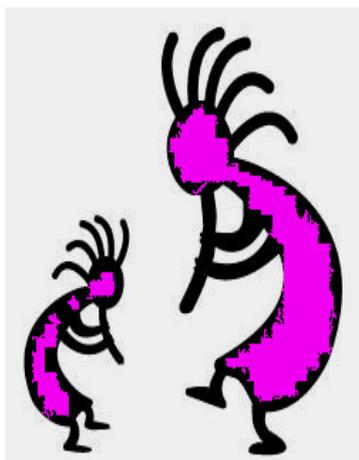


秋 山 医 院  
藤岡市小林748-8  
☎0274-22-8315

# 医院だより



**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から、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(かみさり)月という、出雲だけは神在(かみあり)月と呼んできた。ほかに雷無月(かむないづき)とも。神嘗月(かんなめづき)のような気がしますが。

## 『十月の花』

野紺菊(のこんぎく)、野原薊(のはらあざみ)、杜鵑草(ほととぎす)、藪蘭、鶏頭、金木犀(きんもくせい)、コスモス

桔梗



## 『十月の言葉』

私たちはこの世の善人であって、よく己を忘れて他人のために尽くした人が、己のために計つてはなはだつたなく、自家のために行つてはなはだ無能であるのを見た。善人の善人である理由はこのにある、すなわち、自己を他人のために消費し尽くして自己のためにはなんの剩(あま)すところがないことである。ましてイエスにおいてをやである。善人中の善人であるイエスが人を救つて己を救えなかったのはあえて怪しむに足りない。もし彼が他(ひと)をも救い己をも救うことができたならば、彼は神の子ではなかった。愛の化身であった彼は他のために自己の能力(ちから)を使い尽くして、自己のためには剩すところがなかった。彼が大能であったのは他を救うときにおいてのみであった。

(内村鑑三『一日一生』九月十六日より)

## 『十月の暦』

- 一日 法の日、東海道新幹線開業(一九六四年)
- 四日 里親デー
- 五日 福島二本松提灯祭、達磨忌
- 八日 体育の日、寒露、阿寒まりも祭、木の日
- 九日 世界郵便デー
- 十日 目の日
- 十二日 芭蕉忌
- 十三日 日蓮聖人忌、嵐雪忌。

引越しの日 明治元年、明治天皇は京都から江戸城へ入場した。  
初の麻酔手術(一八〇四年)紀州の蘭方

医・華岡青洲が全身麻酔下に乳癌患者の乳房摘出術を行った。

十四日 鉄道の日

十七日 貯蓄の日、伊勢神宮神嘗祭、日光東照宮秋祭

十八日 統計の日、東京靖国神社秋祭

十九日 東京日本橋「つたら市」

二十日 土用、皇后誕生日、えびす講

二十一日 十三夜、あかりの日（一八七九年、エジソンが実用的な白熱電球を発明）

二十三日 霜降、電信電話記念日

二十四日 国連の日

二十六日 原子力の日

二十七日 読書週間（十一月九日まで）

二十八日 パンダ上野に到着（一九七二年）

三十日 紅葉忌

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)

平成三十年神宮館運勢暦(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 十二月二日、一月六日です。

#### 三、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

○ プ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・带状疱疹ワクチン

#### 五、外来の一部予約制の利用について

☆1時間**2名**ずつ、予約制で診療を行います。前日までに受付でご予約ください。是非ご利用下さい。電話でも予約できます。

#### 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.rajin.com/kenko/>

月	慢性疲労症候群
火	歯磨きは半径30センチのエチケット
水	妊婦健診と超音波検査
木	歯周病と心臓血管疾患
金	ドリンク剤の効用
土日	口唇ヘルペス



## 村祭り

作詞 不詳  
作曲 南 能衛

### 一 村の鎮守の神様の

今日はめでたいお祭り日  
どんどんひやららどんどんひやらら  
どんどんひやららどんどんひやらら  
朝から聞こえる笛太鼓

### 二 年も豊年満作で

村は総出の大祭り  
どんどんひやららどんどんひやらら  
どんどんひやららどんどんひやらら  
夜までにぎわう宮の森

### 三 稔りの秋に神様の

めぐみたたえる村祭り  
どんどんひやららどんどんひやらら  
どんどんひやららどんどんひやらら  
聞いても心が勇み立つ

(明治四十五年)

秋の豊穣を喜び、村の鎮守をたたえる村祭りの光景を伝えるこの歌は、明治四十五年、尋常小唱歌に発表された。作詞は不詳とされているが、「とんび」「夕日」などの作品を書いた葛原しげるといふ説がある。

発表当時の歌詞、三番の冒頭は

「治まる御代に神様のめぐみ仰ぐや村祭り」

と明治天皇四十五年の治世をたたえていた。昭和十七年、太平洋戦争のさなかには、二番の歌詞が「村は総出の大祭り」から

「めぐみたたえる大祭り」

へと変更され、戦後になって、三番の

「治まる御代に神様の」  
が

「みのりの秋に神様の」

とそれぞれ時代を反映して変えられている。

作曲者の南能衛（みなみよしえ）は香川県小豆島の生まれで武家の出。剛毅で積極性のある南を東京音楽学校は急逝した滝廉太郎の後任として呼んだ。しかしドイツ留学から帰った山田耕筰の招聘に対し校長と対立し、依願免官となり台湾に渡ったという。代表作にはほかに「村の鍛冶屋」があるが、町村合併で村が消えてしまったことと、鍛冶を職業とする人がほとんどいなくなったことが原因か、いまでは音楽の教科書から消えてしまった。情操乏しき時代にこそ情操を養うのが音楽教育と考えれば、浅はかな所業であり、惜しむべきことではなかったかと考えます。

学習研究社『私の心の歌秋』参考

## けんこう (二〇七)

防災について  
はじめに



陸前高田奇跡の一本松

太平洋につながる広田湾に面した高田松原は、350年にわたって植林されてきた約7万本の松の木が茂り、陸前海岸国立公園に指定された景勝地であった。しかし2011年(平成23年)3月11日に発生した東北地方太平洋沖地震による津波の直撃を受け、ほとんどの松の木がなぎ倒されてしまった。ところが、松原の西端近くに立っていた一本の木が津波に耐えて、立ったままの状態が残ったことから、この木は震災からの復興への希望を象徴するものとしてとらえられるようになり、「奇跡の一本松」や「希望の松」などと呼ばれるようになった。しかし惜しいかな、海水で枯死したため、幹にカーボン製の心棒を通し、保存処理を施すなどして2013年6月に復元された。

## 一 震災の記憶

辛うじて残された一本松はこれから数十年は震災の記憶を伝えて行ってくれるだろう。



この写真は陸前高田で打ち上げられ海岸線から1kmまで押し流された船(第十八共徳丸、船長60m、330トン)を撮ったものです。惜しいことに市の予算の関係で市民の7割が保存の必要がないと判断し、取り壊されました。被災住民にとって現実の生活が先決という考えを否定できませんが、残していれば数十年、百年以上の間、津波の恐ろしさを後世に伝えていくくれたでしょう。

## 二 何が起きたのか？

### 1 東日本大震災の人的被害

2011年(平成23年)14時46分 発生  
死者・行方不明者数 18,432名  
避難者 (ピーク時)40万人

(2018/2/13時点) 7万3000人

### 2 地震・津波以外の災害

- ① 液状化
- ② 火災
- ③ がけ崩れ
- ④ 溜め池決壊(死者あり)

### 3 失われた命(石巻の例)

- ① 大川小学校 海から4km
- ② 時計は 3時37分で止まっていた地震発生後 51分後
- ③ 県の予想図では、津波は心配ない、として大川小学校は避難場所に当てられていた。そのモダンな校舎が跡形もなくなってしまった。

④ 教師 13名中、11名在校

⑤ 児童 108名中、30名帰宅、78名在校

⑥ **89名中84名(95%)が死亡**

### 4 守られた命(釜石の例)

- ① 人口 4万人中、1044人(2.5%)が死亡
- ② 小中合わせて 14校、  
・在学者2931名、うち5名死亡、

・99.8%が助かった

### 5 石巻のまとめ

- ① 51分間何もせず校庭で点呼をとっていた
- ② そのうち消防車が来て『津波が来るぞ』と言った
- ③ 教師たちは子供達を連れて海拔6mの橋のたもとに避難中遭難

④ 全員84名が死亡、5名はまだ不明

⑤ 津波の恐さを知らなかった

⑥ 行政指定だから大丈夫だと思いきんだ

⑦ 海から離れているし、昔にも来たことがなかった

⑧ 津波警報を利用していなかったのもまずかった

⑨ 『津波でんでん』という言葉も忘れられていた。

\*でんでん：自分のことは個人個人でやりなさい、人を頼るな

人の世話を考えずに…という意

### 6 釜石のまとめ

守られた命(釜石の例)

① 人口 4万人、1044人(2.5%)が死亡

② 小中合わせて 14校、在学者2931名、

5名死亡、99.8%が助かった



\*なぜ助かったのか？

③釜石 備えがあった↓備えさえすれば助かる  
小学校・・・校舎の3階を越える津波が来た  
跡あり。350名全員が助かる。6割の子供  
の家は流されているにもかかわらず。

東中学(小学校から100m)校舎の4階ま  
で破損、212名全員が助かる。

なぜ？

④H16(8年前)から、『三陸の子供達は確実に津波に襲われる』と考え群馬から通つて学習させた(群馬大学工学部 片田敏孝教授)。↓99%の命を救つた。

⑤3つの教え・・・

・想定にとらわれるな、ハザードマップを信用するな

・最善を尽くして高いところへ

『津波が来るぞ』

と言いながら逃げろ！

・揺れたら率先して避難者になれ！

・『津波でんでん』を教え、家族にも教えさせた。

・自分のことは自分で考える

・ごどものことは考えなくてよいから、親は学校まで子供を迎えに来ないように。

・大きな揺れのあとは大きな津波が来る

### 三 日本の国土の特徴

1. MG 5以上の地震の可能性のある箇所は環太平洋にびっしりある。

2. 日本の国土は地球の 1/400 (0.25%)でしかない。

3. しかし、MG 6以上の地震の起こる頻度は21%、火山の噴火は7%(111件)と日本に集中している。

### 四 地下エネルギーと地震の関係

地球を卵に例えると、

黄身 核(6000℃)

白身 マントル(1600℃)

殻 地殻

\*マントル対流で地殻下層のプレートが動く。  
数10~100枚のプレートがある。日本で4つのプレートが衝突、エネルギーが蓄積し、地震、マグマ流出を引き起こすと言われている。



北米プレートは三陸地方の下に8cm/年の速さで潜り込んでいます。

### 五 震源と地震の歴史



東海(A)、東南海(B)、南海トラフ(C)の関与

1609 慶長地震 (A)(B)(C) (100年)

1707 宝永地震 (A)(B)(C), 49日後、富士山噴火 (147年)

1854 (ペリーが来た翌年)12/23 (A)(B) 12/24 (A)(B)(C) (90年)

1944(S19) (B)

1946(S21) (A)(C)

最後のABC関与地震から既に164年経過している

A, B, C関与の大地震がいつ起きてもおかしくないところにいます。あなたはその心構えが出来ていますか？  
六 備え

天災は避けられないとは言え、備えがあることでより生命を保てる確率が確実に向上します。

防災について個人の備え、家族内での備え、地域での

話し合いを行い、地方自治体、国との連携を話し合う必要が**絶対に、早急に**必要です。

私は東京都で出版している「東京防災」を参考にしています。アプリからもダウンロードできます。

追記 今回は個人的な健康の話題ではありませんが、生死に直結する災害について述べました。文章の中で、被害が大きかった学校について他校と比較することは攻めてしまうようで辛いものでしたが、被害に遭われた方々の経験を、残った人たちが十二分に学びこれからの災害時の多くの救命に役立たせていただくことで、どうぞご容赦ください。

この震災で亡くなられた多くの方々のご冥福を心からお祈りしております。

ブラキカム

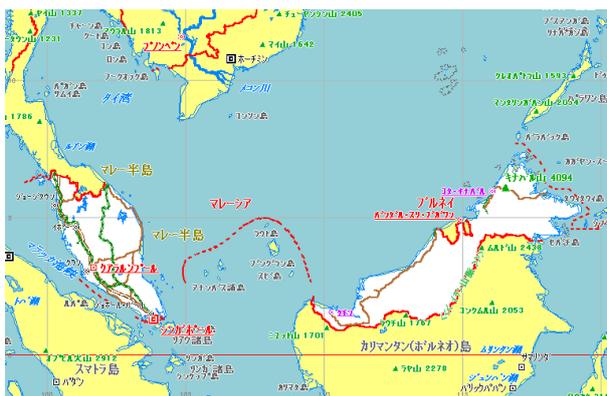


## 院長のひとりごと(百五十四)

### 選挙

◇九半月ばに、マレーシアに娘の家庭を訪ねた。来春帰国するので、中くらいで必要なくなった荷物を持ち帰る役目もあった。

正直なところ、娘家族が行くまでマレーシアと言われても東南アジアのどこだったか皆目わからなかったがこの年齢になり勉強させてもらった。



◆着いたその日は1981〜2003年まで23年間首相を勤めて、前首相の汚職で8月に首相に返り咲いた93才のマハティールさん

がボルネオ島サバ州の独立記念日(9月十六日)を祝って訪ねて来るというので夜中の歓迎集会に参加してみた。



◇道々、選挙では指定する人に投票するようにとお金がわたされたり、投票箱が偽ものと擦りかえられるということもあったとか、負けそうになると対抗者は早々に国外に逃亡してしまうこともあるという話を聞いた。勝ち負けが生命や生活に直結していることは日本とかなり違うなと思った。やり方はともかくもこの国の人たちはだれが首長になるかに命がけなのだ。公職選挙法に相当する法律もまだないとのことであった。

◆新首相が会場に到着するまでは、民族舞踊や有名歌手の歌やダンスが次から次に演じられ、私は自分がなぜここにいるのかも忘れてしまうほどであった。

◇こういう熱狂の中にいるとき、一つの方  
向付けがなされると一気に奔流のように  
走り出しだれにもその流れを止めること  
ができなくなる恐さを感じた。

◆最初は、ヒットラーが民衆を扇動したの  
ではなく、民衆がヒットラーを扇動したの  
ではなかったか、と第一次世界大戦から  
第二次世界大戦までのドイツのことに思  
いをめぐらした。一つの流れができること  
今は人格化した独裁者は容易に、さらに  
容赦なく民衆を煽(あお)り立てる、とい  
うような構図。

◇しかし、考えてみると、わたしたちが錦の  
御旗に押し上げたがるひとつに「民主主  
義」「多数決」があるが、それで選ばれた  
人と、この地で選ばれた議員、首長との  
間に果たして大きな違いがあるだろうか、  
選挙制度がいくら進んでいても、選ばれ  
た人の気持ちで政治は右にも左にも言っ  
てしまう。

◆候補者が適者か否かをいう前に、実は投  
票者の見識を挙げるの方が大切な気

がします。突き詰めると、教育の貧困に行  
きあたる気がします。

イグアナ



### ゆるしの実験

◇何が難しいかといつて、自分に不義理なことを  
した人に対する恨みを忘れ去ることほど私に  
とって大変なことはないと子どもころからずっ  
と考えてきまし

た。生涯果たせないことのように思ってしまう  
す。

◆昭和の大衆小説家、吉川英治著『親鸞』のなか  
で、私の様に恨みに燃える人に対して親鸞が  
何度も「許してあげなさい」という声をかける

場面があり印象に残っています。自分にできな  
いことをやっているモデルがいたのです。

◇小説の中だから何でもできるのだと思いつながら  
も、その後、敵同士だった二人が無二の親友に  
なったり、師弟の交わりを持つようになり、更  
にはその憎んだ相手のために命さえかけるよ  
うな物語の展開になると、嬉しさと清々しさ  
が相混じって感激のあまり、涙を流すこともあ  
りました。

◆同じ吉川の作品『三国志』で軍師諸葛孔明  
が南蛮征伐の際、捕えた敵方の南蛮王『孟獲』  
を七回捕えて七回放し、ついには孔明のために  
よく働く武将に変わった『七縦八禽(しちしよ  
うしちきん)』の話も想い出されます。

◇イエスキリストの十二人の弟子のひとつ、マタイ  
が書いた福音書の中に、別のペテロという弟子が  
イエスにやや得意然として、尋ねた。

『先生、兄弟がわたしに罪を犯したら、何回許  
せばよいのでしょうか？七回くらいでしょ  
うか？』

イエスは答えられた。

『あなたに言うとおきましょう、七回どころか七  
の七十倍までも赦しなさい』

◆イエスは口から出まかせに言うて弟子たちを驚か  
そうとしたわけではない。なぜなら十字架に架け  
られたときに

『父よ、彼らをお赦してください。自分が何をしているのか知らないのです』

と言ったのです。同じことをイエスの死後2年後にステパノという弟子が石打ちの刑にあう前の祈りで

『主よ、この罪を彼らに負わせなくてください』  
と言っています。

こんなことは、ありえないことだと私は思った。  
『相手が自分のプライドと嫉みで民を扇動して自分を殺そうとしているときには、相手を罵倒し、呪い、わめくのが普通ではないか』

そう考えるのが普通であろうに、これはどうしたことなのか？しかしもしこれが本当にあったことだとしたら、これをいう人は人間ではありえない、そういう人の存在を知った時、私は自分の生き方をどうすればよいのか？

◇狂気か、神がかりか、なにごこの様な言葉を発する力になつているのだろうか。

イエスの弟子の中心は十二人いて、イエスを裏切ったイスカリオテのユダが抜けた後、マツテヤという人が補充され改めて十二人になったが、ヨハネを除く11人が全て殉教（逆さ磔や、競技場でライオンと戦わせられて。）していることから、イエスを彼らがいかに信頼し、イエスが説いた死後の世界を信じていたかが分かる。

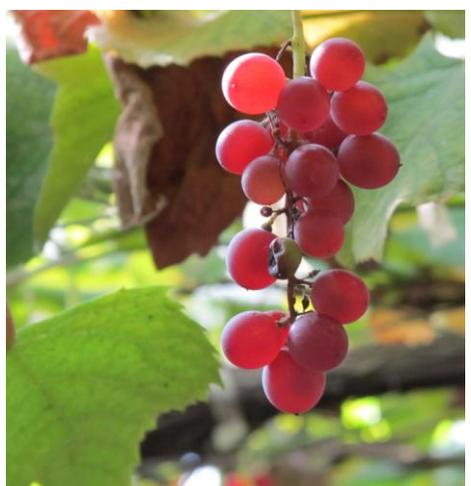
◆弟子たちは当時のごく普通の教養しか持たない市民、それも遠く田舎のガリラヤ地方の出身者であつたが、彼らが新約聖書を作つたのであり、彼らが狂気のうちにこの聖書を書き上げたというような気配は感じられない。

そんななかで彼らは自分たちの命をかけて、『喜び』『平和』『寛容』『親切』『善意』『誠実』『柔和』『節制』などについて説いて回つたのである。

◇自分を害する相手を赦す姿を聖書に見てしまつた以上、自分もそれに向かつて歩きつづけてみたら、自分が生まれて以来、絶対に容認できなかった非道に対するゆるしの意味のひとかけらでも手に入れられるかもしれない、そんな誘惑が襲つてきた。

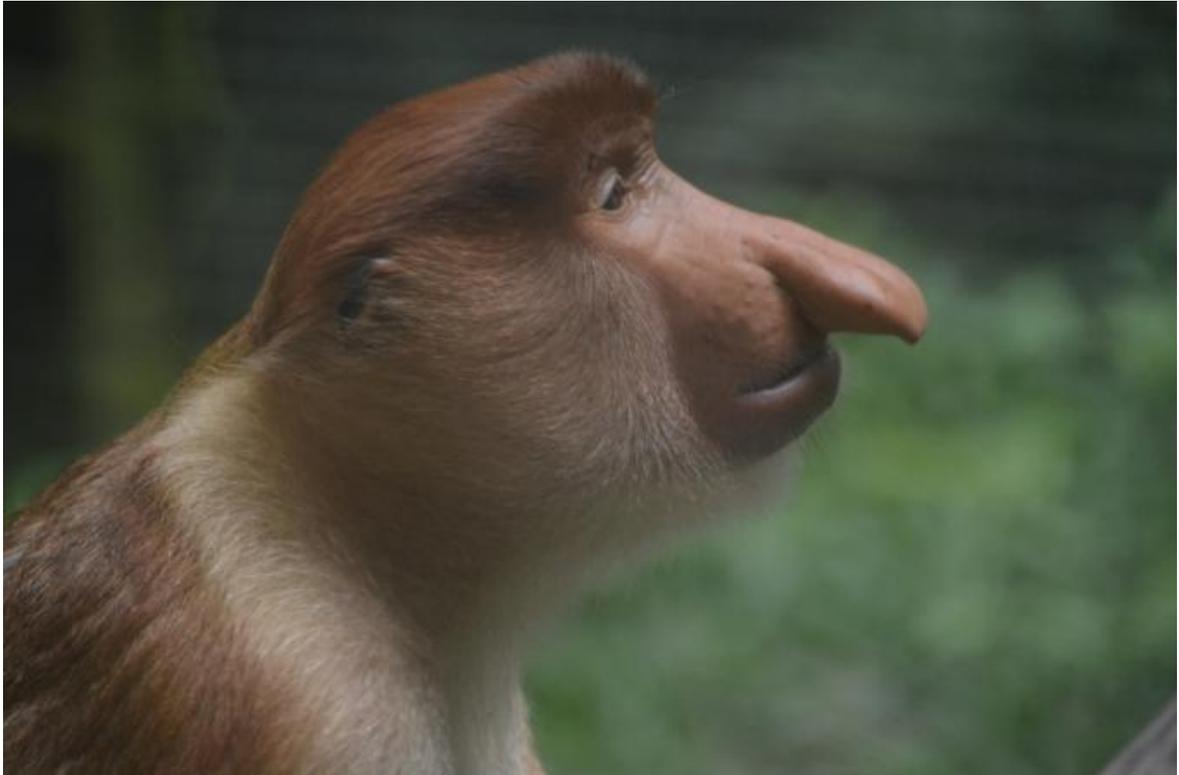
◆これは実験である。そして結果は生きているうちにはだれにもわからない。気づいたら、イエスがかたわらに立っていた。そのときこそ、実験の結果を知ることになる、立つておられなかったら実験は失敗である。そのときは、私自身は当然、冥界を漂っているまでのことだ。

そんな実験を自分に課してみている。





オランウータン



テナグザル