

兵庫県保険医協会北阪神支部 臨床研究会

フレイル・サルコペニアは克服できるのか？ ～多施設共同臨床研究から見えてきたもの～

日 時 **2 月 17 日 (土)** 15 時 15 分～17 時
 会 場 JEC 日本研修センター伊丹 会議室 E (伊丹市中央 3-1-17 SR ビル伊丹 6 階)
 講 師 医療法人向坂医院 (大阪市平野区)
向坂 直哉 先生
 参加費 無料 (軽食付き)
 共 催 クラシエ薬品株式会社

厚生労働省は 2018 年度から本格的にフレイル対策を実施する。フレイルとは、加齢とともにみられるサルコペニアや運動機能や認知機能などの低下に慢性疾患の併存などが加わり、生活機能が障害され、心身の脆弱性が出現した状態である。健常な状態への復活が可能なステージであり、医療従事者には適切な介入がもとめられている。しかしながら、フレイルに対する薬物療法のエビデンスはかなり少ない。以前、われわれは東洋医学でいうところの気血両虚を伴うフレイル症例に対し漢方薬を投与し、速やかにフレイルから脱却しえた症例を複数経験した。この経験をもとに臨床研究を開始し、現在は大阪府と奈良県にある 6 医療機関の多施設共同研究へと発展し、今もなお進行中である。

増え続ける高齢者に対して私たちは何ができるのか。基礎研究で示された陳皮のグレリン産生促進作用、人参の AMPK 活性化作用、五味子の骨格筋 PGC-1 α 発現誘導作用などエビデンスが揃いつつある漢方薬の世界を紹介したい。

お問い合わせは、北阪神支部担当事務局 有本、小川(TEL078-393-1805)まで

2/17 北阪神支部 臨床研究会 **参加申込書** (返信 FAX : 078-393-1802)

参 加 () 人

地 区 () 市区町 () 医療機関名 ()

電 話 () FAX ()

お名前 ()



阪急伊丹駅より徒歩 4 分、JR 伊丹駅より徒歩 7 分
伊丹シティホテル北側

兵庫県保険医協会

北阪神支部 ニュース

2018 年 1 月 25 日号 No.278

発行者 兵庫県保険医協会北阪神支部
支部長 中井通治

〒 650-0024 神戸市中央区海岸通 1-2-31
神戸フコク生命海岸通ビル 5 階

☎ (078) 393-1801 FAX (078) 393-1802

http://www.hhk.jp/



犬も歩けば棒に当たる

北阪神支部長 中井 通治

あけましておめでとうございます。去年はいろいろお世話になり、心より御礼申し上げます。**保険医協会北阪神支部**をよろしくお引き立てください。

私は戌年ですので年男です。**戌**という字は十二支の十一番目だそうです。**江戸いろはカルタ**の第一句が『犬も歩けば棒に当たる』とか『犬が西向きゃ尾は東』とか分かるように分からない言葉が多いですが、前者は、本来は犬がうろつき歩いていると叩かれるかもしれない、というところから、「でしゃばると災難に遭う」という意味ですが、現在では「何かしているうちに思いがけない幸運に会う」という、反対の意味もあるようです。

ところで私も年をとりまして、日本人の良いところ、悪いところが分かってきましたが、もっと自分の意見を主張し、小さなことでコセコセせずに、大らかに楽しく生きる方が良いと思います。英語で一番感心するのは、” No, thank you” という言葉です。これほど Simple に「嫌だ」ということを嫌味なく言える言葉はないのです。日本語にはこのような言葉は見当たりません。日本語にははっきり断れる言葉がないのです。英語は動詞と前置詞でできているので、「YES」「NO」がはっきりしています。

Dynamic に Happy に未来を見据えて生きるのが Good です。赤ちゃんにできて、年配の人にできないのが『よく食べて、よく動き、よく眠る』。これが私の今年のモットーです。



会員投稿

俳句三昧の句養祭で リフレッシュ

宝塚市・沢村泌尿器科クリニック 澤村 新



石櫃に句を納める参加者

第 1 2 回句養祭のための伊予松山への旅が始まる。句養祭とは、俳句結社「雲雀」(主宰は宝塚市の岡本純子先生)が年に 1 回、香積寺(愛媛県松山市)で行う式典で、全国の会員が一年間に俳誌「雲雀」に投句された句稿を住職の読経と供に供養し、お焚きあげを行う。記念句会のために作った句は毛筆で各自書き上げ、石櫃に納める儀式である。

金曜日に旅立ち、土曜日の午前中は日曜日の記念句会の選句をした後、大街道にある繁華街をぶらぶらしながら駄句を捻り出す。鯛釜飯を食べた後、道後温泉にある正岡子規の記念博物館へ向かう。ポスターには「十年の汗を道後の温泉に洗へ」とある。例年はざっと見るのだが、伊予国の歴史、江戸時代の松山藩時代、幕末維新の歴史などや子規の年譜などを丁寧にしていると肝心の俳句にたどり着く前に閉館のアナウンス。ヘチマを季語にした絶筆三句の最終コーナーの前で妙にしんみりとする。夜は瀬戸内のとれとれの魚で一杯。

翌日の日曜日、午前中は句養祭、午後から記念句会で各自の選句を詠みあげ、主宰を中心に選評が行われる。残念なことに私の句は一句も互選では選ばれなかったが、主宰の特選に入った「神の留守仕事さぼりて句養祭」を褒めていただいたが、「さぼりて」は、「本日休診」位にすればとのこと。かようにおおらかな俳句結社なので、私ですら 1 2 年以上も続いているのである。夜は俳句談義を肴に酒宴を催し、瀬戸内の魚介類をはじめ「坊ちゃんビール」や、もろもろの地酒でほろ酔いに。翌日月曜日は第 2 回雲雀全国合同句会が雲雀記念館で行われ、お開きとなった。

これまで泌尿器科医として患者様の排泄物と格闘し、汗まみれだった仕事一筋の私がほんのつかの間、休診し俳句三昧の楽しいひとときを過ごすことが出来た三日間でした。そして気分もリフレッシュ。明日からまた頑張るゾ!! そして来年も参加したいなあと考えている。

「神の留守本日休診句養祭」 いるふ



幹事会だより

第 364 回 12 月 7 日 (木) いたみホール 参加 7 人

- ◆北阪神支部の会員数と組織率
1/1 現在 医科 340 人 (75%)、歯科 191 人 (59%)
- ◆情勢と医療運動対策
新春政策研究会 (1/20)、学術研究会 (2/17)、接遇研修会 (4 月) など支部企画や医療をめぐる情勢について意見交換した。
- ◆当面の支部活動
2 月 17 日 臨床研究会「フレイル・サルコペニアは克服できるのか？」
於・JEC 日本研修センター伊丹
講師 向坂 直哉 先生 (医療法人向坂医院 (大阪市) 院長)
- ◆次回幹事会
2 月 1 日 (木) 14 時 30 分～ いたみホール会議室 3
お問い合わせはTEL 078-393-1805 有本・小川まで

健康情報テレホンサービス

通話料無料 (0120) 979-451



＜ 2 月のテーマ ＞

- 月曜日 おねしょ (夜尿症) と子どもの自立
- 火曜日 歯ぎしり
- 水曜日 妊娠と痔
- 木曜日 味が変わる、味がわからない
- 金土日 かかりつけ薬局・かかりつけ薬剤師を決めよう

＜ 3 月のテーマ ＞

- 月曜日 女性の外陰部のかゆみと治療
- 火曜日 いつまでするの？子どもの仕上げ磨き
- 水曜日 立ちくらみ
- 木曜日 打ち身や切り傷の手当
- 金土日 手足にぶつぶつができれば一掌蹠膿胞症—



☆北阪神支部ニュースへの投稿を募集しています

支部ニュースへの投稿を募集しています。
日常診療にかかわることや、主張、趣味のお話などお寄せください。

TEL 078-393-1805 / FAX 078-393-1802 e-mail arimoto@doc-net.or.jp 担当：有本まで