

院長室の窓 「戦いの闘いの声 “ウォー三唱”」

院長 橋本 大定

昭和37年、新設された東京大学理科Ⅲ類の激烈な入試勉強に体力を磨り減らした私は、合格直後、まずは自身の人体改造に取り組むべく、鉄門ボート部に入部しました。

ボートの合宿はこれまた激烈で、早朝主将の「モーション」の掛け声で目を覚ますやいなや荒川土手でランニング、朝食・朝寝後、戸田競艇場でボートの朝練、昼食・昼寝後、艇を荒川に浮かべて本格練習、夕食夕寝後はバーベル筋トレ・入浴・消灯と、「運動すること」「食うこと」「寝ること」以外は何もできない毎日が続き、その拳句、日本各地での大学対抗戦が続きます。

その間、仲間の食べ残しを片っ端から片付けていた私は「ディスプレイ」とあだ名され、その甲斐あってか、体重は1合宿ごとに5kgずつ上昇、大学入学時62kgしかなかった体重は、5合宿で87kgにまで急上昇しました。

脳までが筋肉化されたのではないかと思うほどに、当時の私は、例え自動車とぶつかっても負けないと錯覚したものです。

対抗戦直前には、先輩達が訪ねてきて、メシをハラー杯ご馳走してくれる喜びはまた格別です。そしてその折は、「春は春は」を皆で合唱、最後に主将が音頭をとって「ウォー！ウォー！ウォー！」と皆で叫び、祝勝会が始まります。つまり、「ウォー三唱」は戦いの勝利を祈る闘いの声なのです。

ボートで培った体力は、医師にならずいふんと威力を発揮してくれました。先天性心臓中隔欠損症（VSD）やDouble Outlet Right Ventricleの乳幼児を、母親に替わって抱き連日病院に泊まり込んだ臨床では、自分の命を削っている分だけ患児を救っていると実感したものです。



「春は春は」
作詞・作曲 鉄門ボート部

春は 春は 桜咲く 向島
ヤッコラセー ヤッコラセー
オール持つ手に 桜花(はな)が散る
桜花(はな)が散る
アウー アウー

夏は 夏は 緑濃き 綾瀬川
ヤッコラセー ヤッコラセー
オール持つ手に 蛍飛び 蛍飛び
アウー アウー

秋は 秋は 鷗(かもめ)飛び 品川へ
ヤッコラセー ヤッコラセー
オール持つ手に 月がさす 月がさす
アウー アウー

冬は 冬は 名に負(し)おう 坂東太郎へ
ヤッコラセー ヤッコラセー
オール持つ手に 雪が積む 雪が積む
アウー アウー

勝った方がええ 勝った方がええ
勝った方がええ 勝った方がええ

責任者となった東京警察病院外科部長や埼玉医科大学総合医療センター外科教授時代には、万単位を超える輸血をしないことには助けられない大手術も重ねました。特に肝胆膵外科手術の術後、ひとたび膵液や胆汁が漏れ細菌感染が加わると、出血が止まらない赤地獄となってしまいます。

深夜・土日を問わない緊急手術に、常時、耐えられたのは、ボートで身体を造り変えてもらったお陰と感謝しています。

佐野市民病院に着任して以来、私は、「一日一登」を心がけ唐沢山行を続けています。社会人となってからは、ゲットした筋肉は知らず知らずのうちに脂肪化してしまい、減量しないことには自分の命も危ないと自覚しているのです。

早朝の唐沢山では、春夏秋冬、様々な生き物たちに出会うことができます。早春は啓蟄の青大将、初夏には雉が畑を睥睨して走り回り、田圃ではアマガエル、トノサマガエル、ウシガエル、里山では、「コッチコイ、コッチコイ」（小綬鶏）、「ホーホケキョ」（鶯）、「トッキョキョカキョク」（不如帰）と鳥たちの大合唱が響きます。昨秋は杉の木の天辺で2羽の大鷹のヒナが、「ピーヨ、ピーヨ」と巣立って行きました。

ところで、つい先日のまだ薄暗い早朝4時半頃のことです。登りとなっているカーブした演習林道を周った時、突然、真っ黒な大猪に出くわしたのです。大猪は前足を突っ張り、上体をふんぞり返して、「ウオー！ウオー！ウオー！」と、肚の底から絞り出す恐ろしい叫び声をあげました。

私は咄嗟に襲われる！手に持つ柔なノルディックウォーキングポールで猪の突進を防げるかな？と訝しみつつも、大猪から目をそむけないで一歩二歩三歩とゆっくりと後退しました。「熊や猪に襲われるのは逃げるからだ。獣には相手が後ろを見せると勝てると思い襲う習性がある。獣に出会って怖くても逃げてはいけないよ！」と、山友「やまちゃん」のアドバイスが咄嗟に頭を過ったのです。

猪が前足を搔きいよいよ襲われるかなと覚悟したその瞬間、大猪が立つ足元で一匹のウリ坊のお尻が見え、直後、そのお尻が藪の中に消えるや否や大猪もウリ坊を追って藪の中に消えてくれたのです。その後私は、獣の臭いの立ちこめる林道をおそるおそる登り続けました。

あの真っ黒な大猪の戦いの鬨の声、本物の「ウオー三唱」は、今でも僕の耳の底にこびりついて離れません。

『 予防医療センターよろず相談室 』のご案内

予防医療センターよろず相談室では、生活習慣病予防・がん予防・認知症予防に関するお悩みの相談をお受けします。「身体のことは心配だけど、どんな健診を受けたらいいかわからない・・・」「毎年人間ドックは受けているけど、オプションは何をやったらいいのかしら・・・」「健診で指摘を受けたけど、今後どうすればいいか・・・」など、専門スタッフが詳しくお伺いし、あなたにあった健康診断をご提案します。

- * ご相談は1回20分程度です。
- * 無料です。
- * 完全予約制です。

【お問合せ・お申込み】

予防医療センターへ直接、またはお電話で。

☎ 0283-62-9021



* ご寄附を いただきました *

佐野法人会女性部さまより、
タオルとぞうきんのご寄附を
いただきました。大切に使用
させていただきます。
ありがとうございました。



* 花の植替えをおこないました! *



6月10日(土) 病院とあそヘルホスの正面玄関
のプランターと花壇を夏のお花に植替えました。
マリーゴールド、ペチュニア、インパチェンス、ケ
イトウ、百日草、日々草など、見ているだけでパ
ワーがもらえそうな色とりどりの元気な花です。ご
協力いただきましたボランティアのみなさま、あり
がとうございました。



* * 市民講座のお知らせ * *

「健康寿命をのぼそう

～メタボ健診とわが国の医療～」

日時 7月28日(金) 16:00～17:00
会場 佐野市民病院 A棟5階研修室
講師 大川 智彦(当院 予防医療センター長)



「がんに勝つために、まずがんを知る」

日時 8月25日(金) 16:00～17:00
会場 佐野市民病院 A棟5階研修室
講師 大川 智彦(当院 予防医療センター長)



「老化と老いのちがいをしっかり考えておこう」

日時 9月29日(金) 16:00～17:00
会場 佐野市民病院 A棟5階研修室
講師 大川 智彦(当院 予防医療センター長)

* 受講料は無料です。

【お申込み・お問合せ】
地域医療連携室(直通)
☎0283-62-9024



緑茶の効用(ポリフェノール・ビタミンC) ＊＊生活の豆知識＊＊

緑茶にはさまざまな効用があることが報告されています。なかでもがんの抑制に効果があるとする報告は注目に値します。緑茶のどの成分ががんの抑制に関わっているのかについてはまだ十分に解明されてはいませんが、今、一番注目されているのがポリフェノールの1つの「カテキン」です。

カテキンは細胞の突然変異・がん化促進・転移などのがんの発症・進展のすべての段階で抑制効果があると言われています。カテキンは遺伝子のDNAに対して、人体がもっている修復機能を活発にし、活性酸素を消失させて突然変異の発生率を下げたり、発がんを誘導する物質が細胞の“かぎ穴”に入り込む前に穴自体を封じて入り込めないようにしたりして、がん化促進作用を抑えられていると考えられています。さらにカテキンは、がん細胞そのものに対して毒性を発揮する作用もあるようです。

また、緑茶に含まれるカテキン以外のポリフェノールにもがん抑制効果があるようです。緑茶に含まれているビタミンCが発がん物質として知られているニトロソアミンの生成を抑制し、カフェインにも発がん抑制効果があるようです。

また、カテキンがインフルエンザウイルスを消滅させたり、病原性大腸菌O157や胃の中のピロリ菌などに対して殺菌効果があることなどが報告されています。自然の恵みの緑茶をゆったりと味わいましょう。

～ 健康保険組合連合会 ホームページより ～



外来診療のご案内



＜受付時間＞ 午前8時～11時 : 午後1時～4時

＜診療科目＞ 内科／循環器内科／呼吸器内科／消化器内科／消化器外科／麻酔科／
脳神経外科／小児科／婦人科／眼科／皮膚科／泌尿器科／
耳鼻咽喉科／リハビリテーション科／整形外科／放射線科／外科

＜休診日＞ 第2・4土曜日／日曜日／祝日
(＊第1・3・5土曜日は、午前中のみ診療しております)

＜診療予定＞ 事前にお電話でお問合せください。

予告なく診療予定が変更になる場合がございます。事前にお電話等でご確認をお願いいたします。また、診療の予約、キャンセル、変更は下記の時間帯にお電話をお願いいたします。

＊お電話での受付時間＊ 月曜日～金曜日 午後2時～5時30分

○糖尿病・腎センター○



＜診療日＞ 月曜日～土曜日(午前・午後)

＜休診日＞ 日曜日(※初日は診療しております)

〒327-0317 栃木県佐野市田沼町1832番地1
【TEL】0283(62)5111(代) 【FAX】0283(62)0811
佐野市民病院Eメール sinsoumu@sanoshimin-hp.net
佐野市民病院ホームページ <http://www.sanoshimin-hp.net/>