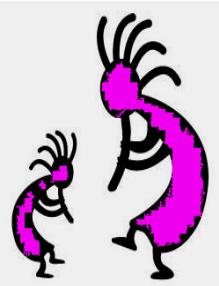


医院だより

令和８年10月（279）

秋　山　医　院
藤岡市小林748-8
☎0274-22-8315

神無月（かんなづき）

別名　神去月（かみさりづき）・神在月（かみありづき）・時雨月（しぐれづき）・初霜月（はつしもづき）

陰暦十月の称。すでに「古今集」にこの文字が見え、さまざまな説があるが、一般にはこの月、諸国の神々が出雲につどい集まるため、とされる。したがって出雲では神在月となるが、もとより俗説。『徒然草』のいうように、本説なし、と考えるよりほかはないが、起源の詮索は別として、陽暦なら十一月半ばにあたるこの季節の自然相には、何やら実感を伴ってこころにひびく語感があろう。昨今、信仰とはかかわりなく、意外に新しい作例の多いのはそのためであろうか。

神無月ふくら雀ぞまづ寒き　　其　角

（講談社「カラー図説日本大歳時記」）

金木犀（キンモクセイ）

目次（頁）

1　十月の異称、十月の花、十月の言葉
2　十月の暦、お知らせ、診療案内、健康テレフォン、
3　大岡　信選集、けんこう改め群馬県感染症発生動向
4　ひとくちメモ（8）胸痛について
5　院長のひとりごと（247）お弁当

『十月の花』

野紺菊（のこんぎく）、野原薊（あざみ）、富士薊（ふじあざみ）、杜鵑（ほととぎす）、藪蘭（やぶらん）、鶏頭（けいとう）、金木犀（きんもくせい）、コスモス

『十月の言葉』

目をまっすぐ前に注げ。あなたに対しているものにまなざしを正しく向けよ。どう足を進めるかをよく計るならあなたの道は常に確かなものとなろう。右にも左にも偏ってはならない。悪から足を避けよ。（箴言　第四章二五～二七節）

進め、どこまでも進め、前途を疑懼（ぎく）せずに進め。倒れても退いてはならない。明日は今日よりも完全であれ。明年は今年よりもさらに一層勇壮で、快活で、謙遜で、独立であれ。進化の宇宙に存在して退く者は死ぬ者である。安全は退いて

求めるべきものではなく、進んで達すべきものである。歓喜（よろこび）と満足とは前にあって後ろにはない。臆病者に平和はない。進め、どこまでも進め。　　内村鑑三「一日一生」10・23）

「十月の暦」

一　日　労働衛生週間、法の日、
四　日　里親デー、亥の子餅（平安時代の宮中儀式「亥の子祝（いのこのいわい・・・イノシシは多産であるところから「子孫繁栄」の意味が込められている。）
五　日　達磨忌
八　日　寒露
十　日　目の愛護デー
十二日　スポーツの日、芭蕉忌
十三日　日蓮上人忌、嵐雪忌（芭蕉の高弟）
十八日　統計の日、靖国神社秋祭
二十三日　十三夜　霜降　秋気ようやく去って、各地で朝露を見始めるころ
二十四日　国連の日
二十七日　読書週間

お知らせ

一、マイナンバーカード、資格証明書（お持ちの資格確認書の券面に有効期限が記載されているため、必ずご自身のカードや書類をご確認ください）で受付を行っています。

二、**診療案内**

『午後診療』では通常の診療のほか、『予約診療』もできますので時間調整が必要な方はご利用ください。
予約は電話でもできます。

『診療内容』

○ 一般外来診療
○ 往診・在宅医療（ご相談ください）
○ ピロリ菌の診断・除菌
○ CT、MRI、PETの予約
○ 胃・大腸内視鏡
○ インフルエンザ・新型コロナ・肺炎球菌・帯状疱疹ワクチンなど

＊十月一日からインフルエンザ・新型コロナワクチン接種が始まっています。
新型コロナは予約が必要です。

三、群馬県保険医協会二十四時間健康テレホン
http://www.raijin.com/kenko/
電話　〇二七―二三四―四九七〇

月	月経痛と出血量
火	骨粗鬆症の薬と歯科治療
水	糖尿病はこわい病気か？
木	上手な歯磨き剤の使い方
金	乳がん対策 自分で出来ること知っておくこと
土日	子供の発熱

大岡　信著『折々のうた』

敢(あ)へて　紅塵(こうじん)に
　衣帯(いたい)涴(けが)れず
　猶期す　青史に姓名垂るるを
　　正岡子規

「子規全集」所収。子規は外祖父大原観山に漢学を学び、十二才から漢詩を作った。右は明治二十三年正月(二十二歳)作。前年五月突如喀血した心細さを詩の冒頭で『生命を繋ぎ将(もち)て細きこと糸のごとし　喀血三旬子規と号す』と詠み、「紅塵(俗塵)に身を汚さず　青史(歴史)に名を残すことを期す」と、一見明治書生の大言壮語風だが、真意は病に直面して新年の決意を述べたもの。

モンシロチョウ、蛹になりました

いにしへも斯かりき心　いたむとき
　大白鳥となりて空行く
　　与謝野　寛

「相聞(あいきこえ)」(明治四三)所収。明治三十五年、以降八年間の短詩(寛は当時短歌をこう呼んでいた)約一千を抜いて編んだのが「相聞」で、明星派後期最重要の歌集。森鴎外が心のこもった序文を寄せている。寛の評価は妻晶子の名声に対し不当に割り引かれているが、詩人としての気宇は同時代に抜きんでていた。これは、古代の英雄倭建命の魂魄が大白鳥に化し、空高く飛び去ったという伝説に心を託した朗々たる悲傷の歌。

西御荷鉾山

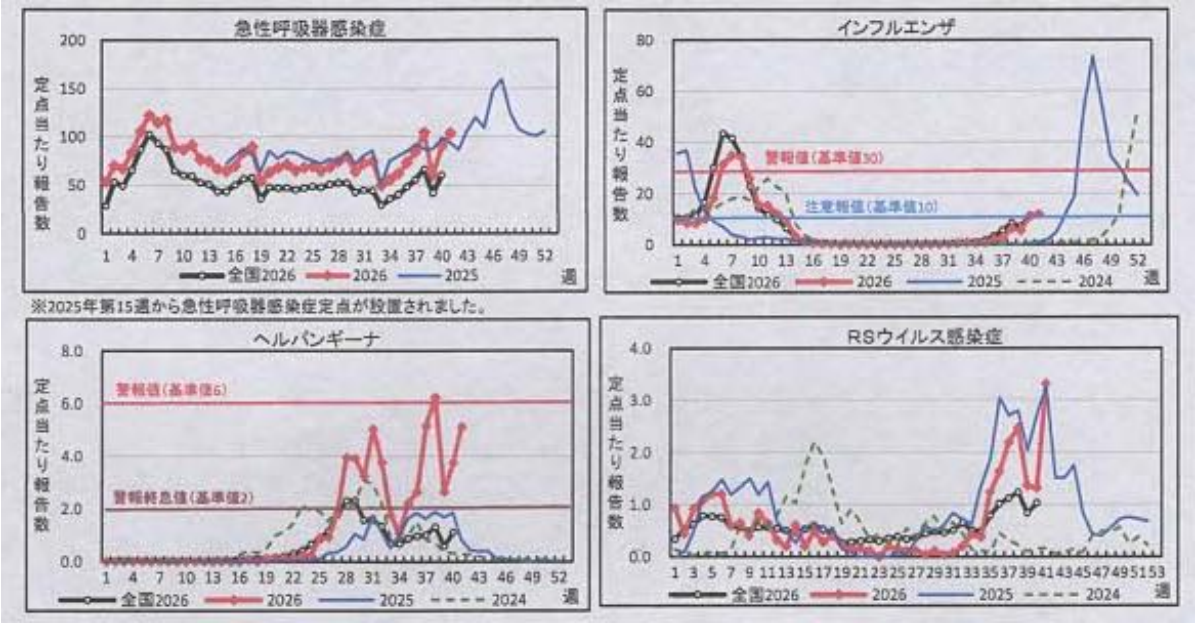
けんこう改め

群馬県感染症発生動向(201)

★インフルエンザは、先週に引き続き注意報発令中です。RSウイルス感染症の報告も続いています。これらの感染症はいずれも飛沫感染や接触感染によってうつります。

咳やくしゃみが出るときは、「マスクをつける」「鼻と口をティッシュペーパーで覆う」「袖や上着の内側で覆う」などの咳エチケットを心がけましょう。手洗い、換気も感染対策として重要です。

★ヘルパンギーナは警報発令中です。原因となるウイルスの中にはアルコール消毒が気かきにくいものがあるので、手指は石鹸と流水でよく洗いましょう。症状がある人は自宅でタオルなどを共用しないようにしましょう。



ひとくちメモ(8)

胸痛などで緊急対応が必要になることがあります。これらの対応につき、普段から整理しておいたほうが良い項目が挙げられていましたので参考にしてください。（ＮＨＫ きょうの健康）

1 胸痛が起きたら

① 直ぐに座るか横になる
② １１９番に電話する
③ アスピリンを噛んで飲む（アレルギーに注意）
④ 深くゆっくり呼吸する
⑤ 家族や近隣の人に連絡
⑥ 絶対に車の運転しない
⑦ 意識を失わないようにする

2 日常からの備え

① スマートフォンにメディカル情報を登録
② 冷蔵庫や玄関に連絡先のメモ
③ 玄関の暗証番号や合い鍵の場所を家族と共有
④ アスピリンや普段の薬をケースに入れて持ち歩く
⑤ 近所の人と万が一の時の連絡体制を作っておくこと
⑥ 知識を行動に移すこと（例 胸痛→１１９番→病院へ行く）
⑦ 普段の服薬名、持病、アレルギー
⑧ 犬猫などのペットを家（小屋）の中に
⑨ 意識を失わないように

院長のひとりごと(２４７)

お弁当

◆同郷の友人から、朝一番のメールが届いた。小学一年生からの男子の友人Ａが亡くなったと、生まれた村に嫁いだ妹さんから、そう連絡があったという。このＡの報を受け取った時、ああとうとう亡くなってしまったかという気持ちと、何か二人の間にやり遺したものがあったような気がしてそれが何だったかと気になった。

◇小学校に入ったばかりの時はわからなかったが、しばらくして午後の授業もあるころになり、昼休みになると、Ａのところへ受け持ちのＴ先生が行って廊下でお金を持たせ、近くの店でパンを買ってくるようにと言われているのをみんなで見ていると、先生が「Ａ君はお母さんが亡くなったためにお父さんと３歳年上の兄さんとの３人暮らしで、お父さんは朝早くから仕事に出かけなくてはならないので、みんなのようにお弁当を持ってこられないのだよ」と説明してくれた。

◆裕福でないまでも、母親が送り迎えしてくれている家がほとんどであったので、Ａ君の大変さはわからずに

「パンを買ってもらえていいなあ」と口にする子もいたほどだった。私にもそんな気持ちがあり、母親に話すと厳しい顔できつくたしなめられ、そのような考えをすることがいかに悪いことかと教えられた。この時の母親の顔は忘れられないほど怖かった。

◇中学校を卒業してからA君がどこに就職したかは知らなかったが、同級会や成人式で会うと「のりお、のりお」と名前を呼んで「いまどこにいる？なにしてる？」などと話しかけてきてくれたものであった。隣り町で働いているようだったが、詳しくは知らなかった。

◆五十歳頃の同級会で、集まったことがあった。T先生も、他のクラスの先生も出席してくれた。A君がその時いたかどうかは想い出せない。T先生と隣り合わせになった時に、先生がうれしそうに話された。

『A君が、今度二人で蕎麦屋さんを始めたんだよ』

と。NHK大河ドラマ「天地人」放映間もないころのことで、これに関する武将の名を店の名前に使っていた。

『私も(奥様と)二人で出かけるようにしているんだよ』

と話してくださり、私にも帰省した時に行ってみてくれるように言われたのでした。

◇帰省した折に、3回くらい行っただろうか？そのうちの1回は家内と二人で尋ねたときのことだったが、昼の時間が過ぎて休みの時間だったらしく、A君が一人でいるだけだった。

「大丈夫だ、今すぐ作ってやるから」

と特別に二人のために用意してくれた。準備の時も、江戸時代の藩政改革で有名になり、アメリカ35代大統領ジョン・F・ケネディが尊敬したという米沢藩主上杉鷹山がウコギ（五加木）という木の栽培を推奨したというが、そのウコギの葉の線維でつないだのがこの蕎麦だと嬉しそうに説明してくれたのです。

私は、T先生にも喜んでもらいたくてその話を便りに書いたものでした。

◆私の姉は、A君と仕事を始めた十一歳年上の方と同級生であったということで、その方からも姉に蕎麦屋を始めたということと、一緒にやるのが偶然にも「あなたの弟の同級生のA君」だということを話してくれたことがあったという。ところが残念なことに店も有名になってきたころ女性と失踪してしまったという話を姉から聞く事になってしまいました。

◇喜寿のお祝いを同級生が集まってやった時にはA君の姿はなかったように思います。その後『A君』と親しかった人にA君の消息を尋ねると、元気だという返事でしたので安心していました。

◆今年の八月にお盆で実家の墓参りに行ったとき、A君が施設に入ったと、私と同級生だと知っている人が教えてくれました。

それから二か月、今度はそのA君の訃報を受けることになってしまったのです。

◇T先生も亡くなられて二十年以上たち、先生の奥様も二、三年前に亡くなられました。

◆幼い時に母親を失ったことがA君の人生のつらさを決定づけてしまったことは間違いありませんが、3歳上のお兄さんがおられたはずで、お兄さんの消息も知りたい感じがします。どんな生涯を送っておられたことだろうかと知りたくて。

◇A君の訃報を聞いて1週間もしたころ、私は大きな不安に襲われました。

私たちの村に赴任して来られたT先生にとって、A君との出会いは大きな挑戦だったに違いないと思うのです。先生は、出会ったときから何かこの薄幸の子を見守って元気に明るく世の中に送り出してあげたい、いい生涯を送らせてあげたい、と決心されていたに違いない、と思われるのです。ご自分の最後の日まで思い続けて来られご無念だったに違いありません。

◆先生のお姿を70年間も見ていて、このような生涯を見せてくれた人をわたしは知らなかったのです。

◇現在の私の年齢の頃に、末期の膵臓癌が見つかり、お住まいに近い病院に入院したと聞いてお見舞いに上がりました。

（こんなに重症な方なのに）6人部屋の入り口から右側の最初のベッドで、奥様と悄然とされていた姿を見て「力尽きてしまわれた」と感じてしまいました。

奥様が、痛みのことだったか、ベッドの位置のことで一回主治医にお願いしたことがあってからは、受け持ち医は態度が変わり、部屋に来ても視線を合わせずに、先生のベッドをひとつ飛ばして次のベッドのひとから順に声をかけて一回りをして出て行ってしまうようになったというのです。ありえないことではないか、と唖然としてしまったばかりでなく、また同じ医師として恥ずかしく、申し訳なく、憤りに震えてしまいました

◆近くに同級生が院長をやっている病院があるのでそこに話してみましょうかとお尋ねすると、

「もう、いいよ…」と静かに遮られました。笑顔はありませんでした。医者である私の中にも同じものを感じてしまわれたのか、と私は恥ずかしく悲しくなってしまったのです。

◇先生のお勧めで、A君の蕎麦屋さんに行ってきましたよ、なぞという私のはがきをご覧になられた時、先生は心から

『がっかり』されたに違いないと今になり気が付きました。先生がお求めになっておられたことは、「蕎麦の味の評価」などではない、それよりも

「A君のよい話し相手にずっとなっていてほしい」

そのことを伝えたかったのに違いない、と、A君が亡くなってはじめて私は気が

付いたのです。
先生は出会いから別れの時まで、ずっとA君の中に「表現しがたい孤独と人生の不合理」を見ていたのではなかったかと思うのです。

◆今はもう、先生もA君も居なくなってしまわれました。
私の名前を遠くから声をかけて話してくれた友人と、七十年余、「〇〇〇くん」と呼びかけ勇気づけて下さった恩師の声を心に聞きながら、この世で果たせなかった恩返しの幾億分の一でもこの世で果たすことに、私の余生を用いようと考えているのです。