

平成 23 年 9 月 1 日発行
第 160 号

康寿診報

編集 / 発行 医療法人社団 康寿会 加藤内科医院

〒421-0301 静岡県榛原郡吉田町住吉 303-1

Tel: (0548)32-0701 緊急用:090-1758-1712 Fax: (0548)32-1280

「“第二次世界大戦”戦争が残した“事”これを受け入れ“魂”を想起して」

先人の体験を受け継ぎ 己の感“魂”これを研鑽し 天命を知り 行動する“事”-

1945(昭和20)年8月15日 ポツダム宣言受諾から 66年が経過した。日本の敗戦の記録、これは対戦相手であった欧米諸国には 戦勝の記録、更に 統治から解放された韓国では“光復節”、北朝鮮では“解放記念日”として祝う。

「民衆のアメリカ史」「テロリズムと戦争」等で知られる歴史家 Howard Zinn (1922.8.24.-2010.1.27.)、第二次世界大戦欧州戦線に爆撃手として参加した 米陸軍航空隊少尉は「ヒロシマに新型爆弾投下」の報に 日本が降伏すれば 休暇が終わって太平洋戦争の戦線に繰り出されることがなくなると喜んだという。1966年 広島を訪れ被爆者と接し語り 現実起こった“事”、これを知る。その後 自らも関わった過ちは 欧州戦時下の戦線で己が投下した爆弾の下にいた市民たちの姿までも あからさまにした。その後 不屈の反戦家 ボストン大学政治学教授として論及し、国家の欺瞞を暴き 原爆投下を正当化し 暴力と報復の連鎖を許す米国社会に警笛を鳴らし続け 昨年 87歳で亡くなった。彼の考察は 原爆投下50年を期して1995年に執筆した「爆撃」にまとめられ 「軍服を脱いだ後になってわたしは目が覚め、自分が何をしたかがわかって衝撃を受けた。」「わたしたちは、死と苦しみの数値に心があまりにも打ちのめされて何百万単位の数字に感覚が麻痺した時代に生きている。」「その感覚の麻痺からわたしたちを揺り起こさせるものは、たとえ現実を垣間見せるだけであつたとしても、一人ひとりの個人的な証言以外にはない。」と記している。

最近 年を重ね 「トラウマが薄らいだ」と「富士語りべの会」の80代の方が 自らの体験をはじめて語る講演を聴いた。成人前後で終戦を迎えた人は 80歳半ばとなる。現在 静岡県内の80歳以上のお年寄りは 26万人余り存命しているが、20年後には100歳を過ぎ まず存在出来無い、時が経つという現実。多くの“事”は忘

れ去られていく。残された時間は僅か、戦争の経験者 被爆者たちの体験をつぶさに知る必要性を感じる。

戦争では、アウシュビッツなどでのユダヤ人虐殺など 当時の人が動かず見逃した凄惨な事実が多く存在する。東日本大震災・福島原発事故からも 間もなく 半年が経過する。「人間の“命”や 心“魂”まで、これを平然と奪う事」、「人の集まり“集団”この力 後押しが 人という“個”を攻撃する事」、後世 「どうして止められなかったと 問われて当然の事」、その時々 世の流れの中で 「間違つて “毒気のある提言”と云われても、その時 訂正を要する、今 必要な“事”これが実在すれば “確”と物申し、人そして集団 “組織”を動かし 改変をもたらすまで、忍耐強く行動する」これが大切であり、後戻り出来無い 時の経過の中 “人として己を活かして生きる 人生必須の事”である。

「神の下す“天災”と 組織の“非”から生じる“人災”」これを区別し、「普段 平時の姿勢を正す“事”」、己の“コア”に存在するものを肯定し 前進する力、これを成す“器”と“魂”。先ずは「己のこの世に活かされ生きる姿勢を質す“事”」「実直に生きる“事”」その上で「“事を質す力・正す力”を持つ“事”」これが出来れば、神に対し 媚・諂う必要は無い。覚悟の上 平然と“事”を成し、神の采配を待ち、これに従えばよい。

“戦争”事実として 起こった事、弁明不能な人間の仕業、享受すべき事。今 これらの時代を生き体験した生存する人間が 「トラウマから己を開放し 現実起こったありのままの姿 「語り難い都合よくない実体験」ここを知らぬ世代に伝える事」。戦争を知らぬ若者には たとえ 「現実を垣間見せるだけであつても 現に起こった過去の真実を享受させ、そこに成すべき“事”」が存在する。

加藤寿夫

第 8 2 回睦会報告

去る 4 月 1 6 日に第 8 2 回睦会を開催しました。3 月には東日本大震災という大変な天災が起こり、外出や催しを控える事が多い中、患者さんにはよくお集まりいただきました。

前半は前日本糖尿病協会静岡支部長でご自身も糖尿病の患者さんである田中彰さんの体験談を聞き、後半は低血糖について患者さんの体験談を聞いたり、クイズを交えて楽しく勉強をしました。

「開会の言葉」



睦会会長 杉山 富三男さん
いつもありがとうございます。

患者さんの体験談「私と糖尿病」

日本糖尿病協会静岡支部前支部長 田中彰さん



ご自身も 28 年前から糖尿病である田中さんですが、糖尿病協会の役を降りてからは優等生の患者の仮面をはずしたと、患者さんとしての本音をお話して下さいました。「野菜ばかり食べてられない。肉も食べるよ。」

適量なら何を食べてもいいですよ。肉が
いけないなんて事はありません(*^^)v

by 栄養士

「血糖測定タイム」



加藤先生も血糖測定。
血糖値大丈夫？

「患者さんの低血糖体験」

【大場さん】昨年の夏の夕方、日課のアイロンがけができなくなってしまい、その後、意識がなくなりました。仕事から帰ってきたご主人が、すぐに砂糖を口に入れてくれ、救急車を呼んで病院へ運ばれ事なきを得ました。冷や汗や動悸はなかったという事です。

ご主人の対応に感謝ですね。家族や周囲の人にも低血糖について説明しておきましょう。

【米田さん】散歩から帰ってきた時、玄関ですごくくだるいなと感じることがあったそうです。

米田さんはいつも食事と血糖測定の記録をして、
インスリンの量を調節しているので安心ですね。



「低血糖クイズ」 クイズで楽しく低血糖を学びました。



う〜ん。
難しい？



まんじゅう
おいしいな

看護師さんが楽しく説明してくれました。

さあ、復習です。クイズ問題より抜粋。

正しいのはどちらでしょう。

朝食をいつも通り午前7時に食べました。(ご飯 150g、納豆 1 パック、野菜たっぷりのみそ汁、果物)午前 11 時ころ、とてもお腹がすいてしまいました。

(ア) 低血糖なのですぐ対処します。

(イ) 他に症状がないので昼食まで様子をみます。

手足の力が抜ける感じがして、冷や汗が出てきました。血糖値を測ってみたら「52」でした。

(ア) 薬局でもらったブドウ糖を 1 袋飲みました。

(イ) カロリーを気にしているので、カロリーオフのジュースをコップ 1 杯飲みました。

来客があり付き合いで、どうしてもお酒を飲まなければなりません。しっかり内服(インスリン注射)はしましたが、お酒はカロリーもあるし血糖値も高くなりそうなのでつまみは食べないでお酒だけ飲むことにします。

(ア) (イ) ×

(答えは P4)

「加藤先生のお話」



「閉会の言葉」 睦会代表 鈴木文夫さん



糖尿病になって良かった事もある。生活習慣を見直し、健康を取り戻すことができたという言葉が印象的でした。

お手伝い下さいました吉田薬局様、薬品関係の
会社の皆様、ご協力ありがとうございました。

第 83 回 睦会は、10 月 9 日(日)
焼津でのウォークラリーにみんなで
参加しましょう！(詳細は 4 ページです)

ウォークラリー参加者大募集！！

歩いて学ぶ糖尿病 ウォークラリー参加者大募集！！

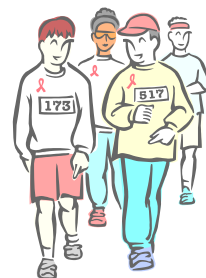
静岡県糖尿病協会(ノボノルディスクファーマ株式会社共催)によるウォークラリー大会が行われます。第 83 回 陸会は当日当地同時開催とさせていただきます。皆さんの参加をお待ちしております。

- 期 日：平成 23 年 10 月 9 日(日)
- 開催場所：潮風ウォーキングコース・ディスカバリーパーク焼津
- 参加資格：糖尿病治療中の患者さんとご家族・友人の皆さん
- 集合時間：午前 10 時(雨天中止)
- 集合場所：ディスカバリーパーク焼津前

交通手段のない方は加藤医院前に 9 時集合

- 終了時間：午後 2 時(予定)
- 参加費：無料
- 注意事項：昼食は各自でご持参ください。
- お申込み：申込用紙がありますので記入して提出して下さい。

(詳細は申し込み用紙に書いてあります。)



臨時休診のお知らせ

9 月 24 日(土)・10 月 20 日(木) 21 日(金) 22 日(土)はお休みになります。
ご迷惑をおかけしますが、お薬等きらさないようお気をつけ下さい。

3 ページクイズの解答

正解は(イ)。自己血糖測定ができる方は測定をしましょう。食事の前にお腹が空く事は健康的で良い事です。血糖値がしっかり下がっている証拠です。下がり過ぎてしまった時は、他に症状(冷や汗、動悸、脱力感、目のかすみ等)が出てきます。

正解は(ア)。カロリーオフや 0kcal のジュースやあめ玉は体に利用されない糖分が使われているため低血糖は改善できません。低血糖の時は、ブドウ糖か普通のジュースをコップ 1 杯または、ご飯 50g、ビスケット 2~3 枚でも大丈夫です。ただし、 α -グルコシダーゼ阻害薬(グルコバイ、ベイスン、セイブル)を飲んでいる方はブドウ糖に限ります。

正解は(イ)。炭水化物を多く含むビールを飲むと血糖は上がりますし、ウイスキーや焼酎は血糖は上がりにくいですが、いずれにしてもアルコールは肝臓でブドウ糖の生産を低下させてしまうため、低血糖を起こす可能性があります。やむを得ずお酒を飲む時は必ず食事をしながら飲むようにしましょう。