連載64 在宅医療奮闘記

平成7年より在宅を開始した私の思い出

（医）東西会 千舟町クリニック院長
橋本 満義（64歳・内科）

のどかな夏の日、四季を感じ自然と遊ぶ

近年、自宅療養の大切さや在宅医療の価値について、毎日のようにテレビ・新聞報道がなされ、国策プロパガンダが浸透してきました。確かに、人生の最期は病院ではなく自宅でありたいものです。

私が診療所で患者さんを診察していた20年前ごろは、冷暖房の整った環境の中で終日を過ごし、汗をかくといったこともあまりありませんでした。そのせいでしょうか、何か精神的・肉体的に違和感を覚えていました。しかし、患者さんのお宅へ訪問診療を始めてからは、体調が著しく良くなり、すこぶる元気になったのです。

ある日の午後のことです。気温がみるみる上昇するヒートアイランド現象にあった街中を通り過ぎ、どんどん北へと向かいました。やがて小川と森が見えると、のどかな静けさと小気味の良い水の流れを感じました。林の間をすり抜けたころには、やわらか味のある冷気が私の身体を包み込んでくれました。私は思わず、車からゴルフバックを取り出し、1本のサンドウエッジ（ゴルフクラブ）を手に持ち、川越えのジ・オープン（伝統ある英国のトーナメント）トラブルショットをイメージして、ゴルフボールを山奥へ向け打ちました。その時、「ナイスショット」と心の中で叫んでいる自分がおかしく、自己満足感が体中に漂っていました。

これらの仕草や行動が、東洋医学的治療・健康法のいわゆる“森林浴”や中国の“気功”となったのでしょうか。心・技・体がとても充実していることを確認した私が、はっと気がつくと、患者さん宅の玄関先に立っていたのです。

「こんにちは〜！！ 千舟町クリニックの院長です！！ 入りますよ〜！！」

私たち、生命体（動物・人間）は、DNAと環境にその行動を支配されています。ですから、毎日エアコンなどで終日コントロールされ、日光や風にあたらない環境は、体の日内リズム・月内リズム・年内リズムを狂わし、免疫系やホルモン系などの機能低下異常が起こります。

今回の件で私は、適度な目的意識を持って、汗をかきながら、自然とともに生きることの大切さを改めて体感することとなりました。

※ある時、若い孔子が老子に問いました
「先生、どのような学問をすべきですか？」
老子は
「特別に何も考えず、自然に生きたらいいよ」
そう答えて去って行きます。

「お医者さんが来てくれる」
24時間・365日態勢で対応（松山市全域）
私たちは質の高い在宅医療・看護・介護を目指しています。

医師数 19名
（常勤6名、非常勤13名）
内科・外科専門医 16名
（国立がんセンター勤務歴有3名）
精神科専門医 2名
麻酔科専門医 1名
（ペインクリニック科）
末期がん治療（緩和ケア）相談室開設！

Hyper Blood Viscosity（高血液粘度群）を科学する
臨床生命科学（体質・病態学、栄養学）研究所開設
機能強化型・有床 在宅療養支援診療所
（医）東西会 千舟町クリニック
松山市千舟町6-4-9 Tel:089-933-3788
http://www.touzaikai.jp/