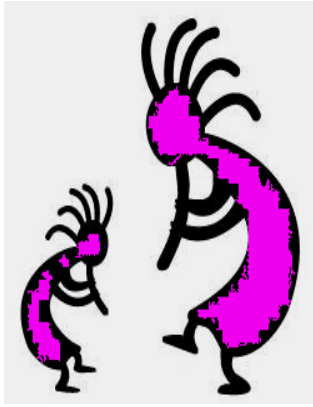




医院だより

令和3年3月 (212)

秋 山 医 院

藤岡市小林748-8

☎0274-22-8315



福寿草 (赤城自然園)

三月 別名 弥生(やよい)、建辰月(けんしんげつ)、季春(きしゅん)

他に、花月、桃月、桜月、夢見月など

弥生は草木がいよいよ生い茂る月(くさきいやおいづき)が縮まった言葉とされています。月の呼名の起源には諸説あるのが普通だが、弥生については他に目立った説を聞かない。

『三月の花』

沈丁花(じんちょうげ)、雪柳、猫柳、三桠(みつまた)、山茱萸(さんしゅゆ)、落の臺(ふきのとう)、菜の花、辛夷(こぶし)、馬酔木(あしび)、連翹(れんぎょう)、木五倍子(きぶし)、なすな、土筆(つくし)

草木の名前を讀(呼)んでみるだけでもうれしくなります！

目次 1 表紙、三月の花、三月の言葉

- 2 三月の暦、お知らせ、
- 3 発熱受診・相談センター(群馬・埼玉)健康テレフォン
- 4 詩 5 けんこう(136)
- 7 院長のひとりごと(182)

『三月の言葉』

人類のために尽くそうとして世に交際を求める必要は一つもない。私たちは単に一人であつても人類のために尽くすことができる。人は何びとも人類の一部分である。そのため己に尽くして人類のために尽くすことができる。独り真理を発見することができる、独り神と接することができる、独り靈性をみがいて完全の域に向かつて進む私たちは人類の良い標本として己を世に提供することができる。単独は決して無為の境遇ではない

内村鑑三著「一日一生」二月十一日

『三月の暦』

- 一日 全国火災予防運動、ビギンデー
- 三日 ひな祭り、桜田門外の変（一八六〇）安政七年三月三日、江戸は雪。桜田門から城内に向かう大老井伊直弼一行を、十八名の水戸、薩摩藩士の一隊が襲撃し暗殺した。以後政局は一変した。
- 五日 啓蟄 冬眠していた地中の虫も、そろそろ穴を啓（ひら）いて這い出して来る頃です
- 七日 消防記念日
- 八日 国際婦人デー
- 十二日 奈良東大寺お水取り
- 十五日 昭和恐慌（一九二七）昭和二年、前日の蔵相の失言がきっかけで、東京・横浜の渡辺銀行に大勢の預金者が詰めかけ取り付け騒ぎが起き、これが全国に広がり昭和恐慌となった。
- 十七日 彼岸入り
- 二十日 春分の日、春分
- 二十三日 彼岸明け、世界気象デー
- 二十四日 壇の浦の戦い（一一八五）源義経を総大将とする源氏軍が、長

門沖の壇の浦で平家軍と源平最後の大海戦を繰り広げた。源氏の勝利で平家一門は滅亡した。

二十五日 奈良薬師寺花会式、電気記念日
二十六日 犀星忌

参考 令和3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）

おしらせ

一、保険証の提示について

月の最初の受診時には、受付に保険証をこ提示ください。

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

○ピロリ菌有無の検索と除菌

○CT、MRI、PETの予約

○胃カメラ（九月より再開）・大腸カメラ（現在は休止）

○肺炎球菌・带状疱疹ワクチン

○発熱対応 三月末まで

五、発熱外来をご覧ください。

三、四月二十九日（木）

休日当番医です。九時～十八時まで受付

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のが現状です。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。

クリスマスローズ（赤城自然園）



五、発熱外来

一般の慢性疾患で通院されている患者さんと分けて（動線を別にして）診療することが必要なため以下のように診療します。

1. 発熱外来は完全予約制で行います。
2. 発熱・風邪症状がある方はまずお電話いただき、医院の案内に沿って待機してください。

医院の電話 0274-22-8315

3. 発熱外来対応時間と、予約時間は次の通りです。

原則としてかかりつけの方のみとなります。

発熱外来	午 前	午 後
月、火、水、金	12:00-13:00	17:00-18:00
木、土	11:00-13:00	なし

予約受付時間	午前	午後
月、火、水、金	8:30-12:00	17:00-18:00
木、土	8:30-11:00	なし

かかりつけではない方は相談センターに連絡してください。

群馬県受診・相談センター (24時間対応)	0570-082-820
前橋市受診・相談センター (午前8時30分～午後9時)	027-220-1151
高崎市受診・相談センター (平日 午前8時半～午後5時15分) 前橋・高崎とも時間外は県のセンターへ	受診相談 027-381-6112 一般相談 027-381-6113, 6114
埼玉県新型コロナウイルス感染 県民サポートセンター (24時間受付)	0570-783-770

六、群馬県保険医協会二十四時間健康テレホン

電話 〇二七―三三四―四九七〇

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

月	オーラルフレイル
火	アレルギーの話
水	口の中の痛みについて
木	ダイエットを正しく
金	歯医者者を怖がらないために
土日	更年期と鬱(うつ)

いのちの買い物

日野原重明

人間は、高価なものを買うときには、いろいろ勉強して情報を得てから店にいき、よく検討してから購入するものである。にもかかわらず、病院へ行くときには、まるで銭湯にでも行くかのように、ぶらつと何の準備もせずに行く。命の買い物については、あまりにも無責任なのである。

日野原重明著「いのちの言葉」

改革者子規をあがめ来て五十年

伊予に反動のありやなしや

古を学ぶは新しき道のため

子規の尚古はただ改新のため

保守に傾く周囲の力もありしかど

進む子規をば妨げ得ざりき

土屋文明歌集「続青南集」

日記抄

『明石海人全歌集』より

昭和九年三月二十七日

湧き上がる懐しき、慕はしきにゐたたまれなくなる。筆にも口にも尽くせないこのやるせなさは、どうする事も出来ない。

熱い涙の流れるにまかせて、此の感傷のあらしが過ぎ去るのを待つより外はない。温かい春風に、山の松が鳴ってゐる。百里の先、二百里の先に母も子も妻もはらからもこの風に吹かれてゐる事であろう。

そして獨り病む私のことを心にかけてゐることであろう。同じ世に生き乍ら、はかない病の為に相愛するものが、かくも離愁を分かつたねばならぬとは、之が人の世の常かもしれないが、悲しいことではある。

この現し身の今別かるれば、三界にまた見るをりはあるまいと思へば、かりそめならぬ病ひに、長病むことはかなさを今更思ふ。

おそらくは同じ世にまた見ることの許されないであろう、うからを、この春のたそがれにただ歎くより外はない。

ああ幼いまでの感傷がしきりに胸をかむ。大きな聲で歌でも歌ってまぎらさうか。

このころ熱やや引いたので又日誌をつける。改

名する。明石大三、雅號、無明、明石は地名より、大三は丈高き三男坊の意。

明石海人について

大岡 信編「折々のうた」詩歌人名辞典より
明石海人(1901-1939)

歌人、静岡県生まれ。ハンセン病のため、昭和7年長島愛生園に入園。昭和14年歌集「白描」を刊行。悲痛な境遇をよく抑制して歌い、感動を呼んだ。「海人遺稿」がある。



ハンカチの木(赤城自然園)



けんこう (百三十五)

新型コロナウイルス肺炎(10)

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、もう1年経ってしまいました。世界中でも身の回りでもこれまでの生活が大きく変わってしまいました。

2 経過(日本政府の措置と患者数の変化)

2020年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、日本各地でも増加する一方だった。重症者・死亡者の増加は加速していった。

3 緊急事態宣言

このような情勢下で9月16日に安倍晋三は身体理由で退陣、官房長官だった菅義偉が第99代内閣総理大臣となった。内閣はようやく1月7日、4都県(東京、千葉、埼玉、神奈川)に限り、緊急事態宣言を出した。1月13日、大阪府をはじめとする7府県を追加発令した。内容は感染リスクが高いとした飲食店に午後8時までの営業時間短縮を要請し、応じない場合は施設名を公表できるとした。あくまで協力がなければ効果は望めない。

3月5日には3月21日までの延長が決められた。

内容は次の通り(上毛新聞より)

(1)外出

- ①不要不急の外出自粛を要請し、特に午後8時以降は徹底
- ②通院、生活必需品の買い出し、屋外

での運動や散歩は除外

- ③午後8時以降の仕事の抑制

(2)通勤

テレワークを推進し、出勤者の7割削減を目標

(3)飲食店(レストラン、居酒屋、喫茶店など)、遊興施設(カラオケ、バー、キャバクラなど)

- ①営業時間を午後8時に短縮
- ②酒類の提供は午前11時から午後7時まで
- ③応じない場合、店名、施設名を公表
- ④宅配やテイクアウトは除外
- ⑤時間短縮に応じた店には協力金を支払う

(4)人が集まる場所(劇場、遊園地、映画館、パチンコ店など)

- ①営業時間を午後8時に短縮
- ②酒類の提供は午前11時から午後7時まで

(5)イベント

- ①上限5000人、定員の50%以下のどちらか少ないほうに制限
- ②午後8時まで

③規模にかかわらず満員は認めず

(6)学校

①遠隔授業の活用などで感染防止一斉休校は認めず

②大声を出したり、身体が触れ合う部活動は制限

③大学入学テスト、高校入試などは感染防止策を徹底して予定通り実施

4.

世界と日本、群馬県の感染者数

(死亡者数) (3月07日現在)

世界 1億1606万5801人

(258万166人)

日本 43万8916人

(8238人)

群馬県 4595人

(87人)

前橋市

660(6人)

高崎市

528(4人)

桐生市

257(1人)

米国 2889万1374人(52万2832人)

インド 1119万2045人(15万7656人)

ブラジル 1086万9227人(26万2770人)

5.個人でやれる予防は

個人がやれることはたくさんあります。

3密(密集、密接、密閉) 機会回避を

基本に、手洗い、睡眠、栄養、運動など個人の問題として対応をとること、周囲にいる弱者への援助も心がけましょう。

新型コロナウイルスでは、85歳以上の死亡率は17歳以下の死亡率の1000倍という報告があります。

6. 医院としての対応

①9月から再開された胃腸検診などで

内視鏡検査中の感染防止対策

②インフルエンザ対策

当院での今季受診者はゼロです。

③一般患者さんとの動線が重ならないための対策

例

・発熱者は院内に入らない

・診察は院外で、主に乗用車内での診療(問診、検体採取、薬剤・処方箋などの発行)となります。かかりつけの

患者さんには、電話での診察・処方箋発行もあります。(2月から徒歩やタクシーで来られた方用のテントをご用意します。定員は1名です)

発行もあります。

軽い発熱、風邪症状の方は、1、2日間家で過ごし、軽快しない、または症状が強くなるようであれば来院していただきます。

来院前に必ず医院に電話をして、指示を受けてください。

家または車内で待機していただきます

可能な限り携帯電話を携行してください。携行できない場合は玄関扉の左側手前にあるインターホンをご利用いただき指示をお待ち下さい。

その他

7. 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

(3) 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
症状が続く人は次のように。

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. 時間を指定し来院し、車内で待機し
ていただく場合

② かかりつけ医がいない場合

(一般的な相談の場合)

(前記、3ページ、五の3発熱外来
の記事参照)

8 医療機関に入る前に

・ 37℃以上の発熱がある方は基本的
には院外対応。

・ 咳、くしゃみ、のどの痛みなど風邪
症状のある方も、同じ対応です。

○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

○ 医療機関に入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
やみをする際に、マスクやティッシュ、ハ
ンカチ、肘を使って、口や鼻をおさえるこ
と)の徹底をお願いします。

* 新型コロナウイルスのワクチンについては、はっき
りした情報が分かったら、報告します。
今のところ、①行政区ごとにやること、②
集団接種と個別接種の両方で行うことにな
るといわれています。

院長のひとりごと(百八十二)

新聞紙

◇ 小学校に上がるころから、私は鼻汁が多
くなり、どこへ行くにも紙を持って出か
けなくてはならなくなりました。

◆ ポケットティッシュは言うに及ばず、田舎
では鼻をかむ紙なぞ手に入らず、新聞紙
をちぎって、それで鼻をかんでいる時代
でした。

◇ 学習雑誌に載っていた漫画を見てひとり
の男の子が鼻の周りを黒くしているのを
他の子供が「新聞紙で鼻をかんだ」と囁
し立てている意味が分かりませんでした。

◆ ずっと後になって1日の新聞は、1種類
でなく、初版の後に新しいニュースが入る
と第2版、さらに3版として出ることを
知りました。そのため、田舎には初版が
届き、都会には最新版が届くためインク
の乾きで最新版が届くところでは鼻をか
めば真っ黒になるというわけでした。

◇ 鼻が悪い私は人前で鼻を垂らしているわ
けにもいかず、新聞紙を四角形に切って
上着、ズボンのポケットというポケットに
全部詰め込んで学校に行ったため、その
うち折り目が緩んできてポケットは大き
く膨らんでしまいました。

◆ 校長先生が担任の先生に「あれはいかん」
といったと言わなかったとか、それ以
来、自分の身なりに異常に気を使う子供
になってしまいました。

◇ もう40年以上前に読んだ言語学者、金
田一春彦の「ことばの四季」という本だっ
たかで、氏は出かける前に忘れ物をしな

いようにと、「おまじない」を作ったと書いてありました。

「鳩が豆食ってパツ」

ハンカチ、時計、がま口財布、万年筆、名刺、櫛？（だったか）、手帳、パスでしたが、私は子供のころから一番忘れないようにしたのは「鼻紙」「チリ紙」でした。

いまでも、駅前などで配ってくれるポケットティッシュはともありがたくいただくことにしています。

いじめ

◇他人事のように思っていた「いじめ」について、私も加害者になっていたことがあったことに気づきはつとした。

◆小学2、3年のころだったか、校内運動場（体育館）の南西の片隅に人だかりがしていた。行ってみると同じ通学区の1年上の男の生徒（Aとする）の周りを数人が囲んで何か言っていた。何も抵抗していないその子Aをなぜそうしていたかは覚えていない。あるいはAさんの1学年上に軽い脳性麻痺の

兄さん（Bとする）がいて、その兄をかばっていたのだったかもしれない。

◇リーダー格の生徒が最後、一人ずつ叩け、と言ったか、罵れと言ったか覚えていない。嫌な気分でも私も従ったと思う。しかしそのあとしばらく、弟Aのそばに付き添っていた。

◆「俺は何も悪いことをしていないのに、なんでこんな目に合うんだ・・・」

とAは一人でうつむいて泣きじゃくっていた。もつともなこと、理屈に合わないことだったと今でもその時の情景が重く思い浮かぶ。Aはその後も小学校、中学校とずっと静かな人であった。

◇兄さん（B）の方は、道で会うと、上向きの顔が右に左に一定しないで揺れ動くのをこらえながら、整わない会話で話しかけてきてくれ、

こんなことがあったとか、これをこう考えることは良いことだとか良くないことだとか、いちばん筋道通ったことを話してくれて、一緒に笑うときには、顔をしかめて痙攣的に、クワツ、クワツと不自由そうだが嬉しそうに笑った。

◆その人の父親には農地改革など戦後の村のありかたで随分嫌な目に遭っていた

父と母も、その子供（B）に対しては、あの子はしっかりしているいい子だと話していたし、母はよく声をかけて会話していた。親がそのような判断している人には安心して私も話しかけることができた。

◇高校まで行ったかどうかは知らないが、二人とも（AとB）村の中の会社に勤務して働いていた。私が家を離れて帰郷したとき、豪雨がいった後で、橋の底まで水で洗われたほどに水位が上がったということがあった。まだ水位が戻らぬころ、お兄さん（B）が濁流に身を投げて亡くなってしまった。村の男衆が川下まで探しに行つて、父が下流でその兄（B）の死体を見つけたという。下流の魚野川、さらには信濃川まで行つてしまったら探すのは困難を極めたことであろうと、不幸中にも発見されたことを喜んだ。

◆自分が片輪でこのままだと、弟（A）にお嫁さんが来ないだろうからと遺言があったこのことを母から聞いた。

◇農地改革で父から開放した人（D）がAとBの家と田んぼの交換をすることになり、父は祖先から引き継いできて失ってしまった田んぼを買い戻そうとDの家ま

で出かけて行ったが断られ、肩を落として家に帰ってきた姿を私は見ている。どれほど無念だったことかと思った。

◆実家は今84歳の姉が一人で住んでいる。足が不自由なので心配だが、昔からの同じ世代の周りの人が面倒を見てくれて、何とか生活している。

◇田んぼ交換をしてそこへ立てた家に住んでいるのが、Aである。Aさんは時々、自分の家の畑で採れた野菜を姉のところまでもってきってくれたり、実家の周りの不造作のところを直しておいたから、と声をかけてくれるのだと姉から聞いて知り、ありがたく思った。

こんなつきあい、手助けが将来あったのかと、父もいまでは喜んでいるに違いない。



クリスマスローズ（赤城自然園）

