

令和8年3月(272)

秋山医院  
藤岡市小林748-8

☎0274-22-8315

# 医院だより

**弥生(やよい)** 別名 花見月、春惜しみ月、

花津月(はなつづき)、夢見月、さはなき月(さはなき月=早花咲月)

陰曆三月の異称、用例は早く『日本書紀』の古訓に見え、語源については「奥儀抄」に「風雨改まりて、草木いよいよ生ゆるゆゑに、いやおひつきといふを誤れり」と説くように、「いやおひ」の約転で、草木のいよいよ生い茂る義とされる。花見月・花津月・桜月等の異名もあるように百花繚乱、春たけなわの候であるが、反面『連珠合璧集』にも「やよひとアラバ、春の暮れ・夏近し」とあげるように、盛りの春の過ぎゆくのを惜しむ情感も伴う。陽曆のほぼ四月にあたるが、これを弥生と呼ぶとき、代々、盛りの花にあぐがれ、暮れ行く春を愛惜してきた雅やかな古典の詩情が甦る。

濃やかに 弥生の雲の流れけり 夏目漱石

(講談社「カラー図説日本大歳時記」)



ダイニンの花

## 目次(頁)

- 1 三月の異称、三月の花、三月の言葉
- 2 三月の暦、お知らせ、診療案内、健康  
テレフォン、大岡 信選集
- 3 けんこう(百九十四)  
群馬県感染症発生動向調査より  
健康ひとくちメモ(高血圧症)
- 4 院長のひとりごと(240)  
火焰(型)土器

## 『三月の花』

馬酔木(あせび)、山菜菔(さんしゅゆ)、沈丁花(じんちんやうげ)、三椏(みつまた)、露の臺(ふきのとう)、菜の花、辛夷(ごぶし)、白木蓮(はくもくれん)、連翹(れんぎよう)、雪柳(ゆきやなぎ)、土筆(つくし)、木五倍子(きぶし)、なずな、蒲公英(たんぽぽ)

ほとんどが目にしたことのある花たちだが、半数はその名前を知らなかった。名前を知ると、「あ、これが…」と思う。漢字を知ると(そのものしさに)驚くが、花の様態をよく表しているなど、漢民族の智慧に感服することが多い。

## 『三月の言葉』

彼らがわたしに対して陣を敷いても、わたしの心は恐れない。私に向かって戦いを挑んで来ても、私には確信がある。ひとつのことを主に願ひ、それだけを求めよう。命のある限り、主の家に宿り、主を仰ぎ望んで喜びを得、その宮で朝を迎える(とき)。詩篇第二七編三、四節)

産を失うもよい、願わくは神の聖顔(みかお)を失わないことを。病に悩むもよい、願わくは神の聖旨(みこころ)を疑わないことを。人に棄てられるもよい、願わくは神に棄てられないことを。死ぬもよい、願わくは神より離れないことを。神は私のすべてである。神を失って私は私のすべてを失うのである。私たちに父をお示し下さい。それならば足りる。私の全生涯の目的は神を見、彼を私のものとするところにある。そのほかではない。(内村鑑三「一日一生」)

### 「三月の暦」

- 三日 節分、奈良春日大社万灯籠
- 四日 立春
- 七日 北方領土の日
- 八日 こと始め、針供養
- 十一日 建国記念の日
- 十四日 聖バレンタインデー
- 十六日 日蓮上人誕生会
- 十九日 雨水
- 二十三日 天皇誕生日
- 二十五日 京都北野天満宮梅花祭

### お知らせ

一、マイナンバーカード、資格証明書で受付を行っています。

カードは保険証の代わりになります。

### 二、診療案内

『午後診療』では予約診療も行っています。予約は電話でもできますのでご利用ください。

○休診 三月二十一日(土)

○当番医 五月五日(水)

### 『診療案内』

- 一般外来診療
- 往診・在宅医療(ご相談ください)
- 骨粗鬆症の診療
- ピロリ菌の診断・除菌
- CT、MRI、PETの予約
- 胃・大腸内視鏡
- インフルエンザ・新型コロナウイルス・肺炎球菌・带状疱疹ワクチンなど

### 三、群馬県保険医協会二十四時間健康テレホン

<http://www.rain.com/kenko/>

(三月) 電話〇二七―三三四―四九七〇

月	中高年の散歩のコツ
火	若年性更年期障害
水	受け口・反対咬合の矯正時期
木	子供のハミガキを成功させるコツ
金	子宮外妊娠
土日	親知らずはなんで抜歯が必要なの？

大岡 信著『折々のうた』(春のうたから)

春の鳶(とび)寄りわかれては 高みつつ

飯田龍太

『百戸の谿(たに)』(昭二九)所収。大正九年生まれの現代俳人。俳人飯田蛇笏の子息で父祖以来定住の甲斐(山梨)の地に住む。第一句集『百戸の谿』で感性の鋭敏さと格調の高さがいち早く注目され、戦後登場した俳人たちの代表的存在になった。鳶が二羽、山国の空に舞う。寄り合ったかと思つとたちまち別れ次第に高くせり上がつてゆく。まるで見えない柱に押し上げられるように。言葉は単純だが、つかんでいるものは大きい。

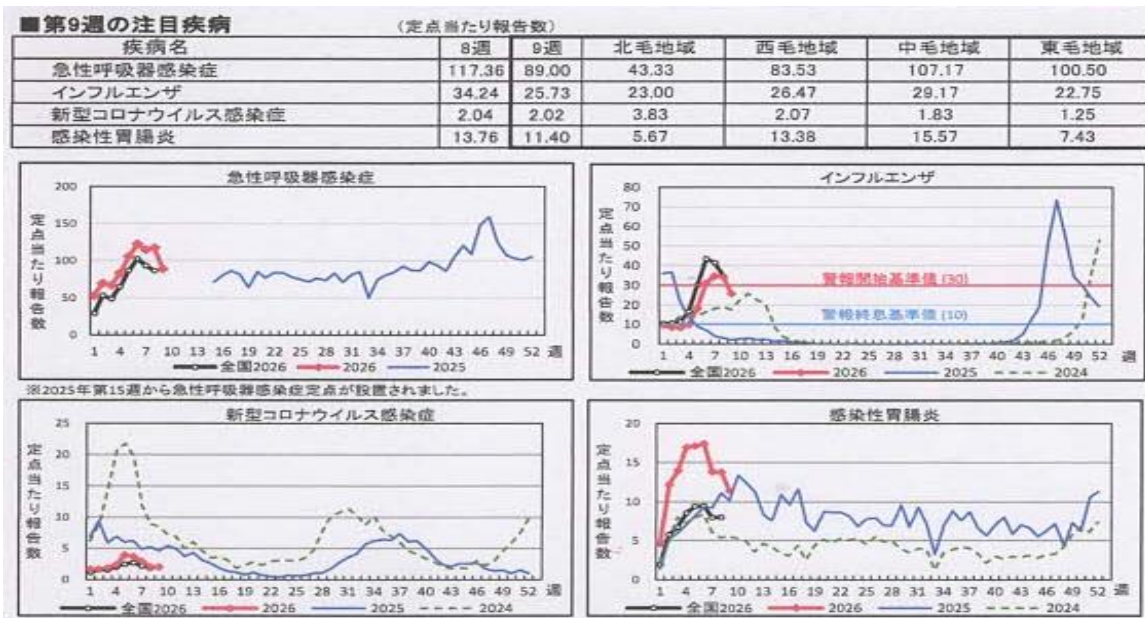
蝶々のもの食ふ音の静かさよ 高浜虚子

『五百句』(昭和一二)所収。明治三十年の作。(以前)掲出の青々の句同様、きこえるはずのない物音を聴いている。蝶は「食う」というより、むしろ蜜などを(吸う)のが当たり前だろう。それをあえて『もの食ふ音の静かさよ』と言った。この時蝶の営みはまた、あらゆる生き物の『もの食ふ』生き物の営みを暗示するものにまで高まった。一見非現実的な直感が、ありきたりの写真の達しえぬ生の実相をえぐる一例。

群馬県  
群馬県感染症発生動向調査情報(週報)  
2026年第9週(2月23日～3月1日)  
令和8年3月3日

★インフルエンザは引き続き警報発令中です。現在、B型を中心として流行しており、今シーズンすでにインフルエンザにかかった方でも、型が異なる場合は再び感染することがあります。予防には「外出後は石けんで丁寧に手を洗う」「室内では定期的に換気し、湿度を50～60%に保つ」「人ごみを避ける」といった対策が有効です。また、咳やくしゃみが出るときは、「マスクを着用する」「鼻や口をティッシュで覆う」「袖や上着の内側で口や鼻を覆う」などの咳エチケットを心がけましょう。

★感染性胃腸炎の報告が続いています。感染性胃腸炎は、食品や手に付いたウイルスや細菌が口から入ることで感染します。トイレの後やおむつ交換の後には石けんで丁寧に手を洗いましょう。また、嘔吐物や糞便で汚染されたものの消毒には次亜塩素酸ナトリウム(塩素系漂白剤)が有効です。



## 健康ひとくちメモ(高血圧症)

- 1 高血圧は、脳卒中・心臓病・腎臓病・認知症の発症リスクを高めます
- 2 日本では1年間に⑰万人が、高血圧が原因で起きる脳血管障害、心臓病、腎疾患で死亡しています
- 3 日本の高血圧コントロール状況は治療率、コントロール率ともに欧米に比べて低い状態です
- 4 上の血圧(収縮期血圧)を⑩mmHg下げると脳卒中・心臓病が約2割減少すると言われています
- 5 高血圧の人では年齢に関わらず、上の血圧を130mmHg未満、下の血圧を80mmHg未満まで下げる
- 6 生活習慣の改善(減塩、運動、肥満の是正、節酒など)で血圧は下がります
- 7 日本人の食塩摂取量は⑩g/日と世界中でも高く、高血圧の人は6g/日未満にすることが推奨されています
- 8 血圧を下げる薬は、安価・安全で効果があり、副作用よりも血圧を下げる利益の方が大きいことがほとんどです

家庭での血圧測定は高血圧の診断と治療に役立ちます（註 起床時血圧が一日で一番高い人が多いのです。脳溢血や脳梗塞は朝起きがけに多い傾向があり、昼間の血圧からではその傾向がつかめないことがあります。）

### 雪二題

朱、鮮やか 2/5朝（土師神社鳥居）



コマルツ 朝から目が見えない！



ひゃーっ 冷たい！

道祖神かな？



火焰型土器

◇私が中学3年になったころ、1年後、1964年（昭和39年）に国民体育大会（国体）が新潟で開催されることと、同じ年の十月に東京オリンピック大会が行われることが決まっていました。それを記念してか、全生徒が講堂に集まり歌の練習（『若い力』だったか？）を一緒に行うことが何回もありました。男女の音楽の先生がステージに上がり先導してくれましたが、お二人ともまだ30才前で若々しい声で歌ってくれたことが記憶に残っています。

◆そのころ新潟県ではほかのところに類を見ない「縄文のついでいない」縄文時代の土器が5000年前頃から、500年くらいの期間作られていたことが分かりその特殊性が話題になっていました。

◇それ以来、60年間私の中で火焰土器はその名前だけが記憶にとどまるに過ぎない存在でした。

◆ところが、ことし1月17日から3月8日まで群馬県立歴史博物館で開催された『第113回企画展 世界遺産 縄文』を見学に行き、ふと中学時代のことが思い出され、国体、オリンピック、新潟地震のことが当時の恩師や級友たちの想い出とともに鮮やかに蘇ってきてしまったのです。

◇そうならいたってもたつてもいられません、新潟の積雪情報を調べ、同じ縄文時代の土器である火焰土器を見てから、もう一度、今回の群馬の催し

5を見てみたいという思いに駆られて行動に移してしまったのです。

長岡市馬高縄文館



後で知ることになるのですが、

1951年(昭和26年)十一月、東京国立博物館で芸術家・岡本太郎がこの土器に対面した時の言葉が残っています。

◇『縄文土器の荒々しい形態、不協和な文様に心構えなしにふれると、誰でもドキッとする。なかんずく爛熟した中期の土器の凄まじさは言語を絶するのである。』という書き出しで始まる『縄文土器論』を記した太郎は、火焰型土器を見て「なんだ、コレは！」と叫んだといっています。そして、「火焰土器の激しさ・優美さ」について言葉を残しています。(信濃川火焰街道連携協議会発行「日本遺産」なんだ、コレは！信濃川流域の火焰型土器と雪国の文化 ガイドブック」より引用)

◆…思わず声をあげるほど感動した岡本太郎は、1952年、縄文土器論(前述)を発

表し、これが1970年、大阪万博の太陽の塔を制作することにも繋がることになったと言われています。

◇追記 一

東京オリンピックが1964(昭和39)年10月から開催される関係から、新潟国体は秋季大会を春季大会に前倒しすることとなり、6月6日から6月11日にかけて開催されましたが、**6月16日、13時1分40.7秒に新潟地震が発生し、第19回国体の秋季大会は中止となりました。**火焰土器は国体の聖火台として使用されていたとのこと。

◆追記 二

火焰(型)土器の名称

1. 『火焰土器』

1936(昭一)年、長岡市の馬高遺跡で発見された土器のみを指します。

2. 『火焰型土器』

『火焰土器』と特徴を同じくする土器群を指します。(①深鉢型②上部の4つの鶏冠状突起③把手(とっこ)の間を三角形が波状に並ぶ④土器の側面に粘土による複雑な隆起線文)

◇追記 三

火焰型土器の役割は？

- ①食料の恵みへの感謝や祈りの祭祀的役割
- ②機能面では食材の有害なアクの除去や肉・植物繊維の柔軟化・殺菌効果
- ③豊かな食生活と食文化の維持に貢献

④ほかに、ステータスシンボル  
⑤装飾は、持ちやすさと熱伝導効率を上げるための役割もあるといわれています

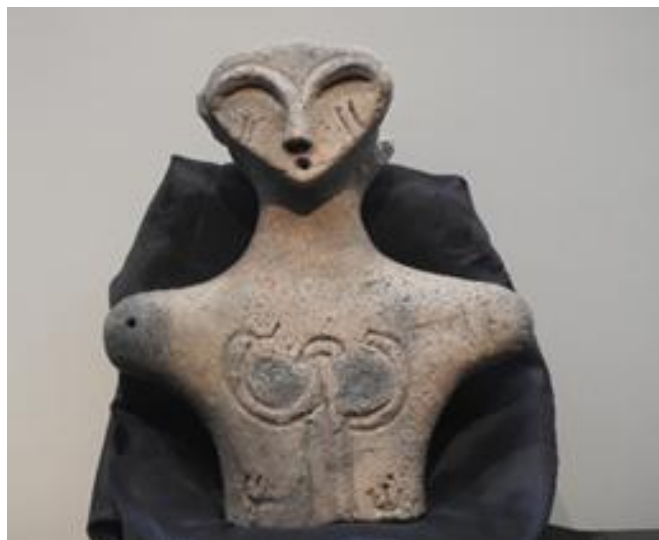
王冠状土器



火焰(型)土器



ミノ馬高と親しまれている土偶



お詫び

発行が遅れていますので 四月份 健康テレホンの  
早めに掲載します。

群馬県保険医協会二十四時間健康テレホン

<http://www.rajin.com/kenko/>

電話〇二七―一三二四―四九七〇

月	歯みがきをして歯医者に行こう
火	子供の予防接種
水	口内炎
木	睡眠剤、ほんとうに飲みますか？
金	インプラントのメリット・デメリット
土日	口腔機能低下症

