1% ）
ハンドソープ10～30秒 流水手洗い 15秒	数百 個（約 0.01% ）
ハンドソープ60秒 流水手洗い 15秒	数十 個（約 0.001% ）
ハンドソープ10秒 流水手洗い 15秒、2回	約 数 個（約 0.0001% ）

参考 手洗いの効果は想像以上に高い

4 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

(4) 毎朝自己チェック(例 私、院長の)

起床時の体温測定、

関連症状(息苦しさ・倦怠感・食欲・元

気・嗅覚障害・味覚障害痰・咽頭痛

・咳・くしゃみ・嘔気・下痢・頭痛

筋肉痛・関節痛など)

5 まとめ

いろいろなご無理をお願いしているのは理由があります。

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。

医院が閉鎖されますとこれらの方々への診療の継続ができなくなります。そうなった場合の患者さんの不安・混乱は計り知れません。

② それとともにほかの方々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一緒に待っていただきたいのです。

「理解のほど、お願い申し上げます。」

追記 先日の政府発表では今後コロナ感染症に対する初期対応を保健所から医療機関へ移行する計画とのこと。5頁に記したように診断へのアクセスが容易になる分、院内感染の機会を増やすことになりそうですので厳重な体制をとる必要があることが予想されます。今後も情報を提供いたします。

院長のひとりごと(百七十六)

「上を向いて歩こう」

◇ 今年の開院記念コンサートはコロナ禍のために職員だけで鑑賞させていただきました。

毎年フルートの鶴淵さんから課題を頂いて、それについて職員が各自課題についての想い出を書きました。コンサートの時に鶴淵さんがこれらを読んでくださり、感想を語ってもらいました。

◆ コロナ禍で日本中、いや、世界中が絶望の淵に立っていました。そんなときみんなが元気をだそうと坂本 九さんの「上を向いて歩こう」が世界中で歌われていることを知り、今年の課題が『上を向いて歩こう』に決まったのでした。私の感想を記してみます。

◇ 一人のタレント(いわゆるあらゆる分野での)を好きになり、自分の人生の節目節目で共通の空気を吸うことにより、そのタレントの人生に自分の歴史を重ね合わせた記憶として残っていることがあるが、九さんはそういった人の一人でした。

◆最初の出会いは、私が中学一年生の時のこととて、坂本 九さんが独特の節回しと満面の笑顔でテレビに登場してきたときのことです。

◇『上を向いて歩こう』は日本語のままアメリカで大ヒットし、さらに世界中に広がっていききました。この歌が世界に認められたことを日本中がわがことのように喜んで誇らしい気持ちになりました。

◆私の町の中学校では当時話題の映画を全校で体育館で見える行事があり、黒澤明監督の『用心棒』とこの『上を向いて歩こう』が記憶に残っています。父が同じ学校に勤務しているところで、時代劇好きの父の意見で『用心棒』が決まったのではないかと、五十年以上も前のことを思い出します。しかし『上を向いて……』は父の趣味ではなかったように思います。

◇二回目の出会いは、悲しい出会いでした。私が藤岡に転勤して2年後、昭和60年8月12日に日航機123便が上野村御巢鷹山に墜落するという事件が起きました。

乗客524人中520人がなくなるという航空機史上最大の事件でした。九さんは

この飛行機の最前席に乗っていて遭難してしまつたのです。

◆生存者4人の内3人を多野総合病院(現在の公立藤岡総合病院)で診療し、レントゲン部は毎日亡くなられた多くの人たちの歯のレントゲンを撮り、遭難者との照合を行っていました。

◇私が中学生の時、坂本九さんの存在を知り、その爽やかさに好感を持ち、その後、世界的なミュージシャンとして活躍した九さんのいのちの最後の事件に関わることになったことに、不思議な思いがしました。

◆その後、2011年3月11日の東日本大震災の後、三陸、福島の被災地の復興ソングとしてこの歌が歌われ被災者の方々を励ましていくことを知りました。

◇三回目の出会いは、2019年12月から世界を恐怖に陥れた『新型コロナウイルス』蔓延の時に、このときもこの歌が世界中で

SONG FOR HOPE としてうたわれていることを知り感激しました。

◆コロナに負けるな!

日本、フアイト!

世界、フアイト!

の動画をたまたまインターネットで見、この歌が世界中でそれも日本語で歌われ、励

まし合い、支え合い、勇気づけられていることを知りました。九さんの声が世界の人たちに共感を呼び起こしていることを知り、私は涙を止めようがありませんでした。

◇このことは、世界中が心を一つにすれば、人類はまだまだ大きな夢と希望を次の時代にバトンタッチできることを確信させてくれました。

コロナ禍、これはあるいは、創造主が人類に「目覚めよ」と諭す、「ノアの洪水」だったのではないかと思えてなりません。

私たちがただうなだれているのではなく、九さんの歌のように、背筋を伸ばして、『上を向いて』歩いて行きましょう。

<p>新型コロナウイルスに関する問い合わせ</p>	<p>発熱外来 *診察には事前予約が必要</p>
<p>県新型コロナウイルス感染症コールセンター</p> <p>平日・休日を問わず 9:00-21:00 0570-082-820</p> <p>(上記以外の時間は受診相談) 027-223-1111</p> <p>前橋市保健所 平日休日とも 8:30-21:00 027-220-1151</p> <p>上記以外の時間は 027-224-1111</p> <p>高崎市保健所 平日(受診相談) 8:30-21:00 027-381-6112</p> <p>(一般相談) 8:30-17:15 027-381-6113 027-381-6114</p> <p>上記以外の時間は夜間休日電話へ 027-381-6123</p>	<p>前橋市発熱外来 市コールセンター 027-220-1151 に連絡</p> <p>高崎市夜間休日急病診療所(市総合保健センター内) 予約受付 027-381-6000</p> <p>土日・祝日 午前 9:30-12:00 藤岡多野発熱センター (公立藤岡総合病院駐車場) 予約受付 080-5877-5884 予約 午前 9:00-11:00 診察 13:30-14:30</p> <p>黒沢病院(高崎市) 月~土 11:00-13:00 027-352-1111</p>
<p>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)</p>	