



令和3年10月(219)

医院だより

秋山医院

藤岡市小林748-8

☎0274-22-8315

十月 別名 神無月(かななづき)・建亥月

(けんがいげつ)・孟冬(もうとう)

十月は日本中の神々が出雲に集まり会議を開くため、他の国(地方)は神がない月、「神無月」と言いますが、これは後世の人が付けたもので、その年の作物の収穫が終わりその年の作物を神にささげ、神と人がともにその作物を食べて豊作を祝う「神嘗」の行事が行われる月であったところから「かななめづき」と呼ばれたのが変化したのではないかと言われています。

朝顔とチェリーセージ



『十月の花』

コスモス、野紺菊、野原薊(あざみ)、金木犀(きんもくせい)、杜鵑草(ほととぎす)、鶏頭など

参考 鈴木充広著「暮らしに生かす旧暦ノート」河出書房

目次 1 十月の旧名・異称、十月の花、十月の言葉

2 十月の暦、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

4 日野原先生語録、詩(茨木のり子)、

けんこう(143)

7 院長のひとりごと(189)

『十月の言葉』

世に賤(いや)しむべき者といつても冷脳冷智の哲学者のようなものはいない。彼は万事をわきまえているために常に安全の道をとって危険に臨まない。彼は熱心を賤しみ、極端を嘲る。彼は一人高いところに座して人類の罪悪に沈むのを憐れむ。そして自ら低いところに下って彼らを助けようとはせず、ただ冷然と批評して、彼らの愚を笑う。しかし主なる神は哲学者ではない。彼はときには熱心に駆られるものである。彼は全智であると同時に全愛である。そして愛は智よ

り大きく力強いために、主にあっても愛はしばしば智に勝つことがある。そうして神がもっとも貴く、最も神々しくあらわれたときは彼の愛が彼の智慧を越えるときである。神の小さなものが人であるように、人の大きなものが神である。神においても人におけるように、情けは智慧以上の勢力である。この奥義をよく伝えたのがルカによる福音書第十五章の放蕩息子の譬えである。

内村鑑三著「一日一生」九月二十一日

『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 達磨忌
- 八日 寒露…朝露を踏むと一段と冷たく、そぞろ秋が深まりゆくのを感ずる候です。
- 九日 国際文通習慣、世界郵便デー
- 十日 目の愛護デー
- 十二日 芭蕉忌(1694年)他に時雨忌、翁忌、桃青忌とも呼ぶ。
- 「旅に病んで夢は枯野をかけめぐる」
- 十三日・日蓮上人忌、

・嵐雪忌(服部嵐雪)

「布団着てねたる姿や東山」

・初の麻酔手術(1804年)

紀州蘭方医花岡青洲、乳がん手術を施行。

十四日 鉄道の日

十八日 十三夜、統計の日、

二十一日 あかりの日 エジソンは実用的な

白熱電球を発明

二十三日 霜降…秋気ようやく去って、各地で朝露を見始めます。

二十四日 国連の日

二十六日 原子力の日

三十日 紅葉忌

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、受付に保険証をご提示ください。

二、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(二十年九月より再開)・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

(五、発熱外来をご覧ください。)

三、当番医・十月十日(日)・十二月十二日(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。発熱外来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にご声をおかけくださるようお願い申し上げます。

五、発熱外来 現在も継続しています

一般の慢性疾患で通院されている患者さんと分けて(動線を別にして)診療することが必要なため

下のように診療します。

・ 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、

・ 発熱・風邪症状がある方はまずお電話いただき、

・ 発熱・風邪症状がある方はまずお電話いただき、

・ 発熱・風邪症状がある方はまずお電話いただき、

・ 発熱・風邪症状がある方はまずお電話いただき、

・ 発熱・風邪症状がある方はまずお電話いただき、

・ 発熱・風邪症状がある方はまずお電話いただき、

・ 発熱・風邪症状がある方はまずお電話いただき、

・ 発熱・風邪症状がある方はまずお電話いただき、

・ 発熱・風邪症状がある方はまずお電話いただき、

・ 発熱・風邪症状がある方はまずお電話いただき、

・ 発熱・風邪症状がある方はまずお電話いただき、

・ 発熱・風邪症状がある方はまずお電話いただき、

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。
原則として、かかりつけの方のみとなります。

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

※現在コロナワクチン接種中で時間が重なるため、時間が前後する場合がございます。すのでご了承ください。

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 027-381-6112
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
ぐんまコロナワクチンダイヤル (副反応などの相談) 無休、24時間、20か国語	0570-783-910

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	高血圧症と歯科治療
火	ジェネリック医薬品とは
水	RSウイルスとは
木	こどもにむし歯がうつるって本当？
金	ロコモティブシンドローム
土日	最近のニキビ治療

七、インフルエンザワクチン接種について
 ☆ 10月25日(月)から受付開始いたします。
 ☆ 11月01日(金)から接種開始いたします。

セルフ・ケアの時代へ 日野原重明

英語では人としばらく別れるときに、
 “Take good care of yourself.” と言
 う。

「お大事に」ということだが、「あなた自身が
 そうしない」と表現されている。身体に気
 をつける主体は自分であって、医師ではな
 い。医師は、一つの方針、一つのアドバイスを
 伝えるのみである。医師が行動するのではな
 く、自分で行動するのである。「セルフ・ケア」
 という言葉を基盤にして、自分の毎日の生活
 を変え、悪い習慣が作り上げる病気を予防
 し、退治すべきなのである。

日野原重明著「いのちの言葉」

百日草



二人の左官屋 茨木のり子

来てくれた左官屋

長髪に口髭

白地に紺の龍おどる日本手拭何枚か使い
 前あきの丸首シャツに仕立てて着ている
 あちらこちらに鱗飛び

いなせとファッショナブル渾然融合

油断のならないいい感覚

足場伝いにやってきた彼

窓ごしにひよいと私の机を覗き

「奥さんの詩は俺にもわかるよ」

うれしいことを言い給うかな

十八世紀 チャイコフスキイが旅してたとき

一人の左官屋の口ずさむ民謡にうつとり

やにわにその場で採譜した

アンダンテ・カンタービレの原曲を

口ずさんでいたロシヤの左官屋

彼はどんななりしていたのだろう

花神ブックス1 増補 茨木のり子

けんこう (百四十二)

新型コロナウイルス肺炎(13)

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、あと少しで2年になります。

ワクチン接種で発生率が下降しつつあったが、若い世代の接種が遅れ、かつこの年代の活動形態から収束が遅れ、加えて変異種が次々に出現してきたため、現在施行中のワクチンがどれくらい奏功するかが不明ではありますが基本的な予防策は変わっていないことを認識し、

- ① 体力(抵抗力)を増強しておくこと
 - ② ワクチン接種率を上げること
 - ③ 感染機会を減らすこと
- が基本であることは言うまでもない。

1 世界と日本、群馬県の感染者数

(死亡者数) (10月10日現在)

1か月前からの変動も併せて示す。
報道機関により数字の異動あります。

世界	2億2255万9803人	(459万6394人)	←	日本	1億61万6117人	(1万6639人)	←	前橋市	2329人	(27人)
米国	4億4045万6711人	(65万2657人)	←	東京都	37万6716人	(2594人)	←	高崎市	2277人	(14人)
	4429万0093人	(71万2695人)	←	大阪府	20万1050人	(2847人)	←	藤岡市	2378人	(14人)
	3313万9981人	(44万1749人)	←	埼玉県	10万8059人	(920人)	←	伊勢崎市	2832人	(1人)
インド	3393万5309人	(45万0375人)	←	群馬県	11万5213人	(1014人)	←	太田市	2836人	(1人)
ブラジル	2092万8008人	(58万4421人)	←	群馬県	1万5854人	(164人)	←		2936人	(17人)
			←		1万6645人	(173人)	←			

2. 個人でやる予防

個人がやるべき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**など個人の課題として対応をとること

B コロナワクチン接種(個別接種)

※お問い合わせ先(個別・集団接種とも)※

- A 健康福祉部 健康づくり課 新型コロナ
ナウウイルスワクチン接種係
TEL: 027・422・1211(代表)
- B 藤岡市コロナワクチン相談コールセンター
TEL: 027・212・0266

C 副反応などワクチンの専門的な相談先
ぐんまコロナワクチンダイヤル
0570・7833・910

土日・祝日を含め24時間、20か国語で対応

D コロナワクチン接種は、10月で終了します。

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時

- 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、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. 医院とへの対応の現状

- ① 2020年9月から再開された胃腸検診などで内視鏡検査中の感染防止対策に沿って
- 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 家か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帯して行く

5. 新型コロナウイルス感染症に

ついて(整理)

⑧ その他
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。

① 症状

- (1) 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・味覚障害など重症化しやすい人
- (2) 高齢者や基礎疾患がある人など
- (3) 自分でやれること

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
イ. 自宅待機の指示
(症状軽く解熱剤で対処できるとき)

口. 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、2ページ、五参照)

6. 医療機関に入る前に

・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。

7. インフルエンザワクチン接種について

10月25日(月)から予約開始、接種は十一月から開始いたします。

院長のひとりごと(百八十九)

行進曲

◇日ごろの運動不足を一気に挽回と、日曜日の昼過ぎ、竹沼を一周し、帰りに庚申山を歩いた。女坂のほうからのコースを取った。



◆歩くときはあらかじめ録音していたラジオ番組をイヤホンで聞きながら歩く。無上の楽しみである。ある講座の後に10分足らずの時間が残り、そこで短い音楽

が2曲くらい聴ける。このときはアメリカの聴きなれた行進曲であった。

◇歩いていると歩調が自然にその行進曲に合ってしまうのである。こんな調子に合わせて歩くのは何か気恥しいものであるが、この日はあたりになれも居らなかつたから、思い切ってリズムに合わせて歩いてみた。

◆調子よく歩いていると、今度は坂道になった。これはちと辛い。だが勢いづいていったためか、緩やかになるところまで一気に登りきった。

◇アメリカ映画でよく見る場面で、真っ白な制服で若者たちが行進する。沿道からは娘たちが声を飛ばす。その光景はなんとも爽やかで明るく、若々しく、いつも気持ちを高揚させるものであった。

戦と音楽について三つのことを考えてみた。

◆まず旧約聖書に記された、紀元前12〜13世紀、「エリコの戦い」についてです。エジプトから脱出したイスラエルの民(100万から300万人と言われる)をモーセから引き継いだのがヨシュアです。神がイスラエルに与えると約束したカナ

ンの地に向かってヨルダン川を西に渡り先ず対決しなくてはならないのが「エリコ」という城塞都市でした。

◇ヨシユアの命令で、イスラエルの兵8000名は角笛を鳴らして城兵5000名が守る城の周りを一日1回廻りました。七日目には7回廻った後、角笛を一齐に吹き鳴らし鬨(とき)の声を上げるとエリコの城壁は崩れ去ってしまいました。この時は、かつてイスラエルの斥候を救ったラハブという遊女とその親族以外、2500名が皆殺しにされています。



◆イスラエルの角笛を来る日も来る日も聞かされていたエリコの住民は戦う前から戦意を喪失して震え上がっていたに違いありません。味方を高揚する音楽が相手にとつては恐怖に慄(おの)かされる音

声になっていくことになります。敵対する国やチームの軍歌、行進曲、応援歌はいくら明るくても、自分にとつては耳障りに聞こえるのと同じ心理だと思いません。味方にとつて力を与える国家、軍歌、行進曲、運動会の応援歌でさえ、相手にとつては意気阻喪させる憎むべきものであるということ不思議なことです。

◇ちなみに、イエスキリストの系図に出てくる四人の「訳あり女(性)」の一人がここに登場したラハブで、ほかに義父ユダの子を産んだタマル、ミレエの画「落穂ひろい」の題材になった「異邦人ルツ」、ソロモンを生んだバテ・シエバの血がイエスキリストに流れていることに驚きます。

◆次に想い出されるのは、司馬遷の史記の描く劉邦と項羽の戦い(BC202-206)での最終章です。

楚の項羽は一度は自らが助けた漢の劉邦が再び力を盛り返し攻め帰って来ると、その勢いに追い詰められて垓下(がい

か)の城に立てこもることになりました。ところがある夜、幾重にも包囲した敵の陣営から、なんと自分の国、楚国のうたが聞こえてきたことに驚きます。これは

既に自分の国民が漢に降伏してしまい、自分を攻める兵となってしまうのかと考え絶望してしまいます。愛妾「虞」を殺害し、城から出て烏江というところで敵兵に囲まれて自ら首を刎ねて自殺したといひます。恩賞に与ろうとした漢兵は、彼の一片の肉も争って奪い合つたと司馬遼太郎は作品「項羽と劉邦」のなかで書いています。ちなみに司馬遷は項羽の死後わずか70年にその終焉の地を訪れています。項羽の血の匂いを嗅いだに違いありません。

◇項羽は、聞こえてきた歌が漢の歌だったから戦意をさらに燃やしたであろう。自分の祖国、楚の歌がゆえに、混乱してしまつたのでしよう。項羽の心理を知りぬぎ、打って出た漢軍の心理的勝利であつたと思われまふ。

「エリコの攻略」とは異なる「音楽」の利用が左右した勝敗でありました。

◆三つめは、いつも気持ち引つかかる点です。音楽の持つ「隠蔽性」と言えます。

行進曲は、その分かりやすさ、明るさ、爽やかさ、若々しさ、躍動性、心を浮き立たせるメロディで若者を音楽に陶醉させてしまい、戦争にあつては、本来なすべきではないことを無抵抗になし、隠蔽する、美化する、目かくしをする、目を逸らさせる、正義化してしまうための工作性が感じられることです。

◇人と人が争うことがなくなるまでは望めぬ事だろうが、憎しみ、殺戮を美しい音楽で美化してほしくない。それを見抜く知恵を学ぶことである。歩調を合わせないことである。合わせるのには散歩のときだけにして。

千日草



千両役者

◇直ぐ上の兄の一周忌に、近い人が集まって食事をした。二番目の姉、次兄夫妻、亡くなった兄の奥さん、男の子、女の子が二人ずつ、私の家族で十余人。二次会(?)に集まってお酒やジュースを飲んで、静かじゃつまらないと言ってカラオケが始まった。

◆ひとり、また一人と唄うが盛り上がらない。何か足りない、おかしいな、もうそろそろみんなを笑わせたりしてにぎやかにしてくれる人が出てくるころだが、と思ったときに、

「ああ、その兄貴が死んじゃったんだ」と思い出した。

◇ああ、そうだったよな、みんなこどもでまだ家にいたころ、暗いニュースで家じゅうみんながいろいろを囲んで、うつむいて火箸で囲炉裏の灰汁をつついていた時、

「さあ、元気を出して…」

とその兄が急に立ち上がって囁すと、みんなの顔に明かりがさし、

「ああ、常公はいいな、みんなが明るくなるよ」

と母が言った。

そうだそうだと長姉が合槌を打つ。うつむいていた顔がみな上を向いた。

◆父もほっとしたようにキセルを叩き、吸殻を桜の木の皮で作った煙草入れの蓋にとり、新しく詰めたキセルを咥えると慎重に吸殻に近づけ頬をへこまして一、二回吸うと、真っ赤な火玉ができて新しい煙草に火が移った。顔を上げて大きく吸う、口をすぼめてふうつと噴き出す、その一連をみんなが見つめていて、一緒に合わせてふうつと吐いた。父も芝居気があって面白かった。いつも子供をからかっては笑わせて真面目な顔をして内心、喜んでいた。

我が家では二人合わせて千両の役者だった。そんな性格が子や孫に伝わってくれたらいい。

