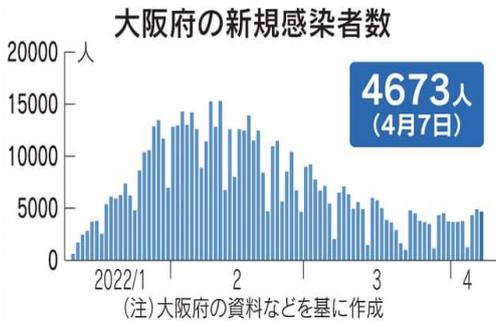


卯月4月、桜満開の中、満面の笑みでご子の入学式を迎えられたご家庭も多かったことでしょう。本当に、おめでとうございます。さあ、希望あふれる日々をつくっていきましょう。



4月、さくらの季節を迎えています。例年、満開近しの時期になぜか強風が吹いたり、雨にたたられたりして残念な思いの年が続いてきましたが、今年はゆっくり楽しめますね。さて実際の私たちの毎日はどうでしょう。まん延防止が先月解除になりましたが、大阪府は7日、新たに4673人が新型コロナウイルスに感染していることが確認されたと発表しました。(NHK ニュース) また、第7波はすでに始まっているとの指摘もあります。ニュースは、ウクライナ情勢とコロナに覆い尽くされていますが(最近は阪神のことも・・・)、「いま」にびびらず、「未来」を展望して、「何ができるか」を考えていきましょう。

【ニュース】

① 診療日の変更

4月30日(土曜日) 三谷外来休診 代診米本医師

② コロナワクチン(3回目)の追加接種について

ミタクリでは、4月・5月に3回目の臨時接種を行います。迷っておられるそのあなた、どうぞお申し込み下さいね。

日程:4月20日(水曜日) 23日(土曜日) モデルナ社製
5月14日(土曜日) ファイザー社製

③ ミタクリ川柳 やはり衝撃のウクライナです
プーチンの核ちらつかせる言動に 被爆者吾は怒り
覚える (評:結局、力と力の均衡の下でない平和は
守れないのか・・・いや、それでは何も変わらない)

ちらつかせ 大国のエゴ許さない 逃れ行く 罪なき民よ 無事であれ (評:この時代にこの侵略戦争 町を徹底的に破壊して、これからロシアはどうするつもりなの?)

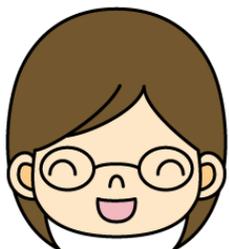
【ミタクリ時代を読む ウクライナとロシア その1】



キエフ公国、この国の成立がウクライナとロシアの原点です。西暦 882 年にバイキングがスラブ系の大国をつくりあげました。988 年、キエフ公国のノヴゴロド公ウラジーミル 1 世がギリシャ正教に改宗し、クリミア半島にあるケルソネスで洗礼を受けたことが「ロシア人とウクライナ人は一体」との根拠、これがプーチンの言い分です。しかしウクライナは覇権を争う国々によって繰り返し支配されてきました。モンゴル軍がキエフ公国を滅ぼしたのは 1240 年、皮肉にもこの侵攻によってモスクワを中心とする一地方政権がロシア帝国にまで発展する発端となったのです。16 世紀にはポーランドとリトアニアの軍隊が侵入、17 世紀ポーランド・リトアニア共和国と帝政ロシアとの戦争により、ドニエプル川より東側(左岸ウクライナ)とキエフがロシア皇帝の支配下に、西の「右岸」はポーランドが支配しました。ポーランドの弱体化に伴い 1793 年から 95 年にかけて「右岸」がロシア帝国に併合され、同時にウクライナ語の使用が禁止され、人々はロシア正教への改宗を迫られました(「ロシア化」です)。1917 年のロシア革命の後、内戦の絶えなかったウクライナは 1922 年にはソビエト連邦の構成国となりました。1930 年代初頭、ソ連の指導者スターリンは、何百万人ものウクライナ人を飢餓と死に追いやり、ウクライナ東部の人口を埋め合わせるために、多くのソビエト市民(ロシア人も)を移住させました。こうした経緯によって、ソビエト連邦の支配下にあったウクライナ語を話せない東部の人たちはロシアとの結び付きが強く、ロシアを支持する傾向にあります。一方ウクライナ西部は、

ポーランドやオーストリアなどの支配下に置かれた事情から、NATO 寄りの政治家を支持する傾向にあります。また東部はロシア語を話す正教会の信者が、西部はウクライナ語を話すカトリック信者が多いのです。(次号へ)

【欣子先生の診察室だより ～東北でいただいた宿題～】



雷神山古墳



ひやま山荘 2号温泉

桜の季節になりました。毎年毎年忘れずに同じ時期に花が咲くのがすごいなあ、と感心します。先日弾丸で東北に行ってきたのですが、その時に聞いたことで印象に残ったことがあります。震災で町が流された漁師さんたちが花を植えたというお話。単に景観や花をめでるというだけではなく、漁師さんは「この花が咲き始めたら、そろそろ海で〇〇が採れる」という花暦を大事にしていたからとのこと。花が漁のサインなんですね。都市部のマンション住まいですと自然のリズムを忘れがちになりますが、私たちの身体も自然の一部ですので環境から多くの影響を受けているはず。「△△が咲くと(つぼみが出ると)□□(めまい・喘息などなど)がでる」とマイ花暦をお持ちの方、興味があるので是非教えてくださいね！

実はたったの1泊2日ですが、久しぶりに大きな刺激をもらいました。旅の始まりは仙台空港からタクシーに乗って15分。東北最大級の前方後円墳、[雷神山古墳](#)へ。タクシーの運転手さんに行き先を伝えると「え？え？なんでそんなところ行くの～他にいいところいっぱいあるのに～」と文句を言われながら(笑)。「え、でも4世紀後半から5世紀で168mの前方後円墳って、方違さんのそばにある反正天皇陵よりも随分大きいし登れるんでしょ？素敵じゃないですか！」と説明しても全く通じず。

古墳の上に立つと、東に空港その先に海が見えます。当時はおそらくこの古墳近くに海岸線があって(震災の津波も東北自動車道をくぐったとのこと)、高台にある古墳の大きさ=威厳を、往来する船に見せつけていたんだろうなあ。仁徳天皇陵は5世紀半ばですからそれ以前の話です。古墳や古代の遺跡は、確かにその時代にこの場所に、それをつくる人がいたという確かな事実であり、どんな生活をしていたのか想像する楽しみがあります。久しぶりの墳活に土器土器しました(笑)。

そこから残雪1mもある山形に移動して、友人の温泉宿に。なんと、お代金は自由でカンパ制で！・・良質な源泉かけ流し温泉が入り放題、清潔なお布団、美味しい2食付きで・・！お金を介さない生活がどうなるか実験、とあります。「カンパ制やけど、有るものは惜しみなく提供するよ！今日は、いただいた高価な桐箱いりの日本酒があるねん。」とギターを弾きながらふるまってくれました。自然がある、温泉がある。野菜やお酒などのモノがめぐってくる。モノがなくても作業などで助けようかというヒトが現れる。お宿自体も友人が集まって作ったと。結果なんかしらんけどお金も結構入ってくんねんなど。これが本当の豊かというものなんだなあ。野菜や米をつくれる農村だからできるのか、彼らの人柄なのか、いや、やっぱり全国をまたにかけて人助けに奔走している姿を知っているの、活動のすべての合計がこのカタチなんだと思います。

こんな話も聞きました。東北のある海岸では、嵐の後コンブやワカメが浜に打ちあがる。それを取っていいのは夫を亡くした女性。でもその女性たちは自分たちが必要な分をとったら木を1本横にして浜に置く。それを合図にそれ以外の人が浜に取りにいていいという「コミュニティのルール」。昔はそうやって社会的に困っている人が自然と優先される、そんなルールがたくさんある村にあったんだそう。

私たちの「ちぐさのもり」も恩送りの実験をしてきたつもりでしたが、貨幣経済にどっぷりつかっている身に、パンチをくらわされるような衝撃を受けました。

福田商店の “煎じ薬に浸かるような”入浴剤 入荷しました！

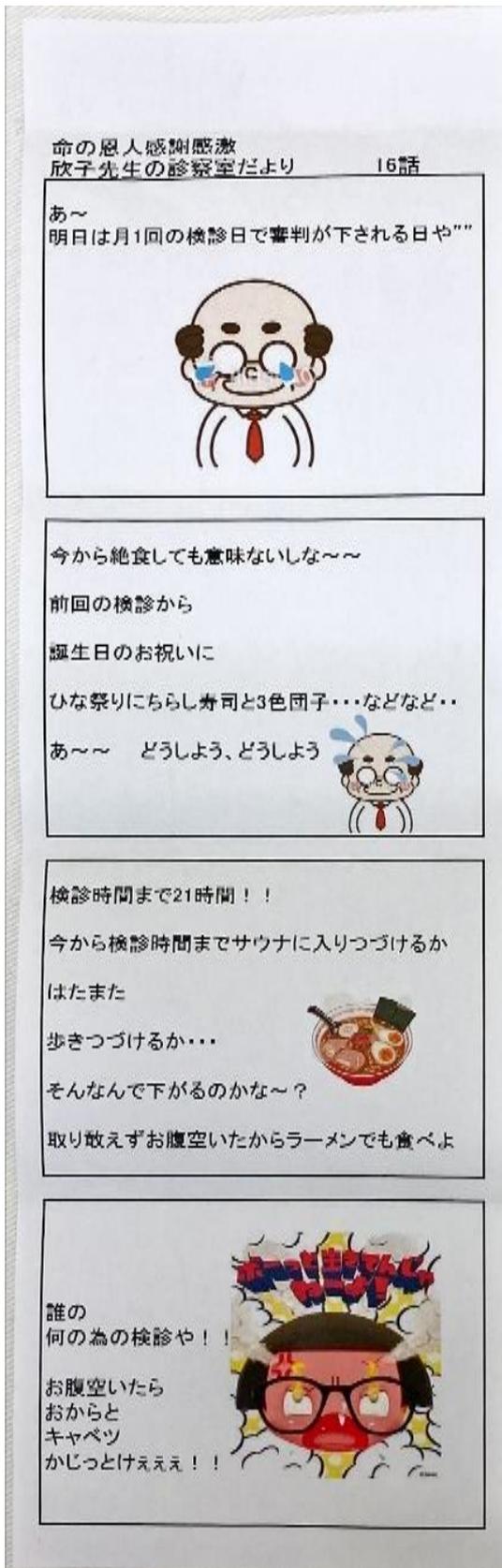


飛鳥薬師湯：乾燥肌や湿疹など皮膚のトラブルに。香りはマイルド。
天真：冷え症の方 あたたまります。東大寺でも販売しています。
価格(いずれも) **2個入 750円(税別) 5個入 1500円(税別)**

- ・奈良県で生薬問屋を営む福田商店の、生薬だけから作られた贅沢な入浴剤です。
- ・着色料など余計なものは一切入っていません
- ・袋にぎっしり生薬が詰め込まれていますので、まるで煎じ薬に浸かっているような効果があります。お湯をたっぷり含ませた袋を首や肩に乗せるのもオススメ！
- ・使った後は土に戻せます。

ご注意くださいね！

- ・生薬の色素が出ます。繊維は染色されますので残り湯を洗濯に使うことはおすすめしません。
- ・湯船はその日のうちに洗うと大丈夫です。
- ・カビが生えやすいので開封したものは浴室に置かないでください。



2022年4月以降も クリニックは緊急事態宣言下と変わらぬ診療をいたします。

クリニックの現在の対応について、ご協力よろしくお願いします！

- ① 職員を含めウイルスを「持ち込まない」ように細心の注意を払っています。
クリニック内を1時間半おきに消毒し、常時換気をしています。待合では間隔を空けて座っていただきます。それでも、待合が混雑したら、元気な方にはウオーキングに出していただくようお願いするかもしれません。
- ② 予約の日であったとしても調子が悪い場合は、すぐに来院せず、先にお電話で相談してください(072-260-1601)。コロナの専門外来に受診すべきか、他の病院に紹介すべきかそこで先に判断します。当院で診察をする場合は、一般の予約の方と時間を分けて、隔離して診察しますので、来院していただく時間を指定させていただきます。
- ③ 2022年3月号までは、「当院では新型コロナウイルスのPCR検査はできません」とお伝えしていましたが、4月よりかかりつけの方には、鼻咽頭ぬぐい液を用いる抗原定性検査およびPCR検査を実施させていただく場合もあります。他の迅速検査(インフルエンザ・溶連菌・マイコプラズマ)は、中止しています。
- ④ クリニック滞在時間を短くするために、尽力しています。診察時間も意識して短くしています。いままでのような、ゆったりした世間話もできないかもしれません(ごめんなさい)。身体診察の時間も、幾分減るかもしれません。待ち時間が発生するため血液の迅速検査は“どうしてもの場合だけ”に制限させていただきます。質問事項(今回はどういったお薬が必要か、どういった体調の変化があったか、など)や残薬など、あらかじめメモして持参いただけたら助かります。
- ⑤ でも、お困りのことがあれば、ちゃんとお聞きして関係各所におつなぎしますのでご相談ください。「仕事がなくなってお金が入らない」「家賃や公共料金の支払いに困っている」などです。
- ⑥ ミタクリでは2020年5月からオンライン診療(テレビ・電話)を開始しています。利用する上では、機器使用料など、いくつかの条件がありますので、ご希望の方はおたずねください。

【外来担当医一覧 2022年4月現在】

予約電話番号：072-260-1601

診察受付時間	月	火	水	木	金	土
午前 (9:00-11:00)	巽 米本	米本 三谷	巽(訪問診療) 三谷	巽 米本	巽 (オンライン可) 三谷	三谷 (オンライン可)
午後 (14:00-16:00)	巽 (オンライン可) 米本(訪問診療)	巽(訪問診療)	巽(予約) 三谷(訪問診療)	巽(訪問診療)	巽(予約) 三谷(オンライン可) 米本(訪問診療)	
夜診 (16:30-18:30)		三谷 (オンライン可)	三谷 (オンライン可)		三谷 (オンライン可)	