



医院だより

令和3年6月(215)

秋山医院
藤岡市小林748-8
☎0274-22-8315



カルミア (赤城自然園)

参考 鈴木充広著「暮らしに生かす旧暦ノート」河出書房

六月 別名 水無月(みなづき)・建末月(けんびげつ)・季夏(きか)
『六月の花』

花菖蒲、アイリス、紫陽花、九輪草、敦盛草、泰山木、雪の下、カラー、大山蓮華、卯木(うつぎ)、さつき、夏椿、額紫陽花、立葵、銭葵、どくだみ

目次

- 1 六月の花、六月の言葉
- 2 六月の暦、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、日野原先生語録
- 4 詩、けんこう(139)
- 8 院長のひとりごと(185)

『六月の言葉』

聖書は一名これをイエス・キリストの伝記といってよいと思います。その旧約聖書というものは、キリストがこの世に生まれてくるまでの準備を述べたものであって、新約聖書はキリストのこの世における行動や、あるいは直接キリストに接した人の言行等を伝えたものであります。もし聖書の中からキリストという人物を取り除いてみるならば、ちょうど穹(ゆみ)型の石橋から枢(かなめ)石を引き抜いたようなものでございまして、その全体が意味も形像(かたち)もないものとなるだろうと思えます。聖書が解しがたいのは文字の故ではなく、また理論が込み入っているわけでもなくて、実にキリストがその枢石であることがわからないからでございします。そのためにひとたびキリストと彼の真意とが分かりさえすれば、聖書ほど面白い書は世の中にまたとなく、またこれほど読みやすい書はないようになります。

内村鑑三著「一日一生」五月十八日

『六月の暦』

二、診療案内

- 一日 電波の日、写真の日、気象記念日
- 二日 横浜開港記念日(一八五三)、本能寺の変(一五八二)
- 四日 歯と口の健康習慣、金沢加賀百萬石まつり、伝教大師忌
- 五日 芒種(稲や麦など穂の出る植物の種をまく頃のことを呼ぶ)、世界環境デー
- 十日 時の記念日
- 十一日 入梅
- 十五日 弘法大師誕生会
- 十九日 桜桃忌(作家、太宰治、玉川上水にて入水自殺)
- 二十日 父の日
- 二十一日 夏至
- 二十三日 沖縄慰霊の日
- 二十九日 ビートルズ来日(一九六六)

- 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(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 四月以降も継続中

発熱外来は完全予約制で行います。
 ・ 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。
 ・ 原則としてかかりつけの方のみとなります。

医院の電話 0274-22-8315

発熱外来対応時間と、予約時間は次の通りです。

(五、発熱外来をご覧ください。)

三、当番医 七月四日(日)、九時から十八時まで

四、外来の予約診療の一時休止について

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まいりましたが、コロナ災禍のため、発熱外来、コロナワクチン接種を主にして、藤岡での蔓延を抑え終息に導けるよう、他の医療機関とともに務める必要があります。外来予約制は一時休止いたします。体調が極めて優れない方は直接窓口へ声をかけてくださるようお願い申し上げます。

五、発熱外来 4月以降も継続しています

一般の慢性疾患で通院されている患者さん分けて(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。

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

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。

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	タバコと歯周病
火	口腔機能低下症って何だ？
水	子供の夜泣き
木	お酒との上手なつきあい方
金	カンガルーケアについて
土日	役に立つお薬手帳

老人のいのちを豊かにする七箇条 日野原重明

- 一、なるべく動くような環境に置き、上げ膳据え膳にしない
- 二、なにかしらの義務、仕事を与えること
- 三、食事についてうるさく言わないこと
- 四、生活の環境をできるだけ豊かにすること、
住宅の環境、食事の環境、生活の環境を整えること
- 五、よき聞き手になること。顔を向け、視線を合わせるということはその人を豊かにする
- 六、生きる希望を一緒に探す。小さな望みのために今日が耐えられるのである
- 七、清潔にしてあげること。失敗があっても知らないふりをして、プライドを傷つけないこと

日野原重明著「いのちの言葉」

癖 茨木のり子

むかし女のいじめっ子がいた
意地悪したり からかったり
髪ひっぱるやら つねるやら
いいイッ！と白い歯を剥いた

その子の前では立ち往生

さすがの私も閉口頓首

やな子ねえ と思っていたのだが

卒業のとき小さな紙片を渡された

ワタシハアナタガ好きダッタ

才友達ニナリタカッタノ

たどたどしい字で書かれていて

そこで私は腰をぬかし いえぬかきんばかりになって

好きなら好きとまっすぐに

ぶつけてくれればいいじゃない

遅かった 菊ちゃん！ もう手も足も出ない

小学校出てすぐあなたは置屋の下地っ子

以来 いい気味 いたぶり いやがらせ

さまざまな目にあうたびに 心せよ

このひとほんとは私のこと好きなんじゃないか
と思うようになったのだ

花神社 茨木のり子詩集「自分の感受性くらゐ」



(サンショウバラ 赤城自然園)

けんこう (百三十九)

新型コロナウイルス肺炎(10)

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年半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。

今年に入り、1年以上経ったところから、当初

のウイルスと比べて、感染力や病原性が増加

しているウイルス株が複数、誕生しているこ

とがわかってきました。よく知られているも

のとして、イギリス型変異(B.1.1.7)、南アフ

リカ型変異(B.1.351)、ブラジル型変異

(P.1)、そしてインド型変異(B.1.617)があり

ますが、インドにおける感染者、死者数の

急増は変異型によるものと言われています。

これに対して2月から日本でもワクチン接種

が始められ、接種率はまだ低い(65歳以上

群馬県、33%(1回接種)5%(2回接種)

とはいえ、一筋の光明が見えてきたことに期

待したいと思います。

1 世界と日本、群馬県の感染者数

(死亡者数) (6月13日現在)

1か月前からの変動も併せて示す。

世界	1億5355万1458人
⇐	(321万3594人)
米国	3247万1562人
⇐	(57万7522人)
インド	2028万2833人
⇐	(22万2833人)
ブラジル	1477万9529人
⇐	(40万8622人)
	1729万6118人
⇐	(48万4235人)

日本

61万3530人

(1万0487人)

⇐

77万3821人

(1万4045人)

⇐

東京都

14万1713人(1898人)

16万6065人(2150人)

大阪府

8万4351人(1532人)

⇐

10万1678人(2524人)

埼玉県

3万8522人(746人)

⇐

4万4972人(815人)

群馬県

6236人(104人)

⇐

7976人(148人)

前橋市

723人(7人)

⇐

1290人(21人)

高崎市

604人(6人)

⇐

1212人(10人)

藤岡市

131人(0)

⇐

220人(0)

伊勢崎市

1044人(7人)

⇐

1505人(17人)

2. 個人でやれる予防

個人がやれることはたくさんあります。

A 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

B コロナワクチン接種

対象 かかりつけの患者様が原則です

接種順番 市からの広報通り

ジギタリス



対 象	予約受付開始日
1. 医療従事者	開始中
2. 高齢者施設の入所者・従事者	開始中
3. 一般の65歳以上の人(個別に通知が行きます)	
(1)85歳以上	開始中
(2)80歳以上	開始中
(3)75歳以上	開始中
(4)70歳以上	6/15から [^]
(5)65歳以上	6/22から
4. 基礎疾患のある人	準備中
5. 65歳未満で基礎疾患のない 16 歳以上	準備中
6. 12歳以上16歳未満	準備中

**新型コロナウイルスワクチンの住所地外接種
について(藤岡市ホームページより)**

1 接種は原則として住民票所在地の市町村
(接種券発行元の市町村)になります。

2 やむをえない事情で住民票所在地以外に長期間滞在している方は、住所地以外でワクチン接種ができます。

(1)滞在先の市町村に申請が必要な方

- ① 出産のために里帰りしている妊産婦
- ② 単身赴任者
- ③ 遠隔地に下宿している学生
- ④ D.V.、ストーカー行為等、児童虐待及びこれらに準ずる行為の被害者
- ⑤ その他市町村長がやむを得ない事情があると認められる者

上記の方が住所地で接種を希望する場合は、郵送もしくは窓口で申請をしてください。

郵送申請の場合:「住所地外接種届」に必要事項を記入し、接種券の写しおよび送り先を明記した返信用封筒(94円切手を貼ったもの)を下記まで郵送してください。

郵送先:〒375-8601

群馬県藤岡市中栗須327 藤岡市役所 健康づくり課

新型コロナウイルスワクチン接種係

窓口申請の場合:「住所地外接種届」に必要事項を記入し、接種券(原本)を提出してください。

後日、申請内容を確認し、住所地外接種済証を交付させていただきます。

(2)市町村への申請不要の方

- ① 入院入所先の医療機関や施設でワクチンを受ける方
- ② 基礎疾患があり主治医の下でワクチンを受ける方
- ③ 副反応のリスクが高い等のため、体制の整った医療機関で接種を要する方
- ④ 市町村外の医療機関からの往診により在宅で接種を受ける方
- ⑤ 災害による被害にあった方
- ⑥ 拘留・留置者・受刑者
- ⑦ 市町村に対して申請を行うことが困難である方

《お問い合わせ先》

健康福祉部 健康づくり課 新型コロナウイルスワクチン接種係

TEL:0274-22-1211(代表)

FAX:0274-22-7502

3. 早期治療に関して

新型コロナウイルス感染症にかかっていないか調べてほしい

① 発熱等の症状のある方は、まずは、かかりつけ医等の身近な医療機関に直接、電話相談し、医療機関を受診してください。

② 診察をした医師によって、感染が疑われると判断された場合には、新型コロナウイルス感染症の検査を受けることができます。

③ また、相談する医療機関に迷う場合には、「受診・相談センター」に電話相談してください。

(本誌、2ページの「お知らせ」の五を参照)

4. 医院やごとの対応の現状

① 2020年9月から再開された胃癌検診などで内視鏡検査中の感染防止対策

② 一般患者さんとの動線が重ならないための対策

例

① 発熱者は院内に入らない

② 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。

③ 夏期テントの用意

④ 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。

⑤ 来院前に必ず医院に電話をして、指示を受けていただきます。

⑥ 家が車内で待機していただきます

⑦ 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。

⑧ その他

5. 新型コロナウイルス感染症について(整理)

(1) 症状

37、5℃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

1. 自宅待機の指示

(症状軽く解熱剤で対処できるとき)

□. 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)

6. 医療機関に入る前に(7の重複もありあります)

・ 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
(咳やくしゃみをする際に、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。

亀夫婦 竹沼



院長のひとりごと(百八十五)

まど

◇一人の診察を終えると、窓際にある流し
で手を洗い、外を眺める。風はないか、雨
は降らぬか、向かいの薬局へ行くご高齢
の方たちが、無事道路を渡れたか、車は
混んでいないか、御荷鉾山は曇っていな
いか、夕焼けはきれいか否か：今診た
患者さんとの会話・心の揺らぎを反芻
し、次の患者さんにはまたわだかまりの
ない真っ白な気持ちで対面してあげなく
てはならないと思っている。

窓は緊張していた気持ちをほぐし、格好
な安らぎをいつももたらしてくれる。医
者の多くは同じ思いを感じているに違
ない。

◆母がよく話してくれたことがある。母の女
学校の友人が自分の兄のことを話してくれ
たという。評判の良い医師であったが、診
断、手術などでミスをしたとき、窓の外をじ
つと眺めて大きく息を吸って気持ちを平静
にし切り替えていたという。私は子供のころ
から母から何回も聞いた。

◇もう一つ思い出すことがある。
私が大学卒業後、外科の教室で師事してい

た二人目のA教授は、先輩のB先生の話題
が出るといつもこんな話を聞かせてくれた。
肥満傾向であったA先生がまだ学生だった
ころのこと、虫垂炎になってしまった。C初
代外科学教授が執刀し、B先生が受け持ち
医に当たっていた。

◆A先生が肥満だったせいかわ術後、運悪く手
術の傷が膿んでしまった。B先生が回診に回
つてきて、創が膿んでいるのを見てしまった。
B先生は何も言わずに傷口を看護婦さんが
ガーゼで被っている間、窓から外を眺めて黙
っている。

そして、傷の具合がどんな様子か知りたい患
者の学生に背を向けたまま、

「ふーっ」

と大きなため息をついたというのです。

『後ろ姿をみて様子をうかがっていた私は、
そのため息に、良くないんだな、と震え上が
ってしまった』

と、A先生は20年も前の出来事を懐か
しむように笑い話にして話してくれた。

◇私は、卒業10年後、B先生が院長をされて
いる病院に勤務することになった。B先生が
ため息をつく場面に立ち会うことはなかつ
たが、御巢鷹山に日航機が墜落するという
大きな事件に遭遇することになった。通常の

患者の診療のほかに、マスコミの攻勢から患者を防御することなど慣れていない対応にB先生は神経を休ませる暇もなかったであろう。

最後の患者さんを神奈川のリハビリテーション施設に送り出した後、そっとハンカチを目にあてる姿にそのつらさを知った。◆我に返る。窓からの光は多くの諭(さと)しと希望と勇気を与えてくれた。おそらく母の友人のお兄さんも、B先生も窓ガラスを通して形なき大きな存在との会話を経て、ある決意をもって次のステップを踏みだしていたのであろう。それもこれももう、百年、五十年も前の話だが。

モリアオガエルの卵



補聴器

◇新型コロナに藤岡でも騒然とし始めたころから、医院では職員全員が出勤時と、午後の診療開始時に体温測定を続けている。

◆起床時の検温では、よほど静寂の中でないといと、測定終了を教える報知音が聞こえないことに気づいた。

『鳴っていますよ』

と家内に言われて体温計を取り出す生活は自分の聴力の減退を思い知らされ、一日のスタートから出鼻をくじくショックングな経験であった。

◇職場に出ると、職員から体温計を渡されてもう一度検温する。しばらくすると

『チチチチ…』

とはつきり音が聞こえ、37℃以下の体温を確認してホッとす。

◆体温計の種類で、家で自分が使っているのは旧式の物だから故障でもしているのかと、インターネットで新しく1本買ってみたが、音の聞こえにくさは同じだった。そして、起きがけの検温のときには、補聴器を付けておらず、外来に出かけたときには使用していることに気付くまで3か月もかかってしまった。

◇聴力の衰えによる気力の減退を思い知らされる一方で、補聴器をつけることではないと思っていた音が聞こえてくる、いつしか失っていた一部の音を補聴器で取り戻せたことは喜びであった。

◆朝の小鳥のさえずりで一日がはじまる至福感を、補聴器を買いおうかと迷っている外来の患者さんに、病気のこととはそっちのけで

「世界が変わります、ぜひ買った方がいい、聞こえていなかった音が聞こえてくるのですよ、小鳥の音が、虫の無く聲が…」とお勧めしている。よしや、小鳥の音が聞こえなくても、値段が高かろうとも、子や孫に遠慮して聞こえないTVを見ているよりはいいじゃないですかと思いつながら。

◆体温計の話のついでにもう一つ気付いたことがある。身体機能の正確さのことである。

昨年の五月、とても暑い日だった。昼休みに埼玉県、鬼石方面、新町方面と3人の在宅患者さんを往診して来たことがあった。

走り回って帰って来て、午後の診療に入るうとしたとき、外来で渡された体

温計が37度6分を示しました。慌てて自分の宿舎に戻り、10分くらい休んでからもう一度測ったら35度台に下がっていた。

◇昨年1年間で、37度を超えたのはこのとき1回だけで、他に1000回近くの測定では一度も37度を超えていなかった。これは、身体活動は自分が知らずにいる間もいかに正確にわが身を統御していかしてくれるかと改めて気づかせてもらうことになった。感謝なことである。

ヤマボウシ(山法師)



頭巾をかぶった法師に似ているからと命名



姫紫苑(ヒメジヨオン)



都忘れ



二輪草?

