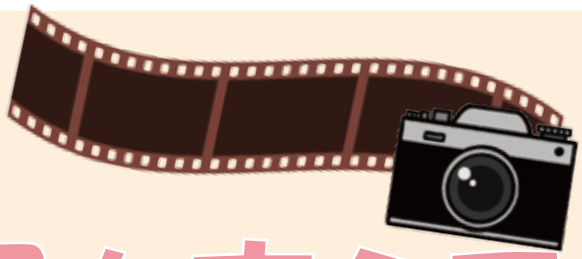
診療所だより
第四二五号（10月号）
発行　医）宏友会
上田診療所
酒田市上野曽根
字上中割７３番地
TEL0234-27-3306
責任者　矢島恭一

わが家の祖父母を支えて



第７回　伊藤昭子（しょうこ）さん（９６歳）

第七回目は伊藤昭子さん（96歳）です。現在も月に１回外来へ通院しています。今回は、在宅で介護してくれている娘さんの秋美さんと秋美さんの旦那さんの世知夫さんから昭子さんとの思い出やエピソードをお聞きしました。

昭子さんの生い立ち

昭子さんの生まれは中吉田です。年に何度か実家に集まったり、旅行に出かけたりする仲良し８人兄妹の４番目でした。24才で本楯に嫁いでからは飼っていた牛の乳しぼりをして配達販売をしたり、畳の土台となるむしろ折り等の仕事もして生計を立てていました。働きづめで自分の子供と話をする時間もなく、仕事をしていないと姑に怒られるので牛小屋で昼寝をすることもあったそうです。旦那さんが54歳の若さで亡くなってからは、４人のお孫さんの面倒をみながら家事全般をこなし畑仕事もしてきました。

姉妹の女子会

兄妹水入らず

母親のマントの中の優しさ

秋美さんは昭子さんのことを周囲がうらやましがるほど、とにかく優しい人だと言います。幼い頃の記憶、吹雪の中を出かけた時のことです。すっぽりとマントにくるまれて母親の背中におんぶされている秋美さんは、そのぬくもりで吹雪の厳しい寒さから守られていると感じました。その頃からずっとつながっている母親の優しさを今でも鮮明に覚えているそうです。

人生で１番のプレゼント

世知夫さんは、伊藤家に嫁いだ頃、自家用車がなかったので電車で通勤していました。ところがある日、昭子さんが世知夫さんへ突然、車をプレゼントしてくれたのです。翌日から車で通勤することができて生活がとても便利になりました。当時そのお金をどうやって工面したのかは分からないけれども、あの時は本当に嬉しかった。人生で１番のプレゼントだった。と話してくれました。

お孫さんと一緒に

取材中、「優しい人」という言葉が何度も聞かれました。昭子さん自身が、家でゆっくりできる時間がなかったことで、娘さん夫婦やお孫さんにそんな思いはさせたくないという気持ちが溢れるように伝わってきます。今、昭子さんの思いが秋美さんと世知夫さんにも引き継がれて家の中は優しさでいっぱいです。取材していた私まで優しい気持ちになりました。

シリーズ「ふるさと」

その176　美味しい昆虫

子どもの頃、田んぼで「イナゴしめ（捕り）」をした。子どもの頃は美味しいと思って食べていたイナゴだが、大人になってからは食べる機会が無かった。ある日「昆虫食ブーム時代の波」という記事が新聞に載っていた。福島県でカイコ、セミ、コオロギなどの昆虫食が自動販売機で売られ始めたのだ。12月には山形市の会社からもコオロギの粉末が入った「やまがたコオロギ玄米もち」が販売された。昆虫の養殖は家畜の飼育よりも餌や燃料が少なくてすみ、大量に養殖ができるようだ。それに、栄養価は牛や豚並みに高いらしい。今、世界の人口が80億人となり、食糧危機が迫っている。そのため昆虫食は各国で争って研究が進められている。美味しい昆虫ベスト10は、1位から順にカミキリムシの幼虫、オオスズメバチの前蛹、クロスズメバチの蛹、アブラゼミの幼虫、モンクロシャチホコ（蛾）の幼虫、タイワンタガメのオス、トノサマバッタ、ツムギアリ、コオロギ、イナゴだそうだ。見た目はグロテスクなのだが、食べると美味しく栄養価も高い。このギャップが「昆虫食の魅力」なのだそうだが、見た目の悪さに拒否反応が起きる。それにコオロギなどを食べるのは可愛そうで・・、勇気がいる。

（庄内　平也）

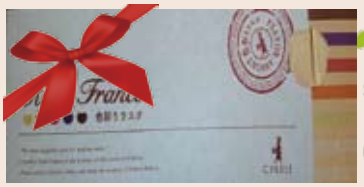
庄内高齢者ケア学会開催

今後の庄内の医療体制について未来想像図が熱く語られました。

ホットニュース

快気祝い

快気祝い
長い間、ご迷惑をおかけしましたが
ほぼ元の元気を取り戻しましたので、
皆さんと一緒にまた楽しく
仕事をしていきたいと思います。
矢島　恭一



「美味しい病院食」

矢島　恭一

8月21日から仙台の病院に入院し、カテーテルを用いた三尖弁の置換術を受けてきました。この治療は、まだ治験段階の器具を用いて行われるため、国内の病院でも特定の病院でしか受けることができません。

仙台の病院では、今年4月から10症例のデータを集めるため、条件に合致する患者さんを探していました。たまたま日本海総合病院との連携で、私が選ばれたというわけです。

私は、医者を生業にしてきましたので、生きているうちに医学の進歩に少しでも貢献できればと治験の治療を申し出ました。

治療は、全身麻酔で行われ、麻酔から覚めると集中治療室に寝かされていました。創部からの出血を抑えるため、手術の夜だけは、仰向けに寝たまま動くなという指示。これが結構ストレスになることは、以前ペースメーカーの植込みの手術を受けたときに学習済みでしたが、今回も全く眠れぬ夜を過ごしました。寝返りもできなかったのですが、足を動かすことはできました。恐る恐る動かしてみると手術前のむくんだ状態がなくなっていることに気づきました。次にお腹を触ってみる。すると溜まっていた腹水が抜けたのか、肋骨とお腹の間に手が入るではありませんか。

翌日からリハビリが開始になり、歩行練習をさせられます。体重は、治療を受ける前より6kgも減り、ものすごく身軽になった感じで、術後9日目で退院してきました。

ここまでが、先進医療の素晴らしさをお伝えする報告でしたが、実は今回の入院で、感激したことがもう一つありました。

以前は、病院で提供される食事はまずいものとの風評がありましたが、日本海総合病院も仙台の病院も私はおいしいと思いました。

特に今回入院した仙台の病院は、毎日の食事が楽しみでした。朝食は7時45分、昼食は11時45分、夕食は5時45分でした。その時間になるとチャイムが鳴り、アナウンスがあります。「お食事が届きました。歩ける患者さんはナースステーション前まで取りに来てください。歩けない患者さんや点滴中の患者さんは、お部屋までお届けします。」もちろん私は歩けるので、取りに行けます。20メートル位を歩いて行くと、温冷配膳車からトレイを出し、「熱いので気をつけてください。」と言われながらトレイを持ってみる。すると半分は熱くなっており、半分は冷たいのです。ご飯やお汁もの、煮物は、熱い方に、おひたしやデザートは冷たい方に置いてあるのです。このことだけでも感激なのに、毎日のメニューが豊富なこと、野菜などは新鮮なものが使われており、デザートは、缶詰など一切使わず、完熟パイン、半分に切ったキーウイ、スイカ、メロン、オレンジ等が出てきました。

私の食事は、一日１６００kcal、塩分6gに制限されているのですが、結構薄味の味付けなのにおいしいので、食事は待ち遠しい時間でもありました。

私は、退院する前に、このおいしさの極意を探りたいと思い、管理栄養士さんに病室まで来てもらって、食事がおいしかったことに謝意を表し、「病院食は委託業者が作っているのですか」と聞いてみました。「いいえ、理事長の方針で、自前で作り、地産地消を心がけています。」との返事。その言葉にまたまた感激。

実は当法人の老人保健施設うらの食事も、何度か外部の業者に委託するという話が出たのですが、いまだに自前で提供しています。トップの考えひとつで、おいしい食事提供ができているのだと腑に落ちました。

こどもたちのさくひん

鳥海小学校

「ここから見るまどの先の風景」
6年　小松　亜矢さん

「たのしいあさ」
2年　工藤　あおいさん

▶１時間半並んでやっと会えた
パンダのシャンシャン。
中国で元気にしているかな？
ー上野動物園にてー

Vestagram

ヘルパー
伊藤理枝

▶今は亡きゾウアザラシの「なおみちゃん」
沢山の癒やしをありがとう
ー加茂水族館にてー

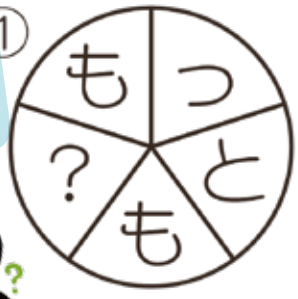
職員が撮ったお気に入りを紹介します★

脳トレ アタマの体操

☆「？」に文字を入れ、時計回りに一周して単語を作って下さい。
今回のテーマは『動物』です。

頭を柔らかくして考えてみましょう！
答えは来月号です♪

①



②

９月号の答え

① １０時１０分
② ２時５５分

今月の絵手紙

富山市在住の土田芳男さんより届いた絵手紙をご紹介します。

ほほえみがえし

患者様との会話の中で、自分が知らないことを教えて頂く場面が多く、なるほど！といつも感心します。
「人生の先輩方、これからもよろしくお願い致します」（えり）

お知らせ

＊コロナワクチン接種
☆9月27日～

＊インフルエンザワクチン接種
☆10月16日～

ワクチン接種は決められた日程で予約を受付しています
ご希望の方は、もよりのスタッフまでお声かけ下さい

編集後記

毎月、季節の移ろいの中に題材を見つけては味わい深い絵と文の絵手紙を届けてくださる土田さん。そんな感性を大事にしながら過ごしていけるのは素敵だと思います。これからも楽しみにしています。
（M１）

印刷　（株）小松写真印刷