前職（県警）での思い出
～汗と涙と埃（誇り）～

事務局　剣道教士七段　　吉　田　昌　彦

　私は、昭和５１年に警察学校に入校し、以来、３８年間の勤めを終え、平成２６年４月から事務局で相談員として勤務させていただいています。

　この機会に自己紹介も兼ねて私の前職（県警）での思い出をご紹介したいと思います。

１　汗と涙と埃（誇り）

「起床、起床、おはようございます。」この放送に続き、橋　幸夫の歌う機動隊応援歌である「この世を花にするために」がフルボリュームで流れてくる。

若い命は誰でも同じ、空と海とが好きなのさ

けれども町が暗いから　この世を花にする

ために　命を唄う機動隊

　これが全寮制の警察学校での規則正しい一日の始まりであり、私の警察人生の始まりでもありました。

　そして、警察学校を卒業後、当時剣道四段であった関係からか、短い交番勤務の後に警察官の中でも特に身体頑健な柔道・剣道の有段者で編成する「警察、最後の砦」といわれる機動隊に入隊しました。

　機動隊では、警備実施、災害、爆発物処理、レンジャー、舟艇、アクアラング等で体力の限界を超えた訓練を繰り返すほか、訓練のない時には一日中城山の旧武道館で剣道の稽古に明け暮れていました。

本当に、汗と涙と埃（誇り）、そしてほんの少しの楽しさを味わうことができました。そして、この勤務が以後、１０数年間続くことになりました。

２　少しの楽しみ（小隊長とカエル）

　機動隊の泣く子も黙る「柔・剣道の猛者」をまとめる　小隊長がいました。ある柔剣道大会の会場での雑談で、「ここに７～８人おるけんど、全員を倒すのにどれぐらいかかるぞ。」とその小隊長から新隊員の私に尋ねられたことがあり、私が答えに窮していると、真顔で「一分もかからんわ。」と言う。それは訓練に訓練を重ね、稽古に稽古を重ねた小隊長の自信が言わせしめた言葉であったと思っていました。

　ところがその小隊長にも弱点があったのです。どうもヘビやカエルなどの爬虫類や両生類には滅法弱いのでした。

　　ある県外出動の際、宿舎となったプレハブ小屋で休憩していた時、私が徳島では見たこともない、手のひらより大きい全身がこげ茶色で背中にイボがある「グロテスクなカエル」を見つけたのです。

　　何を思ったか私は、この時とばかり素手で掴んでウトウトと仮眠中の小隊長のところに踊るようなワクワクする逸る気持ち抑えながら持っていき、
「ショウタイチョウーーーウーウー、コレ～～～」

　と、両手両足を大きく開いたそのカエルを見せるや否や、小隊長は「ギャ～～～。」と言う大声とともに飛び下がり何処かに逃げてしまって、以後、私には近寄ろうとはしませんでした。

　　思わず　ニヤリ！！！

　　その後、そのカエルはこの功績を称えて挙手敬礼の後に無罪放免とされたのは言うまでもありません。

　　後日、そのカエルはガマの油売りで有名な「ガマガエル」であり、興奮すると鼓膜の後ろの耳線から毒液を分泌するため、不用意に素手で触れてはならないことが分かり、私の額にはガマガエルならぬ「脂汗」がダラリと流れていました。

　　さて、少しは私という人間をご理解いただけたと思います。この度の事務局での勤務は、前職での経験や知識を少しでも役立てればと考えておりますので、お気軽に気兼ねなくお声を掛けていただくことを願っております。

いきなりコーヒーブレイク

皮膚科　敷地　孝法

『全国制覇』

第４８回全日本医科学生体育大会王座決定戦サッカー競技（以後、全医体）において、徳島大学医学部サッカー部が悲願の優勝を成し遂げた。前号で書いたとおり８月の西日本の大会（以後、西医体）で優勝し、３年間で２回優勝するという強いチームであることは間違いなかった。しかし２年前の全医体では結局1試合も勝てなかった。その一つの理由として、夏の大会で燃え尽きてしまい、全医体には何となくお祭り気分で参加していたことにあると思う。

しかし今年は違った。練習に行っても、「全国制覇」という、ただならぬ雰囲気がみなぎっていた。私は週３回の練習と、練習試合、県リーグの試合にも極力参加し、部員全員の名前とプレースタイルをインプットした。時には怒り、時には笑わせ、選手との間に作られる「空気」を大切にした。しかし練習内容に関しては、その代の主将が決めるという習わしに従い、私が口を挟むことは一切なかった（と思う）。

そもそも全医体（今年は於熊本市）とは、西医体・東医体の上２校がトーナメントで対決することになっており、準決勝から始まる。この度の試合には前日の18:30の徳島駅発のJRで出発し、23:00に熊本駅着、翌日の10:00キックオフという超過密スケジュールであった。対戦相手は熊本大学：地元開催県、コンディション的には絶対有利なはずであった。

キックオフの笛が鳴った。我がチームは開始直後のフリーキックで相手に１点を与えてしまい、攻めながらも前半は０－１の結果であった。しかしハーフタイムにベンチに帰ってきた選手に私は、「絶対勝てる。心配するな。」と激励した。これはウソでも芝居でもない。そう確信していたからである。前半の後半から相手は足がつる者が出てきており運動量が明らかに落ちていた。プラス我がチームはいつもスロースターターで、後半が勝負であると分かっていたからだ。案の定後半は圧倒的にボールを支配し、攻め続けた。相手は足がつる者がさらに増えて相手ベンチからは「誰でもいいから変われ！」という怒号が連発し嫌な雰囲気が出始めていた。そして我々はついに1点を返して同点とし、終了間際にコーナーキックから逆転した。（興味のある方は部のホームページに動画があるので観てね）。

さていよいよ決勝戦である。対戦相手は千葉大学。東の覇者だ。我々は前日の２試合目の準決勝で３－０と圧勝した試合を目の当たりにした。それこそ市立船橋高校のサッカーを観ているようで、その洗練された技術と戦術には皆が青ざめた。向こうは全国優勝することを義務づけられているようで、部員を15名にしぼり、旅費等はすべてＯＢの寄付金で賄っていると後から聞いた。いわば優勝請負人的なチームなのだ。

ついに決勝戦の笛が鳴った。さすがに相手は上手で、現役の国体選手２人を有する我がチームも押され気味だった。何とか前半を０－０で乗り切れたのが勝因の一つであると思う。後半に入って徳島が1点先制したが、すぐ追いつかれた。嫌なムードが漂った。ところが、である。怒濤のように攻めてくる相手に、我がチームが誇る驚異のツートップ（永遠のスター：ケンさんと、人間機関車ザトペックカツオ君）が立て続けにカウンターで３点をもぎ取ったのである！４－１となった。残り時間あとわずか。これはウソではないか？優勝するのか？もうすでに顔は涙でクシャクシャだ。終了のホイッスルが鳴ると同時に私は地面に崩れ落ちた。緊張の糸が切れたのだと思う。自分が一番張り詰めていたのだと思う。選手達に抱え上げられてやっと列に並ぶことができた。我がチームの挨拶が終わった瞬間、「先生！」と真っ先にかつぎこまれ、「優勝監督」として胴上げされた。私は青く晴れた大空に向かって「嬉しいぞ～。」と叫び続けた。

後から聞いた嘘のような美談であるが、試合前にレギュラーが円陣を組んだとき、「先生を胴上げするぞ。」というのが合い言葉であったようである。まあ何というか、自慢話になってしまいましたが、自分自身も人生で“日本一”というものを初めて体験させていただき、選手諸君には感謝の気持ちしかございません。ありがとうね～。

さて、２年後の２０１６年の夏、西医体が徳島で開催されます。まるでドラマのようですが、現在主力の４年生が最高学年の６年生となり、有終の美を飾るはずです。それまでに今以上の最高のチームに仕上げておきますので、ぜひ現地まで応援に来て下さい。技術的にもムード的にも最高の試合を魅せますから！

『ロボットが手術をする？ 変化しています泌尿器科手術』

泌尿器科　井崎　博文

ナニージャ読者のみなさん、はじめまして泌尿器科の井崎博文です。昨年の4月から中央病院の一員になっています。「泌尿器科」が市民権？を得たのは天皇陛下が前立腺癌の治療を受けられた2003年頃からと思われます。当時は、開腹手術から腹腔鏡手術といってお腹に小さな穴をあけて行う手術が開始された時期で、腎臓、尿管、副腎などの腫瘍に対して腹腔鏡技術認定制度ができた時期でもありました。徳島県立中央病院泌尿器科には3名の技術認定医が在籍して診療にあたっています。また徳島県は糖尿病患者が多いため尿路結石患者さんも多く、従来行われていた体外衝撃波結石破砕術（ESWL）は治療後の再発率が５年以内に30～40％と高いため、細径尿管鏡とレーザーを使用し結石を破砕し、破砕片をバスケットで回収するf-TULが行われるようになり、最新の報告では、1cm以上の結石のstone free rate（結石が治療でなくなる割合）はESWLで50％、f-TULで93％、1cm未満ならESWLで80％、f-TULでほぼ100％と良好な結果が得られるようになっています。昨年、当院では166件（両側同時施行が22件）施行しました。１昨年の統計で四国で一番f-TULを行っていたのは亀井病院で112件でした（f-TULについては、機会があれば次回詳しくご説明します）。

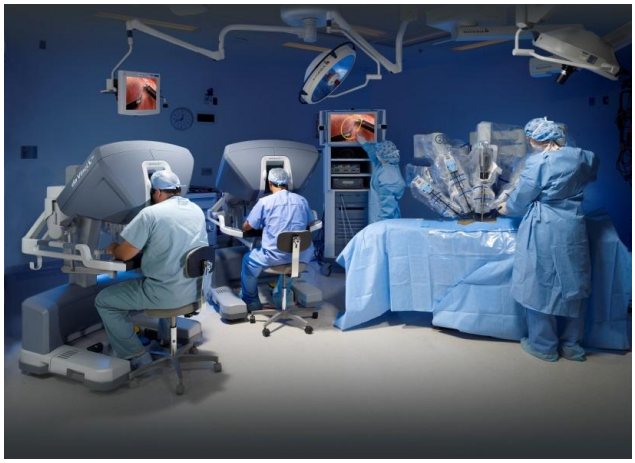
さて、今回の本題であるロボット支援手術について解説します。ロボット手術は、１９９７年にベルギーでロボットを使用した最初の手術である胆嚢（たんのう）摘出術が行われ、２０００年に米国でロボット支援前立腺全摘除術（ＲＡＲＰ）が行われました。今や米での前立腺全摘術の９０％がロボット支援で実施され、ロボットのない病院に患者は行かないとまでいわれています。

従来の開腹による前立腺がん手術では、前立腺が骨盤の奥の臓器であるため難しい術式の一つでした。また前立腺の周囲には太い静脈が走っているため出血量の多さも問題となっており、さらに術後の尿失禁や勃起不全（ＥＤ）の発生も大きな課題でした。

ＲＡＲＰでは立体画像を見ながら、手ぶれ防止機構のついた可動域の大きいロボット鉗子（かんし）で手術することにより、より安全に、より正確に、より合併症の少ない手術を行うことができます。

出血量は開腹手術の１０～１００分の１となり、立体拡大画像で勃起神経をより精密に温存することで、勃起不全予防ができます。また同様に尿道膀胱吻合（ぼうこうふんごう）も、大きな可動域のあるロボット鉗子で正確に吻合でき、尿失禁の低減につながっています。

当院では、最新型のロボット「ダビンチＳｉ」を2014年8月に導入しました。旧型ロボット（ダビンチＳ）と比較して、Ｓｉは３次元ハイビジョン画像の改善、コンソール（運転席）の操作性向上、左右の鉗子と脚（電気メス）操作の連動による安全機能の向上が図られており、二つのコンソールによる手術が可能なため手術教育面でも進化を遂げています。ロボット手術は医師・看護師・臨床工学士によるチームで行うため、手術時間などもチームの連携とともに早くなります。



最後に、2008年4月に開催された第1回徳島マラソンを契機に、チームDo!M（本来はDoctor+Medical、巷ではどM）というジョギングチームを結成しています。週に1回土曜日6：15から合同練習会として、吉野川河川敷を11km　（間に2km,0.85km,1.2kmの刺激走と称する大人のかけっこ）やその他、適宜30km走や大会の遠征を行っていました。現在、余裕がなく休止中ですが、中央病院のジョギング仲間を集めた走友会を近い将来作りたいと思っています。

平成26年5月30日　徳島マラソンに参加した・応援してくれた徳島県立中央病院の仲間を集めて懇親会を行いました。私が来ているのが『徳島県立中央病院Tシャツ』

趣味は鉄道

「私の本業」

事務局　青山修治

　ステロイド半世紀の続編を書くつもりが、今度は「電車」でとのこと。

　そもそも小生の（開設者も知っている）鉄道趣味は、小学校３年の冬以降腎臓病でほとんど学校はもちろん、病院以外どこにも行けず、家に転がっていた時刻表を読み始めたのが出発点です。

　その後、一人で入院するのを機会に、親が鉄道雑誌を購入してくれるようになり（当時の板西療養所では、近くの書店が雑誌を配達し、病棟の詰所に預けている金で支払うシステムがまだありました）、ただひたすら時刻表と鉄道雑誌（今でも月刊４誌、古いのはもう４５年）を読む生活が続いておりました。

　社会人になってやっと動けるようになり、初めて東京へ行って、そして３０歳過ぎまでに、ほぼ全国のＪＲ、私鉄を乗りつぶしてしまいました。

　このころの話は「職員とくしま」に２回書いてます。

　このなかでは、首都圏の鉄道も印象に残っていますが、冬の北海道や東北（とりわけ青森）は、もう一度行ってみたい所です。

　その後結婚して、子供も出来、仕事上も自由がきかなくなり、腎臓のご機嫌も悪くなり、今はまた昔のように、雑誌やネット情報（ユーチューブは重宝してます）で、過去の記憶を時点修正しているところです。

　以下、普通の人にわかりやすく書いたつもりの文章です。

　先日６年ぶりに東京へ行ってきました。

　目的のひとつは、京急蒲田の鉄道高架。そもそも羽田空港へのアクセスは、東京モノレールのみでよく混んでいましたが、京浜急行の空港線が順次整備され（穴守稲荷駅からマイクロバスで空港まで行った頃とは隔世の感があります）、その総仕上げとして京急蒲田駅が数年前に高架化され、品川、横浜両方面からのアクセスが自在になっています。

　もちろん「ユーチューブ」でも確認していたのですが、その巨大な化け物みたいな構造物のスケール感はやはり現場で見なければわかりませんでした。これで、品川から羽田空港に向かうとき、ほぼ必ず立会川を過ぎて減速していたのが、大田区の風景を下に見ながら、京急蒲田の３階に滑り込むようになっています。

もうひとつは、京成成田スカイアクセス。

　こちらは、１０年ほど前に財務省から徳島県へ出向してきていたほぼ同年配の方と一緒に。

　京成上野から、２階建てになった日暮里そして、北総鉄道（北総鉄道は、新京成の乗り入れに始まり、高砂乗り入れ、印西牧の原開業等々何度も乗りに行った鉄道です。）から、成田空港へ。

　５０代後半のおっさん？じいさん？２人が、電車の運転台の後ろに陣取り、前にかぶりつき、信号、ポイント、沿線風景を楽しみました。成田空港駅では、一歩も空港に足を踏み入れず、京成成田へ戻り新勝寺へ。参道は、成田が寺前町であることを実感させる立派なものでした。

　さて、私ももうあと３年余で定年、実際全国を旅行できるのはあと１０年余か。鉄道のビッグイベントとして、１５年３月には、上野東京ラインの開通、北陸新幹線金沢開業があり、１６年３月には北海道新幹線新函館開業が待ってます。

　さらにはすでに建設中の相模鉄道のＪＲ・東急東横線乗り入れ、渋谷駅の風景が変わるのはその先あたり。

　１０年後位の長崎新幹線（フリーゲージトレイン：無意味と思うが、見てみたい）あたりまでは見に行けるかな、と思っています。

　ところで、中央病院事務局勤務となって４年目。

　普段は自転車ですが、雨の日や暑い日寒い日などに生まれて初めて通勤に鉄道を使うようになりました。

　阿波富田（戦前一時期存在していた「富田浦」とほぼ同位置）～蔵本間の短い区間ですが、混み具合や列車の接続等々毎回飽きることはありません。

　最後に、このたびいただいたお題は「電車」でしたが、このごろ何でも「電車」という風潮について。

　徳島県は全国４７都道府県で唯一電車がない県です。過去も含めて。

　沖縄はどうかと言われそうですが、モノレールは立派な電車ですし、太平洋戦争前には路面電車も走っておりました。那覇のバスターミナルは、その頃の駅跡です。

　では徳島県内を走っているのは？、ディーゼルカー（気動車：法令上は内燃動車）です。言いにくいし、私も言ってませんが、電車と言うにはは非常に抵抗があります。

　ＳＬ（蒸気機関車）も電車と言われそうな雰囲気です。

研修医が主役

初期研修医　大櫛 祐一郎

はじめまして、臨床初期研修医1年目の大櫛と申します。

皆さんは”研修医”に対して、どんなイメージを持っていますか？最近は医療ドラマも多く、”研修医”というフレーズをだいぶ見かけるようになりました。今回はそんな私たちについて少しでも分かってもらえたらなと思い、文章を書いてみます。

①私たちは、１－２ヶ月毎に色々な科をくるくる回ります。これは研修医制度で決まっていて、「狭く深い」医者ではなく「浅く広く、でも大事なところは深い」医者になれ、というなかなか高い目標が与えられています。

②私たちには普段”指導医”と呼ばれる先生がいます。お兄さんお姉さんぐらいの先生から親ぐらい離れている先生まで、色んな先生がマンツーマンで指導してくれます。なんとも贅沢な制度です。そんな指導医の背中を雛鳥のように追いかけながら、日々一緒に行動しています。

③上級医に比べるとまだまだ未熟な自分たちです。時間が空いたときや業務が終わった後など、病気や手技の予習・復習と合間をぬって勉強しています。医学書はなかなか高額なので社会人なりたてには辛いですが、勉学のため財布を握りしめて本屋に足を運びます。

④何事も研修医だけでは対応せず、必ず上級医や指導医に報告・連絡・相談するようにしています。分からない事や、上の先生には少し聞きづらいような事があれば、気軽に質問してください！

ふれあいクリスマスコンサート 開催報告

平成２６年１２月１２日（金）病院１階ロビーにて、毎年恒例となりました『ふれあいクリスマスコンサート』を開催いたしました。

第一部では中央病院音楽部のメンバーの演奏・歌でした。なんと昨年のゲストのスピリチュアルシンガーのＭＡＲＩＡさんも出演してくださり、美しい歌声を響かせてくれました。

第二部では、やまもも保育園（中央病院院内保育所）の園児たちが、院長サンタとトナカイと一緒に、園歌とクリスマスソングを歌ってくれました。

ラストはメインゲストとしてＮＯＢＵ＆新二郎のお二人に、素敵なデュエットをご披露していただきました。

ＮＯＢＵさんはがんサバイバーでＭＣの中でご自身の闘病生活中の話をされていました。数年前に咽頭がんを患い、一度は声を失い、歌を歌うこともできない状態から、車の中をリハビリ室にして、発声練習を繰り返し、やっと歌えるくらいまで回復したというエピソードが印象的でした。

寒い冬の夜にぴったりなナンバーをたくさん歌っていただき

大盛況のうちに幕を閉じました。メリークリスマス！

イギリスの病院を訪問して

～「なるほど！」感染対策の工夫～

感染認定看護師　長町律子

ナニージャをご覧の皆様、初めまして。
私は、看護師ですが、感染管理認定看護師という資格を取得しており、専ら病院内の感染対策について業務をしています。そのため、感染対策について少しでも良いアイデアがあれば取り入れたいと常々思っており、機会を作っては他病院の感染管理担当者とお話しすることや、病院訪問をしています。

昨年の７月下旬に、友人に誘われてイギリスの病院を訪問する機会がありました。2日間で3つの病院を訪問するというハードスケジュールでしたが、日本とはまた異なる「生きた学び」を経験することができましたのでご紹介します。

最初に訪問したウイッテントン病院では、感染対策に限定した内容を患者さんや訪問者へ伝える「バーチャルナース」が病院を入って直ぐに設置されていました。（バーチャルナース写真）

人型の白板に映像と音声を流しているのですが、なんだろうと思わず立ち止まるほど目にとまりました。

日本の病院では、病棟や外来などに患者さんや訪問者向けの掲示板の設置や、動画を流しているところもありますが、内容は入院生活や施設案内がほとんどではないかと思います。

医療従事者全員で感染対策を行うことは当然のことですが、患者さんや訪問者にもご協力をしていただくことは今や必須条件です。そのため、掲示板は欠かせないものであり、掲示内容について情報が「見える工夫」を重要視しがちなのですが、情報を「見せる工夫」をしている点について「なるほどなあ」と感心させられました。

ちなみに、1959年に世界で最初に感染対策スタッフを置いたのも、イギリスなんだって。

（写真１）

また、病棟の入口に手の衛生を啓発する大きなポスター（写真１）が掲示してありましたが、その病棟で働いている職員の写真だと教えていただきました。これも「見せる工夫」において面白いと思いましたが、実際にするとなれば日本人はシャイなのでちょっと難しいでしょうか。

次に、ロンドン大学病院を訪問し、日本にはない珍しいものを発見しました。再生紙を利用した便器と尿器です。↓

日本では、使用した便器と尿器は洗浄機などで洗って消毒を行いますが、これは再生紙なので使用後はそのまま破砕機にかけて下水に流すそうです。業務の手間を省き、かつ衛生的であると思いました。

さらにもう一つ、握ると消毒剤が出てくるドアの取っ手です。

ここを握ると消毒液が出てくるしくみになっています。

感染対策の一番基本となるのは手の衛生です。なぜなら、医療従者は手を使って様々な処置やケアを提供しますので、手が汚れていればその手を介して感染が拡がる危険性があります。そのようなことを防ぐために感染、対策においては世界共通でいかにして手の衛生を実施できるかが問題とされています。

イギリスは古い建物が多く、自動ドアが少ない病院もあるそうです。病棟に入るにあたり必ず触れなければならないドアの取っ手から消毒剤が出てくるので、手の消毒をせざるを得ませんよね。日本ではほぼ全ての病院において手の消毒剤の病室前への設置や医療従事者が携帯するなどで使用がされています。しかし、設置するだけでは何の意味もなさず、使用してこそ初めて意義があるものです。このドアの取っ手から、手の衛生を向上させるための「ひとひねり、ふたひねり」の工夫の必要性について考えさせられました。

次号に続く・・・

ホノルルマラソン参加日記

糖尿病・代謝内科　白神　敦久

皆さん、こんにちは。　糖尿病・代謝内科の白神です。このたび、休暇をいただき、平成２６年１２月１４日に開催されましたホノルルマラソンに参加しました。

コースはアラモアナ公園をスタート、一旦ダウンタウンに向かった後アラモアナに戻り、その後ハワイ1の繁華街ワイキキを通りダイヤモンドヘッドを眺め、カラニアナオレ・ハイウェイを通ってラグーンの美しいハワイカイを折り返します。再びハイウェイを通り、閑静な住宅街カハラを抜け、最後はカピオラニ公園にあるゴールを目指す、高低差30mの42.195kmのコースです。風光明媚なコース、周りの応援やおもてなし、制限時間が無いことから人気が高く「ジョガーの祭典」とも言われています。今年は参加者30434人、うち日本人は13454人と日本からもたくさん参加していました。ただ、例年気温が23度から28度と高く、突然の雨が降ったり気候はきびしく、急な上り下りもあり、完走者21816人と徳島マラソン(93.3%)に比べると決して楽なコースではありません。

また今回日本糖尿病協会のランニングチーム『Ｔｅａｍ　Ｄｉａｂｅｔｅｓ　Ｊａｐａｎ』の一員として参加しました。Ｔｅａｍ　Ｄｉａｂｅｔｅｓ　Ｊａｐａｎは１型糖尿病患者で糖尿病専門医である、南昌江先生を中心に、糖尿病患者さんと医療従事者で構成されたランニングチームです。ランニング雑誌「ランナーズ」で第27回ランナーズ賞にも選ばれています。スローガンは『ＮＯ　ＬＩＭＩＴ！糖尿病だからって出来ないことなんてない。』です。

スタートは朝5時、まだ周りは真っ暗。天候は小雨が降り続き肌寒い中でした。スタートのカウントダウンが終わると同時に何十発もの色とりどりの花火が上がりランナー達を見送ります。町中は夜にもかかわらず、応援の人が多く「ＡＬＯＨＡ」の声、またあちこちで常夏の島のクリスマスイルミネーションに迎えられました。

メインストリートのワイキキの景色もこの日は一変してランナーを迎えてくれました。

スタートから約１０km、最初の難関を迎えます。ハワイの代名詞、ダイアモンドヘッドで最初の坂、これを超えるとコース最大の下り坂を迎えます。急なアップダウンで徐々に足に疲れがたまりました。スタートから約2時間ハイウェイに差し掛かったころ夜明けを迎えました。明るくなりましたが、生憎の雨に加え強い向かい風が吹きつけてきます。疲労に加え体温を奪われます。ハワイカイを折り返し、復路のハイウェイ。スタートから30kmを超え、疲労と寒さがさらに増してきます。徐々にスピードは下がり、苦しくなっていました。そんな中、目の前に大きな弧を描く虹が。まさに気まぐれなハワイの空がくれた素敵な贈り物でした。さらに背中を押してくれたのはＴｅａｍ　Ｄｉａｂｅｔｅｓ　Ｊａｐａｎの仲間たちでした。すれ違いの時にハイタッチ、沿道からの応援。それがなかったら、そこで足を止めていたでしょう。　残り5kmここからが正念場。最後の難所、ダイアモンドヘッドに差し掛かりました。大荒れの天気で始まったマラソンも、ここではまぶしい日差しを差し掛けます。前へ足を進めるのはもう気持ちだけでした。その時、横から見知らぬ外人ランナーから声をかけられました。その方は１型糖尿病患者さんで、Tシャツのロゴ（Ｄｉａｂｅｔｅｓ）を見て声をかけてくれました。思わぬ国際交流に少しリフレッシュ。

下り終えたらフィニッシュへと続く最後の直線。一歩一歩今までの思いが頭の中によぎります。早くゴールしたい。でももう少し楽しみたい。あふれる思いを胸に4時間31分28秒の旅を終えました。

今回のホノルルマラソンは生涯忘れられない経験となりました。是非また参加したいし、皆さんも是非参加されることをおすすめします。

酔っぱらいのたわごと

「蕎麦（ソバ）と
燗酒（かんざけ）」

桜眉会
湯浅安人

数年前から蕎麦（ソバ）をよく食べるようになった。主に徳島駅前のＳデパート地下の総本家Ｈで、九階にあるＹ蕎麦にも時々行っていた。総本家Ｈでは、天ザルそばとビール、たまに鴨なんばんと日本酒を頼むことがある。あと、この時期には牡蛎（カキ）なんばんも。Ｙ蕎麦では、ソバガキと日本酒を頼んでいたが、残念ながら閉店してしまった。

若い店員の中には、日本酒を温めたものすべてを「熱燗（あつかん）」と思っている人もいて、燗酒を注文すると「ハイ、熱燗ですね」といわれる。「熱燗」とは、日本酒を50度くらいに熱くしたものを指す。個人的には、50度の「熱燗」より、40度くらいの「ぬる燗」か、せめて45度くらいの「上燗（じょうかん）」までが好みである。「熱燗」よりさらに熱くした「飛びきり燗」や30度の「ひなた燗」などもあるらしい。

ソバガキも、若い人にはなじみのない食べ物かもしれない。

総本家Ｈのメニューにソバガキはない。きっと、作るのに肩がこるほどの体力がいるからではないかと推測している。

なじみがないといえば、以前、蕎麦の記事が載った「新そば」という季刊誌に、「あつもり」という蕎麦用語があった。いまだによくは判らないが、蕎麦をゆでた後、冷水でしめずにそのままザルに盛ったものではないかと勝手に想像している。もし「あつもり」をご存じの方がおいでたら是非教えて頂きたい。

ついでに、ソバガキを出してくれる県内の蕎麦屋さんも教えて頂きたい。（自分で作ってもいいのだが、すでに右肩の方に痛みが・・・。）

前回のナニージャでは、この酔っぱらいのテンションだけがあがりっぱなしであった。

皮膚科のＳ先生が涙を流した徳島大学医学部サッカー部の記事を見て、その純粋さに熱くなり、自らを反省した。どうも、公務員から民間人になって、ゆるい性格がますますゆるくなったように思われる。もちろん鴨なんばんでチビチビやりながら、ただいまも反省の真っ最中である。

あなたの声ポスト

★ご意見
・9階に温かい飲み物の自動販売機があればいいと思った。
・コンビニエンスストアに粉ミルク・オムツ・ガーゼなど赤ちゃん用品がほしい。
・コンタクトレンズ洗浄液が売っていなくて困った。

○回答
貴重なご意見ありがとうございます。コンビニエンスストア・自動販売機の販売品目につきまして、いただいたご意見をコンビニエンスストア側に伝えております。

★ご意見
自転車置き場が狭いので、他にも設置してほしい。

○回答
現在の病院周辺の駐車場につきましては、本格的な整備前のいわば、仮設の状況です。そのため、駐輪場につきましても十分に設置できておらずご迷惑おかけしております。今夏以降、工事が始まります。ご理解いただきますよう、お願いします。

臨床工学技師一同

私のデスクのブックスタンドは自分の力では到底整理できないほどのファイルで埋め尽くされているが、その隅っこに１冊の本がある。タイトルは『心を助け、気持ちを癒やす本「つらい」と思ったら開いてください』だ。過去の偉人たちの残した言葉が綴られて、人生のあらゆる場面で困難に直面したときに力を与えてくれる本（と思う）。何年前か忘れたが、どこかの書店で購入したもので、私自身あまり本を読まない人間だが、1年に1－2回ふとこの本を開くときがある。

ここのところ仕事で少し行き詰まっていたこともあり「仕事に行きたくない時に電車の中で読む言葉」という章を何の気なしにペラペラとめくっていた･･･はい、飛び込んできました！

「寝て食うだけが取り柄なら獣と同じその一生」
～シェークスピア～

ですって・・・

それって私のこと？しかも当たってるし。そういう意図じゃないんでしょうが、この章で、今の私にその言葉放り込みます？励ましてほしかったんですけど、逆にいい感じで力が抜けましたわ、ははは。この本すげーな！

ナニージャ副編集長　有馬信夫