

- ・年頭のご挨拶
- ・研修旅行に参加して
- ・私のオフタイム
- 御朱印帳は私のお守り



新年あけましておめでとうございます

「女性の健康」を目指して、頑張っていきます

昨年は世相を表す漢字に「災」が選ばれた。わがクリニックの職員旅行計画もこの「災」のため右往左往した。当初の計画は鞆の浦・仙酔島、広島・宮島だったが、西日本豪雨で取り止め、北海道小樽・旭川へと変更した。またまた直前で北海道地震のためキャンセル、キャンセル料金も支払った。結局は近場の花巻・平泉に落ち着いた。あの東日本大震災を経験したがゆえに、どうしても災いには過度に反応してしまう。

当院も今年開院 20 周年の年を迎える。「女性に優しい、女性が元気になるクリニックを目指す」をコンセプトにやってきた。試行錯誤の日々でもあったが、たくさんの女性に出会うことができ、女性の健康の一端を担うことができたかと自負している。

開院 10 年目の節目の年 2008 年 9 月から医療者と患者さんを繋ぐ確かなツールとして「きよクリニクス」を発行し、今回で 59 号になった。その時々産婦人科医療の情報や話題の解説、クリニック主催の栄養講座の紹介、避妊や性感染症をめぐる現場からのレポート、学術研究活動・学会発表の報告など、一方で患者さんや支援者からの投稿、海外の訪問調査報告、海外旅行の見聞録、震災に関わる報告・・・そしてクリニック研修旅行の紹介、スタッフのオフタイムなど、たくさんのことを掲載させていただいた。クリニックの歴史の一端を振り返ることができ、とても感慨深いものがある。

最近「人生 100 年時代」と言われる。2045 年には、平均寿命が 100 歳に到達すると予測されている。つくづく大変な時代が近づいていると思う。65 歳以上の高齢者はすでにほぼ 3 割に達しており、2045 年には高齢者はほぼ 4 割との予想である。生産年齢（20～64 歳）が 5 割、若年（19 歳以下）が 1 割、まさに超高齢化社会に向かっている。一昨年 9 月以降 9 回にわたり、政府側の「人生 100 年時代構想会議」が開かれたという。今、一人一人は何を考え、何を実行したらいいのか。

2017 年には平均寿命は女性 87.14 歳、男性 80.8 歳に達した。問題なのは健康寿命（健康上の問題がなく日常生活を送れる期間）との差であり、女性 12.35 歳、男性 8.84 歳である。驚くことには女性は人生の約 7 分の 1 を「寝たきり」や「要介護」の状態で過ごしているのである。ほぼ 30 年後に女性の平均寿命が 100 歳に達したとしても、健康寿命が延びなければどうにもならない。

女性の閉経年齢は平均 50 歳であり、その後の人生をそれまでと同じくらい生きていくことになる。後半戦の女性の健康、その重要性に改めて気づかされる。健康で自立して生きる、健康寿命を平均寿命に限りなく近づけること、そのために日々何を心がけるか、真剣に考えていかなければならない。思わぬ「災」に取り込まれないために。

今年も「女性の健康」を目指して頑張っていきたいと思います。皆さまのご支援、ご鞭撻をよろしくお願いいたします。

院長 村口 喜代

平成 30 年の研修旅行に参加して

監事 國乗和夫 さん



拡がりゆく賢治宇宙空間

9月27日（木）から29日（日）の日程にて、花巻・中尊寺方面の研修旅行に参加いたしました。夏のある日、喜代先生から「今年の研修旅行は、鞆の浦がある広島方面なんだけど参加しませんか？」というお誘いがありました。もちろん快諾！しかしその後中国地方に未曾有の雨。さらに自然の気まぐれが北海道にも起こり、前記の花巻・中尊寺方面となりました。前段が長くなりましたが、人間が自然を「温暖化を主軸とし、人間仕様に変えてしまった」結果、地球規模での気候変動が多くなったのではと思います。これから先も、あるがままの自然とどうつきあっていくかが、人間社会の重要なテーマだと思います。最終的に、自然と土を最も愛した宮澤賢治のふるさと花巻に決まったのも、自然の導きかと！

9月27日（木）仙台駅集合の後、花巻市に向かいました。「雨ニモマケズ」の詩や、イーハトーブという言葉の予備知識はありませんでしたが、記念館の見学で改めてその多岐に渡る足跡に圧倒されました。農業人、詩人、童話作家、さらには宇宙へのアプローチと宗教への探求と、これほどに賢治の世界があるとは！しかし、賢治の世界がこれほど世に出たのは、草野平と高村光太郎の力が大きかったと初めて知りました。賢治の作品の力のもとより、自然に根ざした賢治の生き方が、彼らの共感を生んだのではと思われます。当日は花巻温泉の佳松園に宿泊いたしました。当館は、私にとっては非日常の空間・お料理でした。久々に日本の「おもてなし」を体験いたしました。翌日、新花巻駅の周辺散策で知った事がありました。当初 JR の構想には花巻に駅を設ける構想はなく、20年に渡る花巻市と周辺自治体・住民の方々の請願が国と JR を動かし新花巻駅が実現したとのことです。事を成すには、意志力かと思いつつ駅を見つめました。28日（金）は中尊寺を見学いたしました。藤原三代の象徴である金色堂を拝観し、もう一度行きたいと思っておりました毛越寺を散策いたしました。ゆったりとした配置は変わらず、落ち着かせてもらいました。ほとんどが日曜日になっている私にとって、このようなお庭が近くにあったらなあ！と思いつつ。帰り道、カップを選べる喫茶店でコーヒーをいただきました。おいしかったです。2日目の夜は自然の中の一軒宿、山王山温泉でのんびりお湯につかりました。何かと時間に追われる日常の中、この3日間の非日常の空間・時間が新たな活力の源となりました。



佳松園にて記念撮影

私のオフタイム ～御朱印帳は私のお守り～

きよくり研修旅行で伊勢神宮に行った時から御朱印を集めるようになりました。お守りとして大切にしている御朱印帳。小学校から高校まで書道を習っていた私。独特な書体を目の前ですいすいと筆が流れるように運ぶ姿を見るのも楽しみの一つです！何より墨の匂いが大好き（笑）

医療事務 高橋智江



【臨時休診】

現在、臨時休診の予定はございません。



【編集後記】

みなさま、新年あけましておめでとうございます。今年は平成最後の年です。「災」少なく戦争のない平和な一年であることを心から願っています ☺
本年もどうぞよろしくお願い致します。

発行元：村口きよ女性クリニック
<http://www.muraguchikiyo-wclinic.or.jp>
 e-mail: con@muraguchikiyo-wclinic.or.jp

