

大島郡医師会だより

No.98 2022.4.1

医師会病院
虹の事業所
訪問介護ステーション
訪問看護ステーション
居宅介護支援事業所
グループホーム虹の丘
養護老人ホームなぎさ園
臨床検査センター

発行
大島郡医師会
奄美市名瀬塩浜町3-10
TEL0997-52-0598
FAX0997-54-0597
印刷 南海日日新聞社



大島郡医師会の現状と課題 (令和4年度)

大島郡医師会会長 向井 奉文

常日頃より郡医師会の運営に関しましては、会員の並々ならぬご協力を頂き感謝しております。お陰で医師会の存在意義がますます高まりつつあると自負しております。

さて、郡医師会の現状と今年度の課題を述べることで、会員の一層のご理解を賜りたいと思っております。

まず、コロナ対応です。周知の如く宿泊療養所の運営を主に郡医師会が担っています。昨年10月、2棟目の療養所が開設され、今年1月、新型コロナウイルスの急増に伴い2棟目の運営も開始となりました。1・2棟の連携等懸念材料もないわけではなかったのですが、担当の野崎理事及び医師会事務局の奮闘で滑り出しも上々でスムーズに運営されつつあります。

課題としては宿泊療養所とは別のところにあります。それは新型コロナウイルスが感染症の第2類に分類されているため、保健所に相当の負荷が掛かっていると推測されることです。自宅待機者が増えたときその管理を如何にするかという問題です。かかりつけ医と保健所の一層の連携が必要と考えています。それは郡

医師会の課題というより優れて保健所の課題であります。

コロナワクチン接種に関しましては担当の岩城理事及び各島の担当理事の並々ならぬ奮闘により昨年は接種率が県下でも優秀な成績でした。今年度も第3回目の接種が急ピッチで進行しつつあります。

課題としては小児の接種です。心無い反対運動も起きています。心無から小児の両親の理解を如何に得ることが決定的に重要と考えるところであります。

医師会病院の棟再編に関してはなかなか困難な面があります。介護医療院に関しては待機者もある程で、開設は結果として理に適っていると考えます。課題としては待機者も相当数いるところから増床を予定しています。奄美市と協議しているところであります。

回復期リハビリ病棟については開設して1年未満ですが、実際の需要は想った程ではなく若干の苦戦を強いられています。実際の需要はそれほどではないとレセプトデータの解析からある程度予想は可能であったのですが、回復期リハビリ病棟の開設は医師会病院の長年の課題で、また地域で医師会病院が率先して果たすべき役割でもあったのです。最近では漸く病棟

が埋まりつつあります。今後の課題としてはリハビリの質の向上と、需要の向上に伴い病床を増加することです。担当の医師や職員が重要で、会員の層の尽力をお願い申し上げます。

虹の丘については喜入施設長の下、職員がよく頑張つて維持されています。年々複雑化する介護報酬の変化にも対応出来ております。今後もその姿勢を貫いて頂きたいと思っております。

地域包括ケアに関わる地域包括ケア交流会については、担当者の多大な努力の元、この3月で46回を数え、今や地域包括ケア交流会は無くしてはならない存在となつております。昨年度はACPについて議論することが多く、特に救急とACPについて意義ある展開が為されたと確信しております。今後も地域包括ケアに関わる問題が出てくると思っております。

今後も各課題について肅々と進めて行く予定です。各会員の参加をお願い申し上げます。

医師会臨床検査センターは、特に新型コロナウイルスのPCR検査を担ったことでこの地のコロナ対応の質を大幅に向上することができました。又、無料PCRを担ったことも特筆に値することです。

奄美看護福祉専門学校についてはこの地域に若者が一定数残るのに実に大きな役割を果たしています。約2000人の卒業生の中、約800人が卒後当地に残っています。一昨年度は看護

こども・かいて福祉科とも受験者減に見舞われましたが、昨年度は学園側や関係者の努力により大幅の受験者増と持ち直し、特にこども・かいて福祉科は入学者が増加しています。会員各位の一層の助力をお願い申し上げます。

地域医療構想は、昨年度はコロナの関係で専門部会、調整会議ともそれぞれ1回の開催となっております。様々な議題がありました。主には徳之島徳洲会の新築移転に伴う50床増床の課題と県立大島病院の休床している50床のうち36床を回復期リハビリに転換するという課題です。徳之島徳洲会の増床については、新たに無床化する予定の診療所が判明した事から徳之島全体で270床を超えない範囲で増床計画を徳之島で議論し直すとの一定の結論が得られました。県病院の回復期リハへの進出については当地の調整はなかなか困難で、県病院全体の問題でもあることから、その調整を県の調整会議に託すこととなりました。

最後に、コロナ禍に見舞われたこの2・3年世界の様相は随分変わりました。それに掉さすようにロシアが仕掛けた、ウクライナ戦争は我々の世界観を一変させつつあります。

予期せぬ困難が待ち受けているかもしれないが、医師会としては、行政や関係各位と連携しながら我々の責任を全力で果たしつつ今年度に備えたいと思っております。

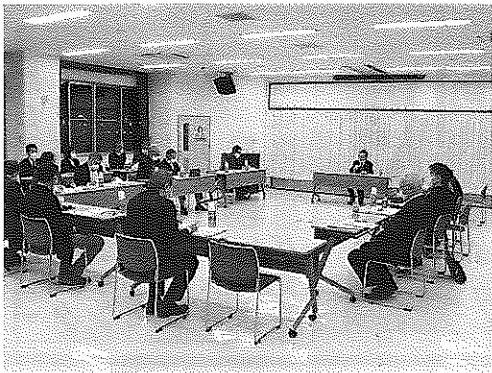
令和3年度第3回理事会

去る2月5日(土)に令和3年度第3回定時理事会が午後6時30分から医師会館4階にて開催されました。開催前に昨年末(12月28日)にご逝去された稲純一先生、今年に入り1月16日にご逝去された泰江力先生両先生のご冥福を祈り黙祷が捧げられました。

稲副会長の開会宣言に引き続き向井会長の挨拶。

「理事会を始める前にお二人の先生への黙とうを捧げましたけれどもこの10年間を振り返ってみますと群島内で9名の医師がお亡くなりになりました。」

その中で次の世代にバトンタッチされた先生方、事情により閉院された先生方それぞれで



すが、非常に寂しい感じがございました。

しかし私たちは今、新型コロナウイルスに対する予防接種、あるいはオミクロン株に対する対応を徹底して行っているところであり、デルタ株に対しても、またオミクロン株、あるいは予防接種に対しても会員の先生方が最善を尽くしてくれている。非常に感謝しております。県の医師会も奄美の対応を高く評価しているところでもあります。

特にオミクロン株に対しては、県内では奄美が最初の感染拡大となりましたけれども、今のところ見事に対応してくれていると思います。これも皆さんの努力のおかげだと大変感謝をしております。引き続き皆さんのご協力をお願いしたいと思います。

次に地域医療構想の専門部会が久しぶりに行われました。奄美医療圏内、県立大島病院が回復期をやりたいということ、徳之島徳洲会が奄美の病床を徳之島に持って行くというこれは地域医療構想全体のあり方から疑問もあるかと思われまますので、それに関しましては皆さんの意見も伺いたいと思っております。

今日はこのような天気になりましたが、沖永良部から町田先生も無事早く到着できてよかったです。そういうことで実りある議論をお願いしたいと思っております。よろしくお願ひします」

その後、会長を議長として議案審議に入る。

(1)第1号議案 令和4年度大島郡医師会事業計画(案)

(2)第2号議案 令和4年度大島郡医師会一般会計収支予算案(案)

(3)第3号議案 令和4年度大島郡医師会特別会計収支予算案(案)

イ、大島郡医師会病院収支予算案(案)

ロ、介護老人保健施設虹の丘収支予算案(案)

ハ、臨床検査センター収支予算案(案)

(4)第4号議案 令和4年度公益社団法人大島郡医師会収支予算案(案)

(5)第5号議案 鹿児島県医師会代議員及び同予備代議員の選出について

(6)第6号議案 第98回臨時総会日程について

日時 令和4年3月5日(土) 18時30分から

場所 大島郡医師会館4階

【報告事項】

(1)各担当理事からの報告

・10月理事会以降から現在までの活動報告(津畑庶務担当理事)

・新型コロナウイルス感染状況及び自宅療養者への往診等の対応について(野崎救急医療担当理事兼新型コロナウイルス対策担当班長)

・3回目ワクチン接種での副作用等状況について(若城予防接種担当理事)

・瀬戸内町地域連携推進法人アンマの現況及び瀬戸内支部の今後の方向性について(桂理事)

・沖永良部島の新型コロナウイルス感染及びワクチン接種の進行状況について(町田理事)

(2)医師会病院の今後の病床再編について(坂元医師会病院事務局長)

(3)医師会病院電子カルテ更新の検討状況について(坂元医師会病院事務局長)

(4)令和4年度なぎさ園の収支予算案(案) (山田なぎさ園園長)

【審議結果】

第1号議案から第4号議案は、各担当から説明の後、原案通り可決承認され総会に提案することとなった。第5号議案の鹿児島県医師会代議員及び予備代議員の選出について代議員に稲源一郎先生、嘉川潤一先生、予備代議員に野口義夫先生、津畑修先生を選出する。第6号議案の臨時総会は、3月5日(土) 18時30分から医師会館4階にて開催することを承認された。

令和4年度人事異動

(令和4年4月1日付)

◆異動◆施設

有村 裕志 病院地域医療連携室

◆昇格◆本部

西元 政美 経理課主任

◆昇格◆医師会病院

森 晃代 看護部長

濱田 靖乃 副看護部長兼副地域医療連携室長

榮 ひろみ 検査室長

保 裕寿 総務課主任

押村 克彦 地域医療連携室主任

平野 伸正 総務課システム管理主任

◆昇格◆虹の丘

恵 江莉香 看護主任

亀山 孝治 グループホーム管理者

西 泰裕 介護主任(通所リハビリ)

岩崎 恵 介護副主任

◆退職◆医師会病院

川畑 末子 看護部長

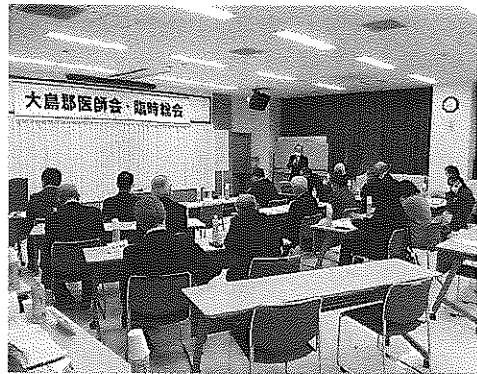
◆その他◆

坂元 寛興 医師会病院事務局長兼 医師会事務局次長

大島郡医師会 第98回臨時総会

令和4年3月5日午後6時30分から医師会館4階ホールにて第98回臨時総会が開催された。稲副会長が、会員総数85名、出席総数81名(委任状含む)で会員総数の過半数を超えており、本会は成立することを宣言した。

向井会長は挨拶で「この間、医師会が主に取り組んできたことはワクチン接種とコロナ感染者への対応になりますが、会員の皆さんの並々なお力をいただき大変感謝しております。また、行政からも医師会の協力に対して感謝の言葉をいただいております。その他にも医師会病院のことや、地域医療構想の問題のことなど色々ありますけれども、それは逐一皆さんに報告して、お知恵を拝借したいと思っ



ております。

医師会病院の病棟編成については、いくつかの問題点も出てきていますので、皆さんの力を拝借したいと思っております。それと協力して頂きたいことが、7月に参議院選挙があります。この参議院選挙に対してもまた、皆さんのお力を貸していただきたいと思っております。それでは今日は忌憚のない意見をよろしくお願いします」と挨拶の後、定款17条に基づき議長選出を図り議事に入った。

【総会の議事の経過の要領及びその結果】

定刻になり、稲副会長が、本日の出席会員数及び議決権数が上記のとおりであり、大島郡医師会臨時総会のすべての議案の決議に必要な法令及び定款上の定足数を充足している旨を報告し開会を宣言、会長挨拶の後、定款17条に基づき議長選出(喜入厚先生)を図り議事に入った。議長は、議事録署名人2名(加納達雄先生、眞田純一先生)を指名し、第3号議案は関連するため質疑については、臨床検査センタ―の説明後に一括してお願いするとの協力要請をする。

【審議事項】

議長の求めに応じ、議案順に各担当事務局員から事業計画及び

予算案並びに代議員・予備代議員の選出について提案理由を説明する。

(1)第1号議案 令和4年度大島郡医師会事業計画(案)

(2)第2号議案 令和4年度大島郡医師会一般会計収支予算(案)

(3)第3号議案 令和4年度大島郡医師会特別会計収支予算(案)

イ、大島郡医師会病院収支予算案

ロ、介護老人保健施設虹の丘収支予算案

ハ、臨床検査センター収支予算案

(4)第4号議案 令和4年度公益社団法人大島郡医師会収支予算案

(5)第5号議案 鹿児島県医師会代議員及び同予備代議員の選出について

【審議結果】

第1号議案から第4号議案までの事業計画及び収支予算案は、原案通り承認となる。第5号議案の鹿児島県医師会代議員及び予備代議員の選出については、次期代議員に稲源一郎先生、嘉川潤一先生、予備代議員に野口義夫先生、津畑修先生を選出する。

その後、稲副会長が報告事項等について進行し、医師会病院の今後の病床再編及び電子カルテ更新の検討状況については、坂元事務局長、なぎさ園の令和4年度収支予算(案)については、山田園長から報告する。

【その他の報告として向井会長から2点の報告】

(1)奄美看護福祉専門学校

この数年の応募者が少なく、

これも、介護学科は一昨年8名、

昨年は12名の入学者数であったが、

今年は学校側の努力もあり22名と

受験者数が増えた。しかしそれでも

募集定員40名の半分という状況である。

これまでも、

2千名の卒業生を送り出しているが、

これも、介護学科の卒業生の約半数が

島内で勤務してくれている。看護学科も

僅かではあるが、島内に残って

特に県立大島病院の看護人材を

支えてくれている。今後も

医師会の先生方には、看護福祉

専門学校への支援をお願いしたい。

(2)地域医療構想調整会議の報告

徳之島の徳洲会病院の新築移転に伴う増床(51床)について

報告事項等が終了したので、19時40分に稲副会長が閉会を宣言した。

鹿児島県医師会執行部とのWEBによる意見交換会

鹿児島県医師会執行部と大島郡医師会執行部によるWEB方式での意見交換会が、

1月31日午後6時30分から両会館を結んで開催されました。

事前に大島郡医師会から離島ならではの悩みや課題、

県医師会への要望等を挙げてもらいたいとのことで、

新型コロナウイルス感染症に関する対策や自宅療養者への対応の明確化、

離島の血液供給問題、県立大島病院の回復期病棟新設計画について、

離島における医師の働き方改革、会員のいない離島医療への開業支援などを挙げさせていただきました。

それぞれ意見の趣旨説明をした後、

県医師会側からは池田琢也会長をはじめ

野村秀洋副会長、林芳郎副会長、

大西浩之常任理事から、

それぞれの担当分野で各課題の解決に向けてのアドバイス

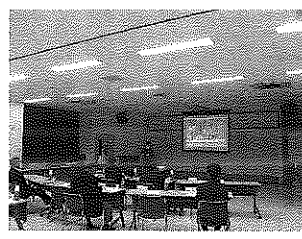
をいただきました。血液供給備蓄所などの大きな問題については

県行政、日本医師会への解決策の働きかけに

協力をして頂けるなどの回答を

いただき、当医師会としても非常

に有意義な会となりました。(詳しくは鹿児島県医師会報(3月号)に掲載)



新型コロナ軽症者宿泊療養施設看護師の役割

奄美JMAT看護師一同

鹿児島県医師会COVID-19JMAT奄美は2020年8月、新型コロナ軽症者宿泊療養施設開設に伴い発足。当初は看護師の登録4名という体制で、医師・県職員・保健所・医師会スタッフの協力のもと手順などを確認しながら入所者2名を迎え、のスタートでした。



無事2名の方を送り出すことができ一旦は閉所したものの、11月には再び群島内での発生を受け2回目の開所となり、その後発生状況に応じて開所、閉所を繰り返しながら現在に至っています。宿泊療養者数が多い時には大島郡医師会病院・奄美中央病院・名瀬徳洲会病院・訪問看護ステーションほほえみ等からも応援をもらいながら対応し、その後はメンバーの変更をしながら現在は13名の看護師がローテーションを組み業務に当たっています。

宿泊療養所での看護師の役割は、主として入所者の健康観察とPPE着脱の確認など感染防止対策である。発熱持続時や症状悪化時は速やかに病院搬送出来るよう状態観察し、的確に医師へ報告するように入所者とは対面することができないため電話の声のみで健康状態を判断する必要がある。相手が話しやすいような声かけや、思いを伝えてもらえようように心がけながら接

しているが、電話の対応だけではなかなか思いや状態がわかりにくいことも多く対応に難しさを感じる時もあります。また、食事内容や部屋の乾燥、温度の管理など看護師が対応できないことも多く環境面のサポートでは限界を感じ、宿泊療養施設という特殊な環境の中で安心して全に療養していただくために、私たちができることは何かを常に考えながら業務にあたっていくたいと思っています。

入所される方は年齢も2歳から85歳、喘息、糖尿病など基礎疾患のある方、希望して来られる方、不安な思いをもってこられる方など様々です。高齢（最高85歳）の方が入所された時は、室内への案内や入浴時は携帯電話で誘導するなど安全に過ごしていただくように細心の注意を払い対応しました。また「療養施設の設定環境では滞在できない。どうしても家に帰りたい」等と訴える



方もおり、そのような時もある。その方の思いを伺ったり、部屋を変えたりなどの対応をしたが、それでも滞在することが難しい場合もあり、担当医師、保健所に相談しご自宅へ搬送することもありました。

2022年1月、大島本島での感染拡大時は入所者数も80人を超え宿泊療養施設も2か所を同時開設することとなり看護師4人がシフトに入り慌ただしく対応しました。津波警報発令時は看護師の判断で全員最上階へと避難誘導するなど初めての緊急時対応を行ったが、改めて災害に対する日頃の心構えが大切であることを痛感した経験でした。

2月になり大島本島での感染が落ち着き入所者数も減少傾向にあります。担当医師や県職員、ホテルスタッフの協力もあり、忙しい日々でも大きな問題や事故もなく過ごせていることに安堵しております。ある退所者の方から、「はじめは辛かったのですが1日3回の電話で癒されました。ご飯やホテルの事をやってくれた皆さんに感謝の気持ちでいっぱいです」というお手紙をいただきました。対応に苦慮することも多々あるが、電話での何気ない会話の中で「安心しました」「心強いです」と話されたり、症状が落ち着いた時や退所が決まった時に嬉しそうに話されたりする時、また無事に退所された時は私たちも療養のサポートが出来て良かったと思ひ、やりがいにもつながっています。

新型コロナ収束はいつになるかまだ先の見えない状況ですが、担当医師、県職員、保健所などと連携し、今後も入所者が出るように対応していきたいと思っています。



PCR検査等無料化事業の経緯と経過のご報告

大島郡医師会臨床検査センター責任者 平田 龍

大島郡医師会臨床検査センター責任者の平田龍と申します。平素より大島郡医師会の先生方には温かいご指導とご助言を賜り深く感謝致しております。

現在、当センターにお

きましては『新型コロナウイルス無料PCR検査会場（鹿児島県PCR検査等無料化事業）本年1月15日（3月末日迄）を運営させて頂いてまいります。』本稿にて当事業開始までの経緯と経過の報告を』とのお言葉を頂きましたので、誠に僭越、また、拙文でございますがお許し願います。

コロナ禍の発生以降、『医療体制』と（検査体制）と（日々の生活）：これらがバランスさせることが大切だが、それはとても大変なこと』と多くの先生方からお聞きして参りました。そのような中、本年1月からの第6波の感染状況は、全国的にまさに医療・検査・生活に大きな混乱を生じさせるものでございました。当地におきましても当初は多くの皆様がとても不安な気持ちで過ごされ

ていたことは記憶に新しく、あの厳しい状況を乗り越える事が出来ましたのは、先生方の強いリーダーシップあつてのことだと改めて今思い返しております。

第6波が急速に拡がる中、『奄美群島の医療体制を守り、皆が安心して生活できるように、誰もがPCR検査を受けられる環境を早急に作らなくてはならない』との先生方の強い想いとご要請をお受けし、検査センターとしてその実現に向けての任を担わせて頂きました。

計画の実現には①（多くの検査希望者に対応できる大規模会場）②（大規模会場を一定期間にわたり安定的に運営する為の人員）③（多くの検査資材と専用システム）④（①③の全てを短時間で揃えること）これら

が必要であり、センター職員全員で手配に全力を傾けました。

準備を進める中で、（先生方と事務局からのお力添え）、（行政の皆様からのご理解）、そして、（鹿児島臨床検査センター・株式会社パソラグループ全体から、運営本部の設置・人員派遣・資材確保・専用システムの貸与など）の全面的な応援体制のご協力を頂きました。

これら一つ一つを数日間の中でしつかりと結び付けることができた結果、当計画を先生方と検討し始めてから1週間足らずの1月15日より、当地最大のコンベンション施設である文化センター



にて無料PCR検査会場を開設することが出来ました。（行政機関からの要望で2月から名瀬新港の待合所に会場を移しております）。検査実績は3月15日現在2660名（陽性30名）、結果のご報告も行政機関や医療機関様と連携を図り混乱なく対処できております。

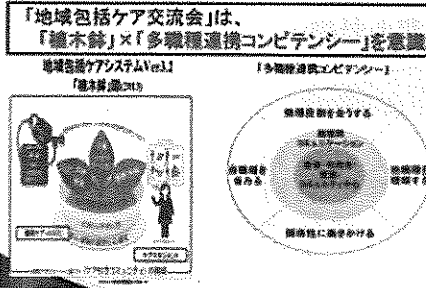
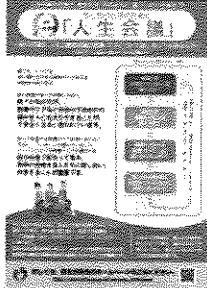
この度の運営を通して多くの受検者の皆様から感謝のお声掛けを頂きました。また、先生方からも私どもの身に余る温かい労いのお言葉を賜りました。職員一同、皆様からのお心遣いを大きな励みとし、これからも奄美群島の皆様の検査センターとしての存在意義を決して忘れず日々の業務にあたって参る所存でございます。

「地域包括ケア交流会」開催！

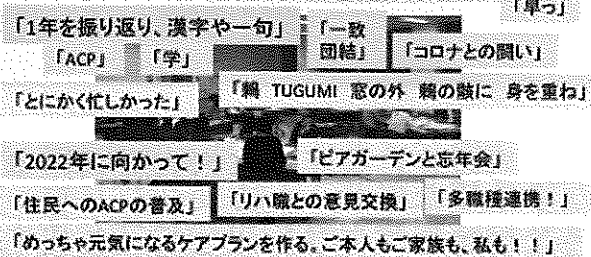
【第45回】 令和3年12月27日(月)18時30分～20時 於:大島郡医師会館4階ホール

テーマ:「2022年へ向かって」

1. 地域包括ケア交流会とACPについて(報告)



2. 植木鉢図を使った意見交換(グループワーク)



今回は最初に「これまでの地域包括ケア交流会とACP(アドバンス・ケア・プランニング)」について在宅医療連携支援センターの報告を行い、その後のグループワークで、「2022年へ向かって」をテーマに1年を振り返りながらうまくいったことややり残したこと、今後取り組んでいきたいことなど、それぞれの意見を自由に語り合う時間を持ちました。毎回和やかな雰囲気での交流会ですが、今回初めて参加された方も多く、今後もこの交流会が関係機関や職種における「顔の見える関係」「継続的な連携のきっかけづくり」の一助になれば幸いです。

【第46回】 令和4年2月28日(月)18時30分～20時 於:大島郡医師会館4階ホール

テーマ:「地域リハビリテーションについて」

講師:奄美圏域地域リハビリテーション広域支援センター 梶 悠貴 理学療法士

1. 「地域リハビリテーションって?」(講話)

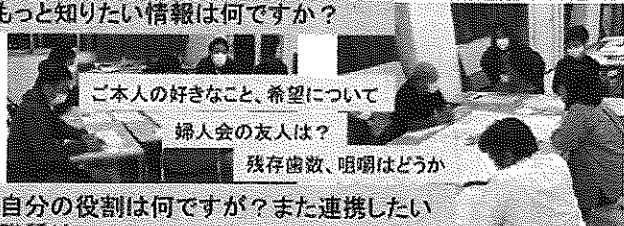
地域リハビリテーションの定義

地域リハビリテーションとは、障害のある子どもや成人・高齢者とその家族が、住み慣れたところで、一生安全に、その人らしくいきいきとした生活ができるよう、保健・医療・福祉・介護及び地域住民を含め、生活にかかわるあらゆる人々や機関・組織がリハビリテーションの立場から協力し合って行なう活動のすべて



2. 植木鉢図を使った事例検討(グループワーク)～コロナ禍におけるフレイル予防の事例～

もっと知りたい情報はありますか?



ご本人の好きなこと、希望について

婦人会の友人は?

残存歯数、咀嚼はどうか

自分の役割は何ですが?また連携したい職種は?

地域とつながるためのきっかけづくり、サロンや介護予防教室への参加

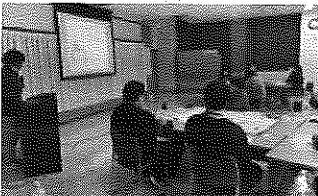
地域住民や生活支援コーディネーターやリハビリ職との連携

医師として利用者の健康管理

かかりつけ医との連携

歯科医師との連携

薬の管理方法を一緒に考えたい



令和3年度最後の交流会は「ACP」と同様「地域包括ケアの鍵となる「地域リハビリテーション」をテーマに開催となりました。奄美圏域地域リハビリテーション広域支援センター梶氏による講話では、「地域リハビリテーション」の考え方や、センターの活動内容、奄美大島におけるリハビリテーションの資源についての紹介等がありました。今後の活動については、地域包括ケアシステムの実現に向けて、市町村が行う地域リハビリテーション活動支援事業へのリハ職の関与も含め、リハビリテーションの立場からその人の生活と人生を良くする活動をあらゆる関係機関と協力しながら行っていき、また地域からの相談を受ける窓口、地域とリハビリテーション専門職をつなぐ架け橋としてその役割を果たしたい、と述べられました。後半はコロナ禍でのフレイル予防の事例検討を行い、多様な視点から意見交換がなされ、それぞれの職種の理解が深まったのではないかと思います。奄美にターンされた理学療法士の方が「この交流会に参加し始めて、知り合いが増えました!」と語ってくれたのが印象的でした。

なぎさ園だより

令和4年1月16日

津波警報!



1月16日、深夜に突然発令された津波警報によりなぎさ園入所者も避難を迫られました。思わぬ渋滞が発生したためスタッフの参集も思うようにならず、寒い夜ということもあり1階の入所者を2階(海拔約8m)に避難させることにしました。情報がなかなか入ってこず不安な夜を過ごしましたが、皆さん静かにニュースを見ながら待機されておりました。7時過ぎに警報が解除されると安堵され「やっと部屋に戻れる」「疲れたね」等の声がありました。今回は幸いに津波はこなくて、入所者にも体調を崩す方などいなかったので、スタッフの非常参集や避難先での休息方法等様々な課題が浮き彫りになり今後の対策を早急に検討していきたいと思います。



奄美の薬草



薬草研究

奄美の自然を考える会顧問 田畑 満大

<ゴボウについて>

ゴボウと聞いても最近、出番が少なくなったような気がします。

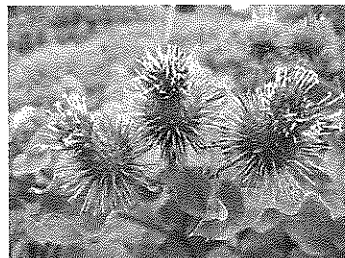
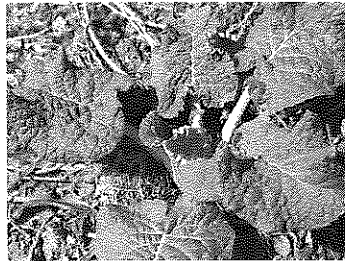
昭和30～40年代までは農家で栽培していましたが、現在栽培している農家はあるのでしょうか？栽培していたとしても少ないでしょう。レシピでは、キンピラごぼうが多いのではないのでしょうか。それにけんちん汁になくってはならない野菜ですね。

本題に入る前に、牛蒡の戸籍関係から調べてみますと、原産地はユーラシア大陸北部、ヨーロッパ、中国だと言われています。日本には、10世紀以前に中国から薬草として渡来したと言われています。初めは主として薬用に使われていたようですが、平安中期になると野菜として食べられたとのこと。明治の頃に品種改良が行われ一般に食されるようになったといえます。

ゴボウは、キク科ゴボウ (*Arctium lappa* L.) 方言名、グヴ、グンヴー、など集落によって違いますが、皆さんの集落ではどんな名前が残っているのでしょうか？

今回は牛蒡の成分と効能について考えてみたいと思います。まず、「これでわかる薬用植物」中田福市・中田貴久子著より紹介します。【成分】リグナン系苦味配糖体のアルクチゲニン、アルクチ、ラッパオールA-E、脂肪油など。【作用】消炎、解熱、排膿、浮腫除去、利尿。【用法】①消炎解熱、むくみに牛蒡子（ごぼうし）（ゴボウの種子を乾燥させた物：生薬名が牛蒡子）5～8gを1日分として煎じ、3回に分けて服用する。民間療法では、生薬を火に炙って柔らかくし、腫れ物（排膿）やリウマチ（消炎）に貼ります。【どうして効くか】牛蒡子のアルクチインは、中枢神経系に働き、末梢血管拡張により解熱効果を現します。消炎作用もこれに関連して生じるようです。抗菌作用があるとも言われます。牛蒡子のエキスにはむくみを取る働きがあり、これは利尿作用の結果ですが、その薬用成分はまだはっきりしていません。油成分が多いので緩下作用も現します。とのこと。

次に、ゴボウの栄養面から調べてみました。牛蒡に含まれる水分の割合は約80%と少ない。100gあたり、炭水化物が15.4gと多い野菜である。タンパク質1.8g、灰分0.9g、脂質0.1g、炭水化物は糖質と食物繊維に分けることができる。食物繊維が可食部100g



中に5.7gと豊富です。ビタミン類は少ないがミネラル類をバランスよく含有することがゴボウの特徴だと言います。その他カリウム、マグネシウム、亜鉛なども。ゴボウの皮には、ポリフェノールのクロロゲン酸も豊富です。クロロゲン酸は、牛蒡を水にさらした際の茶色の成分です。これが失われることがないように工夫が必要です。

食物繊維の中でも、特に水溶性食物繊維が豊富です。水溶性食物繊維の主体はイヌリンで、これはフルクトースの複合体です。

薬用として調べてみますと、根、葉、果実の部分を用います。果実は漢方薬で、牛蒡子という生薬です。解毒作用があると考えられ、消風散（しょうかぜさん）、柴胡清肝湯（さいこせいかんとう）などの方剤に処方されます。欧米では、根を薬用ハーブとしてハーブティに用います。根から抽出した油を頭皮に使われているようです。

日本には、薬草として中国から伝来し、発汗利尿作用のある根は牛蒡根（ごぼうこん）というほか浮腫、咽頭痛、解毒に用いる種子を牛蒡子と呼び用います。民間療法では、乳腺炎に種子をそのまま食べるか、煎じて飲む方法が知られています。ゴボウは解熱に効能があるということで風邪や咳に良いと言われています。湿疹、おでき、腫れ物などの化膿性疾患に牛蒡子を1日量5～8gを600ccの水で半量になるまで煎じ、3回に分けて服用することが知られています。風邪、喉の痛み、咳に、牛蒡子1日量2～3gを水400ccが半量になるまで煎じ3回に分けて服用するようです。浮腫（むくみ）には、牛蒡子を粉末にして、1日量3～6gほど3回に分けて服用するといえます。神経痛、リウマチ、関節炎には、生薬を火であぶり柔らかくして幹部に貼ると良いといえます。夏場に採集して日干して保存した葉は、浴湯料やうがい薬に使え、湿疹、かぶれにも効果があるとし、乾燥葉を煎じた液でうがいすれば、口内炎、扁桃炎、歯頸の腫れなどの炎症性疾患に良いとされているようです。

このように薬草としての効能を見てきました。野菜だとばかり考えていましたが、最初入ってきた時には薬草だったのでしたね。

最後に、食文化による誤解があったという話です。これは太平洋戦争中に英国人捕虜が牛蒡を「木の根」だと思い、木の根を食べることを強要し虐待されたとして、戦後、日本人将兵が戦犯として裁かれたことがあったという悲劇的な逸話が残っています。野菜として利用しているのは日本と韓国、台湾だけと聞きます。もっと広がりがありますか。どうでしょうか？調べてみては。また、健康に良いレシピなど工夫すれば良いのではと思います。ゴボウは一年中スーパーで買えますが、他は薬局など販売していると思います。生薬は、栽培しないと得られませんね。

奄美の医療雑話

〈55〉

「医者」の心は「仁」

元名瀬市立奄美博物館長 林 蘇喜男

医療従事者の信条と言え
る規範用語のひとつに、「医
は仁術」があります。
「仁」には奥深い意味があ
ります。簡潔にまとめると、

心身なやみ苦しむ人への親
愛の心で接する思いやり、
情深い施しが「仁」と言っ
ても過言ではない。

いま、日本人の約二人に
一人がなんらかの「がん」に
なると言われている。

「国立がん研究センター」
の全国調査によると、がん
患者の終末期には、四割近
くが、亡くなる前の一カ月
間、体の痛みを抱えている
ことがわかりました。これ
は、平成三十年十二月、初
めて行われた「がん」患者の
遺族調査の回答では、

◎痛みがあったと思う
|| 二六%。

◎痛みがあまりなかった
|| 五二%。

◎不明 || 十二%。

の報告がなされてきました。
「がん」の主な病名を辞
典から引用してみましよう。

◎胃がん

胃に発生する悪性腫瘍。
初期には自覚症状がない

◎舌がん

舌にできる。合わない義歯・
金属封や虫歯のところがた
部分の刺激が誘因となる。

◎腸がん

腸にできる。主に直腸・
結腸に発生。直腸に発生
する「がん」の早期には、
下痢傾向となり、やが
て血液が付着した便がみ
られる。

◎乳がん

乳腺にできる。四十歳以
上の女性に多く、初め乳
房にしこりが出来るが、
痛みはない。早期発見に
よる切除のほか、放射線
や抗がん剤治療がある。

◎「肺がん」

肺に発生する。初め気管
支の粘膜に発生し、咳・
痰・血痰・胸痛などの症
状がみられる。喫煙や大
気汚染などが原因となる。
「がん」は、早期発見によつ

て治療効果が期待できるが、
なんらかの原因により、無
制限に増殖し、周囲の組織
を侵し、他へも転移して障
害をもたらす、放置すれば
生命をうばう病気であると
言われている。

編集後記

大島郡医
師会だより
第93号をお
届けします
◆令和4年
を迎えた4
日の新聞一
面には「コ
ロナ下2年
ぶり成人

式」の記事。感染対策には十分
気遣いながら開催されたが、喜
びもつかの間、5日には県内初
のオミクロン株感染者が確認さ
れた。奄美でも日を追うごとに
感染者が急増し、7日の一面は
「警戒レベル5に引き上げ」に
変わり、8日には県独自の緊急
事態宣言が出された。何も成人
式だけが感染拡大の理由ではな
いが、第5波が収束し、多くの
方が家族との再会を楽しみに帰
省したくなるのは致し方ない
ことだったでしょう◆今月号の
一面は「大島郡医師会の現状と
課題」としての寄稿文となつて
おります。昨年度の新型コロナ
関連における医師会の取り組み
や、奄美保健医療圏の地域医療
構想調整会議が約一年ぶり(2
月)に開催され、2025年に

向けての病床数や病床機能の適
正化を目指すための議論がなさ
れた◆2月・3月には医師会理事
会・総会が開催され、2022
年度に向けての事業計画・予算案
県医師会代議員等が承認された。
残念ながら懇親会は計画できず、
先生方の親睦は次回(6月予定)
へ持ち越しとなった◆JMAT
ナースの皆さんには、2020
年8月に開所された軽症者宿泊
療養所のこれまでの体験談を寄
稿してもらい、入所者と対面す
ることができない中、幼児から
高齢者まで幅広い年齢層の方々
をサポートすることの苦労や新
年早々の急激な感染拡大、1月
16日未明に発令された津波警報
での対応など厳しい環境での業
務には、本当に敬意を表したい
と思う◆1月15日より県から委
託された「PCR検査無料化事業
の経緯と経過」と題して臨床検査
センターの平田所長にもご寄稿い
ただきました。皆様には、年度末
の大変お忙しい中、快くお引き受
けいただきありがとうございます
です。次号は7月1日発行です。会
員の先生からの出稿があると大変
ありがたいです。どうぞよろしく
お願いします。 事務局長 名城

