

医院だより

令和 5 年 10 月 (243)

秋 山 医 院

藤岡市小林748-8

☎0274-22-8315

十月

別名 神無月（かんなづき）・建亥月

（けんがいげつ）・孟冬（もうとう）

古くから、日本中の神々が出雲大社に集まると信じられていたので、出雲以外の神社には神々がいなくなってしまうという意味で、神無月または神去月といい、出雲だけは神有月と呼んでいた。

「十月の花

花ではないが、あえて挙げるとすれば紅葉。花よりも華やかな存在である。ほかにコスモス、野紺菊、野原アザミ、金木犀、ホトトギス、藪蘭（やぶらん）、鶏頭など

猩々（しょうじょう）草（草猩々）



目次

- 1 十月の異称、十月の花、十月の言葉
- 2 十月の暦
- 『かかりつけ医』について、お知らせ、診療案内、
- 3 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、大岡 信選集
- 4 けんこう（一六六）
- 5 群馬県感染症発生動向調査より
- 院長のひとりごと（二二二）

『十月の言葉』

あなたのみ言葉はわが足の灯、我が道の光です

（詩篇一九・一〇五）

灯火親しむべき秋が来て、第一に読むべき書は聖書である。聖書を読んで、永久の利益がある。聖書を読んで、人は老いて老いない。彼の心に栄久の春がある。聖書を読んで理想が尽きない。詩と歌と音楽とはその必然の結果として、わが口より流れ出る。聖書を読んで知識欲が増す。宇宙と人生とについて広く深く知らんと欲する欲求がわいて尽きない。もし世に神の言があるならば聖書を措（お）いてほかにあるとは思えない。人類の所有のうちで最も貴いものは書籍であって、書籍のうちで最も貴いものは聖書である。

内村鑑三 統一日 一生 十月八日

2 十月の暦

- 一日 労働衛生週間、法の日
- 五日 達磨忌
- 七日 福島二本松提灯祭
- 八日 寒露 露が冷たく感じられてくるころのこと。空気が澄み、夜空にきえやえと月が明らむ季節です
- 初候 鴻雁来る(がんきたる)雁が北から渡ってくるころ。その年初めて訪れる雁を、初雁といいます。
(新暦では、およそ十月八日～十月十二日ごろ)
- 次候 菊花開く(きつかひらく)菊の花が咲き始めるころ。菊ははじめ薬草として、奈良時代に中国から伝わったとか。
(新暦では、およそ十月十三日～十月十七日ごろ)
- 末候 蟋蟀(きりぎりす戸に在り)きりぎりすが、戸口で鳴くころ。山野に出かけて虫の声を楽しむことを、虫聞きとつばめが南に帰るころ。春先に訪れた渡り鳥と、しばしの別れです。
(新暦では、およそ十月十八日～十月二十二日ごろ)
- 九日 スポーツの日、世界郵便デー
- 十日 目の愛護デー
- 十二日 芭蕉忌
- 十三日 日蓮聖人忌、嵐雪忌

- 二十四日 霜降 くぬぎや檜(なら)、檜(かし)や柏(かしわ)の木の実がどんぐり。まん丸いものから、先のとがったものまで形はいろいろ。縄文時代には渋抜きをして食べていたといわれますが、種類によってはほのかな甘みがあるものも。秋のどんぐり拾いは、子供たちの遠足の楽しみです。どんぐりが ぽとぽとり
やぶのなか ころころり
工藤直子「どんぐり」より
- 初候 霜始めて降る(しもはじめてふる)霜が初めて降りるころ。農作物には大敵。足元から冷えが来ないように気を付けて。
(新暦ではおよそ十月二十三日～十月二十七日ごろ)
- 次候 雲時施す(しぐれときどきほどこす)時雨が降るようになるころ。古の都人が歌に詠んだ、きあつと降っては晴れる、通り雨の小気味よき。
(新暦では、およそ十月二十八日～十一月一日ごろ)
- 末候 楓薦黄なり(もみじつたきなり)草木が黄や紅に染まることを、もみつといったのが語源だそう。
(新暦では、およそ十月二日～十六日ごろ)
- 二十六日 原子力の日
- 二十七日 読書の日

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

- (かかりつけ医制度は未だ定義があいまいなところがあり、①患者さん自身にとってなぜかかりつけ医が必要なのか、②かかりつけ医以外に受診できなくなることはないのか、などの疑問点が国からまだ十分説明されていないことを指摘している人もあります。)

お知らせ

一、マイナンバーカードでの受付ができます。保険証の代わりになります。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。

・まだ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**をご提示ください。

(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(施行中)

大腸カメラ(施行中)

○肺炎球菌・带状疱疹ワクチン

三、当番医 ①十一月十九日(日)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「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	子供のアトピー
火	食道裂肛ヘルニア
水	中高年の歯みがき
木	妊婦検診と超音波検査
金	女性における骨量の変化
土日	歯茎が腫れたとき

日野原重明先生の「遺したかった言葉」

「105歳になられた日野原先生、死ぬのはこわくないのですか？」

恐ろしい……。あなたにそう聞かれるだけで恐ろしい……。

僕は、そう遠くない未来に自分が死ぬという事実を、とても恐ろしいことだと感じています。あなたに聞かれただけでも足がすくむような思いがします。僕は医者ですから、自分の体が病によつて弱っていること、その時が近づいてきている現実も感じています。

だからこそ、朝起きて自分が生きているということが、心から嬉しいのです。生きているからこそ、新しい一日をスタートできる。様々な出会いがある。105歳という年齢を迎えてもなお、僕にはまだ自分でも知らない自分がたくさんあり、その未知なる自分と出会えるということに、心からわくわくしているのです。

(中略)

もしあなたが、僕と同じように、死を怖いと思っているとしたら、それはごくごく自然な感情です。死を前に取り乱すことは恥ずかしいことでも何でもありません。

イエス・キリストでさえ、十字架の刑にあわれる前に、何とか助かることはできないのかと、ゲッセマネ

の園で神に祈ったのです。僕はそのことを思うと、自分の恐怖が幾分か慰められるのを感じます。

日野原重明「生きていくあなたへ」



藪蘭

大岡 信著 『新折々のうた』四 から

夜おそく／つとめさきよりかへり来て／

今死にしてふ児を抱(だ)けるかな

石川啄木

「一握の砂」(明43)所収。啄木長男真一は、明治四十三年十月二十七日、生後二十三日で発育不全で死んだ。東京朝日新聞の校正係に就職、本郷弓町の理髪店二階に二

間の部屋を借り、函館の宮崎郁雨に預けたままだった家族をやっと呼び寄せ、長男が生まれたばかりでの悲運。この夜も夜勤で上野広小路からてくてく弓町まで帰り着くや、二分前にこと切れたばかりの息子の遺体が目の前にあった。

おほきなる悲しみをここにうつむると

かのなきがらを土にうつめし

土岐善麿

「雑音の中」(大5)所収。啄木が死んだのは明治四十五年四月十三日で、友人と善麿が埋葬・葬儀を自家で行い、遺稿歌集「悲しき玩具」の編集・出版に当たった。善麿の生家は浅草の寺院だった。右は啄木死後3年目の連作の一種で「人の世の不平をわれにをしえつるかれ今あらずひとりわが恋し」もある。もし啄木にこの友なかりせば、いま私たちは、まずはまったく啄木を知らなかったろう。

けんこう (百六十六)

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

③ 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

④ 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

⑤ 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、ゾコバ、点滴薬:ベクルリ、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

入国時の陰性証明が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

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

七、群馬県感染症発生動向調査より

・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)

0)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?)

(群馬県衛生環境研究所感染制御センター)

(1)

インフルエンザや新型コロナウイルス感染症の報告が継続しています。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。

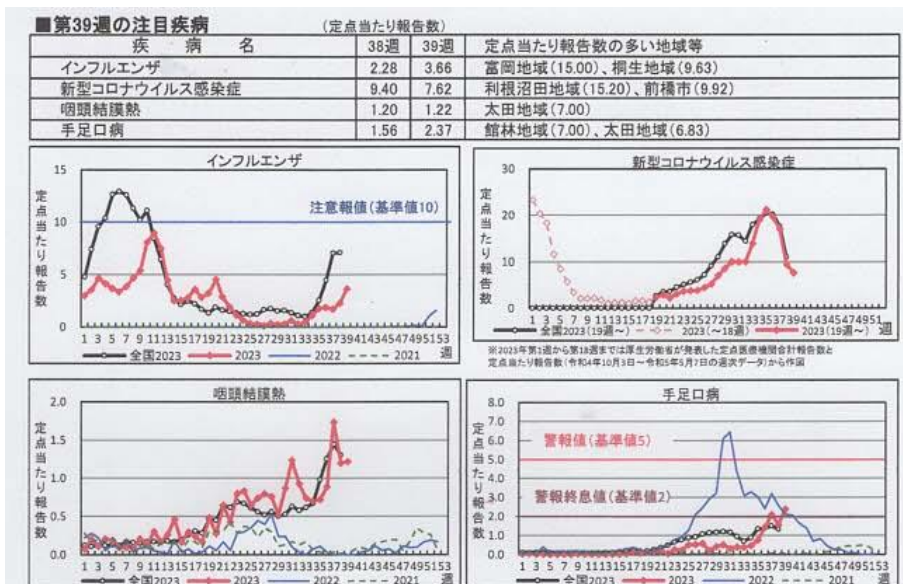
(2)

咽頭結膜熱や手足口病が一部の地域で多く報告されています。原因となるウイルスはアルコールが効きにくいので、手指

は石鹸と流水でよく洗うようにしましょう

う

百日紅(さるすべり)



院長のひとりごと(二二二)

静寂・型

◇通院されておられる方で比較的華奢な体格の男性がおられます。そのように見ていた方と最近お話をしていて、「えっ」と驚くことがあります。なんと、ホノルルマラソン、東京マラソンにも数回参加されて今も練習で走っておられるとのことである。とうに八十歳を超えておられる方でマラソンをやっているとは全く知りませんでした。

◆東京オリンピックのマラソンで6位入賞された大迫 傑(すぐる)選手が藤岡に来られたことがあり、この地域のマラソン愛好家と一緒に走ってくれたことがあったことです。その患者さんも一緒に走ったのですが、大迫さんはひたひたとじつに静かな音しかたてさせずにどんどん走ってみせ、終わるとすぐ帰って行かれたということです。

◇この話を聞いていて、私はふとアルピニストで学生時代からヒマラヤなどに行っておられたある先輩の医師のことを思い出しました。同じ病院で働いていたことがあり、希望の職員を募集して尾瀬に行ったときのことです。ゆつたりした歩きの先生を追い越して私はほとんど先を歩いて行ったのですが、早々に息が上

がりペースが落ち、あつという間に同じペースで歩いてきた先生のグループに追い越されてしまったのです。

◆大相撲で双葉山、大鵬の相撲にも現在

見る上位力士の相撲と異なる静寂さを感じました。勝ち星だけにこだわらずいかに自分の型に持ち込むかに集中し、型ができると圧倒的な強さで相手を投げ飛ばした二人の相撲を懐かしく思い出します。

三十五代横綱 双葉山定次



四十八代横綱大鵬幸喜



◇いかなる仕事も、職人ごとに一定の型があり、その中で仕事が進んでいくときにいい仕事ができるのだらうと思います。

現在「うどん粉病」で全滅した生け垣を整理し、塀を作ってもらっています。一人の職人の方が朝早くから来て仕事をはじめ、途中で腕組をしてしばらく考えています。その姿が実にいい。カーテン越しに覗いてみると、段取りがついたか、さてと次の工程に進んでいきます。一日ごとに着実に塀の形が出来上がっていくのを見ることは私にとってはうらやましくさえ思えます。

◆美しい「職人芸」に思いを馳せ、夢見心地でいると、待合室のほうから

「診察はいいんだよ、薬だけくれ、薬を。今日は、おれは忙しいんだよ、薬だけもらえばいいんだよ……」

という声が聞こえてきた。

(あ、そうだ、医者には職人以上にサービス業だった。)

「○○きーン、お待ちどう様でした。どうぞお入りください」