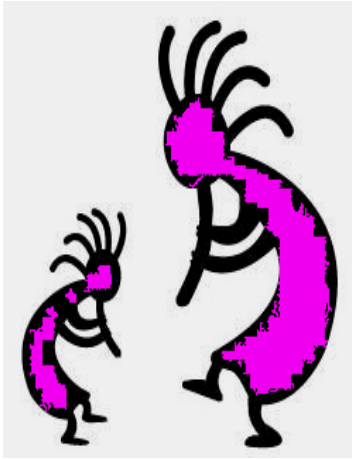


秋 山 医 院  
藤岡市小林748-8  
☎0274-22-8315

# 医院だより



**7月** 別名 文月（ふづき）、建申月（けんしん）

んげつ）、孟秋（もうしゅう）

文月の語源として「穗含月（ほふみづき）」

「含月（ふくみづき）」が考えられます。一

方、旧暦では、七、八、九月は秋に相当する

から、読書の秋、秋の夜長といった印象から

文月と命名されたとする説もあります。

## 『七月の花』

合歡の木（ねむのき）、百日紅（さるすべり）

木槿（むくげ）、睡蓮（すいれん）、

蓮（はす）、紅花（べにばな）、透百合すかし

ゆり）、



## 『七月の言葉』

『七夕（たなばた）』旧暦の七月十五日の夜、祖

先の霊が我が家に帰ってきて寝食を共にし、また天

上に帰っていくと信じられていました。村で選ばれた

娘が川や湖のほとりで祖先のために衣類を機（はた）

で織り用意しておいた棚に置いておくという習慣か

ら、棚機（たなはた）と呼ばれました。その後伝わっ

た仏教では七月十五日はあの世で苦しんでいる亡者

を救うための仏教上の行事の日だということで棚機

の行事はその準備の行事として一週間繰り上げら

れ七月七日になってしまいました。これによって、七

夕を（たなばた）と呼ぶようになったとのことです。

『藪入り』江戸時代には、小正月の一月十五日と

お盆がある七月十五日の翌日、一月十六日と七

月十六日は、藪入りと言って嫁入り先からお嫁

さんが、また奉公先から丁稚や女中が実家に帰

れる休日でした。奉公人は、主人から小遣いをも

らい帰省して実家のお盆や正月に加わったり、芝

居見物をして羽を伸ばしたりしたそうです。奉公

に出した一人息子が帰ってくるのを心待ちにして

いる親夫婦の話が落語にした『藪入り』はストー

リーがわかつていても泣けてきます。

『土用入り』立春、立夏、立秋、立冬の前、十八

日間から十九日間を土用と呼び、この期間に土

木工事に着手することを避けたと言います。現

在では立秋前の土用が一番有名です。夏バテしな



いようにうなぎをはじめ、土用しじみ、土用餅、土用卵など精のつくものを食べる習慣が広がりました。年によっては丑の日が二回あり、それぞれ一の丑、二の丑と呼ばれます。土用入りは梅を干すころにも当たります。

『三尺寝』熱い昼ひなか、職人や大工がしばし休憩して短い睡眠をとることを言います。仕事場の三尺（約九十センチ）ほどのスペースでころりと横になったのがその名の由来とか。また、日の影が三尺ほど動く小一時間ほどの仮眠とも言われます。

### 『七月の暦』

- 一日 富士山開き
- 二日 半夏生
- 四日 米国独立記念日
- 七日 小暑、七夕。秀吉の刀狩（一五八八）
- 十五日 開院記念日（当院）
- 十六日 高見山優勝（一九七三）三勝二敗で優勝、外国力士の優勝は初めて
- 十七日 海の日
- 二十三日 大暑。相馬野馬追い（二十五日）
- 二十四日 河童忌、芥川龍之介没（昭和二年）
- 二十七日 田中角栄逮捕（一九七六）いわゆる  
ロッキード事件

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

七月二十八・二十九日（金・土）

#### 四、第6回文化講演会（六月二十二日）

『キリスト教はどんなことを教えているのか』

第4回 キリスト教の分派、他宗教との違い

講師は、高崎市日高教会牧師

中村孝志先生でした。

まとめ（簡条書き）

- 1 キリスト教が生まれてから千年で東方教会と西方教会に分裂した。
- 2 東方教会はさらにギリシャ正教会とロシア正教会に分かれた。
- 3 ロシア正教会からニコライが函館に来た。ここでは密出国前の新島襄との出会いがある。その後、東北を経て関東に来て、お茶の水にニコライ堂を建てた。
- 4 西方教会は東方教会との分裂後500年してから、ルターによる宗教改革により、プロテスタント（抗議するもの）が分裂した。今年ルターによる宗教改革500周年にあたる。  
ルーテル教会  
カルヴァンスイス改革派教会  
イギリス国教会（カトリックに近い）  
福音伝道教団  
組合協会 など

5 キリスト教に近い宗教

一 神教、聖典主義 をとるもの  
旧約聖書から

↓新約聖書↓キリスト教

↓コーラン ↓イスラム教

↓タルムード↓ユダヤ教

6 救済論の違い

カトリック 恵みと行いによって

プロテスタント 恵みのみによって

五、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が。ご質問歓迎します。全5回、今回が最終回となります。

六、開院十五周年記念コンサート

フルート 鶴淵 千景さん

ピアノ 田中悠一郎さん

日時：平成29年7月20日(木)

午後7時から

ところ… 秋山医院待合室

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

○ピロリ菌有無の検査と除菌

○CT、MRI、PETの予約

○胃カメラ・大腸カメラ

○肺炎球菌ワクチン

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おります。前日までに受付でのご予約ください。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.rain.com/kenko/>

宵待草

作詞 竹久夢二

作曲 多 忠亮

待てど暮らせど

来ぬ人を

宵待草の

やるせなさ

こよいは月も

出ぬそうな

(一九一六年)

明治四十三年銚子に旅した夢二はそこで一人の女性に恋した。翌々年に訪ねたときはその女性はすでに嫁ぎ先が決まっております。夢二は失意のうちに帰京した。その時作った詩がこの歌です。

一九一六年、東京音楽学校の学生から

『この歌に曲をつけても構わないでしょうか？』

と便りが届いた。

この学生は後に宮内省楽部でバイオリンなどを担当した多忠亮（おおのただすけ）であった。夢二の思い出の詩に新たな息吹を与えてくれた多に夢二は涙を流して礼を述べたと言われています。これが爆発的にヒットしました。

月曜	膠原病について
火曜	不整脈のいろいろ
水曜	子供のアトピー
木曜	冷房と婦人科疾患
金曜	乳幼児のスキンケアとかゆみ対策
土日	指しゃぶりって体に悪いの？

多忠亮は35歳で夭折しています。夢二は一九三四年、50歳で亡くなります。

当の女性は音楽教師と結婚し一九六七年に他界しましたが、生前、嫁に夢二のことを尋ねられたとき、『今でいえば、ま、不良ね』と答えたときとダークダックスの喜早哲さん（2016・3・26没）の著書に記されています。スキのない対応だと思いましたが。

学習研究社 私の心の歌(夏)岩波書店唱歌・童謡ものがたり 参考



## けんこう (九十三)

### 食中毒について

#### はじめに

高温多湿のこの時期は食中毒の起こりやすい時期です。特徴を知っていれば多くの食中毒を予防することができます。

#### 一、食中毒とは？

食中毒とは食べ物が原因で、**腹痛、発熱、下痢**などを起こし、体の具合が悪くなることをいいます。加熱の不十分な肉類や魚介類、卵など起こりやすくなります。

原因は、**細菌やウイルス**によるものが一番多い。また毒キノコやふぐが**もつ毒(自然毒)**や**化学物質**によるものもあります。

細菌やウイルスは、汚れた手、よく洗っていない食べ物、料理した後のまだ洗っていない調理具（包丁やまな板）に沢山ついていることがあります。

多くの食中毒は、細菌、ウイルス、毒が体の中に入ってから1日から2日後に起こりますが、短い場合は食後30分、長い場合は食後1週間以上経ってから起こることもあります。

\*病原性大腸菌・・・食後2日から10日と長い  
ため、その間に他の人に感染（うつ）ったりして  
原因が同定しづらいことが特徴です。

#### 二、食中毒の症状

**腹痛、発熱、下痢**

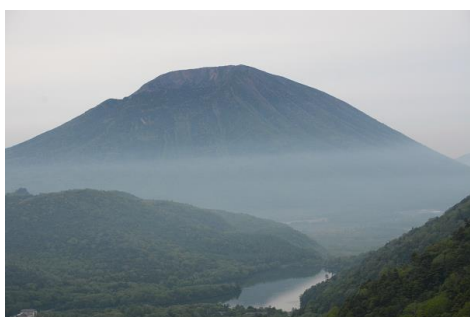
#### 三、原因施設

飲食店が半数以上。家庭内発生も1割あるので家庭での管理が重要です。

#### 四、発生

食中毒菌は高温多湿の環境下で増殖します。

月別では、細菌は**6月から9月に多く**  
**ノロウイルスは冬に多い**のが特徴です。



奥日光 男体山

## 五、原因菌と付着しやすい食品

サルモネラ(鶏卵、肉類)

カンピロバクター(鶏肉)

腸炎ビブリオ(魚介類)、

病原性大腸炎(野菜、肉)

黄色ブドウ球菌

(細菌のついた手で触った食品、おにぎりなど)

細菌は食品に**最初からついている**ことを知ることが大切です。

## 六、食中毒予防の3原則(基本)

食中毒菌を、

**つけない、増やさない、殺菌**

## 七、食中毒予防 5つのポイント

(具体的対策)

### 1 食材選び

衛生的な店で新鮮な食品を買う

肉や魚は最後に買う

### 2 保存

冷蔵庫の温度管理

冷蔵庫の中を清潔に保つ

### 3 調理の準備・後片づけ

まな板は食材ごとに使い分ける

ふきんは頻繁に取り替える

シンクの衛生管理

### 4 調理の基本

75℃、1分以上で殺菌

### 5 残った食品への対応

早く冷まして冷蔵庫に

遅くても調理後2時間以内に食べる

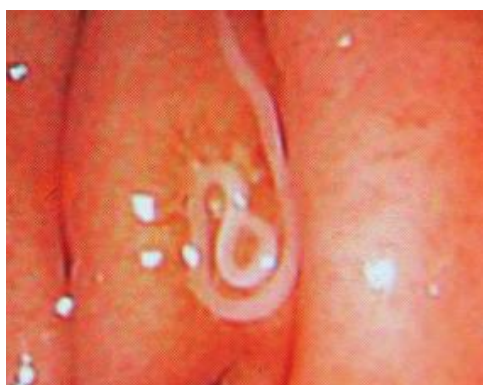
## 八、アニサキス症について

最近話題になっている寄生虫アニサキス症について追加します。

海産魚介類の生食を原因とする寄生虫症の中で、**我が国で最も多発するものがアニサキス症**です。我が国でかなり古くからあった病気と考えられるが、原因となる虫種が

1970年代以降には内視鏡検査の普及とともに、生検用鉗子での虫体摘出が可能となり、予想外に多数の本症例が発生していることがわかりました。

自験例です



また、生鮮食料品の輸送体系が近代化されてきたことが現在のアニサキス症発生の増加と広域化に関与していることもわかっていきます。(冷凍しないまま遠隔地まで輸送され食されること)

### 疫学

アニサキス症の発生は、刺身や寿司など海産魚介類の生食を嗜好する食習慣と強く関連することから、諸外国に比して圧倒的多数の症例が我が国で発生しています。

2005年から2011年の年平均では、年間に7、147件と推計されています。

海外での報告数は、1960年に本症の発生がオランダで報告されてから2005年までに

、欧州で累計約500件、米国で同約70件とされています。

人への感染源となる魚介類は、我が国の近海で漁獲されるものでも160種、この中でも患者の食歴から、サバ（マサバおよびゴマサバの総称、加工品としての「しめ鯖」を含む）が最も重要な感染源と考えられています。最近では、アジやイワシ、イカ、サンマなどが感染源になる機会の多い魚介類として、注意が必要とされています。

## 臨床症状

### 1 胃アニサキス症

**魚介類の生食後数時間して激しい上腹部痛、悪心、嘔吐**をもって発症するのが特徴です。

食歴に関する問診と臨床症状から劇症型胃アニサキス症が疑われる場合は、胃内視鏡検査で虫体を検索し（虫体1匹の穿入で発症することも多い）検出虫体の形態と遺伝子配列から確定診断します。

### 2 腸アニサキス症

虫体が腸に穿入する腸アニサキス症では、腹痛、悪心、嘔吐などの症状が見られ、**時に腸閉塞や腸穿孔**を併発する。腸閉塞などで手術を受けた例では、摘出部位の病

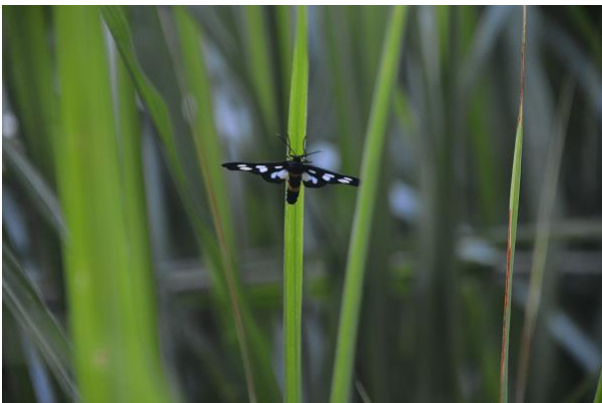
理組織標本に虫体を検索し、原因を確定します。

### 3 消化管外アニサキス症

まれに虫体が消化管を穿通して腹腔内へ脱出後、大網、腸間膜、腹壁皮下などに移行し、肉芽腫を形成することもあります。虫体寄生部位に応じた症状が現れます。

### 4 アニサキスアレルギー

魚介類の生食後に蕁麻疹を主症状とするアニサキスアレルギーを認めることがあります。更に血圧降下や呼吸不全、意識消失などのアナフィラキシー症状を呈した例も報告されています。



## 予防・治療

**海産魚介類の生食を避けること**、あるいは**加熱後に喫食すること（60℃で1分以上）**が、確実な感染予防の方法となります。また**冷凍処理（マイナス20℃、24時間以上）**により**アニサキス幼虫は感染性を失う**ので、魚を冷凍して解凍後に生食することは感染予防に有効です。

加熱や冷凍以外の方法として、**新鮮なうちに魚介類の内臓を摘出**するなどの工夫も、感染予防に適用できます。内臓に寄生する幼虫が漁獲後に筋肉へ移行することもあるからです。なお、**醤油、わさび、酢がアニサキス症の予防に有効ではない**かと期待されてきた。しかし料理で使う**程度の量や濃度、処理の時間では虫体は死なない**ことがわかっています。

治療法に関しては、胃アニサキス症では胃内視鏡検査時に胃粘膜に穿入する虫体を見つけ、これを鉗子で摘出します。腸アニサキス症では対症療法が試みられ、場合により外科的処置が施されます。なお現在のところ、幼虫に対する効果的な駆虫薬は開発されていません。

（国立感染症研究所寄生動物部 杉山 広

森嶋康之氏の2014年の文章から引用）

院長のひとりごと（百四十）

わたしの浪人生活

◆二浪にもなると親も心配し始め、私も真剣になった。池袋の予備校が決まり、私鉄の2つ目の駅を降りたところの3畳一間四千円のアパートで生活が始まった。友達もおらず、予備校へ行って帰る生活の毎日であった。駅で切符を買うときに口を開いて1日に2回、駅名をふたつ言うことで済んだ。



◇予備校の生活は灰色ではなく、こころでも毎日活気溢れる時間が過ぎた。なぜ

かというにそれは充実した講師陣のせいであった。受験の点数を上げることよりも学問の面白さを予備校で教わった気がします。国語では『學燈』の創刊者保坂弘司先生が講義されたことを後日高校の国語の先生にお話したところ大変うらやましがられて、実に深いところまで読み解いてくれる先生だとかつて受けた講義のことを想い出され、自分ももう一度一緒にその授業を受けてみたいほどだと言われました。（真に受けて手引きでもして二人で一緒に講義を受けたとしたら、これは高校教師へのいやみになってしまいましたでしょう）

◆若い先生が数学の担当で、心が澄んでいたのでしょう、声も清明でよく通り、受講生の皆には友達に対するような態度で講義をしてくれ、皆の気持ちが高揚しているのを感じました。

残念なことに、1、2か月で辞めることになり、皆が残念がりましたが、しかしそれ以上に先生のほうが『君たちに申し訳ない』と残念がつている姿にも真心がこもっていました。

あとで、年配の英語の先生が、事情を説明してくれました。

この先生は、音楽をやりたいという希望が前からあり、今回うしろ髪をひかれる思いもあったが、ようやくこの受け入れが適ったのでこの時期を逃したらもうチャンスはめぐって来ないと考え、決心したのだと言われるのです。ずっとハンガリーで音楽を勉強するのが夢だったというのです。英語の先生はその決心を強く賞賛して、皆も心から応援して送り出してあげてください、と言われました。

◇この若い先生から数学を教えてもらっていたらどんなに良かったらうかという気持ちがある反面、この先生が示してくれた『自分の人生に対し前向きな姿勢をとること』という手本を目の当たりにして、このことから自分の取るべき姿勢を学べたことのほうが私には大きな学びになったと今では考えています。

◆この英語の先生は、このように学生と同様に若い講師陣のフォローもやってくれていて、とにかく若い人にやさしく温かい目を向けてくれる御人格の方でした。A6判に必要な英会話表現を100例印刷して、青色の表紙で閉じたものを『暗記したらよいですよ』と言って全員に配ってくれました。今でも残っていますがあの当時これ

を全部暗記していたら、英会話が苦手にならなかつただろうにと悔んでいます。



◇池袋の駅から予備校までの途中に名画座があり、そこに新しく名画が上映されると『いま、ヘミングウェイの「誰のために鐘は鳴る」、オーソンウェルズの「第三の男」が上映されています。この二本で百円なんてお得ですよ、ぜひ見に行ったらいいですよ』というふうな話されおまけに第三の男のテーマソングを奏でる楽器チャターの話も説明してくれました。淀川某さんのよう。

◆さつそく見学に行き、その後、『奇跡の人』『サウンドオブミュージック』、はてはオールナイトで『宮本武蔵』6部全部ぶつ通しで朝まで鑑賞したこともありました。



◆当時の私は、ズボンといえば学生服のズボンしかはいたことがなく、高校時代のそれをずつとはいていました。時間がたつと膝のあたりが白くなつてきていかにも汚れた感じがするのですが、自分の勉強の調子が良い時はそれが苦にならず、調子が悪くなつてくると途端にみすばらしく自分で感じてしまい、歩くのが恥ずかしい気持ちになることに気づきました。

◇休みの日にアパートの外の水道で洗濯をしていたら、群馬でアパートの高校体育教師をやっていたすぐ上の兄がたまたま訪ねて来てくれて、こんなに汚れた粗末なものを着ているのかと驚いていました。初めての

給料だといって新札を一枚呉れ、食事に連れて行ってくれました。妹さくらに対する『寅さん』のような存在で、困っていると突然現れて助けてくれました。



◆内に充実していれば外見は少々みすばらしくとも、恥ずかしくない、という小哲学を持ったのですが、社会人になるとそうとばかりは言っておれず、冠婚葬祭やいろいろな集まりにもあまりにその場の雰囲気から外れたものでは、失礼にあたることを学び、その後は極端に衣服に神経質になり、どれがいいかと必ず家内に聞いたうえで出かけています。内に充実しなくなつて来ているからかもしれません。