



事務 原 彩野

最近、少しいいカメラを買ってみました。いつも移動は車ばかり、休みの日も家から出ることも少ないので、これを機会に普段目を向けられていない景色に、目を向けられればいいなと思います。いい撮影スポットがあったら是非教えてください。

お知らせ

人間ドック・脳ドック・大腸ドック・肺ドック・認知症ドック
受付中！詳しくはスタッフまでお気軽にご相談ください。

院長の巻頭言

春 爛漫の好季節を迎え、毎日お元気で活躍のことと存じます。如何お過ごしでしょうか。桜並木の桜も5分咲き程度になり、そろそろ花見も間近になり麗らかな気分になろうかと思いたいところですが、連日の新型コロナ報道。楽しみにしていた2020年の東京オリンピックは延期になった。中止にならないだけでもすくわれた感がありますが、この延期によって大会に向けて準備してきたオリンピアのモチベーションは途絶え、あと1年間もモチベーションを維持しなければならぬのは本当に辛いと思います。大会を楽しみにして前売り券を買い、ホテルを予約していた国民にも大きな損失を与え、何より大会を準備して会場づくりに巨額な資金を投資してきた企業や地方税や国税の損失は計り知れない。もうとくに12年前のリーマンショックを凌ぐコロナショックに当たり、日本は大不況と「コロナ倒産ラッシュ」の危機、すでに7割の企業が影響懸念しています。日本旅行業協会は2月3日、中国からの訪日旅行客のキャンセルが3月末までで40万人に上るとの見通しであります。昨年は日韓関係悪化の影響で韓国人旅行客が激減しましたが、今度は中国人観光客。2019年1年間の訪日中国人客は959万人で全体の3割を占めるため、感染拡大が長期化すれば観光業界には致命的な痛手となります。

この新型コロナはどのようにして誕生したのでしょうか。元々あったコロナウイルスと比べて変異が4カ所あり、自然界でこのような変異をもたらすことは不可能であるとアメリカの生物学者は指摘しています。ここぞとばかり、アメリカは中国が生物学的兵器として新型コロナウィルスを製造したと云えば、中国はアメリカが作成したと反論しています。いずれにせよ、現在インフルエンザウイルスのように、ワクチンもなければ治療薬もないため新型コロナの感染拡大は来年まで続きそうです。下手をすると世界人口の1/3から1/2がこの新型コロナに罹ると云われています。すでにイタリアでは軽症者まで入院させたために医療崩壊が生じています。

日本政府は医療費削減のため入院病床数をこの数年間で大幅に縮小してきました。そこにWHOの新型コロナパンデミック宣言、日本で新型コロナウィルス患者を受け入れる病床は今後足りなくなり、そこに集中すれば他の病気を持った患者の管理が杜撰になり、共倒れになる可能性、つまり医療崩壊が近いうちに起きることも懸念します。

昨日、平和だった飯田市にも新型コロナウィルス患者が発生しました。20歳代、男性で、東京在住で、実家の飯田市に来飯してまもなく症状を発症し、某医療機関で新型コロナが疑われてPCRで陽性が確認。この男性の症状は軽症であるけれど、彼の足取りを考えると、大勢の人に新型コロナウィルスを感染させている可能性が高く、これから飯田市のあちこちで新型コロナの発生が懸念されます。糖尿病などの持病を持つ人や高齢者は特に注意が必要です。今年の一年を表す漢字がこの新型コロナウィルスのせいで、「新」、「感」、「疫」などに決まりそうな気がします。私は医師ですから、最後まで新型コロナと戦う所存であります。

ところで、我が家にも春らしい朗報がありました。長男が大学に現役合格することができました。センター試験で86%とればすんなり推薦合格できたものの、センター試験で痛いミスをおかし、推薦不合格でした。そこで息子に、「国破れて山河あり」という詩を誦し、「試験

に失敗してもお前の価値は何も変わらないから」、そして「人生万事塞翁が馬」という格言を教え、「一喜一憂しても始まらない、失敗のあとには成功が待っているから自分を信じて二次試験を乗り越えなさい」。息子はセンター試験の後の1ヶ月間猛勉強して、下克上して大逆転、見事に国立大学に合格。あたかも先代貴の花閨の土俵際でみせるうっちゃりであった。受験は戦争と言われますが、他人を超えないと合格しない。よくぞ粘って二次試験で逆転したと思って、合格をネットで確認したときはうれし泣きをして、息子を何年ぶりか力強く抱いてやりました。私は一浪して、それなりに良い勉強させてもらいましたが、たった1年かもしませんが社会に早くでられる訳で、大学に入っても世の中で役に立つように一生懸命勉強して欲しいですね。まだ18歳かあ、夢が広がって良いなあ、でも人生って意外と短いんだよ。私の失敗は人生設計せず、気ままに生きてきたことだから、息子には是非とも人生航路を描いて進んでもらいたい。

さて、春場所は新型コロナの影響で初の無観客試合になり、盛り上がり欠けたことは否めない。関取たちも観客の歓声を浴びない本番は味気なかったであろう。長野県出身力士の御嶽海は10勝5敗とまずまずの成績であったが、相性の良い力士には強く見えるが、上位の横綱や関脇になると途端に弱くなる。いろいろと伝わってくる話では、御嶽海が日ごろ稽古をやっているとは聞かない。もちろん、稽古をしない力士に強い力士はいないと思う。学生時代に猛稽古したり、周りに見えないところでやったりしているのかもしれない。ただ、昨年8月末の横綱審議委員会の稽古総見で御嶽海は横綱や大関に全く勝てず1勝13敗に終わり、八角理事長（元横綱北勝海）や横綱鶴竜から覇気が伝わってこないと言を呈されたそう。学生横綱などのタイトルを取って境界入りした御嶽海がどう考えているかは知らないが、学生相撲は短期間で結果を残さなくてはいけないから、大けがをしたら学生生活を棒に振るし、稽古のとらえ方の違いがあるのかもしれない。

考え方は人それぞれ。ただ、御嶽海は先日の番付発表記者会見で、「稽古せずに上に上がりたい」という趣旨の発言をしたと聞いた。俺は稽古しなくても強いんだという思いがあるのだろうが、そんなことを自慢げに語るのはいかかなものか。センスがない力士は、稽古でこれでもかと苦しい思いをして必死に身体を大きくし、やっとのことではい上がる。ほとんどの力士は稽古で力をつけて強くなっていくのが現実だ。厳しい稽古を重ねて体を鍛え上げるからこそ、けがをしづらい身体にもなり、長いこと相撲を取ることもできる。御嶽海の軽はずみな発言で「相撲ってそんなもんか」と思われたり、勘違いしてしまう力士が増えたりしては困る。稽古して損をすることは何一つない。稽古を否定するような発言をしてはいけない。来場所小結に格上げするであろうが、稽古嫌いが続くようであれば、またエレベーターの上り下り現象が続くでしょう。いつになっても大関とりは困難かと思えます。

それでは、皆さんご機嫌よう、さようなら。



まるやまファミリークリニック院長
医学博士 丸山 哲弘

認知症ドックはじめました

早期認知機能障害(MCI)や認知症を
血液検査で早期発見



認知症ドックは早期認知機能障害(MCI)の発見や、認知症になりやすいリスクが高い方を発掘し、認知症の予防に今から何をすべきか指導することを目的としています。最近、物忘れが多くなってきたと感じたら、まずは認知症の疑いがあるかどうかを調べてみるのが大切です。



認知症に有効

とう き しゃく やく さん

当帰芍薬散



当帰芍薬散は冷えをとまう婦人科系の諸症状を改善してくれる、“産婦人科の三大漢方薬”の一つで、血行障害やうつ血などを表す「血(けつ)」の不足を補い、血液の巡りをよくして、体を温める「駆瘀血剤(くおけつざい)」です。



薬のかたち

飲みやすいものを選びましょう



顆粒



細粒



錠剤



効能 効果

筋肉が一体に軟弱で疲労しやすく、腰脚の冷えやすいものの次の症状：
貧血、倦怠感、更年期障害(頭重、頭痛、めまい、肩こり等)、
月経不順、月経困難、不妊症、動機、慢性腎炎、妊娠中の諸病
(浮腫、習慣性流産、痔、腹痛)、脚気、半身不随、心臓弁膜症

認知症に対する効果

認知症に対しては構成生薬の中の当帰(トウキ)や芍薬(シャクヤク)などが中心となり効果をあらわすとされています。

・**当帰**：血の巡りをよくする生薬であり、中枢を抑制する作用、降圧作用、末梢血管を拡張する作用などがあるとされています。

・**芍薬**：末梢血管の拡張作用や記憶学習障害の改善作用があるとされています。

これらの作用により脳血管性認知症、アルツハイマー型認知症の症状改善に効果が期待できるとされています。

■含まれている生薬



当帰



芍薬



茯苓



川芎



蒼朮



沢瀉

当院の設備紹介

訓練機能付下肢筋力測定器 ロコモスキャン



下肢筋力の測定によって運動機能の維持、向上に貢献

ロコモスキャンは身体の移動機能に関わる大腿四頭筋を中心とした下肢筋力を定量的に評価するための筋力測定器です。握力など腕の筋力とは違い、脚の筋力を測る機会は極めて少ないです。ロコモスキャンはポータブル設計により患者さんのいる場所で、簡単・スピーディーに測定が可能です。ロコモスキャンの測定結果は性別・年代別での相対的な筋力評価も行えます。患者さんにも定期的な下肢筋力測定の機会を提供し、運動機能の維持・向上に貢献することができます。