



## 病院からのお知らせ

- \* インフルエンザの季節もどうにか終わりそうです。せっかくの習慣ですから、うがい、手洗い励行はそのまま続けましょう。
- \* 一方では、新型インフルエンザの国内発症が確認されました。個人として心がけることは、季節性インフルエンザと同じです。心配な方は、とりあえず、保健所の発熱相談センターにご相談ください。
- \* 神経内科外来は火曜日が鹿児島大学からの応援医師、それ以外は高橋先生の担当になります。
- \* 毎月第3金曜日の血液外来は前院長の野村紘一郎先生の担当になります。その他肝臓病外来（4月から月2回に増えます）、糖尿病外来（月、金：福重先生）の専門外来も開設しております。
- \* 4月から下記の医師が新しく赴任いたしました。よろしくお願いいたします  
内田章文：平成15年 自治医科大学卒業  
隈元朋洋：平成16年 鹿児島大学卒業  
堂嶽洋一：平成19年 自治医科大学卒業
- \* 脳神経外科外来について：4月からはやむなき事情により週1回金曜日になっております。詳細は脳神経外科外来でお尋ね下さい。
- \* 骨密度、測ってみられましたか？ご希望の方はいつでもできますので、各科窓口でおたずねください。適切な治療で骨粗しょう症の進行を予防できることがあります。骨密度を上げるお薬を服用している方は、骨密度が上昇したかどうか確認してみてもいかがでしょうか。骨折予防は寝たきり予防につながります。骨年齢：あなたの骨は〇〇歳です。という表示が出ます。
- \* MRIで脳の検査をしてみませんか？目的は脳卒中や認知症（ボケ）の予防につながることがあるからです。また、脳動脈瘤の発見にも威力を発揮します。脳ドック以外でも脳神経外科または神経内科外来にてご相談ください。無症候性の病変（症状はないけど梗塞がある）がみつかると予防の治療を開始した方もおられます。寝たきりや認知症にならないためにも一度は検査されることをお勧めいたします。
- \* MRIは腰痛の検査にも威力を発揮します（脊柱管狭窄症、椎間板ヘルニアなど）。あるいは肩こりや手のしびれの原因を探すのにも有用です。精密検査希望の方は神経内科外来にてご相談下さい。
- \* 新式のマンモグラフィーが導入されております。乳がん検査に威力を発揮いたします。乳がんが気になる方は外科外来へお申し出ください。

夕暮れ時、西の山間に沈む、真っ赤で大きな太陽を見て感動する私。年を取ったせいなのか、不思議なことを考えるようになった。子供の頃から、花に魅力を感じていた。花とは、どんな性格なんだろう。生命力も凄いものがある。どんな環境にあるにせよ、生を受け、生ある限り、子孫を残すため力強く、美しい花を咲かせているではないか。この世で一番愛されるのも、花ではなかろうか。

ある日の昼下がりのこと、土手に腰を下ろして休んでいた時、老婆が孫の手を引いて、私の方に向かって近づいて来る。突然、孫娘が、私の方へ小走りで走って来た。老婆は後を追うように、「あんなかで、走んなち」。息たえだえになりながら、私の近くで、しゃがみこんだ。そばにあった一輪の野ゆりの花を見つめながら、「きれいね」とモジミみたいな小さな手を差し伸べた。その時、老婆が、その花を摘み取り「亡くなったじいちゃんにあげようね」と孫娘に渡す。私の方を見て、軽く会釈し、その場を立ち去った。二人の姿が見えなくなるまで見送った。実に良い光景を目の当たりにし、自分ながら、うれしくなった。

あの孫娘の一言、しぐさは私の目に焼きついた。花といえば、庭先、畦道、河川の土手、奥深い山林、谷間など、至る所に美しい花が咲いている。その花が、人の気持ちを癒してくれる。慰めてもくれる。また、四季によって楽しませてくれる。私も花の万分の一でも良い、花のようになってみたい。私の両親や先祖たちもきっと喜んでくれる筈です。11月中旬のこと、花壇に桃の木を植えており、季節外れの一つの花が咲いているのに、妻が気付いて私に知らせてくれた。暖かかったせいかなあ。天候にも恵まれ農作物は勿論、すべての草花も、のびのびと成長して美しく咲きほこった年だった。来年も花を大切に育てたい。花を見る頃はどんなにか幸せだろうなあ、と思うとき、また一つ楽しみが増えることでしょう。お互い、私たち、人間関係も花のように、近親感を持ち、地域住民との融和を持ちたいものです。一輪の花に魅せられる気持ちを大切にしよう。

相手の目を見てしっかり話そう 宮園 辰夫

先日のテレビで、雑談、談義という年寄りだけの座談会を見ていた。所が面白い。やはり、素直と云うのは実に良い。一人の人が「オイ、クタバリぞこないのババー」と言うと、一人が「なんだ、きたねえジジイだな！」なんて言うと、親しいからこそなんとでも言えるんだよね、それが「毒舌」といえるし、ハッハッそうじゃないよ、俺は当たり前に見たことを、そのように表現しているだけ。なんだ、本当にババァだからババァであって、若い人にババァと呼んでもね。昔の人は諧謔精神とでも言うか、誠に言えない。

こんな話しをしている時に「いい天気だね」じゃ話しにも何にもならない。いい天気であらうと、そんなこと俺のせいじゃねえよ。「ハッハッ」でもさあ、言葉遊びと云うのは本当に楽しい。マイクのない時代に、ラジオと云うものに、メディアを持ち込んだ丈のことさ。だけど、俺がババアで、言うと回りの人は、あら可哀想、ジジイめ。「やられた」だって、どっちもどっちだよ。そうだ、ババアに変わりはないけど、このババア、早くくたばっちまえ、なんて思っても言うな。どうせ足を取られるんだから。そうだよね。ハッハッ・・・

ババアはババアだから、ジジイもやっぱりジジイなんだ。要するに言葉のキャッチボールだから、俺の投げたボールが必ずしもいい球で返ってこなくても、お互い年だから、それを落っこしたりしても仕様のないことだ。いつも相手が絶好調と云うことじゃないよね。うん、そうだ、そうだ。相手の目をしっかり見て、話しをすれば、必ず分かってもらえるもんだよね。うん、犬や猫だって、目の高さが同じであれば、話しを聞いてくれて、小首をかしげ可愛いもんだよ。

「ババア」「ジジイ」「早くくたばれよ」って言っても人間同士だもんね。諧謔の精神の根底にあるのは、人に対する思いやりとか、やさしさ、それを理解する深さだと思うんだ。それを避けて通って、口先だけで話すほうが良くないネ。「うん」そうやって本当の話し合いをしていれば、ストレスの発散、年寄りの心やカラダの活性化にもつながると思うんだ。うん、そうだ。今日一日は本当に良い話を聞かせて貰った。有難う。ちょっと意味の分からない文面がありましたが、熟読してください。

生きるあて遠くなりつつ 八十四の齡が遂に吾にめぐり来て  
冷々と光る大雪の山肌に 霧島高原つつじ紫に咲く

発掘の調査の進む虎居城  
セスナ機が清き一票や薩摩弁

よか噂急で娶たら今ぢゃ後悔

## 酒とタバコ カラーマン（とそのオンナ）

有名芸能人の酒の上での失敗でワイドショーは盛り上がっている。ふん。ただ若いニイチャンが酔っ払って公園で裸になり叫んだだけじゃないかとも思うのであるが、どうも、有名人がするとそういうわけには行かないらしい。注意されて、お上に抵抗したのが悪かったらしいけど。まあ、それが、有名税、ってことかしらね。日頃、有名になってお金を貰って、幸せな生活を送っていることの代償、ってことなんでしょうけど、なんかかわいそうだなあ。あなたが、同じ事をしてもただのアホですむのにな）

そもそもなんで人は酒を飲むのか。（ほんとそうだわ。あんなものなくてもあたしは少しも困らないわ。）

酒で人生を誤った例は限りがない。人によっては、職を失い、家族を失い、友人を失い、世間の信頼を失い、健康を失い、あげくはみずからの人生まで失い、それでもまだ酒を飲んでいる人も多い。そもそも酒があるからこうなるのだから、世の中から酒をなくせばいい。酒は良い面もあるが、悪い面のほうがずっと多いのだから、と思う人が居るのも確かであるし、理論的には必ずしも間違っておらず、現に極端な思考が好きなアメリカ人はむかし禁酒法なるものも作ったとか聞く。結果は、ご存知の通りで大失敗。今は対象をアルコールではなくニコチンに変えているようだけど。

そもそも何で酒を飲むのか？という疑問と人は何で生きるのか？という疑問は同じものだろう、と思う。（ええ？。酒と人生を比べちゃ、あんまりだわ。酒は一部の人のものだし、人生はそんなに軽くはないでしょう）

ま、それはそうだけど、「何で？」と云う意味では同じなのだよ。別にハッキリした理由とか理論とかあるわけでもないしね。何で飲むのか。そこに酒があるから。何で生きるのか。そこに人生があるから。（うーん。何かが違うわ。何かが・・・）

まあ要するに「何で？」と考えるのは間違いなく我われには脳があるからだろう。脳が価値観を決めているのだとすると、そのことに意味を見出すかどうか、つまり、酒に意味を見出したり、人生に意味を見出したりしているのは、脳みそである、と云う意味では同じだろうと意味だ。（そんなこと言い出したら、すべて脳に帰結できることになるじゃない。それじゃ、あまり議論にならないわよ）

もともと、なぜ酒を飲むかとか、何で生きるのか、とかいうことは議論しても仕方のないことかもしれないし、しかし一方では、実はとても本質的なことであるようにも思うのだよ。

まあ、この話しはキリがなさそうだから、取りあえず今回の主題である酒とタバコについて考えてみよう。

酒とタバコの違い。酒で人生を棒に振った人は古今東西、世の中そういう人で溢れかえっている。タバコで人生を失った人の話は寡聞にして知らない。(タバコで肺ガンになって、人生を台無しにした人はいるじゃあない!)。タバコと健康の話はあくまで個人的な範囲にとどまる。フクエン流が問題なら分煙で済むことであって、地球そのものを禁煙にする必要はないだろう。そもそも健康問題にまで進展して話題にするのなら、メタボリック症候群の元であるカロリーオーバーな食事は全部制限すべきだろう。美食禁止令でも出せばいいのだ。

酒でストレスを解消して、そのことが明日の生きるチカラになっている人は数知れない。酒は人生の友、とむかしの人も言ってきた。ストレスだらけで、疲れきった大脳皮質の細胞を、緊張から解放してやることで休ませてやり明日の活力を与えてくれるのがアルコールである。今日一日を忘れて、気分一新、明日を迎えることができるのがアルコールの力なのである。少なくとも麻薬が汎用されるよりずっと良い。その点、タバコはただの中毒であって、ストレス解消の作用は少ないように思う。(まあ、そうだね。少量のアルコールを摂取している人のほうが長生きするというデータもあるらしいけど、少量のタバコを吸う人が長生きしたという話しは聞かないものね。酒には酔うけど、タバコに酔うアホはいないわ)

上手に摂取すれば、酒は人類には必要だろうが、いくら上手に吸ってもタバコは人類には必ずしも必要ではない、ということは間違いないと思う。

問題は、生きるために必要でないものを無理にこの世から抹消しようとする原理主義であらうと思う。(えー。どういうこと。タバコは人類に必要なでなければ無くせばいいのじゃないの?) ふふふ。人生には無駄なもの、無用なものも必要だというパラドックスがあるのだよ。人に迷惑をかけなければ、タバコを吸いたいヤツには勝手に吸わせておけばいいものを、無理にバカの一つ覚えみたいに禁煙、禁煙を唱えて自分は何の迷惑をうけていないのに、異常に禁煙に命をかけているようなアホがいるのが現状だ。しかも、そういうやつに限ってメタボ丸出しの肥満だったりもする。

「バカが、勝手にタバコ吸って命縮めておけ!」「俺は食いたいものを好きなだけ食うからな!」とって、ほっといてくれればいいのだ。余計なお世話はしないでくれよ。人生は俺のものなんだから、あんたに迷惑をかけてないのだから、あんたに禁煙を勧められる筋合いはないだろう!(うーん。なんか、強弁だなあ。でも、まあ、無駄といえばあたしたちのお化粧だって、あんまり必要って言うか、役に立ってないと思う人からみると全くムダかもしれないしね。サプリメントなんてのも殆ど効いていないらしいし、ギャンブルとか、たくさんムダに見えるものは多いしねえ。)

まあ、いずれにしろ酒にしても、タバコにしても、ギャンブルにしても、化粧にしても、芸術にしても、ただ「健康に生きるだけ」には必要でないが、「豊かな（と本人が思っている）人生」には必要であるということだろうと思う。（なんか、タバコと化粧を一緒にして喫煙者の居直りを煙に巻いたような話だわね。）

制限を加えることは必要であるが、すべてを禁止する原理主義はいらない。タバコファシズムは民主主義への大いなる挑戦なのである。（あーあ。だんだん話しが大きくなってきたわあ。でもいいわよ。タバコ吸ってもいいから今度飲み連れて行ってくれればね。素敵なお店だったら、どこでもいいわよ。勿論、禁煙じゃないお店にしてあげるわ！）

---

---

好日

坂村真民

風のようにたださらさらと  
花のようにただきらきらと  
日日是好日  
これがわたしの生き方在り方

---

---

#### 編集後記

新学期が始まりましたね。元気な子供達、孫達が新しい環境でのびのび過ごしてくれるように祈っている方も多いことでしょう。彼らが成人した時には今よりもっと良い時代になって欲しいと思いますが、そう思うと逆に、われわれはもしかしたらとても良い時代を過ごして来たのかもしれない。波風があっても平和なニッポンであって欲しいと思います。（KT）

ついに、というか、ある程度は予想されたことでもあったのですが、さざんか編集が滞り、久しぶりに合併号になってしまいました。数少ない読者のみなさま、ごめんなさい。

編集者がちょっとした病気でダウンしたことがその原因でした。いまさらながら、全く持って遅きに失してはいるのですが、健康であることの大切さを思い知りました。

ところで、合併した伊佐市の市花は「さくら」だそうです。旧大口市の市花にちなんでつけた「さざんか」の名称も変更を検討しているところですが、どうしたものでしょうか。