

にょうろこうじ

平成31年
第67号
3月5日発行

発行者



医療法人社団
小島医院
高岡市東中川町6-10
TEL 26-1020
FAX 26-0573
<http://www.kojimaiin.com>

プラモデル

小島 明

大学生の頃からプラモデルを作っていた。数年前からは自衛隊の戦闘車シリーズにしている。いかに本物らしく似せるかが勝負だ。自衛隊関係の雑誌を読んだり、富士山麓での総火演も見学してきた。プラモデル屋には専用の道具類、塗料や筆があり、仕上げる事自体が楽しい。戦後の戦車、61式、74式、



陸上自衛隊 16式機動戦闘車

90式、10式を完成させた。戦車の移動は一般道路では困難で、トラック、列車や船舶が必要で即戦力になれない。16式機動戦闘車は8輪駆動で時速100キロ、105ミリ砲、25ミリ機銃の武装で、重量26トン、高速道を100キロで移動できるといふ。タミヤの1/35で組み上げたが、足回りが難しかった。兵員、武器や装備品なども別売されており、これらを組み合わせると真実味がましてくる。世界の政治、経済情勢は厳しく、



陸上自衛隊 74式戦車

各国にはそれぞれの事情がある。平和を主張しても、各国が平和を守らなければ、日本は当然、自衛隊が必要と思う。

わが町の 不戦の碑

上野 亮 平

砺波市庄川小学校の校庭横に高さ14メートルもある「護国英霊碑」が荘厳な姿で建っている。明治以来今次大戦までの戦死者慰霊碑である。毎年8月15日には「戦没者追悼式」が行われている。

この碑は1929(明治4年)に建立され、今年で丸90年の歴史を数える。この建設の機を辿ると、当時、東山見村(昭和27年庄川町合併以前の村名)は東洋一の小牧ダム(昭和5年完成)の建設中で、映画館や飲食店等活気に溢れていた。1929年2月、村のリーダーである在

郷軍人会はダムに負けない県内一の「忠魂碑」の建立を決議した。碑の姿は思案の末、金沢兼六園にある日本武尊像を参考とした。高さ5メートルの碑文「忠魂碑」は、日露戦争の最大の激戦地二百三高地での名指揮官であった陸軍大将、一戸兵衛による。労力、資材等村の総力を結集して僅か半年の8月に完成した。

戦後、GHQの命により碑文を「護国英霊碑」と変えたが、元では今でも「忠魂碑」と呼ばれている。

多くの戦没者に対し、哀悼の誠をさげるとともに悲惨な戦争を再び行わないという誓いの碑でもある歴史をかみしめ、永遠に平和の世の中が続くようにと「碑」は語りかけている。



平成最後に思う事

新年号まで後僅か！「平成最後の○○○!!」このフレーズよく聞かのようになりましたよね!! によるこうじも、今回の号が「平成最後のによるこうじ」になると言う事で、小島医院スタッフ全員に平成最後に思う事をテーマにコメントをいただきました。

最大の事件は、平成13年9月に発生したニューヨーク、ワールドトレードセンター爆破倒壊だ。テレビで、この映像を見た時は、映画かと思ったが、その後、同時多発テロと判明し驚愕したのを覚えている。



昭和50年代、学会でニューヨークへ行って、このビルを110階まで見学している。『キングコング』が飛び移ったビルをぜひ見たかった。人は考えるが故に、様々な思想を持つ。国際社会は利益を求め、術策が渦巻いている。イスラム教の真理は分からないが、無辜の人間を殺傷するのは罪である。仏教、キリスト教では、人を許せと言っているが、イスラム教ではどうなのか。人類は多民族と理解するのは、無理でないかと思う。人類がこの地球を滅ぼさない様に、祈ります。

AK

平成元年に富山に引越してきた。高岡駅に着いた時「なんて遠くに来てしまったのだろう」と寂しく思った事を思い出す。あれから30年、家事・育児・仕事、平成は私をたくましい大人に育ててくれた時代

M・H・M

私とともに生きた平成ありがとう。楽しかったよー?

もうすぐ○○歳

自分にとって様々な事が大きく『動く』時代だった。新年号はのんびりと『静か』にすごしたい。

わたり

さようなら平成!!新しい年号に

向け、終活&新たな目標を持って1日1日を大切に生きていきたいと思えます。

うめほし

自己責任って言葉が、すごく流行したなあ。

うらら

血圧は高いがそれなりに健康であったと思う。新年号に変わっても今のままで過ごしたい。

かき

辛い事、楽しい事色々あったけど充実した平成でした。今後は第2の人生 楽しむぞ♪

RANDONNEE

平成や隣は何をする人ぞ、災害で生まれる絆とかなし。

KTO 48以上

やりたい事も行きたい場所も沢山あります。仕事に育児に忙しくて…。と出来ない理由を作らず、平成のうちから行動していけたらいいなあ。

嵐ロス

昭和62年に入職し32年。平成は、小島医院と伴に過ぎた時代でした。

還暦おじさん

次の年号の時代も、平和な世界であってほしいと思います。

ぶっちゃん

太眉 ソバージュのバブル到来から30年。当時、ポケベルからスマホの時代がくるとは想像もつかず。新年号の日本、その先の未来が明るくなります様に…。

ララりん

来年末で嵐が活動休止?? 涙…と、その前に御代替わりを寿ごう

チュー太郎

子供たちの成長と共にあった『平成』。新たな年号では、夫婦いたわりながら、ほっこりした日々を過ごせたらいいなと思っています。

アイ

次の時代こそ、夢中になる事を見つけない。

あーにゃ

平凡な日々の生活が、幸せだと感じていきます。この幸せが、これから先もずっと続くといいな。

くら

泣いて笑った平成。次の時代でも元気で過ごせますように…。

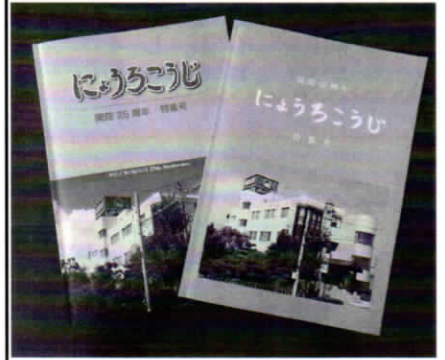
ぴんりん

鍋を焦がした私に7歳の娘がくれた手紙。『ママ、失敗は成功のもとだよ!がんばれ😊』かわいい手紙は私のお守りになった。この幸せが続きますように。

Pain

~にようろうこうじを振り返る~

平成最初に発行された第2号を紹介



尿路情報

前立腺肥大症

50〜60歳を過ぎた男性で、よくオシッコが出にくい、といった症状を訴える人があります。そのような方は、まず第一にこの前立腺肥大症が疑われる臓器です。膀胱の下にあり、大きさはよ

うど、くるみぐらいで、情のう
下イレが近くなる オシッコが出
難めから出なくなるまで時間があ
がらなくなる。 尿意はあっても
出ない、 膀胱感がある、などがあ
らわれます。さらに尿道の圧迫が
進むと、オシッコが出にくくなり
ついに一滴も出なくなり、いつ
も膀胱に残ったままとなります。
病気がある程度進行すると、オシ
ッコは一度に全部出なくなり、い
つも膀胱に残ったままとなります。
これを残尿といひ、残尿が発生す
ると、細菌が繁殖しやすくなつ
たり、腎臓の働きが悪くなつた
りします。時には生死にかかわるこ
とさえあります。

スタッフ紹介コーナー



これは年齢のせいではなく、病
気の症状なのです。今や人生八十
年！いつまでも若く！より快適に
！二十世紀まで！

しかし、小学校5、6年頃より
スポーツなどで体を動かすように
なってきたら、あまり病気になる
事もなく、今日まで過ごしており
ます。社会人になってからも、体
を動かす事が好きで野球、パレ
ーボール、バドミントン等いろん
なスポーツで汗を流しています。
皆さんもスポーツに限らず情熱を
もって何かに打ち込み、また病に
立ち向かえば病も吹っ飛ばすのは
ないでしょうか。

ひがしなかかがわ にようろうこうじ

平成元年
八月二十二日発行
第二号

発行所
小島医院
高崎市東中川町6-10
電話 26-1020

健康について



小島明

WHO(世界保健機関)健康憲
章によれば「健康とは身体的、精
神的、そして社会的に完全に良
好な状態にあることであり、単に病
気がなく虚弱でないことではない」と
定義されています。健康はその
人の生命力と生活環境に影響され
ます。生命は、両親から遺伝情報
を受けついで一個の受精卵から出
発し、出生時には細胞数約二兆、
体重約3kgとなり、さらに成長
を続け成人となれば細胞数約六十
兆、体重約60kgと成りて成熟、
老化が進行し、遂には死という終
末を迎えます。この生から死への
過程にはその人本来の生存維持の
機構が働いており、身体の内環境
(体液、血圧、体温など)の恒
常性を維持し、外部からの刺激(感
染など)から身体を防御してお
ります。人は社会生活をしている

以上はその中で様々な刺激や制約
を受け、健康に悪いと分かっ
ていても仕事で無理をしたり、付
き合いつつ仕方なく飲みすぎたりし
て、自ら病気を招くこともありま
す。健康にどれだけ注意を払って
いても遺伝や不明の原因で発病
してしまうこともあり、健康を維持
するには努力が必要
です。まず生命力へ生存維持の機
構(を損わないようにすること
です。過労、深酒、タバコをさけ
無用の薬は服まない。そして定期
的に検診を受けて疾病の予防。早
期発見に努めましょう。さらに適
度な運動をして身体を鍛え、健康
を増進しましょう。

WHO健康憲章はひきつづいて
「到達しうる最高水準の健康を享
有することは、人種、宗教、政治
的信念または経済的もしくは社会
的条件の差別なしに、万人の有す
べき基本的権利のひとつである」と
のべておられます。今、私たちのま
わりには本当に健康な人は何人い

妙手回春

小島医院の特設室には、「妙手
回春」の書がかかげられています。
私のわずかな中国語からすれば、
ミョウシュホイチュンと読み、
中国黒竜江省(チングオヘイル
ンジャン)李金亭先生(リキン
テンセンシヨウ)からのものである。
中国は昔から自分の国を中華とい
い、また自ら自負をもっている。
その先生から小島先生を讃えて、
秀でた腕前は春をよみがえらす
の意味かと思われ。

それにしては中国語に四声といっ
て一字一字に高低があつて、詩歌
の基本になる。七言絶句の場合に
はピンインチャイチャイ、チャイ
ピンピン、次の句はチャイチャイ



ピンピン、ピンチャイチャイに合
わせなければならぬ、と聞いている。
五言絶句、千字文すべて詩
歌である。
私は先生の妙手をしたつて明日
手術を受ける。回春の薬であるこ
とを確信している。
先生の姓名は小島明である。中
国では姓は一字なのでシヨウ、タ
オミン、と呼ばれ易い。私はかつ
て中国で乃木希典の山川草木の詩
を見せたところ、これは詩では
ないのうたえな。白楽天、李
白の詩は隔々として歌ってくれた。
中国の小学校で休み時間等は歌声
で一ぱい、声を合わせて室中一ぱ
い、かつて文化革命のとき、毛沢
東(マアツオトン)語録が何万人
の合唱となつて北京に溢れた。
昔々、四面楚歌という事があつ
て皇帝はその地位を棄てた事があ
る。これをどう発音するか、私の
課題です。

「にようろうこうじ」とは、その名の通り、尿路すな
わち腎、尿管、膀胱、尿道のことで、当院の半地下
道を「尿路小路」と名付け、これを本誌の名前とし
ています。
にようろうこうじ第1号は、昭和63年5月に発行さ
れました。現在では67号まで発行されており、さら
に開院10周年と25周年には、記念誌も発行されてい
ます。
昭和、平成、新年号と、にようろうこうじはまだま
だ続いています。

患者さんの健
えた上で最良
軽症の場合
られます。根
リ、これには
開腹して肥
手術です。
前で、尿道へ
尿を電気切
術も三週間位
した。



南 勝朋
(昭34.8.22生)
私は、水見の山の大自然に囲ま
れた所で生まれ育ち現在に至つて
おります。小さい頃、私は体が
弱く、よく母親に連れられて病院
通いをしてきた記憶があります。

短歌
新波市 台蔵 外喜子
たんばばを摘みてナースに
生けにけり
窓下のコスモス散りし雨の中
響
「にようろうこうじ」編集長 小島明
〒430-0801 高崎市東中川町6-10 小島医院
電話 26-1020

新人紹介



齋藤 圭子

九月より受付事務として勤務しています。齋藤圭子と申します。

患者さまには、丁寧に分かりやすく接することを心がけています。医療事務としての経験はあるものの、やはり覚えることの連続です。まだ分からないことも多々ありますが、先生やスタッフの皆さまにいろいろと教えていただきながら業務に取り組んでおります。

これからも毎日笑顔で！明るく前向きに！頑張ります。宜しくお願い致します。

時間があるときに、美味しいコーヒーを飲みながら本を読む時間が好きです(もちろんスイーツも楽しみながら♪)

おススメのカフェや喫茶店があれば是非教えて下さい!!

防災訓練 &

院内研究発表会

一月十九日に、今年も恒例の、防災訓練を行いました。去年の漢字が「災」であった通り、昨今、日本全国で未曾有の災害が起きています。



当院でも、予期せぬ災害を想定し、スタッフ一同、真剣な気持ちで訓練に参加しました。



その後は、第三十三回 小島医院 院内研究発表会が行われました。

演題は、

一、「日本透析学会に参加して」

透析室 明野 由香里

二、「透析療法従事職員研修に参加して」

透析室 山田 暁子

三、「診療報酬の問題点」

事務受付 宮守 まゆみ



次に、

・ 医療安全体制委員会

・ 感染対策委員会

・ 個人情報委員会

・ 給食委員会 ・ 広報委員会

計5委員会の報告が行われました。院長先生の講評を頂き、閉会となりました。

そして、待ちに待った、親睦会に向けて出発です。

新年会 開催

平成三十一年一月十九日(土)・二十日(日)一泊二日で、和倉温泉「あえの風」にて新年会が行われました。加賀屋姉妹館という有名な旅館に泊まれる!!それだけで数日前から、ワクワクしていました♪お部屋からは、七尾湾と能登島を望む事ができ、開放的な雰囲気にとっても癒されました。宴会では、たぐさんの催しが用意されており、まずスタッフMさんの還暦をサプライズでお祝い!赤色の帽子とチャンチャンコを着て記念撮影をしました。



その他では、『うるおぼ絵ゲム』『ペットボトルダーツ』『ピ



『ペットボトル大会』が行われ、特に盛り上がったのが、『ペットボトルダーツ』でした。ルールは、足元に置いたペットボトルの中へ割り箸を落とし入れるというゲームで、二チームに別れ、割った割り箸二本(一膳分)をチーム全員がどれだけ早く入れる事ができるか競い合いました。酔っぱらっていると手元がふらつき大苦戦!!何度やっても入らない方、はたまた一発で入る方、いろいろで、入る度に「おおおー!!」と歓声が上がりました。

中でも、なかなか入らない小島先生を見かねて、ペットボトルを持ち上げ、大胆な不正をはたらい、スタッフHさんと一同、大爆笑でした。

結果が気になりますか??もちろん先生がいるチームの勝利!!不正がありました、楽しかったのでOK!という事になりました♪

二時間半の宴会は、あっという間に終わってしまい、笑い過ぎでほっぺが痛くなるくらい楽しい宴会でした。

小島先生、幹事さん、楽しい時間をありがとうございました!!

新インフルエンザ薬が誕生しました!

その薬剤は「ゾフルーザ錠」といいます。

2018年2月に承認され、その3月に処方が可能になりました。今までに処方されてきた治療薬に「タミフル」「リレンザ」「ラピアクタ」「イナビル」等があります。

それぞれの薬剤の特徴を挙げると、インフルエンザがのどや気管支に感染することから、吸入剤として使われているのが「リレンザ」と「イナビル」です。「リレンザ」は1日2回の5日間、一方の「イナビル」は1回の吸入で治療を完結させる事ができます。「タミフル」は朝夕1カプセルずつを1日2回5日間経口投与。「ラピアクタ」は点滴注射薬となります。経口や吸入での投与が難しい患者さんに使用されます。「ゾフルーザ」は症状が確認された時点で、たった1回の経口での服用で治療が完結します。

吸入のしにくさ、5日間継続、といった問題点を克服した薬といえます。良い薬があるとはいえ、インフルエンザに掛からないことが1番です。ワクチン接種はもちろんのこと、手洗い、うがい、マスクをする事でインフルエンザはかなりの割合で防ぐことができます。

普段からウイルスが体内に入るのを防ぐようにしましょう。

『ゾフルーザの効果』

発症から48時間以内に服用すると、発熱期間は通常1～2日間短縮され、鼻や喉からのウイルス排出量も減少。(症状が出てから48時間以降に服用した場合、十分な効果は期待できません)



『インフルエンザ検査機器を導入しました』

従来のインフルエンザ検査では、発症早期(発症から6時間以内)などウイルス量が十分に増加していない場合、感染判定が困難でしたが、この機器の導入により発症早期でも正確に判定することが可能となりました。患者様の再来院や再検査などの負担が軽減できる事や、早期から治療を開始することにより、比較的軽い症状でおさまり、短い期間で治るという事が導入のきっかけとなりました。さらには、インフルエンザウイルスの伝播機会の減少にも役立つと考えています。



2019年 春の花粉飛散予測!

日本気象協会の花粉飛散予測によると、北陸では前シーズン比で140%とやや多い見込みです。花粉症シーズンは毎年つらいのに 去年よりひどいなんて言われると気が滅入ってしまいますね。花粉の飛び始めは、北陸では2月下旬と予測され、すでに症状が出ている人もいるかもしれませんね。

当院では、アレルギー検査を受けることが出来ます。

花粉症でお悩みの方は診察も受け付けていますので、ご相談下さい。

花粉症の芸能人情報

現在5人に1人が花粉症という話もあります。加えて、近い将来、40%以上にまで患者が増えるとの予測結果も出ており、今よりも更に国民病の通称は浸透していく事でしょう。つまり、有名人も例外ではありません。そこで、花粉症の有名人をピックアップしてみました。

きゃりーぱみゅぱみゅ：2012年から花粉症になったらしいです。

相葉 雅紀 (嵐)：嵐は5分の4が花粉症で大変です。

二宮 和也 (嵐)：2011年にヒノキの花粉症になったそうです。

大野 智 (嵐)：かたくなに花粉症と認めない大野君ですが、ついにアレグラのCMキャラクターになっていました。

松本 潤 (嵐)：2007年から花粉症のようです。

仲間由紀恵：結構ヒドいらしいです。自宅ではティッシュをちぎって鼻に詰め込んでいるらしい。ドラマ「ごくせん」での目の充血は、花粉症との噂も。

関根 勤：「花粉症の敵は花粉症じゃない人」

スタジオに花粉を持ち込むのは、花粉症じゃない人なんです。花粉症の人は花粉が着かないようケアしていますから。スタジオは逃げ場がないから辛いんですよ。なので、花粉症の人が多い日の方がラクですね。世の中全員が花粉症じゃないか、あるいは、全員が花粉症だといいいのに (笑)

加藤 茶：イーラックシ!!イーラックシ!!

加藤 茶さんの「ヘクション」のギャグもあって、洒落のような本当の話と言った感じの落ちネタで締めくくられますが、結構本人にとっては深刻な問題らしくて、花粉の季節には往生するらしいです。

笑福亭鶴瓶：鶴瓶さんは花粉症と聞いただけで、鼻がむずむずするらしいです。

松井 秀喜：アメリカでも花粉症に悩まされていて。ドーピング検査に引っかかるのが怖くて、花粉症の薬は飲めなかったようです。

注：事実と異なる場合があります。

花粉症の予防と対策

- ① 毎日の花粉情報に注意。
- ② 花粉飛散時にはできるだけ窓を開けない。
- ③ 外出時には、マスクやメガネをし、花粉を払いやすいコートを着るなど、花粉をからだにつけない工夫を。
- ④ 帰宅したら、衣類の花粉を払い落とし、洗眼やうがいを。



編集後記

今年度最初の号になりました。本年も宜しくお願致します。今年度は、「亥」年です。もう少し詳しく言うと、「己亥(つちのと・い)」年になります。

「己亥」という干支は、十干である「己」と十二支の「亥」の組み合わせで成り立っているのです。十干とは、太陽の運行を基準にして日の出から入りまでを十等分したものの、十二支とは、月の満ち欠けを基準にして同じ様に生命の循環を投影したものです。

さて、今年はどうな年でしょうか? 己亥である「己」には、前の十干が「分化繁栄」を意味していることもあり、今年の「己」が分化繁栄したものを分散しない様に統制する意味があると言われています。今年度は、今の繁栄している状態を維持するように、守りに徹した方が良いでしょう。また、亥年は、無病息災で病気になるににくい年とされています。が、あまり無理はしないようにしましょう。

