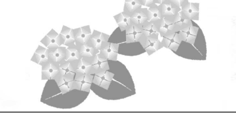
おやばと歌壇

長岡　千尋　選

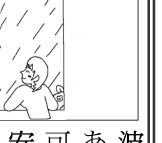
点描のごと渦潮に漁りの船さはさはと可太の大島　広島　波谷　櫻女
春風に静かに揺るる藤の花むらさきをかし光当たれば　千葉　安東　孝
白を誇るあまたの桜開くとも紀伊の奥地はさびしきところ　和歌山　橋本みい子
初日からテレビ桟敷で観戦の勝っても負けてもひとり拍手す　富山　正源　孝志
大脳のやうな瘤ある藤の巨樹老木なりしがんばり咲かす　岡山　赤堀千恵子
こんなにも亡き人が皆すごくなる弔辞というは不思議なものよ　秋田　戸沢ケイ子
鶯のぎこちなき声枕元目覚めさはやか朝の楽しみ　新潟　渡邉　康男
文旦の上品な味教えたくミカンどころの友にも送る　高知　大平　悦子

〈選者作品〉
潮目はや濃青となりて奔りゆく瀬戸の岬のいやはてに立つ

（葉書で三首以内、一月・五月号は十五日、その他の月は二十日必着）



歌壇鑑賞



波谷櫻女氏・漁の船が点描のように見える。激しく渦巻く波の上に。ああ周防の大島よ。―点描という比喩の言葉が新しく、現代的だ。可太の大島は『万葉集』にも詠まれた歌枕、屋代島ともいう。

安東孝氏・松の木にからみついた藤が風になびく。松の藤靡だ。これは藤原氏の繁栄の象徴として中世以降図案化された。―奈良の談山神社（祭神・藤原鎌足）の古縁起では、当山での「大化の改新」の談合の折り、不思議にも藤の花が盛りであった。中大兄皇子は当時、中臣と名乗っていた鎌足に向かって、「この企てが成功して、もしわしが天皇になったら、おまえの姓を藤原と名付けようぞ」と約束したと、伝える。松の藤靡はこの伝承が原点になっている。ちなみに、鎌足の誕生地、飛鳥の大原には藤の井戸があった。藤原のふじは、本来、淵で、中臣氏は水の祭祀に関わる神官の家であった。実は鎌足の誕生地、大原のすぐ裏山が談山の峯であり、ここに鎮まっている水神（おかみのかみ）を祭っていた。その神聖な水を、天皇の禊ぎや飲食の水に使用するため奉仕した巫女が、中臣の女だった。そして天皇の御子を産む。このおんなが多く天皇の奥方、妃（后）になった。藤原氏の繁栄はここから来ている。藤は水の呪術の花である。

橋本みい子氏・現代人は、桜といえばピンク色に泡立ってみっしり咲くソメイヨシノを思い浮かべるだろう。しかし、本来、桜は山桜で、清楚。散り際は白くなる。紀州の奥といえば熊野であり、くまは隈、神、隈は通じているから、恐ろしい熊も神である。

〈千尋〉

おやばと俳壇

榎　利風　選

羽衣の松の遥かに五月富士　静岡　宮本　立男
天竜のなぞへの畠の茶摘みかな　同

羽衣伝説の松、日本三大松原の一つである三保松原からの景を詠んでいる。雪を頂いた富士と松の青さが目に浮かぶ写生句

思ひ出の褪せし写真や昭和の日　島根　今岡　吉博
こんもりと庭の一画さくら草　同

作者の昭和は何年前なのでしょうか。セピア色の白黒写真に万感の思い出が募る。しみじみと懐古に浸るのも昭和の日の過しようです。

のどけしやボール遊びの父子かな　長崎　長与　八天
その上のぼた山今に若葉風　同

野球なのかサッカーなのか、幼な児なのか少年なのか読み手の想像が膨らみます。子供がいやと言うほど遊んであげたいものです。

客一人ひろひバス行く青葉風　新潟　中条　護
少年の髭うつすらと端午の日　同
自ずから息深くなる青田道　秋田　戸沢ケイ子
散る桜古い手紙は燃やさうよ　同
豆飯や湯気の立つものみな馳走　滋賀　駒野　牧堂
イラストの変はる俳句誌新茶汲む　同
ジャーマンアイリス玄関の華やげり　愛媛　岩藤　富子
ふる里の空はまつさを鯉のぼり　同
牧牛の瞳に映ゆる新樹光　鹿児島　中園美智代
病牛の潤む瞳や若葉冷　同
山笑ふ工事現場のクレーン車　新潟　岩佐香洋子
柿若葉アパートの窓開かれて　同
子を諭す口調平らか松の花　島根　安食美津子
花衣見えぬ病のひとつ秘む　同
竹の子が背筋のばせと吾に言ふ　千葉　前之園亮一
卯の花のおぼろに浮かぶ夕まぐれ　同

さくら蕊ふるやのたりと被爆川　広島　波谷　櫻女
はつなつや満月ぽんと上がりけり　同
吊り橋に男の子二の足谷若葉　岡山　赤堀千恵子
手繰り寄す枝のやはらか椿落つ　同
腹満たす水団料理昭和の日　福岡　清水ミツ子
吹いて見せ吾子に吹かせるしゃぼん玉　同
パパの手を離れ自転車五月尽　青森　一戸　勇
津軽富士鏡写しの代田かな　同
梅香る寺の小路や野立席　宮城　今野　萌子
あさり採る浅瀬賑はふ人の数　同
夕雲雀落ちて草野となりにけり　滋賀　谷山　節子
山吹の一枝撥ねをる風情かな　同
三連の水車のしぶき夏立ちぬ　福岡　髙木　榮一
老いて住む小さな家やかたつむり　同
青楓揺れ間に覗く檜皮葺　愛知　臼田　松旅
翡翠の嘴に小魚胸を張る　同
芍薬の艶びかりせる玉蕾　埼玉　花岡　芳孝
鋤の先仏頂面の蛙かな　同
花咲くやねぶたの準備始まりぬ　青森　三又　芳雄
さくら散りわが世となりし花りんご　同
それと聴き心和める初音かな　新潟　佐々木　進
牛蒡蒔く種の微細に手の無骨　同
継ぐ歴史桜に託して閉校す　島根　橋本　雅夫
春闌けり余所の畑の青さかな　同
土手に添ふ花菜絨毯歩々軽し　埼玉　長坂　均
何もなく何もせぬ朝花曇　同

〈選者作品〉　**大手毬日に燦々と花の贅**

（投句歓迎、葉書に年齢と五句以内、六月は二十日締切です。）

健康の扉

第109回

心臓弁膜症について

質問　心臓弁膜症はどんな病気ですか？

回答・心臓には右心房、右心室、左心房、左心室の4つの部屋があり、血液を循環させるポンプの役割をしています。

全身から戻ってきた血液は右心房から右心室へ戻り、肺動脈から肺に送られ、肺で酸素を受け取った血液が左心房から左心室へ送られ、大動脈から全身に血液を届けます。

この一連の動きを私たちの体は一日におよそ10万回行っています。

心臓には血液の逆流を防ぐ「弁」があります。心臓弁膜症とは、その心臓の弁の開きが悪くなる「狭窄」、もしくは弁の閉じが悪くなる「閉鎖不全」が起こることで、心臓ポンプ機能に障害を来した状態のことを言います。

心臓弁膜症の原因は加齢に伴う動脈硬化が多く、その他には感染症・外傷・先天的異常により生じることもあります。近年は高齢化によって心臓弁膜症の患者さんが増えています。

左心室と大動脈の間にある「大動脈弁」の開きが悪くなる「大動脈弁狭窄症」と、左心房と左心室の間にある「僧帽弁」の閉じが悪くなる「僧帽弁閉鎖不全症」が特に最近では増加が著しいです。

質問　心臓弁膜症になるとどのような症状がありますか？

回答・心臓弁膜症が進行すると胸の痛みや息切れ、動悸、足のむくみ、体重増加などが出現します。しかしこれらの症状があるからといって心臓弁膜症という訳ではありません。

特に症状を持たれない方もおられ、実は心臓弁膜症に特徴的な症状というのはあまりありません。

そして無自覚のうちに運動量を制限されている方もいらっしゃり、一概に「症状がない」と言えないのも心臓弁膜症の診断を難しくしている一因です。

質問　心臓弁膜症の検査とはどのようなものがあるのですか？

回答・まずは問診で上記のような症状がありましたら、心雑音の聴取や心電図検査、X線撮影、心エコー（心臓超音波）検査などを行って判断します。

次に心臓弁膜症と診断されましたら、CT検査や経食道心エコー検査（胃カメラのような管を食道に入れて食道から心臓を確認する超音波検査）、心臓カテーテル検査などを行い、弁の状態や血液循環、心臓の形態、その他の合併症がないかを総合的に評価し、治療方針を決定します。

質問　治療はどのようなものになりますか？

回答・心臓弁膜症と診断されても無症状のことも多く、比較的軽度であれば検査での定期的な経過観察となります。

病状がやや進行してきている場合は安静や食事制限、内服治療となります。しかし、病状がかなり進行し重症となった場合は弁自体に対する治療が必要になってきます。基本的には外科的手術がメインになります。

自分の弁を修復する「弁形成術」や、弁を人工弁に交換する「弁置換術」を行います。弁の状態や年齢などを考慮し内科や外科を含めたハートチームで治療方針を決定します。

手術は胸を開く開胸手術が一般的ですが、近年では身体への負担も少ない小切開で手術を行える施設も増えています。こちらに関しても患者さんの状態を見ながら手術の術式が決められます。

先ほど「基本的には外科的手術がメイン」と述べましたが、実は近年はカテーテル（細い管）を使った治療も増えています。大動脈弁狭窄症に関してもこのカテーテル治療（TAVI）が2013年、日本でも認可され公的医療保険での手術が可能となりました。太ももの付け根などの血管からカテーテルを用いて、人工弁を心臓まで運んで留置する治療です。開胸などの必要性がないため身体に対する負担が小さいことが特徴です。

最新の治療がゆえに長期的に人工弁がどの程度持つかの耐久性がまだ分かっていません。今後の結果次第で年齢の基準は変わっていくでしょう。また僧帽弁閉鎖不全症もカテーテル治療が可能となってきています。閉じの悪くなった弁をクリップで摘まんで逆流を減らす治療（MitraClip）が日本でも18年から保険適応となりました。

こちらの治療に関しては、息切れや身体のむくみなど心臓のポンプ機能異常（心不全）が、十分な薬物治療がなされているにも関わらず何度も繰り返す方のうち、何らかの理由で手術が出来ない方が対象となります。弁の状態や患者さんの状態をみつつ治療を検討します。

自衛隊中央病院
循環器内科
循環器専門医　前川原　慧則

隊員の声

私とバスケットボール

第33普通科連隊（久居）本部管理中隊
3等陸曹　**廣部　太志**

私の趣味は小学2年生から始めたバスケットボールです。

きっかけは、父がミニバスのコーチをしており、さらに2人の兄と姉もバスケをしていたからでした。

当時はあまりバスケが好きになれず、すぐにやめたいと思っていましたが、小・中・高とやめることなくバスケを続けることができ、今では久居駐屯地のバスケ部と部外のクラブチームに所属しており、週に2～3日程度汗をかいています。

私はこのバスケという趣味を通じて2つの目標があります。

1つ目は久居駐屯地バスケ部として全自衛隊バスケットボール大会において入賞することです。

コロナウイルスも収束し、今年度は中方予選から開催が予定されていますので予選を勝ち抜き、全自衛隊バスケットボール大会でしっかりと結果を残せるよう努力します。

2つ目の目標は、2人の息子たちと将来同じチームでバスケの試合に出ることです。長男は3歳、次男はまだ生後6カ月なので息子たちが大きくなるまで私自身が現役でいられるかはわかりませんが、その日が来るまでは今の状態を維持できるように頑張ります。

自衛隊ファミリー

拝啓　自衛隊の皆さまへ

匿名希望

自衛隊の皆さまには、日夜、私共国民の護りのため、ご精励いただきまして心より感謝申し上げます。

私の長男は、昨年の4月より陸上自衛隊に一般陸曹候補生として入隊し、約一年間の勤務の後、個人的な理由から退職しました。今回、この一年間を振り返り、大変お世話になった方々に感謝の気持ちをお伝えしたく、投稿しました。

息子は、帰省する度に、部隊内でのことをよく話してくれました。最初の教育部隊では、新入隊員に対して丁寧に教育や訓練を行っていただいたことに、親としてとてもありがたく感じました。

その後、野戦特科隊の通信小隊に所属となりましたが、息子は飲み込みが遅いので、先輩、上官方にもいろいろご迷惑をおかけしているに違いないと思っていました。

しかしながら息子の話から、いつも実技や試験などについて本人がボーダーラインに達するまで、何度も何度も繰り返しご指導をいただき「人材を大切にしている」ことが伝わってまいりました。

何より本人が挫けそうになった際には、先任上級曹長より「一番は一人しかなれないけれど、努力はいくらでもできる」のお言葉をはじめ「陸上自衛官である前に、一人前の社会人となることが目標なんだよ」など、今日の社会では大切ながらも、ともすると忘れがちな内容を日々の訓練を通じて繰り返していただいており、学校や親の教育では叶わなかった「人間としての教育」を行っていただいていると、とても有り難く感じました。

また、先輩や上官方より、温かいお言葉を入れ替わりいただき、陸上自衛隊に厳しい中にも「一つ家」のような、温かみを感じました。運動部の経験などのない息子ですが、言葉遣いや姿勢が良くなり、帰省時などには家の手伝いで直ぐに片付けてくれたりもし、陸上自衛隊に入隊したことにより、成長させていただいたことを実感しております。ここに感謝の気持ちを申し上げます。

これからも皆さまのご活躍を祈念しております。ありがとうございました。

孫たちの活躍に期待

山口県自衛隊家族会　福岡　要

私は航空自衛隊に奉職後、平成9年に定年退官、次いで再就職も終え、現在は山口県自衛隊家族会防府市支部長として家族会の活動に尽力しています。

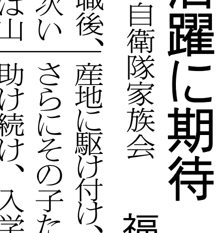
これから自衛隊一家のわが家の現況について紹介します。長女と二女は、私が航空自衛隊勤務中、自衛隊生活に共鳴したのか、相次いで航空自衛官への道を選びました。二女は部隊勤務中、同僚の隊員と結ばれましたが、互いの勤務地が遠隔地であったため止む無く退官しました。長女も同様に素晴らしい隊員と結ばれ、4人の子供たちに恵まれました。出産の度に家内が出産地に駆け付け、立ち会い、さらにその子たちの成長を助け続け、入学などの世話も代わりに行うなど長女夫婦も大変感謝していました。

その子供（孫）たちもすくすくと成長し、両親の生き方に共鳴、長女は防衛大学校の狭き門を突破して現在は4年生として勉学に励んでいます。次の子は高等工科学校（陸自）を卒業し、北海道静内で頑張っています。その次の子は、航空自衛隊曹候補生課程を卒業し現在第5航空団で勤務しています。そのまた次の子は陸上自衛隊曹候補生課程を卒業後、山口の第17普通科連隊で勤務しています。

娘夫婦、孫たちが国防の任について活躍している姿を見るにつけ自衛官を選んだことは本当に良い判断だったと思います。帰郷時の会話を聞きながら各部隊において、立派に活躍している姿を眺めつつ、孫たちの成長に祖父として目を細めている昨今です。（DW22）

自衛隊家族会入会のきっかけとその後

神奈川県自衛隊家族会横浜南地区会　関　義和



私の家族には自衛隊員はおりません。また私自身、子供が生まれ育つまで全くといってよい程自衛隊への関心はありませんでした。

そんな私が自衛隊を身近に知ったのは、乗りもの好きな息子が保育園の時に、イベントで護衛艦に乗艦したのが始まりでした。

隊員の方々とお話をする度に、ご自身たちの役割や仕事の内容について熱く語っていただいた姿にとても好感を持つようになりました。

普段私は、病院の看護師として、時折隊員の方を担当し看護させていただきます。状態が十分落ちついた時に、さまざまなお話を聴く中で、自衛隊への関心が増しました。その関心は、もう少し近いところから知りたい・学びたいという気持ちに変わり、一昨年度から海上自衛隊横須賀基地の基地モニターをさせていただいております。

基地モニターの研修や活動に参加する中、隊員の方たちを支えるご家族の大変さも垣間見えるようになりました。隊員のご家族を精神的にも物理的にも支える自衛隊家族会の存在を知り、その重要さを強く感じたことも入会の理由の一つになりました。

入会して半年、私自身の資格を活かして自衛隊の活動に少しでも貢献したいという思いから、陸上自衛隊予備自衛官補の試験を受けました。担当の広報官の手厚いサポートもあり、予備自補（衛生）の任命を拝し、今年2月に武山駐屯地で訓練を受けました。

一つ一つのきっかけや多くの方との縁に感謝しながら、これからも隊員の方々と自衛隊家族会の方々から学んだことや感じたことを自分自身の言葉で周囲に伝えていきたいと思います。

解答　数字　頭の体操⑮

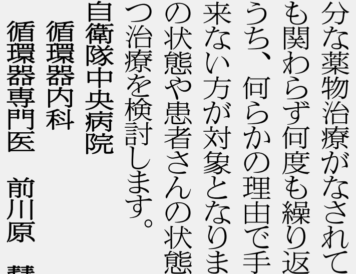
6000㍍を料金体系に基づいて分解します。

これを料金に換算して
740円＋80円×13＋80円＝1860円---（答）

いかがでしたか？

【雑説】
タクシー会社では走行時間における料金体系（時間毎の加算料金）も決めています。なお、走行時間はタクシーの平均速度と走行距離で決まります。

また、次回をお楽しみに
（問題は、4面）



バイナリーオンライン大学　株式会社 みらく
明るく優しい講師が 収入増大スキルを丁寧に指導！
超初心者も大歓迎 お家で学べる バイナリーオンライン大学 オンライン受講
毎週火曜21時～22時 3ヶ月199,800円（税込）
学長 伊藤 舞
収入を自分で増やすスキルは、生涯を通じて身につけて損はないはず
@mai_mai_mai02
itomai2022@gmail.com

土地や建物の調査・測量から登記のご相談
放生会不動産調査事務所
不動産の法律と技術のプロとして、みなさまの大切な不動産の権利を守ります。
□土地を兄弟で分けたい □家を新築した
□土地の払い下げ取得 □山林や畑に家を建てたい
□建物を2階建てにしたい □お隣との境界がわからない方
ご相談はお気軽に！ 無料相談受付中！
099-296-8282　放生会不動産調査 検索
〒890-0037 鹿児島県鹿児島市広木2丁目3番27-1F FAX.099-296-8283

時代を進化させるのは「人」である。だから・・・。
技術顧問・技術経営コンサルタント
講演・大学講師・セミナー
技術士（総合技術監理部門・化学部門）池田 和人
HP ホームページを是非ご覧下さい。 池田和人技術士事務所 検索
池田和人技術士事務所
［主］〒510-0034 三重県四日市市滝川町16-2 501号【お電話】090-9890-4559
［副］〒468-0074 名古屋市天白区八幡山1233【メール】spuk3vz9@outlook.com

首都圏を中心に関東一円で住宅・店舗の理想のリフォームを実現
自社一貫体制で仕上げ 対話と顧客目線を重視。
ユニットバス Before After! 店舗 Before
代表取締役 中里 親一郎
有限会社 トータルホーム中親
☎03-3948-0843 https://totalhome-nakashin.co.jp
〒176-0014 東京都練馬区豊玉南1-19-20 アイディーコート練馬グランコンフォール501

整体 グランツ武庫之荘
■肩の痛 ■腰痛 ■首こり ■慢性痛 ■頭痛
代表 山田 浩司
尼崎市内の出張整体にも対応
完全予約制 06-7896-1543 https://healthtune.info
〒661-0035 兵庫県尼崎市武庫之荘1-7-14 プラネックス武庫之荘102号

東京・谷中 永代供養墓
養傳寺内 久遠廟
送骨でどこからでもご遺骨をお受けいたします。
3万円で永代供養
平日 9:30～14:00 15:30～20:30
土日 9:30～14:00
お問合せ・資料請求は 谷中の杜 検索
NPO法人 谷中の杜 03-5834-8222
〒110-0001 東京都台東区谷中5-2-16