



# 夕日に染まるミナレットとモスク

## ウズベキスタン共和国 ブハラにて

写真・文 堀直樹(乙訓)

8月のお盆休暇にウズベキスタン共和国を旅行し、サマルカンドを中心にヒヴァを含め5カ所を訪れ、青を基調とした多くのイスラム建築を堪能しました。その中でも古い街並みと建築物が融合し落ち着いた雰囲気のあるブハラが最も気に入り、その町のシンボルであるカラー

ン・ミナレットとモスクを夕暮れ時にアルク城壁の上から撮影しました。夏の青空の下でミナレットとモスクが真夏の夕日に照らされオレンジ色に染まっていくのがとても印象的でした。



# 残暑お見舞い申し上げます

2025年 夏 京都府保険医協会 役員・事務局一同



購読料 年8,000円  
送料共 但し、会員  
は会費に含まれる

発行所  
京都府保険医協会  
〒604-8162  
京都市中京区烏丸通蛸薬師  
上ル七観音町637  
インターワンプレイス烏丸6階  
電話 (075) 212-8877  
FAX (075) 212-0707  
編集発行人 花山 弘

銷夏特集  
京都を知らう 医史編 (2・3面)  
会員投稿 (4面)

ご用命は  
アミスまで  
●医師賠償責任保険  
●休業補償制度  
(所得補償、傷害疾病保険)  
●針刺し事故等補償プラン  
●自動車保険・火災保険  
TEL 075-212-0303

ボイストレーニングは高齢者にとって発声と若返りのために必要なトレーニングだと考える。これをするにによって声帯の衰えを抑え、ひいては声の明瞭化にもつながる。そのツールとしてカラオケがある。カラオケは日本では昭和の終わり頃ブームを呼び、カラオケ店が町中に溢れた。さらにカラオケルームも若者中心としてブームを呼んだ。この文化は日本独特の文化だと考えられる。

最近になってAIがその歌唱を採点する機能が付いた。採点は歌の善し悪しにかかわらず付くが、問題はボイストレーニングの効果がある発声

が重要だと考える。年を取ると耳介有毛細胞が衰え、歌唱そのものが理解できなくなる。したがって歌唱の善し悪しは専門家が若い人でないと判断できない。もともと歌は感性の問題であり、一概にAIの判断ではない。私の場合、歌は単調であり高音の伸びに欠ける点があるが、Aメロ調には自信がある。もともと家族全員が歌好きであり、ボイトレ教室の発表会にも私が参加することが決まっている。

発表者は時にはオリジナル曲を歌う人もある。ボイトレ教室の発表者の中にはプロ転向した人も何人かいる。



# 私のボイストレーニング

## 家族で歌好き 発表会にも参加

木村進(与謝)



### NHK ETV特集 「続・薬害の歳月」 薬害サリドマイド 事件60年」

2025年3月15日23時からNHKのETV特集「続・薬害の歳月」が放送された。これは、2015年に放送された「事件60年」が放送回である。NHKのETV特集「続・薬害の歳月」が放送された。これは、2015年に放送された「事件60年」が放送回である。NHKのETV特集「続・薬害の歳月」が放送された。これは、2015年に放送された「事件60年」が放送回である。

日ノ下医院の日ノ下文彦医師(西京は2014年から2021年3月まで厚生労働省のサリドマイド胎芽症に関する研究班長を7年間務め、さまざまな調査や研究、活動に従事した。今年で薬害サリドマイド事件が発生して60年あまりとなるが、障害を負った被害者は過用症候群や二次障害に悩まされている。この現実を医療や看護、介護、福祉に関わる多くの人に知ってもらいたいとの思いを寄稿いただいた。

調査を実施している。番組ではインタビューを受け、自身のコメントが放送された。

### サリドマイド薬害の実態

サリドマイド(Thalidomide)は旧西ドイツのグリュネンター社が開発・販売後、英国やスイーデンなど欧州各国、カナダ、ブラジルなどでも発売された。わが国では大日本製薬がグリュネンター社とは異なる合成方法でサリドマイドを製造し、1958年にイソミン<sup>®</sup>の薬品名で販売した。追って、他の数社もジェネリック薬を製造し販売した。

サリドマイドは安全な鎮痛剤、催眠剤として販売されたので、わが国でも多くの妊婦が内服し、その結果、さまざまな先天性障害を有するサリドマイド被害者が生まれた。特に、わが国ではレントン警告(下段参照)後も製品回収が遅れ、1964年までに計数百人の被害者が発生したと言われており、当時の厚生省が公認しただけでも309人の上った。サリドマイド胎芽症(以下、サ症)は上肢や下肢の奇形が有名であるが、四肢の奇形がほとんどなく聴覚障害や耳介の奇形など頭部の異常

常が主体のグループも存在する。公認された309人のうち、上肢低形成群<sup>1)</sup>わが国では上肢下肢ともに短い症例は極めて稀だが227人、聴器低形成群が63人、混合群が19人であった<sup>2)</sup>(図2)。同じサ症でも障害部位が異なるのは胎児の器官形成期において母体がサリドマイドを服用したタイミングの違いによると考えられている。

### サリドマイド訴訟と和解

サリドマイドによる重篤な先天性障害は世界中を震撼させたが、わが国のサリドマイド被害児の父母たちは「父母の会」を結成し、薬害に関する因果関係の立証と責任の所在を明確にするため、1963年、名古屋で初めて大日本製薬を被告とするサリドマイド訴訟が提起された。次に、京都地裁で国と大日本製薬を被告とする訴訟も提起され、以後、他の地域でも国や製薬企業を相手取った訴訟が提起され、1971年、全国サリドマイド訴訟統一原告団が結成された<sup>2)</sup>。

### 和解による賠償とその後の救済・補償

和解確認書に基づき、被害者は障害の程度に応じて3クラスA、B、Cに分類され、賠償金が父母に一律300万円、被害児にはクラスに応じて実質数千万円まで支払われた<sup>3)</sup>。賠償金の一部(億円)は「サリドマイド福祉センター」(現公益財団法人「いしずえ」)の設立と運営に充てられた。また、賠償金の一部はサリドマイド福祉センターに委託され、長期継続年金の形で年金を受け取れる仕組みも設けられた<sup>2)</sup>。

## 事件から60年サリドマイド胎芽症と薬害 過去の問題ではない今知ってほしいこと

日ノ下医院 日ノ下文彦 医師(西京)



(写真右)日ノ下医師(2025年6月23日、日ノ下医院にて) (写真左)サリドマイド研究班が訪れたSchön Klinik Hamburgにて 筆者中央、左端ドイツ人被害者の一人

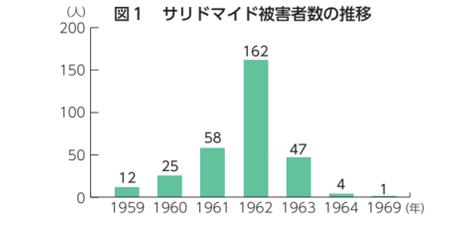


図1 サリドマイド被害者数の推移

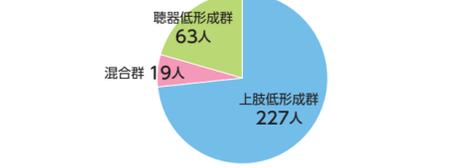


図2 サリドマイド胎芽症のタイプ別分布 (計309人:当時の厚生省が公認した人数)

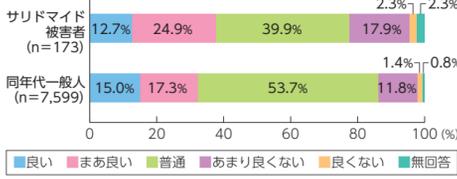
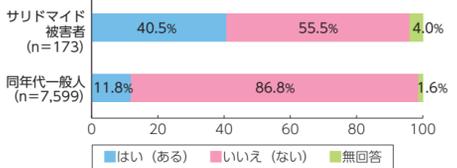


図3 サリドマイド被害者の健康状態 (厚生省の「国民生活基礎調査」における同年代一般人との比較:文献6より改変引用)



第2回国際サリドマイド胎芽症シンポジウム (=2019年7月14日、15日東京、筆者前列左端)

- 参考文献
1) サリドマイド胎芽症患者の健康、生活実態の把握及び支援基盤の構築に関する研究班(研究代表者 日ノ下文彦): サリドマイド胎芽症診療ガイド 2020. 厚生労働科学研究費補助金補助金(医薬品・医療機器レギュラーサイエンス総合研究事業)[サリドマイド胎芽症患者の健康、生活実態の把握及び支援基盤の構築に関する研究], 2020.
2) 一番ヶ瀬恵子、加藤一郎、西田公一: 鼎談 サリドマイド訴訟の和解をめぐる。ジュリスト 577:15-34, 1974.
3) サリドマイド訴訟常任弁護団: サリドマイド訴訟の意義 - その経過と和解の内容の評価。ジュリスト 577:47-59, 1974.
4) サリドマイド胎芽病患者の健康、生活実態の諸問題に関する研究班(研究代表者 日ノ下文彦): 厚生労働科学研究費補助金(医薬品・医療機器レギュラーサイエンス総合研究事業)[サリドマイド胎芽病患者の健康、生活実態の諸問題に関する研究]総合研究報告書, 2017.
5) サリドマイド胎芽症患者の健康、生活実態の把握及び支援基盤の構築に関する研究班(研究代表者 日ノ下文彦): 厚生労働科学研究費補助金(医薬品・医療機器レギュラーサイエンス総合研究事業)[サリドマイド胎芽症患者の健康、生活実態の把握及び支援基盤の構築に関する研究]総合研究報告書, 2020.
6) Hinoshita F, et al. A nationwide survey regarding the life situations of patients with thalidomide embryopathy in Japan, 2018: First report. Birth Defects Res 111:1633-1642, 2019.
7) Institute of Medicine (US) Committee on Quality of Health Care in America. To Err is Human: Building a Safer Health System. Washington (DC), National Academies Press, 2000.
8) 日ノ下文彦: 薬害について思うこと。医療 (8/9):372, 2017.
参考URL
いしずえ(サリドマイド福祉センター)。http://ishizue-twc.or.jp (2025年6月13日現在)

## サリドマイド薬害事件とは…

サリドマイド(thalidomide)は、1957年に旧西ドイツの製薬メーカー・グリュネンター社が鎮静剤、催眠剤として開発し、ほとんど副作用がなく妊婦も安心して服用できるという触れ込みで販売された。その後、1960年頃からドイツでは特別な誘因や遺伝素因がないにもかかわらず、先天性四肢障害(いわゆる海豹肢症など)を有する新生児が数多く報告された。当初はその原因が突き止められなかったが、ハンブルグ大学小児科

のWidukind Lenz博士が、海豹肢症の子どもを持つ母親の病歴、薬歴を徹底して調査し、おそらく妊娠中に服薬したサリドマイドが原因と結論付けた。そして、1961年11月、グリュネンター社の製造開発責任者に奇形児とサリドマイドの関係について説明し、製造販売中止を申し出る(いわゆるLenz警告)。グリュネンター社は最初抵抗していたものの、同年11月27日、西ドイツでの販売中止に踏み切り、妊婦が同薬を使用しなくなった奇形児は生まれなくなった。サリドマイドによる先天性障害(サリドマイド胎芽症、以下サ症)は日本、台湾、英国や他のヨーロッパ諸国などでも認められていたが、1961年末までに英国や北欧諸国では

サリドマイドの販売が中止された。同年11月17日、UPIがサリドマイドの重大な問題をニュースとしてわが国にも配信したが、日本では製品回収が遅れ、実質的に1963年半ばにやっと回収が終了したと言われている(図1)。つまり、レントン警告の後、未然に防げたはずの被害者が数多く生まれることとなった。ちなみに、米国では1960年9月、ウィリアム・メルル社からサリドマイド剤の発売申請が行われたが、アメリカ食品医薬品局(FDA) 新薬部門医務官Frances O. Kelseyが末梢神経炎の副作用が報告されていたことより疑念を抱いて申請を受理せず、結果的に米国ではサ症の子どもは生まれなかった。

ました。それは「立たない(立たない)体操」です。

普通の椅子に浅く腰掛け、両膝の上に手のひらを置きま

す。両手が膝の上になければ簡単に立ち上がれますが、両膝を両腕で抑え込む格好になるので、全く立ち上がるこ

私のおすすめ  
立たない体操

時や場所を選ばず好きな時に好きなだけ

西村茂(福知山)

筋、背筋などの総ての筋肉が、緊張と弛緩を繰り返します。

膝や腰が痛くて散歩などが十分にできない人でも、立ち上がりもしない運動なので、起

坐可能なら誰でもできます。テレビ鑑賞中や本・新聞など

を読んでいる時は手が空いて

によく効くので、メタボの方々にもお勧めです。後期高齢者、認知症、糖尿病の人たち

にこの新体操を勧めていますが、なかなか続けてくれませんが、一番の問題点は意欲で

「元気で歩けるようになろう」「メタボから脱却しよう」とい

道具も金もいらず、時間も場所も問わず、好きな時に好きなだけやればいいこの体操

を多くの皆さまに体験していただき、確かな効果が認められれば、京都発の新体操として

全国に広まれば幸いと考える昨今です。

心不全に対する足踏み体操の有効性は広く認知され、電動式の機械も市販されています。フレイルやロコモで立居

振る舞いの不自由な人たちがシャキツとなる簡単な方法はないものかと、長年の思案の末に次のような体操を考案し

はできません。この状態で10秒間全身に力を入れて、立ち上がろうと頑張ります。呼吸を止めたり、全力を出したりする必要は全くありません。

10秒間力んで10秒間休む動作を何度も繰り返すだけの運動ですが、両腕、両足、腰、腹痛にもなりません。

いるので、時や場所を選ばず、その気になればすぐ始められます。全身の筋肉の緊張と弛緩により、筋肉が鍛えられるとともにカロリーも消費されます。

単純な動作ながら何十回何百回と重ねれば、立派に筋肉痛にもなりません。意外と腹筋

う積極性に欠けるのです。自身はこの体操を数年来続けているせいか、若い頃のズボンが現在もはけています。起

坐さえも不可能な寝たきり状態の患者さんには、足踏み体操やベッドの中での手足の屈伸運動の指導をしています。



キリン学の第一人者 探究から解明の面白さ説く 宇田 憲司(宇治久世)



「キリン解剖記」 郡司 芽久 著、2019年9月10日 初版第4刷 (株)ナツメ社発行 税込1,320円

当院で受付・請求事務を手伝って

いる次女が宇治市図書館から借用して、妻も読んで勧めてくれたので、さっそく読んだ。感動の一冊であった。

最近、ジョー・ジョンストン監督作品の「ジュラシック・パークⅢ」(2001年、アメリカ)で、首長の草食恐竜はキリンのように長い首で、支えるのも動かすのも大変だろうと見ていたが、頸椎は脊椎動物・哺乳類の7個どころか、恐竜や鳥類ではもっと多く40数個になるのもあるとのことである。

著者は幼小児期からキリンに親しみをもち、東京大学入学後、シラバスで後期1~2年生用の全学自由研究ゼミナールに「博物館と遺体」を見つけ、指導教授がNHK「爆笑問題とニッポンの教養」に出演した遠藤秀樹氏であったことから、「キリンの解剖できますか?」と尋ねて応募した。各地の動物園でキリンに死が訪れると、献体の上、解剖場所の博物館に搬送してもらい、テーマとなった主に頸椎・頸部筋を解体・解剖することとなり、修士・博士課程へとも研究を継続することになった。今や「キリン学」の第一人者でもある。

医学部では教育課程で人体解剖実習があり、白菊会の篤志家から御献体いただき、脱血・ホルマリン注入・固定して保存し、学生実習には第2学年生が週3~4回午後半日、第1学期間をかけて行われる。私は今や整形外科・リハビリテーション科・小児科(妻担

当)の無床診療所開業医であるが、かつて学生実習し、その後、母校の解剖学教室で大学院生あるいは修了後は教官として、分子生物学での研究の1世代前は免疫組織化学を用いて研究し、学生指導もした体験がある。また、この著者の研究では人間で言えばヴェザリウスの時代の解剖学研究のようにも感じられた。私もラットを用いて脊椎の研究をした時には人間の頸椎は棘突起が頭部支持に7番目の隆起で「隆椎」と命名されるが、4つ足動物では第2胸椎が「隆椎」化していると気付いて進化論上の面白さを感じたが、それを推進する訳にはいかなかった。

著者が出会い接したキリンたちへの思いは、かつて私がラット等に抱いたことがあまりないもので、本来そうあるべきだったんだなと思えて心打つものがある。著者の探究方向は指導教授のヒント提供から、キリン第一胸椎に生じた頸椎的な動きからそこに付着する筋を見つけようと実際に遺体解剖して、近種のオカピとの比較研究などを加え、CT画像での証明をも追加し、主動筋はないが、第7頸椎の半量は可動し、高所葉摂食から水平面飲水への最大屈曲に移るに際してさらに50cm以上の可動域を獲得・維持して進化したものと、2016年2月に「キリンの8番目の“首の骨”」として、英国王立協会発行の科学論文誌に掲載された。本書では探究から解明へとワクワクする面白さがある。ぜひご購入下さい。



江戸時代は東海道の宿場。昭和時代は(小学校の教科書に載る)喘息とコンビナート。三重県有数の商工業都市、四日市はイオンの源、岡田屋創業の地。ここに秘鉄「あすなろう鉄道」が走ります。「あすなろう」は「明日にむかって、将来にわたって市民とともに育てゆく“未来への思いという意味だそうですが、鉄道ファンには「なろう」より「ナロー」。現役のナローゲージ(特殊狭軌線・線路幅が762mm)の鉄道で知られています。線路幅が狭いので車両も小さい、クリームとパステルグリーンの2色ボディの小箱。昔風の菱形パンタグラフが載る電車が可愛い。

「あすなろう」という木があります。外見は檜に似ても材質は檜に劣るため、「明日は檜になろう」ということで「翌檜」と書きます。「あすなろう物語」(井上靖の自伝的小説)、「あすなろう白書」(柴門ふみの漫画、TVドラマ。大学生生活を舞台にしたサークルの男女5人の青春群像劇)にも「未来は成ってやろう」の意

が込められていると思います。翌檜が檜に成れないようにベニズワイガニはズワイガニには成れませんが、なんと両蟹の子は「黄金ガ



あすなろう鉄道 — 結構な町に潜む滑稽な電車 — (三重県四日市市)

村上 匡孝(綴喜)



「二」。蟹の世界には成金がいます。閑話休題。ナローゲージです。昭和40年代までは全国にナローゲージの軽便鉄道が残っていた、私の本籍だった岡山県井原には笠岡や福山方面と結ぶ井笠鉄道があり、幼少時に駅で遊んだ記憶があります。令和の今日、我が国の現役ナローゲージ電車は3社4路線。運行距離最短の1社2路線があすなろう鉄道で、近鉄四日市駅の無機質なビルの端っこの無人駅から出ます。低い天井、対面近い向かいのロングシート、いい響きのモーター音に包まれて発車すると、予想以上に窓の近くを建物、電柱、植物が過ぎ行きます。内部線と八王子線に分かれる日永駅ではホームの間が三角形、下鴨デルタのような広場になっていて、桜の木と列車の台車が鎮座しています。ホームのベンチに座って3方向の単線からやって来た電車が停まり離合し出てゆくのを眺めつつ、四日市のソウルフード「とんてき」(にんにく香る濃い黒色ソースが絡んだ肉厚の豚肉ソテー)を頬張るのもおつなもの。地酒の神楽純米吟醸生酒(神楽酒造、四日市、三重)を伴に想うのは、さあ明日はどうなるろう。而して今を生きよう作りましよう。三重の美酒、而今や作が飲めるよう。

