つくる健康

京都医療生協

第206号　2023年（令和5年）1月1日
発　行　所／京都医療生活協同組合
京都市中京区聚楽廻東町2番地
視力センタービル地階
☎075(822)2286 FAX075(822)6133
発行責任者／宮　本　　和　明

メルスプラン会員の田中花子さん

中学3年からずっとナカノ眼科です

母、私、娘でファン。友達も紹介しました

コンタクトレンズ歴３０年以上の田中花子さん（仮名）（似顔絵）に聞きました。

×　　×

中学３年生のころ。乱視で、かけていた牛乳瓶の底のような分厚い眼鏡がイヤでイヤで。部活のバスケットボールもぼやけたままでやっていました。そんなときコンタクトレンズを着けていた母に勧められ、京都駅前診療所でハードレンズにしました。世界が一気に変わりました。嬉しかったですね。

今は〇２です。よく落とすので、10年程前にメルスプランに入りました。スキーが好き。ゴーグルを着けたり外したりするときコンタクトレンズだったらわずらわしくないですね。いっしょに滑る娘にも勧めました。３世代続くナカノ眼科ファンですよ（笑）。

実は、一度浮気をしました。しかし他所は従業員さんが少なく検査も頼りなく、目のことなので不安になって戻ってきました（笑）。戻ると、やっぱり安心、少しぐらい待ち時間が長くても（笑）。

こんなこともありましたよ。だいぶ前のことですが、ハードレンズの新しい洗浄の仕方を習った時。教え方が上から目線でねぇ…。でも、休日もいけるし、予約もできるし、総合的にはやっぱりナカノ眼科です。この前も友だち２人を紹介しましたよ。もう４人ぐらい。

こんなこともありました。でも…

患者さん第一で移転準備
全職員の思いと知恵が反映

ナカノ眼科朝日会館診療所がいよいよホテルオークラ京都の地下２階（写真）に移転。オープンに向け全職員上げて準備をしています。患者さんがスムーズに移れるようにと、同診療所サブマネージャーを中心に設計図は10回以上書き直し出来上がりました。

手術用最新鋭システムを導入
まぶしさ軽減。手術環境の向上

ナカノ眼科本院は、手術用の最新鋭システム「NGENUTY3Dヴィジュアルシステム」（写真）を導入。従来のアナログ顕微鏡に代わるもので、拡大された視野での複雑な外科的作業がやり易くなり安全性が高まります。患者さんにとってもまぶしさが軽減されます。

新年のご挨拶

ウサギと目の病気

京都医療生協 理事長　宮本　和明

明けまして、おめでとうございます。

ケンタウロス、グリフォン、ケルベロス…、変異株の名前がまるでカードゲームの様相を呈してきたコロナ禍も３回目の新年を迎え、依然、終息の兆しも見えず、現在第８波の只中にあります。しかしながら、現在のウイルス株は、感染力は強くても毒性は弱く、重症化率が低く抑えられているため、政府は、感染拡大でも行動制限はしないと「ウィズ・コロナ」へと舵を切っています。感染症法上の位置づけを、インフルエンザ並みの「５類」への引き下げも検討され始めました。コロナ疲れの毎日が、コロナ禍前の当たり前であった生活に早く戻れることを祈りたいと思います。

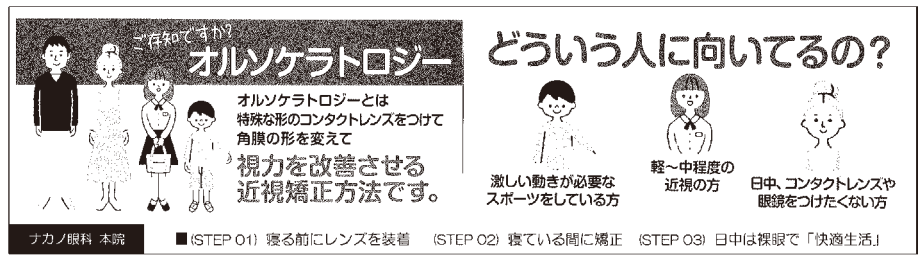
今年は卯年です。当てはめられている動物はウサギです。それにちなんで、ウサギにまつわる目の病気についてお話したいと思います。

白目が充血して赤くなると、よく「ウサギの目みたい」と言われます。これは、私たちがよく見るウサギが白いウサギで、その目が赤くみえることがその理由です。白ウサギは、メラニンという黒い色素が薄く、眼球にもその色素の量が少ないため、虹彩や眼球そのものの血管の色が直接見えてしまい、眼底からの光の反射で目が全体に赤く見えるのです。

ちなみに、白ウサギの目が赤いのは角膜（人間では黒目に当たる）の部分で、人間の目が赤いときに言う結膜（白目の部分）は赤くありません。人間は、白目が赤くなると、何らかの目の病気が疑われますが、白ウサギの赤い目は違います。気を付けないとウサギさん、目の病気の発見が遅れるかもしれませんね。

また他にも、まぶたが閉じずに白目が見えている状態のことを、ウサギの目と書いて「兎眼（とがん）」と言います。顔面神経麻痺などで上まぶたを挙げる筋肉の動きが悪くなった場合や、怪我などで上まぶたがダメージを受けた場合などに生じます。ではなぜ、まぶたが閉じていない状態を兎眼と言うのでしょうか。最初にこの用語が使われたのは古代ローマ時代で、ウサギは目を開けて眠るとされたことが由来です。

しかし今では、ウサギは目を開けて眠らないことが判明し、５分に１回程度しかまばたきをせず、起きている時には常に目を開けているように見えることが、その理由となっています。ウサギのまばたきが少ないのは、敵が近づいてくるのを見逃さないように、目を長く開けていられるよう進化した結果で、病気の名前にされているのは不本意だと思っているかもしれません。



双眸

小学生の頃、隣家で電話を借りた。３回ダイヤルを回したが話し中で繋がらない。30円置いて帰ろうとしたら、掛かってないからお金は要らないと言われ、そうなのかと思った。社会人になり就職。勤務先へは公衆電話で定時の連絡。以降、ポケベル、ＰＨＳ、ガラケーと変わり退職した今ではスマホを愛用。思えば仕事上、必要な作業もワープロからパソコンの一太郎・ロータス１２３からワード・エクセル、そして電子メール。その度毎に動かない頭を叱咤激励してきた。通信手段の変化でも感慨深いものがあるが、昨今のＡＩ（人工知能）関係の進化には驚くばかりである。特に医療はＡＩの活用が期待されている領域の一つ。しかし、殺傷能力を持つＡＩの開発は勘弁だ。更にＡＩは便利になりすぎて人を楽にする方に追いやり、考える力や想像力をも奪いかねないという。もう戻れないかも知れない、あのドキドキして震える手で黒電話のダイヤルを回した少年には。考えようＡＩを使いこなす私たちの未来を。

（須賀修司）

4人の思い、想い　もっともっと患者さんに寄り添う年に！

患者さんと4医院と

本院 マネージャー　早田 さち

「眼科と言ったらナカノ眼科」「コンタクトレンズと言ったら京都コンタクトレンズ」と思って頂けるような患者さんとの信頼関係がもっと強かったと思います。８年ほど前の大徳寺前診療所の開所の時も（後に閉院）、信頼関係をゼロから作ることから始めました。来院困難な患者さんのために往診に行ったり、周辺地域の他科の医院さんや施設さんとの連携を模索したりしました。今のナカノ眼科で同じことをするのはなかなか難しいかもしれません。しかし患者さんとの信頼作りは変わらぬ目標だと思います。患者さん第一に、時代のニーズもふまえ４診療所連携していきたいと思います。

地域の患者さんと

四条分院 マネージャー　佐々木 文美

65年前の開設以来の、また現在の日本生命ビルに移転してからの、地域の患者さんが来てくれています。午前中は診察目的の方が、夕方はコンタクトレンズの若い人が、多いです。

コロナ禍が続いて、毎日業務に追われて、職員間では、なかなか仕事以外のことでのコミュケーションがとれていません。仕事以外のコミュケーションは、職場の空気を変え、さらに患者さんへの優しいまなざしや言葉遣いにつながる「栄養」と思っています。

患者さんに、昔以上に満足と安心をしてもらえる四条分院にしたいです。

府外から帰ってきても

京都駅前診療所 マネージャー　松本 ちづる

ＪＲ京都駅前という地の利からでしょうか、府外の方も多いです。三重県や岐阜県の遠いところから実家が京都だからといって来院されます。そんな患者さんに、ナカノ眼科で、受診して、コンタクトレンズを着けて、良かったと思って帰っていただく、を目標にしています。コンタクトレンズの装着でフィットしているかいないか微調整を繰り返します。いろんな検査も、気持ちを患者さんに近づけて行っています。一つひとつ細やかに接することが患者さんの満足につながると思うからです。

今年も、さらに切磋琢磨する職員であり診療所でありたいと思います。

移転で関係育みたい

朝日会館診療所 院長　清水 恵美子

朝日会館診療所は1975年に開所して47年になります。これもひとえに患者様がこの診療所を信頼していただいているからだと感謝しております。今春、当診療所はホテルオークラ京都地下２階へ移転いたします。これを機に患者さんのご期待にもっと応えられるよう努力をし、新しい患者さんもお迎えできるようにしたいと思います。

「患者様に職員一人一人が寄り添い、優しい眼差しと思いやりで接する」この姿勢であり続けたいと思います。新しい診療所は、患者様とのより良い関係を育んでくれるものと思っております。

本年もどうぞよろしくお願いいたします。

総代選挙のお知らせ

京都医療生活協同組合の第１回総代選挙管理委員会が11月30日開かれ、2023年度総代選挙を次のとおり行うことを決めました。

①立候補・推薦受付期間＝2023年１月21日（土）～２月20日（月）
②総代の選挙区及び選挙区ごとの定数＝事務所及び各診療所、ホームページに掲示。定数百人。任期２年。
③届出＝立候補・推薦の届出は、所定の用紙により、総代選挙管理委員会宛に行います。
④立候補・推薦が定数内のときは、投票を省略して候補者全員を当選とします。

＊問合せ先＝総代選挙管理委員会
☎075-822-2286

おすすめの一冊

嵐山 光三郎著
『超訳　芭蕉百句』

前回に続き松尾芭蕉です。俳句は不案内ですが、旅好きの私には旅に散った芭蕉は惹かれる存在。本書には、「おくのほそ道は幕府の諜報を兼ねていた、との前提で百句を訳した」とあり、興味津々。

著者は芭蕉研究でも知られる作家。芭蕉19から51歳没までの百句を選び超訳、解説しています。超訳とは何か。「全句を現場検証したから」と著者。何事につけ現場を踏むと頭で考えたこととは違う光景が見えてきます。芭蕉について見えてくるのは裏の任務や人そのもの。結果、解釈に深み、面白味、人間味が増してきます。

「おくのほそ道」は仙台・伊達藩調査の旅とし、有名な「閑かさや」の句は、若くして近習として仕えた伊賀上野・藤堂家の主人蝉吟（せんぎん）を追悼するものという。また、紀行「笈（おい）の小文」も亡君同様に心触れる人物との禁断の旅日記といいます。そこには素の芭蕉がおり、心奥の想いを句に秘め、発しています。第百句は「旅に病んで夢は枯野をかけ廻る」。芭蕉、「旅」に死す。ちくま新書。　（松本忠之）

ファイル往復　⇨ 協同組合へ　⇦ 協同組合から

■ お便りコーナー

（総代Ａさんからいただきました）

■ 日本高齢者大会に５人参加

11月23日24日にロームシアターなどで開かれた第35回日本高齢者大会に京都医療生協から上木紀介、望月佳津子、田沼文江、加藤文子、川久保雄二郎の５人が参加しました。高齢者を取り巻く厳しい状況や抱えている問題を政治的社会的にとらえる場となりました。また「日本高齢者人権宣言」がアピールされました。

山極・京大前総長の大会記念講演

■ ライトハウスまつりに400人

中野信夫顕彰事業として寄付をしている京都ライトハウスの「まつり」が同会場で10月30日開催され、視覚障碍者の啓発活動などの紹介がありました。参加者は約400人。京都医療生協から清水泰治専務理事が参加しました。

家族、ボランティア、地域の人、
職員の楽しい交流の場になった「まつり」

■ 30年20年10年勤続表彰３人

京都医療生協の職員の2022年度勤続表彰がありました。30年の松本ちづるさん、20年の髙木史子さん（医師）、10年の井上道子さんが宮本和明理事長から表彰され、感謝の言葉を贈られました。「おめでとうございます」

■ ４人、新人研修２日間みっちり

ナカノ眼科の新人研修が11月11日と14日の２日間、千本ホールで行われました。参加者は４人、講師は（株）メニコンの教育研修部の方々。研修テーマは「屈折検査の基本知識」「メルスプランの誕生背景とメリット」「接遇マナー」でした。参加した加藤沙羅さんは「２日目の目の専門的な話が難しかったのですが、もっと勉強したくなりました。そして仕事に活かしたい」と感想を述べ、ポジティブでした。

講師の分かりやすい話を聞く参加者