

今日此頃

石川 喜一郎



平成十八年六月一九日当時比較的元素だった小生は滑り易い靴をはいていた為神戸駅の階段で仰向けに転倒、左足太ももをしたたか打って紫色にはれ上がったものの運よく二週間位で治癒しました。人間が軽卒に出来ているのと反省がなかった為か、再び翌月に檀家寺で熱い線香をもって急いでかけた直した処で、敷石に足をとられ正面から転倒してしまいました。それが頸椎の出血につながるとは思ってみなかつたのですが、MRIの所見では出血があったと診断されてしまいました。転倒して手や足を骨折する話にはよく耳にしていますが自分が失敗しようとは考えもしなかつた事でした。今でも痛みが続いていますが大分間隔があいてきましたが、当時は集中力がなくなり夜眠れなかつたのは閉口しました。糖尿病は先生の御指導を守り順調にきていただけに今度ばかりは大失敗をしてしまいました。しかし今更悔やんでも仕方のないことなので重本先生にも「よくよしないようにしなさい。」と

のアドバイスを受け、気持ち切り替えるようにして居ります。根底に糖尿病を持つて居るだけに他の病にかかつて現状より悪くなること

が一番恐ろしいことと注意して居ります。思いがけない転倒だけはしないよう、高齢者は特に気をつけましょう。今は歩行もゆっくり歩くようにし、起床後軽い準備体操をして靴も体裁が悪いですがすべらない靴にかえしました。通勤も週三回に切りかえ

電車も決して慌てずに到着する電車を待つて乗車するようにして居ります。頭は低く背は丸く意気消沈したこの頃は、やたらと席を譲ってくれる人が多くなり、「恥ずかしいやら嬉しいやら」の気持ちで電車に乗っている次第です。家庭にいと身体は楽になり休養になります。三時のおやつは糖尿病に悪い物が並び、我慢に苦労しています。会社では二〇代の若い人たちが、コンビニの軽い昼食で夕方まで労働し、毎日精励しているのを見ると反省せずにはいられません。基礎で基石を打つように先手先手で急所をピシッピシッとおさえるように、先生方の病状を進行させない治療方針には心から敬服している次第です。あまり頑強でない小生が今日まで元気で働くことが出来るのも先生方のお力あってこそと感謝して居ります。先生方の御指導を守り、強い意志で環境に打ち勝つことが長寿社会への仲間入りができるのではないのでしょうか。

糖尿病と向き合つて

西塚 菊丸



糖尿病歴は平成七年二月から一三年間で大変なやまされました。それがたまたま江戸川区の鈴木さんに紹介されたのがファンの多い千代田区岩本町の鈴木内科クリニックでした。当時の先生には病気はなおるまで休んでは駄目だと厳しく指導されました。その習慣で今日まで週一回は必ず通院治療しております。

私は九三歳で高齢者糖尿病患者であるが重大な合併症が今一番注意しないといけないと思います。特に心筋梗塞や脳卒中が心配です。私なりの療養の「極意」としては、糖尿病の治療方法は食事療法と運動療法と薬物療法が上げられます。食事に

関して言えば、①配食（配達食）を食べてみるのもいいでしょう。②入院した患者さんに入院糖尿病食の内容を聴くのも参考になります。③栄養士の指導を受けることも良いでしょう。運動は毎日少しでも続けることが大切です。体を動かすことが基本です。私は週に三回以上の剣道をやる日を決め、家事の仕事も結構運動に

なりますので積極的に参加しています。

薬物療法の極意はまず、かかりつけの医師の指示をよく聴いて毎日忘れず飲むことです。薬を飲んで副作用などがあつた場合はすみやかにその旨を医師に伝えることです。医師のお薬以外は自分勝手に薬局から買ってきて飲むことはやめた方が良いでしょう。

行事の参加も大切で、講演は、毎月クリニック内で開催されていて結構な講演会と思つています。また、春秋の歩く会や、秋の旅行会は大変楽しみにしており健康状態が許せば行きたいと思ひます。

＊ ＊ ＊
（人物像紹介）

剣道の愛好家剣道教師七段、大正四年六月三十日生まれ九十三歳、山形県出身、東京警察大学勲六等の叙勲者で現在人気を博している元気で気さくな人柄である。

秋葉原の事件に想う

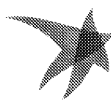
倉科 徹雄



数ヶ月前に皆様もご存じのように、秋葉原電気街の路上で大変悲惨な事件がありました。その後この事件を契機

病氣と闘う人たちの光となるために。

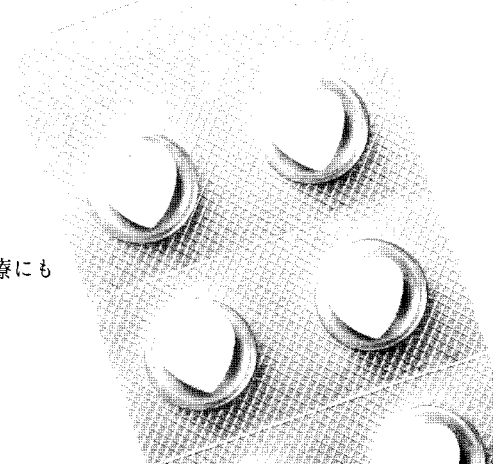
人間の遺伝子情報と病氣のメカニズムの解明によるゲノム創薬。
最先端の技術と揺るぎない情熱。
アステラス製薬は、可能な限りのスピードで
新薬の開発に取り組んで行きます。
日本発、医療用医薬品の世界企業へ

 **astellas**
Leading Light for Life
アステラス製薬
www.astellas.com/jp/

健康に役立つことに、ワクワクしています。

みなさんの健康のために、
いま、薬にできることを見つめて。
万有製薬は、病氣になったときの
ための治療薬の開発はもちろん、
これからの健康開発を考えた予防医療にも
前向きに取り組んでいます。

万有製薬株式会社
http://www.banyu.co.jp/



家族の
気持ちで
薬づくりを
考える。



 **大日本住友製薬**
www.ds-pharma.co.jp



一人ひとりのひたむきさが、
次の新薬を生み出す
チカラになる。
いまだに根本的な治療が
難しい病氣があります。
よりよい薬を待ち望む医療現場、
患者さんに一日も早く
画期的な新薬を届けること。
それがタケダの使命です。
創業227年。これからも私たちは
誠実にくすりづくりという仕事を
積み重ねて、人々の健康と
医療の未来に
貢献していくことを目指します。

▲ 武田薬品工業株式会社