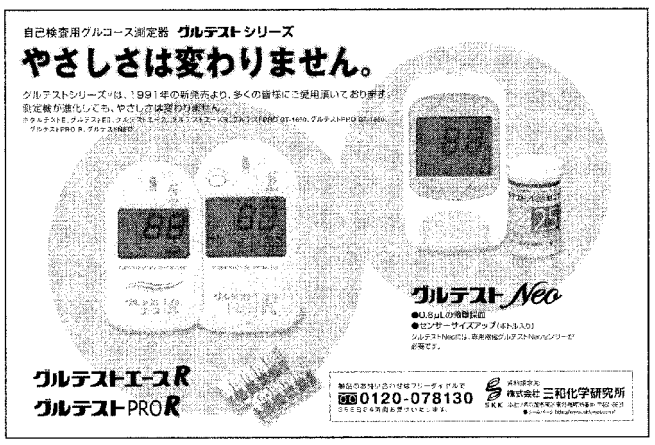
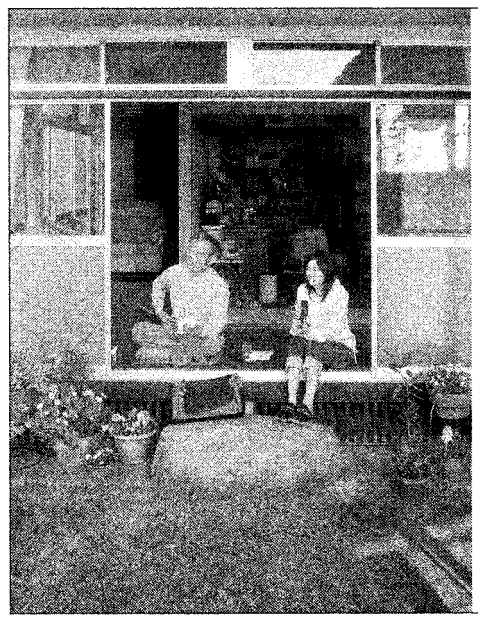
第三十九回秋の研修旅行
兼糖尿病教室

野沢　秀二

私達の楽しみにしておりました糖尿病教室と一泊研修旅行は、十月二十一日、二十二日にかけて磐梯熱海温泉で行われました。当日は午前九時より、鈴森内科待合室で受付をすませ、九時三十分には定刻通り出発致しました。千住新橋より首都高速に入り、石川会長、重本先生からご挨拶がありました。旅行は、なんといっても天候に恵まれる事が第一ですが、今回は天候に恵まれ、車中も皆さん晴ればれとした喜びにあふれている様子でした。第一の休憩所羽生パーキングに午前十時三十分に入り、第二休憩所の那須高原パーキングでは丁度正午となり、昼食の弁当がくばられ、各自車中又は休憩所で食事をとりました。午後十二時四十分那須高原を出発し、まもなく重本先生から「脳の健康度チェックリスト」が配布され、痴呆症の話がありました。二十の設問中、五問以上該当するものがあれば認知症の入口であると思われるので、充分気をつけねばならないとのことでした。なかでも、①同じことを何度も聞く。②物の名前が出てこない。③興味を失う。④物のしまい忘れ等が目立つようになれば認知症の初期状態との話しでした。何れにしても認知症の問題は高齢化社会での、医療や介護を考える上で大変重要で深刻な問題になっており、皆様が自らの問題として関心を持っていただきたいとの有意義なお話がありました。午後一時過ぎには郡山ＪＣＴより磐梯自動車道に入り、郡山東ＩＣで下り、「三春張子人形の里」「高柴デコ屋敷」を見学致しました。人形作りを始めた元禄時代はすでに独特の張子細工による三春人形を生み出し、代々三百年の伝統を受け継いでいるとの事でした。デコ（人形）屋敷を午後二時過ぎに出発し再び磐梯道に入り郡山ＪＣＴを経て磐梯熱海で下り「ケヤキの森」の場所に午後二時四十五分頃に到着致しました。自然の森の美しさと、澄んだ森の冷気を堪能する事が出来ました。この森は本日の宿泊所の「四季彩一力」のすぐそばなので午後三時半には宿に入る事が出来ました。各自部屋に入り庭の美しさ、落ち着いた宿の風呂で、充分日頃の疲れをとり寛ぎました。午後六時より宴会が始まり最初に石川会長ならびに重本先生よりご挨拶があり、乾杯後は楽しい懇親の会となりました。まもなく安藤、杉山両先生のご挨拶もいただき、時のたつ程に会場も歌あり演芸ありで大変にぎやかな雰囲気で盛り上がりました。午後八時頃、小山副会長の御自身の癌発見経験をのべ、血糖管理だけでなく癌をはじめとした全身の管理が必要であり、その点、鈴森クリニックは安心してまかせられる施設であるとの経験談の挨拶に感銘し、宴会を修了致しました。翌二十二日は午前七時より血糖血圧の検査を受け、朝食をとり、午前九時過ぎには旅館を出発し五色沼の観光地に向いました。ひき続き晴れのよい天気に恵まれ磐梯道を走るバスからは雄大な磐梯山の姿を見せてくれました。五色沼には午前十時につき紅葉は一寸早いけれども多くの人々で賑わい私達も五色沼の美しい景色を楽しむ事が出来ました。会津若松の飯森山へは午前十一時半頃に着き、飯森山の白虎隊の墓へ登りました。戊辰の役の戦いで十六、十七才の少年達が、どのような思いで自刃されたのか知るよしもありませんが、悲惨な事件です。飯森山を出発し、昼食は午後十二時半にとり、午後一時二十分には食事を終え帰路につきました。まもなく2回目の糖尿病教室がはじまり重本先生より二枚のプリントが配られ一枚目は加齢の程度を示す「共通問診表」で五段階で評価し、肉体的、精神的症状の頻度と程度を調べました。皆様すべてが同年代と比べ老化（加齢）はすすんでいないことがわかり安心したとのことでした。もう一枚は当クリニック内での使用している経口血糖降下薬の説明があり鈴森内科クリニックでは、あらゆる作用機序の内服薬、注射薬を準備し使用しているとのことでした。又遺伝子についても研究されているとのお話があり個々人の特徴に合ったオーダーメイドの医療が近づいていることを思い知りました。那須高原で休憩、三時の出発直後楽しい福引があり、車中もにぎやかに過ごしました。午後六時頃岩本町到着、各自バスを降り帰路につきました。最後となりましたが、重本先生、安藤先生、杉山先生、クリニックの職員皆様、心から感謝申し上げます。

ブロック会に参加して

三田　清次

平成十八年十一月二十五日午後二から四時までの二時間、京浜東北線・都区外（埼玉、千葉、神奈川）ブロックの在住者を対象とした、第二九〇回ブロック会に久しぶりに参加し、勉強させて頂きました。

私は平成七年二月二十七日に初めて、鈴森内科クリニックを受診、以来十一年にわたってお世話になってきました。ブロック会には二～三年参加して、今回は久しぶりに参加し先生の講演とビデオによるご指導を受けました。その内容は、これからの治療に大いに参考になり、今