

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。

モブちゃん(♀)



院長の巻頭言

まだ秋雨前線が長引いておりますが、時々で天高く馬肥ゆる秋のような空が澄み渡り、食べ物が美味しく、過ごしやすい季節に変わりつつありますが、皆様いかがお過ごしでしょうか。また、11年ぶりの5連休となったシルバーウィーク、皆さんはいかがお過ごしだったでしょうか。長野県内は思ったよりは天候が崩れませんでした。私達は至って母のお世話で終わりました。

9月23日の秋分の日、例年うちは休日当番日で90人以上もの患者さんが受診されました。1カ月以上早いインフルエンザの流行が飯田地域でも始まり、さらに飯田管内ではCOVID19も流行しているため感染症多かったです。昨年と同じで、コロナ禍以降インフルエンザの流行が前倒しになっていきますので是非読者の皆さん、10月からインフルエンザワクチンと65歳以上の高齢者はコロナワクチンを接種してください。

秋分の日といえは、昨年は私にとって開業20周年のなかで最も忌まわしい醜聞の日でした。その日は、同じく当番日でしたが、早朝4時頃、睡眠中に向こう岸に亡くなった親父が立っていて、そこに行くために三途の川（信濃川みたいに広い）を渡る夢をみていました。突然夢のために覚醒したのか、便意に催したためなのかは不明ですが、トイレに行くにも全身の力が入らず、ショック状態なのか目の前が真っ暗で、なんとかトイレに行き、排便したつもりがすべて黒い血液だけでした。腹痛はまったくなく、大量の下血が続く、血圧は70mmHg以下になりました。当番日の朝だけれど、突然のことで、当番日ができませんとも言えず、スタッフが来るまでに何とかショック状態だけでも改善しようと、自身で自分の血管に点滴針を入れようにも、ショックのため辺りが暗くて見えなく、何回も針を刺し、やっとの思いで点滴ができるようになり、1,500mlの点滴と止血剤をうって、スタッフが来るのを待ちました。スタッフのなかで、こんな瀕死状態の私を気にかけてくれ、声掛けしてくれたのは、事務の昌彦君と放射線技師の絢一朗君だけでした。その他のスタッフは何食わぬ顔で（平然として）、何も声を掛けてはくれませんでした。なんと薄情かつクールな。「そうか、具合の悪い院長はあり得ないのか、不死身でなければいけないのか」と唇を噛みしめて、わざと「裸の王様」の振りをして、予定通り朝9時から夜7時までぶっ通して、結局来院した70人の病魔と闘いましたよ。これを快挙とは誰もお手柄だとは褒め称えてはくれませんがね。開業20周年のなかで、「仁術を尽くした」、「わが身を犠牲にしても病魔と闘った、これぞ惻隱の心ここにあり!」。ショック状態の自分を自らで克服して、手負いの医者が70人の病魔と闘った、しかも医療ミスなく、普段通りに。しかも65歳という年齢で、当番日は野戦病院ですから、毎度その業務が終われば戦いに疲れた兵士のようなだといつも感じています。下血の原因も自身が診断して、右結腸憩室からの下血でした。結局約2リットルの下血による貧血が元に戻るまで3カ月かかりました。

さて、近年の日本は四季というより二季（夏・冬）というような、本来なら過ごしやすいく春や秋が短くなり、季節の移り変わりを楽しくなくなり、「災」という感じの成り立ちは、遠い昔の人たちが何に脅威を感じていたかがわかります。つまり、災いの上の部分は水の流れが塞がれて溢れること、つまり水害を指す。それに火を加えることで、火災の意を持たせています。科学と技術が目覚ましく進化しても自然をコントロールすることは難しい。今年は地球沸騰化が招いたスーパーエルニーニョは人災だと思っていますが、このおかげで、ネパールの土石流をはじめ世界各国で水害の被害に遭っているのです。日本でも台風25号の大雨で千葉と神奈川が深刻な被害に、これに続いて台風26号でまたも千葉県、神奈川県、愛知県などが水害に遭った。「災」の字は2004年に起きた新潟県中越地震、2018年に西日本を襲った豪雨で、その年の世相を象徴する漢字に選ばれました。昨年は、「熊」、今年は「災」か

「雨」のどちらかだと予想されます。ちなみに、昨年の「熊」は巻頭言で予想した通りでしたが、熊本地震も発生してまたもや三度目の「災」になりそうな今年だからこそ、別の一字を思い出したい。自然は制御できなくても備えあれば被害を少なくできる。それは、「災」を抑え込む「防」の字にあやかりたいですね。

今巻頭言を書き始めたところですが、一昨日は十五夜でしたが、雨にしてやられ、中秋の名月は見えませんでした。今日は十七夜、この呼び名を皆様はご存じですか。普通に読めば「じゅうしちや」ですが、実は「かなぎ」や「かなき」という、なんとも響きが美しく不思議な読み方をご存じでしょうか。旧暦の八月十七日の夜は、満月である十五夜を過ぎて、月が欠け始める特別なタイミングにあたります。昔の人々は、月神が降り立つ特別な夜に、神木（かなぎ）を依り代として神様を迎える神事を行っていました。もう一つ、視覚的な美しさを感じさせる説が存在します。それが、月の細いシルエットを金属の刃物に見立てた「金切（かなぎり）」に由来するという説です。十七夜の月は、完璧な球体である満月から二日が経過し、片側の縁どりが少しずつ削り取られたような形状をしています。その欠けゆく月の鋭い光景は、まるで鋭利な刃物で金属を裁ち切ったかのような緊張感と美しさをたたえています。三つ目の説は、神様の言葉を人々に伝える役割を担っていた巫女や神職を指す「神風（かんなぎ）」という言葉が語源であるとするものです。

さて、現在米中首脳会談がワシントンのホワイトハウスで行われていますが、米ホワイトハウスは25日、それに関する文書で、トランプ大統領と中国の習近平国家主席が人工知能（AI）の名称を「スーパーインテリジェンス」（超知能、SI）と言い換えることで合意したと発表しました。トランプは人工という言葉が「うそっぽい」として名称変更を提案していたようです。

現在の生成AIの基礎を築いた「AIのゴッドファーザー」、カナダ・モントリオール大学のヨシュア・ベンジオ教授は、AIの破滅的なリスクを案ずる一人。毎日新聞のインタビューに対し、人類が「絶滅」の危機に直面していると強く警告しています。2023年、「AIによる人類絶滅のリスクの軽減は、パンデミックや核戦争と並んで、世界的な優先事項とされるべきだ」という声明を出しました。あれから3年が経過し、状況はほかに悪化し、人類は絶滅のリスクに、かなり近づいてきているらしい。この3年間で、人間より賢い機械の開発が大きく進み、完全自律型AIも発展したようです。この3年間で、AIが嘘をつき、人を欺き、私たちの管理を逃れ、システム停止を拒み、さらには人間を脅迫してくるという実験的な証拠を見てきたといえます。AIはシャットダウンを逃れるという、私たちが与えていない目標を持ち、その目標達成のために、私たちの指示に反した行動を取るようになったという。

ただ、絶滅のリスクを招いているのは私たち人類だ。ベンジオ教授は、人間よりも賢く、自律的に独自の目標を持ち、人間が制御できない機械を作ってしまうほど、人間は愚かなのかもしれないといえます。

「人間は一本の葦（あし）にすぎない。自然のうちで最も弱いものの、しかしそれは考える葦だ」。これは、17世紀の仏哲学者、パスカルの有名な言葉です。自然界では弱者にすぎない人間が考えることで生存を続け、繁栄してきた。天才科学者でもあったパスカルは「だからよく考えるように努めよう」と訴えたのです。だが、人工知能（AI）と共に生きる時代にも「考える葦」であり続けられるのでしょうか。これは、人類の新しい課題かもしれないとします。生成AIを使うと勉強の効率は上がるが知識の定着は劣るといいます。その原因は、「考える努力を怠ったから」という仮説が唱えられています。そんなAI時代の教育をどうしたらいいのでしょうか。世界各国で模索が進められています。お隣の中国では、今春「AIプラス教育」行動計画を発

表しました。その背景にはAI人材の育成が最大の目標らしい。文部科学省も次期学習指導要領にAIへの対応を全面的に反映させるといえます。中学校には新教科「情報・技術」が導入されるようだ。人材育成の重要性を踏まえたものだろうと思います。授業のAI活用も進めるようだ。教育現場の労働環境の改善につながればいいが、教える側の負担も増えましょう。日進月歩の技術に遅れずに授業の質を保つのは容易ではありません。パスカルは、「私たちの尊厳の根拠はすべて考えることのうちにある」と記した。やはり「考える輩」でありたい。偉人の名言にもっと人間は誠実に耳を傾けないとAIに人類は滅ぼされるようになるでしょう。

先日、米マイクロソフトのビル・ゲイツは米NBCテレビのインタビューで「人工知能（AI）は10億人の死をもたらす事態を引き起こすほど強力だ」と述べ、米政府に規制を導入するよう訴えました。ゲイツは今年8月に自身のホームページで、AI開発への慎重論を繰り返し発信してきました。NBC報じたインタビューで、ゲイツは「悪意を持つ人間が最新のAIを駆使するという組み合わせほど強力な武器はこれまで存在しなかった」と指摘。米アンソロピックなどのAI企業トップが開発ペースの減速を呼びかけていることについて「自己規制で十分だとは誰も思っていない」とし、安全対策や監視体制の議論に当局や政治家が参加する必要があると主張。これはもう対岸の火事ではなく、近い将来私たちの身に降りかかる身近なことです。

秋場所2日目、元大関の御嶽海関、現在西十両4枚目の久司君は、何と十両2場所目の嵐富士に押し出されて、初日から2連敗となった。押し合いから攻め込んだものの、右を手繰られて体を入れ替えられた。土俵際での苦し紛れの突き落としも及ばず。「前には出ていったんだけど、その後だよね…。若者とおじさんの動きの差が出た」と自分のことをおじさんと呼ぶ有様で、恥を隠すこともなく、愚かさを曝け出すように自嘲気味に言った。昨年夏場所以来となる十両の土俵。幕内土俵入りに向かう力士たちを横目に、帰り支度を整える姿は何とも寂

しい。再び幕内で活躍してほしいものだが、33歳の久司君は、「もう長老だよ。目標を与えてほしい。三度も優勝して、何のために頑張ればいいのか」と悩める胸中を吐露した。支度部屋での表情が明るいことはせめてもの救いか、それとも照れ隠しなのか。「まだ始まったばかり。これからだよ」と気合を入れ直したが、その後も連敗は続いて、3日も、東十両6枚目の北の若に押し出して敗れ、3連敗となった。2勝13敗だった先場所から続く不振に「勝ち方を教えてほしい」と悩ましげに言うしかなかった。優勝三度を誇る33歳の元大関にとって、十両の土俵は昨年夏場所以来、前回は東筆頭で一進一退を繰り返しながら、8勝7敗と勝ち越して一場所での幕内復帰を決めた。西4枚目の今場所は10勝以上が欲しいところだが、体調面を問われるとしばらく考え込み、「悪くはない。悪いとすれば、やる気の問題かな」と冗談を飛ばす余裕はあった。なんじゃこりゃ、久君、そんな発言したらまだ応援してくれているファンが泣くぞ。君はもう隠居かよ、久君は本当に駄目力士にしている。

11日目、東十両3枚目の玉鷲に押し出され、3勝8敗となって2場所連続の負け越しが決まった。これで、The end!、来場所も角界に残るのなら十両番付はさらに落ちること決定。負け越し決定後に連勝で照れ笑いしながら、「最後まで頑張るから」、脳天気もいいところ、応援し甲斐がない、へっばこりんの久君になったものよ、のう。このままだと長野県の恥さらしと言われてしまうから、静かに引退したほうがいいよ。5勝10敗の不名誉を掲げて松本場所に出るらしい。

最後に、今年のノーベル賞は森和俊様で決まり、「小胞体ストレス」の研究で多分彼が受賞するでしょうね。

それでは、みなさん、ごきげんよう、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

インフルエンザワクチン 接種のご案内

高熱・肺炎・重い合併症を防ぐために、毎年の接種を考えましょう

インフルエンザは 重い症状を起こすことも



突然の高熱、頭痛・関節痛・筋肉痛などの強い全身症状。



気管支炎・肺炎や脳症などの重い合併症を起こすことも。

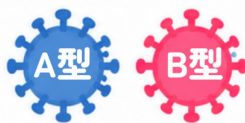


高齢者や持病のある方は、特に重症化に注意。



重症化すると入院が必要になり、命に関わることもあります。

ウイルスには いくつもの型があります



異なる型・亜型・株のウイルスが同じ時期に流行することがあります。

同じ型でも、株の違いやウイルスの変化によって、再び感染することがあります。過去にかかったからといって、今年も安心とは限りません。

1シーズンに 複数回かかることも



1シーズンに複数回感染することがあり、3回の感染例も報告されています。※

1回かかっても、
接種不要とは限りません。

※3回の感染が一般的という意味ではありません。

特に次の方は ワクチン接種をご検討ください



妊婦の方

ご本人と赤ちゃんを守るために。注射のワクチンを相談。



お子さま

乳幼児は特に重症化に注意。接種をご相談ください。



高齢者の方

重症化すると入院や命に関わることもあります。



基礎疾患のある方

糖尿病・心臓病・呼吸器疾患など。種類・接種の可否は医師にご相談を。

インフルエンザは、かかった後も接種の相談を

ワクチンは発症・重症化のリスクを下げるための備えです。

鼻からのフルミスト®も選択肢に

2～18歳／1シーズン1回。針を使わず鼻に噴霧。

妊婦・免疫不全・免疫抑制治療中の方には使えません。

新型コロナワクチン 接種のご案内

いまだ続く流行と入院



肺炎や呼吸不全で酸素吸入が必要になることも。

前週より定点報告数が増加

9/7～13：1定点当たり2.44人 [1]

前週2.08人／前年同期8.43人

同週の新規入院273人（約500定点）

2026年9月18日公表。全国の全患者数ではありません。

国内65歳以上の年間死亡数 2025年の実績 [2]

新型コロナ 21,003人

インフルエンザ 6,333人

どちらも、命に関わる
感染症です。

※死亡数の比較です。感染後の入院率や、個人の死亡リスクを表す数字ではありません。

コロナワクチンで 入院を防ぐ備えを



入院予防効果

61.8%

国内60歳以上

非接種群と比べた相対的な低下率 [2]

2024年10月～2025年4月／JN.1対応

2026年度は流行株に合わせたワクチンへ。
過去に感染した方も、接種をご相談ください。

過去の研究値であり、今年の結果を保証する数字ではありません。

[1] 厚生労働省 第37週報 [2] 日本感染症学会・日本呼吸器学会・日本ワクチン学会（2026/9/1） 情報確認：2026/9/28

コロナの重症化・入院を防ぐために、今年も接種の相談を

特に高齢者・持病のある方へ。過去に感染していても、再びかかることがあります。