

医院だより

令和８年11月（280）

秋　山　医　院
藤岡市小林748-8
☎0274-22-8315

霜月（しもつき）

別名　霜降月（しもふりづき）・雪待月（ゆきまちづき）・雪見月（ゆきみづき）・神楽月（かぐらづき）・神気月（しんきづき）

陰暦十一月の和名。一般に霜降り月の略とするが、「かみのみなつき（神無月）に対する下（しも）みなつきということらしい」（山本健吉）という説もある。語源の詮索はともかく、時候を端的に示す言葉だ。なにやら朝日に照らされた初霜のきらめきが見えてくるような感じだ。しかし、俳句の好例は存外に少ない。言葉があまりに完結しているためか。あるいは語感が古風故か。また、同義とはいっても、雪待月・雪見月とではそこに若干の感覚的な差異があろうかと思う。

霜月や茂林寺に行く用ありて　村山古郷

（講談社「カラー図説日本大歳時記」）

石蕗（つわぶき）



目次（頁）

1　十一月の異称、十一月の花、十一月の言葉
2　十一月の暦、お知らせ、診療案内、健康テレフォン、
3　大岡　信選集、けんこう改め群馬県感染症発生動向
4　ひとくちメモ（9）
「新型コロナの予防注射は必要か？」
5　院長のひとりごと（248）
「つわぶき」

『十一月の花』

竜胆（りんどう）、山茶花（さざんか）、柊（ひいらぎ）、菊（きく）、磯菊（いそぎく）、竜脳菊（りゅうのうぎく）、背高泡立草（せいだかあわだちそう）、石蕗（つわぶき）

『十一月の言葉』

各自は、召されたままの状態にとどまっているべきである。召されたとき奴隷であっても、それを気にしないがよい。しかし、もし自由の身になりうるなら、むしろ自由になりなさい。主にあって召された奴隷は、主によって自由人とされた者であり、また、召された自由人はキリストの奴隷なのである。あなたがたは、代価を払って買い取られたのだ。人の奴隷となってはいけない。兄弟たちよ、各自は、その召されたままの状態で、神のみ前にいるべきである。

（コリント第一書七・20-24）

すなわち各人その職にとどまるべし。しいてこれを転ぜんとするなかれ。ただ「神と共におるべし」とのことである。これはいかにも宿命説のように聞こえるが、決してそうではない。この世の何たるかを知りて、これに処するの道を示したる言である。この世は理想の行われがたき所、不公平はその特徴である。ゆえに、あえて運命の発展を求めない。もし他人に譲るべきあれば、喜んでこれを譲る。ただ神と共にある。そして彼が我をあらわしたもう時を待つ。彼は時にはわれをこの世においてあらわしたもう。その場合には「むしろこれを受くべし」である。されども彼は彼の聖国(みくに)において必ずわれをあらわしたもう。われ、その事を思うて、あえてこの世においてあらわれんことを欲しない。われはこの世においてはわが置かれし地位に満足する。この世においては、神を知り彼と共におるだけで充分である。その他の事は来世まで待つ。キリストがあらわれて、われをわが定められし地位に置きたもう時まで待つ。

（内村鑑三「続一日一生」10・4）

「十一月の暦」

一　日　灯台記念日
三　日　文化の日
五　日　世界津波の日
六　日　六日ぐれ入り
七　日　立冬
九　日　太陽暦採用記念日
十一日　世界平和記念日
十五日　七五三
十七日　将棋の日
十八日　奈良出雲大社神迎祭
十九日　一茶忌
二十一日　近松忌
二十二日　小雪
二十三日　勤労感謝の日
二十八日　親鸞聖人忌

お知らせ

一、マイナンバーカード、資格証明書（お持ちの資格確認書の券面に有効期限が記載されているため、必ずご自身のカードや書類をご確認ください）で受付を行っています。

二、診療案内

『午後診療』では通常の診療のほか、『予約診療』もできますので時間調整が必要な方はご利用ください。
予約は電話でもできます。

『診療内容』

○　一般外来診療
○　往診・在宅医療（ご相談ください）
○　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・肺炎球菌・帯状疱疹ワクチンなど

＊インフルエンザ・新型コロナの接種は十月一日から十二月いっぱい。
新型コロナはあらかじめご予約下さい。

三、群馬県保険医協会二十四時間健康テレホン
http://www.raijin.com/kenko/
電話　〇二七―二三四―四九七〇

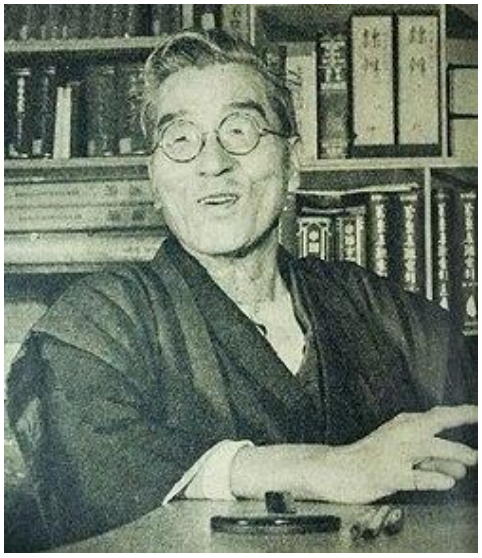
月	オーラルフレイルチェック：OF-5 について
火	不妊について
水	胸の痛み
木	舌痛症について
金	せきのかぜ
土日	アトピー性皮膚炎の治療の進歩

大岡　信著『折々のうた』

ひそみきてたがうつかねぞさよふけて
　ほとけもゆめにいりたまふころ
会津　八一

『寒燈集』（昭二二）所収。第二次大戦末期、疎開先の新潟県中条町西条のわびしい観音堂で養女きい子と暮らしていた作者は、昭和二十年七月きい子を肺患で失い、荒寥たる孤独の生活に入った。きい子追悼の「山鳩」二十一首に続いて『観音堂』十首がある。いずれもしんしんと寂しさの迫る会津八一後期の秀作である。右の歌は、『観音堂』の一首。夜もふけて仏も夢路に入りたまうころ、誰がひそかにうつのか、夢幻の境に漂う鐘の音

会津八一



おおきなキリン／
　見ようともせずに私を見てる／
ああ　ゆううつっ

シャルロット・ヴァンコップノル

『地球歳時記・９０』所収。ベルギー、十三才。ベルギー、十三歳。原文フランス

Unegrande girafe/me regadait/
sans mevoir/ah!melancolie!

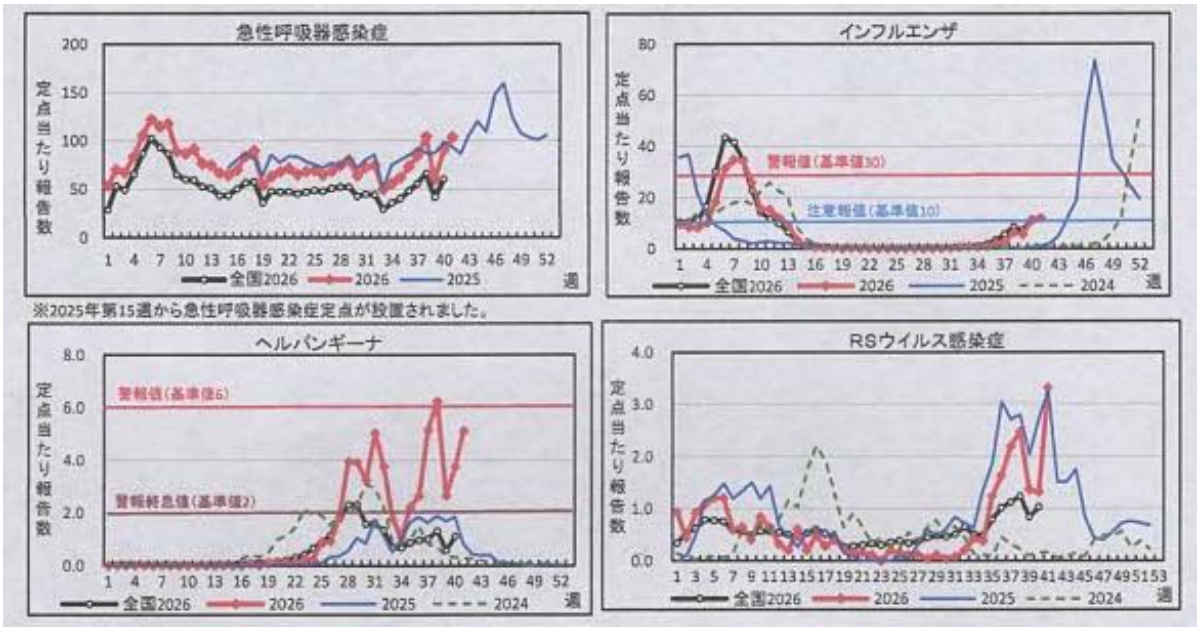
子どもは動物に夢中になるが、それは子供がこの詩にもうかがえるように、動物の中に考える存在、感じる存在を見ているからである。この詩の女の子は、キリンとの間に彼女しか知らない秘密を育てている。キリンさん、知らん顔して私を見てる、ああ変な人！



私もみています！（冬眠前のカエル）

群馬県感染症発生動向（２０２）

★インフルエンザは、先週に引き続き注意報発令中です。RSウイルス感染症の報告も続いています。これらの感染症はいずれも飛沫感染や接触感染によってうつります。
咳やくしゃみが出るときは、「マスクをつける」「鼻と口をティッシュペーパーで覆う」「袖や上着の内側で覆う」などの咳エチケットを心がけましょう。手洗い、換気も感染対策として重要です。
★ヘルパンギーナは警報発令中です。原因となるウイルスの中にはアルコール消毒が効きにくいものがあるので、手指は石鹸と流水でよく洗いましょう。症状がある人は自宅でタオルなどを共用しないようにしましょう。



ひとくちメモ（8）

コロナワクチンうたなくてもいい(の)？

（NHK きょうの健康十一月号）から
大阪大学医学部感染制御学（忽那賢志教授）

現状

（1）2025年1年間で、日本でCOVID-19で亡くなられた方は、**2万1497人**

インフルエンザよりかなり多い

（2）亡くなっている人の**大半がシニア世代、特に高齢者に多い**

（3）ワクチンを打っても感染する人はあるが**重症化予防作用**がある

（4）お勧めする人
65歳以上の方、糖尿病・心臓や肺の病気を持って居る人はワクチン接種により、**入院や命にかかわる事態になるリスクをグッと減らせる**

（5）コロナワクチンをしておくと、咳、だるさ、もやもやなどが長引くこと（ロングコロナ）も防ぐ効果があります

（6）「ワクチンで死亡が増える」、「突然死が増える」「不妊になる」との噂も世界中の何百万人のデータを調べた結果で否定されました。

（7）「コロナは特別な病気」ではなくなったが**「怖くない病気」になった**わけではない。

（8）インフルエンザワクチンと一緒に受けることもできます

（9）ワクチンを受けるのにお勧めの時期は、流行が本格化する前のまさに今頃、と言われています



院長のひとりごと（２４８）

つわぶき

◇今秋はわが家の玄関は石蕗（つわぶき）が満開です。花壇の花も枯れ萎んだ中に明るい黄色い花が咲き揃っています。このつわぶきは二人の方から頂いたもので、一つは昨年前橋の家のご近所のお庭からやってきてくれました。もう一つはもう二十年ほど前、開業して少し経ったときに、家内が友人から頂いたものです。

◆前橋の近所の人。親しくしていただき、子供たちもなついて遊びに行ったりしていました。私の友人のお父上が亡くなられたとき、夜中に家内とふたりで急いで渋川までお悔みに出かけたことがありました。

◇こどもだけにしておけなかったので小学生の長女を筆頭に四人の子どもをこのご夫妻にお願いして、私たち二人は渋川まで駆けつけたのですが、遅くまで預かっていただいたのですが、奥様からは「お姉ちゃんが三人をよく見てくれていて、みんないい子でしたよ」とほめていただき、心が温まりました。

◆その奥様も十数年前に亡くなられ、御主人が寂しそうで、週末に藤岡から私たちが帰ると、待ち構えていたかのように、家内に庭の木々や草花のお話をしてくださったので仕事の疲れを癒されて過ごすことが出来ました。

◇次女の家族が私たちといっしょに住むことになってからも何くれとなく子供や孫たちにも声をかけてくれました。

夏秋に地域の公園の草刈り掃除があると先頭に立って町内の皆さんに声をかけて下さり、お金だけ払えばよいということでなく地域の活動の中で皆の気持ちをまとめようとして下さっているようでした。

◆痩身で背が高く人が多く集まっているところでもよく目立ちましたが、私が藤岡から久しぶりに前橋に帰って姿をお見かけするといくらか背中が丸くなってきたなあと寂しく思うことがありました。

◇そのほかに地域の中で問題があると、相談に上がればいつでも対応していただけると安心していられる方でした。一度近所の方から誤解されたことがあった時に、その方はすでに施設に入所して家にはおられず、お元気であれば、ご相談できたのにと残念な思いをしたことがありました。

◆おととし、施設でとうとう亡くなられたことを息子さんから聞き、寂しさに沈むとともに良いお付き合いをさせていただいたことを家族みんなで心から感謝しました。

その折、息子さんが、おじいさんから、ご自分が亡くなる前に、自分で育てられた茎の太くて高いつわぶきをわたしの家内に渡してくれるようにいわれていた、といって持って来てくださったのです。家族皆な、涙ながらに感謝しました。

◇今年の夏に前橋に戻ると、お家はもう更地となり、既に新しい人の家の縄張りがされていました。家も庭も土地もなくなると、本当に面影も記憶も薄れるようですが子供たちの記憶にはずっと残っていてくれるようにと願って居ます。



◆「つわぶき」には誤解していたことがありました。
冬に咲く花は昆虫の少ない季節にどうやって種、子孫を増やすのだろうか、虫媒はスムーズにできるのだろうかと。
早速調べてみるとハチやチョウチョウなどつわぶきに集まる虫は、沢山ありました。
（**蝶のなかま**）

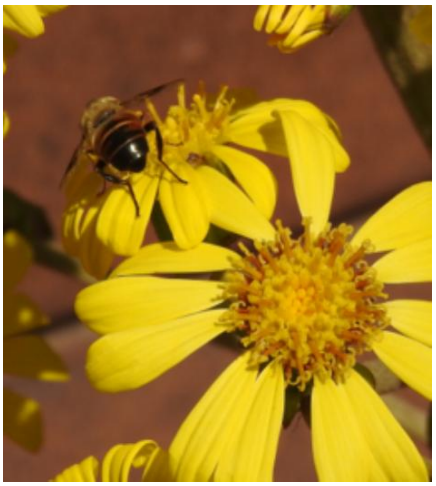


キタテハ

アサギマダラ、ウラナミシジミ、ヤマトシジミ、モンシロチョウ、キチョウ、ツマグロヒョウモン、シジミチョウ、イチモンジセセリチョウ

（**アブのなかま**）チャバラセセリハナアブ、オオハナアブ、シマシブトハナアブ、ナミハナアブ、ツマホソヒメヒラタアブ、





（**ハエ、ハチのなかま**）ツマグロキンバエ、ヒメハラナガバチ、キンケハラナガツチバチ、などなどで、

（**害虫**）ナメクジ、アブラムシ、ハダニ、アブラムシ、カイガラムシ、イモムシ、ヨトウムシ、コガネムシなどの敵、害虫とも戦っていることが分かりました。

（**何にも知らなかったのです**💦）

◇『つわぶき』という名前の由来も誤解していました。寒い冬の時期に咲くのだから「強い」「強者（つわもの）」という意味で「石」と名前がついたと早合点していましたが、岩場に育つことからの命名とのことでした。「つわ」の音は「強い」からではなく、通常の「蕗（ふき）」と異なり、葉に「艶（つや）」がある「艶蕗（つやふき）」からきているようです。

◆さかのぼること２０年ほど前にも「つわぶき」を頂いたことがありました。
これは家内の看護学校の同級生の親友で私の大学の同級生の奥様でした。
藤岡に私が開業して２、３年経った頃だったでしょうか、毎年２回ほど４人で食事をしていたのですが、ある時御主人が奥様の病気を発見することになってしまったのです。

◇「想い出に・・・」ときれいな花を何回も医院まで届けてくれましたが、今私が覚えているのは、赤の『チェリーセージ』と『つわぶき』のふたつです。



毎年花の咲くころには想い出して、ああまた一年経ってしまったなあ、と4人での集まりを想い出すのです。花がしっかり、想い出させてくれているからです。

◆家内に会いに来た時に私も呼ばれてクリニックから住まいの方に行ってあいさつしました。少しやせたな、と思いましたが、お元気なころと変わらぬ笑顔で挨拶してくれました。

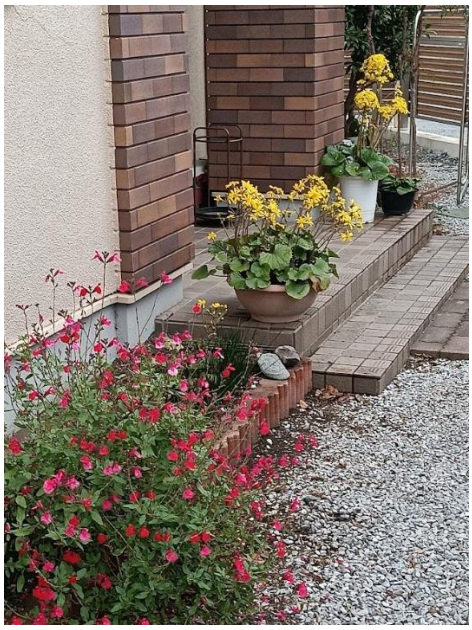
その次に来たときは、住まいの方に戻った時に、家内から

「顔を見せるのが辛いから、呼ばないで」

と言われたので連絡しなかったと報告されました。夫君と私も、この奥さんと同じ外科学教室に同じ年に勤務を始めたので長いお付き合いだったのです。

忘年会には、同期の新人の看護師さんとご主人も私も同期のものと一緒に小劇をやりまして教室のみんなを笑わせたものでした。

これが最後に顔を合わせる機会だとわかっていても、合わせたくない気持ちはよくわかりますから、ただただ、ご冥福を祈るばかりでした。



◇今年の秋は、つわぶきがことさらに小さな花壇、玄関を明るくしてくれていました。

ミツバチを見つけた三歳の孫に、家内が、

「なんて花だっけ?」

と尋ねると

「ひまわりっ!」

『・・・なるほど、

確かによく似てるね・・・』

