



宇宙

Vol.48

●題字は深町正喜氏



GONGOVA タイ北部 小南達矢氏撮影

■花月クリニック。..... 2	
10周年、ありがとう。	
■GONGOVA 最終回 3	
■子宮頸ガンについて 4	
■フードマイレージとは? 5	
■Seiryō Topics 6	
夏祭り	

■今後の行事 7	
クリスマス会	
■かんたんレシピ♪..... 7	
あっさり梅そうめん	
■日田散歩 ③④ 8	
「山」のしっぺ返し	
■スナック 8	
リバーフェスタ in みくま川	

花月クリニック。10周年、ありがとう。



初めに、花月クリニックが存続し頑張っていることは、何と言ってもクリニックスタッフの仕事を超えた奮闘ぶりに大変感謝しています。2010年11月、花月クリニックは開院10年を迎えます。

開院当初、「撤退もありうる！」と理事長の言葉にもあったように、初めの数年間は厳しい状況で、閑古鳥が鳴くとはこのようなことかと感じました。暇なあまり、クリニック周囲の草取りや掃除をスタッフがやっており、ある看護師は、入職したものの「ここは大丈夫か！？」と感じたことを最近笑いながら話してくれました。デイケア併設工事1週間前に突然計画中止になったこともあり、健康教室では、参加者よりスタッフの数が多い事は常で、ある地区の公民館を貸していただいたものの、参加者がゼロで呆然として帰ったこともあり、また、ホテル祭りに参加した際は「お前たちは何しに来たのかい？」と言われたこともあり、しかし、地道な活動が実を結び、年数回行うグラウンドゴルフ大会は、最近では50人を超える参加者で地域の一大イベントになりました。スタッフや花月委員会が一丸となり、健康教室やグラウンドゴルフの開催を通じ、地域に貢献することの大切さを実感しました。

私の専門は循環器内科ですが、花月にかかれば、腰痛・膝痛が治るとの患者さんのお話で、ここ数年、整形外科化してきました。また連日、鼻からの胃カメラ・禁煙治療・男性型脱毛症・勃起不全・更年期障害・花粉症・蜂・ムカデ・漢方などなど、実に様々な患者さんがいらして、とりあえず花月にかかれば「なんとかしてくれる！」を目標にしています。大学病院で循環器専門医として心臓カテーテル検査を中心に心臓ばかり診て、毎日オンコール状態だったことを考えると不思議な思いです。

私も50歳を迎え、少しは落ち着いてきたと思いますが（笑）極めて爆発的・自己中心的性格の医師にこれからもお付き合いください。10周年は、あくまで通過点であり、さらに前進していきます。医師（私）、看護師（吉富師長、木下、大嶋）、事務（野口、中野、津江）このチームは円熟した中に新しく2人のメンバーが加わり一段とパワーアップしました。最近、新たにみんなで楽しむことやクリニックの建物は古いながらも2階に健康増進（趣味も兼ねて）を行えるような空間に利用出来ないか、また屋上で何か出来ることないかなど妄想にふけることが多くなりました。

最後に岩里理事長をはじめ小南・山田・堀内先生、聖陵会職員にはいつもご支援をいただき感謝しています。

聖陵花月クリニック院長

井原 亮

2000 年以来毎年参加してきた学習院大学海外ボランティア活動 GONGOVA（川嶋辰彦教授主催）は今年が最後になる。

今回はタイの北部、チェンライとチェンマイの中間にあるバンホエヒンラートナイというカレン族の住む人口 100 名余の村である。この 10 年間で 4 ヶ所の村で活動してきたが、今回の村は比較的裕福で、家の作りもしっかりしていた。今までの所は、竹で作った壁にバナナの皮で屋根を葺いた高床式のものが主だったが、ここではどの家も木材の壁に屋根はスレートであった。スレートの屋根はひょう（雹）の被害から守るためでもある。熱帯の地にひょう？この辺は時々親指大を超えるひょうが降り、車のガラスは割れるし、農作物も被害を受けるという。バナナの皮で作った屋根であれば、ひょうが貫通してしまい、中にいる人間に直撃すれば命に関わる。

滞在中はひょうは降らなかったが、今回は雨季の時期でもあり毎日雨には見舞われた。スコールがやってくるとそこら中の道が川になるほど様変わりするが、雨がやんで数時間もすると何事もなかったように元の状態に戻る。しかし、雨のお蔭で日中も暑くなく、今までの中では一番過ごしやすかった。

学生の体調も概ね良好で、同行した看護師笠原の活躍する場面があまりなかったが、そこにいるだけで皆に安心感を与えていた。

村人の診療も何人かおこなった。一人、歩けなくて家の中で寝たきりの老人がいるからと、往診の依頼もあった。村人の話だと「105 歳？」ということで、目もほとんど見えず、耳もほとんど聞こえないという。身よりはいいみたいで、近



所の人がみんなで世話しているということだ。腰が痛くて歩けないということで、日本から持ってきた湿布を貼ってあげた。滞在中は毎日往診に駆け、湿布を貼り替えたが、かなり楽になったと喜んでもらった。最後の日には自分で戸口まで移動できるまでになっていた。

他にも腰痛、膝関節痛を訴える人が多く、手持ちの湿布は全部なくなったが、あまり難しい病気をかかえている人がいなくて幸いだった。

思い起こせば 9 年前、初めて GONGOVA に参加した時のことが懐かしく思い出される。チェンマイの電飾溢れる賑やかなナイトバザール。怪しげなネオンの輝くナイトクラブ。7 時間の長距離バス。山岳少数民族に混じっての生活。この間学んだことは、人は民族・文化が違ってても基本的な所は皆同じということであった。

聖陵会として足掛け 10 年に渡って GONGOVA に参加してきたが、こうして無事最終回を迎えることができなによりであった。

小南達矢

子宮頸ガンについて



子宮は、なすびのような、あるいはヒトの頭のような形をしています。解剖学的に子宮の首の部分を「子宮頸部」といい、頭の部分を「子宮体部」と呼びます。また

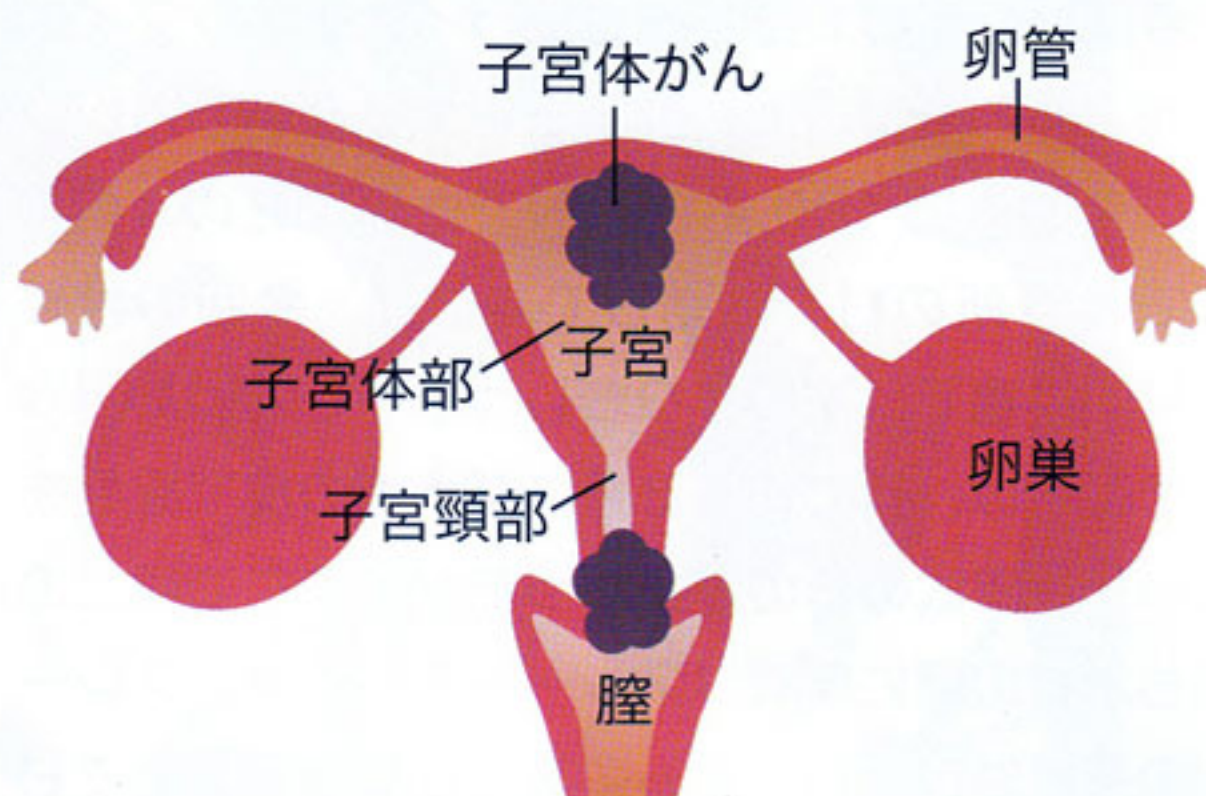
ガンの発生部位が前者の場合は「子宮頸ガン」、後者の場合は「子宮体ガン」とに分けられます。

子宮に発生するガンを総称して「子宮ガン」と呼ぶ習慣が日本にはあります。しかし、混乱を招くため「子宮ガン」という言葉は使用すべきではないでしょう。そもそも子宮頸ガンと子宮体ガンは、子宮という同じ臓器に発生しながらも、まったく異なるガンだからです。発生原因、

好発年齢、ガンの性質（生物学的行動）も異なります。また治療法も手術術式が異なり、抗ガン剤、放射線療法への反応も大きく異なります。

「子宮ガン検診」というと、子宮頸ガンの検診なのか子宮体ガンの検診なのか、あるいは両方なのか理解できません。通常、子宮ガン検診というと、「子宮頸ガン」の検診を意味します。現時点で検診の受診者の年齢層は、施設によっては更年期以降の女性が多くを占める場合もあります。その場合、子宮頸ガンの検診のみではまったく配慮が欠けているといえるでしょう。今後、啓発が必要です。

さて、子宮頸部は、外側から皮膚・外陰・膣と連続性に、扁平上皮細胞で構成されています。そして、子宮の入口を少し入ったところ



で、子宮頸部（頸管）の上皮を構成する腺細胞とぶつかり合うところがあります。この部位の未熟な細胞が異常に増えていく状態が、子宮頸ガンです。組織型には、もとの扁平上皮が異常増殖する「扁平上皮ガン」と頸部の腺細胞が増殖する「腺ガン」があり、8対2の割合です。後者のほうが、予後は不良です。

明確なことは、セックスの経験のない子宮頸ガン患者はこれまで一人もいないということです。したがって、性行為による何らかの感染が子宮頸ガンのきっかけになることは間違いありません。最近その原因がHPV(human papilloma virus: ヒトパピローマウイルス)というイボをつくるウイルスの感染であることが明らかになりました。



定期検診を受けましょう

フードマイレージとは？

最近「フードマイル」という言葉を耳にしたことがないですか？

フードマイルとは食料の生産地から消費者の食卓まで食品を運ぶ距離をいいます。

そしてフード・マイレージ (food mileage) は「食料の輸送距離」という意味でこの食料輸送が環境に与える影響の大きさを表します。輸入相手国別の食料輸入量重量×輸出国までの輸送距離（たとえばトン・キロメートル）を表します。食品の生産地と消費地が近ければフード・マイレージは小さくなり、遠くから食料を運んでくると大きくなります。

このフードマイレージは1994年に、イギリスの消費者運動家・ロンドン市立大学食料政策学教授のティム・ラングがフードマイルとして提唱した概念です。日本で広まるきっかけとなったのは、国内有機農業を振興してきた環境NGO・大地を守る会による「フードマイレージ・キャンペーン」です。

日本は遠隔地からの食料輸入が多く、その分他の国に比べフードマイレージの値が高く、環境への負荷が高いことがわかります。

また輸送距離が長くなるほど、生産者と消費者の距離も遠くなり、安全性の問題も見えにくくなり、相手国の環境にも負荷をかけることになります。

このことから、生産者の顔が見える「地産地消」の大切さや、地域農業の活性化が必要なことがわかります。

たとえば地元で作られた農産物を食材に活かす、旬のものを食べる、食べ残しをしないなど食生活を見直していきたいですね。

（総 量）

日本	9002 億 800 万
韓国	3171 億 6900 万
アメリカ合衆国	2985 億 2100 万
イギリス	1879 億 8600 万
ドイツ	1717 億 5100 万



◆おかげ様をもちまして無事、 夏祭りを終えることが出来ました！！

皆さんこんにちは！実行委員長を務めました熊谷佳祐です。

今年で聖陵会の夏祭りも第13回目となり、8月

7日（土曜）の聖涼祭には、熱いなか、大変大勢の方にお越しいただき盛大に行うことが出来ました。誠にありがとうございました。

今年度の聖陵祭は、『日田で語る2010夏』をテーマとしました。

これは皆さんが世代を越えて語り合い、昔のこと、今のことをお互いに知ってもらおうと考えました。ただ、漠然と語りあってくださいと言っても戸惑うかと思い、そこで聖涼祭実行委員会では昔、よく行われていた遊びを調べて、たくさんの遊びを用意いたしました。

遊びを通し、たくさんの話の輪が広がればと思いました。実際体験された懐かしい遊びに、大人方や子どもさんも一緒になって楽しんで遊んでいたようにでした。

展示の中には聖陵会の水環境委員会での植林活動・ボランティア委員会による海外での活動内容や戦争の記録（シベリア抑留について（患者さんの体験談））も用意し、皆さんに平和や環境のことを少しでも考えていただこうと思い、たくさんの方にお越しいただきました。

また、屋外イベントも昭和学園バトン部、藤蔭高校のブラスバンドと河津まみさんの演奏、銭刈健康クラブの皆さんなど多数のゲストに御越しいただきました。大変成功裡に終えることが出来ました。

最後には待ちに待った抽選会！！当たった方当たらなかった方、大勢いたかと思いますが、この夏祭りの語り合いを通して、何かひとつでも良い思い出が作れば幸いです。

来年も夏祭りを予定しております。是非またのご来場をよろしくお願いします。



◆クリスマス会

聖陵会では12月にクリスマス会を開催しています。
毎年クリスマス会では職員が考えたテーマに沿って会場の装飾や演芸などいろいろな催しを準備しています。
今年も職員一丸となってクリスマス会を盛り上げていきたいと思いますので是非ご来場をお願いします。



昨年のクリスマス会の様子

かんたんレシピ♪

no.2 あっさり梅そうめん



【材料(2人分)】

そうめん		1わ
おくら		2~3本
梅		1個
鰹節		適量
ゴマ		適量
めんつゆ		100cc
(うすめたもの)		

夏ももう終わり。そうめんがあまっているお宅もあるのでは？
ちょっと違う味でそうめんを味わってみるのはいかがでしょうか？

【つくりかた】

- ①小鍋にめんつゆと、タネを除いた梅を入れ5分ほど煮たためる。
- ②梅を取り出し細かくたたいておく。できたつゆは冷蔵庫で冷ましておく。
- ③そうめんを茹で水洗いして器に盛る。
- ④おくら、かつお節、梅をのせて、ゴマをちらし、つゆを注いで完成！



日田漫歩^{③④}

「山」のしっぺ返し

梶原義則



“山好き”の岩里正生・聖陵会理事長と谷川岳（群馬県 標高1977m）の話をした。

ロッククライミングのメッカ。急峻な岩壁、複雑な地形、急変する天候の「魔の山」。1975年ごろ、救助隊の前線基地に詰め、取材に追われたことも。今も、遭難が絶えない。

その7年前、北アルプスなどを管内に抱える松本支局に赴任。西穂高岳（2909m）に登った。独標付近の岩に転々と、黄色の○印が描かれていた。同行者が言う。「昨夏、高校生11人が水平雷撃の犠牲になった場所だ」。何とも痛ましい。登山を楽しんだ学生時代と異なり、「山」を見る目が厳しくなった。

上高地（1500m）の木村小屋をベースに一定期間、夏山、冬山を取材。人でごった返す夏は話題ものや無法な高山植物荒らし、自然破壊問題などを送稿。遭難速報も多々。暮れから正月3日にかけての冬の雪山遭難は、最悪の事態に至るケースが多かった。

ある年の8月。24歳の女性2人が軽装で「近

くの明神池に行く」と1食分だけ持ち、上高地の旅館を出たまま行方不明に。捜索隊が出たが見つからない。「誘拐？」との憶測も。ところが1人目が10日目、2人目も12日目に岐阜県側の北ア山麓で発見された。憔悴し、傷だらけ。予定を変更して急きょ西穂高岳に登り、下山中に迷って離れ離れに。安易なピクニック気分が遭難の原因。夏とはいえ、風雨と夜間の冷え込みをしのいでの奇跡的な生還を喜ぶ半面で、女性の強靱な生命力に妙に感心した。

今、登山ブーム。「山」や大自然の楽しさを享受するルールを無視すると、厳しいしっぺ返しに見舞われる。筆者はかつての元気なく、日田の周囲の山々を寂しく仰ぎ見る。



上高地河童橋

経歴：毎日新聞記者。鹿児島支局長、経済部長、編集委員を経て2000年4月、日田赴任。

第15回リバーフェスタ in みくま川 リバーフェスタに参加しました！

去る8月22日（日）に、亀山公園周辺の三隈川で行われた、第15回リバーフェスタに参加しました。

今年は天候にも恵まれ、普段、川で遊ぶことの少ない子供達の歓声が絶え間なく聞こえ、参加した職

員も一緒になって童心に返り、楽しむことのできた一日になりました。



様々なアトラクションを楽しむ子ども達



医療法人 **聖陵会**

- ホームページ <http://www.seiryoku.or.jp/index.html>
- E-mail seiryoku@seiryoku.or.jp

救急指定 **聖陵岩里病院**

介護老人保健施設 **聖陵ストリーム**

居宅介護サービスセンター

訪問介護サービスセンター

こども発達・支援センター銀河

聖陵花月クリニック

アンコール小児病院(カンボジア)

編集後記

今回、初めて広報誌を担当しました。聖陵花月クリニックの開院10周年・GONGOVAが最終回という記事に触れ、継続・発展するものや節目を迎えるものというように、聖陵会が変化しつづけているのを改めて感じました。