三谷ファミリークリニック

～ミタクリ通信～
2022年5月号

2022年5月1日
発行所：医療法人三谷ファミリークリニック
発行人 / 三谷和男・巽欣子・米本千春
〒593-8324　堺市西区鳳東町４丁３５４－１
電話 072-260-1601　FAX072-260-1603

みどりがうつくしい皐月（さつき）を迎えました。日常が次第に戻りつつあります。皆さん、お身体の調子はいかがですか？　今月号は、米本先生ありがとう！　大特集です。

5年近くにわたりミタクリのためにご尽力いただいた米本先生が今月末で退職されます。先生から、そのご意向のお話を受けた時には、「えっ？」と言葉も出なかった私ですが、在宅診療にさらに邁進されることをお伺いし、やむなく納得しました。とはいえ、三本柱の一角がなくなることには変わりなく、残された私たちにとって大きな痛手になることは間違いありません。ショックは隠せませんが、スタッフ一同全力で、これからも皆さまのために取り組みたいと思います。米本先生のこれからのご活躍を祈念して、「ヤギの由無し事（よしなしごと）」最終回を、じっくり読みたいと思います。

【ニュース】

①　診療日の変更

三谷休診

5月28日（土曜日午前10：30迄）　代診米本医師

②　5月のコロナワクチンの予防接種

5月14日（土曜日）　午後0：30より

今回はファイザー社製で実施します。詳細は、受付にお問い合わせ下さい。

③　季節のご挨拶

「目には青葉　山ほととぎす　初鰹」享保年間の俳人、山口素堂の句が心地よく響く季節になりました。今年のGWは、まだ一部規制のかかっているところもありますが、金剛山でも登頂〇〇回達成の方の表彰式が３年ぶりに開催されました。欧米では‥上海では‥韓国では‥と、各国によって対応が違うのもふしぎですが、パンデミックとはそういうものかも知れませんね。日本は、どちらかといえば「withコロナ」ではなく「ゼロ　コロナ」政策なので、「ちぐさのもり」再開もそれに準じますが、もっと思い切った手が打てないのか模索中です。

【もの知り真樹（マジュ）様のうんちく話】

神々の中でも際立って美男子の神が、太陽神のアポロンです。ある日アポロンは、小さな恋の神エロス［ギリシア神話ではCupido クピド（英語はキューピッド）］に向かって「おもちゃの弓矢なんか持って。」とからかいました。怒ったエロスは、的中されると恋い焦がれるという“金の矢”をアポロンに、どんなに想われても恋を拒絶するという“鉛の矢”を河の神の娘ダフネに放ちました。もとより美しいダフネです。アポロンはすぐに夢中になって求愛します。でも、鉛の矢を打たれたダフネは振り向きもしません。とことん嫌がってしまって、「私は太陽神だ。どうしてそんなに嫌うのだ。」と追うアポロンから必死に逃げます。「いや！来ないで！」　アポロンがやっとのことで、ようやくダフネの手をつかみかけた時、「助けてお父様！どんな姿になってもいい、清らかなままでいたい！」とダフネが言います。

その願いを、父である河の神がききいれました。またたく間にダフネの肌はこわばり、手や髪は葉っぱに、アポロンがつかんだ腕は枝になって、たちまち一本の月桂樹へと変化しました。［写真1A　1B］

「どうしてダフネ…」　三日三晩泣き続けたアポロン。せめて私の聖樹になってほしいという彼の願いをダフネは聞き入れます。彼の頭に葉を落としたのです。アポロンはその月桂樹の葉で冠を作り、頭にかぶって永遠にそばにおくと誓います。そして、芸術や競技の場で功績があった者の頭にも飾らせようと...
古代オリンピックの勝者に月桂樹の冠が与えられたのはこの話からです。近代オリンピックはオリーブの葉だそうですね。でも冠を見るたびにこの話を思い出します。

写真 1A：「アポロンとダフネ」　　写真 1B：「アポロンとダフネの彫刻（アップ）」
イタリアのベルニーニ作の彫刻（ローマ：ボルゲーゼ美術館）　一生に一度は見に行きたいと願う素敵な作品です。

【ヤギの由無し事（よしなしごと）：最終回　　米本　千春】

写真 2:TSURUBE BANASHI 2022

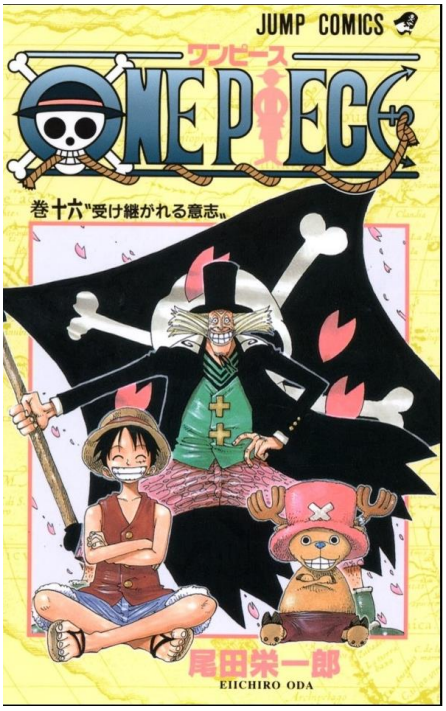

写真 3:ONE PIECE 第 16 巻

文学少女、真樹様のお話はいかがでしたか？　「なーんや、キューピッドは二人を結びつける天使と思ってたのに。」と感じたのは私だけではないと思います。でも、最後には二人を永遠に結びつけていたのですね。

今回もある人の言葉を紹介します。
「『縁』はね、作るもんですよ。」
先日の“TSURUBE BANASHI 2022”笑福亭鶴瓶さんのトークショーでの言葉です（写真 2）。数々のエピソードを聞くと、鶴瓶さんのキャラクターでご縁が勝手にやってくると思っていました。でもそうではなかったのです。

漫画・アニメの ONE PIECE（ワンピース）をご存知でしょうか？　主人公ルフィが海賊王を夢見て大海原を冒険する話です。Dr. ヒルルクが亡くなる寸前に言います。
「やめておけ　お前らにゃおれは殺せねェよ　人はいつ死ぬと思う・・？」
「心臓を銃で撃ち抜かれた時・・・違う」
「不治の病に侵された時・・・違う」
「猛毒のキノコのスープを飲んだ時・・・違う！！」
「・・・人に忘れられた時さ！！」
人に“覚えてもらっている、心のどこかで気にかけてもらっている”感覚。お互いさまの感覚だと思います。私たちは単なる人ではなく“人間”なのですね。

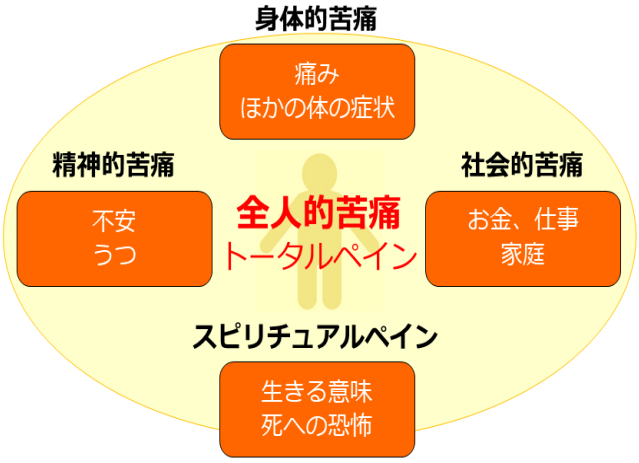

図 1:全人的苦痛

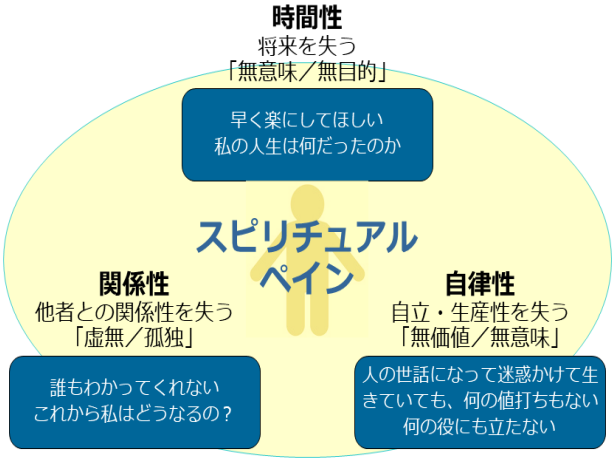

図 2:スピリチュアルペイン「村田理論」

ここからは少々専門的になりますが、よろしければお付き合いください。私は緩和ケアの領域に 15 年ほど関わっています。緩和ケア＝がんと思われがちですが、いろんな辛さを和らげるのが緩和ケアなのです。緩和ケア病棟、病院の緩和ケアチーム、在宅での緩和ケアを経験して、ご縁・関係性が“生きる”につながると感じています。緩和ケアで苦しみ・辛さは、その人全体を広く見ますので、全人的苦痛と呼びます。図 1 のように、【身体的苦痛・精神的苦痛・社会的苦痛・スピリチュアルペイン】の 4 つに分けられます。体が痛いのを解決したら終わりではなくて、心やお金などの辛さにも対応していきます。でも、一番難しく、根本的なスッキリした解決方法がないのがスピリチュアルペインです。それを、村田久行先生は 3 つの柱【①時間性・②関係性・③自律性】に分ける方法を考えました。「強い痛みに苦しむ人は、わかってもらえない孤独（関係性）、先のみえない不安（時間性）、自分ではどうしようもない無力（自律性）に苦しみ、自己の存在と意味の消滅からくる苦痛（スピリチュアルペイン）を感じている。」と述べています。≪図 2：通称村田理論≫

3 つの柱のどれかが細く短くなれば、ほかの柱を太くして支える。例えば人生の残り時間（①）が少なくなれば、他の人・ペット・物などとの関係（②）を強めて、自分を保てる場合もあります。自分で自分のことができなくなって自分らしくいられなくなると（③が弱まると）、関係性（②）で支えられるかもしれません。

人は関係性、つまり、ご縁で生きているのだなと思わせてもらえます。東日本大震災以降よく耳にする“絆”も似ていると思います。【縁はつかみ、つなぎ、つむぐ】と私は考えてきました。鶴瓶さんの言う「縁は作っていくもの」も同じで、縁に恵まれるなどといった“人まかせ”ではなく努力するものだと感じました。鶴瓶さんも「努力しないと縁なんて続かない。」と言っていました。ネット社会で、出会う・つながる、のは簡単になりました。でも、縁を作っていくのは自分次第なのですね。

最後に突然のお知らせですが、私は今月 5 月末でミタクリを退職することになりました。4 年 9 ヶ月の間、皆さんに育てていただきました。皆さんとのご縁は作り続けていきたいです。ありがとうございました。

2022年5月も　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5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）	