

SIESTA

体に効く・心に効く
医療情報誌
＜シエスタ＞
2013年 秋号
(通巻79号)

Q & A わたしの元気のつくりかた

吉田玉勢 文楽 人形遣い

- **interview** 医師は天職
齊藤洋司 島根大学医学部
- **reportage** 医療施設を歩く
社会福祉法人 三井記念病院
- **news** 世界の最新医療・健康ニュース
- **selection** シエスタの時間
- **food** 開店! シエスタ食堂





6月に国立文楽劇場で上演された
第13回文楽若手会『絵本太功記』で
武智光秀(＝明智光秀)の嫡男、
十次郎を遣う玉勢さん。

Q&A

わたしの元気のつくりかた

文楽 人形遣い

吉田玉勢

―舞台は体が資本ですね。毎日の日課はありますか？

朝起きて、水を一杯飲んで、しばらくしてからあったかい緑茶を飲んでます。嫁にすすめられて始めたんですが、体が目覚める感じがします。だいたい10時頃には楽屋に入って、終演が夜の8時半頃。大夫さんや三味線さんは、場面ごとに交代しますけど、若手の人形遣いは朝から晩までずっと舞台に出ているので昼ご飯は空き時間を見つけて取って、いつも晩ご飯は9時過ぎです。20代の頃はなにも考えてませんでしたけど、31歳で結婚して、健康面では嫁がすごく助けてくれています。

寝る前にはストレッチと足裏のツボのマッサージをします。文楽の人形は、頭と右手を操る「主遣い」、左手を遣う「左遣い」、両足を遣う「足遣い」の三人で操ります。特に足遣いは、主遣いと左遣いの間でずっと中腰のまま人形の足を動かすので、構えが自然に体になじむまで変なところに力が入って腰や膝にくるんです。僕みたいに背が大きいと、小さい女形の人形のときなんかは、すごくしんどくて。肉体労働ですね。

―どうやって三人が息を合わせるんでしょう？

人形が座ったとき、足遣いの右肘から手首の間の部分は主遣いの腰に密着していて、主遣いは腰の筋肉と人形の首から肩の微妙な動きによってサインを出します。足遣いは右腕と目でこれを感じて瞬時に動かさないといけません。零コンマ数秒で一体化するんです。

僕が入門したころは「足10年、左15年」と言われてましたけど、弟弟子が育たない時期が長くあって、僕も足遣いを22年やりながらだんだん役をもらい、同時進行で左遣い、主遣いの勉強もして、やっとこの2、3年で左遣いになったばかりです。

―文楽の世界に入られたきっかけは？

中学2年のとき、母がやっていたうどん屋に巡業中の人形遣いの方がたまたま来られたんです。父の趣味が狂言だったり、母も地唄三味線をやってた影響で僕も小学校2年から三味線をやってたんで、ちょっと観に行ってみようと。義太夫三味線の重低音の響きはすごい迫力でした。でも、なぜか人形の方に惹かれてしまったんです。人形が人間以上にリアルに見える。なんだらう、この世界は……って。

それから大阪に『絵本太功記』を観に行きました。物語はさっぱりわからなかったんですけど、おじいちゃんがかいい人形を振り回してるのが、ただもうかつこいいなあ!と思って。それが吉田玉男師匠でした。高校に行くか迷ったんですが、やるんやったら早い方がいいと、研修所に入りました。学ぶうちに玉男師匠の人柄、師匠自身もかつこいいなと思うようになって、弟子入りをお願いしたんです。

―玉男さんの忘れられない思い出はありますか？

研修が終わって、これからやっていこうとき、突然吐血、下血して緊急手術、2カ月入院したことがあります。胃に穴が5個あいて、十二指腸潰瘍でした。病室の天井見上げて「なにしとんねん……このままではあかん」と。退院後、師匠が「おまえ、その体で大丈夫か?」と言われるのを「いちからお願います!」と、もう必死でした。その翌年、師匠が遣う『義経千本桜』の知盛の足を、「やってみるか?」と言ってくださって。びっくりしましたね、入門してまだ2年目だったんで。すごく緊張しましたが、自分にもこういう場を与えてくれるんやって、ほんとに嬉しかったです。

玉男師匠はガッツと言う方じゃありませんでした。腹が大事や「間や」「呼吸や」



吉田玉勢 Tamase Yoshida

1973年、兵庫県姫路市で三人兄弟の末っ子として生まれる。1988年5月、国立劇場第13期文楽研修生に。1990年4月、人間国宝の吉田玉男に入門、吉田玉勢と名のり、大阪の国立文楽劇場で初舞台。現在は年間170以上の舞台を勤めながら、各種ワークショップなどで文楽の普及にも努めている。2008年、第36回文楽協会賞受賞。三谷幸喜作・演出『其礼成心中』や、現代美術作家の杉本博司が手がける『曾根崎心中』のヨーロッパ公演など、新演出の舞台にも参加している。

**人間も人形も、
魂があつてこそ。
心と身体が
ともに生きていると
実感できたときが、
ほんとうの
健康なんだと
思います。**

と、急所急所の短い言葉に重みがありました。「足も芝居せな、役の気持ちにならなあかん」とよく言われました。丹田にグッと力を入れて呼吸をつめ、内面的な演技をしないと足も死んでしまいます。師匠の足を遣えたのは3、4年でしたけど、『絵本太功記』の光秀、『曾根崎心中』の徳兵衛もさしてもいました。ありがたいことですね、主役の足さしてもらつて。

— 25年間に、やめたいと思ったことは…？

何回もありました(笑)。修業のはじめは師匠のお世話や、掃除、洗濯。足も最初は30分、1時間、じいっと座ってるだけで面白くない。「なんでこんなしんどいこと！」と思うんですけど、兄弟子のかっこいい足遣いを見ると、「……この足を遣つてからやめよ」と(笑)。

徐々に足もつくようになってきた22歳のとき、友だちは大学出て就職して、でも自分はなかなか芸が上達しない。このままでいいかなとすごく悩んでました。その頃、阪神大震災が起きたんです。住んだ芦屋の木造アパートは、壁が全部壊れて傾いたんですが、なぜか僕が寝てた布団のそこだけなんとなくて助かった。

翌日は大阪で公演で、僕の中には、なんでこんなときに……という気持ちもありました。でも、同じく被災した先輩が「こういうときだからこそ、やらなあかんねん」と言っただけです。確かに、どんなことにもなにか意味がある。そのとき、自分ができること、やらなきゃいけないことは文楽なのかなと思いました。

2011年の3月11日は、埼玉の越谷で公演中でしたが、舞台は即中止。楽屋で朝を迎えました。二つの震災でたくさんの方が亡くなって、自分が助かったことに罪悪感を感じ

じたりもしました。その半面、命があることがどんなに素晴らしいかを感じて、命果てるまで生き続ける責任があると思うようになりました。

それまでは自分で自分を追い詰めて考え込む癖がありました。できないと思うことでもやろうと決断することで、自然体になれるような気がしています。

— 玉勢さんにとって、

文楽の魅力とはなんでしょう？

人と人形との間に生まれる独特な世界の中に、人間の本質的なものを感じることがあります。人形だからこそ、普段人間が抑えている感情を人間以上にリアルに表現してくれる。だから、僕にとって人形を遣うことは、人間である自分の「自己表現」であり、人間である自分からの「自己逃避」でもあるのかもしれない。

お客さんの見方や感性によっても、人形は違った表情を見せてくれます。文楽は人の心だけで人形を動かす究極のアナログ芸術ですが、デジタル時代のいま、逆に新鮮に感じていただけたと思います。8月に初音ミクの歌で人形が踊るイベントに参加したときも、すごい盛り上がりでした。

— 最後に、玉勢さんの健康の秘訣を教えてください。

食べて、寝る(笑)。すごいシンプルですね。それから無駄に我慢しないこと。やっぱり心が健康じゃないと、身体にも影響します。心が穏やかでいられるように、気持ちの切り替えを心がけてます。

人形には、人形遣い個人の人生経験や心がでています。人がその心で人形に魂をこめるからこそ、人形が生きてくる。人間も同じですよ。魂が抜けてしまったら、ただの人形と同じになってしまう。自分の身体をいたわり、理解して、魂と身体がともに生きていると実感できたときが、健康なんだと思います。



国立文楽劇場11月公演は、敵討ちをめぐる人々の運命が双六の駒のように変転する『伊賀越道中双六』。一日がかりで一つの作品を上演する、21年ぶりの本格的"通し狂言"。

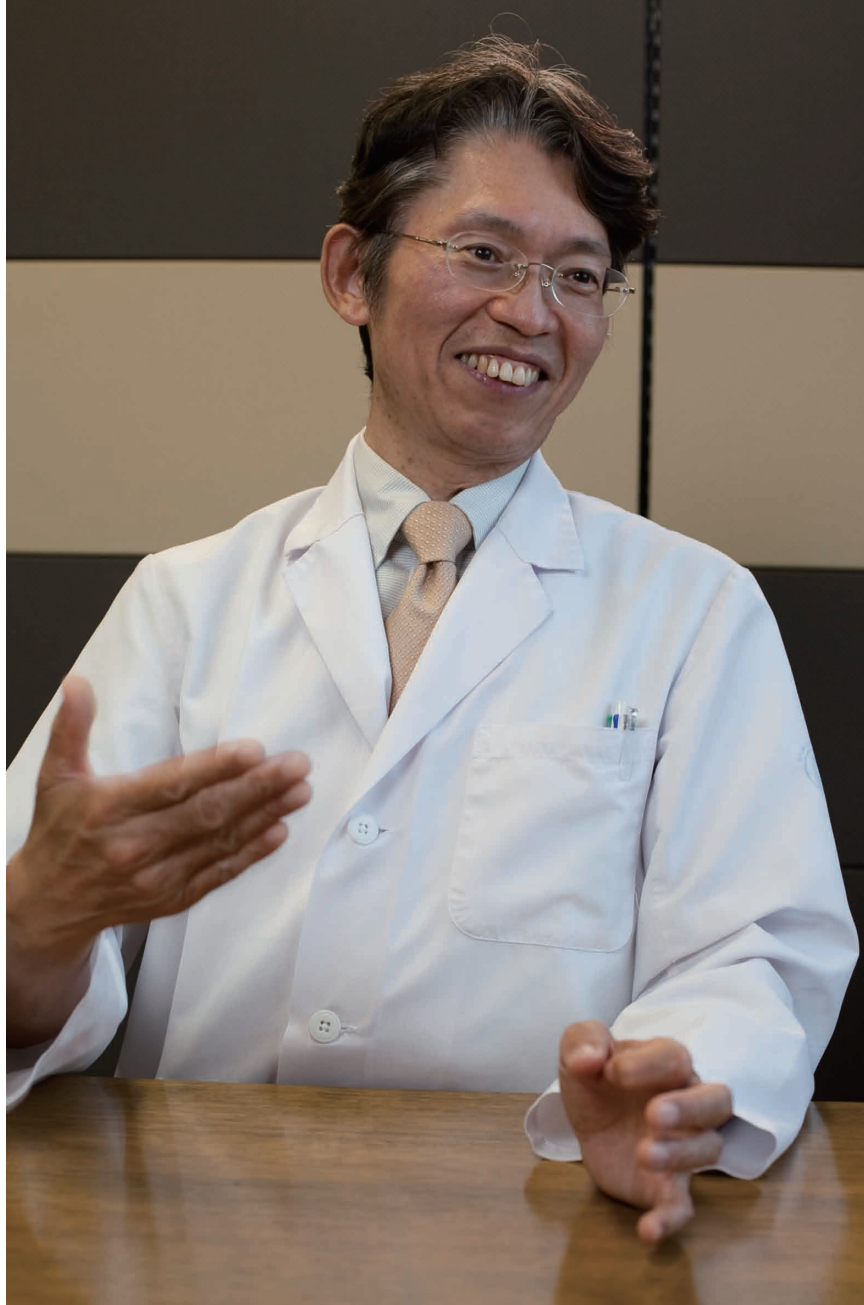
文楽若手会『絵本太功記』は今年度の「大阪文化祭賞」グランプリを受賞した。十次郎(中央)の許嫁、初菊は同期の桐竹紋秀さん(左)。



わが人生、「これでいいのだ！」

齊藤洋司

島根大学医学部麻酔科学教授



日本でこれまでに数多くの学術大会が開催されてきたが、おそらくこのようなテーマを掲げた学術大会はないのではないだろうか。そのテーマとは、「これでいいのだ！」。そう、ご存じ、赤塚不二夫原作の漫画『天才バカボン』に登場するバカボンパパの口癖だ。

「これでいいのだ！」をテーマに選んだのは、島根大学医学部麻酔科学教授、齊藤洋司氏。2014年6月19～21日に神戸で開催される第19回日本緩和医療学会学術大会の大会長を務める。

もちろん、齊藤氏は単に奇をてらってこのテーマを掲げたわけではない。医師は自分の医療を振り返っては、「これでよかったのだろうか、もっと他に手立てがあったのではないだろうか」と自責の念にかられがちだ。振り返りは

大切だが、自分が行った医療の中に必ず一つ二つはいいことがある。「これでいいのだ！」と思うところを見つけてほしいという会員へのメッセージを齊藤氏はこの言葉に込めた。それともう一つ、「これでいいのだ！」と今、この瞬間思えるような、その人らしい生活を支えること、それが緩和ケアであるという患者への願いも重ねた。

赤塚不二夫の大ファンという齊藤氏の人生を少し辿ってみたい。

麻酔科の門を叩く

齊藤氏の生まれ育ったのは鳥取県米子市。人に役立つ職に就きたいと、設立2年目の島根医科大学に入学した。当初、大学の建物はまだ完成しておらず、高校の廃

屋で授業が行われるような状況だった。しかし、教授陣や学生たちは、どこにもない新しい医科大学にするんだという気概にあふれていたという。

齊藤氏にとって学生時代の何よりの思い出は、大学の建設に携わったことだ。大学の建設といっても、大学の組織づくりでも、システムづくりでもない。文字通り、大学を造った。

「工事のアルバイトをしたのです。臨床講堂は、私が造ったんですよ、もちろんごく一部ですけど。30年経った今でも臨床講堂はびくともしない。すごいなあと自分でも感心します。私が大学に貢献したと胸を張っていえる唯一の事柄です」と齊藤氏は笑う。

学生の頃の齊藤氏は循環器に興味があり、循環器で有名な大学病院で研修を受けた。そのとき、ある出来事が起きた。自分が受け持っていた患者が急変し、ICUでの集中管理となったのだ。

「どの診療科に進むにしろ、まず、いざというときに命を助けられる技術や知識を身に付けなければならぬと強く感じました」

急性期の全身管理を行っていたのは麻酔科だった。島根医科大学では当時、西日本ではまだ珍しかった集中治療部を設けており、それを受け持っていたのが麻酔

科だったことから、齊藤氏は麻酔科の門を叩いた。まさかそのとき、自分がそのまま麻酔科医になるとは思いもしなかったが。

結果を大切にしよう、 「That's science」

麻酔科がカバーする領域は手術中の全身管理だけではない。ICU、救急、さらに最近では緩和ケア、ペインクリニックなども含まれるようになった。

「麻酔科は広範囲に及び、2、3年で修められるものではありません。しかも、学べば学ぶほどそれぞれ奥が深く面白。麻酔科の魅力にすっかりとりつかれてしまいました」

齊藤氏が麻酔科医として歩み始めて間もなく、米国イェール大学への留学の機会が訪れた。新しい研究室の立ち上げを手伝う仕事だった。

「それを承知で留学したつもりでしたが、自分と同じ日本からの留学生はすぐに研究生生活に入ってどんどんデータを出している。それに比べ、自分は機器を設定したり、実験手法をセッティングしたりといった準備ばかり。気持ち焦らなかつたと言えはウソになります。しかし後になってみると、このときのゼロからの研究室

立ち上げの経験はとても役立ちました」と齊藤氏は振り返る。

また、医師という科学者の目を養えたのもこの2年間の留学を通してだという。

齊藤氏は、ある実験で思うような結果が得られず、ひどく落ち込んだときがあった。そんな齊藤氏に研究室のボスは語りかけた。「これでもかというくらい科学的なフィルターをかけ、アーチファクトの出ない実験手法を組み立てなければならぬ。こうした過程を経てはじめて世界に発表できるのである。しかし仮にそこで出た結果が予想と反しても、そこ

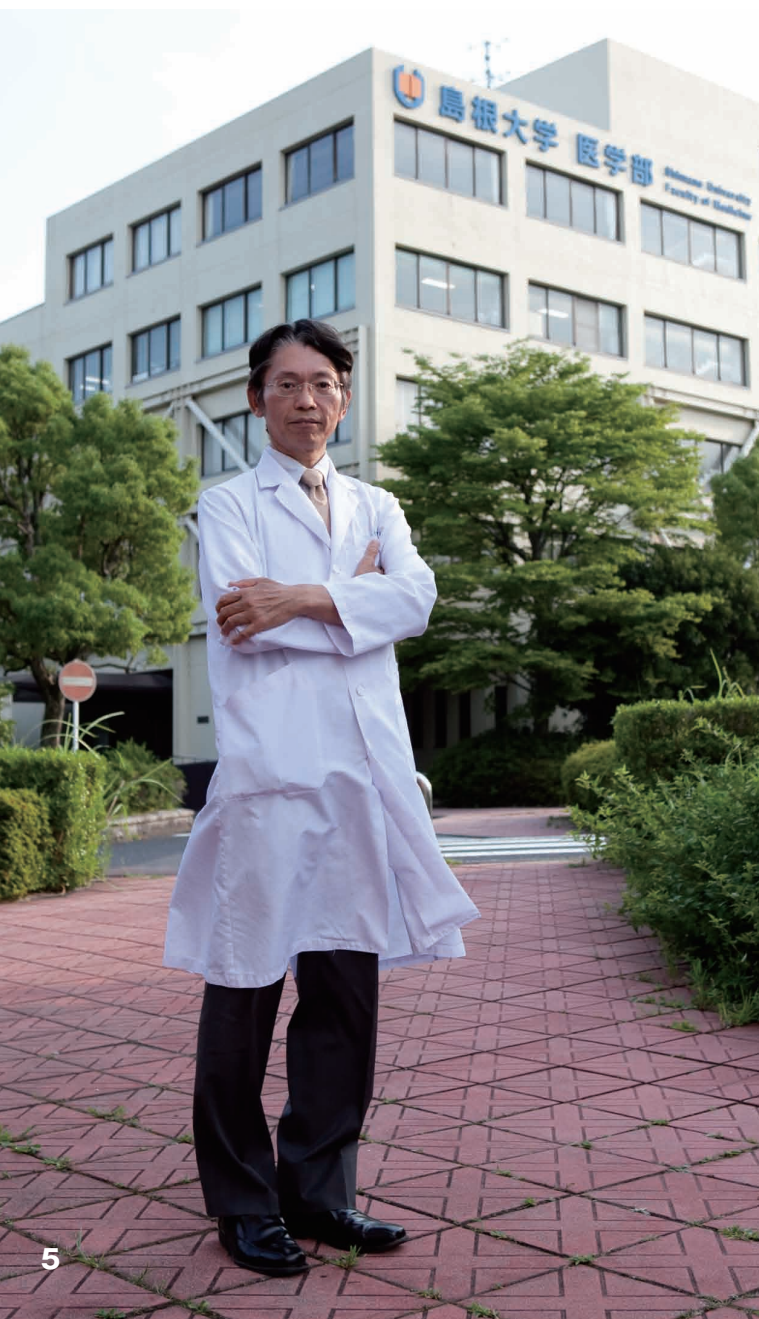
に真実が隠れているかもしれない。結果を大切にすること、それが科学なのだ(That's science)」。

この「That's science」という言葉は齊藤氏の心に深く刻み込まれた。「研究もそうですが、臨床でも同じです。私たち医療者がいくら頑張っても、人の身体は思いどおりにいかないことが少なくありません。そのことを嘆いてばかりいるのでなく、その経験を次にどう活かすかがとても大切です」。

研究生生活は齊藤氏に貴重な経験をもたらしたが、海外での生活そのものも思い出深いものと

なった。暴走族に車をぶつけられたけれど警察官にうまく英語で説明できず、自分のほうが8割ぐらい悪いことになったり、日本から送金された生活費の小切手を盗まれたり。

しかし、そうした大変さはかえって家族の絆を深めていくことになった。「日本にいるときには私は仕事ばかりでしたが、アメリカでは日常の様々な出来事に、家族と力を合わせて対処していました。そういう意味でも、留学は一生の中でかけがえのない経験になっています」。



日本初の生体肝移植の ICU担当医として

生体肝移植は今でこそ全国の病院で年間450件ほど行われているが、長い間、日本の医学界ではタブーだった。それを打ち破ったのが島根医科大学だ。1989年、先天性胆道閉鎖症の裕弥ちゃんという1歳の男の子に父親の肝臓の一部を移植する手術が行われた。

日本初、世界でも4例目の生体肝移植ということでマスコミの注目を一気に集めることになった。その際に、集中治療部の担当医師だったのが、ほかならぬ齊藤氏だ。

齊藤氏は、ICUですと裕弥ちゃんと一緒に過ごしていた。手術後、次から次へと合併症に襲われ一進一退を繰り返す裕弥ちゃんだったが、よく笑う子だった。その笑顔を見ると「手術をして良かった」と思う反面、裕弥ちゃん本人は命をかけて行う手術をどう思っているのだろうかという思いを齊藤氏はぬぐい去ることができなかった。

当時は、今のようなプライバシー保護への配慮は十分ではなく、むしろ医療の密室性や閉鎖性に対する批判の声のほうが大きかった。そのため、裕弥ちゃんや家



族の情報は公の目にさらされる毎日だった。

裕弥ちゃんと過ごす中、齊藤氏の心に「機能が改善したというだけでなく、その人らしい生き方ができるように支える医療が必要である」との思いが強くな

っていった。

残念ながら裕弥ちゃんは手術から285日目に多臓器不全を起こし、幼い生命は逝った。しかし、この手術をきっかけに、生体肝移植が広く行われるようになったのは周知のとおりである。

生活の場としての 緩和ケア病棟をつくる

2003年に島根医科大学は島根大学と統合し、島根大学医学部となり、病院も同大学医学部附属病院となった。08年からは再開

発事業が始まり、11年に新病棟が完成、この5階に、その人らしい生き方を支援するという齊藤氏の考えを具現化した緩和ケア病棟がつくられた。

齊藤氏は言う。「病棟だけれども、患者さんや家族が暮らす場で



あることを重視しました」。

病棟の一角に患者や家族が自由に使える談話室がある。ここには調理台も用意され、患者や家族は好きなものを料理できるようなっている。また、談話室の外には庭が設けられ、ウッドデッキをつたって出ることができる。庭の花壇には色とりどりの花々が咲きほこり、その上を日本海の汐の香りを含んだ風が吹き抜ける。

「8月に行われる出雲神話まつりで打ち上げられる花火がここからよく見えるんですよ」と齊藤氏は嬉しそうだ。

冬にはクリスマス、春には花見、初夏には七夕といった季節の催しものや、音楽会やコーラスな

ど、地域のボランティアの人たちがここでさまざまなイベントを繰り広げるのも大きな特徴だ。「地域の人たちと触れ合うことで、患者さんは普段の生活に近い環境で過ごすことができている」

齊藤氏はこうも強調する。「痛みとは身体だけでなく、経済的負担も痛みです。また、患者さんがお父さんであればお父さんの役割、お母さんであればお母さんの役割を果たせないことも痛みです。それもすべて緩和しなければいけません。緩和ケアが、ホールパーソンケア(全人的医療)、トータルケアと呼ばれるゆえんです。それを行うには、医師だけでなく、看護師や薬剤師、さらには福祉や介護、地域ボランティアを含めたチーム医療で対応しなければなりません。集中管理も手術の麻酔も、同じようにチーム医療で行います。その一員として麻酔科医は活躍することができ、またそれがやりがいでもあります」。

「為せば成る、為さねば成らぬ何事も」と「これでいいのだ!」

冒頭で挙げた「これでいいのだ!」のほかに、齊藤氏の好きな言葉に「為せば成る、為さねば成

らぬ何事も」がある。

「できないと思ったらそこで終わります。為してみなければ何事も始まりません」

来年の日本緩和医療学会のポスターや抄録集の表紙に天才バカボン一家のキャラクターを使用するときは、まさにこの言葉を地でいった。赤塚不二夫プロダクションに向き、なぜ「これでいいのだ!」をテーマにしたいのかを粘り強く説明し、協力を願い出た。同プロダクションは齊藤氏の熱い思いをすぐに理解し、非営利での使用を許可してくれた。

「もし最初からOKしてくれるはずがないと諦めていたら、このポスターは生まれていませんでした」と齊藤氏は感慨深そうにポスターを眺める。

そのポスターのバックの色はシヨッキングピンク。この色使いも、学会のポスターとしては異色だ。「バックが白い色のポスターもあるのですが、私はこちらのほうが好きですね。なんだか元気が出てきます」とご満悦だ。

「為せば成る、為さねば成らぬ何事も」、そして「これでいいのだ!」。そこに共通するのは、人生への真摯な姿勢にほかならない。第19回日本緩和医療学会学術大会は、きつと大いに盛り上がるにちがいない。



患者と、仲間と、地域と 「ともに生きる」病院



社会福祉法人 三井記念病院

東京都千代田区

高本眞一院長



東京・秋葉原。老若男女でにぎわう電気街とは駅をはさんで反対側のエリアは、都心でありながらどこかしら江戸・下町の雰囲気が残る。ここに1906年三井記念病院の前身である三井慈善病院が設立された。以来、今日に至るまで、常に最新・最良の医療を提供しつづけてきた。2011年には病院の全面建て替えが完了し、次の時代を見据えた新たな歩みが始めている。

100余年の 歴史の中で育まれた 患者を大切にする スピリット

それぞれの病院にはスピリットがある。それは昨日今日できあがるものではなく、職員一人ひとりの、日々の診療の積み重ねから育まれるものではないだろうか。三井記念病院のスピリットも、100余年にわたる歴史の中で形成され、受け継がれてきたといっても過言ではないだろう。

今から100年余り前、三井家は「汎（ひろ）く貧困ナル病者ノ為メ施療ヲ為スヲ目的」として100万円（現在の価値で10億円以上とも言われる）を寄付し、財団法人三井慈善病院を設立。東京帝国大学医科大学附

属第二病院跡地に開院した。設立目的にあるように、ここでは生活困窮者を対象に、無料で治療が行われた。しかも治療にあたるのは日本医療のトップレベルにある東京帝国大学の医師や看護師である。患者が連日殺到したのは言うまでもない。中にはわざわざ古着屋でボロ衣を手に入れ困窮者を装って受診する患者もいたという。

三井慈善病院は、1919年に泉橋慈善病院、1943年に「三井厚生病院」と改称した。1923年、東京を襲った関東大震災の被害は最小限にとどめる

ことができたが、1945年の東京大空襲ではついに全焼。戦後は財閥解体により、後ろ盾の三井グループの援助を受けられなくなり、三井厚生病院は存続の危機に陥った。しかし、三井関係者や病院職員の努力によって診療活動は続けられ、建物も再建することができた。ちなみに、現病院敷地に隣接する千代田区立和泉公園の一部は、そのとき再建資金を得るために売却したものである。

モルタル造りの2階建て病棟からの再出発だったが、以前にも増して大勢の患者が受診するようになると手狭になり、戦後の医





療の進歩にも対応が難しくなった。そこで1970年に病院は建て直され、近代的高層ビルに生まれ変わった。地上13階の新病棟は、当時香港にある12階建ての「クイーン・エリザベス・ホスピタル」を凌ぎ、東洋一の高さを誇った。医療設備もコバルト60放射線治療装置や心臓血管撮影装置など最新機器が導入された。新病棟完成に合わせて同年、現在の「社会福祉法人 三井記念病院」に改称された。

しかし30年以上の歳月を経て、かつて最新式だった建物も老朽化が目立ってきた。2006年、創立100周年を記念して全面建て替えに着手、2008年に19階建ての入院棟が、2011年には外来棟が竣工した。工期に5年もかかったのは、医療活動を休止するわけにはいかないと、スクラップ&ビルド方式を採用したからである。

三井慈善病院時代の無料での治療、終戦直後の野戦病院さながらでの診療、そして今回のスクラップ&ビルド方式による医療活動を継続しながらの新棟建設。三井記念病院が、患者をいかに大切にできたかを伺い知ることが出来る。これこそが、この病院のスピリットの基本ではないだろうか。

患者とともに生き、仲間とともに生きる

入院棟が竣工した翌年、同病院院長に就任した高本眞一氏は、同院のスピリットを「ともに生きる」という言葉で表現する。

「『ともに生きる』を英語でいうと『live together』、つまり『同棲』になります。しかし、日本語の『ともに生きる』は、物理的に横にいてだけでなく、互いに心を許し合う、心に寄り添うなど、広く深い意味を包含しています。しかもどこかしら、明るい響きがある。『ともに生きる』は医療、もつといえど地域、社会のあるべき姿ではないかとさえ思っています」

高本氏が確信をもつてこう語るのは、これまでの多くの患者との出会いを通して感じたことだからだ。

高本氏の専門は心臓外科の大動脈疾患である。今でこそ大動脈手術による死亡率は5%に満たないが、高本氏が外科医になったころの死亡率は50%を超えていた。患者の命を救え

ないことは高本氏にとって大きな苦しみ以外なものでもなかった。

「自信を失いかけていたときでも、患者さんは自分を頼ってきてくれる。命を預けてくれる患者さんの気持ちに応えるには、いつまでも落ち込んではいられない、頑張らなければと、患者さんに何度も元気づけられました」

医療者、特に医師は往々にして自分が病気を治したと思いがちだ。しかし医師がいくら高度な技術をもって治療を行ったとしても、患者の生命の力がなければ病気を治癒させることはできない。

言い換えれば、医療者は患者の生命力を引き出すガイド役にすぎない。だから、医療者は「患者とともに生きる」のだと高本氏は言う。それは決して昨今よくいわれる患者中心主義ではない。患者も病気を治すためには、ガイド役の医療者の力を借りなければならぬ。患者もまた、医療者とともに生きるのである。

医療者がともに生きる相手は患者だけではない。医療者同士もともに生きれば素晴らしいチーム医療ができていく。もちろんチームには、患者も入っている。「ともに生きる」ことでコミュニ





毎月、ボランティアによるミニコンサートが行われている。



ケーションが深まり、強い信頼関係で結ばれる。多数のステップからなる医療は、わずかなミスで安全が崩れる危険性が高い。しかし、皆がともに生きていけば、ミスに早く気づき、対処することができる。

高本氏は、「ともに生きる」を1000名余りの全職員に浸透させるため、就任早々、3回に分けて講演を行った。すると翌日からあちらこちらの部署で「ともに生きる」ということか」という議論が盛んに行われ、職員採用試験で「あなたにとって患者とともに生きる」ということか」という問いが出されるなど、職員の間に広がっていった。この言葉

登録医制度を通じて地域の医療とも連携を深める

は職員の頭の中にすっと入り込んだようだ。

「ともに生きる」は病院内だけでなくどまならない。地域とともに生きる姿勢も、同院は明確に打ち出している。その取り組みのひとつが、同院の退院患者を受け入れ可能なクリニックが登録医として登録する「登録医制度」だ。患者を地域に戻す際、その患者にかかりつけ医がいなければ登録医を紹介する。逆に登録医が患者を紹介したときのために、同院では登録医用のベッドを5床確保し、登録医は同院の医師とともに紹介患者を診療できるシステムをとっている。この「2人主治医制度」により、かかりつけ医師と同院の医師が連携して、継続して治療を行うことができ、切れ目のない医療が提供できている。現在、地元の千代田区をはじめ、台東区や江東区などで開業する約730名の医師が登録医となっている。

同院では登録医や連携医療機関を対象に、感染症セミナーやがん診療セミナーといった地域連携フォーラムや、公開臨床病理検

討会などを随時開催し、地域全体の医療レベルのアップを図っている。地元神田医師会の会合にも積極的に参加し、顔の見える関係づくりにも力を入れる。

地域との連携を進める一方で、退院する患者には「何かあったら私たちにいつでも連絡してください」という一言を必ず添えることも忘れない。

「今後は他院で診てもらってくださいという、見放されたと不安に思う患者さんがいるかもしれない。当院で診なくなっても、私たちはあなたを常にサポートしているのですよ、というメッセージを伝えて安心していただくことはとても重要です」と高本氏は説明する。

患者とともに生きるスピリットは細やかな配慮となって提供されている。

心臓血管病の先進医療を担う

1970年の建て直しの際に最新の医療機器が導入されたが、今回のリニューアルでも最高レベルの設備が整えられた。その一つが、マルチスライスCT撮影装置だ。1回転しながら身体の内径を0.25mmごとに、16cmの範囲まで撮影ができる。16cmの臓器と

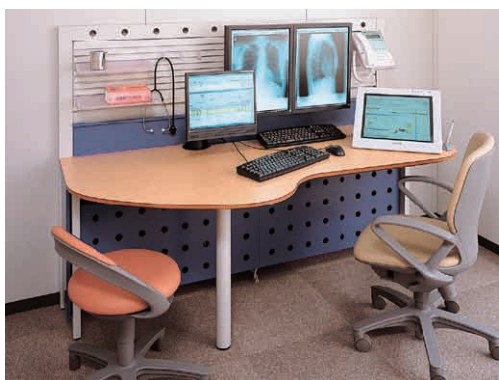


写真右：ハイブリッド手術室には、精密な画像と広い視野を提供する血管撮影装置を導入。

写真下：2009年よりオリジナルの電子カルテを導入。患者一人ひとりの体と心、社会関係を全人的に見つめる「全体像モデル」、その人の健康状態が好転するための条件を考える「立体像モデル」により、看護計画の共有化を図っている



設けた。ハイブリッド手術室とは、胸などを切り開いて行う外科的治療法と、カテーテルを用いて血管の狭窄や動脈瘤などを治療する内科的治療法を1つの治療プロセスに組み込み、外科医、内科医などが各診療科の垣根を超えて協力して総合的に患者の治療に当たるもの。欧米では、特に心臓・血管疾患の先進治療において、一般的なスタイルになりつつある。この秋からハイブリッド手術室で、カテーテルを介して大動脈に人工弁を植え込むTAVR



「新年、入職式など、事あるごとに『ともに生きる』話を職員にしています。しかし、1000人以上の職員がいれば、理解の深さも同じではなく、時には患者さんからクレームが寄せられることがあります。『ともに生きる』を、皆

にもっと浸透させなければいけません」
高本氏は2年前から、毎年秋に医師や看護師、コメディカル、事務方を含めた泊まりがけの研修合宿を始めた。「三井記念病院はどういう方向に進むべきか、来年の目標をどうするかなどを皆で討論します。話をしていると、当院の特長も弱点も見えてきて、また新たな議論が生まれる。毎回、実りの多い合宿になっています」
夜は温泉に浸かり、宴会で盛り上がる。職場では見られない素顔に触れられたりと、職員同士の親睦が深まる良い機会にもなっている。「最初は上司の命令でしぶしぶ参加した職員が、帰るときには『来年もぜひ来たい』と言うんですよ」
数々の課題はある。それでも高本氏は「私は元来、楽道家。なんとかなるだろうと思っています」とニコリ。

いえば心臓がある。拡張期の心臓の動きが止まった瞬間をねらって撮影すれば、従来のCT装置ではわかりにくかった大動脈解離における裂けた血管の状態が正確に把握できる。しかも、16cmを撮影する所要時間はわずか0・35秒。放射線被曝や造影剤の量を大幅に削減できるので、患者の負担は少なくなる。

新施設にはハイブリッド手術室も

（経カテーテル的大動脈弁置換術）を始める予定だ。

「これまでの治療法は人工心肺装置を使用し、心停止の状態で大動脈弁を人工弁に置換しなければならず、患者さんには大きな負担がかかりました。そのため、手術を受けられない高齢者が少なくありませんでした。しかしTAVRは低侵襲なので、高齢者も適応できるようになります」

心臓疾患に関する最近のトピックスとしては、2011年より小型の埋込型補助人工心臓が保険適用となったことが挙げられる。これまで補助人工心臓は大きな駆動装置が必要で、患者は病院から外出することができなかった。しかし小型の埋込型の登場で、在宅や生活や就業も可能になった。同院でも、埋込型補助人工

研修合宿で 互いの素顔に触れる

全面建て替えが終わり、「ともに生きる」スピリットが職員たち浸透し、院長として何の心配もないように思えるが、高本氏は「とんでもない」と頭を横に振る。

最大の悩みは経営だ。今回の建て替えで生じた負債を1日も早く返済し、新しい医療を取り入れる投資にまわしたいと考えている。

もう一つは、肝心の「ともに生きる」に関して。

三井記念病院の周辺は、東京大学医学部附属病院を筆頭に多くの中核病院が集まる、いわば病院の激戦区だ。その中で生き残って

世界の最新 医療・健康 ニュース

睡眠が改善されれば運動習慣も続く

米ノースウエスタン大学の臨床心理学者ケリー・グレイザー・パロン氏の研究によれば、運動は継続してはじめて睡眠改善をもたらすようだ。同氏が担当する不眠症の患者に週3回30分の有酸素運動を勧め、その効果を検証したところ、16週間後には睡眠の改善がみられた。しかし、運動と翌日の睡眠にはさほど関連がみられず、不眠症に対し、運動は世間一般でいわれるほど即効性がないことがわかった。むしろ睡眠の改善が、翌日の運動を促すことが示唆された。

参考文献: Exercise to improve sleep in insomnia: exploration of the bidirectional effects. J Clin Sleep Med 2013;9(8):819-824.

眠れないのは満月のせい?

スイス・バーゼル大学の研究者チームにより、月の満ち欠けと睡眠時の脳波パターンに関連があることが『Current Biology』誌に発表された。研究によれば、ノンレム睡眠時、ぐっすり眠っているときに表れるデルタ波が、満月期には30%低下。また満月期には入眠までの時間が5分長くなることも示された。

参考文献: Association of Online Patient Access to Clinicians and Medical Records With Use of Clinical Services. JAMA. 2012;308(19):2012-2019. doi:10.1001/jama.2012.14126.

ココアが脳の健康に役立つ

カカオは神経血管連携や認知機能を改善しうること示す研究結果が、『Neurology』誌に掲載された。実験は、73歳前後の高齢者60人に1日2杯、1か月間ホットココアを飲んでもらい、認知テストや記憶テストを行うと同時に、脳の血流を観察するというもの。その結果、神経血管連携が不良であった被験者については、脳の血流の改善がみられ、認知機能も上がっていることがわかった。

参考文献: Neurovascular coupling, cerebral white matter integrity, and response to cocoa in older people. Neurology 10.1212/WNL.0b013e3182a351aa

携帯電話はがんリスクを高める

イスラエル・テルアビブ大学のヤニフ・ハムザニー氏らの研究により、携帯電話をよく使う人の唾液は、すべての酸化ストレス指標が高いことがわかった。酸化ストレスは、がんの主要なリスク因子とみなされており、携帯電話は酸化ストレスを誘発して唾液機能を障害しうると同氏は語っている。国際がん研究機関(IARC)は、この度携帯電話を「発がん性が疑われる物質カテゴリー 2b」に加えることを決めた。

参考文献: Is Human Saliva an Indicator of the Adverse Health Effects of Using Mobile Phones? Antioxidants & Redox Signaling. February 20, 2013, 18(6): 622-627. doi:10.1089/ars.2012.4751.

試着室の鏡の中の笑顔によって その商品を買いたくなる

東京大学・吉田成朗氏らの研究により、同氏ら研究チームが開発した「感情喚起システム」を使って、笑顔またはしかめ面になるよう、わずかな加工を施した自分の表情を見ることが、幸福感が上昇、または低下することが示された。また、笑顔を見ながらスカートを身に着けると、それを好きと申告しやすくなるという結果も得られた。つまり、鏡の中の表情を操作することで、商品に対する消費者の感想を操れる可能性があることになる。

関連ニュース: Fake smile in a mirror makes you buy what you try on / New Scientist

米国人平均・健康寿命は改善 ただし他の先進国より遅れている

『JAMA』電子版に発表された報告書によれば、1990-2010年に米国人の平均寿命や健康寿命は大いに改善した。1990年には75.2歳だった男女の平均寿命は、2010年には78.2歳に上昇。健康寿命は65.8歳から68.1歳に改善した。ただし、米国人の健康改善は、他の先進国での改善ペースに遅れを取っていると著者は語っている。

参考文献: The State of US Health, 1990-2010; Burden of Diseases, Injuries, and Risk Factors. JAMA. 2013;310(6):591-608. doi:10.1001/jama.2013.13805.

ハーブやスパイスで 味を落とさずに脂肪量を減らせる

アメリカの食品技術者協会(IFT)主催の調査で、少量のハーブやスパイスを加えると、食事のカロリーを控えてもおいしく食べられるということが示された。ミートローフや野菜料理、クリーミーなパスタについて、高脂肪、低脂肪、低脂肪のものにハーブやスパイスを加えて調理したものを用意し、150人に試食してもらったところ、ミートローフと野菜では、低脂肪+スパイスが高脂肪のものより高評価となったという。スパイスと食事の満足感の関連について、引き続き調査が必要と研究者は語っている。

関連ニュース: Spicing Up Food Can Make Up for Missing Fat / Institute of Food Technologists (IFT)

BioToday.com (<http://www.biotoday.com/>)

●本ニュースは、生命科学分野ニュースのデータベース BioToday.com に掲載された記事の一部を編集して掲載しています。
BioToday.com の会員登録や内容に関するお問合せは、TEL&FAX: 079-272-2459
Eメール: biotoday@biotoday.com まで。

JMS NEWS

感染・医療事故防止セミナー開催決定 → <http://www.jms.cc/>

以下の日程で、開催が決定いたしました。

- 近畿 11月30日(土) 京都リサーチパーク(京都市)
- 四国 12月7日(土) 松山コムズ(松山市)
- 九州 12月14日(土) 北九州国際会議場(北九州市)
- 東京 12月14日(土) ゆうぽうと(東京・五反田)

感染・医療事故防止に関する各地域の取り組みや、最新のトピックをご紹介します予定です。

詳細は決定次第、JMS医療情報サイトで発表いたします。お申し込みをお待ちしております。

詳しくはWEBで



2013年・高松でのセミナーの様式

①《ヴェネツィア、月の出》(「大運河とジューッパ」スケッチブックより)
 ②《ターナーの自画像(W. ホウル[子]による版画)》
 ③《チャイルド・ハロルドの巡礼ーイタリヤ》
 ④《スピットヘッド:ボーツマス港に入る拿捕された二隻のデンマーク船》
 すべてテート美術館蔵 ©Tate 2013-2014

LIFE

釉薬の流れ 落ちる様が 美しいー長崎の陶磁器 (HASAMI)

長崎県波佐見町から発信する陶磁器ブランド「HASAMI」。道具としての陶磁器をコンセプトに、使われ、使い込まれ、使い古されることを目指す、機能性と遊び心を備えた製品が魅力だ。ドイツの産業景観のような工業デザインをイメージした「タンクランプ」。アイデア次第でフラワーベースなど様々な使い方ができる「タンクキャンドルカバー」。暮らしに潤いをもたらしてくれるだろう。

●HASAMI
 タンクランプS〜L (¥8,400〜¥26,250)
 引っ掛けシーリング、ソケットコード(クリップ付)
 タンクキャンドルカバーS〜L (¥2,100〜¥21,000)
 お問い合わせ:マルヒロ 0955-42-2777
<http://www.hasamiyaki.jp>

ART

漱石も愛した 風景画の巨匠 「ターナー展」

18世紀末から19世紀にかけて西洋美術史に残る風景画の傑作を次々に生み出したJ.M.W.ターナー(1775-1851)。今なお英国で愛されるだけでなく、漱石が小説などに取り上げたことでも知られている。特に、光と大気を鮮やかな色彩とまばゆい光で描き出し、すべてが溶け込んでいくような晩年の作品の感性は鮮烈だ。今回は、ロンドンのテート美術館から油彩画、水彩画、スケッチブックなど約110点が展示される。

●ターナー展
 10月8日(火)〜12月18日(水)
 東京都美術館
 2014年1月11日(土)〜4月6日(日)
 神戸市立博物館
 お問い合わせ:ハローダイヤル 03-5777-8600
<http://www.turner2013-14.jp/>

RELAX

疲れた足は ブーツで癒やす?! ルルドの エアマッサージャー

おしゃれでかわいいマッサージ・クッションとして大人気のブランド「ルルド」から、ブーツ型フット・マッサージ器が登場。5カ所のエアバッグが、つまさき、甲、つまみず、かかと、アキレス腱まわりの疲れをほぐしてくれる。足全体と足裏モードの切り替えと、強弱の設定が可能。内カバーを外して洗濯できるのもうれしい。

●ルルド エアブーティ
 標準価格¥12,800
 マスタードイエロー、オフホワイト
 お問い合わせ:アテックス 0120-48-6505
<http://www.atextdirect.jp>

DIGITAL

パワーも デザインも 妥協なし! Bluetooth スピーカー

背面にサブウーファーを搭載し、合計3つのスピーカーで最大16Wの迫力あるサウンドを再現。タブレット、スマートフォン、ノートPCなど様々なデバイスとワイヤレス接続が可能で、ゲームやネットラジオにもリアルなサウンドを提供する。フランス生まれのスタイリッシュなデザインは、ベッドルームだけでなく、アウトドアや出張も楽しくしてくれそう。キャリングポーチ、ステレオジャックケーブル付。

●SUPER TOOTH DISCO 2
 Bluetooth 4.0対応(有線接続も可)
 通信距離:約10m/552.7g/6色
 連続再生時間:通常約10時間(フル充電)
 オープンブライス(¥17,000前後)
 お問い合わせ:ミックスウェーブ 03-6804-1681
<http://www.mixwave.jp>

ふうふうと、

豆腐をいただく季節になりました。

ヘルシー&お手頃な豆腐は、

食卓の頼もしい味方。

毎日でも飽きないアレンジレシピを

ご紹介しましょう！

さて、
なに作ろう？

開店！

シエスタ食堂

湯豆腐に重曹をプラスするだけであら不思議！
豆腐の表面がとろけて、なんともいえない食感が味わえます。

とろける食感を
楽しみたい
豆腐のとろとろ鍋

【材料】2人分
豆腐(絹):1丁／豚バラ肉:120g／
長ネギ:1本／昆布だし:800ml／
重曹:小さじ1

【作り方】

- 1 豆腐は適当な大きさに切る。
長ネギは斜め切りにする。
豚バラ肉は4cmの長さに切る。
- 2 土鍋に昆布だしを入れ、1の具を加えて煮る。
- 3 ある程度火が通ったら弱火にし、
重曹を全体に静かに振り入れる。
- 4 5～6分ほど煮て、豆腐の表面が
とろとろになればできあがり。
好みにぼん酢・しょう油などでいただく。



あともう一品
油揚げと野菜の和え物

【材料】4人分
油揚げ:1枚／ニンジン:1/2本／シメジ:1パック／
ゴマ油:小さじ1／すり白ゴマ:大さじ2／砂糖:小さじ2／
しょう油:小さじ1

【作り方】

- 1 油揚げは太めの千切りにし、さっと熱湯をかけて油抜きを
する。ニンジンは千切りにする。シメジは石づきを切り落とし
ておく。
- 2 フライパンにゴマ油を熱し、1の油揚げをよく炒める。さらに
1のニンジン・シメジを加えて炒め、白ゴマ・砂糖・しょう油の
順に加えながらよく混ぜ合わせる。

ほかにも豆腐のおかず、いろいろあります!



油揚げをクルトンの代わりに シーザーサラダ

【材料】2人分

油揚げ:1枚/レタス:2〜3枚/プチトマト:6コ/
ベーコン:1枚/パルメザンチーズ:少々/
シーザードレッシング:大さじ2

【作り方】

- 1 油揚げはオーブントースターでカリカリに焼き、
適当な大きさにちぎる。
- 2 ベーコンは千切りにし、フライパンで炒める。
余分な油をペーパーで取りながら、カリカリにする。
- 3 器にちぎったレタスを入れ、1の油揚げ、
2のベーコン、プチトマトを加える。
シーザードレッシングとパルメザンチーズをかける。



メインにもサイドディッシュにも! 豆腐とたらこのグラタン

【材料】2人分

豆腐(木綿):1丁/たらこ:1腹/
万能ねぎ(みじん切り):小さじ2/
マヨネーズ:適量/とろけるチーズ:大さじ6

【作り方】

- 1 豆腐は水切りして大きめにちぎる。
たらこは薄く輪切りにする。
- 2 耐熱皿に1の豆腐とたらこを入れ、
万能ねぎをちらす。
マヨネーズととろけるチーズをかけて、
オーブントースターで7〜8分焼く。



モッツアレラチーズのような 「塩豆腐」で作る 塩豆腐とアボカドのおつまみ

【材料】2人分

豆腐(絹):1丁/塩:2g/アボカド:適量/
オリーブオイル:適量

【作り方】

- 1 豆腐全面に塩をゆり、キッチンペーパーで包み、
さらにラップで包む。この状態で24時間冷蔵庫に
入れる。水気が出たら、キッチンペーパーを取り替える。
- 2 1の塩豆腐を薄切りにし、アボカドのをせる。
オリーブオイルをかける。
好みでわさびをトッピングしてもおいしい。

豆腐豆知識

●豆腐は奈良時代に中国から日本に伝わったらしいが、庶民に浸透したのは江戸時代。なかでも1782(天明2)年に出版された豆腐料理の本『豆腐百珍』はベストセラーとなり、この頃、すでに豆腐が人気だったことがわかる。

●豆腐の原料である大豆は、消化があまり良くないとされているが、豆腐になると消化吸収が90%以上にも上がる。これは、豆腐をつくる過程で大豆組織を壊して、消化の悪い繊維質を除いているから。ちなみに繊維質はオカラになる。

●木綿豆腐、絹ごし豆腐のように大豆を原料としているものが「豆腐」なら、豆腐を薄く切ったものを揚げて加工した油揚げは「豆腐加工品」と呼ばれている。「豆腐加工品」には、ほかにも焼き豆腐やがんもどきなどがある。また、オカラや湯葉、豆乳といった、豆腐を加工する過程でできるものは「その他関連品」と呼ばれている。

●大豆を使ってなくても、豆腐に似ているため、「○○豆腐」という名が付けられているものもある。例えば、すりゴマを固めた「胡麻豆腐」(①)、枝豆を固めた「ずんだ豆腐」(②)など。卵豆腐や杏仁豆腐も、この種類といえる。最近では水切りが不要の豆腐(③)のように、すぐ使える便利な豆腐も登場している。

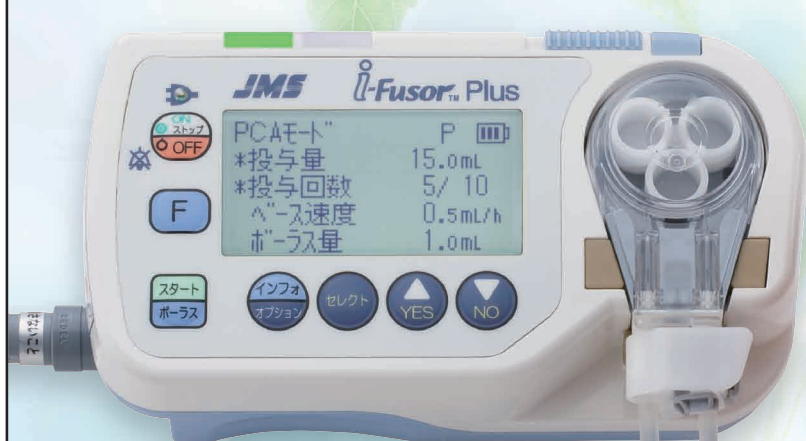


豆腐があれば、頼もしい。

誰でもできる
どこでもできる
PCA管理を...

i-FusorTM Plus

アイフューザー プラス



PCA情報が 一目瞭然

投与量、投与回数、ベース速度、
ボーラス量は常に表示され、
ボタン操作不要

安全な タイトレーション

上限値・下限値設定により
投与調整を安全に行える

プログラム エラー防止

プリセット機能搭載

i-Fusor Plusの詳細は、
JMSホームページ→医療情報サイト
→診療支援情報室 よりご覧いただけます。



販売名: アイフューザー プラス
医療機器承認番号: 22100BZX00017000
made in Japan



株式会社 ジェイ・エム・エス

東京本社 〒140-0013 東京都品川区南大井1丁目13番5号 新南大井ビル
TEL(03)6404-0600 FAX(03)6404-0610
広島本社 〒730-8652 広島市中区加古町12番17号
TEL(082)243-5844 FAX(082)243-5997

2003医療事故防止対策通知※対応



本マークは医療事故対策のために設定された
厚生労働省基準に適合することを示す業界の
自主的なマークです。

※関連企業を対象とした厚生労働省通知「輸液ポンプ等に関する医療事故
防止対策について」 医薬発第0318001号:平成15年3月18日

2013.5

《表紙の言葉》フレンチアルプス山麓、透き通った湖のほとりに佇む街アヌシー。最近では国際アニメーション映画祭開催の地としても知られる。運河が中世の面影濃い旧市街をめぐり、水面を泳ぐ白鳥や鴨たちは、街の人々に愛されている。(写真:Nicolas Thibaut/Aflo)

制作: 株式会社DNPメディアクリエイト 企画・編集: HARUMI INC. デザイン: 山田デザインオフィス 印刷: 株式会社 DNP西日本