



OB 会だより

国臨協 OB 会関東信越支部

平成 28 年 1 月 1 日
 発行責任者：岩村義昭
 編集責任者：三浦隆雄
 国臨協 OB 会事務局
 千葉県市川市東国分 2-1-26
 TEL：047-372-0713



新年のご挨拶

会長 岩村 義昭

新年明けましておめでとうございます。

会員の皆様におかれましては、健やかに新年を迎えられたこととお慶び申し上げます。昨年は戦後 70 年ということで、安倍首相の談話で、先の戦争に対し痛切な反省とお詫び表明し、これからも日本は世界の平和に貢献していくと話されました。100 年、200 年と言わず、永く平和が続くよう願わずにはられません。

気候変動の影響か、鬼怒川の堤防決壊による氾濫による被害等々、近年自然災害が多くなっている気がします。地球温暖化が進み海面上昇で、ある島しょ国は消滅の危機にあるという。COP21 で話し合いがなされているが、議論している間にも温暖化はどんどん進む。一刻も早く対策を講じるべきだろう。そして我々個々人の生き方も無関係ではない（むしろそれが最重要？）。日々の生活の中で考え行動すべきであろう。

18 才から選挙で投票できるようになった。この夏の参院選から実施される。若い人たちの思いが反映されるか。しかし近年の低い投票率は問題で、棄権しないようにしたい。

TPP は大筋決着し、日本が輸入する農産品・工業品の 95% が関税撤廃される。農業従事者の減少、耕作放棄地の増加。日本の食料自給率はこのままでは心配である。

明るい話題は何といっても、日本人のノーベル賞受賞で、生理学・医学賞に大村 智さん、物理学賞に梶田隆章さん。わけでも大村さんの受賞は、我々医療に携わった者としては、わがことのように嬉しく誇らしい。ラグビーワールドカップで 3 勝して、日本中が沸いた。五郎丸人気は大変なものだ。今年はリオデジャネイロオリンピックもある。いろいろな種目で日本人の活躍を期待しましょう。スポーツは楽し！

さて、今年も総会を 6 月 5 日（土）に予定しております。前回初めて実施しました作品展を今回も行う予定です。沢山の出品を期待します。「OB 会だより」は総会と同様会員相互の親睦を深める場です。多くの人に投稿して頂き記事満載にしたいと思っております。内容は何でも（写真・俳句・近辺雑感・私の愛唱歌等々）歓迎です。

会員名簿はすこし手間取っておりますが、役員一同頑張って次号と共にお送りします。最後になりましたが、皆様には長寿ホルモンを増やして、明るく楽しく、幸多い一年を送られますようお祈り申し上げます。



新年の能 翁と高砂

中田 章

年が改まる新年となると、元旦から多くの能楽堂で演じられる能の演目に「翁」と「高砂」がある。

翁はともかく、高砂の方は一昔前までは祝言で、「高砂や～」と謡われていて、結婚披露宴の定番であったことは御存じの方も多いだろう。今は多分少ないだろうと思うが。

今回はこの2曲について順に書いてみようと思うが、興味のない人にはどうだか？。

翁

「翁」は古くから伝わってきた曲目で、能を確立した世阿弥によればその始まりは遠く村上天皇(10世紀)の時代に源があるようです。天下泰平、国土安穩、五穀豊穰を神に祈祷する舞としての「翁」があり、それに続いて行われた余興芸「猿楽」の発展したものが今でいう「能」である。

「翁」は、「能にして能にあらず」とも云われ、能楽師や狂言師によって演じられてはいるが、能や狂言とみなされない格式高い神事的な演目であります。

それゆえ「翁」を勤める役者は上演前に一定期間精進潔斎の生活を送り、心と体を整えて舞台に臨むそうです。

幕が上がると、箱を捧げた狂言方、主役であるシテ、千歳、三番叟、笛、小鼓3人、大鼓、太鼓、地謡、後見などの各役が登場、それぞれの位置に着く。

笛と小鼓の囃子に続いてシテが謡を始めます。シテと謡い方の掛け合いに続き、シテのあと千歳の舞があり、この間にシテは面(翁面)を付け神に変身します。

このシテと地謡の謡いは

とうとうたりら たりら

たりらあがり らりらとう

とか、ちりやたりら～ など意味不詳の言葉で謡われる。シテは祝言の舞が終わると面を外して退場するが、舞台での面の着脱は普通の能と違うところです。

普通、翁が終わると続いて脇能と呼ばれる高砂、養老などが演じられるのが決まりだ。

高砂：

この能は兵庫県高砂市にある「高砂神社」の社伝にある『相生の松』や夫婦のあいを説いた尉(じょう)・姥(うば)伝説をもとに世阿弥が書いたと思われる。

目出度い時の謡い「高砂や この浦舟に 帆を上げて この浦舟に帆を上げて 月もろともに 出潮(いでしお)の 波の淡路の島影や 遠く鳴尾の～」も、結婚披露宴では出潮を入潮と、遠くは近くと変えて謡うことが多い。

あらすじ

九州阿蘇宮の神官(ワキ)が播磨の国、高砂の浦にやってきた。春風駘蕩とする浦には松が美しい。

そこに老夫婦(シテとツレ)が来て、木陰を掃き清める。老人は古今和歌集の仮名序を引用して、高砂の松と住吉の松とは相生の松、離れていても夫婦であるとの伝説を説き、松の永遠、夫婦相老(相生にかけている)の仲睦まじさを述べる。

そして自分達は高砂・住吉の松の精である事を打ち明け、小舟に乗り追風をはらんで消えて行く。神官もまた満潮に乗って舟を出し(ここで『高砂や…』となる)、松の精を追って住吉に辿り着く。そこで月光の下で神舞を舞って終わる。

結婚してこれから家庭を築く二人の夫婦和合、長寿を願うことから「高砂」を謡うようになったり、七五三の千歳飴にも、子供の幸せ、長生きを願うことから、鶴亀、松竹梅と共に尉と姥が描かれている。

私も高砂やーと謡われた一人だが、今は少し「オメデタク」なっている



植木道楽に泣く

佐藤 乙一

若かりし頃相手から「君の趣味はなに？」と聞かれると、やや上品ぶって、「それは植木。刈込鋏〇丁。手鋏〇丁。」と元気よく自慢したもの。人間は生物。生後90年経てば90歳のレツテルが貼られ、年を重ねるにしたがって頭髮は黒から白へ。身長も175cmが168cmへと縮む。大切にしていた植木も同じこと。約50年前山梨の実家からトラック2台で持ってきた植木、玄関の左右に一本ずつ。約8メートル以上もある。モチ、モッコクが威勢を張っている。

自慢じゃない、秋も10月ともなればわが佐藤家の庭には、3脚の植木屋専用のハシゴが立つ。近所の人は言う「素人の植木職人」と、腰には2丁のハサミケースがぶらさがり、丸形の蚊とり線香の香りが道行く人の鼻に沁み、ふと上を見る。その見られるのがこの俺だ。

だが、このうっそうたるモチ、モッコクがにくい。この年齢になったから手が出せなくなったのだ。「老人は危ない」と家族の甲高い声が耳をつんざく。よろこぶのは植木屋さんか人材シルバーセンターの人。若いうちは調子に乗って庭を作るが、いつまでも若くはないぞ、というご宣言。ものごとは”いい加減”が丁度いい。

山梨の夜空を赤く染めた日

2年前のある夜、山梨放送の9時(夜)ニュースは、ゴーゴーと吹き来る風にあおられて燃えている古い家の火災現場を放映していた。あろうことか、これぞ我が生家の火災であったのだ。文久3年誕生という祖父からよく聞いた話「この家で俺は生まれた」と。嘉永年代の建築というから、ゆうに150年は経っている筈だ。“故山あり、川の流れは変らねど、我が生家は今はなし” あああ！これが人生というものの1駒か。



靴下で下駄は危険

高齢者はあまり人がしないことはしない方がいい。昔は田中角栄総理が、靴下で下駄を履き、自宅の池の鯉によく餌を与えている写真が広報されたもの。だがこの靴下で下駄は危険だ。靴下は通常親指は分かれていないから、親指の部分は半分しか入らない。これは大ケガのもと。それは誰だろう。この私だ。事案はこうだ。下駄をぬいで玄関に上がろうとしたとき、足を滑らせて倒れかけた。このショックを左手で防衛。整形外科の話によれば「この時の力は多分体重の3倍位かな」とも。この時の防衛掌の部位が悪く、手背の骨と左小指にヒビ。全掌の打撃はひどかった。“痛い”。みるみる腫れる。3日経ち4日経つと腫れは左全掌に及び、むくみと皮下出血、掌も背部も出血跡で真黒に変化。全治1ヵ月とのご宣言。以来約4ヵ月。まだ握れない、そしてむくみあり。古人は言うじゃない“転ばぬ先の杖”と。高齢者の注意は足ばかりではない。腕も掌も、そして私に限定して口も。

口害の発生を恐れる。いやまだあった。筆害が。

定年退職して思うこと

吉田 和浩

今年度より OB 会に入会させていただきました吉田と申します。どうぞよろしくお願い申し上げます。

私は、昭和 55 年 7 月に国立水戸病院に採用となり、その後 6 施設で勤務させていただきました、横浜医療センターを最後に定年退職いたしました。現役のころは、人並みに時間に余裕のない生活をしておりましたので、退職後はあれこれと夢を抱きながら第 2 の人生をスタートいたしました。しかし、気が付けば月日の経過ばかりが早く夢の実現にはほど遠い状況です。

今、定年退職し改めて振り返ってみると、本当に多くの良き先輩と同僚に恵まれて充実した技師生活を送ることができたことを実感しております。これも転勤制度のある国立医療施設に勤務したからこそその結果かもしれない。現役当時はプレッシャーを感じた異動も今となっては懐かしい良い思い出になり、それぞれの職場での出会いが自分の財産にもなっています。

巷では 2025 年問題が取りざたされ、超高齢化社会への推計がしばしば報道されておりますが、今後は現実をしっかりと受け止めて、あまり無理をせずに自分のペースで第 2 の人生を楽しみたいと考えております。自分が 60 台となり、たしかに若いころに比べ体力の衰えや記憶力の低下は感じていますが、まだまだチャレンジしたいことや行ってみたいところもたくさんあります。現在は週に 2 日程度仕事をさせて頂いておりますが、時間をみて野菜作りや庭木の手入れ等も始めました。また、近年ラウンド回数が減り下手くそになったゴルフも、練習の成果で少し復調傾向？にあります。

先輩 OB の皆様にはいろいろな場面でお世話になる機会が多くなると思いますが、今後ともご指導ご鞭撻のほどをよろしくお願いいたします。

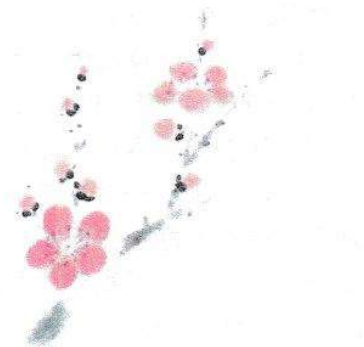
「厚切りステーキ」or「マグロのにぎり」

今村 ちさ

OB 会の皆様、お健やかに輝かしい新年をお迎えのことと思います。

昨年の 3 月で国立病院機構下総精神医療センターを最後に定年を迎え、新しい生活を始めました。定年後はあれこれ、たっぷり時間があるから、今までできなかったことをいざ……と。さしあたり、まず歯の治療に行きました（歯が痛かったわけではありませんが）。ある調べによると「人生最後」に食べたい食事は何ですか？と日本の 60 歳以上の男女に質問すると「マグロのにぎり」が第 1 位だったそうです。でも「歯と歯ぐきが健康だったら」という条件付きだと「厚切りのステーキ」がトップになるそうです。私も今だったら「厚切りのステーキ」の方に一票です。人間の歯は親知らずを除いて 28 本あるそうですから、歯周病や虫歯などで抜けてしまうと食べ物をきちんと咀嚼できなくなったり、噛み合わせが悪くなったりして体調不良やストレスの原因にもなるそうです。「80 歳になっても 20 本以上自分の歯を保とう」と「8020 運動」を厚労省が進めているようです。歯科医院の先生から歯を失う原因の 40%が歯周病で、痛みの自覚症状がないだけに気づいた時には歯を保てない状態になっていることも少なくないと言明していただき、改めて毎日の正しい歯磨きの大切さを実感しました。

皆様は「厚切りステーキ」が食べたいですか、それとも「マグロのにぎり」でしょうか。



こころ新たに今を生きる！

小松 和典

申年の新年にあたりご挨拶申し上げます。
あけましておめでとうございます。

1年のスピード感がさらに早くなっていく
感じが増している一方で、その割には年金の
支給には追いつかず、日々の生活に今もそし
てこれからも追われ続けながら、新しい年を
迎えております。というようなフレーズを実
は師走の声を聞いて書いております。

現役の頃は、先輩方のこのOB会に自分が
存在することなど夢にも思いませんでした
が、時の流れは誰にも平等で、こうして原稿
を書いている自分に「ニヤリ」としてしま
います。定年というのは、文字通り定められた
年で、その日を境に全く違う生活が、家族を
巻き込んで発生してしまいます。自分の意思
で退職する方もいて、その場合は、その後
に対する心構えがしっかりとあるのでしょう
が、定年した私には心構えの「こ」の字もな
く、ただ流れに身を任せる、いわゆる柳に風
の日々の始まりでした。でもこれが案外楽だ
なあと感じています。定年を迎えた瞬間はあ
る種の達成感を感じることができましたか
ら、とても幸せなことだと思いつつ同時に、一
緒に歩いてくれた仲間たちには心から感謝
しています。今にして思うとある種の緊張し
た気持ちから解き放された瞬間、元来ずぼら
な自分が頭をもたげて流れに身を任せる毎
日になったのだと思っています。

今は、都内にある病院で検査の仕事が続
けています。やはり、臨床検査から離れるこ
とができませんでした。若い技師に混じって毎
日汗をかいています。民間の病院で土曜日も
仕事です。国際認定のISO15189を取得し
ようとする意欲的な病院で、遅くまで残業続
きの毎日でした。ある先輩の”適切な”アドバ
イスのお陰で、11月にその審査を無事に乗り
越えることができ、ホッとしています。

また、週に1回、大先輩のご紹介により検
査技師学校で授業を持たせていただきました。
授業を通じて将来の臨床検査を担う若者
達にいろいろな経験談を話すことで、自分の
検査技師人生を振り返ることができ、案外、
良い経験になりました。そして、今でも現役
当時の仕事仲間と「勉強会」が続いており、
財布は軽いですが、充実した毎日を送らせて
いただいております、あらためて人とのつなが
りに感謝しております。

末筆になりますが、このような拙文で誌面
を汚す失礼をしておりますのに、掲載して
いただくご配慮に心より感謝申し上げます。
お仲間に入れていただきありがとうございます。
先輩の皆様は健康には大いに気配りされ
ていることと思いますが、さらにご自愛いた
だき、今年も穏やかで安寧な一年であります
ことをご祈念申し上げます。



信州・松本に赴任して

菊池 寿美子

OB会会員の皆様方には、お健やかに新春をお迎えのこととお慶び申し上げます。今後とも、どうぞよろしくお願い申し上げます。

まつもと医療センターを定年退職し、早くも9か月が過ぎました。組織統合による2病院（松本病院と中信松本病院）体制が続き、2つの検査科を受け持つという少し特殊な技師長業務をおこなってきました。また、退職辞令交付の1週間前には2病院一体化のための新病棟建設が3度目の入札で落札し、念願かなって名実ともにまつもと医療センターは1つの病院、検査科も例外なく1つの部門として機能できる！…という高揚感を昨日のここのように思い出します。

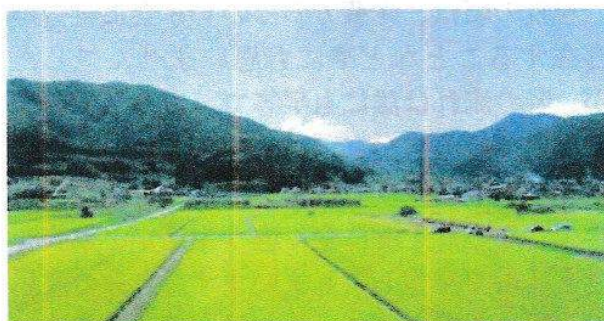


さて、松本に赴任した4年間、東京との行き来には「特急あずさ」を利用しました。「乗りテツ」気味の私は、松本に向かう日曜日の昼下がり、車窓からの山も野も人里も、いいね！と感じ入るのです。季節の移ろいや日差しの変化も手伝って微妙な色の変化を見せてくれました。

5月の連休は、東京へは帰らずに信州の遅い春を満喫していました。街歩きや美術館などを巡ることが好きという虫が騒ぐのです。ここでご紹介する2か所へは、いずれも松本からは散歩の範囲で、思い立ったその時に行くことができます。「田淵行男記念館」はロジ風の建物で、大糸線柏矢町駅から30分位、雪残る雄大な北アルプスを望みながら歩くとあります。学生時代に「安曇野の蝶」という画文集に出会って以来、数十年ぶりに高

山蝶の原画や山岳写真を直に見ることができ感動しました。「奥村土牛記念美術館」は重厚な趣のある日本建築の美術館で、小海線八千穂駅の近くにあります。奥村画伯の日本画はとても好きです。

都内での美術展では大混雑は避けられませんが、ここでは少ない来訪者の中で静かに画を見る…心が洗われます。小雨の中、高原を走る小海線の車窓からは少しガスがかった景色が幻想的でした。



投稿写真

もっとおハゲ みなさいョオッ!

嵯峨野会



地震情報



『あなたはいつ地震に遭う?』

朝日新聞 2015.7.4

<http://www.asahi.com/articles/DA3S11837200.html>

気象庁が顕著な被害があったとして命名した地震では、阪神大震災以降の9地震のうち、平日の昼間に発生したのは、鳥取県西部地震と金曜の午後2時46分に起きた東日本大震災だけ。残りは、土日や祝日か、平日の夜や早朝だった。(略)

これは、偶然なのか。

どこにいるときに地震に遭う可能性が高いのか。言い換えれば、どこにいる時間が長いのかを考える必要がありそうだ。

厚生労働省の14年の就労条件総合調査では、1年間の休日は平均約113日だ。

都市部では、もっと通勤時間が長いので、「年間の休日が110日、平日は8時間勤務、通勤に往復2時間、外出が1時間。休日は5時間外出。睡眠が7時間」という人を想定してみる。すると、365日24時間のうち、勤務時間は23%に過ぎなかった。

もっと働いている人も多いと思うので、休日を80日、平日は10時間勤務にして計算してみた。それでも、勤務時間は33%。よほどブラックな職場でなければ、勤務時間外に地震に遭う可能性の方が高いのだ。(略)

時間外に地震に遭遇する確率が圧倒的に高いことがわかると、仕事場や学校での避難訓練だけでは不十分だと認識が強まる。

小学生の場合、文部科学省のまとめでは年間の授業日数は約200日。学校にいる時間は17%に過ぎない。自宅にいる時間は全体の67%になる。子どもの命を守るには、自宅の耐震化や家具の固定、特に寝室が危なくないかの確認、津波や土砂災害、火災が迫った時の自宅からの避難対策を考える方が大切だ。(略)

職場や学校での防災・避難訓練も重要だけど、ここで災害にあってもいいような対応をとることも大事なようだ。いつ地震などが来てもいいように備えだけはちゃんとしておかないと。

それにしても働いている時間というのは、1年の1/3から1/4なんだ。しかし、勤務時間中に大地震が発生すれば、帰宅困難者も出る。災害への対応というものは、いろいろな想定をしておかないといけない、ということになる。ただ、想定したことに対して実際に対応ができるかどうかが問題だが。

『警戒すべきは南海トラフより首都直下型』

地震学者・島村英紀氏 2015.01.05

<http://www.zakzak.co.jp/society/domestic/news/20150105/dms1501051140001-n1.htm>

首都直下地震はいつ来てもおかしくない。

日本でいちばん恐れられている「南海トラフ地震」が起きないまま、1年が過ぎた。もし、この地震が起きれば地震の規模は東日本大震災(2011年)なみのマグニチュード(M)9。大津波が西南日本を広く襲う可能性がある。大津波だけではない。「先代」の宝永地震(1707年)の49日後に大噴火した富士山も、今回、地震と連動して噴火するかも、といわれている。

しかし、「次に日本を襲う」大地震がこの南海トラフ地震とはかぎらない。(略)

いまある不安材料の一つが2011年の東日本大震災だ。これによって日本列島の地下全体がリセットされてしまった。それゆえ、首都圏直下地震も、以前よりは起きやすくなっている。(略)

地震学者から見れば首都圏がいままで静かだったのは異例だ。むしろ、もっと地震が多いのが普通なのである。



訃報

永井 忠 さん

(元 千葉病院) 享年 67 歳

平成 27 年 7 月 逝去されました。

謹んでご冥福をお祈りいたします。

編集後記

新しい年もOB会だよりへの投稿は大々歓迎です。どうぞよろしく願いいたします。桜の季節にOB会総会・懇親会でお会いできますことを楽しみにしています。(記 三浦隆雄)