

本格的に春です。サクラの花も雨に祟られずゆっくり鑑賞できましたね。出会いの季節はワクワクです。



4月を迎えました。この冬は寒い日が続き、インフルエンザもいつまで続くんやろうと思うほどでしたが、3月22日のさくらの開花宣言のあとは、びっくりするほどのポカポカ陽気、晴天が続き、ゆっくりとお花見に出かけられた方も多かったんじゃないでしょうか。でも花粉症の方にとってはつらい季節かもしれませんね。春分の日前後は大気は不安定です。体調には十分気をつけて、新しい年度をスタートさせましょう。

### 【ニュース】

#### 1. 診療日の変更をお知らせします

4月19日(木曜日)午前 巽休診(代診 米本)

4月25日から5月15日までの巽休診に伴う医師体制の変更は別途お伝えします。

#### 2. 4月からの診療報酬改定に際して

TVや新聞でも報道されていますが、今年は2年に一回の診療報酬改定の年です。これに伴い、窓口でのお支払い額が少し変わります。「あれ？」と思われるなら、遠慮なく私たちにお聞きいただければと思います。よろしくお祈りしますね。

#### 3. 歩けおろ爺(アルケオロジー)さんから薬草パイとこんなお話をいただきました

笑い話(笑えない)

- 1 ホームレス自立支援センターを家内と見学に行った時、帰りぎわ、職員が家内に尋ねました。「お連れさんは？」
- 2 ホームレスの女性にコーヒーを出したら「おっちゃん一人？」と聞かれました。私は？
- 3 スーパーでドンブリを買った時、レジで「おはしは何膳いりますか？」「私はいりません！外で食べるわけではないので！家です！」するとレジの女性は大笑い！！私も大笑い！

投稿川柳

- 1 自己紹介 人畜無害 変わり者
- 2 セイロガン かげによく効く 常備薬 (私の友人です)

### 【ミタクリ漢方 真言宗千枚通のこと】



先月、巽先生からいただいた宿題・・・資料が少ないなあ。そう、高野山奥の院の千枚通の解説です。千枚通は真言宗の開祖、弘法大師(空海)が護符を加持し、水に浮かべて加持水(霊水)を病人に飲ませ病氣平癒を成就させた伝えにはじまります。御袋表面には「初水ニテ安産願フ時二枚、其他一枚用ユレバ諸難除」と記載があります。高野山など真言宗の寺院や、四国八十八ヶ所霊場で多くの霊験を現し、今に伝わる護符の一つです。どのように飲むか？には諸説ありますが、大師宝号の「南無大師遍照金剛」(「南無(あたま)八大師(むね)八遍照(こし)八金剛(てあし)ハ)と三遍唱えて一字ずつ清浄の水に浮かべて頂くとあります。配布された寺院の御本尊の真言や名号、病氣平癒にご利益があるとされる薬師如来のご真言や光明真言を大師宝号に付け足して唱えたり、三遍を七遍や二十一遍にしたり、処方されたお薬を飲む際に毎朝飲んだり、朝昼晩と一日三回飲んだり・・・いろいろと違いはあります。なぜこの小さな紙が霊験あらたかな治療法となったのでしょうか。動物性生薬(例えば牛黄)など何らかの薬物がしみ込ませてあったのではないかという説がありますが文献的に定かではありません。抽出法なども全く不明です。そうすると、もう類推の世界です

が、「お寺でつくられた」「即効性」をキーワードに考えると般若湯(はんにゃとう・禁酒を建前とした僧たちの酒の呼称)をしみ込ませたという説は、おはなしとしても面白いですね。いずれにしても願い事を一枚ずつ書いて浮かべて水を飲むという伝えは、厳かな行事として定着していきます。

【欣子先生の診察室だより】



さあ、4月！新しい生活が始まる方も多いですよ。慣れない生活に気温差・・・くれぐれも体調を崩さない様、しっかり睡眠だけは確保しましょうね。

かくいう私も4月末から5月中旬にかけてお休みさせていただきます。「こんどはどこ行くねん？笑」と沢山の患者さんに言われましたが・・・野暮用です。3週間も旅行できるんやったら南極大陸

に行きたいですが・・・泣！（でもいつかは行くと思いますが笑）ご迷惑をおかけしますが代わりに米本医師が代診してくれますので是非受診してくださいね。

先日、医療介護福祉連携の会世話人会で面白いゲームをしました。「もしバナ」カードゲームです。トランプのようなカードに「家族と一緒に過ごす」「家族の負担にならない」「機器につながっていない」「痛みがない」「不安がない」など、自分自身、あるいは家族が余命は短いと察したり告げられたりした時に「大切なこと」として口にする事の多い短い文章が書いてあります。いろんなルールで遊べるそうですが、私たちは「余命2か月と宣告されたとき」という題で最終3枚のカードを残してなぜそのカードを残したのかをお互い説明しあいました。ある人は「家族」カードを多く集めて、「やっぱり自分亡き後、娘がちゃんと育つか心配・・・」という感想を言ったり、「苦しむのはイヤだけど、あんまり主治医が良いかどうかは関係ないかな」という人もあり・・・それぞれ考え方が全然違うことに気づきます。私はといえば、不思議にも家族についてのカードは捨て、「自分の身体がどう変化していくのか知る」というカードとか「人との暖かい関係がある」（だったかな？微妙にちがうかもしれん）とかを残したのです。なんでやる??と考えたときに、私は特定の信仰があるわけではないのですが、なぜか「生まれ変わる」ことを強く信じているので死ぬことは怖くない、だから医者として興味深く淡々と自分の体を観察してみたいと思う一方で、家族でなくていいけど暖かいつながりは欲しいと思っているんだな・・・と自分が「大事だと思っていること」に気づけたわけです。「終末期をどう迎えたいか」を考えることは「どう生きたいか」を考えることと同じです。私のように「人との暖かい関係がある」最期にしたければ、いまからひとつのつながりを大事にしないといけませんしね（笑）！自分の最期について「考えたくない」のも、もちろんありますが、「考えたい」時には自分の価値観に気づき、他人の思いを聞いて自分を振り返る。ひとつのいい機会になるだろうなと思いました。

ちょっと私たちが慣れたら皆さんと一緒にゲーム大会したいと思います。

【外来担当医一覧 2018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	三谷	巽/三谷	巽	巽/三谷	三谷
午後 (14:00-16:00)	巽(予約) 米本(訪問診療)	巽(訪問診療)	巽(予約)	巽(訪問診療)	巽(予約) 三谷(訪問診療)	
夜診 (16:30-18:30)		三谷	三谷		三谷	