



# 季刊 すまいる



## 鶴

一雄一雌で仲が良く生涯を共に暮らす鶴は、夫婦円満の象徴として古くから愛されてきた。けがなどで一羽が保護されると、もう一羽は翌年真つ先に保護先に飛んで来るそうだ。日本では北海道の東部や釧路湿原に一年中生息する丹頂鶴が最も有名であるが、鹿児島県の水市にはロシアのアムール側沿いからナベヅルやクロヅルが越冬のために飛来する。春に飛び立つ時には数千羽になることもある。



## 湯豆腐

僧侶の精進料理の一つとして食されていた、焼き豆腐を煮たものが湯豆腐のはじまりで、現在でも南禅寺の招待料理には煮豆腐が出される。言うまでもなく京都の伝統料理の一つで、江戸時代には「豆腐料理の書『豆腐百珍』に「京都では湯とうふ、おほさか浪華では湯やつこと呼ぶ」と紹介されており、風俗誌「守貞謄稿」には「京都南禅寺前の湯豆腐も名物也」という一節がある。



## 冬みかん

冬場に欠かせない果物、みかん。代表的な温州みかんは、中国の地名「温州」がつけられているが日本原産である。鹿児島県の長島東町に樹齢300年を超える古木があり、古くは「長崎蜜柑」「唐蜜柑」と呼ばれていた。種子を生じない性質から武士の世では縁起が悪いとされほとんど栽培されなかったが、明治には種子のない利便性から人気を博した。



## 水仙

お正月の切り花として親しまれる水仙は、力強く咲く白い花が印象的。和名のスイセンは漢名の水仙の音読で、一説には中国から野生の水仙が海流に乗って流れ着いたともいわれており、水仙の名所がなぜか海辺に多いのもこのためかも知れない。日本三大群生地の一つ淡路島の灘黒岩水仙郷では無数の水仙が自生している。また京丹後の宝泉寺やコスモス寺として有名な奈良の般若寺も隠れた水仙の名所である。

## 竜安寺石庭



白砂に大小十五個の石組のみで表現した有名な竜安寺の枯山水の庭園。草木は植えられておらず、数ある枯山水の庭の中でも特異なものである。無駄な装飾のないその美は「わび・さび」を感じられる場所として海外にも広く知られている。庭石の裏に「小太郎口二郎」の刻印が残されているが、作庭師は未だに不詳。



# 京ことば

医療法人啓信会 理事長

中野 博美

新春あけましておめでとうございます。

最近、京都での観光や飲食を誘う広告チラシなどを見ると、違和感を持つことが多い。京都に対しては、否が応でも雅で華やかな情景が浮かんだり、自然に落ち着いて癒される雰囲気を感じたりする、と言うような潜在意識を持っている人が多いのだろうか。

数え上げれば多くあるのかもしれないが、特に気になっているのは以下の二つの言葉である。一つ目は「ほっこり(する)」である。よく見る表現は、「ほっとする」「癒される」「落ち着く」と言ったものである。寒い夜に炬燵(おこた)に入って、暖かいお汁粉でもすすって気が休まった雰囲気に書いてあるものが多いのだが、的外れである。京ことばの「ほっこり(する)」はやや陰性の表現である。「つかれる」に近い。例えば、「ウチ、今日は朝から用事で駆けずり回って、夕方になってやっと時間とれたけど、ほっこりしたわ」の様な使い方である。かなり違う。もう一つは「はんなり」である。まさに雅で華やかで落ち着いた様と言った表現が多いのだが、これも少し違和感がある。京の「はんなり」とは、「上品で艶やかで、しかも十分に洗練されていること」と言った塩梅で、表現だけではなく「もの」や「さま」の厳しい検定基準とも言えるものである。おそらくこれらは京都以外の人によって製作されていると推察するが、何とかならないのだろうか。

今年一年、「ほっこり」するのは仕方が無いにしても、「はんなり」からは遅れないように参りたいものである。

平成二十六年 新春

# 日本医師会の 医療政策

公益社団法人 日本医師会会長  
横倉 義武 氏

日本医師会は「国民と共に歩む専門家集団としての医師会」を目指し、真に国民に求められる医療提供体制の実現にむけて様々な取組みを行っています。昨年の4月、日本医師会会長に就任された横倉義武先生からお話を伺いました。

日本に国民皆保険ができる以前は、診療を受けても診療費が払えない、また病気であつても医療にかかれない人達が沢山いるという時代でした。昭和36年に国民皆保険ができたことは国民の皆さんにとって素晴らしいことであつたと思います。この皆保険制度があつたからこそ日本の社会が安定化し、経済も発展をしたと私は思っています。この国民皆保険制度を次世代に繋ぎ、継続していくことが私ども医師会の重要な役割であると思います。

理念を高く持って主張して行かなければならないと思います。医学、医療の恩恵は社会生活と切り離すことはできません。そして医師会の存立使命は社会生活と医師とを繋ぐ仲介であり、これによって医師の在り方や進み方が決められるものと考えています。

## 日本医師会綱領について

日本医師会でも世界医師会でも医師の守るべき倫理というものを定めております。この度医師会という組織の倫理綱領を明確にすることで、医師会員が地域で何をすべきかということをもっと明らかにしたいという思いから日本医師会の綱領を作成致しました。

その第二項目は「日本医師会は国民の生涯にわたる健康で文化的な明るい生活を支えます」ということです。日本は今平均寿命は世界一ですが、平均寿命と健康寿命との間に約8年6ヶ月くらいのギャップがあるとされています。健康寿命とは身体的にも精神的にも、人の助けを必要とせず自立して生活が出来る状況を指すわけですが、この健康寿命をいかに伸ばしていくかということが一つの大きな医療の課題になると思っています。また生活習慣による将来の病気発症の恐れに対する具体的な生活の改善指導を徹底してやっていく必要があると思っています。

二番目は「日本医師会は国民とともに安全・安心な医療提供体制を築きます」

と致しました。医師会は学術や医療を専門とする職種の人間が集う団体ですので、





●パートナー医院を紹介します

# 伊原内科医院

院長 伊原 隆史 先生

内科・循環器内科・消化器内科・漢方内科

〒615-0353 京都府京田辺市松井ヶ丘4丁目3-17

TEL (0774) 62-6448

外来診療時間 9:00~12:00 月~土 / 17:30~20:00 月・火・木・金  
《休診日:日曜日、祝祭日》



私はもともと消化器内科が専門で、胃カメラ、大腸カメラ、内視鏡検査はもちろん、成人病疾患、内科全般に診療していますが、昭和40年代から始めている漢方診療に積極的に取り組んで

医院の特徴を教えてください。

父が開業していたここで生まれ育ちました。子どもの頃から自然に将来は医者になると思っていましたね。滋賀医大を卒業し、大病院、市中の病院に勤務し、平成14年に父の医院を引き継いで開業しました。

開業までの経緯を教えてください。

JR松井山手駅から西へ歩いて5分ほどの住宅街の一角に位置する伊原内科医院。院長の伊原隆史先生と奥様の憲子先生が常勤で、お父様の信夫医師も非常勤で診療にあたっておられ、長年にわたって地域のみなさんに親しまれている医院です。伊原院長にお話をうかがいました。

漢方が得意とする領域と苦手な領域があります。例えば、血圧を抑えるのは西洋医学の方が効果的で、自律神経失調症や冷え性、更年期障害などは漢方の方が得意ですね。普通、病院で病気じゃないと判断されてしまうような体調不良の場合も漢方がいいと思います。患者さんの症状をみながら判断していて、患者さんによっては漢方と西洋、両方の薬を処方することもあります。

漢方どのような患者さんに効果的のですか。



いるのも大きな特徴ですね。今でこそ多くの先生が扱っておられる漢方も、父が始めたころは非常に珍しく、全国でも先駆けと言えるところです。西洋医学と東洋医学、両方の考えを持って診療にあたっています。

誠心誠意、たくさんの方の症状や課題がある方にも手抜きをせず、患者さんが納得いくように一つずつ説明し解決していくことを心がけています。忙しくなる時間との関係で大変なんですけどね。そして、この診療体制を継続することをこれから先も目標と考えています。地域医療にとっても、私をかかりつけ医としてくれる患者さんにとっても、続けていくことは当たり前ですが大切ですよ。

いつも心がけておられることは、

自然と共存し自然の恩恵を体に生かす、というのが漢方の根本的な考え方です。「発酵」を生活に取り入れるのもそういう意味では大切なことです。漢方は、個別の臓器の病気に対する薬ではなく、その病気になるやすい体質や体調を改善していくというものなんです。ですから、長く飲まない効かないといった色々な誤解が今だにあります。が、もつと気楽に飲んでもらっていいと思います。処方された通りに規則正しくというより、その時の体調に応じて患者さんの方で飲み分けることを大いにやってみてほしいです。そのためにも、患者さんにもそれが何に効く漢方なのかしっかりと把握してもらいたいですね。

漢方どのような取り入れるのがいいのでしょうか。

## 冬でも乾燥しない肌



寒くなると、乾燥が気になりますね。肌がかゆくなった  
り、粉をふいたようになつたり…と、肌トラブルに悩む方  
も多いのではないのでしょうか。日常生活のちよつとしたこと  
に気をつけて、健康なお肌を取り戻しましょう。

### ●乾燥肌の原因とは

気温や湿度が低くなると、肌の皮脂量が減り、水分の蒸  
発量が増えて、乾燥肌になります。また、加齢とともに皮脂量が  
減っていくので、肌の機能が低下してダメージを受けやす  
くなることも。さらに、寒さによる血行不良、ストレスや生  
活習慣の乱れも肌には大敵です。

ただ、かゆみがなかなか治らない場合は、アトピー性皮  
膚炎や内臓疾患など、乾燥以外に原因があることも。早期  
に受診しましょう。

### ●早めに、こまめに予防を

かゆいからと言って、かいてしまうと、それが刺激となり  
かゆみが増してしまふ…という悪循環に。早めに症状に  
合った治療薬を塗つて、かゆみ対策をしましょう。

冬のお風呂は体を温めほつこりするものですが、肌は乾  
燥しやすくなるのでご注意ください。ぬるめの湯に入り、体をゴ  
シゴシ洗わない、ナイロン製タオルを使わない、石鹸類はア  
ルカリ性ではなく弱酸性を使うなど、気をつけましょう。

肌着も、ウールやナイロン製を避け、木綿や絹製のもの  
で、締め付けないものを。

部屋の暖房にも心配りを。控えめの温度に設定し、加湿  
器などを併用して、湿度を50〜60%程度にします。

肌がかさかさしてきたと感じたら、こまめに保湿剤で  
ケアを。さまざまなタイプがありますが、自分の肌に合っ  
たものを選びましょう。

## わが町 歴史探訪

古代からの歴史に彩られ  
た街、城陽市。当院のご近  
所の史跡をご紹介します。

## 数百年続く 「初寅の 山の神まつり」

市指定無形民俗文化財

日本では、古来より、山の神、海の神といった自  
然崇拜が行われてきましたが、城陽市には、数百  
年も続く「初寅の山の神まつり」が伝えられてい  
ます。

旧観音堂村、中村、市辺村の三村が、山と里と  
の境界「二の口」「三の口」(現在は山砂利採集場  
となつて消滅)「三の口」に祭壇を作り、山の神を  
迎えて、山と地域の安全で豊かな暮らしを祈り  
続けてきたものです。場所は、例年、梅まつりに  
ぎわう、府下を誇る青谷梅林の近くです。

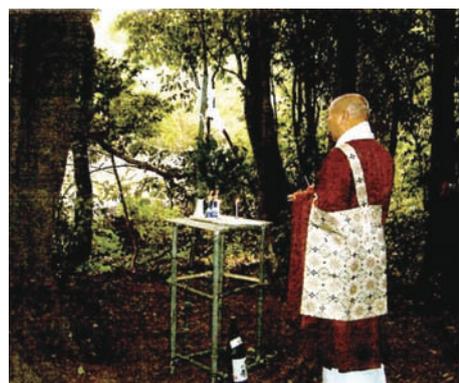
新年が明けて最初の寅の日、ふれ太鼓の音とと  
もに、龍福寺住職をはじめ、地域の男性たちが御



幣、祭壇の材  
料、神饌物を  
持つて集まり、  
「二の口」「三  
の口」でまつ  
りをとり行い  
ます。  
司祭者が寺  
の住職という  
神仏混淆の趣



フレダイコを先頭に三の口に向かう行列(平成23年1月11日)



三の口での祭祀(神木は櫻)  
龍福寺の住職が司祭となり読経する神仏混淆の趣を伝えている

を残し、男性のみが参列するなど、民俗  
学的にも貴重で珍しいまつりとされて  
います。

ちなみに、山の神は女性神として信  
仰されることが多く、恐れられたこと  
から、中世以降、口やかましい妻を「山  
の神」と呼ぶようになったと言われて  
います。  
(協力：城陽市観光協会)



病院内の行事や予定などのお知らせです。  
また、病院のホームページでは、最新の情報を掲載していますので、  
ぜひご覧ください。

啓信会  ウェブ検索

<http://kyoto-keishinkai.or.jp>



## 啓信会グループ

### ●在宅サービス

- 訪問看護ステーション きづ川はろー
- ヘルパーステーション 萌木の村 21
- ヘルパーステーション リエゾン大津
- ヘルパーステーション リエゾン大久保
- ヘルパーステーション リエゾン四条
- ヘルパーステーション リエゾン健康村
- ヘルパーステーション リエゾン羽束師
- 介護予防デイサービスセンター リエゾン 萌木の村
- デイサービスセンター リエゾン健康村
- デイサービスセンター リエゾン久御山ひしの里
- デイサービスセンター リエゾン羽束師
- 認知症対応型デイサービスセンター リエゾン久御山ひしの里
- 城陽市在宅介護支援センター 萌木の村
- 居宅介護支援センター 萌木の村
- 居宅介護支援事業所 リエゾン大津
- 居宅介護支援センター リエゾン四条
- ケアプランセンター リエゾン健康村
- ケアプランセンター リエゾン久御山ひしの里
- ケアプランセンター リエゾン羽束師

### ●地域密着型サービス

- 小規模多機能ホーム リエゾン萌木の村
- 小規模多機能ホーム リエゾン健康村
- 小規模多機能ホーム リエゾン久御山ひしの里
- 小規模多機能ホーム リエゾン羽束師
- デイサービスセンター リエゾン萌木の村
- グループホーム リエゾンくみやま
- グループホーム リエゾン健康村
- グループホーム リエゾン羽束師

### ●教育部門

- ケアスクール リエゾン 大久保校
- ケアスクール リエゾン 大津校

### ●病後児保育事業所 京都きづ川病院

### 京都 四条病院

TEL.075-361-5471 FAX.075-343-9211

### 京都きづ川病院

TEL.0774-54-1111 FAX.0774-54-1118

### きづ川クリニック

TEL.0774-54-1113 FAX.0774-54-1115

### 介護老人保健施設 萌木の村

TEL.0774-52-0011 FAX.0774-52-0701



医療法人

啓信会

# 京都きづ川病院

〒610-0101 城陽市平川西六反 26-1 TEL 0774-54-1111 FAX 0774-54-1119

URL <http://kyoto-keishinkai.or.jp/kizugawa>