

なたね

こころとからだに、
すこやかにならね。

VOL.9

TAKE FREE
と自由に持ちください

神 戸

“なの花”のある所、旅の癒しあり

教えて「ドクター」
「頭を打った、モノがあたった、
ぶつけてしまった」
子ども救急外来

季を味わう。

「分とく山」野崎洋光さん

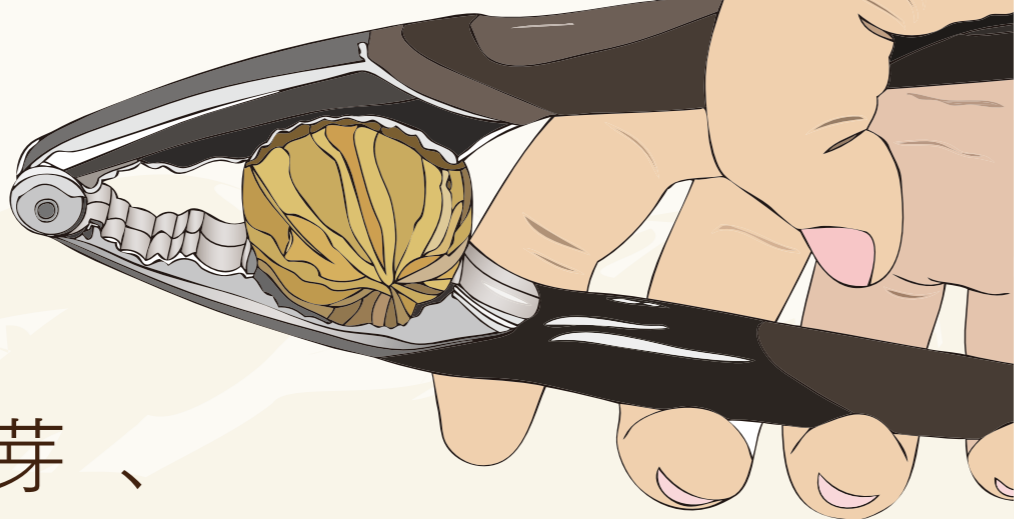
直伝レシビ

谷村志穂エッセイ

なたねなの



ファームホリデー



胡桃の芽、 未来の芽。

今、この原稿を書く私のデスクの上には、自宅の庭で収穫したばかりの胡桃がある。正式名称は、カシゲルミ(テウチゲルミ)。国内では長野をはじめとする信州が主な産地だが、スーパードなどで手軽に購入できる胡桃の多くは米国産であり、国産のカシゲルミは高価な商品といえる。そのカシゲルミが今年もザルに入れると3杯ほどの豊作になった。長男の幼稚園の入園記念に植えた木だが、30年以上経つ今も秋を告げる実りをもたらしてくれる。

ところで自宅には、昨年収穫した胡桃も飾っている。見比べるとでは区別がつかないのだが、今年収穫した胡桃と昨年の胡桃とは決定的な違いがある。それは「命(いのち)」の存在。

胡桃の木は、梅のような青い実をつけ、やがてその果皮の部分が茶色になり、いわゆる私たちが知っている「胡桃」の状態で木の下に落ちる。若い胡桃は、落ちた場所で元気な芽を出すことで、命をつなぐのだ。

ところが、わが家の庭にはエゾリスという珍客が現れ、落ちたばかりの新鮮な胡桃を食べる。さらに

虫たちにも胡桃は大事な食料であり、私も負けじと収穫して食べるので、芽を出すことのできる胡桃は、ごくわずか。保存されている昨年の胡桃は、時間の経過とともに命が失われてしまうため、植えても芽を出すことはないのである。

今の季節、私は薬剤師をめざす学生たちに、この話をしている。「お母さん」という大きな木から離れたら、すぐに自分の力で根を張って芽を出して欲しいと。時間の経過が芽の成長を左右するのであれば、与えられた時間をどう遣うのか、その質が大切であり、のちの人生の実りを大きく変えるものになるからだ。

さて、私が収穫した胡桃の多くは、毎年パウンドケーキに変身する。これは妻のレシピをもとに私が30年ほどかけて少しずつ自己流のアレンジを加えた、自慢のレシピ。北海道産のビート糖や波照間産の黒糖、隠し味となるラムレーズンを秘密の比率で調合し焼き上げる。庭の胡桃を使うと、サクサクとほどこけるような実の食感が絶妙なのだ。

「地域薬局」には、コミュニティヒストリーという地域の歴史と、その土地の食や文化、習慣を大切に

秋野 治郎

株式会社ファーマーホールディング
代表取締役社長

北海道小樽市生まれ。北里大学薬学部卒業。小樽市内で地域薬局を創業、経営していたが、「高齢化社会における医療インフラ整備に貢献したい」という志に賛同してメディカルシステムネットワークの設立に参加、代表取締役専務を経て、現在、副社長兼任。趣味はスキーと登山、古民家の再生。地域に伝わるケアに係わる品々を収集した「小樽もったいない博物館」のオーナーでもある。

姿勢が必要だと私は痛感している。お薬を扱うという専門技術で患者さまに貢献するのはもちろんだが、胡桃のパウンドケーキのように地元で採れる特産品で患者さまや地域の人々をもてなす、「人が集まる場所」薬局「になれたらと思う。一方的に医療を施す「CURE(キュア)」ではなく、相互に救い・救われる「CARE(ケア)」でありたい。常に患者さまやご家族の立場で考え、行動する。そんな人と人が気をつけあうコミュニティパワーの架け橋になることが、これからの地域薬局の使命である。

そんな想いをめぐらせながら、秋の夜長、私は今宵もキッチンで、パウンドケーキを召しあげながら、頂上の人々の笑顔の思い浮かべながら、胡桃をせっせと割るのである。

あの人の朝ごはん

ピアニスト 鳥居 大祐さん

一日の計は朝食にあり。



- カイザーゼンメル(オーストリアのパン)
- パプリカリヨナーのソーセージ
- ガーリックオイルトマト
- チーズ ●黒オリーブ
- かぼちゃのクリームスープ (パンブキンシードオイル入り)
- ミニトマトとペビーモッツアレラのカプレーゼ
- 炭酸水



鳥居 大祐さん

1983年生まれ。15歳よりウィーン私立音楽大学に入学、18歳でソロデビュー。2008年、バドゥーヴァ国際コンクール4位入賞、11年、サン＝バルトロメオ国際コンクール2位入賞、14年、レオポルド＝ベラン国際コンクール2位入賞。同年、仏国民美術協会主催のルーブル美術館でのコンサートに出演。現在は日本を代表するピアニストになるべく、日本とフランスを拠点に演奏活動及び作曲活動を行う。来年CDをリリース予定。株式会社リズニング代表取締役。

愛でクラシックを伝える人。

青年は、若干15歳で単身オーストリア、ウィーンに渡った。日本を離れる日、空港に着いてから、はたとする。オーストリアって何語だっけ？慌てて空港の本屋に立ち寄り、公用語は「ドイツ語」だと知るも、話せない。しかし、行けばなんとかなる、と渡欧。今から約17年前のことである。

日常生活程度の語学ブック一つで現地入りしたが、見事、高倍率の難関を突破し、ウィーンコンセルヴァトワール(現・ウィーン私立音楽大学)の入学を決めた。まさに電光石火の行動力。

ピアノを始めたのは3歳から。小・中学生時代は、出身である札幌のヤマハ音楽教室と札幌コンセルヴァトワールで研鑽を積み、14歳の時に研修で訪れたウィーンの街並みを見て衝撃を受けた。まるで中世の都市を切り取ったような歴史的建築の数々、そして郊外に行けば、築百年前後の住宅が大切に受け継がれ、暮らしが営まれている。そのとき留学を決意した。

狭いアパートメントでは、部屋の中心にグラランドピアノを据えると、ピアノから2歩でキッチン、別な方向に2歩でベッドという暮らし。しかし、「日に十数時間も練習に没頭する中で、唯一、料理をする時間が生活リズムを与え、良い気分転換にもなった。

「食べ物美味しかったですね。オーストリアは帝国文化や多様な民族文化から影響を受けた料理が多いのですが、名物は肉料理なんです」。ウィナーシュニッツェルは、仔牛(豚や鶏)の肉を小さなハンマーで叩き、厚さ数ミリにしてから塩と小麦粉をからめ、溶き卵につけてカイザーゼンメルというオーストリア生まれのパンの粉をまぶして揚げる、いわゆる仔牛のカツレツ。レモンを絞るだけでソースは不要。皿からはみ出すほどの大きさも特徴だ。

「シュニッツェルのファストフードや専門店もあって、本当によく食べました」。

育ち盛りの青年にとってカツレツはご馳走であり、ソーセージは職人仕込みなのに安価なものも多く、朝食には重宝した。苦労や不安も刺激に捉え、努力が結実し18歳でソロデビュー。以来、数多くの国際コンクールで入賞し、昨年はパリのルーブル美術館での特別コンサートにも出演。今年一月の帰国後は株式会社を設立し、照明などの演出や様々な企画を手掛け、クラシックコンサートの在り方から変えようとしている。タンゴや銀幕の名曲を取り入れた選曲や連弾、浴衣での演奏など、企画性あるツアーが今夏評判となった。

「ピアノは愛です」と言い切る。クラシックの聖地で若き日本人が経験した光と闇は、彼にしか表現できない演奏となつて、日本人である私たちにクラシックの素晴らしさを優しく、力強く伝えていく。秘めた情熱を軽やかに奏でる新進気鋭に、これからも目が離せない。

“なの花”のある所、旅の癒しあり

なのさんぽ

なの花薬局・薬剤師によるご当地めぐり

今回は!

神戸



戸

遠い異国の薫りと、
深い魅力の港町。

わたしたちが
ご案内
します!

(右)
なの花薬局
尼崎なにわ店
谷 卓磨 薬局長

(左)
近畿・中国・四国エリア
事業部長
神森 浩司 薬剤師

「お洒落」が 似合う街

およそ150年前、幕末・維新期の開港とともに西洋文明の入口となった港町、神戸。どうやらこの街には「お洒落」という言葉が欠かせないようですが、それもそのはず、鎖国時代の開港5都市の一つとして、明治初期の神戸には外国人が暮らす「居留地」が誕生しました。そこに英国人が日本初の洋服店を開業、タキシードやスーツなどの洋装は神戸発祥といわれているのです。さらに履物で有名な神戸は、そうした外国人の靴を修理・新調するた

めに発展。ほかにも、喫茶店や欧風家具、バームクーヘンなど、神戸発祥の身近なものは数多く、港町として栄えた産業と、異国情緒が漂う街の空気が往時を偲ばせます。



2人 ミステリーな

三宮から山側へ坂をのぼると、異人館の街北野エリアが広がります。神戸に暮らす外国人は海を見下ろす高台に邸宅を構えることで、遠い故国に想いを馳せたのでしょか。

ドイツ人貿易商の自邸だった「風見鶏の家」や、アメリカ総領事の邸宅として建築された「萌黄の館」、天然石の外壁が目を引く「うろこの家」など、特徴的な建造物ばかり。

さて、私たちは「英国館」を訪ねることに。イギリス人が住み続けたというコロニアル様式の洋館

には、バロックやヴィクトリア時代の調度品や、ホームバーとして使用された重厚なカウンターがあり、夜は英国式バーとして営業。サー・コナン・ドイルの「名探偵シャーロック・ホームズ」の部屋が再現され、作品の世界観を味わえます。ここで、インパネスコート(テープ)とソットを借りてホームズに変身!「住所は221Bベーカー・ストリート」。



■英国館(旧フデセック邸)
神戸市中央区北野町2-3-16
TEL:078-241-2338
9:00~18:00(10~3月は~17:00、バーは月~土17:00~24:00)、入場料大人750円



なぜか羊にモテモテの2人。放牧の羊はすべて雌だったので!さらに、羊が吊り橋を一列に並んで渡る様子が見られたのもラッキーでした。

六甲山で 羊とたわむれ

全国有数の眺望スポット、六甲山は、明石海峡から大阪平野までを見渡せる大パノラマが圧巻です。神戸市立六甲山牧場は、羊、馬、牛、山羊などが広大な牧場で飼育されている、人と動物のふれあいの場。なかでも自由放牧中の羊を間近で見られるのも魅力の一つで、急斜面で牧草をはむ姿や、吊り橋を並んで渡る愛らしい姿に出会えることも。

牧場内に点在する施設の一つ「まきば夢工房」では、乳製品の



さけるチーズの
完成です!!



①牧場内で作られたチーズ素材を湯せん(約80℃)にかけます。
②柔らかくなったチーズを、のばす、のばす!おぉ、切れる気がしない!!
③のばしたら折って重ねて、またのばす。これを20回。
④棒状に整え水へ。最後に塩をまぶし、味がなじむ翌日が食べ頃です!

■神戸市立六甲山牧場
神戸市灘区六甲山町中一里山1-1
(六甲ケーブル山上駅またはマヤビューライン星の駅からスカイシャトルバス有り)
TEL:078-891-0280、9:00~17:00(最終入場16:30)、11~3月は火曜休。入場料大人500円、小・中学生200円、さけるチーズ作り体験:1人1,030円

手作り体験教室が開かれています。ここで私たちは、さけるチーズ作りに挑戦。体験用のチーズ素材は、隣接する六甲山のBIBIチーズ館で製造されたもの。つまり、牧場内で搾った新鮮な生乳で作る自家製チーズ。そんな逸品素材を使わせていただくので失敗なんかせませんよ!(①~④参照)



Lunch Time!

■自然薯・鍋料理・釜飯 黒十
神戸市中央区磯上通6-1-9
神戸MKビル1階
TEL:078-265-5910、ランチ11:30~14:30L.O、ディナー17:30~23:30L.O(日祝は~22:30L.O)、不定休

三宮駅からほど近い磯上エリアにある創作和食店「黒十(コクトウ)」の看板料理は、滋味あふれる自然薯。ランチの「黒十膳」1,380円は、出汁入りの自然薯とろろ、麦入りご飯、お造り、汁物、デザート、メインは3種から選べるヘルシーランチ。



【材料2人分】

- ◎つみれ
 - ・生鮭.....100g
 - ・長ねぎ.....1本
 - ・味噌.....10g
 - ・小麦粉.....5g
 - ・塩.....少々
- ◎じゃが芋.....100g
- ◎生椎茸.....2個
- ◎春菊(茹でたもの).....1/2束
- ◎調味料
 - ・水.....500cc
 - ・昆布.....8cm
 - ・味噌.....30g
- ◎粉山椒.....適量

【作りかた】

〈つみれを作る〉

- 1 鮭は薄塩をして30分程度おいたら、水で洗い、水気を拭いて包丁で粗めに叩く。皮は細かく切る。
- 2 すり鉢に①の鮭を入れて形が残る程度にすり、みじん切りにした長ねぎ、味噌、小麦粉、塩少々を入れて混ぜる。鮭の粒が少し残る程度にしておく。

〈汁を作る〉

- 3 鍋に分量の水、昆布、小さめの角切りにしたじゃが芋を入れて、強火の中火にかける。じゃが芋に火を通ったら、軸を取り除いて十字に4等分した椎茸を加えて、ひと煮立ちさせる。
- 4 鍋に、②のつみれを一口大ずつスプーンで落とし入れ、弱火の中火で4〜5分煮て、味噌を溶き入れる。器に盛り、食べやすく切った春菊を添え、粉山椒をふる。



POINT. つみれは、すり鉢を使って鮭の食感をほどよく残すのがポイントです。柔らかい鮭の身だからできる、ふんわり食べごたえのあるつみれに、じゃが芋のほくほくした食感が合いますよ。



1人分の栄養価 エネルギー/172kcal 食塩相当量/3.2g



日本料理「分とく山」
 都心にあって隠れ家のような趣のお店。お料理はもちろん野崎さんの気配りも評判です。
 【住所】東京都港区南麻布5-1-5
 【TEL】03-5789-3838
 【営業時間】17:00〜21:00 L.O 23時閉店
 【定休日】日曜

「分とく山」 野崎 洋光さんに学ぶ じゃが芋と 椎茸の 鮭つみれ汁



旬の鮭に、ほんのひと手間。つみれに仕立てた温かい一品です。鮭の旨みとほくほくしたじゃが芋の食感を、味噌で風味豊かに仕上げた食べごたえのある汁物。ぜひ秋を味わってください。



野崎 洋光さん
 1953年、福島県生まれ。東京グランドホテル、八芳園を経て、西麻布の「とく山」料理長に就任。1989年に「分とく山」を開店し、現在は4店舗の総料理長として統括。調理科学、栄養学をふまえた理論的な料理法に基づきわかりやすい和食を提唱。食育活動にも力を入れている。『つなげていきたい野崎洋光の二十四節気の食』(家の光協会)他、著書多数。



(上) ガラス張りのオープンキッチンを見ながらレストランスペースへ。
 (下) デザートはテラス席でも。これからの季節は紅葉が楽しめます。
 (左) 見た目にも美しい「Soshuenコース」3,000円(写真はプラス500円のハーフバスタ付)。シェフ自らが産地に足を運び厳選した旬の食材を使用するメニューは毎月更新されます。

■ザ・ガーデン・プレイス蘇州園
 神戸市東灘区住吉山手4-7-28
 TEL:078-851-3182
 (平日)ランチ11:30〜14:00 L.O. ディナー18:00〜22:00 L.O(コースは21:00 L.O)
 (土日祝)19:00〜22:00 L.O(コースは21:00 L.O)、火曜休



築80余年の大人の隠れ家
 閑静な住宅街、神戸・御影。この地に、昭和9年に建てられた旧財閥の別邸をリノベーションしたイタリアンレストラン「ザ・ガーデンプレイス蘇州園」があります。1600坪の庭園に囲まれた珍しい三層からなる純和風建築には、宮大工の精巧な意匠が息づいています。
 第二次世界大戦後に、華僑賢

易商が所有する中華料理店となり、著名人も足を運ぶ名店だったとか。戦火を、そして、阪神淡路大震災をくぐり抜けた建物は縁起がよいとされ、今は結婚式場としても開放されています。日本伝統様式に東アジアのテイストが融合されたモダンコリアルの雅な空間で味わう食事は、まさに非日常のひととき。地上の楽園。と呼ばれた中国蘇州から名付けられたというのも頷けます。

中華 男メシ・穴場メシ 神戸グルメ!

「魚生粥」1,080円は、鶏ガラなどでじっくり煮込んだコクのあるお粥。その余熱でレア状になった鯛とともに味わう逸品です。
 (下) オーダーを受けてから巻いて揚げる「海老のライスペーパー巻」、「蒸し鶏」は、葱生姜油でいただきます。

シシ 杏杏
 華僑2世のお母さんが、ご主人や息子さんとともに営む広東家庭料理の隠れた名店。評判の中華粥や蒸し鶏など、優しくも奥ゆきのある味わいと古い一軒家の雰囲気心温まります。
 神戸市中央区下山手通4-13-14
 TEL:078-322-3339
 11:30〜14:00L.O 17:00〜21:00L.O.日曜・第3月曜休

ステーキ(フィレorロース) 120g 4,650円。サラダ、ライス、スープ、グラスワインかソフトドリンクが1杯付くステーキコースは、120g 5,800円(写真はフィレ肉)。

コウベ エーワン しんみちてん
KOBE A-1 新道店
 昭和39年創業の老舗ステーキ店。職人技でスジ抜きされた柔らかい和牛のフィレ肉(写真)は、強い炎で表面を焼いて旨みを閉じ込めてから秘伝のソースをかけて鉄板へ!
 神戸市中央区下山手通2-2-9ライトハウス1階
 TEL:078-331-8676
 12:00〜16:00・17:00〜21:00、木曜休

旅の最後は...

旧居留地にある元英国銀行を改装したカフェダイニングバーで乾杯。天井8mの吹き抜け空間が広がり、重厚なのに居心地のよいスペースです。

■E.H BANK(イー・エイチ・バンク)
 神戸市中央区海岸通9
 神戸チャータービル1階
 TEL:078-331-6553
 11:30〜翌5:00、(日祝)〜翌3:00

谷薬局長が勤務する薬局はこちら!



なの花薬局 尼崎なにわ店

立花駅から約2kmの住宅街の中にあります。小さい店舗ですが地域に根ざした「かかりつけ薬局」として職員一同、日々尽力しております。お薬や健康のことで困ったことがありましたら、いつでもお気軽にご相談ください。
 兵庫県尼崎市東難波町3-2-34
 TEL:06-4868-8115、FAX:06-4868-8117



ドクタ―

子ども救急外来

「頭を打った、モノがあたった、ぶつけてしまった！」
子どもの頭部打撲・頭部骨折について



救急外来を訪れる子どもたちに話を聞くと、頭をぶつけたのは学校の休み時間や体育の時間、登下校中などです。そのほとんどが「大丈夫だと思っただけ」のところ、起きる不慮の出来事ですが、本来は予防のための取り組みが重要です。

今回は、お子様が頭部打撲・頭部骨折を起こしてしまったとき、いかに対応すべきかについて説明します。

観察すべきこと 注意すべきこと

① 全身の状態はどうか？

【一般状態の観察・確認】

●まず概観を観察します。お子様が歩くことができたり、自分で話ができる場合は余裕もありますので、ゆっくりと話しを聞きます。

●意識を失っていたり、呼びかけに対して目を開けないような場合は、体を横向けにし（回復体位）、呼吸がしや

すいようにします。また、吐いたもので気道が塞がれてしまわないように、顔は少し上向けにします。（図1）
ゆっくり呼吸をしていると確認できたら、落ち着いて救急車を呼びます。



●図1 ※足を組ませ、上側の足を前に。あごは少し上げて手で支えます。

●保健室などの環境にいるときは、血圧、脈拍、呼吸回数、体温を測定し、一般状態を記録します。一般状態の観察に加えて、目を開いてみて、瞳の大きさや形、目の向きなどの様子を観察しておきます。

② 頭部の状態はどうか？

【意識障害・頭蓋底骨折の確認】

●頭のどの部分を打ったのかを調べます。切り傷や擦り傷・挫創あるいは挫傷、たんこぶ（皮下血腫）の位置はとても大切な情報です。それは、打撲部によって意識障害の程度が異なるからです。

③ 首を痛がるかどうか？

【頸椎捻挫（むち打ち症）の確認】

●頭部打撲の場合には、同時に頸椎捻挫（けいついねんざ）を起こしていることが多く見られます。頸部の運動時や、首を動かさずとも首の真後ろに自発的に痛みを訴えるような場合には、安易に自分で動かさないようにさせ、救急隊を呼びます。救急隊が頸椎の固定を行います。

●表1

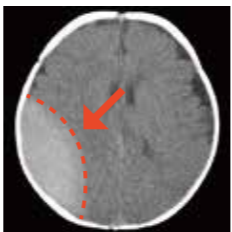
III. 刺激をしても覚醒しない状態 (3桁の点数で表現)
300 痛み刺激に全く反応しない
200 痛み刺激で少し手足を動かしたり顔をしかめる
100 痛み刺激に対し、払いのけるような動作をする
II. 刺激すると覚醒する状態 (2桁の点数で表現)
30 痛み刺激を加えつつ呼びかけを繰り返すと辛うじて開眼する
20 大きな声または体を揺さぶることでよりに開眼する
10 普通の呼びかけで容易に開眼する
I. 刺激しないでも覚醒している状態 (1桁の点数で表現)
3 自分の名前、生年月日が言えない
2 見当識障害がある
1 意識清明とは言えない

短時間に、意識レベルの評価を行う方法

（表1）は、意識状態のレベルを確認するために作られた評価法です。日本でよく使用されるGCS（Japan Coma Scale (JCS)）と呼ばれるものです。

この評価法では、
1. 呼びかけに目を開けるかどうか
2. 痛み刺激で目を開けるかどうか
3. 目を全く開けない
という3段階の重症度評価によって意識状態を観察することが出来ます。

ここで大切なのは、観察している間に数値が悪化するかどうかということ。例えば、急性硬膜外血腫という疾患があります。（図2）
このレンズ型をした血腫は、動脈からの出血



●図2

その他の注意点

●ほとんどの頭部外傷では、意識消失がない、あつてもごく短い意識消失のみで、麻痺などの神経症状も全くないことが多いのですが、頭痛や嘔吐、顔面蒼白、不機嫌、眠り込む、傾眠、記憶の障害など精神症状と間違いやすいこともあります。

●中等症〜重症の子どもは必ず意識障害があり、呼びかけや痛み刺激を与えてもなかなか目を開けません。無反応な場合は、すぐに救急車を呼ぶ必要があります。呼吸をしていなければ、呼吸吹き込みなどの救命措置を並行し開始しなくてはならない場合もあります。

●現場での低血圧や低酸素は、子どもの状態を悪くするという事実があります。これに対して現場で出来ることは、次の2点です。

- ・気道を塞がないこと（嘔吐物を口から掻き出す、横向けにして呼吸を観察する等）
- ・痙攣を起こした場合、冷静に救急要請すること（口の中にタオルなど押し込まない、1分以下で自然に止まること）

●これら一連の救急処置について、以下のようにまとめました。

まとめ 意識のない子どもへの基本的な救急処置	① まず呼びかけを行います（反応がなければ意識障害があると判断）
	② 呼吸をしているかどうかを観察します
	③ 脈を触れることができるかどうかを確認します
	④ 回復体位を取り、同時に頭部を観察します
	⑤ そのままの状態を観察し、別の人に救急車の要請を頼みます
	⑥ 出血があれば圧迫しておきます
	⑦ 頭部以外に変形などがないかを確認しておきます

意識障害の疑いがなく、普通に应对ができる場合でも数時間後に気分が悪くなり、嘔吐や痙攣をすることもありますので、注意が必要です。事故の状況や、判断が難しい場合、観察の際に不安感がぬぐえない場合には、時間をおかず医療機関を受診することをお勧めします。

専門医のアドバイス

子どもの頭部外傷の95%以上が軽症だと言われています。頭部打撲で重症となる子どもの場合には、脳の損傷が強いことはもちろんですが、意識消失による気道の閉塞や、嘔吐物による窒息が重症化の原因となった例が非常に多く見られます。冷静かつ確実に対応するためにも、一次救命措置(Basic Life Support: BLS)を実施できる訓練を日常から行っていただきたいと思ひます。

子どもが頭を打ったと聞けば、様に「大丈夫だろうか」と不安に感じます。不安な感覚こそが最も大切なものだと思います。一抹でも不安がよぎる場合には「まず受診」の姿勢が確実です。

また、応急処置に困った場合や、受診が必要か否か判断に迷った時は、全国同一の短縮番号#8000をプッシュすると、お住まいの都道府県の「小児救急電話相談※」を利用する方法などもあります。

※自治体によって実施時間が異なります。事前に確認してください。



【今回のドクター】
日本医科大学付属病院
救命救急科
(総合診療センター)
荒木 尚
(あらかきたかし)

1992年佐賀医科大学卒業後、同大学脳神経外科教室。95年日本医科大学高度救命救急センター研修(医員)。その後、埼玉医科大学総合医療センター脳神経外科、佐賀医科大学脳神経外科医員、日本医科大学救急医学教室助手を経て、2001年トロント小児病院脳神経外科clinical fellow。05年日本医科大学救急医学教室助教。08年日本医科大学救急医学講師、09年国立成育医療センター脳神経外科医長。11年足利赤十字病院救急科副部長(日本医科大学救急医学教室)、13年より現職。



ファーマホールディンググループ
さくら薬局 門司店
今村 洋子 薬剤師



ファーマホールディンググループ
なの花薬局 永山店
佐藤 徳亮 薬剤師

お約束したいことがあります。

ファーマホールディング（なの花薬局）グループは、
この秋、「地域薬局」としての想いと決意を
あらためて宣言しました。

医療人として、人として、
患者さまや
地域の幸せのために
なにができるだろう。

薬剤師 品質。

このメッセージには、薬剤師
はもちろん、店舗スタッフ、
本部社員など全国にいる
ファーマホールディング
（なの花薬局）グループ一人
ひとりの「地域薬局」への
想いが込められています。
わたしたちは、皆様の人生
に深くかかわる医療人と
して知識や専門性を高め
続けるとともに、教養を身
につけ、人格を磨き、どんな
ときも患者さまの立場に
なつて笑顔で行動する。
いつも人と地域に寄り添い
ながら真に役立ち、信頼さ
れる「地域薬局」を目指して
いく意志を表しています。

「あなたに会ったら、元気がでたわ」
患者さまが掛けてくださる一言は、
わたしたち薬剤師や店舗で働くスタッフにとって、
一生忘れることのない、励みになるお言葉です。
そんな想いをこの宣言ポスターに刻むことで、「あの人に相談しよう」
と真っ先に思い浮かぶ地域の薬局、薬剤師でありたい。
わたしたちは真に地域に根ざす存在として、これからも
患者さまやご家族の皆様、そして地域とともに歩み続けます。

アンケートにお答えいただいた方に、抽選で素敵なプレゼント。

1
2名様



神戸・栄町 バッグ&レザーグッズ clueto
帆布トートバッグ
帆布ショルダーバッグ

靴や鞆などの工房が数多く、クラフトマンシップが息づく街、神戸。個性的なショップやカフェが点在する栄町・海岸通りにあるクラフトショップから、帆布のバッグ(各1名様)をプレゼントします。

【店舗・商品情報】 <http://www.clueto.jp>

2
10名様



亀田製菓
イオンバランス
おかゆ 1袋(100g)×6個

亀田製菓が、新潟大学歯学総合病院小児科や小児科医師と共同開発した、おかゆ。消化によい食事が必要なお子様の、栄養・水分・電解質の補給をサポートします。温め不要、少量のおかゆを炊く必要もなく便利です。

【商品情報】 <http://www.kameda-netshop.jp/>

応募方法

vol
9

なたね読者アンケート

ふりがな お名前 男 ・ 女

年齢 10代 ・ 20代 ・ 30代 ・ 40代 ・ 50代 ・ 60代 ・ 70代 ・ 80代以上

ご住所(賞品の送付先) 〒

ご職業

電話番号(ご本人様連絡先)

本誌を手にされた薬局店舗名	都道府県	市区町村	店
ご希望のプレゼント番号(いずれか1つに○印)			

(キリトリ線)

Q 本誌を読んだ感想、今後取り上げてほしいテーマは何ですか?

郵便はがき

左記のアンケート用紙に必要事項をすべてご記入のうえ、キリトリ線から切り離し、郵便はがきに貼って下記までご応募ください。

あて先 〒060-0010
札幌市中央区北10条西24丁目3番地 AKKビル3階
(株)ファーマホールディング「なたね読者プレゼント」係

FAX・E-mailでもご応募いただけます

FAX用紙またはE-mail本文に、本誌を読んだ感想、今後取り上げて欲しいテーマをお書き添えのうえ、
・お名前(ふりがな) ・ご住所(賞品の送付先) ・年齢 ・ご職業
・電話番号(ご本人様連絡先) ・本誌を手にされた薬局店舗名
・ご希望の賞品名 をすべて記入いただき下記までご応募ください。

FAX番号 011-613-8050
E-mail info@natane-p.jp 左記アドレスに送信ください。

締めきり 2015年12月25日(金)
FAX、E-mailは当日24時まで、郵送は当日消印有効

※賞品当選の有無にかかわらず、ご記入いただいたエピソードは、当社ホームページや広報活動ツールなどにご紹介させていただく場合がございます(個人情報除く)。
【当選発表】締めきり後、厳選なる抽選のうえ当選者を決定し、賞品の発送をもって発表とさせていただきます。※ご応募の際は、ご住所・お名前・電話番号等、必要事項を必ずご記入ください。ご記入もれがある場合は無効となります。※当選賞品の交換、換金等は応じかねます。予めご了承ください。※当選の有無に関するお問合せはご遠慮ください。
【個人情報について】 ※ご記入いただいた個人情報は、抽選・賞品発送の目的以外には使用いたしません。また、ご応募者様の個人情報をご本人の同意なしに第三者に開示・提示することはありません(法令等により開示を求められた場合を除く)。※いただいた個人情報は抽選・賞品発送後、責任をもって破棄させていただきます。

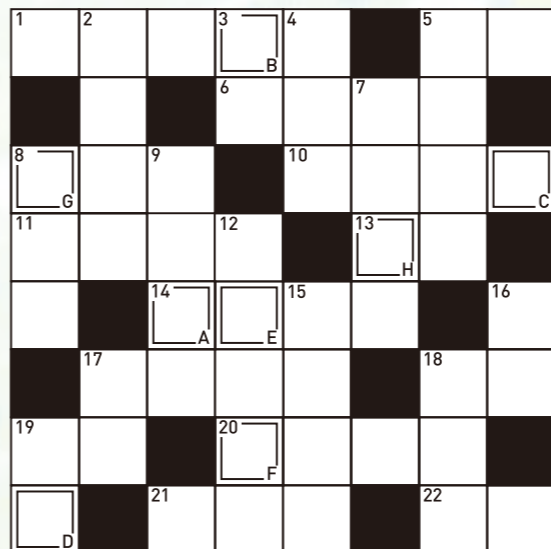


脳の運動はじめよう

アタマの体操な一の

クロスワードに挑戦!

タテ・ヨコのカギをヒントに、A~Hの文字をつないだ一つの言葉を答えてね。
※答えは、12ページ下をチェック。



タテのカギ

- 【タテ2】 能力がなくて、役に立たないこと。また、そのような人。
- 【タテ3】 たんすや机、いすなど、室内で使用する大きな道具。
- 【タテ4】 粘土に砂・石灰などを混ぜて練り、直方体などに成型してからかまで焼き上げたもの。
- 【タテ5】 金銭に関する運勢。
- 【タテ7】 直線・曲線・角度などを書くとき、物を裁断するときにあてがう用具。
- 【タテ8】 物事のなりゆきを前もっておしはかること。
- 【タテ9】 大きな悪。大きな力を持つ悪人。
- 【タテ12】 大麦から作る、アルコール分の高いお酒。
- 【タテ15】 英語で数を数えること。
- 【タテ16】 しり。順番などの最後。びり。
- 【タテ17】 きもの。洋服。
- 【タテ18】 おもしろく、こっけいに書かれた絵。
- 【タテ19】 仕事の合間のひま。仕事を離れて自由に使える時間。

ヨコのカギ

- 【ヨコ1】 話し合いなどがまとまらないままに終わること。
- 【ヨコ5】 物事の仕組みや組み立ての大きさ。
- 【ヨコ6】 軍隊に属して、国を守ったり、戦ったりする人。
- 【ヨコ8】 乳幼児が夜眠らないで泣くこと。
- 【ヨコ10】 絵をかくのに使う、やや厚めの白い紙。
- 【ヨコ11】 訴えること。裁判によって事実の認定や法律的判断を裁判所に対して求める手続き。
- 【ヨコ13】 めぐり合わせ。ラッキー。
- 【ヨコ14】 あるかぎと同じ形のかぎ。
- 【ヨコ17】 数が二つ以上あること。
- 【ヨコ18】 針のような葉をたくさんつける常緑樹。
- 【ヨコ19】 ほしいと思う気持ち。ほしがる心。
- 【ヨコ20】 最近の数年。ここ数年。
- 【ヨコ21】 男女が会うこと。また、会う約束。
- 【ヨコ22】 模様。体の大きさ。物の性質や感じ。ふざかしい立場や性質。

穴埋め熟語クイズに挑戦!

マスの中に1字の漢字を入れて、二字熟語を完成させてね。
※答えは、12ページ下をチェック。

Q1	Q2	Q3	Q4
雨	奮	会 小 医	国 常 一
快 量	併 結	草 物	関 写
色	点	道 育 後	作 取 山

なたねの



復活した猫と

夏の終わり、友人から素敵なメールをもらった。

この間、毎年運転手をつけて、本州から北海道一周の旅行をしに来ているというおばあさんに出会い、ずっと喋って離してくれなかったんですけど、彼女が歳とった猫を飼っているというので、私の友人の猫は21歳なんです！って自慢したら、あっちは23歳でした。チャイは、まだまだイケる！と確信しましたね。

長生きしてる猫の飼い主は、みんな同じこと言ってます。「回死にそうになったんだけど、復活してピンピンしてるよ」

「なたねなの」としては、その元気なおばあさんのお話もぜひひうかがしてみたいのだが、今はどこにおられるのか。二十三歳の猫とは無事に再会されたらうか。

を撫でてもらって目をつぶっている。

函館で探した獣医さんが、たまたま普段のお世話になっている先生の、獣医科の一つ下の後輩だという話にも縁を感じた。

どちらの先生も的確なご判断をしてください、夏の終わり、帰京の際のチャイはケージから脱走せんばかりの元気な姿に戻っていた。

メールをくれた友人には、出発間際の不安な気持ちも聞いてもらっていたので、無事に帰京したことも報告したところ、先述のメールをくれたわけだった。

私事で恐縮ながら、チャイというのは私はまだ独身の頃からずっと一緒に暮らしてきた猫である。そのおばあさんと同じように私も旅が多く、特に夏はほぼ一ヶ月、仕事場を東京から函館の家に移すので、猫にはその都度ペットシッターさんをつけて留守番をしてもらってきた。ミーミーという十二歳になる猫と二匹である。

ところが今年に入り、チャイはすっかり食べなくなってしまった。体重もかつての半分以下で、丸くて柔らかかった背中が骨ばっている。夏のはじめにはより悪くなって、獣医さんと家族で話し合って、この夏は猫たちも函館の家に連れていくことにした。

飛行機で一時間と少し、その時間を耐えられるように、獣医さんは前日一晩チャイを復活という言葉が、心に残った。

復活とは、生きかえること、蘇ること。衰えたものがまだ盛んになること。つまり、消えかけた灯火がまた炎を燃やすことか。

そしてこの言葉に近いことを、一度別の方から聞いていたことをふと思い出した。ある、書き手たちの組織する法人の事務局にいる、ベテランの女性がいる。書き手が講演をする際にそばについてくれるので、私も折々一緒に旅をさせてもらってきた。

私のような未熟な書き手ばかりではなく、川端康成先生はじめ多くの諸先輩を担当されてきた彼女は、大変控えめで静かな方だが、

ある先生には銀行通帳を預かってほしいと言われ、ある先生には死後の遺産はすべてあげると言われ、普通の社会では信じられないような逸話をお持ちだ。

新幹線で隣り合っているうちに、思わず眠ってしまった私には、クリーム色のカーディガンがふわっとかけられていた。地方で講演の日には、早朝に周辺を散歩して、どんな花が咲いていたかをそっと

入院させることを勧めてくれて、私たちは荷造りを終えてからチャイを引き取り、飛行機に乗せた。降りてきたときに、再会できて心底ほっとした。

「先生、チャイ、ちゃんと飛行機を降りられました」

すぐに電話でお伝えしたものの、函館にいた間に何かあっても覚悟しなくてはと、自分に言い聞かせていた。飛行機に乗せたのは悪かったけれど、ずっとこんな私に付き合ってくれてきた猫なんだから、許してもらおうしかないんだ。

ところが、函館でチャイはしだいに元気を取り戻した。窓から港を眺めている。涼しい風を浴びて、少しずつ食べ始めている。東京から来た娘の友達に、すっかり痩せてしまった背中

教えてくれる。慣れない講演では、私はよくそんな話を入り口にさせてもらう。

優しさが深く身についた方なのだと思う。彼女は、ご両親をすでに亡くされ、お父さんの後妻さんと長年ふたり暮らしをされてきた。

義理のお母さんにあたるその方との寄り添い合うような暮らしは、まるで小説のようだった。後妻さんが歩けなくなった時期、入院を繰り返し返された時期、旅の折々、話を聞かせてもらってきた。

「お義母さま、調子はどうですか？」
私も再会すると、いつもそう訊ねる癖がつき、あるとき彼女はこう言った。

「今は入院しています。昨日も見舞いに行ってきたんですけど、また不死鳥のごとく復活してくれると信じているんですよ」
年月が経ち、彼女はお義母さんを看取ったそうだ。

今年の旅では、私は猫の様子が気がかりで、背中を撫でてると泣いてしまうのだと話すとき、こう言われた。

「泣いちゃだめですよ。泣いてもいいですけど、これまでありがとって何度か何回も言っておいてくださいよ」

今もどこかに、大切な人の復活を信じてそばにいる方々があるだろう。私に代わって、優しい友人たちの声がこのページから届きますように。

北海道札幌市生まれ。北海道大学農学部で、応用動物学を専攻する。1990年にノンフィクション「結婚しないかもしれない症候群」がベストセラーとなる。2003年長編小説「海猫」(新潮社)が、第十回島清恋愛文学賞を受賞。他に、女性の医師を主人公にした「余命」、新刊として「尋ね人」(共に新潮社)、「いそぶえ」(PHP出版)がある。現在「小説新潮」で、移植医療を題材とした「アンクラブ」を連載中。

