

新春 随筆



美容外科の背景と その物語

当山美容形成外科
当山 護

私の歩んだ道

始めに私が辿った形成外科・美容外科医としての軌跡を示し、最後に両科の現況と問題、解決の糸口を述べてみたい。医師になって何科を専攻するか？卒後の私には迷いがなかった。父が Plastic Surgery として開業していたからである。但し復帰前の事であり、クリニックは英語表記と共に日本語で美容整形とも標榜していた。然し、大学ではその様な専攻科はなく、結局、整形外科に入局、形成外科診療班で仕事することになった。4年後、東京警察病院形成外科にお誘いを受け、国内留学の形態で移籍、7年間学んだ。その後1年を美容整形クリニックで勉強した。院長は東大出の形成外科医である。そうする事が美容外科医になる道…当時の教えであった。

学会混乱期の始まり

十余年の長い修行中、学術集會は大いに揺れた。1975年形成外科は医療法による標榜科として認められた。混乱の第1幕である。学会中枢の大学教授が申請時、美容整形（当時）は足かせになると除いたのである。然し、1978年武見太郎先生の後押しを得て、形成外科出身でない美容整形開業医は議員立法による「美容整形」の標榜科を目指し動き出す。慌てたのは大学形成外科指導医達である。形成外科出身の開業医と連動、何とか美容整形の名前を変更、正式に美容外科が標榜科の出発点になっている。

2つの同じ名前の学会設立

その結果2つの学術集會が出来た。日本名はどちらも日本美容外科学会だが、英語名は違

う。日本美容外科学会（JSAS）と日本形成美容外科学会（JSPAS）であり、長い争いが尾を引いての結果だが、今でも続いている。珍しい事はそれだけではない。近年の美容外科の隆盛は2つの学会とも学会員の出席率が高いのである。理由はきらめくばかりの金の卵、仕事の種が年々数多く発表されるからである。ちなみに美容皮膚科学会も同様である。

でも、事故も多い、極めて難しい技術に挑戦していかなければ生きていけない競争が背景にある。申し添えておくが、高い倫理観を持ち常に勉学の姿勢を崩さない崇高な医師も多い。

直美（ちょくび）の出現

然し、現実には美容外科医の半分位が30代以下の若手医師、毎年200人前後の新医師が美容外科医を希望しているのである。最近これ等の若手医師群を厚労省は「直美」と呼び関心を持つ。理由は2つ。ひとつは保険医の減少につながる弊害、美容医療は自費治療なのである。もう一点は前記した医療トラブルの多さ。私が更に付け加えるとすれば、直美の教育システムの危うさである。その結果医師会に入らず、地域医療に無関心な若手医師の急増を促している。

厚労省の思惑

また、形成外科学会自体にも問題は多い。専門医が首都圏に集中しがちなのである。厚労省は都会を減らし、地方大学での育成を要望し、法改正を目論むが、逆に直美を増やす結果に思えて仕方がない。更に美容外科の背景には日本の健康保険制度の歪みがあり、行政は「保険医」制度の中で歪みを正す方針が垣間見える。果たしてこれ迄述べた問題が厚労省の思惑だけでうまく行くのであろうか？私には疑問符がつく。私の主張は形成外科専門医の上に美容外科を置く、2階建方式である。米国では形成外科医が美容外科を担い意識が高いが…。さて日医松本吉郎会長は形成外科医出身である。昨今の医師の社会的基盤沈下を含め彼はどの様に動くのか？不安と期待を織り交ぜ筆を置く。



12年で変わったこと、 変わらないこと

宮里眼科
宮里 章

あれから12年、古希を迎える。今回の投稿を機に、顔写真を撮ってみた。12年前と比べて白髪は増えたが、髪はまだ残っているしあまり変わっていない。ただ、相変わらずくらい顔をしている。

還暦から始めたロードバイクと水泳は今も続けている。ただ、ロードバイクは初めは60～70、長いときは100kmも走っていたが、その後落車して右鎖骨を骨折したことや、坂でふらついて車と接触し幸い打撲程度で済んだが、愛車は使用不能になったこともあった。そのせいか走行距離はしだいに短くなり、今では20km程度が楽しく走れる距離となっている。また、水泳も骨折のため中断したり、肩の違和感などで今でも初心者並である。もうひとつの趣味であったジム仲間とのカラオケもコロナのため中断したり、メンバーの退会などもあり、今は休会となっている。今はジムへの往復の1時間の車中がカラオケタイムである。

大きく変わったことは、孫（3歳と1歳の女の子）が誕生したことで、生活が孫中心になったことである。特に初孫のときは、保育園の入園前に親離れに慣れてもらうため、1ヶ月間平日に預かっていたので、特別に愛着があり、保育園に迎えに行くと、じいーじいー、ばあーばあーと走って来る。娘夫婦は共働きなので、孫の体調が悪いときは預かったり、妻が病院へ連れて行ったりする。自分の子どもたちが小さい頃は仕事ばかりで、面倒をあまり見てやれなかったもので、いまさらながら妻の苦勞がわかって、妻に感謝している。

今は孫が生きがいである。これからも、できる限り長く現役を続けて、孫の成長を見守っていききたいと思う今日この頃である。



古希を迎えるに当たり 亡き父を偲ぶ

山城整形外科眼科医院
院長 山城 千秋

父、山城興雄は1985年に他界。享年70歳でした。

大正4年東風平村の農家の6人兄弟の末っ子として生まれ、決して裕福ではなかったと思いますが、両親が教育に理解があり、また本人の並々ならぬ努力もあって熊本大学医学部を卒業。その後母と長男の親子3人で軍医として満州の地へ赴任。現地で次男が生まれ家族4人と家政婦で生活を送っていたそうですが、昭和20年8月のソ連軍の侵攻で父は捕虜となりシベリアへ拘留され、一方母は3歳の長男の手を引き4ヶ月の次男を背におぶり迫り来るソ連軍から貨物列車での逃避行を続けてなんとか釜山港へ到着。その後母子3人は長崎、熊本での生活を経て戦後間もない沖縄へ母の郷里である大里村大城へ帰郷し祖母と同居することとなった。

父はシベリアでの過酷な3年間の抑留生活の後、昭和23年12月函館を経由して、昭和24年5月沖縄へ帰還し大城へ向かいそこで親子4人再会することになる。0歳の時別れ4歳となった次男は父親を誰だか分からなかったのも無理はなかったでしょう。その後父は米軍占領下で首里にあった病院で勤務の後に父の故郷である東風平村の村営診療所で勤務。時を経て昭和28年4月に現在私の医院がある那覇市樋川（与儀市場通り）で山城内科小児科を開業。その年の7月に私は生まれました。開業当初は2階に入院施設もあり、父は昼夜問わず診療と往診にも出かけるなど24時間365日診療に追われていたようです。

父は兄2人へは非常に厳しい父親だったようですが、戦後生まれの姉、私や弟へは物わがりの良い優しい父でした。特に兄弟5人の中で勉強嫌いで成績の上がない私に対しては夕食の

後診療で疲れているにも関わらず机の側に座って夜遅くまで勉強に付き合ってくれました。

野球のキャッチボールの相手や、私の趣味だったハトの飼育小屋作りを手伝ってくれたり、高校生の頃はバイク通学も認めてくれて私には甘い父でした。父と旅行をしたことはなく、三浪して入学した医学部の入学式に父が出席してくれて、そのとき初めてツインの部屋に2人で宿泊しました。ホテルでの夕食はステーキでしたが父の一番のご馳走はいつもステーキでした。翌日の入学式の後にはアパート探しにも同行してくれて一泊二日の旅は父との良い思い出となりました。

父は酒は飲まず、趣味と言えは自身の中年太り解消の為に始めたジョギングでした。やがては患者さんを誘い、次第に近隣の住民も参加するようになり与儀公園走ろう会を作り、多い時は20～30名くらいで与儀公園や漫湖公園を集団でジョギングし、時には県外へ遠征も行い、また会員からの健康相談にも応じていたようです。後に昭和40年代の沖縄のジョギングブームの先駆けとなり、やがては市民マラソンへと繋がったと思います。

医師会活動では県医師会副会長として復帰時の県民の健康保険加入活動に尽力したようです。

私の理想の父親像として父が我々兄弟に接したように私も2人の子供達に接してきたつもりです。父が常々口にしていたのは「子供達が将来成人した際にその生活レベルに差が出ないように教育、育てること」と申しておりましたが、我々兄弟5人も、そしてその子供達も父の言葉通りに成長し各々同等の社会的地位にあります。その原点は両親が戦中戦後生き抜いたことに有り、父、母への感謝の気持ちは決して忘れません。

私は今年6回目の巳年を迎え父の享年を超えました。今年の4月には開業30年を迎えますが、もう少し地域医療に貢献出来るように心身を鍛えて長生きし、また妻との旅行や趣味のゴルフも楽しみたいと思っています。



“人と医療・介護を結ぶ”ことは難しい

那覇市医師会 自宅会員
久田 友治

2022年に常勤での仕事を辞めたのは、緩和ケアのある看護師が、人が死ぬ直前に後悔する事が多い理由に「あんなに働きすぎなければよかった」、「友達と連絡を絶やさなければ良かった」等と書いたのを読み、そろそろ是を意識して生活しようと思ったからだ。非常勤の仕事を始める前に、名刺の肩書きをどうしようかと考えた。名刺の肩書きは“人と医療・介護を結ぶ”としたのだが、それと今回のテーマの「今年の抱負」を繋げようと思い、仕事を始めてからの事を振り返った。

仕事は総合診療研修方式の中部病院からスタートした。その後は外科を専攻し、いろいろあって40歳で初めて大学病院で働くことになった。大学に居る時に訪問診療に興味を持ちA先生に同行して教えて貰った。大学を定年前に辞め、誘われて久米島病院で仕事をした。離島では総合診療が必要だと認識し、若い時に受けた研修で何とか出来るだろうと高を括っていたが、間違いであった。喘息やインフルエンザ、ハブ咬傷、捻挫や肘内障には対応できた。しかし、初めて受け持った内科外来では、血圧が高い患者は普通だし（白衣高血圧だと思うが）、糖尿病ではコントロール不十分な人が多い。夜間来院の不正出血では、知人の産科医に電話で相談出来たので良かったが、小児の鼻の異物が取れず、母親との間が険悪になった。初めて介護保険の主治医意見書を書き、特養やグループホーム、在宅への訪問診療に出かけた。腹腔内出血や大動脈解離患者のドクターヘリ搬送では、病院が一体となって対応した。時間外労働時間は過労死のそれを超えており、還暦過ぎの身には堪えた。離島での総合診療の難しさを嫌と云うほど味わった後に本島に戻った。血液セ

ンターで仕事を始めたが、思った以上にハードであり、結局は2022年に常勤の仕事を辞めた。

さて、医療・介護を結ぼうと思って関わった方に超高齢者のBさんがいる。Bさんは超高齢者によくある主訴で困っており、心臓の併存疾患もあり介護認定では要支援2であった。担当医から初診の日に低侵襲手術が適応であると話され、手術日を告げられた。その後に心疾患の検査を内科で行ない、手術には耐えられると判定された。私も手術適応とは思ったが、Bさんの日常を観ると直ぐに手術することに大きな不安があった。食事は摂らないし、心疾患の薬も服用しない。また、介護認定の更新をしておらず、私が申請の手続きを代行した。Bさんのケアマネが決まらず、所謂ケアマネ難民なのだろうと思った。コロナ禍も関係しているかと思ったが、Bさんの配偶者にはケアマネがおり、認定の更新もしていた。Bさんには、手術は全身状態がもう少し良くなり、酷い暑さが過ぎた頃が良いのではないかと助言した。結局、その後担当医から手術は適応でないと告げられた。Bさんが亡くなったのは、先に告げられた手術日と近い日であった。

日医は、かかりつけ医を「なんでも相談できる上、最新の医療情報を熟知して、必要な時には専門医、専門医療機関を紹介でき、身近で頼りになる地域医療、保健、福祉を担う総合的な能力を有する医師」と位置づけた。また、余談かもしれないが、介護保険認定の審査委員になって、主治医意見書の日常生活自立度は医師の判定が通る事は少ないことを知った。日常診療で、その判定は易しくないと思う。

“人と医療・介護を結ぶ”のは難しいと思った。



産業保健の新たなステージに向かって

沖縄産業保健総合支援センター・
沖縄産業保健サービス (OOHS)
青木 一雄

新年あけましておめでとうございます。

2025年の春を迎え、新型コロナ禍から5年が経過し、漸く社会も落ち着きを取り戻し、次のステージに進んでいます。一方、医療を含め社会・経済環境の変化に伴う新たな多種多様な問題が発生しており、ひとつひとつ問題解決に向けて丁寧に対応することが求められているのではないかと考えております。新しい年が昨年よりよい年になり、これまでの大きな転換点となったのではないかと将来評価されるような年になることを祈念しております。

私事になりますが、琉球大学大学院医学研究科衛生学・公衆衛生学講座を2019年3月に定年退職し、早いもので6年が経過し、4月からは7年目になります。大学退職後より労働者健康安全機構沖縄産業保健総合支援センターの所長を拝命し、現在に至っておりますが、この間、個人事務所である沖縄産業保健サービス (OOHS) にて、県内の諸企業・組織の産業医活動や労働衛生コンサルタント業務、衛生診断、教育・研修などを行っております。加齢による体力の衰えは否めませんが、産業医活動ができる健康と体力を確保し、これからも県内の産業保健活動の一助になる活動をしていきたいと思っております。

私の生活の大半は、沖縄産保と産業医活動に追われる日々ですが、週末は知識の整理と情報収集・情報交換を目的に関連する医学系の学会に積極的に参加するようにしております。新型コロナ禍の際に、オンラインやハイブリッドによる学会開催が多くなりましたが、ここ1～2年は現地開催の学会が増え、平素運動不足の小生には、適度の運動とリフレッシュになっているのではないかと、と自らに言い聞かせ学会に参

加しております。昨年1年間で、30以上の学会に参加し、今年も昨年と同程度とはいかないまでも、産業保健、産業医関係の学会を中心に積極的に学会に参加し、新知見の収集と情報の整理・集約をしていこうと思っております。そのため筋骨格系の衰えを補うべくこれまで以上にウォーキングやストレッチ・体操の時間を生活に組み入れていこうと思っております。

また、新型コロナウイルス禍の感染対策でご多忙の中、沖縄県医師会の役員および会員の先生方のご尽力により、沖縄県医師会の産業医部会が発足（2021年6月24日）いたしました。私がその初代部会長を仰せつかり、現在2期目の大役を担っておりますが、県医師会の産業医をされている先生方はもとより、他の専門領域の先生方にもご協力いただき、本部会が沖縄県の産業保健活動、地域保健活動の礎になるような実践的な部会になるよう努めていきたいと思っております。

沖縄県の産業保健指標のひとつである沖縄県の職場における定期健康診断結果ですが、2011 年より 12 年連続でワーストであったものが、2023 年の同結果では、ワーストを脱しましたが（下から 2 番目）、有所見率は依然として 70.8% と高く、今後も関係諸機関が連携し引き続き有所見率改善のために努めなければならないと思っています。

この数年、産業保健、労働衛生、産業医活動において大きな転換点を迎えており、過重労働対策の強化と働き方改革の導入、また化学物質の自律的管理へのシフト、さらに、高年齢者、障がいを持つ方々、疾病を持ちながら就業を希望する方々、ダブルワーク、トリプルワークの方々、また、外国人や女性特有の問題を有する方々など、様々な労働者が労働現場で働いており、これらの人々の健康の保持・増進と労災防止等の安全対策の徹底を目指し、一步一步地道に産業保健活動を続けていきたいと思っております。最後になりましたが、今後も県医師会の諸先生方におかれましては、産業保健活動への暖かいご支援と厳しいご指導をお願いする次第です。



新春 干支 隨筆

西平醫院
西平 守樹

2025 年は巳年ですか !!

僕も6廻りして、今年の巳年を迎える事になります。

生まれた年を覚えていないのは、あたりまえですが、1 廻りの年は中学校入学の年ではなかったのかな～!! 小学校で東京オリンピックを皆で見て、あちこちに TV が入ったのを覚えています。その後、ケネディ大統領が暗殺されたり、色んな事が目の前にちらつきます。

その後、中学、高校、大学と進み、南部徳洲会病院で内科、内科救急を学び、その後中部徳洲会病院の立ち上げに参加しました。卒業した後の検査技師、したての薬剤師達の知識の不足したスタッフと一緒に病院を立ち上げるのは苦勞の連続でした。それも一段落つき、今後僕に残された体験をするのは海外での医療と考え、インドネシアに行って4年半インドネシアの医師と現地の医療を受ける日本人との間で意志を通わせる仕事をしていました。言葉だけでなく、習慣も異なる現地の医療を医療人との間に入り、難問に携っていたのを思い出します。

さて、巳年には脱皮する蛇のイメージから復活と再生という言い伝えがあります。巳を実にかけて、実を結ぶ年とも言われています。さて、僕にとって今年の巳年は実を結ぶ年となるのか、再生復活の年となるのか、見当もつきません。24年間、西平医院をやってきて、多くの患者さんを診て来ました。開業時一緒に酒を酌み交わした患者が次々と亡くなったり、認知機能の低下に伴い僕の話を理解できなくなっていく一方、幼稚園の子供が今では子供を抱いて西平医院を訪ねて来る。そういう24年である。近くで一緒に住民を診ていた開業医が続々と体の事情で閉院となり、周囲の患者が困って当院

に押し寄せた事もあった。僕も少なくとも何時、何があるか予想もできず、自分の患者が困らない様に手を打つ事にした。それが西平医院のかりゆし会への仲間入りである。

でも、この事が自分自身の実を結んだ結集とは考えてはいない。これから、新しい再生の道を復活の為に歩もうと考えている。

さて、僕にとって新しい再生の道とは何だろうか？

今迄、何度も言っている様に、患者の為に医療のみならず介護や役所の職員や、民生委員、さらには隣近所の人達が集い合い、皆が交じり合える社会を作れないかと考える。

インドネシアの日本人会には、その様な景色が見えた。その社会とインドネシア人社会との融合を考慮した仕事をしてきた。今現在、宜野湾市で開業し、市の保護課の仕事を15年以上も行き、介護長寿課の仕事も数年間こなし、役所の人材や地域包括支援の人達、ケアマネジャー等々、多くの人達と交わりができ、今では皆で同時に患者を診（看）る事ができるようになった。先日、90歳の老人夫婦の夫が心不全を患い入院した時、家には老婦が1人で生活している事があった。その時に、担当の地域包括に連絡をとると、翌日には家を訪ね、介護の手伝いをするに至った。そんな地域医療ができるようになったのも24年間の西平医院の仕事の成果ではないかと思うと嬉しくもある。この様な仕事をこの巳年のスタートと考え、インドネシアにもどるか？今のまま続けるのか、県内外の僻地を最後の職場と考えて、医療を続けるのか？選択肢は多く、どちらも僕にとって魅力のあるテーマです。

年齢の事を考えると先に何が待っているか予想は難しい。それでも僕のできる事をできる範囲で、子供の頃にシュバイツァーを読んで医師になりたいと思った頃を再度思い出して、前進していこうと考える。何があっても周囲には迷惑をかけない事を考えながら、新しい再生復活

の道を模索していこう！！

2025年からの新しい西平守樹がいるかも…。

還暦、そして開院20年。

医療法人紺碧会 みなみしまクリニック
島袋 毅

①「人は44才時と60才時に急に歳をとる。」

そういう説（米スタンフォード大学2024）がある。老いは一定のペースで進むのでは無く、44才頃と、60才頃に急激に進行するというのだ。6回目の巳年を迎え、60才まであと4ヶ月を切った。その説を聞くと、何やらそう思えてきた。確かに1時間の通勤も、外来でしゃべり続けることも少し疲れてきた。痛む五十肩をかばいながら予防接種を行っている。白髪も増えた。気を取り直して、過去の還暦の寄稿を読んでみた。先輩方は、年齢に負けず、やる気に満ちている。そうでなくては。

ドル時代に生まれ、天地真理をテレビで見て育った。730の日の6:00、車線が変わるのを屋根から見ていた。中学ソフトボール部時代、繁忙期には、ユニホーム姿のまま、勝連城跡の麓の畑でキビ倒しを手伝った。中学までは長閑に過ごした。高校、田舎の繁華街にあった家で、夜な夜なBARのカラオケの音が漏れ聞こえる中、教科書を読んだ。1浪、共通一次で大失敗の後、二次試験でこれまで見たことが無い行列の問題が奇跡的に解け、琉大に入れた。楽しく6年間を過ごし、その後周りの皆様に支えられ、医者として34年が過ぎた。感謝しかない。

②意のままにならぬもの、英語。迷走中。

いつまでも上達しないものに英語がある。大量の本を買ったが上達しない。10年前に購入した「VSOP研究所」の本を開いて、今はまっている。

例1 I like that cat.

私が好きなのは、その猫

例2 I'm gonna give you this pen.

私があげるつもりなのは、あなたにで、
それはこのペン

小気味いい。英米人の頭の中もそうになっているのではないかと考えている。英語は主語の後すぐに、気持ちや、判断を伝える。主語+動詞までを主目的に扱っているのが興味深い（詳細はWEBへ）。

YouTubeで面白いものを見つけた。ネットで勉強するとすぐに脱線する。「英語のできない人のための洋楽の歌い方」を紹介した空耳英語。音だけに特化している。BTSの“Dynamite”、聞いてみた。

♪草、葉、葉、否スター2無い。僧、話知見、プリン、だ、ファン、雪駄、無い洗い…♪

ユニークだ。漢字仮名まじり文だとなぜか歌える（詳細はWEBへ）。

③開院 20 年

医者になった頃、「医師過剰時代が来て、開業医があまる」と言われていたため、絶対に開業はないだろうとぼんやり思っていた。1年間業者さんの誘いを無視していたが、結局「だめだったら、また勤務医に戻ればいい」と、逃げ場を準備しての開院。椅子を運んだり、薬や医療器具を決めたり、職員を採用したり、税理士、労務士さんを決めたり、開院前の1ヶ月は、何をしているのかわからないくらい忙しかった。時は過ぎ15年目に予定通り、立ち上げ時のドクターズローンを返済することができた。が、わずか1ヶ月後、コロナ禍で追加融資を受けた。

診療は毎日気が抜けない。駐車場を走って風邪の患者さんを診、診察室で頭をフル回転させて診療。今後も目の前の患者さんに、スタッフと共に真摯に対応していきたい。

令和5年、会報の表紙写真が足りないと言われ、自分で選べず数枚提出した。選んでもらった1枚が表紙となり、おまけに優秀賞に選出された。2024.11.5、20年目初日。この日県医師会職員の方が写真の表彰をしてくださった。勝

手ながら20周年も祝ってもらっているようで嬉しかった。(写真)



④最後に

さて歳の話に戻る。ある記事によると、元気なご長寿さんは、「やりたいことをやっていて、気がついたら長生きしていた」そうである。いくつになっても新しい事、楽しい事へのチャレンジが大事なようだ。



**THE GOAL SHOULD
BE GROWTH,
NO PERFECTION**

南部徳洲会病院
向山 秀樹

先日娘とパルコシティへ行き、中華料理チェーン店の「パンダエクスプレス」で食事をしてきました。小生と娘にとって「パンダエクスプレス」は思い出深く、新型コロナ感染拡大前に二人でアメリカへ行き、最もお気に入りになったチェーン店でした。そのためまさか沖縄に出店するとは思わず、パルコシティで見つけた時は二人で感激しました。ちなみに何故「パンダエクスプレス」のファンになったかは、もし機会があれば別にお話しします。外国の中華料理屋で食事をするとはほぼおまけについてくるのがフォーチュンクッキー、知っている方は多いと思いますが、小さな焼き八つ橋みたいなお菓子でそのクッキーの中におみくじが入っているのです。当初このフォーチュンクッキーは付いて

いませんでしたが、度重なるお願いが通じたのか、最近ではフォーチュンクッキーが付くようになりました。そしてその直近のおみくじの内容が「THE GOAL SHOULD BE GROWTH, NO PERFECTION」いや今の自分にぴったりの中でした。いままで自分が行ってきた手術は開腹手術、腹腔鏡手術、経尿道的手術が主でしたが、そこにロボット支援手術が新たに追加された訳です。簡単に言うとスキルが追加されたわけで、前立腺癌を例にとれば、個人的には40年以上前から前立腺全摘術は行ってきたのです。ただ開腹手術で行っており、比較的難易度の高めの手術に分類されていました。ところがロボット支援手術の導入で前立腺全摘術はロボット支援手術の手始めの手術に該当するようになりました。もちろん解剖学的に40年前と今の前立腺が変わるわけがありません。手術の目的も同じ、ただ器具・視野が大きく変化し、「0.1mm単位の運針が可能になる」「ミクロン単位の神経叢が3Dで確認できる」「ミリミクロンの結合膜をメッチェンで切開できる」等が可能になりました。そのため如何に完璧な手術を行うかと日々悩んでいた時、同フォーチュンクッキーのメッセージから、技術職の先人の教え「上手いと思うは下手の始まり」を思い返した今日この頃です。思えば上がりは身を亡ぼす。日々精進が大事ですね。

『完璧を求めるのではなく、成長することを目的にする』

パンダ侮るなかれ。



追伸：沖縄県医師会報も創刊60年 この機会に投稿が出来ることが光栄です。

還暦の抱負



豊見城中央病院
糖尿病・生活習慣病センター
比嘉 盛文

還暦を前にして、だいぶだいぶ遅まきながら自分の姿勢を省みた。せっかくヒトとして生を受けたので、他の動物種とは一線を画したヒトらしい存在を目指したい。

目指すべき姿勢を身につけるには、『平和と幸福との違い』を意識することが肝要ではないかと考えた。私の考える平和とは、世界平和や全人類の平和、あるいは全国民の平和といった大きな集団全体の幸せのことである。一方、幸福とは、個人や家族など小さな集団の幸せのことである。これまでは平和について意識することが少なかったので、今後は意識しながら過ごしたい。現代は格差社会となっているが、富裕層と貧困層の分断が起こった社会というのは人為的な社会そのものだと思うし、ヒトとして目指すべき社会ではないように思う。当然、富裕層に属する方々が必ずしも個人的な幸福だけを追求する人ではないことは承知しているし、富裕層の方々にも平和を求めるヒトがいることも承知している。大リーガーの大谷選手などは富裕層に属するが、他人の幸福のために多額の献金のできる方であり、平和を求めるヒトの一人ではないかと推察する。次に、私の考えるヒトという視点をもって過去の自分の態度を省みると、誰かのために『我が身を切る行動』ができていなかったかと思う。とくに自らが所属する大きな集団の平和のために、自分の幸福を削るような行動は少なかったかと思う。先日読んだ出口治明さん（ライフネット生命保険株式会社創業者。立命館アジア太平洋大学元学長）の本の中で、著者が消費税増税に賛成していることを知った。著者は国民を年齢で層別化して高齢者からの徴収を少なくして若者から多くを徴収する方法ではなく、多くの国々が採択してい

る「消費税増税」の方が若者の負担を減らす方法ではないかと問いかけている。私はここで税のあり方を議論したいのではなく、これから若者にのしかかる負担を慮って徴税法のあり方を考えたことがなかった自分のことを反省したのである。これからは税のことも勉強してみたい。

『60にして耳順う』という言葉がある。他人の意見も素直に聴き入れられるようになる境地のことらしい。その境地は我欲を捨てて理性的な状態に入ることであり、創造主の期待に応える境地だと思う。ただ、ヒトは誰でも間違えるので、他人（ヒト）の意見だけでなく天からの声にこそ耳を傾けなさいという声がどこから聞こえてくる。その声は天からの声なのだろうか。



還暦を迎える勤務医の 戯言、いや決意表明

友愛医療センター
玉城 正弘

皆さん、明けましておめでとうございます。気がつけば還暦、人生の折り返し地点に立っております。いつの間にか「ベテラン」の称号を授かった今日この頃。「若手からベテランへの変身」は、まるで寝ている間に起こったかのようです。さて、巳年にちなみ、これからの抱負を語らせていただきます。

1. 健康維持と新たな挑戦

やはり自分の体あってこそその活動ですよね。毎日8千歩以上のウォーキングを継続し、健脚の維持と大好きなスイーツは控え、イケ親父を目指します。

還暦を機に、幼少期を過ごしたブラジルの記憶を頼りに、ポルトガル語の勉強を再開し格闘しています。頑張れば将来はバイリンガルではなく、多言語（日本語、英語、ポルトガル語、

ウチナーグチ）を操り、活躍できるかもしれません。「なんで変な言葉喋ってるの?」と周りに言われない程度には上達したいものです。

2. 家族との絆を深める

私の世代の意思あるあるですが、仕事に没頭し家庭をおろそかにしてきました。還暦前に「これはいかん!」と目が覚めました。全国各地に散らばる4人の子供たちとの絆を深めるチャンス到来。彼らの地元を巡り、美味しいものを食べ歩く小さな夢。そして、習得したポルトガル語と英語を駆使して、いつかは家族で海外旅行の大きな夢も抱いています。「お父さん、その発音で大丈夫?」と子供たちに心配されないよう、しっかり勉強しなければ。

3. 社会貢献と地域活動

「社会貢献と地域活動」も忘れません。これまで放送大学2回卒業、現在も在学中の筋金入り勉強好き。この学びを社会に還元しようと、心理学にも手を伸ばしています。患者さんとの会話に心理学的視点を取り入れつつ、素人診断にならないよう慎重に。地域活動にも積極参加し、医療の枠を超えた社会貢献を目指します。「先生、心理学も勉強しているんですか?」と患者さんに驚かれるのかも。ふふ、密かな楽しみです。

4. 新しい趣味と柔軟な心

還暦という節目に、新しい人生のページを開き、新しい趣味や人間関係を広げ、柔軟で寛容な心を育て「老害」にならぬよう、積極的なインプットも欠かしません。最近では生成AIにハマり中。AIを教育、人材育成に活用できないか勉強しています。若い先生方、コメディカルに「先生、AIに詳しいんですね!」と言われるように頑張ります。

5. 再生と成長の精神で

巳年の象徴「再生」と「成長」の精神にあやかり、新たな一步を踏み出します。還暦を迎え

でも、好奇心旺盛な医師として日々成長し続けたい。最後に一言、「60歳からが本番！」。先生方、どうぞ引き続きよろしく願いいたします！

さて、この決意表明を読んだ皆さん。「随分と元気だな」と思われたでしょうか。いえいえ、これはほんの建前。本音を言えば、「還暦だし、そろそろのんびりしたいなあ」というのが本心。でも、そんなことを口に出せば、きっと「まだまだ若いじゃないか」と言われそうで…。ああ、還暦ってなんて中途半端な年齢なんでしょう。

新しい挑戦、家族との時間、社会貢献、そして思いやりの心を忘れずに。還暦を迎えた今こそ、これまでの経験を活かしつつ、新たな可能性にも目を向けていきたいと思います。きっと、いや、たぶん、いや、多分、まだまだ頑張れるはずです。たぶん。



グレングールドの ピアノ

友愛医療センター
仲地 厚

皆様、新年あけましておめでとうございます。沖縄県医師会から近況報告の執筆依頼を頂戴いたしましたので最近の私の楽しみについてお話しします。

「あなたのお気に入りの曲は」と問われた時に、私には深く思いを傾ける曲があります。それは、グレングールドが演奏する「ゴルトベルグ変奏曲」-J.S バッハ-です。若い頃から折々に聞いてきた曲です。仕事帰りの夜の高速道路を走る車内には、カーオーディオからグレングールドのピアノの鍵盤の繊細な響きが広がります。時には、この時間が、最も創造的な時間になり、様々な思いを巡らせる空間になります。

グレングールドはカナダ出身のピアニストで、J.S バッハの曲を中心に多くの曲を弾いて

います。22歳の時にバッハ作曲のゴルトベルグ変奏曲を演奏録音し、録音盤が1956年に発売になると高い評価と賞賛を浴びて現在まで発売以来68年一度も廃盤にならずに売れ続けています。31歳から演奏会活動を中止し録音のみの活動に入り、その後、優れた録音を数多く残しています。彼のピアノ演奏は音楽配信サービスを通していつでも聞くことができます。

私がグールドのピアノを最初に聞いたのは大学生の頃、友人のアパートの部屋でした。ウィンドサーフィン部の友人が、「最近買い換えたコンポーネントステレオの音質がとてもいい。」と言うので他の友達と聞きに行きました。友人は、私たちが声を潜めてスピーカーにじっと耳を傾けているのを確認し、CDを選びセットし再生ボタンを押しました。その時に流れてきた曲が、グールドが演奏する「ゴルトベルグ変奏曲」のアリアでした。流れるピアノの旋律の美しさに、私は想像もしていなかった感銘を受けました。

後日、探し回ったあげく、そのCDを手に入れ、ゴルトベルグ変奏曲の全曲を聞き返しました。止まるのではないかと思うほどのゆっくりしたテンポで情感豊かに演奏が始まり、曲が進むと優美な旋律と圧倒的な表現が展開され、大聖堂の中にいるかのような荘厳な情景が目の前に広がりました。

数年前にYouTubeでグレングールドがピアノを弾いているのを初めて見ました。極端に低い椅子に鼻先と鍵盤が触れるくらいに猫背に坐り、唇は絶えず動き、ハミングがピアノの音に混じるのを気にせず体を大きく揺らしながら演奏していました。

グールドの性格は繊細で、コンサートで見物する聴衆の存在が、演奏への集中の妨げになると感じていました。さらにオーケストラや室内アンサンブルと共演する時も、曲の解釈をめぐり他の演奏者たちと衝突しがちでした。31歳の時にステージを降りて自らの理想の通り録音に専念しています。

ゴルトベルグ変奏曲は、最初のアリアと最後



還暦カウントダウン パーティーの報告

首里城下町クリニック第一
田名 毅

遂に還暦を迎える年になってしまいました。普段は自分の年齢はさほど意識していないのですが、たまに飲み屋さんに行くと年齢を言うと女の子たちからびっくりされるようになってきており、「そういう年齢になったんだな」と意識してしまいます（チーン…）。

59歳になった昨年、出身である首里高校の「還暦カウントダウンパーティー」を私がメイン幹事を務め企画しました。高校時代の友人と飲んでた時に、「60歳になって集まるよりは、50代最後の年の方が女性は嬉しいんじゃないかな」という発想で通常よりも1年早く開催しました。広く参加案内をするために高校のアルバムに掲載されていた実家の住所に返信用往復はがきを送ったところ、507通ほど送って宛先不明で帰ってきたのが250通ほどあり本人か家族が受け取ったと考えられたのが257通という結果でした。この方法は意外に好評で、卒業以来同級生に会ったことがなかったという同級生が、東京、大阪などから帰省して参加してくれました。当時は開邦高校がまだなく、琉大の

医学科に入る公立高校は首里高校と那覇高校が多い時代でしたので、医師になった多くの同級生が参加していました。当初申し込みの伸びが悪かった女性陣も最終的には予想よりも多く参加してくれたので、華やかな雰囲気になりました。集まったのは一次会158名、二次会92名でした。参加した方々からは、楽しかった、企画してくれてありがとうなどの感想をいただいております。

そして、私が一番嬉しかったのは高校時代告白できなかった片思いをしていた同級生に会えたことです。照れくさいので短い時間当たり障りのない会話しか出来ませんでしたが、たくさんの同級生の中で同じ時間を共有できたのは、昔の淡い恋心を思い出しつつ貴重な嬉しい時間でした。

今年は首里中学校の本当の(?)還暦パーティーが開催されることになっています。今回はたくさんいる幹事の中の一人なので気楽に参加出来そうですが、早速開催した幹事会の時の雰囲気がよりフレンドリーな感じで良かったです。思春期になったばかりの中学校の時の思い出を語り合える同期会はまた格別なものになりそうです。

これから還暦に向かう会員の先生方、是非中学、高校の同期会を開催することをお勧めします。





「巳年の私」の 「今後の抱負」

奥平産婦人科医院
院長 奥平 忠寛

私の抱負を語る前に、沖縄県医師会長となられた田名毅会長にこの場を借りてお礼を申し上げたいと思います。

私はコロナ禍において宮古地区医師会で「情報部」という職に就いていました。これは市民にコロナの現状やワクチンの情報を伝えるという仕事でしたが、私はこのポジションを利用して、病院と開業医、そして役所のバランスを取りたいと考えていました。

私の好きな漫画の一つである「キングダム（秦の始皇帝の話）」に「^{かいおく}介億」という将が出て来ます。ある時、秦は「^{さい}叢」という城で籠城戦を迫られます。城は四方を高い壁で囲っており「^{かいおく}介億」は城の中央に陣取ります。そして敵の戦力に合わせて臨機応変に壁の兵を入れ替え、防衛力のバランスをとる活躍をするのです。私は病院・役所にそれぞれコネクションがあったため、そんな仕事がしたいと思っていました。

しかし、実際は漫画のようにはいきませんでした。役割が違う公的機関と開業医の垣根の問題や、膨大なコロナ罹患者を前に、2021年1月ついに宮古島は陥落の危機を迎えます。皆の心が折れそうになった時、大軍を連れて来て下さったのが県医師会の田名会長と玉城研太郎常任理事、事務局の皆様、そして自衛隊でした。

あの時は本当にお世話になりました。

さて、私の抱負になりますが、それは「クリニックの健全な経営」、「後輩の育成」、「地域貢献」、そしていくつかの個人的な「夢」を叶えることです。

まず「健全な経営」についてですが、産科の経営健全化は非常に難しい課題です。そのため私は分娩以外の収益に活路を求め「自身の特許

を利用した新商品の開発」や「胎児 3D プリント」などといった尖ったサービスを思いつきました。しかし成果は一向にみえず、現在は継戦能力を問われています。

「人材の育成」については一定の成果がありました。当院はリスクの低い分娩に特化しているため、開業当初から助産学生の実習を受け入れていました。昨年は大阪にある「大和大学」の学生 16 名の実習を受け入れました。当院が分娩取り扱いを中止するまで「未来の助産師を育てる」活動は続けていきたいと思っています。

「地域貢献」においては、逆風が吹き荒れる宮古島で HPV ワクチンの普及活動を行っています。Instagram や X で活動を始めたところ、ワクチン反対派から時々お叱りを受けるようになりました。またワクチンの啓蒙活動をしている団体「Vcan」を島に呼びましたが人が集まりませんでした。しかし懲りずに今も次の作戦を考えています。また性教育活動も行っており、毎年中学校・高校を行脚しています。

いくつかの私の「夢」に関して、こちらで全部話すのは非常に恥ずかしいので一部に留めます。『「ホテル・エベレスト・ビュー」に泊まること』『東南アジア（まだ行ったこともありません）に拠点を作ること』『小説を出すこと』等です。

一つのことを成し遂げぬまま次の仕事を始める為「一体いつになったら上手くいくのか？」と家族には問われますが、戦いはまだ始まったばかりです。

ただ歳だけはとるもので、最近ある講習会に参加した際、講師も含め自分より学年が上の医師がいないことに気がつきました。

私はもともと「そこそこ使える若手」というポジションが売りでしたが、その後成長していないように思えます。そういえば最近職員から「院長は少年のような目をしている」と言われました。精神的成長もやめてしまった私はもはや「使えないベテラン」、「夢見る中高年」です。

これからはいつまでも走り回る「トム・クルーズ」ではなく、「ロバート・デニロ」のような凄みのある落ち着いたベテランを目指して行きたいと思っています。



巳年にちなんで

医療法人天仁会 理事長
天久台病院 病院長
平良 直人

皆様、新年あけましておめでとうございます。
医療法人天仁会天久台病院の平良直人と申します。昭和52年生まれ、今年で48歳になります。コロナ真っ只中の令和2年7月に父から院長職を引き継ぎ、病院運営を任されましたが、来る日も来る日も感染対策ばかりで大変苦しい中でのスタートとなり、どうしてあのタイミングで？と今更ながら思い返していたところ、一昨年の令和5年10月には理事長職を引き継ぎ、法人全体の運営に関わるようになりました。やはりコロナ禍の影響は大きく、法人全体の業績の悪化が著しく、今も苦しい思いで過ごしています。今年で48歳を迎えようとしています、いつごろか老眼が始まり、いつも肩や腰の痛みを気にするようになりました。年齢を重ねるごとに、身体の変化も相まって、人生の折り返し地点を過ぎた感覚が強まり、これまでの道のりに影響を大きく与えてきた自分自身の内向的な性格やネガティブ思考がこの先の行く末を阻んでいるのを実感します。振り返ってみると、どれだけポジティブに物事を捉えようとしても、常に心のどこかで最悪の結果を考え、自己防衛のための準備をしてきました。この思考の癖は私の専門分野である精神科医としてのキャリアにも、そして私個人の生活にも、さまざまな影響を及ぼしてきたように思います。今年は巳年。巳（蛇）は脱皮を繰り返して成長する生き物として知られています。この象徴にちなんで、私も心の殻を少しでも脱ぎ捨て、新たな成長を目指していきたいと考えています。もちろん、長年染み付いたネガティブ思考は簡単に変わるものではありません。何かを変えることに対する不安や恐れがあることも理解しています。それでも、少しずつ自分の考え方に変化を取り入れ、

自己防衛のためのネガティブな先入観を減らし、自分や他者に対してもっと柔軟で寛容な視点を持てるようになりたいと思っています。具体的には、今年はこれまで以上に自己の内省に向き合う時間を増やし、無理にポジティブになろうとするのではなく、自分のネガティブな感情を正直に受け入れることから始めてみたいと思います。また、患者さんとの接し方についても、自分の偏った視点が彼らの言葉を誤って解釈していないか、注意深く見直していくつもりです。専門家としての立場に甘んじるのではなく、人間としての成長を目指して、謙虚に学び続ける姿勢を忘れずにいきたいです。今年は私にとって、どのような年になるのでしょうか。無理に大きな変革を求めるのではなく、小さな変化を積み重ねていくことが大切だと感じています。そして、これまでの経験と知識を土台に、より穏やかで健やかな心の在り方を模索し続けていくことを、今年の抱負とし、新年のご挨拶に変えさせていただきたいと思います。皆様、本年もどうぞよろしくお願い致します。

※ ChatGPT に「とても内向的でネガティブ思考の持ち主の精神科医」として作成してもらいました。うーん、概ね合っていると思います…。ポジティブになりたい…。」



人生半世紀と「座右の銘」

北部地区医師会病院
田里 大輔

“アラフィフ”となる48歳・巳年を迎えるにあたり、せっかくの機会なので約半世紀の人生を振り返ってみることにしました。1977年に那覇市で長男として生を受け、その後西原町に移り住みました。中学1年生の時、ある医療漫画との出会いをきっかけに医師に憧れ、地元の

丘の上に建つ琉球大学医学部を目指しました。高校は、これまた西原町に近接する県立開邦高校に進学し、何とか一浪で医学部に入学することができました（自宅から数km以内の公立校で幼稚園から大学までを収めたのは親孝行だと思っています）。大学では部活動（野球部）に明け暮れ、研修医として働く直前までグラウンドに顔を出していたため、真っ黒に日焼けして初出勤を迎えたことを覚えています。2003年に興味・関心のある感染症を標榜する琉球大学第一内科へ入局し、以降は琉大附属病院や関連の浦添総合病院、中頭病院、県立南部医療センターで勤務し、2008年には東京の国立国際医療センター エイズ治療・研究開発センターへ国内留学する機会をいただき、AIDSや輸入感染症を学びました。大学病院で数年間勤務した後、2013年より現在の北部地区医師会病院（名護市）に那覇からの通いで勤務しています。当初は2年程度の出向のつもりでしたが、専門分野の興味深い症例が多いことや、自身の働きや取り組みが病院・地域の医療レベルに直結することにやりがいを感じて残留し、以降は大学医局からローテーションしてくる後輩達と共に日々の業務に励んでいます。また、ここ数年は、医療連携統括部長という役職をいただき、当院と県立北部病院が統合して2028年に開院する「公立沖縄北部医療センター」の準備にも関わらせてもらっており、忙しくも充実した日々を送っています。

さてここで、タイトルにある「座右の銘」ですが、聞かれた際は長年“人生万事塞翁が馬”と答えていました。上記の病院勤務は大学医局の人事異動の側面が大きく、各病院を離れる際は「あと1、2年は勤務したい」ということ

がほとんどでしたが、県内外の公立・民間病院に勤務することで、多様かつ思いもよらない出会いや経験を得ることができ、結果的には「異動して良かった」と思うことが多かったからです。しかし年を重ねると「自分の特性や存在意義は？」と内省することも増え、40歳を過ぎた頃からは“偶然は準備のないものには微笑まない”という細菌学者レイ・パスツールの言葉や、“発見とは人と同じものを見ながら、人の気づかないものを見つけることである”という生化学者セント・ジェルジ・アルベルトの言葉も併せて「座右の銘」としています。

プライベートでは、部活動を通して知り合った妻と結婚し、2女1男を授かりましたが、コロナ禍初期の2020年3月に妻が急逝し、突然父子家庭となりました（当時子供は中2・小3・年長）。途方に暮れ、もう急性期の病院で働くことはできないと思っていましたが、多くの人たちに支えられ、そのまま現在の病院で働き続けています。これを“塞翁が馬”というのは正直辛すぎますが、子供たちと向き合う時間が増え、毎日朝ごはんを弁当を作り、家事全般をこなすようになったことは、「人生に新たな視点や価値をもたらしてくれた」と、今は前向きに考えています。コロナ禍の影響で告別式は家族のみで行ったこともあり、先日、4年以上を経て「偲ぶ会」を開催しました。部活動関係者など共通の知人70名余の方に参加いただき、同窓会のような雰囲気で行うことができました。この場を借りて御礼申し上げます。

次の12年がどうなるかはわかりませんが、家族や周囲の方々へ感謝の気持ちを忘れずに、自身ができることに1つずつ取り組んでいきたいと思っています。

