

01] 随筆「月光仮面」

職場の安藤▽口君が昭和46年秋ドイツの大学へ留学することになり、彼愛用のヤマハスポーツバイク(275cc)一式とサンスイ製オーディオコンポ一式を10万円で譲りたいというので、元々欲しかった物でもあり、賤別にもなるからと言いついで買取った。安藤君は金沢の医薬品卸◎◎薬品の跡取り息子で、無給の身ながら中々リッチな生活をしていたので、これらの二つが手に入ると自転車とラジオしか知らなかった私までが何かリッチな気分になり、また日常の行動域も急に拡大し、アチコチ遠くまで出掛けるようになった。このバイクは性能が良く80km/Lは走った。

晩秋のある日曜にガソリンを満タンにして琵琶湖一周に出掛けた。京都から琵琶湖へは国道1号逢坂山峠の難所を先ず越えねばならないが、バイクはその登坂道を快調に走った。ところが坂の中間点を過ぎた辺りから何やら調子がおかしくなってきた。京阪大谷駅の数百メートル手前であえなくエンジン停止してしまった。見たところエンジン付近が焦げ臭く高温になり、ちょっと煙も出て焼きついている感じであった。止まっても仕方がないので大津で修理して貰うべく手押しで坂を登った。275ccといえどもかなり重くて一苦労したが、峠を越えると大津の街までは下り坂なので助かった。札ふだの辻つじに小さな自転車屋があり、バイク修理もやるらしいので店主に経緯を説明した。60歳くらいの店主が一目見て「こりゃあオイル切れで焼きついとるわ!」と言い、「こんなことも知らんのんかいな?」というような顔で故障の原因を説明して呉れた。それによると、4サイクルエンジンのバイクには燃料タンクとオイルタンクがあり、燃料とオイルを混合して燃焼室に送っている。オイルは燃焼室壁面とピストンとの接触面の遮断とエンジン全体の潤滑油として働くと同時に燃焼もし、また燃焼熱を空冷放熱板に伝える熱媒体としても働いているそうだ。上記の故障は、オイルがなくなり摩擦熱と燃焼熱で過熱してピストンが焼きついたらしい。店主はオイルを補充し「1,000円もろとくわ。エンジンが冷えたら始動してみ、オイルは忘れんと何時いつも補充しいや。」と言って修理完了を告げた。15分ほど後に目出度くエンジンが掛かったので一安心し、その日は予定を短縮してサンケイバレー(今の琵琶湖バレー)辺りまでドライブして帰った。

[02] 随筆「こむら返り」

私はソフトボールやロード自転車乗りを日頃やるので数ヶ月に1度真夜中に太ももの筋肉が吊る「こむら返り」の激痛で目覚め、苦悶することがある。「こむら返り」が起こる前の就寝前くらいには足の筋肉が小さく痙攣する予兆が出ることもあり、こんな時はソフトボールクラブの言い伝えでツムラ漢方薬68番の「芍薬甘草湯エキス顆粒」（2.5g）を服用すると予防が出来るし、「こむら返り」が起こった後も服用すると症状が緩解する。それで、ソフトボールやロード自転車の用具入れには「芍薬甘草湯エキス顆粒」が3包が忍ばせてある。足吊りやこむら返りが起こった時にはこれを1包服用すると、5～10分後には症状が治まり、その後4～6時間は安心していられる。

「芍薬甘草湯エキス顆粒」の成分は、

日局カンゾウ：6.0g

日局シャクヤク：6.0g

添加物：日局ステアリン酸マグネシウム、乳糖



であり、混合生薬エキスが本品1包中2.5g含まれ、効能には「体力に関わらず使用でき、筋肉の急激なけいれんを伴う痛みのあるものの次の諸症：こむらがえり、筋肉のけいれん、

腹痛、腰痛」と書かれている。筋肉の鎮痙作用は、カンゾウに含まれるグリチルリチン酸が筋肉の収縮に必要なカリウムイオンを取り除くためだと言われているが、「こむら返り」や顔面神経痛などの筋肉の痙攣を抑える鎮痙作用の治療には「芍薬甘草湯エキス顆粒」が最も優れていると言われている。処方箋としては、1日毎食後1包ずつ服用するそうだが、「こむら返り」の場合は用事1~2包服用すれば事足りる。服用直後には血圧が一時高まるそうだから注意を要する。

「芍薬甘草湯エキス顆粒」は医師処方箋で治療薬の値段で貰える場合と、薬局で第2医薬品として一般販売されているが、私は高血圧で2か月に1回近所の診療所の医師の診断・投薬を受けているから、1年に1回くらいかかりつけ医に処方して貰っている。

03] 随筆「漢方薬の話」

世間の人々は「漢方薬は天然ものなので安心だ」とよく言うが、それは明らかな間違いだ。植物や動物体の全部または一部分、あるいは植物体や動物体から産出～排出されたものを乾燥・切断・粉碎・抽出・発酵等で加工したもの、および一部の鉱物体が「生薬」と呼ばれるものである。生薬は穏やかな生理作用を持つものが大半だが、中にはほとんど生理作用を持たないが故に安全なもの（例、サイの角、蟬の抜け殻）がある反面、致死性毒劇物（例、ジギタリス、トリカブト、ハシリドコロ、蝦蟇毒、辰砂、亜ヒ酸）も少なくないので、「漢方薬は安全」という世間一般に流布されている噂～思い込みは正しくない。

単味の生薬を数種混ぜて方剤（処方薬）とすると、単味の場合より生理作用（薬効）Aが強く、生理作用（薬効）Bが弱く発現するような現象が古代中国で発見され、その後種々の生薬の組合せとその応用の試行から多くの方剤（漢方薬）が生まれた。この間、生薬や方剤の患者への適用に当たっては数え切れないくらいの試行の繰り返しによる失敗と成功があったことだろう。

漢方医学とは狭義には漢方薬を用いる医学体系のことを言い、我国へ古くから伝来した中国医学（中医学という）が日本で発展したものをいう。中医学は古くは奈良・平安時代以降に中国へ派遣された留学生や僧、渡来人、あるいは朝鮮半島を経て日本に伝えられた。江戸時代には長崎貿易を通じて生薬と共に更に新しい知識や技術が伝わり、日本で更に吟味淘汰洗練されて漢方医学は発展したのである。中医学や漢方医学は大変複雑で難解であるので、細部を切り捨て要点のみ簡潔に絞って説明すると、漢方医学には中医学から伝わった独特の思想に基づく“証、と呼ばれる診断ポイント（陰陽、表裏、寒熱、虚実、気血水）がある。漢方医学では、これらの証の組合せに対応した治療法と漢方方剤（漢方薬）があり、患者の症状により方剤中の生薬量の匙加減や、新たな生薬の加味が行われる。証は今日の西洋医学で言えば、体温・血圧・心拍・呼吸検査・心電図・血液検査・CT/MRI/X線/エコーの映像・胃腸内視鏡カメラ検査・問診などのデータに相当するものであろう。西洋医学のデータは客観性の高い科学的なものであるのに対し、証の診断やそれに基づく漢方薬の処方漢方医により主観的かつ経験的な勘～家伝的な伝承に基づいて判断されるもので、総体的に科学性に乏しいと言われている。この点が科学と客観性に基盤を置く西洋医学との大きな違いである。

漢方医学は科学性に乏しいためか、我国では漢方医の公的免許制がなく、「漢方専門」とあってもレベルは様々で、未だマイナーな存在である。一方我国では、東洋医学の中で「鍼灸」、「按摩（マッサージ）」や「整骨（ほね接ぎ）」に対してはその効能や技術が認められ、大学学部～専門学校もあり、かつ公的免許としてそれぞれ「鍼灸師」、「柔道整復師」の国家資格がある。鍼灸師や柔道整体師による基本的な治療・施術の多くは健康保険対象に

なり、医療の中で庶民が手軽に広く利用しているが、いずれの資格も世間の一般的価値観では医師のそれよりかなり低いようだ。このような状況をみると、日本の東洋医学の中で漢方医学だけが疎外されて公的免許制度がないが、これは恐らく西洋医学中心の今の医療制度の中で政治的に強権をもつ日本医師会の排他性が根強く残っていることになせる技に違いない。そして、今の医師は、新技能・知識、新しい機器や治療法の習得に手が一杯で、漢方医療にまで手を回す余裕がないが、だからと言って漢方医の公的資格を作ってそれを手放す心の広さも勇気もないためではないかと想像している。

ところがその代わりとして、我国では150種近くの漢方薬の有効性・安全性・有効成分等が科学的に解明されている。漢方薬は従来、一般に適用直前に煎じたり、練ったり、丸薬にしたりなどの工程が必要であったが、これら150種の漢方薬は、エキス顆粒などの剤形にして飲み易く加工されて密封包装されており、健康保険適用薬となって臨床に用いられ、あるいはやや高価ではあるが一般薬として市販されている。そして、約9割の臨床医がそれらの有用性を認め、近代医療の中で西洋薬と同じような感覚で補完的に活用している。鼻唄目と言えば、伝統的東洋医療をうまく近代医療に採り入れ、欧米にはない日本独特の医療環境を構築していると言える。残後記99で述べたように筆者は大腸がん手術（大腸を20cm切除）直後から「大建中湯」という漢方薬を処方されて服用した。大建中湯を1週間毎食後に服用したが、最初の排便は多分腹部が痛いのだろうと覚悟していたが、術後5日目に柔らかな便が力まなくても排便できたのには大変驚き、その優れた整腸作用を自ら認識し、その素晴らしさと有用性を身をもって体験した。これら150種の漢方薬には一般に即効性のものは少なく、時間をかけて体質改善を図るものが多いが、勿論副作用はあるので、一般の人がドラッグ等で自らの意志で購入・服用する場合には要注意である。

近頃、漢方薬もどきの怪しげで眉唾もの高価なサプリや美容剤が巷に出回り、人々を惑わせている。対象になる病状・効能は、便秘、美白・脱シミ、肥満、糖尿病、コレステロール、腰・膝痛、強壮、美容、髪染め、抗酸化、睡眠が多い。有名芸能人などを使ったこれらの商品のCMはTV、雑誌、新聞などに溢れていて、ついつい引っ掛かって購入してしまう人が多い。効き目の有無に注意を払うのは当然だが、有害な副作用・毒性にも大いに注意が必要だ。これらは薬のように厳格な規制がある訳ではなく、食品や化粧品扱いなので、余程の問題が発生しない限り行政は動かない。その上、価格も低い製造原価に関わりなく様子見価格となっていて、大抵数千円の誘引価格帯に設定されているし、CMの中には購入を煽る仕掛けがこれでもか、これでもかと用意されているので、この面での注意も必要だ。使用開始後、または使用中断後暫くしてから（例えば、数週間～1か月後）の目的症状・目的効果・副作用・毒性の有無を自分の目と感覚で確かめることが自らの防衛（身体的に、財布的に）にとって大切であろう。

枯草庵残光記 272 「ロードバイクのチェーン取り換え」

1. はじめに

私の現在の愛用ロードバイク（車道走行用スポーツ自転車；図1）は、台湾の企業が自転車先進国である日本で生産している“GIANT CONNECT”という商品名であり、6年ほど前にネット通販で10数万円出して買ったもので、スポーツ自転車としては中級品である。GIANT CONNECTには更に幾つかのサブタイプがあり、所有品の型番は「S」で、スペック（仕様）は脚注5に示す。ギヤは10×2の20段、車体重量は8.9Kgとまずまずの軽量で（脚注3参照）、今のところ順調・軽快に走れている。

私は服や靴・時計・帽子・鞆・眼鏡などの身につける装飾品でも殆どブランド名に拘らない性質なので、自転車の方でも格好のよい高価なイタリア製やヨーロッパ製の高級自転車には全く興味がなく（脚注4）、これまで所有したスポーツ自転車も日本のブリジストン製クロスバイク中級品（新品；6年ほど愛用して近隣の友人に譲渡）とミヤタ製部分的カーボンのロードバイク中級中古品（6年ほど愛用して廃棄）であった。そんなことから、自転車、アクセサリや服装を美しく保ちながらカッコよく乗るようなことは余り考えておらず、まともに安全に走ればよいという主義なので、外観はアチコチ汚れだらけ、傷だらけである。



図1. 我が愛用のロードバイク

さて、先日自宅近くの歩道上を注意しながら比較的ゆっくり自転車で走っていたら、春休み中の中学生くらいの女の子が乗った自転車が側道の坂道から勢いよく私の前に飛び出してきたが、私の方で咄嗟に衝突を避け、何とか事故らずに済んだ。所がその拍子に、回避した勢いで私のバイクのチェーンが外れてペダルロッドに固く巻いて絡み付き、外せなくなった。何故そんな風にチェーンがペダルロッドに巻き付いたのかは全く理解できない状態である。手押しで自宅に持ち帰り、20分ほど苦戦したがビクともしなかった。そのため止む無く鉄のこぎりで切断して、チェーンをやっとこさで取り外した。

ところで、上記の事件が、もし衝突して双方が負傷する事故であったとしたら、恐らくロードバイクに乗った方の、後期高齢者ではあるが大人の自分の方が加害者＝悪者にされてしまう、場合によっては新聞種になっただろう、と考えると、自転車保険には加入しているものの、少々ゾッと話す話ではある。

スポーツ自転車の一寸込み入った修理は、これまで自宅から3Kmほど離れた所にあるスポーツ自転車専門店「フカダ自転車店」に持ち込んでやって貰うのだが、恐らく1万円くらいは取られるだろうと思うし、あちこちオーバーホールを勧められて3万円くらい取られることも大いにあり得る。これまで稼ぎ働きしていた頃は

余り考えなかったが、働くことをやめて年金暮らしになって3万円はちょっと痛い。そこで、チェーン交換の経験はないが、この際勉強にもなることでもあるので自力でやることにした。考えてみると、この歳になって他の人が余りやらない新しいことに挑戦できる機会が訪れたのは、幸いであり、愉快であり、有難いことだとプラス思考に切り替えることにした次第である。

2. チェーン及び修理工具の購入とチェーンの取り付け

1) チェーンを選択

WEB(文献1)で調べてみるとチェーンには変速機のない自転車用のものと、変速機がついている自転車用のものがある。ロードバイクは当然のこととして後者である。後者用チェーンには変速機の段数(6段、10段、12段、20段、24段、30段など)によって構造(チェーンの厚み・長さ)が少し異なる。即ち、段数の多いほどチェーンの厚みが薄いのである。

自転車チェーンは図2に示すように、インナーリンクとアウターリンクが交互に繋がっており、このユニットは図2の右側2列に示す部品から構成される。インナーリンクは8の字形リンク2個とシャッフルのようなコマ2枚(図2中央列)、アウターリンクは8の字形リンク2枚とリンク同士を繋ぐ2本のピン(アンブルピンとも言う;図2右列)から成る。変速機用のチェーンはこの二種のリンク(L)が55~59個交互に繋がって販売されている。これを110L~118Lのように表現する。私のバイクのチェーンでは、リンク数が106個(106L)であった。



図2. チェーンの一部と部品

自転車のチェーンはリング状(輪状)で販売されているのではなく、一本の鎖状で売られている。そのため、自転車のギアに巻き付けた後、次の①又は②の方法でチェーンの両端を繋ぐ必要がある。

- ① 一方の端がインナーリンク、他端がアウターリンクの場合: 両端のリンクの穴に所定の長さのアンブルピン(通常、購入チェーンに2本付属している; このピンは他のピンと色が異なっていることに注意 → 説明は後述)をチェーンカッター(図3)という工具で通し、固定する。
- ② 両端ともインナーリンクの場合: ミッシングリンク又はクイックリンクと呼ばれる特別なアウターリンク(図4; 通常、購入したチェーンには一対が付属している; このピンは他のピンと色・構造が異なっていることに注意 → 説明は後述)を両端に取り付け、固定する。

私は、②の方が簡単に取り付け・取り外しが出来、再利用もできるので、①よりも便利だと思う。

それで、アマゾンで調べたところ台湾製20段用の116L、ミッシングリンク(2個付き)



図3. ミッシングリンクの対
(右下の2つを剥き合わせ左上のように結合)

で繋ぐものが1599円で販売されていたので注文した。

2) ミッシングリンクを使うチェーンの取り付け

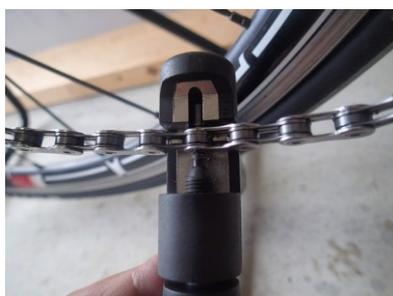
① チェーンを所定の長さに調整する

切れた古いチェーン(106L)と新しい116Lのチェーン(両端がインナーリンク)を並行に真っ直ぐ並べリンク数を比較・確認する。ミッシングリンクの場合は、2L(一対)が後で入るので新しいチェーンをチェーンカッターで切って104Lにする必要がある。

切ったチェーンの長さが104Lになる位置を図4(中央の写真)のようにチェーンカッターの溝に入れて挟んでセットし、ハンドルを回してピンを押し出す。取り外したピンは捨てても構わない。切れ端の6Lは後日に備えて残しておくとうい。



図4. チェーンカッター



チェーンの切断



取り外したピン

② チェーン取り付け

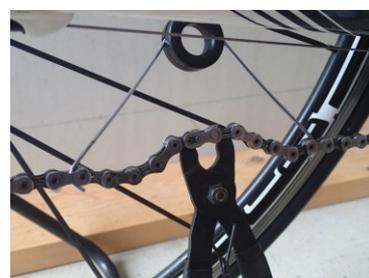
104Lのチェーンを自転車の前後の小ギアに巻き付ける(図5A)。



図5. A:ギアへの巻き付け



B:ミッシングリンクを付ける



C:リンク用プライヤーで固定

次いでチェーンの両端近くにチェーンフック(図5B, Cに写っている“やじろべえ”のような形の器具;今回買ったリンク用プライヤーに小型のものが付属していて助かった)のフックを掛けて引き寄せ、両端のリンク穴にミッシングリンクを取付ける(図5B)。通常、ミッシングリンクは他のリンクと直ぐ区別できるように色が変わっているが、外見の形も異なっているので見分けやすい。→ チェーンを外す時はここを取り外すのが普通である。この理由は、此処が他のリンクのピンよりも抜けやすくなっているという事だ

ろうと想像している。なお、チェーンフックなしでやると、両端を引き寄せて作業するのが大変難しいことが分かった。

そして、最後はミッシングリンクの外の溝にリンク用プライヤーを差し込んで押し広げ、固定する。

③ 油を差す

新しいチェーンに油を差し、動きを滑らかにする。とくにミッシングリンク部分の動きが悪くないか確認する。

④ 古いチェーンは捨てる

古いチェーンは摩耗や伸びもあるだろうから捨てることにした。今回の事件の場合、経年の摩耗や伸びでチェーンが外れ易くなっていたのだろう。

3. 備忘録

1) 費用

今回の件では同級生のM氏から「チェーンなら自転車屋で2千円も出せば直してくれるのに。手も汚れるし。」と忠告されたが、ロード自転車専門店では最低でも6～7千円は取られると思われるので、小さいことながら自分の幅を広げるために、この際実習付きの勉強をすることにした次第である。アマゾンで下記3点（いずれも台湾製）を合計3498円で購入した。

ZHIQIU チェーンカッター 自転車用 修復工具【1 - 11 速対応】	999円
FSC 変速自転車用チェーン 10 速 20 速 30 速用 116L 型番：F10	1599円
BIKE HAND ミッシングリンク用マスターリンクツールYC-335C0	900円

この値段で勉強・実務実習まで付いているとすれば、満足と言うべきであろう。

2) アンブルピンによるチェーン両端の結合

2. 2) ではミッシングリンクによるチェーン両端の結合を述べたが、オーソドックスな方法としてアンブルピンを用いる方法があるので、以下に記す。

- ① 長さを調整（今回の私の場合なら、106L）した新しいチェーンの両端の一方をインナーリンク、他端をアウターリンクとする。ミッシングリンクの場合と違ってこの場合は結合によりリンク数は増えないことに注意する。
- ② チェーンフックを使ってテンションが掛からないように両端を引き寄せ、穴に新しいピン（大抵、新しいチェーンに添付している）を差し込む。次いで、チェーンカッターにセットする（図6A）。
- ③ チェーンカッターのハンドルを回し、ピンを所定位置まで押し込む（図6B）。
- ④ 差し込んだピンの余分にはみ出している部分をチェーンカッターのサイドの穴に入れ、捻って折る（図6C）。
- ⑤ 新しいチェーンに油を差し、動きを滑らかにする。



図6. ピンを差し込む



ピンを押し込む



余分な部分をカット

4. 終わりに

私はこれまでチェーンの交換は、リング状（輪状）の形で交換するものとばかり思い込んでいたが、今回初めて一本のライン状になったものを取付け、両端を結合させることを始めて学習した。考えれば、その方が手間は掛からずに短時間で交換できるのである。

上に記した作業の中で、無知とは言え小さなミスを二つ侵した。それは、古いチェーンを外す時、このチェーンのミッシングリンク（色と形が他のリンクと違う）の位置ではなく、他のリンクの所を鉄ノコギリで切ってしまったのだ（ミスその1）。ミッシングリンクが手の届かない所にあったのなら話は別なのだが、常識を知らないと言うのは情けない。ま、捨ててしまうチェーンだから何処で切っても良いというものだが、せめて一對300円ほどするミッシングリンクを外して後々のために保存しておけば良かった（ミスその2）、と少々後悔している。

今回、図らずも自転車のチェーンを取り換えなければならない事件が発生した。これを災難と考えず、プラス思考した。即ち、これまで経験しなかったチェーン交換の知識・技術を習得する機会が得られ、誠に幸いであるとともに、この歳にして学べる意欲があることは大いに感謝すべきことである。また今後、中～長距離サイクリングに出掛ける時には、チェーン修理の工具も持参できることとなり、対応の幅が広がったことは、誠に有難く感謝の至りである。

文献&脚注

- 1) チェーンの構造・選択と取り換え：
<https://cyclehack.jp/60/>
<https://jitenasha-hoken.jp/blog/2015/07/chain-change/>
https://www.riteway-jp.com/maintenance/mainte_35chain.html
- 2) 本文に使用した図2～5の写真は、1)に記した文献から引用した。ここに謝意を表す。
- 3) 参考：所謂ママチャリの車体重量は20Kg前後である。
- 4) 日本製のブリジストン、シマノの高級自転車も世界のブランド品として著名であるが、カッコの良さとしてはヨーロッパ品には少し負けるようだ。但し、シマノやパナソニックの自転車用部品は精巧・耐久性で高級ブランドである。
- 5) 我が自転車GIANT CONNECTの詳しいスペック
品名：GIANT CONNECT S

SIZE: 430 (XS), 465 (S), 500 (M), 535 (ML) mm

WEIGHT: 8.9kg (465mm)

¥136,500 (本体価格¥130,000)

フレーム ALUXXSL-Grade Aluminum OLD130mm

フロントフォーク Advanced-Grade Composite、Aluminum OverDrive コラム

BBセット SHIMANO SM-BB71-41BPressFit (BB86)

ギアクランク SHIMANO R56534/50T165mm (XS)、170mm (S)、172.5mm (M、ML)

チェーン SHIMANO TIAGRA

F.ディレーラー SHIMANO 105 直付用

じゆこ

R.ディレーラー SHIMANO 105

シフター SHIMANO 10510S

ブレーキセット TEKTRO R540 Cartridge Pads

ブレーキレバー SHIMANO 105

ギア SHIMANO 105 10S 11-25T

ヘッドセット FSA シールドカートリッジ 1-1/8"-1-1/4"

ハンドルバー GIANT CONNECT 31.8400mm (XS、S)、420mm (M、ML)

ハンドルステム GIANT CONNECT 31.880mm (XS)、90mm (S)、100mm (M、ML)

サドル GIANT PERFORMANCE LITE

シートピラー GIANT CONNECT Composite 30.9x350mm

シートクランプ Aluminum SEATPIN ダブルボルト

ペダル GIANT GR-01

Fハブ FORMULA 24H

Rハブ FORMULA 28H

リム GIANT P-R224H、28H

スポーク DT COMPETITION 14-15G

タイヤ GIANT P-R3 700x23C

チューブバルブ 仏式バルブ

付属品 ベル

[06] 随筆「自転車で琵琶湖一周」

200×年（平成1×年）9月24日65歳誕生日に36年間勤めた◎×職場を無事定年退職した。

36年の間に起こった様々なことを振り返ってみると決して平穩無事ではなかったと思うが、定年退職の時点では無事だったという意味である。

職員の皆さんから退職記念品としてロード用自転車を頂いたのは、通勤途上で20年間続けた自転車乗りを退職後も運動として続け、少なくとも80歳位までは足腰健康でいたいという私の希望からである。

退職後の半年はのんびり過ごしたかったのでどこにも勤める積りはなかった。

最初の1カ月は年金関係、失業一時金申請の手続き等々何かとやることはあったが、天気の良い日はロードバイクでの走行を優先し、琵琶湖岸や信楽・東近江・瀬田川畔などへせっせと出掛けた。

ロードバイクには速度・距離計が付けてあり、1日30~50Km走ることも苦にならず秋の景色を楽しんだ。



そして10月末になると琵琶湖一周（約220Km）したいという願望が沸々と湧いてきた。

インターネットで調べると自転車での琵琶湖一周にも色々ある中で、「南は東海道の瀬田の唐橋を渡り、北は旧北国街道8号線の賤ヶ岳トンネルと国道303号の山道を通る」ルートが正統なものであるそう。

新しい琵琶湖大橋や近江大橋を渡ったり、湖北で海津大崎辺りの湖岸を走る脇道ルートは正式な琵琶湖一周ではないということらしい。

退職後1カ月のトレーニングで体力と脚力は十分ついたと思われたので、11月上旬の2日間連続上気予報されるウィークデーに時計回りで琵琶湖一周を決行することにした。

1日で一周することを原則としたが、万一体力が保たない場合や自転車の故障で大きく時間をロスした場合の宿泊を想定しての2日である。

因みに、真夏は暑過ぎるし、12月~2月の湖北は風が強く寒くて、雪も降って琵琶湖一周は一般に難しいと言われている。

時計回りとした理由は、○▽市から出て○▽市に戻る場合、琵琶湖地形の傾斜から見て僅かな登り下りの差ではあるが、ラストステージを下り（南行）にする方がよいと考えたからである。

パンク修理道具一式・小型空気ポンプ・雨具・緊急食糧・薬などを入れた小型リュックを準備した。

11月10日頃のまだ薄暗い朝5時過ぎ、おにぎり2つを家内に作って貰って「ダウンしたら電話するし、迎えに来てや!」と告げ、自宅を勇躍出発。

○▽市の自宅から琵琶湖一周の始点となる湖周道路まで西行約7キロを20分ほどで走った。

そこから直ちに湖岸沿いを南行して6時頃に三上山方向のご来光を拝みつつ無事一周を祈って瀬田の唐橋を渡った。

国道161号線を30Km/h前後の速度で快調に北行し、家から約45Km走った7時頃和邇の路傍を少し入った田舎道で小休止。

チョコレートと干し葡萄を食べたが、気分は爽快。次の休憩予定を約15キロ先の白髭神社に設定して出発したが、和邇から蓬萊・近江舞子・高島辺りまでは緩やかな上り坂で平均速度は20Km/h付近にダウン、8時頃白髭神社に到着し小休止しておにぎりを食べた。

この先のマキノ辺りから難関の湖北山間部に入っていくと体力がかなり消耗すると思われたが、取り敢えず35Kmほど先のマキノ追坂峠の道の駅を次の休憩予定地点に想定して8時半頃出発した。

新旭を過ぎた辺りの161号線湖北バイパスからは緩やかな登り坂が続き少々汗をかきながらペダルを漕いだが、天気が好く向かい風が殆どないので助かった。

マキノを過ぎてマキノ追坂峠の道の駅に至る1.5Kmの道を仰ぎ見るとかなりきつい上り坂で、ちょっと恐れをなしてその手前で急遽予定を変更して下り方向へ進み、眺めのよい湖岸を走ることにした。海津大崎の二本松海水浴場で停車、小休止し穏やかな湖北湖岸の景色を堪能した。11時頃、10Km先の国道8号線との分岐点に向けて出発。

永原駅を越えて国道303号線に入り東行、少し坂を登って1Km長のトンネルを抜けた所は長い下り坂で、そこを快調に下って国道8号線との分岐点に12時頃到着、小休止した。

湖北の難所を越え、湖東に出たのである。そこから木之本への道も緩い下り坂で、木之本から西行し湖岸の湖北「水鳥ステーション」(道の駅;計125km地点)へ着いた時は13時少し前だった。

そこで天麩羅そば定食を食べて一息ついていたら、店のおばちゃんが名物団子を1つサービスしてくれた。

13時半頃 10Km先の長浜豊公園に向けて出発、大分疲れたので豊公園で小昼寝をした。3時少し前に出発、くねくね曲がりのため距離が意外と長い湖周道路をひたすら走っては小休止、腹が空いてはちょっと食べ、また走ることを繰り返し、○▽市湖岸の周回開始地点に辿り着いたのは比叡山に夕日が吞まれて薄暗くなった18時半であった。

19時頃へとへとになって家に帰着した時は、もう真っ暗だった。計235Kmを休憩時間込みで14時間で走破、足は棒の様になり疲れ果てていたが、達成感からか気分は爽快であった。

家内からは「ご苦労さんなこっちゃん。疲れたやろ、アホやなー！」の呆れ声、私からは「また行くで一、次は10時間切ったるー！」の声。身体・自転車の故障もなく無事1日で完走できたことに満足し、その晩はぐっすりと眠った。

その後も3回琵琶湖一周を試みた。

湖岸道路ではなく旧中山道(国道8号線)を北行する反時計周り正統経路で1回、時計周り湖北湖岸経路で1回、向い風となる比良八講の強い北風が吹く日に已むなく木之本目前でダウンして湖東を引き返した「未完成」が1回。

健康でおれることにあちらこちらに向かって感謝感謝である。

[07] 随筆「初めての救急車」を書きました。

祖父の代から我が家は救急車には余り縁が無い。祖父母も父母も救急車に乗って病院に担ぎ込まれることもなく他界したし、近親者で事故や事件に巻き込まれて 119 番のお世話になった者もない。

とは言え、日本中の大抵のところで掛けると直ぐ対応してくれる 119 番・110 番の緊急電話システムがあることは安心であり、大変有り難い。

昨秋生まれて初めて 119 番通報する機会があった。家内と高野山詣りすべく河内の羽曳野 IC で高速道路を下おりて国道 170 号を走っていた時、道路の真ん中にバイクが倒れていた。

丁度朝の通勤時間帯で車が多く、車は次々とその横をすり抜けていたので、私も横見しながら通過しようとしたら、バイクの陰に人が倒れているではないか。

急ぐ旅でもなし、夫婦とも物見高くお節的な性格でもあるのでバイク前方に緊急停車しよく見ると、男性が気を失って倒れていた。

余り大怪我をしている風でもなかったが、兎にも角にも人身事故なので 119 番したら、直ぐに確りした応答が返ってきて感心した。

私達の現在地の説明がシドロモドロだったので、見かねた地元の人が代わって伝達してくれた。

その約 10 分後には早や救急車・工作車・パトカーが相次いで到着、5 分後に被害者を搬送して行った。

来るのは救急車だけかと思ったら最近は交通事故でも規模が大きいことが多いので、種々の救助工具を積んだ工作車と交通整理・現場検証のパトカーがセットで出動する体制らしい。

次に警官が私達や目撃者へ聴取を行った。

目撃者談によると私達が現場を通る 5 分くらい前に車線変更した中型白色トラックにバイクが接触し転倒、トラックはそのまま走り去ったらしい。

10 分くらいの聴取で解放されたが、通勤時間帯とはいえ沢山の人が通った筈なのに、くだんの目撃者(歩行者)も含めてどうも事件との関わり合いを避け 119 番通報を積極的にしないようで、嘆かわしい限りである。

話は変わり、私は 50 歳代前半、職場で頭がズキズキ痛むので近くの医院に行ったら、風邪ではなくて血圧が 200 以上もあり高血圧と診断された。色々脅おどかされてノルバスク(Ca 拮抗薬;アムロジピン)を処方され、それ以来 20 年間あれこれと降圧薬を服のみ続けてきた。今では朝夕計 5 種類の循環器系薬を服用して生きながらえている。

私の高血圧は本態性要因 30%、心理的要因 70%だと自分では思っている。

その証拠に定年退職後家にいると薬はなくとも血圧はほぼ正常なのだが、ややこしい用

事や仕事が入るとすぐに 140~160mm/Hg になる。

しかし、高血圧は労災の対象にはならないらしい。それはともかくとして、健康診断や半日ドックではいつも高血圧の烙印を押されるし、MRI 検査や眼底検査では動脈硬化や心臓冠動脈狭瘻が大分進行しているようだ。

201×年 12 月 20 日はちょっと寒い日だったが、義兄の徳▽さん、近所の佐○さん、石◇さんと甲賀市水口のベアーズ・ポー CC でゴルフをした。

ハーフを終えレストランで昼食中、石◇さんと熱燗を飲んだ。話が弾んで盃に 4~5 杯飲んだ頃、急に思考が停止し、体が右へ傾き、ろれつが回らなくなった。

必死に異常を矯正しようとするがどうにもならない。

石◇さんが真っ先に異変を感知し「▽○さん、どうした!何かおかしいで!」と言うのがはっきり聞こえていた。

店の人に異変を告げ、「救急車を呼んで!」と言う声も聞こえていた。

救急車は 7~8 分後に到着、その時点では異常は消えていたし、救急隊員の質問にも明確に答えた。

「どこの病院へ連れて行ってくれるんですか?」と質問、「甲賀病院です。」という返事だったので、ダメ元で「滋賀医大にいつもお世話になっている。」と言ったら、「受け入れてくれるかどうか聞いてみます。」ということだった。

滋賀医大 OK ですので医大に搬送します。」と告げられ、少々ホッとした。しかし一方で、症状が進んでこのまま二度と元気な生活に戻れないかも知れないという不安も頭を過ぎった。

25 分くらい半裸で血圧計や心電計パッドを何枚も貼られ、うすら寒い救急車のベッドに横たわって揺られた。滋賀医大に着いた頃は車酔いで吐きそうだった。

多勢の医師、看護師や医療スタッフに取り巻かれ、慌ただしい問診・外見チェック・触診・簡単な神経機能検査・持ち物検査(診察券・健康保険証・携行薬など)・診療歴チェック・血液検査が行われ、その場で下った診断は「脱水症状に伴う一過性脳虚血症」だった。

そう言えば厚着をして汗をかいたのに朝のハーフラウンドで一滴も水を飲まなかったな一!即、神経内科入院、診断に沿った治療が直ちに開始され、最初は水分点滴補給による脱水症状改善である。

その日の内に、CT・MRI を撮られ、「一過性脳虚血症」と正式に告げられた。

その直後から脳虚血の原因となっている血栓除去のためのヘパリンとラジカット点滴が 12 日間続けられて脳血管の詰まりはほぼ消え、12 月 31 日退院できた。

所で、数年前から滋賀医大公衆衛生学研究室の頭部などの動脈硬化症研究に協力して 1 年 1 回無料で MRI 検査や CT 検査、血液検査、日中の血圧変動検査などをしてもらっている。

「医療の進歩のために進んで研究協力」という大義名分ではあるが、のみならず 1 回行くと 5,000~10,000 円の研究協力謝礼が貰えるので、喜んでいそいそと出掛けている。

今年の検査は 2 月頃にあったが、MRI で脳内に微小出血痕のあることが発見された。精密検査を受診、無茶なことをしなければとくに治療の必要はなく、1 年後に再度 MRI 検査を受ければよいということなので、診断が下るまでのほんの数日間の謹慎・執行猶予期間の後は、喉元過ぎれば何とやら、暑い盛りのソフトボール、草刈ボランティア、近所の友人たちとのビール&放談会に欠かさず参加の状態に復帰し、喜んでいる。

これが私の初めての救急車搬送体験記と後日談であり、関係者に最敬礼である。

第 2 回目の救急車体験はいつ来るだろうか？

[08] 随筆「ジェーン台風」を書きました

昭和25年8月30日硫黄島付近で発生したジェーン台風が9月3日四国、近畿を襲った。

昭和25年という日本は未だGHQ占領下であり、朝鮮半島では6月25日北朝鮮軍が突如として38度線を越えて大挙南下し、朝鮮戦争が勃発した年であった。当時日本の気象業務は米軍と共同で行われていたため、現在の「台風7号」のような味気のない番号呼称ではなく、この台風もアメリカ式に発見者に縁のある女性の名を冠して「Jane台風」と呼ばれていた。

台風のような怖いものに女性名を付けるのは欧米風の洒落しゃれなのか、文化の違いを考えると面白い。ちなみに、「美代子台風」のような和風名の台風がなかったのはGHQに遠慮していたからかも知れないが、ちょっと残念である。

当時私は小学2年生で9月3日は確か未だ夏休み中だった。

その頃住んでいた家は、大阪市大正区小林町〇▽口番地という大正時代に海を広範囲に埋め立てて出来た行政区の中ほどにあって、大阪港の沿岸から4kmくらい離れていたが、海抜はゼロメートルに近かった。

そのような所だから水路が発達し、材木屋の木場や材木置き場、製材所、造船所、鉄工所などの大小の工場が沢山あったのに加えて、そこに働く人の民家も多かった。祖父は今の広島県呉市から昭和のはじめ頃に此処に来て、材木屋や工場相手のかなり大きな料亭を開業して成功し、戦後の復興景気にも乗って繁盛していた。

父親は元国鉄マンだったが戦前祖父の家に婿養子にきて和洋食両刀の料理人になって手伝っていた。

記録では風速50m/秒だったジェーン台風が来た日は未明から次第に雨風が強くなり、朝6時頃には物凄い風が吹いて家はギシギシ揺れ、子供心にも何か異常を感じて少々怖かった。朝8時頃町内の人が大声で「水が来たで！逃げなはれや！」と言う叫び声が聞こえた。

父親が外の様子を見に行き、直ぐに戻ってきて自宅前にあった大正消防署へ急いで逃げようと言った。

隣の祖父母にも声掛けしたが、年寄りで歩き辛いし、丈夫な家に住んでもいたので、2階に避難するとのことだった。

我家は別棟一階建てに住んでいて、両親は貴重品などを袋に詰め、子供はランドセルなどに教科書などを詰め込み慌あわてて家を出たが、海の方から高潮が押し寄せてきて、道路に水やら材木やらゴモクが沢山流れてくるのが見え、すでに膝辺りまで水かさがあった。

200mほど先の三階建の消防署に着いたら既に沢山の人が避難して来ていて、2階辺りの階段に何とか居場所を見つけることができた。大人たちの話では、逃げ遅れた大勢の人が、木場から流れ出した材木にぶつかったり、下敷きになってあちらこちらで死んでいるという。

避難して 30 分ほどたった頃、雨風が急に止み、薄日が射して静寂が訪れた。

10 歳上の姉の話だと「今台風の目が通過してるんちゃうか」ということだった。

何のことかその時は理解できなかったが、不思議な体験をした。

それから 10 分くらい経つと再び風雨の音が激しくなったが、多分私は親にもたれかかって寝てしまったように思う。

午後になると雨風はほぼ収まり、2m 以上あった水も干潮に乗って引き始め、消防署から追いつかれて家に帰ったが、周りや中は 40~50cm の深さの泥と水で、家材、ごみ、小動物の死体などが散乱していた。

ただ、祖父母の棟だけにあった 2 階の部屋は無事であり、私達も祖父母の棟の 2 階で寝泊まりすることになり、蠟燭や灯油ランプを灯してあり合わせのもので夕食を摂った。

地域ではちょっと名の通った料亭（「ひさご」）& レストラン（「常盤ときわ」）だったので、食料の備蓄はかなりあったが、ガスなしで何を使って煮炊きしたかまでは記憶にない。

ただ、庭に 2ヶ所井戸があったので水・食料は近所の人にも分けた。

翌朝は台風一過の快晴で、私の親や使用人達の手で泥水の掻き出しや片付けが始まった。

祖父は一応町内の顔役だったので町内見回りの指示や取引先からの食料調達、出入りの専属大工に修理などを指令していた。

この時初めて市から配給された乾パンを口にしました。

私達子供はこんな異常事態にも拘わらず何となく浮き浮き気分、近所の悪ガキ連中と泥水の中を探検して回った。

すると沢山の海の魚が水溜りの中で跳ねているのを発見し、鱸(すずき)、鰯(あじ)、せいご、ちぬ、鰻などをバケツに何杯も拾って家に持ち帰ることが楽しい仕事になった。

魚を探しに行ったら、もの陰に死体があったという話も聞いたが、幸い私はそれには出会わなかった。

3 日ほど経ってから水道水が出るようになり、掃除と炊き出しが進んだ。

しかし、建具や畳とか寝具、家具の取り換えが済み、元に近い暮らしと営業を取り戻す迄には約 1 ヶ月は掛かったと思う。

2 学期の始業式が 1 週間くらい延期になったことを小学校の先生が手分けして一軒一軒回って伝えてくれた時には、不謹慎にも「ウォー」と歓声を上げた。

今から思うと先生の訪問の主目的は生徒や親の安否確認であったようだ。

私が何かにつけ厳しかった祖父母と毎日一緒に布団を並べて寝て何週間かを過ごしたのは、生涯でこの時が初めて最後であったが、風水害という大惨事にも拘わらず何か懐かしい思い出である。

ジェーン台風の被害は、全国で死者 398 名、行方不明者 141 名、負傷者 26,062 名、住家全壊 19,131 棟、住家半壊 101,792 棟、床上浸水 93,116 棟、床下浸水 308,960 棟であったという (Wikipedia から引用)。

現在の大正区では、丈夫な防潮堤構築や地盤の嵩かさ上げなどの災害対策がなされてい

るので、浸水の心配はほとんどなくなったであろう。

今住んでいる滋賀県は自然災害少数県で大変結構なところだが、生まれ育った大阪に比べて何かにつけてのんびりした人の気質・土地柄であるのは、気候が比較的穏やかで、古来から自然災害のレベルが低いためであろうか。

善哉憂慮同居而表裏一体也。

[09] 随筆「南海ホークス」を書きました

生まれて初めて球場と呼ばれるところで職業（プロ）野球を観戦したのは昭和 25 年小学校◎年生の頃であった。阪神の試合を観に父親が甲子園へ連れて行ってくれたのだ。相手チームがどこかは憶えていないが、客席は内外野満員だった。昭和 25 年といえば終戦後 5 年しか経っておらず、一般的な娯楽といえばラジオと無声映画くらいしかない時代、早やプロ野球に多くのファンが熱を上げていたのだ。チケット売りの小屋で入場券を買い、内野席への階段を急いで上がるとパッと目に飛び込む広々とした緑の芝生と青い空にはいつも感動のようなものがこみ上げる。その後あとで観客のざわめき、ネット、グラウンドの選手の動き、カーン・カーン・パシッという練習の音が目と耳に入り何か異次元の世界に来たように感じたものだ。その当時の阪神は藤村富美男、吉田義男、土井垣武くらいしか記憶にないが、近所の駄菓子屋でオマケとか、くじ引きの賞品に野球選手のブロマイドを呉れたので沢山集めていた。その次に父親が連れて行ってくれたのは南海ホークスのファームである中百舌鳥なかもず球場で行われていた多分関西六大学野球だったと思う。今でも鮮やかに印象に残っている光景は、右打ちのバッターが外角球を力強く捉えて右翼線にライナーを打ち、その白球が右へ弓なりにカーブを描いて飛行、ラインぎりぎりのフェアグラウンドでバウンドして長打になったことであった。右バッターの球に逆らわないライト打ちが子供の目にも芸術的に鮮あざやかに見え感動したのである。余談ではあるが、それ以来右方向への強打や流し打ちに惚れこんでいるが、高校・大学でやった野球の我が打席は左方向 5 割、中方向 3 割、右方向 1 割、四死球+犠打 1 割といった比率である。右翼打ちは不本意ながら少なかったが、打った時は爽快感が心を満たしたものである。なお生涯で三振+捕邪飛は 10 回程度であるが、これは自慢できることでは多分ないだろう。現在活動中のシニアソフトボールでの右翼打ちではライトの守備が浅いのでライトゴロで 1 塁アウトになる確率が大きいので、左中間方向へ打つことが殆ほとんどである。話は又々逸それるが、今のプロ野球で右翼～右中間打ちのうまい選手ベストスリーは 1 位阪神マートン、2 位巨人長野、3 位ソフトバンク内川であろう。

私の 10 歳年上の姉も大の野球好きで、住まいのあった大阪市大正区▽◇町が和歌山などの南紀出身者＝南海ファンが圧倒的に多い材木問屋や製材所の集積する街であったために、我が家も自然と南海ホークスの熱狂的なファンとなっていた。「南海」と言う語は、関西では南海電車の行先である紀州や熊野と同義語と考えてよいのである。小学校◎年生の頃（昭和 25 年）には「大阪スタジアム」（通称、なんば球場；南海ホークス本拠）が完成し、また同じ年に始まった朝鮮戦争特需で景気が良くなり、映画・野球・芝居・ラジオドラマ・歌謡曲・漫才などの娯楽が一気に花開いたのである。私が小学校○～◇年生（昭和 27～30 年）の頃、なんば球場の南海ホークスのゲームに年 20 回以上姉に連れられて市電で通った。たしか小学生は無料に近い入場料だったと思う。当時は山本監督のホークスと水原監督の巨人

の全盛時代で、球場はいつも満員御礼だったし、南海は毎年優勝～2位の成績で大阪の街は湧きに湧いた。その頃の阪神は今と違い神戸＝兵庫県のチームという印象が強かったと思う。その時の南海には、山本（監督兼選手）、飯田、木塚、蔭山が、暫くあとでは宅和、皆川、杉浦、野村、スタンカなどがいた。暫くすると日本初のナイター設備が完成、試合は目を瞠みはり声を上げて応援し、終ると眠たい目を擦こすりながら市電で帰宅したものだ。今から思うと、当時の姉は20歳過ぎで派手好みだったので、私の役割は親の希望もあり多分虫除けに付けられていたのだと思う。

姉の南海好きは更に高こうじ、私が知らない間に「南海ホークス子供の会」というファンクラブに入れられた。母と姉共作の鷹ホークスマーク入りユニフォームを着せられて月1回くらいの頻度でファームの中百舌鳥球場へ姉に連れてゆかれて遊び、練習し、選手に教えてもらうのである。近所の悪ガキと空き地でやる軟式庭球ボールを使った三角ベースしか知らなかったの、中百舌鳥球場は天国のような所だった。しかし後々考えるに、これも姉がお目当ての野球選手と親しく話はなししたいがために私を利用したようであった。小学校5年生くらいの時にホークス子供の会会長となり、大阪球場の試合前セレモニーで満員の客が見守る中、山本監督（後の鶴岡監督）にファン代表として花束贈呈をした。あとでご褒美として社長が南海轟頂ひいきのシスコ製菓のビスケットを山ほど貰ったのは大変嬉しい思い出である。その後中学生、高校生になってもホークスファンは続いたが、大学生の頃に鶴岡監督が健康上の理由で引退し、飯田が、そして市岡高校先輩の蔭山などが監督となり、続いて野村がホークスの監督になった。鶴岡監督のいないホークスはBクラスに低迷、南海電鉄も自家用車ブームで余裕がなくなり、遂に1988年（昭和63年）ホークスはダイエーに身売りされて本拠地を福岡に移した。ここで姉や私のホークスファンの熱は冷め切ってしまった。ちなみに、現在81歳になる姉は孫にメガホンなど七つ道具や荷物を持たせて度々甲子園へ出掛ける熱烈な阪神ファンである。

プロ野球というのは、その時代の好景気企業がオーナーになるようで、プロ野球のチームを持つとマスコミが社名を勝手に宣伝して呉れ、信用もつくからであろう。例えば、鉄道・映画・新聞・自動車・食品関係・不動産・スーパー・クレジットカード・ネット関連・携帯電話などの会社で、時代の流れと栄枯盛衰がこの方角からも見えて面白い。

[10] 随筆「アルバイト」

(昭和39年夏の思い出話)

大学の友人達と8月中旬に北海道旅行する資金を稼ぐために生れて初めて1ヵ月ほどアルバイトをしたのは昭和39年大学3年生の夏休みだった。野球部の◇中先輩のお父さんがK薬品工業K.K.の役員だった関係でグループ会社のN薬品工業K.K.の工場でのアルバイトを世話して下さったのである。募集があったのではなく押し売りのアルバイトであった。工場は阪急電車のM駅から歩いて5分くらいのうら寂しい住宅街の中であって、京都の山科の下宿から京阪電車と阪急電車を乗り継いで1時間くらい掛けて通った。初日に行く作業着、帽子、白衣を支給された。早速指定された木造の建物に行くと35歳くらいのK大薬学部卒の責任者らしき人がいて、「今あそこの打錠機の所にいるのも君と同じ大学の学生やから、彼を手伝って一緒に仕事やってくれ。危ないから怪我せんようにやってや！」と超簡単な指示と訓示があり、その人は何処かへ消えてしまった。

昭和39年当時は現在と違ってGMPなどの厳しい規制がなく、学生アルバイトでも薬の製造に従事できる万事大らかな時代だったのである。それで打錠機の側で腰手拭いをして団扇をパタパタさせて見守っている“君と同じ大学の学生”の所へ行き挨拶すると、何とその人物は毎日大学のグラウンドで顔を合わすラグビー部4年生の宮▽喬○さんではないか。「おお、なんや！お前か。確か◇田君やったな。なんでこんなとこ来てん？」という質問に簡単に答え、「よろしくお願いします。」と挨拶したが、とにかく知っている人と一緒に仕事ができるのでちょっとホッとした。宮▽さんから一通り作業の概要を説明してもらった。作っているのは何でも「KT錠」というビール酵母や乾燥乳酸菌・消化酵素・ビタミンB1を主要成分とする直径1cmくらいの大きさの総合胃腸薬の錠剤で、名を聞いた途端「これ、テレビで宣伝してるヤツやなー！」と気がついた。顆粒が途切れないように打錠機のホッパーに入れ、うまく打錠できているかどうかを絶えず監視し、出来上がった錠剤を傷つけないように大きな容器に入れ、製品課に運ぶという作業が午前中の仕事である。うろ覚えだが、毎日数万錠くらいは打錠したと思う。朝食抜きが多かったのでKT錠剤を50錠くらい食べて腹の足しにすることも度々あったが、味はエビオスに似ていた。

12時にサイレンが鳴って昼休みとなるが、社員食堂がないのでM駅近くに1軒しかない小さな食堂に行くか、朝に買ったパンと牛乳で昼食をとった。当時はコンビニもスーパーもない時代だった上、昼食代はアルバイト代に含まれていなかったのは少々ショックだった。昼食後は職場で宮▽氏と一緒に短時間居眠りするのが日課だった。午後1時に作業開始のサイレンが鳴った。1時から行う作業は、数日後のKT

錠の打錠に使う顆粒を作るために材料を計量し、煉合機で混ぜ、ミンチ製造機の親玉のようなもので素麺状に押し出し、戸板の様なものの上に拵げて2階の乾燥室で一晩乾燥するのである。重要な成分の計量だけは流石に学生任せではなく、上記の責任者氏がやった。この作業で大量に使うビール酵母は吹田のAビールから仕入れるらしいが、大変美味しいものであったので、度々宮▽氏や私の腹に納まったものである。一晩乾燥させた顆粒はさらに乾燥機で60℃くらいに数時間熱して確り乾燥すると同時に、雑菌を殺すのである。この仕事が終わる

と今度は他の部署で製造された局方ビタミンB1注(1.0ml)アンプルのピンホール検査をやるのである。3,000本くらいのアンプルを幾つもの網かごに入れ、インジゴを溶かした青色の水で満たされた巨大水槽に重ねて入れる。次いで水槽に蓋をしてボルトを締め、真空ポンプを起動させて水槽の中の空気を抜いて減圧にする。約30分後常圧に戻して蓋を開け、網かごを取り出してホースで水をかけてインジゴ液を洗い流す。ピンホールのあるアンプルは中にインジゴ液が入って青くなるのだが、1回の検査で大体20本くらいはピンホールがあった。これを取り除き、網かごを乾燥機の棚に並べて加熱乾燥させた後、翌朝製品課に送られラベル貼り、箱詰めされて商品となるのである。そして5時に再びサイレンが鳴り、1日が終わる。当時は冷房などのなかった時代であるから、汗だくでくたくたに疲れて電車に乗り山科の下宿に帰った。時々急に作業の変更が告げられ、N薬品の花形ドリンク液商品「YK」やB1注のアンプルの熔閉、箱詰めなどの作業に臨時的に駆り出されることもあった。多分、多量の注文が入ったり、人が急に休んだり、製品検査で不良品が出たりしたことの埋め合わせのための応援だったが、いつもと違う仕事なので面白くて勉強にもなったし、パートのおばちゃん達とも親しくなれた。

約1か月のアルバイトを終えて貰った給料は1万円ほどで、昼食費などの必要経費を差し引くと結局大きな稼ぎにはならなかった。しかし、当時大学でN藤教授から習っていた製剤学の講義や実習を1ヶ月間みっちり実地にやれた訳なので、お陰様でその後のこれらの授業や試験を苦にせずに取り組めたのは有り難かった。恐らく、このアルバイトを世話し下させた上述の◇中氏が「薬学生なので勉強させてやってくれ」とでも口添えして下さっていたのだと思う。感謝感謝である。

[11] 随筆「私の自転車通勤の記録」

それまで15年ほど暮らしてきたJR大津駅から徒歩10分程にあった自宅が子供の成長とともに手狭になり、現在のK市に引っ越すことにしたのは昭和62年春であった。当時は、タヌキ・亀・蛍が道端に出てくるほど草深いところで、交通も不便な所であり、最寄りのJR駅まで6Km以上もある上、住宅地までのバス本数も極めて少なく、夜8時台に最終バスが出るような所であった。大津で暮らしていた頃の私は自動車通勤による運動不足のせいで体重70Kg台、高脂血・高血圧症の成人病予備軍であった。新住居の近辺は買い物などを始めとして車なしでは住めないところなので、自動車は家内のためにできるだけ家に置き、私は天気の良い日はJR駅までを自転車で出、雨の日は瀬田駅前に借りた駐車場まで車で出掛けた。止むを得ず始めた自転車通勤（今の言葉で言う「ジテ通」）であったが、ぶくぶく太って運動不足の身体のためには大変都合良く、始めて間もなく体重は65Kgに減少した。しかし、それまでの長年の不摂生と神経を使う仕事のため高血圧症は慢性化し、薬は欠かせなくなっていた。しかしこの自転車通勤がいつまで続くか甚だ疑問であったが、結果的に意外とこれが習慣化して、定年退職（平成19年秋）まで20年以上も続いたのであった。その間、より近くに新しいJR駅が出来て自転車走行は片道3.5Kmと楽になり、また居住地周辺は住宅も増え、新しい2つの大学開設に加えて一般・高速道路IC開設・整備や店舗進出も進んで大変便利な所に変貌した。

理科系研究室である山科にある私の職場は週休1日（日曜日）が常識であった。雨の日はバス通勤するとして平均週4日、1年220日、1日自転車往復9Km、山科徒歩往復2Km（これは1年300日）を20年間分総合すると、計51,600Kmの移動となる。塵も積もれば山となる、何と地球の赤道（約40,000Km）を1.3周したことになる。

自転車通勤を始めると色々健康に気を配るようになって、煙草を吸わなくなったことで月約10,000円、バス代月5,000円、ガソリン代月20,000円の節約になるなど小遣いアップにも繋がり、大変結構なおマケがついた。ただし、車を家に置いておくと家内が乗り回すのでガソリン代は家計としてはそんなに節約にならないし、駅前の駐輪場代にも月5,000円かかるので全体としては大きなプラスにならないが、私の小遣いは少し増えた。そして、健康になれた分見えないところで大いにプラスになったのではないかと思う。

平成19年秋に約35年間勤めた職場を定年退職した折、クロスバイク（平地走行のロードバイクと山道走行のマウンテンバイクの双方を兼ねた自転車）を退職記念品として後輩から贈られた。長年習慣づけられた自転車走行は退職後も続き、天気の良い日にはヘルメット・サイドバッグ・バイク用服装に身をかため、このクロスバイクに乗って琵琶湖周辺など住宅周辺半径50Kmの範囲を毎日のように駆け回った。

身体や気力は未だ未だ働けるので毎日家でブラブラしているのも精神健康上宜しくない

ので、退職半年後の平成 20 年春からは大学時代の 3 年後輩である T 氏が経営する甲賀市 M 町の薬局（我家から約 25 Km）に週 2 回ほどパート勤務することにした。薬剤師免許を一度は使ってみたかったこともあるし、程良い緊張感を持たないと頭が呆けると思ったからでもある。もう一つの理由は、私の定年退職時に二女（私が 48 歳の時に誕生）が大学生になって学資を稼ぐ必要もあったのである。最初の 1 ヶ月はなにせ初めての薬局勤務なので色々と覚えることも多いし、気を使うことも多かったので車で約 30 分掛けて通った。当の薬局は地元では人気のある眼科の門前にあり、処方箋枚数は一日平均 90 枚といった所で、それを二人の薬剤師と二人の事務担当で処理するのであるが、最近の薬剤師の処方箋 1 枚当たりの仕事量は昔と違って色々細かいことが沢山あるので中々大変だ。一般的には比較的楽だと言われている眼科の処方箋と雖も一日 90 枚という数となると結構忙しい。約 1 ヶ月経って勤務にも少し慣れたのでそれ以降の天気の良い日は自転車通勤することにした。前日に天気予報で確り調べ、曇り以上なら自転車、雨が降るようなら車ということにしていた。片道約 25Km の往路は国道 1 号線沿いの旧東海道を野洲川上流に向かって走ることになるので約 1 時間半、復路は 1 時間 15 分程度かかった。往復 50 数 Km である。荷物は小型のリュックに財布・携帯電話・着替え・弁当・スペアタイヤ 1 本・修理道具一式を詰め、車体にお茶をセットし、朝 6 時 30 分に出発する。自宅から栗東トレセン横を通り、次いで山越えて石部に出て 1 回目の小休止。そこから旧東海道を三雲まで走って 2 回目の小休止。そこから国道 1 号線の車道を薬局まで走るのであるが、概ね 8 時少し前に到着した。薬局の裏手にある公園の木陰で裸になって水道で顔を洗い、身体の汗を拭き、下着と上着を着換える。多分近所の人には変人か変質者だと思われるかも知れない。脱いだ速乾性ウェアは水洗いして薬局の裏手で乾した。薬局は 9 時開店で、8 時半頃になると私とほぼ同年の店長（男性）が出勤してくるのだが、それまで公園の風防・屋根付きベンチで少時居眠ることもあった。その後薬局の前で店長の到着を待った。1 日の最後の患者さんは概ね午後 8 時前後となるが、私の勤務は午後 7 時までという約束なので、薬局のユニフォームから自転車用の服装に着替えてお先に失礼する。帰る時に雨が降っているときは、店長氏の仕事が終わるのを待て JR 草津線で乗り換え帰宅した。

こんな自転車通勤で一番辛かったのは、冬季の朝夕の走行で手が凍えるように冷たいことであった。それでネットで調べてみると、蓄電式リチウム電池の電流を発熱性炭素繊維に通して暖める自転車用手袋があり、早速買って活用した。但し、この手袋も零下の気温では効果が小さかったので、その上から保温用手袋を重ねて使った。こんな自転車通勤を人に話すと、誰もが驚いた。家族からも「アホちゃうか！無茶したらあかんでー」などと呆れられていた。体脂肪率は 17%、体重は 60Kg となり、身体は大変スリムになった。

ある日ソフトボール練習で膝を痛め、これが意外と長引いた上、ゴルフ場で脱水状態から一過性虚血性脳梗塞を発症し 2 週間滋賀医大に入院するなどのハプニングも起こり、残念ながら自転車通勤を諦めざるを得なくなった。3 年半の走行距離は大よそ 18,000Km（欧州西端辺りまでの距離）で、目標の地球一周を達成できず、誠に残念であった。また、3 年半の

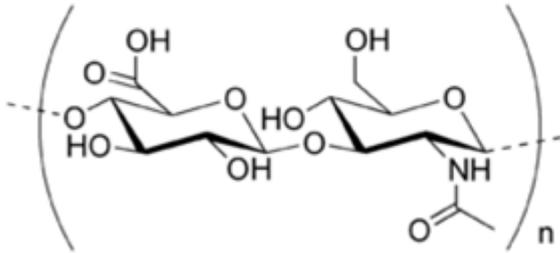
間には自転車が乗用車に跳ねられる事故が3回あったが、怪我はなかったものの前輪大破が1回あり、それだけは相手から修理代1万円を貰った。事故に遭うと自転車側は自ずと道路に投げ出される交通弱者であるが、倒れても直ぐに起き上がりず目を瞑ってジッとすることになっている。運転手は「大丈夫ですかー？」と顔を真っ青にして問いかけ、暫くすると救急車を呼ぼうと電話しかけるタイミングで徐(おもむろ)に目を開け、立ち上がって「気をつけてやー！」と言って驚かさず芝居もどきの駆け引きを吾ながら悪いなーと思いつつやるのであった。

このような自転車通勤を数年続けて73歳に辞め、無職の年金生活者となった。

[12] 随筆「老齡性変形性膝関節症」

2011年5月に肩鎖関節の手術をしたことは残光記(24)に記したが、約8カ月のリハビリや個人練習を経て2012年春には投球力は若い時の8割近くに回復し、ソフトボールも面白くなってきた。ところが2012年の7月上旬サイクリング中に足をちょっと捻(ひね)って右膝を痛めた。それは義兄二人、義姉一人と私達夫婦で二泊三日の沖縄旅行に行く直前のことである。沖縄本島の各地を見て回っている間に右膝の痛みと腫れが段々酷くなり、鎮痛剤入り湿布をしてみたが効き目乏しく、大きくビッコを引きながら歩いた。「肩が治ったら今度は膝かいな」と嘆いてみたが、同行者達は「歳とったら誰でも膝が痛(いと)うなんのは仕方ないわいな。帰ったら診てもらいや!」と言うばかり。

沖縄から帰った後も痛みが余りにきついので家から約1キロ南のN整形外科で診て貰った。肩の時診てもらった近所のN診療所のM医師には性格から「ソフトボールはもう無理」と言われかねないから別の整形外科医院に行った次第である。レントゲンを撮ったあと元滋賀医大助教授だったと言うN先生は「ワッハッハ、これは典型的な老齡性変形性膝関節症ですなー」と嬉しそうに?診断結果を告げた。説明によると、高齡になると膝関節の軟骨や筋肉量が減って膝の上骨と下骨が擦(こす)れる結果、関節骨の腿側の方が逆さ富士のような先端の尖った形に変形する。すると益々擦(こす)れ易くなり炎症を起こして痛むとともに関節内に水が溜まるとのこと。初期治療としては長い注射針を関節内に刺し込んで水を抜き、次いで1%ヒアルロン酸ナトリウム液を注入するのだが、これを1週間おきに5回続けるそうだ。「注射針を刺すのは痛いので、痛い割にはあんまり効き目はあらへん」と治療経験のある知人から聞いてヒヤヒヤしていたが、針を刺す瞬間だけ何とも言えない気持ち悪い痛みが走った。初回は血清のような少し濁った黄色い水が45mLも採取された。膝にこれだけ水が溜まると膝を曲げることはおろか、階段は這って登り、手すりに縋って左足だけで一段ずつ恐(おそ)る恐(おそ)る下りるていたらくである。水を抜くと流石に痛みはかなり引くが、3日も動き回ると元のようになるので約一カ月大人しくして治療を続けた。ヒアルロン酸(次ページ図)はN-アセチルグルコサミンとグルコン酸の共重合体で、関節内で軟骨形成に必要な素材(栄養)となるらしい。N医院で治療する一方、軟骨形成の素材であるグルコサミン入り飲料を毎日飲んだ。一般にヒアルロン酸のような水溶性の大きな高分子を服用しても生体内利用率は極めて低く、効き目はないというのが医学界の常識である。グルコサミンナトリウムも水溶性が大きい糖質で、生体内でエネルギーを産み出すTCAサイクルに入りCO₂とH₂Oに分解する率が高いため効き目が乏しいとされている。しかし、医学界の常識というのは新しい発見や発明がある度に180度ひっくり返ることも度々あるので、「効く」と信じてグルコサミン飲料を飲み続けた。5回のヒアルロン酸ナトリウム注入を終えると症状はかなり改善し、9月頃には普通に動き回れるようになった。



ヒアルロン酸の化学構造

所が喜んだのも束の間、2013年の春、今度は左足の膝がかなり重症の「変形性膝関節症」になり、水抜きとヒアルロン酸ナトリウム注入5回のセットを数度繰り返したが好転しなかった。年末にはソフトボール引退を決意したが、監督さんからノッカーをやってくれと頼まれた。家に引き籠っているより少しは運動になるかと思い引受けた。サポーターを買って膝を固定し、走るなどの激しい運動を避けていたら、徐々にではあるが膝が良くなっていく様だった。この間スクワットなどの運動も取り入れ、膝を動かすのに使う筋肉の訓練も続けていた効果も少しずつ現れて来たのかも知れない。

大学の1年後輩のN茂敏君は0薬品工業中央研究所を定年退職後、エビデンスの確りしたサプリメントを販売する個人会社を起業した人物で、良い商品を見付けると素人には少し難しい専門用語を使った解説書を私にも送ってくれていた。

2014年の春、N君から「N-アセチルグルコサミン」のサプリの情報が郵送されて来た。早速読んでみると、N-アセチルグルコサミンは消化管からの吸収率がグルコサミンよりは比較的よい上、TCAサイクルに入らないから体内での滞留時間・濃度が高く、またグルコサミンで必要な生体内N-アセチル化の過程が不要の分グルコサミンより少ない量で関節軟骨の形成に何倍か役立つということであった。それで早速グルコサミン飲料の購入をやめ、N君からN-アセチルグルコサミン(60錠4,000円；錠500mg含有)を取り寄せ2日に3錠のペースで飲み始めた。驚くなかれ、2か月経過した6月頃になると膝の痛みはすっかり取れ、今ではサポーターは続けているものの走って盗塁できるまでに回復したのである。

スクワットによる筋力強化とN-アセチルグルコサミン服用の両方のお陰様かどうかは神のみぞ知ることであるが、「もう一度花を咲かせたい」夢が再び叶いそうだ。N-アセチルグルコサミン服用は6か月ほどでやめ、今はスクワット50回を毎日続けているが、その後は老齢性変形性膝関節症の再発は起きていない。

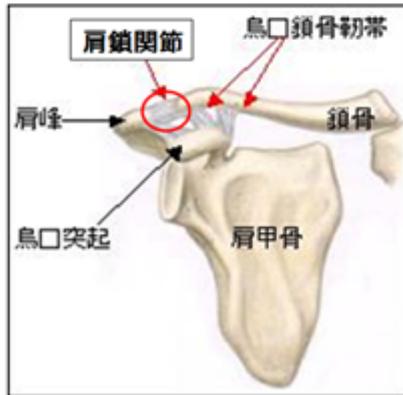
さて、老化とともに私を襲った高血圧・癌・肩痛・一過性脳梗塞・膝痛の次にはどんな試練が待っているのでしょうか？

[13] 随筆 「肩鎖関節手術」

高校時代 2 年半、大学時代 4 年の秋までの計 6 年半野球をやってきた。ポジションは捕手 5 年弱、外野手 1 年、内野手（二塁と三塁）半年が大よその守備位置であった。高校時代は短期間投手の経験もあるが、直球と一種類のカーブだけだったので練習試合でポカスカ打たれ即クビになった。肩が比較的強かったので捕手を長くやり、盗塁刺殺率は 7 割近くあったと思う。しかし、捕手としては身体が小さく、また打順は 1 番が多かったので一試合やるとクタクタに疲れたし、長年肩を酷使したので大学 4 年で引退した時には肩はすっかり壊れていた。因みに、打撃の方は目が良かったのでヒット製造機と言われたくらい打った。大学野球リーグでは打撃ベストスリーに数度になり一度は K 大学野球リーグ準優勝時に敢闘賞を頂いたが、比較的小柄であったので単打と二塁打が多く、三塁打以上はほんの僅かである。多分目が良かったのだろうが、学生時代に優れた打撃コーチがいればもう少し良い成績が収められたものと思う。

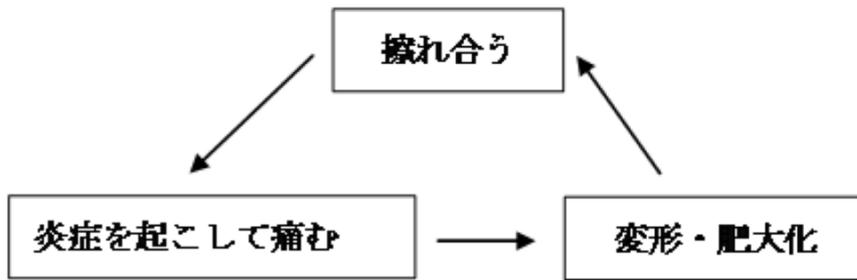
200×年職場を定年退職したときは学生時代から 40 年以上も経っていたのでボールを投げても肩は全然痛くなかった。それで定年後は地域活動をとということで居住地の町内対抗ソフトボール大会に出ていたら、近所のシニアソフトボールクラブの監督さんに見染められ入部することになった。しかし、いざソフ

トボールをやってみると40年に渡る不摂生で筋力と身体の柔軟性のレベルがガタ落ちしており、野球の硬球より1.5倍くらい大きい直径と1.5倍くらい重いゴム製3号ソフトボールを低い角度で遠くまで投げるのは至難の技であった。こんな状態で半年くらいソフトボールをやったが、思うように身体は動かないし、ボールも余り投げられないので悶々としていた頃、同窓会の会長をやることになり、ソフトボール練習から遠去かった。しかし3年の会長任期を終える数カ月前からやはり球が恋しくなり、心を入れ替えて筋肉を鍛え直すことにした。好きなサイクリングで脚力・腹筋・肺・心臓などを、5~6Kgの鉄アレーで腕・指・手首や背筋を鍛えた。大分力が付いてきたと思った矢先、重く大きいソフトボールのせいで肩に無理がかかり、学生時代に痛めたのと丁度同じ種類の肩の痛みに襲われた。数か月騙し騙しやっていたが、全く好転することはなく痛みは段々酷（ひど）くなる一方であった。寝ても痛いし、シャツを着るのも一苦労する、肩が常時凝ったようにダルくなって痛むなど日常生活にも支障が出始めたので、家のすぐ近くのW診療所整形外科のM医師にレントゲンや触診・問診で診て貰ったところ、「肩鎖（けんさ）関節変形性関節炎」と診断された。



肩の骨格

これは鎖骨と肩甲骨の接続部にある肩鎖関節が変形して長年の投球動作で関節骨が擦れ合い、筋を引っ張るなどして炎症を起こして痛む病気である。擦れ合う・炎症・変形が左図のように悪循環し益々悪化するのである。M 医師によると、内視鏡による手術で変形・肥大化した部分を削り取ると痛みは無くなるが、肩を酷使するとまた炎症が起こるし、高齢でもあるのでソフトボールは程々にした方がよいとのことであった。「もう一度ソフトボールで花を咲かせたい。」と言うと、呆れたような顔をして「手術するなら S 医大に紹介状を書くが、肩の手術を希望する高齢者は多く、日常生活支障者が優先です。あなたの様な不急な理由では受け入れてくれるかどうか分からない。」と勿体 (もったい) ぶっていたが、何とか紹介状を書いてくれた。



長年の野球人に見られる多投球による肩痛の発生

201×年の3月にS医大の整形外科でMRIやレントゲンで詳しく診て貰うと、やはりかなり重症の「肩鎖関節変形性関節炎」で、内視鏡を使い関節骨の変形を削る手術をするそうだ。整形外科の手術・治療を行う患者はM医師の言う通り多くて手術の時期は5月の中旬以降になり、それを逃すと8月頃になるらしく、手術に空きができたなら1週間くらい前に電話してくれるとのことであった。5月には同窓会総会があるので心配していたら、総会の日3日前に手術日が取れたと連絡があった。その時の主治医の話では手術2日後なら外出OKだということだったのでその日に手術して貰うことにした。

手術は全身麻酔で行われ、5時間くらいかかったらしい。麻酔から覚めたら直ぐ麻酔科の医師が来て「麻酔をかけると直ぐに気道確保のために酸素導入管を喉に挿入するのですが、太田さんの場合は喉に挿入時にえずいて胃液が上がり肺に入った。それを内視鏡で見ながら掃除したためにかなり時間をロスした。手術前に血圧の薬を服用したときに水を飲んだのが原因と思われる。今は肺炎を

起こさないように抗生物質を投与している。数日間は安静が必要で外出は無理だ。」と告げられた。血圧の薬を少量の水で服（の）んだのは手術 30 分以上前であるので、嘔吐反射を確かめず酸素導入管を慌てて挿入した担当麻酔医（新米？）のミスだと私は咄嗟（とっさ）に思ったが口には出さなかった。しかし、これでは総総会総会に出られないことになったので、同窓会の副会長に電話を掛け平身低頭して代役などの善処をお願いした。10 日間入院後退院となったが肩は酷く痛み、回復には数カ月のリハビリが必要らしい。

結局、肩がスムーズに動かさず、ボールが普通に投げられるまでには翌年春まで 8 カ月かかった。筋トレと遠投で鍛え若い時のように力強くボールが投げられるようになるには 1 年掛かり、捕手として盗塁を刺殺できるまでになった。肩は強くてなっても動作が老化しているので流石に 20 代の頃の様には行かないが、「古い花を咲かせた」くらいは言っても良いであろう。癌を一度患った身としては上出来であると思う。

（おわり）

[14] 随筆「薬剤師国家試験にまつわる思い出」

私が薬剤師国家試験を受けたのは卒業式を終えた後（あと）の昭和〇〇年3月末であった。試験内容は第一日目が終日学術試験、第二日目が分析化学、調剤、生薬鑑定などに関する半日の実地試験からなっていた。とくにこの年から、多くの人手と経費がかかる上、判定に個人差のある実技型の実地試験はペーパーテストに変わった。実地試験を想定した4年生時の実習でF助教授や助手に尻を蹴っ飛ばされ、どやされたりしながら散々しごかれてきたので、些（いささ）か拍子抜けした。学術試験の出題科目は衛生化学・生化学・分析化学・有機化学・薬剤学・生薬学などの主要科目から確か3科目が前年の秋ごろに発表されるのが慣例で、私の受けた試験科目は衛生化学・分析化学・薬剤学ではなかったかと思うが定かではない。しかし、国家試験科目が4年生の秋まで分からないというシステムは学生に偏りなく勉強させるためには良い戦術ではないかと思う。

当時の薬剤師国家試験は比較的簡単で、大学の同級生達はそんなに捻じり鉢巻きで勉強したとは思えないの大学薬の合格率は90%をかなり越えていたと思う。残光記（11）「薬学6年制」でも記したが、薬剤師という職業は当時の学生にとっても余り魅力的なものではなく、社会的な重要性も低かったので試験もそんなに難しくはなく、学生・大学の国家試験への取組みも今とは雲泥の差くらい呑気（のんき）だった。

私の場合は昭和〇〇年に大学に新設される大学院修士課程の入学試験が4月上旬にあるので国家試験どころではなかった。と言うのも、大学院入試に合格すれば院生2年間に国家試験（当時は1年に2回春秋にあった）はあと計4回受けられるので「今回合格せんでもええわ」という軽い気持ちであった。しかし、直前になって先輩から「後輩と一緒に国家試験受けんならんのは一寸辛いもんやで一！」と忠告されて「こらあかん！」と思い直し、直前の1週間は過去問などで必死に勉強した。当時の大学の国家試験対策は、卒業査定の発表と卒業式までの間の約1週間を使って「国家試験補講」と称する要点整理風の講義があっただけで、私は上記のような訳でこれには出席しなかった。因（ちな）みに、現在の国家試験は昔と違い格段に難しくなっているので、国試対策は学業成績に応じて1年前から手厚く実施されている。ある意味でよい時期に卒業したものだ。

私の国家試験の出来は多分合否境界だったので危ぶまれたが、5月中旬の新聞の合格者名欄に名があるとM嬢から知らされた時には、もし不合格なら親に会わず顔もなかったなーと少々ホッとしたものである。因（ちな）みに大学院も合格だったが、何せ大学院というもの大学で初めて出来たので先生方・事務局の対応も何かチグハグでおかしかった。

さて、当時の国家試験で思い出すのは、大学1年生春休みの野球部合宿中に国家試験が大学であった時のことである。第二日目の実地試験は実技形式の試験で、他大学卒業生も混じえた約200名の受験者が2階の階段教室に詰め込まれて勉強しながら待機し、その中の約20名ずつが一定時間毎に試験室に呼出されて実地試験を受けるのである。その日午前の野

球練習は途中で突如中断され、上級生から「これから大学向かいの山手へバットの素振りに行くので、バット1本ずつ持って集合！」と声が掛かり、整列して「幼稚園の辺りを走って山手に駆け上った。少し西へ走ると見晴らしのよい所があって「止まれ」の合図、そこからは大学がよく見下ろせた。次に「5名と10名の組に分かれて一列に並ぶ。各々左から1-5、1-10番とするので自分の番号を確り覚えよ」。そして「5名組の1番以外は座れ」、
「10名組の1番、5番はバットを5回ずつ声を出して振れ」というようなことを次々とやらされた。何のことはない、これは手旗信号もどきの合図だったのである。1回20~30名の実地試験を終えた受験者は帰宅できたので、最初に出てきた受験者から野球部の女性マネージャーが試験に出た項目が載っている参考書の頁を聞き出し、これを予め打ち合わせ済のバット素振り合図で待機室にいる者に伝えるという仕掛けである。約10分で件（くだん）の素振り練習は終わり、グラウンドに戻って練習を再開した。後で聞いたところによると、前年大薬大での実地試験で待機室の近くにあった寄宿舍のカーテン開閉による合図、九州の大学で太鼓を使った合図などが明るみに出、この年から全国的に警戒が厳しくなり大学でも待機室の窓の開放が禁止されたらしい。結局、疏水のバット素振り練習はまったくの空振りに終わり、これを機に二度と行われなくなったが、奇妙な懐かしい思い出である。これらの悪事は3年後に実地試験をペーパーテストに変える理由の一つになったものと思われる。後日談であるが、バット素振り合図が失敗したせいか、その年の野球部の先輩数名は国家試験不合格となった。しかし、これらの先輩は度量が大きい人物だったので後年大手の製薬会社で取締役級の幹部となった。当時と雖（いえど）も薬局や病院で働くには薬剤師資格は当然必要だが、そうでなければ国家試験など受けなくともよいのと思うけれど、授業料を出した親の手前や、後年の万が一に備えて、あるいは嫁入り道具になるからと皆が進んで受験していたようだ。

私が国試合格証持参で薬剤師免許証交付申請をしたのは5年後で、3年間勤めた製薬会社を辞めて「後年の万が一」が早々と訪れた時であった。後日大阪府庁に行くと大学同級生の係員Y君が「遅いやんけO田君、えらい損したなー」と言って下付してくれた。大卒の初任給が3~4万円くらいの頃で、前年までは1,500円であった申請料がその年から5,000円となっていたのである、「トホホホ!」。因（ちな）みに、今は30,000円もする。

[15] 随筆「EV(電気自動車)の欠点」

ガソリンを使う内燃機関を用いない「EV (Electric Vehicle ; 電気自動車)」は炭素ニュートラル時代のホープだと目されている。自動車製造会社では一躍持てはやされ、1回充電での走行距離が500km内外が現在では指向され、それなりの電池が開発されているようだ。しかし今では、EV車の運転場面だけではなく、電池の製造・リサイクルや廃棄の場面を考えると必ずしも環境的に優れたシロモノではないという話題が出ており、EV車の開発と製造を国家が大いに奨励支援して製造し、輸出と国内消費を進めている中国や多量輸入国で大きな社会問題となるだろうと言われている。

現在では、アメリカの Tesla 社や中国の NIO、Xpeng、Li Auto 社がEV車の売り上げを伸ばして注目を浴びており、中国と欧州でEVの人気が高いそうで、アメリカでも徐々に高まって来た。現在はEVの普及率は普通自動車で1.4%、軽自動車で2.5%だと言う。中国では最近月間販売数は80万台（昨年1年間では590万台）を越え、IAE (International Energy Agency) は世界のEV生産の6割は中国が担っていると述べており、世界では月間100万台が売れていると言う。中国は世界一のEV導入・輸出国であり生産国でもあるから世界市場で当然有利な立場に立つ。EVのメリットと言えば、①環境に優しい（但、バッテリー作製に驚くほど多量のCO2を出してるらしい）、②走行コストが安い（燃料代：ガソリンの1/5）、③国と自治体からの購入補助金（最大55~85万円）が貰える（注1参照）、④税金が安い、⑤環境負荷が少ない、⑥走行時の振動や騒音が少ない点、⑦7災害時などには非常用電源としても利用できる、点などである。中国ではガソリン車やハイブリッド車の内燃機関エンジン製造でアメリカ・日本に追い付けないものだから、国策で内燃機関のないEVの開発・販売に後押しをしたらしい。しかし、EVは一見環境には綺麗に見え好印象を与えている印象だが、1台の単価が高い上に当初誰も気付かなかった幾つかの大きな欠陥・問題のあることが最近明確となってきて、その解決のためには未だ数十年は掛かるだろうと言われている。

EV車のデメリットは、①航続距離が短い、②バッテリー重量が大きく車体重量が重い（平均でガソリン車より約450kg上回る）、③車両価格が高い（エンジン車の約2倍）、④充電に時間がかかる（自宅で充電の場合：充電率20%→100%で一晩~24時間）し、急速充電器の故障率が高い、⑤公共充電場所（充電スタンド）が少ない（但、現在日本では2万か所で、GSとほぼ同数）、⑥中古車の廃車（バッテリーの流用が難しい；今後中古車の価格崩壊あるだろう）の問題、⑦車種が少ない、⑧バッテリー劣化の問題（年々劣化が進み4~5年で交換の必要があり得る；せめて10~15年は走って呉れないとね!）、⑨9中古車バリューが低い（5年で新車の1/4以下）、⑩故障修理を扱える一般店がな、修理費コストが高い、⑩衝突事故時にEV車に独特の「バッテリー熱暴走」（外部衝撃を受けて損傷し、バッテリー内部温度が数秒の間に800℃以上にまで急騰する現象のこと）による死

亡火災が起こることが指摘されている、⑪寒冷地でバッテリー性能が劣化する、に問題がある点です。デメリットの中ではEVの発展によりいずれ解消して行くもの（①・②・③・④・⑤など）があるが、解決には未だ数十年の単位が必要であろう。EV車の多くは製造から8年程度まではメーカーによってバッテリー容量の劣化に対する保証が付けられており、バッテリーが劣化した時にはバッテリーパックを交換してもらえるので安心だが、保証期間以降でも安く交換して欲しいものだ。現在EV車で大きな問題になっているのは、バッテリー量（液体蓄電池の場合は → 発火性・耐久性の問題あり）が多いため車の重量が大きい上に処分に難しく、中古車が売れない、ことだそう。これについて今後どのような問題が起こるか？、日本における太陽電池パネルの普及初期に政府が推進した時の様なマイナスの問題が起こると言うのです。即ち、太陽光パネルへの多額の補助金（購入補助・発電給付金・パネル製造販売支援）を出して支援しようとしたが、7～8年で太陽光パネルの発電では炭素ニュートラルのごく一部しか実現できないことが分かった。中国政府が製造者・購入者に補助金を出してEVを製造しても、短期間で軽い固体電池を作ってコストダウンした市民の車を製造できるようにはならないのだ。それに、EV車の開発進歩が早いので中国では現在古いタイプのEV車が多数売れずに残り、そのために倒産した販売店が空地（墓？）に捨てられていると言う。中国の NIO、Xpeng、Li Auto 社も今後苦境に立たされる様相が見えているし、欧州やアメリカもEV車の欠陥に気付いてきた様で、今は隠忍・自重の時ではないかと思われる。中国政府は不動産バブルの崩壊もあって、これにEV車の問題が加わると今後益々苦境に立たされるだろうが、中国はバッテリー製造に必要な希少金属鉱脈を持つからバッテリー開発に力を居れることだろう。ガソリン車は開発・進歩に100年以上掛かっているから、EV車も安定化に50年くらいは掛かるでしょうか？

将来的には化石燃料・合成燃料の価格次第では、ランニングコスト面でEVが圧倒的に有利になる時代がやって来るかも知れない。EVのデメリットに目を向けるのではなく、EVの進化に期待して納得できるタイミングでEV車へシフトすることを推奨される。EV車が発展すれば、ガソリンスタンドはなくなりガソリン運搬車も無くなるだろうから社会の様相も相当に変化するはずだが、そんな世になるには未だ多分50年は掛かるだろう。今のところ日本では得意なハイブリッド車、大型重機やトラックのクリーンディーゼルハイブリッドの開発に加えて有望な水素ガス車に新開発の軸をおきながら、同時にEV車の改良研究・コストダウンを並行して世界と付き合っていければ良いと思う。

<注1> 日産「サクラ X」の車両価格は約255万円だが、東京都にお住まいなら国と自治体の補助金を合わせた交付額が110万円以上となり、実質的な負担は145万円以下になる。自動車税や任意保険料などもエンジン車よりは安くなっていると思われる。

<参考ニュース1)> 習近平、打つ手なし…！中国製EVが「バカ売れ」するウラで、中国で「EV墓場」が大問題になっていた！：
<https://news.yahoo.co.jp/articles/56cac9089f672b7ac2ff6493576b260ef0ef42ea>

<参考ニュース2)>EVのデメリット : <https://evdays.tepco.co.jp/entry/2023/06/26/000046>

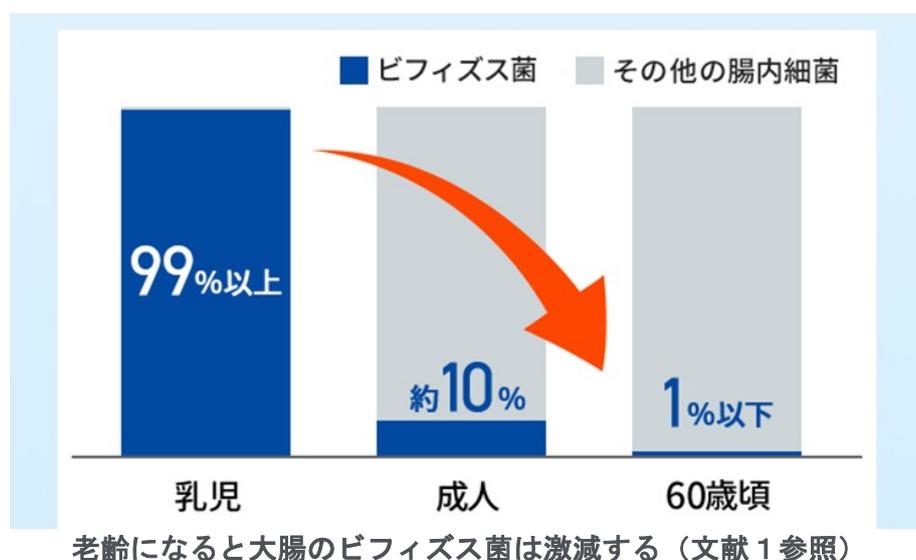
枯草庵残光記280「便秘考（その2）」要約版

(R5/10/20)

<初めに>

便秘にはダイオウ末、アロエ末、センナエキス末を成分とする丹平製薬製造・販売の和漢薬「健のう丸」が良いと言うことで、これを3～4年飲み続けてきたが、最近初期には5～6粒のめば翌日確りした便が出て良かったところ、最近では8粒飲んでも翌日効果が表れなくなり効果が減ってきた。どうやら厄介な習慣性が出て来たらしい。それで、TVコマーシャルで盛んに宣伝している世田谷食品製造・販売の、ビフィズス菌（乳酸菌K-1）が500億個配合し便通を改善する「青汁プレミアム」15日分（送料込みで1,000円；正規製品は30日分4,000円ほど）を求め試してみたが、これも殆ど効果がなかった。

自然な便通には大腸にビフィズス菌（乳酸菌）を成育させることが重要なのかと考えを改めインターネットを調べてみた所、最近製薬会社の森下仁丹が「歳を取ると大腸のビフィズス菌（乳酸菌）が減り、そのために腸内環境が悪くなって便秘になることが多い。

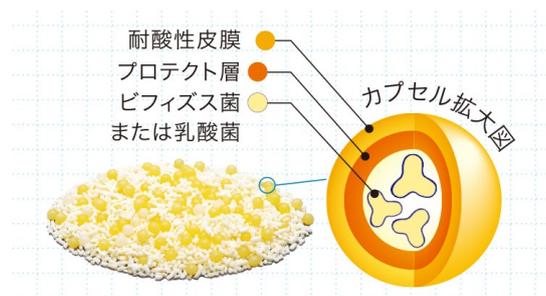


森下仁丹では「ビフィーナ ヘルスエイド ビフィーナ」と言う「ビフィズス菌・乳酸菌腸内フローラサプリメント機能性表示食品（サプリ）」を開発し、胃酸に弱い25～100億個のビフィズス菌（99%以上）と乳酸菌（1%以下）を腸溶剤コートカプセルに詰め、大腸でビフィズス菌・乳酸菌を増加させて働かせ、大腸内の菌フローラ（腸内細菌叢）を改善し、便秘症を解消すると言い、発売後26年間に過ぎ、商品は1,500万ケースを売ったそうで人気商品らしい。

この商品には3種類があり、それらはサプリメント「ビフィーナR」（ビフィズス菌25億個；Regular；30日分2,484円）、「ビフィーナS

(ビフィズス菌50億個; Super) ; 30日分3, 550円」、「ビフィーナEX (ビフィズス菌100億個; Exel ; 30日分5, 400円)」で、主力商品としているらしい。値段はビフィズス菌の数が増えると増すらしい。胃酸に弱いビフィズス菌・乳酸菌を腸溶剤コートに詰めること (ハイパープロテクト)) は全く新しい発想だったなと感心するが、薬剤師としてはその科学的な効果を大いに期待して良さそうだ。

なお、大腸内での存在確率が99%以上と多いビフィズス菌は、熱や酸素、酸に弱く、ヒトや動物の腸でしか生きられないデリケートな菌で腸内の善玉菌フローラを整えている。ビフィズス菌 (ロンガム種 BB536) を摂ることで、腸内フローラを良好にし、便通を改善する機能があることが報告されていますが詳細なメカニズムは不詳です。



腸溶剤コートカプセルで胃酸の攻撃を防御する (文献1より引用)

< 「ビフィーナR」の試し飲み >

サービス普及版の「ビフィーナR」20日分 (1封1.4g ; 20スティック入り ; 1, 255円 ; 送料込み) がアマゾンで売っていたので、早速購入して試してみた。飲用は1日1ストックでよく、飲用時間は1日の内で特に決まっていなかった。但し、カプセルは壊してはならないから噛まずに飲まなければいけない。

容器・内容を次の写真で示す。



ビフィーナR外箱



1分封のスティック
(文献1より引用)



内容 (1.4 g)

外箱はDHW3 cm×10 cm×8 cm、1スティックの大きさは1.5 cm×8 cm、1.4 gで、内容は黄色の粒と白の顆粒からなっている。1封を水20 mlで午後2時ごろに服用した。味はやや酸っぱいレモン味がしたが、飲みやすかった。森下仁丹のホームページによるとスティックのビフィズス菌(ロンガム種BB536)・大腸菌は大腸に達しても元の90%は生きていると言う。

有難いことに翌朝通常の排便感覚がしてお通じがあった。初めての服用後10日間の記録は次表のようになった。まずまず結構なことである。

<文献>

1. 森下仁丹：ビフィーナS関係ホームページ：
https://www.181109.com/lp/bifinas14_tcc2308_1.html?utm_source=s1&utm_medium=paidsearch&utm_content=kw&utm_campaign=s14&argument=U7ezCMWg&dmai=a64ff020a6c91f&yclid=YSS.1001110009.EAIaIQobChMI_sZuz4JHqgQMVFgp7Bx1iAwZEAAYASAAEgJkx_D_BwE

[17] 随筆「我がボランティア活動」

70 数歳を越えて仕事を辞め、サンデー毎日の生活に入った。老後は毎日自分の趣味やスポーツで過ごすということを壮年の頃から夢見てきたが、自分の殻に閉じこもるということは気楽だが、何か物足りなさを感じるものである。趣味にしても自分の外の世界との交流というか、世間との関わりや接点を持つことが意欲、向上心や活動エネルギーの継続的な燃焼に必要であるようだ。

私の居住地域は約 28 年ほど前から開発されてきた一戸建て建て売り住宅が 1,000 戸以上集積した住宅街である。団塊の世代前後の人達、すなわち 70 歳±10 歳の人が多数派を占める住民構成であるから、高齢化による社会福祉活動が比較的活発に行われている。社会福祉活動というと若い人が高齢の弱者を助けるというイメージが強いが、高齢者の中にも元気な人は沢山いるから、元気な老人が元気であるためのケアも必要である。居住地区には高齢者を中心とする住民同士の交流が目的の福祉施設が平成 23 年頃から設けられ、「歌声喫茶」、「マージャン会」、「植物談義」、「映画観賞会」などの定期的活動と常設喫茶コーナーがあって、住民自身の手で運営されているほか、短時間の保育もやっている。

この福祉施設の運営の中から「元気な老人が元気でない老人を支援する」活動の必要性の機運が生まれ、平成 24 年から手始めに「垣根剪定ボランティア」というボランティア組織が生まれた。地区の住宅はすべて家の周囲に垣根と庭があり、垣根には柘植・ウバメガシ・金木犀・山茶花などの木が数十本植えられ、庭にも大小の木が植えられている。入居した頃は週末に自分の手で年数回、多忙な人は植木職人に頼んで剪定・草取りなどをしていたのだが、高齢化してくると体力の衰えや入院・介護などで自分の手でやるのが難しく、また年金生活に入って植木屋に頼み辛くなってきた家も増えてきた。若い人と同居している家庭でも、若い人は仕事などに忙しいので中々植木の手入れまでは気を配る時間や心の余裕がないことが多い。その結果、垣根や庭の木や草は伸び放題で、酷い所は家の外周りがジャングル状態になり、近所にまで迷惑が及んでいる場合もある。長期間病院に入院や介護施設に入所して家が留守となっているが、子供は離れたところに住んでいる場合も同じ様なことになっているケースも徐々に増えてきた。この外にも、他の都市に持ち主がいて放置されている空き地も問題で、草がのび放題になり衛生面の問題や火災の危険性がある。

一方、住宅以外の公園、緑道、調整池、通学路、道路の植え込みなどの公共物の雑草や街路樹も県・市などの自治体の手が回らず、伸び放題になっている場合も多い。1年に1~2回程度目立つ所だけを手入れしにくるが、これもこちらがやかましく要請して行われるケースが多い。最近の自治体は、公務員定数の削減を行っていることを盾にとって、居住地区内の環境保全、社会福祉、防災、防犯問題などを住民組織（自治会や街づくり協議会）に委託し、これを自治体が地区の市民センターなどの施設を提供するとともに、予算面やアドバイザー面でサポートする施策を推進している。

このような状況の中で地域のとくに社会福祉や環境保全を推進するに当たって、自治会の役員さんで決めた年数回実施する行事だけでは中々住民の意識は向上せず、実効が上がらない。そこで登場するのが高齢者ボランティアである。上でも述べたが、地区内には70歳前後で元気な老人は多数いる。これらの人はパートで仕事をまだ続けている人も少なくないが、2/3はほぼサンデー毎日の状態の人で雑用・家事・趣味やスポーツで毎日を送っている。2年ほど前に生まれた「垣根剪定ボランティアグループ」は地域の公園や緑道（市公園課管轄）などの公的な場所に生える雑草や雑木を刈ったり、中低木を剪定したりが仕事である。公園や緑道の美化に対しては地区自治組織に対して年間30万円ほどの補助金が支給されるので、これで自治組織内の草刈機・ヘッジトリマー・ノコギリ・剪定鋏や掃除器具、燃料を購入し、ボランティアはこれらを使って活動し、労働力を提供するのである。最初は10名程度で始まったボランティア組織であるが、今や45名くらいに増えている。先に述べた「垣根剪定ボランティア」（目下VGは20名ほど）では、高齢や特別な事情のため自宅の垣根や庭の手入れが出来ない住民が、上記の地区社会福祉協議会が事務所を置くふれあいハウスに依頼して、これを垣根VGに伝達する。依頼者は作業量に応じて5,000円〜5万円程度の実費（燃料費・運搬費・ごみ袋費・ゴミ処理費用・お茶代）を垣根VGに支払うのである。現在、垣根剪定の依頼は年間20件程度ある。緑化VGは地区内の調整池（滋賀県土木部管轄）、河川内・土手、幹線道路（市道路課管轄）の草刈を実施したり、近くの公的な障害者医療施設の草刈や剪定も実施しており、喜ばれている。最近では老人施設への移動、配偶者の逝去、子供との同居などで住居を離れ〜住居の売却に回すなどで空き家住宅が増え約5%くらいになって来た。空き家住宅は衛生に悪い上、草木が伸び放題で防犯・防火にも悪いのでボランティア内に空き家清掃班を作り、家の持ち主（配偶者・子息・住宅会社など）と自治会長・民生委員が連絡を取りボランティアに連絡して垣根剪定を定期依頼をするシステムを構築している。空き家の垣根剪定を実施すると売り家が早く売れる傾向があるのは興味深いことであった。

もう一つは「送迎ボランティア」で、これは主として高齢者で車の運転ができない住民の買い物や医療施設、公的施設へのお出かけを支援するため、市所有の乗用車を無償で借りてボランティアが運転して送迎するものであり、今年9月から実施している。現在、利用者、送迎VGはともに10数名であるが、利用者は次第に増えている。但し、運転手の方は幾ら元気だと言っても75歳を越えれば運転に不安があるので、ボランティアを辞退した方が良いのではないかと思われる。

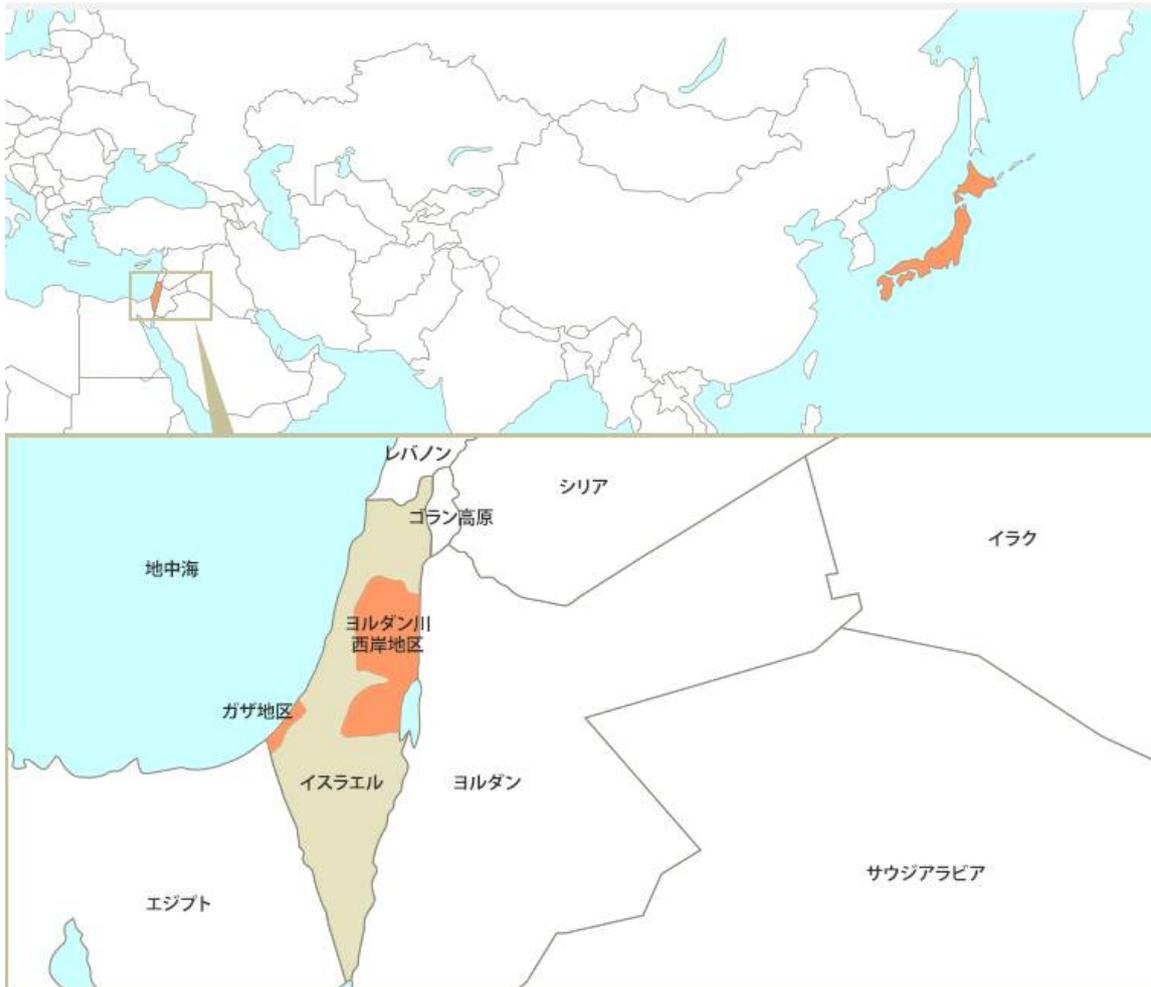
私は現在このような3つのVGに所属して、社会&地域貢献、地域の人達とのふれあい、暇潰し、自己満足、徳を積むこと、脳と身体の活性化、戸外に出ること を実践しているこの頃である。

枯草庵残光記 280 「イスラエルとパレスチナの紛争」

(2023年11月23日)

1. はじめに

イスラエルとパレスチナの隣国同士がまたまた紛争している。下図のイスラエル国土の区画の中にパレスチナ自治領（オレンジ色部分）が分散して存在しているが、今紛争が起こっているのは西南部のガザ地区と呼ばれるパレスチナ自治領で、ここは国家ではなく「パレスチナ自治区」と呼ばれてパレスチナ自治政府が自治を行っている。しかし、イスラエルの東端境を流れるヨルダン川西岸の地区は面積の60%以上がイスラエル軍事支配下に置かれ、パレスチナ自治区と言ってもイスラエルに常に厳しく監視されている。また、ヨルダン川西岸地区の各地には多くのイスラエル入植地も作られていると言う。



拡大地図でイスラエル（灰白色）とパレスチナ（オレンジ色）

ユダヤ人は2千年間に渡り中東・ヨーロッパを流浪し、キリストを磔にした民族として嫌われ蔑まれてきたが、1948年に第二次大戦戦勝国アメリカがシオニズムの高まりと共に国連によるユダヤ人のイスラエル建国を進めたのだ。そこに住んでいたパレスチナ人は第二次大戦終了後は発言力が未だ弱く、米英の戦勝国の言うがままに従って半ば難民としてガザやヨルダン川西岸地区の居留地に押し込まれたのであろう。今のイスラエルとパレスチナの紛争は1948年のイスラエル建国の際に無理・無謀した部分が噴出しているのではあろうか。

2. 流浪の民としてのユダヤ人

ナチス・ドイツは第二次大戦時に600万人のユダヤ人を迫害・抹殺したホロコーストまで起こして何故組織的にユダヤ人を迫害したのだろうか。ヨーロッパにおけるユダヤ人迫害＝「反ユダヤ主義」は一般的な現象で、第二次大戦後はシオニズムの高まりと共に表面的には低調となった。いわゆる「反ユダヤ主義」は宗教の問題に根ざしたもので中々消えるものではなく、イエス・キリストの死後に始まり2千年を経た今も続いている。

そもそもキリスト教はユダヤ教に起源を持つが、その後分離し、ユダヤ教はイエス・キリスト教の言う救世主として認めず、イエスを磔にしたユダヤ人の人々をキリスト教徒は蔑んだ。やがてキリスト教がヨーロッパに広がる中、ユダヤ人は「キリスト教を冒瀆する存在」として、人々から憎まれ、エルサレムから追い出され、ユダヤ人は2,000年の長い歴史の中で世界に離散し、迫害を受けてきた悲劇を受けて来た。職業も自由に就くことができなくなり、やむなくキリスト教徒が嫌がる金融業に従事し、そのため更にキリスト教徒から蔑まれていく。こうした「反ユダヤ主義」は20世紀、21世紀に入っても根強く存在しているが、第二次大戦終了後1948年のイスラエル国家の建設後は表面的な「反ユダヤ主義」はなくなったものの、イスラム国家の低い開発度・文化度・民族度・過度な人口・人権差別やイスラム教分派間での紛争～テロ発生が欧米日先進国で反発を招いている。唯、今ではイランやアフガニスタンのようなイスラム教国は、これらのマイナス点は欧米のキリスト教国が導き出したものだと反発を強めている。

3. アラブ国家に囲まれたイスラエル

第二次大戦終了後に高まったシオニズム（イスラエルの地にユダヤ人の故郷を再建しようという文化活動）を基にアメリカ主導の国際連合で、亡国・放浪の民族と言われていたユダヤ人の国家としてのイスラエルを現在地（歴史上ユダヤ人が住み、ユダヤ教を広め地であったらしい）に建国することが決まった。その時そこに住んでいたパレスチナ人は追い出されて大部分の人達は難民となり、今のパレスチナの狭い地域に押し込められたそうである。パレスチナは国連でも独立国とは認められておらず、オブザーバー資格で国連に参加している。人口はガザ地区とヨルダン川西岸地区の両地域を合わせて約455万人だそうで、その過半数が15歳以下の子供である。面積はヨルダン川西岸地区が5,655平方Km（三重県と同程度）、ガザ地区が365平方Km（福島市と同程度）です。問題はパレスチナの地が人口数に対して狭小で、好戦的なイスラエル人がパレスチナ人を常に監視し圧迫してきたことである。現在のパレスチナ人も他のアラブ人やイスラム主義国家の財政支援を得て武器を購入し、ハマスなどの過激組織もあって比較的好戦的な姿勢を取っている。

今のイスラエルの地には昔ユダヤ人が住んでいたと言う理由で第二次大戦戦勝主要国家のアメリカやイギリスの後押しがあってイスラエルが建国されたそうだが、一方そこを追い出され～圧迫されて来たパレスチナ人にはとても許せないことだったろう。イスラエルにしても折角得られた国土はアラブ人の反発があっても守らねばならず、軍備を増強し数次に渡る中東戦争や紛争でも有利に戦ってきた。イスラエル政府とパレスチナ解放機構（PLO；アラファト議長）の間には、争いが混沌としている中にも度々話し合いが行われてきたが根本的な解決には程遠い状況である。

またパレスチナ難民は、国連の「国連難民高等弁務官（UNHCR）」や「国連パレスチナ難民救済事業機関（UNRWA）」の管理下に置かれているそうだが、目立った解決策にはなっておらず、パレスチナやイスラエルにとっては戦争・紛争に頼らざるを得ないのが実情かも知れない。なお、パレスチナ難民はイスラエル内だけでなく多数の周辺国に分散して存在しており、今ではUNHCRが把握している難民はイスラエル国内及び周辺国（エジプト・レバノン・ヨルダン・サウジアラビアなど）に638.8万人いると2021年には統計されており、この数から推し量ると2,590万人と言われている世界難民総数の5人

に一人はパレスチナ難民になる勘定だ。パレスチナ難民はイスラエルの周辺国にも多くいるが、中でもレバノンのパレスチナ難民の生活状況は甚だ厳しいそうで、受入国や難民のどちらにも苦難であろう。パレスチナ難民はイスラエル絡みだけでなく避難先のシリアでの内戦（2011年以降現在も続いている）によるシリア人難民とも合わせて700万人いるそうで、混乱を極めている。

3. 3つの宗教が関わるエルサレム

もう一つ面倒なことはイスラエルの首都イスラエル（Jerusalem）がユダヤ教とパレスチナ人のイスラム教の聖域が同じ都市エルサレムに同居していることで、更に欧米国民に多いキリスト教の聖域もエルサレム



首都エルサレムはパレスチナとの境界にある

であり、3つの宗教の聖地がエルサレムで混沌として共存していることだ。キリスト教の聖域とイスラム教の聖域が“なげきの壁”を境として接している。3つの宗教はお互いに譲り合わず尊敬していないそうだが、とくにイスラエルとパレスチナはエルサレムで今も壁1枚を隔てて夫々が夫々の教義を崇め合っていて、聖地も両支配地区から接近できる境界にある。但し、カトリック系キリスト教では現在の本山（聖地？）はイタリアのローマ市内にあるバチカン市国の法王庁に移されており、エルサレムを不可欠な聖地と崇める心意気からは少々外れている様に思

われる。

3つの宗教の聖地がエルサレムに集まる理由は、これら3つの宗教は歴史上元々同一の神に発するそうで、根本は同じであるためと言う。歴史的には、ユダヤ教の経典であるタナハ（≡キリスト教における旧約聖書）からキリスト教の新約聖書やイスラム教のコーランが生まれたと言

われている。同じ経典・宗教から生じたものであれば「お互い仲良くしろよ」と言いたいところだが、キリスト教とイスラム教は今では教義のみならずアラブ国家ではイスラム教を国教としたり、人々の生活様式に深くイスラム教が関わっていると言う。キリスト教とイスラム教、イスラム教の分派の争いは国際的にも敵対的な関係を作っていて、仏教における分派同士がお互いに尊重している“和を貴ぶ”様相とは大いに異なっている。

4. 中東のイスラム国では政教分離が出来ていない

イスラム国家は一般に概ね低開発国家が多く、人口が多くて国民の教育の質や生活レベルや人権レベルが低い様に見えるが、それらの現象とイスラム教の教義に何か関係があるのだろうか。イスラム教では一夫多妻制（4人までの妻帯可能）、児童婚、男子家長制、女性の顔を覆うニカブ、女性の義務教育・社会進出を抑制するなどの制度があって、女性の社会進出や進学などの人権が甚だ阻害されている。特に欧米の女性の肌出しルックやショートパンツスタイルは全く阻害されている。イスラム教民族が女性にブルカなどを強要し女性の社会進出を抑制するのは、社会秩序を怠惰・色欲から防御するためと思われ、これは仏教においても「女人禁制」などの習慣として昔にはあった。



イスラム教徒女性の顔を隠すブルカ
(ニカブ・ビシャブとも言う)
[Yahoo 検索ページより引用]

イスラム国の中でもブルカを強制させていない国がある一方で、アフガニスタンの様に着用を強制する国もあるし、欧米文化の流入を阻害する動きがある。キリスト教国の中立国スイスでは今秋「公衆の面前でブルカの着用を禁止する法律」が可決された。ブルカやニカブなどのベールは女性の品位をおとしめ、民主主義と自由の価値観を否定するイスラム教を象徴するものだろうか？ それともその反対に、ベール着用禁止

は不寛容の表れであり、プライバシーや宗教の自由を侵害し、政治的プロパガンダを目的とした象徴的政策なのだろうか？ 一方でイスラム国家は石油・ガス・鉱物などの資源を有する国家が多く、資源売却で経済が成り立っている。欧米日などの先進国やキリスト系・イスラエル支援国家はそのイスラム国家の資源に頼らざるを得ない点も面白い。

文献

1) パレスチナ問題とは

<https://ccp-ngo.jp/palestine/>

2) イスラエルとパレスチナは「なぜ対立？」

https://www3.nhk.or.jp/news/special/news_seminar/

枯草庵残光記 281 「スマホ紛失の失敗記」

(2023年12月7日)

1. はじめに

一週間ほど前に学生時代の親友2名と話が纏って京都昼食会を約半年振りにやろうと12月6日(水)11時半にJR山科駅で落ち会うことにした。12月6日は快晴の一日で気温も20度近くあり、風もなくて大変過ごし安い日だった。大事な話はないのだが年寄の愚にもつかない四方山話をあれこれ4時間ほど話をし、「家ではこの頃家内から指示される仕事や事柄が増えたなあ」、「この3人は奥さんがまだ元気でエエなあ」とか「昼食の会の小型同窓会をやってみたらエエかも知れんなあ」などの話が出たりして取り留めもないのだが、家での家内との少ない会話の埋め合わせとしては中々良い談話会であった。その日私はセカンドバッグなどを持たずに持ち物(主なものは財布とスマートフォン、ハンカチ・ポケットティッシュなど)はポケットに入れて出かけた。

その昼食会からの帰りのJRの座席でスマホを触っていたのだが、スマホが座席場所でポケットから滑り落ちたのか、紛失したことがJR南草津駅での降車後直ぐに分かった。スマホは重量の割には比較的重いので降車後に身体から離れたことに直ぐ気が付いた。今回の残光記はこのスマホの紛失の経緯について記すことにし、反省の材料としたい。

スマホの中にはアマゾン・Yahooオク・メルカリのネット通販の支払い情報や電話・メールなどの情報がわんさか入っているし、沢山の大切な情報が詰まっているので、悪い人間の手に渡ると悪用されるかも知れず、JR南草津駅改札口に行って探索を頼んでみることに決めた。

2. 駅改札口への問い合わせ

南草津駅の改札に行って「今行った上りの電車の多分3両目の優先座席にスマホの忘れ物をした」と告げた。若い駅員は「今行った電車なら、通過駅に電話を掛けてそこの駅員に乗り込んで貰って探して貰う方法があります。何両目ですか?」と聞いた。「多分3両目の優先座席だった」と答えたら、「駅員が列

車に乗り込める時間は1分も無いからはっきり何両目か分からないと駄目です。」との返事でこの件の問答は終了。それで、図のような「JR西日本お客様係お忘れ物専用ダイヤル」の電話番号を書いたチラシ（8cm×10cm）を1枚呉れて「此処へ少し時間を置いてから電話かけて聞いて下さい。」と宣言されて改札口でのやり取りは終わった。

**列車内・駅構内でのお忘れ物
についてのお問い合わせは
JR西日本お客様センターお忘れ物専用ダイヤル**

営業時間 8:00~22:00 年中無休

0570-00-4146(有料※)

※固定電話からは市内通話料金でご利用いただけます

お忘れ物チャットサービスでもお問い合わせできます
(営業時間 24時間 年中無休)
「おでかけネット→お問い合わせ→お忘れ物について→右下にあります」

JR西日本遺失物係のチラシ

60年程前の学生時代に東海道線の国鉄快速電車内に大事なものを忘れた事件があったが、翌日大阪駅の遺失物係に調べて貰った時の様子は極めて丁寧極まるもので、紛失届の用紙を綿密に書いて提出した後、男性係員はそれを基にあちこちに電話を掛けて調べて呉れた。その結果有難いことに、遺失物は西明石駅の遺失物係に保管されていることが分かり、1時間半ほど電車に乗って取りに行ったら事件は解決した。当時は学生の身分今は年金生活後期高齢者で、どちらも仕事はなくて気楽な身分だから直ぐに取りに行けるのだ。唯、気楽な身分だから忘れ物・落とし物をするのかも知れないが……。今回の係員の様子は極めて簡潔なものであり、国鉄時代と比べてJRの係員数が激減しているため、遺失物だけに一々丁寧に対応してられないのであろう。

3. JR西日本お忘れもの専用ダイヤルへ電話

それでJRの南草津駅前からバスに乗って一旦帰宅し、1時間ほど経過してからJR西日本の遺失物係（お忘れ物専用ダイヤル）に電話をかけた。掛けると日本語と英語で2分間ほどの案内「この電話料金は利用者支払いで、電話の内容は遺失物探索の正確を期すために録音されている」が録音で案内された。それが終わると「順番に繋いでおりますのでそのまま暫くお待ち

下さい」と自動音声が続く。繰り返し言って10分ほど待たされた後、やっと人間が登場し、案内係の女性が応答して呉れたので一心地付いた気分になった。先ず乗ったJR電車の様子（行先、乗った駅、降りた駅、新快速か普通か）と何を忘れたのか、遺失物＝即ちスマホの種類・外観・特徴・電話番号・取引の通信会社などの状況を聞かれた。



問題のスマホ iPhone8

そして

「今言われたことをデータとして遺失物のデータベースに送り、そして遺失物が届けられているかどうかを調べてみます。暫くお待ち下さい。」と言われ、2分ほど待たされた。その後、「探索結果が出ましたのでお知らせします。」

「お客様の遺失されたiPhone 8で白色のスマホをJR琵琶湖線の野洲駅で先ほど保管したとの回答が見つかりました。」と返事があり、誠に嬉しかった。無くしてから1時間半ほどしか経っていない

のにJRデータベースに登録がされていたなんて驚きで、流石情報化社会なんだなぁと驚いた次第である。

遺失物係の女性が

「このスマホについてどうされますか？」と聞いてきた。

「今自宅に居るのですが、これから出かけ、6時前後には野洲駅まで行けますので、そこで受け取りたく思います。」

「そうですか。それではその旨を野洲駅にこちらから伝えます。今掛けられている電話は誰の電話ですか？」

「家内の電話です。」

「そうですか。それでは暫くしてから今掛けられている電話、番号〇〇〇-△△△△-◇◇◇◇、に野洲駅から電話を掛けさせるので暫くお待ちください。品物の引き取りに際しては運転免許証の様なご本人であることの証明書が要りますのでお持ちください。宜しいでしょうか。」

「了解しました。」

聞くところによると、運転免許証やマイナンバーカードのような自分であることの証明証などを入れた財布などが遺失物となった場合は、別の「自分の証明証」を持参しないと遺失物の貰い受けは一般に難しいらしいが、これには少々エネルギーが要るらしい。

「以上で此方からの連絡は終わりますが、何か分からないことや、言い足らなかつたことは無いでしょうか？」

「ありません。有難うございました。」

「どういたしまして。ではこれで電話を終了し失礼させていただきます。」

と言うことでスマホが比較的短時間で無事発見されて有難い結果となり一段落の心持である。

4. JR野洲駅へ急行

家内に自家用車でJR南草津駅に17時45分頃に送って貰い、野洲駅までの切符を買って普通電車で出かけた。18時に野洲駅に到着し、改札口で駅員（50歳くらいの男性）に

「遺失物を受け取りに来ました。」と告げると

「お名前を言って下さい。」

「○△です」で話は通じ、白いスマホの入ったケースを出して来た。

「これでしょうか？」

「そうです。」

「それでは、この用紙に氏名・住所・電話番号を書いて下さい。」

「書きました。」

「免許証かマイナカードがありましたら見せて下さい。」

免許証を出した所、スマホで名前・氏名・電話番号は予め調べてあったのか

「住所・氏名」を確認して遺失物のスマホを手渡してくれた。

「届けて呉れた人の名前などは分かりますか」と聞いたところ

「その件ですが、今回は構わなくて結構です。」

「そうですか。それではどうも有難うございました。」

と言うことでスマホ紛失後約2時間で私の手元に無事戻ってきて大変嬉しく感じた。スマホを無くして直ぐに手続きを取った

ので遺失物と持ち主の関係も明白なのか、返還交渉は比較的簡単に済んだのだろう。日本と言う国は何と善良で平安な国なんだと嬉しく、有難く思った。感謝・感謝である。

(おわり)

「今後なくなる職業・職種 — 薬剤師・薬局は？」

昔はなくては不便な職業や職種が世の中の変化によっていつの間にか消えてなくなっていることに気付くことが多い。とくに最近では世の中の変化の速度が速いから余計だ。職業・職種がなくなる理由には、主に世の進歩・変化と後継者不足の2種あると思われる。前者の理由では例えば、江戸～明治・大正時代にあった金魚売り、ぼてふり等の歩き行商人は、車社会になってすっかり消えた。最近では、電話交換手や和文タイピストも電話システムやワープロ・パソコン・プリンターや電子通信網の発達で不要になったし、紙芝居屋さんも職業としてはなくなった。後者の理由では例えば、浮世絵の彫師・刷師の少数は芸術家として残るかも知れないが、採算の採れにくい藁細工・竹細工・飴細工職人・畳職人・蠟燭職人などは風前の灯だろう。伝統工芸の中でも、宮大工、特殊瓦職人、高級織物・染色職人などは高級感があるので需要を満たす人数程度は存続するだろう。ここに上げた例は日本の伝統工芸文化とも関係しているので、政府や地方行政のサポートが必要だろうが、費用対効果の面で中々そこまで思考が及ぶ政治家も少ないので、何時まで支えられるか心配だ。

以前に読んだことのある司馬遼太郎のエッセーの中で、将来なくなる職業の一つとして薬剤師が上げられていた。司馬遼太郎の父親は大阪の浪速区で薬局を経営していた薬剤師で、戦前・戦後の薬剤師の職能や薬局の営業内容は今に比べてレベルが低く魅力に乏しいものだったから、傍で見ていて余り重要性を感じなかったのだろうか。しかし、西暦2000年頃の日本の医療界は医師が、例えばCTやMRIなどの新技術の導入の導入・進歩が続き、勉強のために極めて多忙となった。そのため医師の投薬ミスによる医療事故が続いた結果薬剤師の重要性は増えて医薬分業の社会的な要求が進み、調剤薬局の設置の機運が生まれて来た。そもそも、医薬分業は西洋では「病院で診察を受け、医師発行の処方箋を町の薬局に持って行き薬を貰う」方式の医薬分業が昔から普通なのだ。その昔、医師が薬を持つと王侯や重臣が暗殺されかねず、ために医薬分業制が西洋では数百年前から採用され、一般化したとする説が有力である。一方日本では、昔から医師は「くすし」とも呼ばれ、診察・治療・薬処方・投薬・薬供給管理

のすべてを担ってきた。明治初期に公的な薬剤師資格が生まれたが、当時は西洋薬の国産自給国策で、新たに生まれた薬剤師は主として薬の製造・流通に携わった。

薬剤師が近代化した大病院で勤めるのは概ね20世紀に入る前後でその後も永く医師の手助けが主業務であった。平成に入り、国は医療事故防止と医療費（昨年40兆円）の25%を占める薬剤費削減の一環として、外来処方箋を院外薬局に出す欧米並みの医薬分業を奨励、現在その普及率は目標の7割前後に達し、それに伴い薬剤師業務の重要性と責任も増した。

医薬分業の主な利点は、

- ① 医師の診察・治療への専念化、
- ② 病院での過剰投薬撲滅、
- ③ 薬剤師による処方箋確認、
- ④ 副作用有無の対面・対話での確認や服薬指導による事故防止
- ⑤ 複数病院受診患者の処方薬点検、
- ⑥ 薬局での投薬履歴保管と活用、
- ⑦ 医療グローバル化

などが上げられる。

医薬分業を進めて行く上で国が掲げた薬局経営に有利な政策は後日“梯子外し”に合っている様だ。この外、在宅医療や介護医療にも薬剤師の需要が今後増えていくだろう。このようなことから、薬局経営や薬剤師は当分は安定した職業ではないかと思われる。ただし、スーパー化したドラッグや調剤薬局ではないタイプのOTC（市販医薬品）や雑貨・食品などを小規模に売る古いタイプの個人経営型小規模薬局は既に消滅しかけている。