

医院だより

秋 山 医 院
藤岡市小林748-8
☎0274-22-8315



4月 別名 卯月(うづき)、建巳月(けんしげ)

つ、孟夏(もうか)など。卯月は卯の花月ともい
う。桜が散った後は、余りの月、余月、桜花がな
い月、陰月とも言われたとのこと。

『四月の花』

桜、タンポポ、チューリップ、すみれ、片栗、
坐禅草、蓮華、春蘭、熊谷草、山吹、木瓜、
一輪草、花水木(ハナミズキ)など

へチコート水仙

『四月の言葉』

『エイプリルフール』かつては四月一日を新年と
して春の祭りを開いていたのを、十六世紀フラ
ンス王シャルル九世が新年を一月一日に改めま
した。人々はこれに反発して四月一日を『うそ
の新年』としてお祭りをしたのがいわれとか。シ
ヤルル九世は憤慨し、『うその新年』を祝ってい
た人を片っ端から処刑したと言われています。
この日にうそをついてよいといういわれは不明
です。

『清明』全てのものが清らかで生き生きとする
ころのこと。若葉が萌え、花が咲き、鳥が歌い
舞う、生命が輝く季節です。

『イースター』イエスキリストの復活を祝う日。
春分を過ぎて最初に訪れる満月の、次の日曜日
です。今年は四月十六日にあたります。ヨーロッ
パではクリスマスと同じくらいに大切にしてお祝
いします。

『雨前茶』清明の四月四、五日前に摘んだ茶葉
を「明前茶」、清明のころに摘んだものを「雨前
茶」

『小檜』雑木林の代表的落葉広葉樹、薪や木炭
になり、村の暮らしを支えて来ました。春は若
葉が萌え、花を咲かせ、秋はどんぐりを実ら
せます。

下野の三疊(みかも)の山の小櫓のす

ま妙(ぐわ)し児ろは誰が筈(け)か持たむ

(下野の三疊山に生える小櫓の様に美しいあの子はどんな男を夫として筈を持つのだろうか)

(万葉集卷十四・三四二四)

『穀雨』穀物を潤す春の雨が降るころのことをいう。この季節の終わりに、夏の始まりを告げる八十八夜が訪れる。

春の雨の名前

瑞雨 穀物を育む

甘雨 草木を潤す

春霖 春の長雨

催花雨 早く咲いてと花に促す

菜種梅雨 菜の花が咲くころに降る

『五風十雨』五日に一度風が吹き、十日に一度雨が降るような順調な天気のことをいいます。転じて世の中が平穏無事という意味もある。

ホトケノザ



『四月の暦』

一日 新学年、新会計年度、親鸞聖人誕生会

エープリルフール

四日 清明

六日 春の全国交通安全運動(十五日まで)

七日 法然上人誕生会、世界保健デー、戦艦大和撃沈(一九四五年)

八日 花まつり、灌仏会

十日 婦人週間(十六日まで)

十一日 メートル法公布記念日

十二日 世界宇宙旅行の日

十三日 巖流島の決闘(一六二二年)

啄木忌

十八日 発明の日

二十日 穀雨、郵政記念日

二十九日 昭和の日

三十日 荷風忌

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)

おしらせ

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、当番医は四月二日(日)

三、休診のお知らせ

四月二十六日(水曜日、午後)

四月二十七日(木)

四、第4回文化講演会(三月十七日)

『キリスト教はどんなことを教えているのか』

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 キリスト教で使っている聖書は、キリストについて書かれているものです。

2 人生の案内書であり、たましいの食べ物(これがないとたましいが死んでしまふ)で、これによって希望と平安が与えられます。

3 旧約聖書と新約聖書があります。

「約」とは神と人との『契約』の意味です。「訳」と間違えないように。

4 旧約聖書はイスラエル民族と結んだ契約が記されていて、紀元前1400

年から前400の間に書かれた39巻の書物。言語は、ヘブル語、一部はアラム語。

5 新約聖書は、神が全人類と結んだ契約で、イエスキリストを信じることによつてだれでも救われて死後も生きることが約束されています。イエスの生涯とその弟子たちの伝道記録と手紙による27巻からなります。紀元50年〜100年ころに書かれました。

名前不詳



6 キリスト教は

神、罪、キリストによる救い、信仰の四つの要点からなっています。

神 創造主Ⅱあらゆるものを作られた方で、あらゆるものを支配しているが、その本質は人間を愛しておられる方だということです。

罪 しかし人は罪を犯してしまいました。アダムが禁断の木の実を食べてしまい神さまからそのことを隠そうとします。見つかると思いのせいにします。イブは蛇のせいにします。この他にありとあらゆる罪が聖書には記されています。罪を犯して神から離れた人は必ず死ぬことになりました。ではこの罪による死から救われる方法は無いのでしょうか？

キリストによる救い

神さまは人を罪から救ってあげたいと願っています。神さまと人との仲介者として、神さまの子供であるイエスキリストをこの世に送ってくださいました。この世の人たちが自分の犯した罪で当然死ぬべきところを、イエスキリストが身代わりになって十字架

にかかつて死んでくれて、罪あるこの世のすべての人たちが死から救われるという教えです。

では、どうしたらイエス様から救いと豊かな命が受けられるのでしょうか？

信仰 キリストがこの様なお方であることを信じて、罪多き自分を悔い改め、自分もキリストと同じような生き方をして行こうとする決心を信仰と呼びます。(新約聖書にはイエス様の言葉や行動が記録されています)

五、第5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？

講師 高崎日高教会 中村孝志牧師
第2回

『聖書が教える人間とは』

期日 四月二十一日(金)午後七時から

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回の予定です。

六、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

七、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。

八、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.raijin.com/kenko/>

月曜	お酒の一气飲みはやめよう！
火曜	保険が使える禁煙治療
水曜	入れ歯をご利用のあなたへ
木曜	舌苔
金曜	噛むと歯が痛い
土日	歯の処置後の痛みについて

おぼろ
朧月夜

作詞 高野辰之

作曲 岡野貞一

一、菜の花畠に 入日薄れ

見わたす山の端 霞ふかし

春風そよふく 空を見れば

夕月かかりて にはひ淡し

二、里わの火影も 森の色も

田中の小路を たどる人も

蛙のなくねも かねの音も

さながら霞める 朧月夜

(大正三年)

作詞の高野辰之と作曲の岡野貞一コンビは、他のにも優れた唱歌をたくさん作っている。

『春が来た』(明治四十三年)『日の丸の旗』(同十四年)『紅葉』(同)『春の小川』(大正元年)

『朧月夜』(同三年)

『冬の夜』『冬景色』もこの二人の作品と考えられている。

『里曲(さとわ)』は里の辺りの意味、『火影(ほかげ)』は家々の明かりのこと。

岩波書店『唱歌・童謡ものがたり』読売新聞文化部 参考

けんこう (九十二)

花粉症について

はじめに

今年もつらい花粉症の季節がやって来ました。花粉について参考にし自分なりの対処対策を立ててください。

一、花粉症とは？

- ①体内に侵入した花粉に対して、体が過剰な反応を起こすことをいいます。
- ②花粉が飛散する季節に症状が出現する。
- ③原因となる植物は様々です。
- ④スギ花粉が約7割を占めます。
- ⑤花粉症の患者は増加している。
16.2%(1988年) 26.5%(2008年)

オオイヌノフグリ



二、花粉症の現状

- ①アレルギー疾患である

②患者数は毎年増加している
(10年で1.5倍)

③スギ花粉症が最も多い(26%)

④猛暑の翌年に多い

⑤飛散量が多くなると新たに発症する人も増加する

三、なぜ花粉症は増加しているのか？

①スギ花粉飛散量の増加

②累積患者数が増加(自然治癒が少ない)

③体質の変化(食生活や衛生環境の変化)

四、原因花粉の季節・地域的变化

①春 (樹木花粉)

スギ、ヒノキ、ハシノキ、シラカバ

②夏 (イネ科草木花粉)

カモガヤ、オオアワガエリ、スズメノテツボウ

③秋 (雑草木花粉)

ブタクサ、カナムグラ、ヨモギ

④地域的には、

本州から九州 スギ花粉、

北海道 シラカバ花粉が多い

五、症状

①鼻アレルギー症状

3 主徴 くしゃみ、鼻水、鼻づまり

②眼アレルギー症状

掻痒、眼瞼結膜充血、流涙、異物感

③全身症状

全身倦怠、熱感、寒気、頭痛、めまい

六、診断・検査

1. 問診

2. 鼻鏡

3. 皮膚テスト(皮内反応)

4. 血液検査(IgEの増加)

5. 鼻汁・涙液中の好酸球検査(増加)

6. 誘発試験

七、治療方針

薬物療法

初期治療として、予測された花粉飛散開始日の2週間前から、

1. 抗ヒスタミン薬

2. ケミカルメデイエーター 遊離抑制

3. 抗ロイコトリエン薬

を投与することにより季節初期の症状が良く抑えられる。

手術療法

1. 鼻粘膜焼灼手術

レーザー焼灼

2. 鼻腔整復手術

鼻中隔彎曲症の整復

3. アレルゲン免疫療法

①皮下注射

②舌下免疫療法

花粉の回避

1. 花粉情報に注意する。

2. 飛散の多い日は外出を控える

3. 窓、戸を閉めておく

4. マスクやメガネ、帽子の使用

5. 帰宅したら、洗顔、うがい、鼻をかむ

2017年 スギ・ヒノキ花粉のピーク予測

2017年2月14日 日本気象協会発表

地点	種類	2月			3月			4月		
		上旬	中旬	下旬	上旬	中旬	下旬	上旬	中旬	下旬
金沢	スギ									
	ヒノキ									
名古屋	スギ									
	ヒノキ									
東京	スギ									
	ヒノキ									
仙台	スギ									
	ヒノキ									

tenki.jp

院長のひとりごと(百二十七)

鉛筆

◇字を書くのは鉛筆に限る、というのが私の信条です。ただし、少しばかり質の良い芯じやないと滑りが悪くて気に入りません。このころには砂が混じっているかのようにじやりじやりしたり、折れやすいのがありました。最近のものは実によく手になじみます。このころ、たしか1本五円だったと思います。



◆芯の良しあしもさることながら、木の部分も材質によって大きく異なり、気持ちよく削

れるものとナイフが引つかかかってでこぼこにしか削れないものがありました。鉛筆削りは好きだったので、一時間でも百本でも続けて削っていられば飯も要らないくらいでした。

◇鉛筆の芯を先端の方向に徐々に細くしていくときの力の入れ方・抜き方加減は、その後、外科医者となったときの胃腸の癒着剥離の時に役立つていたように思います。鉛筆を削れない子どもが多いと聞きますがこの様な訓練は一生のどの時点でやれるものではないから、日本人の器用さが今後いつまでも続くことは保証されなんでしょう。これまでは日本のよき伝統・技術におんぶして乗り切ってきた日本も、伝統・技術が断絶してしまいかねない近未来、不安を感じます。

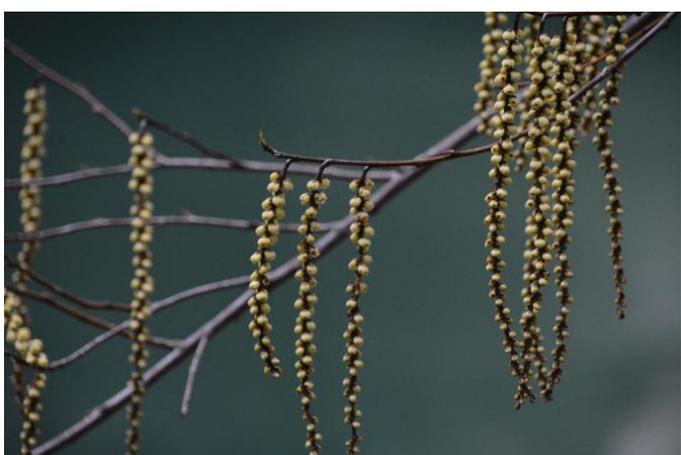
◆田舎の小さな地域で鉛筆削りを自慢していたわたしでしたが、大学に入ると、もつとすごい人に出会うことになりました。その人は、鉛筆削りの繊細さは言うに及ばず、驚いたことには、小学生のとき、クラス全員の鉛筆を削ってまわったということです。絵も彫刻も先進病院の設計図までプロ並みに引ける人なので、『医者もやれる芸術家』と言う表現がピッタリです。

◇医院で一緒に働いている職員たちも、手動、電動の鉛筆削り器の時代に育った方々で、わたしが鉛筆をナイフで削っていると「ほう・・・」と感

心しているのです、これには私の方こそ驚きました。さらに私がうれしそうに削っていると「思ったか、事務室から『ハイ、ここにもまだありますよ』と鉛筆数本をわざわざ持ってきて『孝行』したと思っている。」

『ボクは鉛筆削りをしたいわけではないんだよ』と困ったそうにいいながら受け取る。実は内心ホクホクで時間が許されることなら、午後は休診にして、鉛筆削りだけやっていられたらいいなと思っていたのです。

木五倍子(キブシ)



聴診

◆学生時代、理想とする教授が一人おられた。白髪、黒縁メガネ、白衣、静かな口調と物腰の柔らかさでいかにも『教授』然とした先生で、当時は年々患者数が少なくなっていた結核が専門であった。こういう先生に師事したいものと決心したことがあった。

◇黒板には毎回、肺の図と、結核菌が最初に巣食う部位の図から始まり、病気の進行に伴った変化の図が丁寧に描かれた。学生たちはそれを熱心にノートに書き写して写生記録の大切さを学んだ。

◆ポリクリといって、医学生が数人のグループを作り、指導医から臨床場面で実際の診察方法を学ぶ訓練がある。私はいつも後ろの方へ下がっていて人の隙間からのぞきこんでいることが常だったが、この日は、ちようどその教授の診察場面であった。

◇とつぜん、重く鋭い叱声が先生のほうから発せられ、空気がピンと張りつめた。先生の前で椅子に座っていた50歳台の男性が先生の前で頭を下げ、固くなっていた。

◆あれから40年の月日が経った。外来診療では肺の聴診をすることが多い。その時々、

いろいろな聴診のエピソードが思い出される。聴診機会が少ないある科の先生が、健診に出かけ聴診器を渡されたが

『さてどうするんだったか?』

と迷ってしまった。見よう見まねで聴診器で首を挟んで先端の膜の部分を受診者の胸に当てて、『フムフム……』

とやっていたら、看護婦さんから

『この二つの先は、耳の穴に入れるのですよ』
たしなめられたとか。

そしてもうひとつ、私にはやはり学生時代のあのポリクリの場面がいつも思い出される。

竹沼で、木瓜(ボケ)



◇『息を吸ってえ……ハイ、吐いて下さい』

と言ったときに、まともに、ハアアと息を吹きかけられることがよくある。

相手が子供のときには、

『息を吐くときは横を向いて吐く方がいいね』

と諭すが、大人に対しては我慢をして、次の息ではうまく身をかわしてやろうと身構えている。

あの時、常識はずれだったとはいえ、身を小さくして恐縮していた患者さんのいたたまれなさを、味わわせたくない思いからかな……?

◆その教授の門を叩くことはなかった。先輩の勧めで外科学教室に入った。二十年余でクリニクを開業したが、いまでも、あの老教授のことを思い出す。年を数えてみれば、当時の教授の年齢をとつくに越えているではないか!

ならば、少し大人っぽく振る舞ったからといって、その先生へのあてつけにはなるまい。

