



生方 享司先生
浜南クリニック(内・小・消)院長
神戸市医師会理事(広報部担当)

炎天下での運動、家の中のお年寄りにも要注意! 「熱中症」に」注意ください

に431名の方が、2004年には449名の方が亡くなっています。熱中症はどのような人に起こりやすいのですか?

生方 年齢別に見ると、0歳から4歳までの乳幼児、15歳から19歳にひとつのピークがあり、さらには30歳から59歳、70歳以上に死亡者が多くなります(図①参照)。

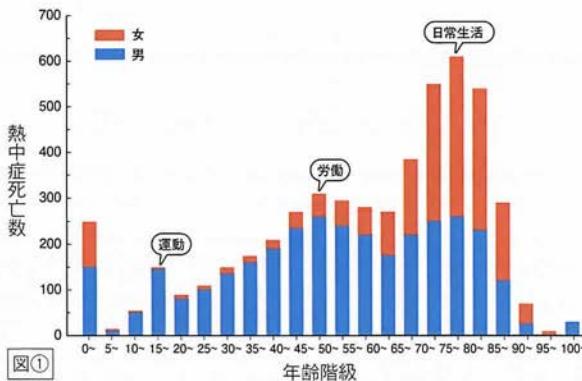
幼児の場合は、車の中などの高熱

ー夏本番です。
毎年この時期には熱中症の事故をよく耳にします。

生方 热中症はまさにその字のごとく、「熱に中る」という意味です。軽い脱水症状のものから、体温調節障害によって、全身の臓器が機能しなくなってしまい、死に至る重症例まであります。

ー熱中症による死亡件数はどのくらいでしょうか?

生方 热中症による死亡件数ですが、人口動態統計では、最近の37年間で合計50000人を超す人が熱中症で亡くなっています。全国で一年間に約139名の方が亡くなっているということになります。近年では、2000年



図①

ー熱中症には、どのような種類がありますか?

生方 以前は熱けいれん、熱疲労、熱射病などに分類されていましたが、最近は重症度を3つに分けて、1度、2度、3度に分けられています。1度は、手足やおなかの筋肉などに痛みを伴った痙攣が

環境に閉じ込められて、熱中症で亡くなってしまう、痛ましい事件を耳にします。青少年ではスポーツ活動中ですね。途中でやめると言えない、がんばり屋さんのお子さんは、熱中症にかかる危険が高いのです。中高年では高温多湿環境での労働が多くの原因になっています。70歳以上の方は、山歩きや、散歩などの運動中や、家の中など日常生活中でも起こります。身体は、本来、汗を出して、熱をコントロールするものなのです。が、湿気の多い家の中では、汗が出てくくなり、熱が体内にこもってしまうのです。家の中で、お年寄りが熱中症で倒れることが多いのは、そのためです。

起こりますが、全身のけいれんはこの段階では見られません。手足のけいれんめまい、立ちくらみが見られます。2度になりますと、

りします。涼しいところ、例えば
冷房が効いている場所や、風通し
の良い場所で休ませることが大

また、これらの処置で回復した場合でも、その後、必ず医療機関で診てもらうようにして下さい。

のけいれん、めまい、立ちくらみが見られます。2度になりますと、頭痛や気分が悪くなったり、吐き気、疲労感、虚脱感などのいくつ

—冷やせば冷やすほど
良いのですか？

一般的には、外出時には帽

ヨツク症状が見られるようになります。いずれにせよ、暑い環境の中では、集中力がなくなったり、ちよつと気持ち悪い、という事が熱中症の危険信号と考えてください。

—熱中症の手当や治療法について教えてください。

生方 まず、意識状態を確認する事が大事です。名前を呼ぶ、肩を叩く。次に呼吸、脈拍、顔色、体温などをチェックして下さい。意識がない場合は、一刻も猶予がありません。すぐに救急車を手配する必要があります。

軽症と思われる場合は、

水分を飲む」とも
大切なですね?

生方 1番目に休憩、2番目に冷却、3番目に水分補給の順に手当を行ってください。具体的には、衣服を緩めたり、脱がせたり

生方　水分補給は塩分を含んだ水、あるいはスポーツドリンクなどを与えて下さい。普通の水だけでは、汗になつて出てしまうだけなので逆効果です。塩分が必要です。

てください。夏の運動時には、アイスパック、うちわ、水に入れた霧吹き、食塩水、これは1リットルの水の食塩の2グラム入れたもの、あるいはスポーツドリンクなどを、ぜひ用意ください。



でん太の 教えてドクター



その⑤

「離乳期には、なにを食べさせたら?」

お話／足立優歯科診療所 足立 優 院長

Dr. さて問題。「母乳以外のものを食べ始めた赤ちゃんにはどんな食事がいいでしようか?」

でん太 しつかり食べて欲しいから甘くておいしいものにしたいんじゃないかな?

Dr. ブー、それは大きな間違いだよ。子どもに限らず動物はすぐにエネルギーに変えることができる甘いものが好きだけど、甘いものにエネルギーがかかると味覚形成において、甘いもの好き(甘味嗜好)になってしまふんだ。これがとても問題なんだよ。

でん太 なぜ、甘いもの好きになるといけないの?

Dr. 乳幼児の頃から甘い物ばかり食べつけていると、それが当たり前になってしまう、大きくなるにつれ、それよりもさらに甘い物を欲するようになってしまふんだ。このため甘いものが口の中に入る回数が増えてしまうことになり、むし歯になるリスクが大きくなってしまうんだよ。

さらに、甘いものを食べつけるようになってしまふとその甘さが基準になり、もっと強い甘さの食べ物でないと甘いと感じられないよう

になつてしまふから、さらに甘味嗜好が進んでしまうんだ。

でん太 でも甘いものを食べると虫歯になるというけど、歯磨きしたらいいんじゃないの?

Dr. 乳幼児のころはなかなか安定してしつかりと歯磨きをすることができないんだ。お子さんの歯磨きで苦労しているお母さんも多いんだよ。基本的に子どもが嫌がらずに歯磨きをさせてくれるようになるには長期にわたる練習期間が必要だから、その間にむし歯を作らないようにするには、甘いものを口の中に入れないのが最も効果的だからね。

おやつも重要

Dr. 小さな頃は、一度の食事でたくさん食べられないで、一日三食の主食をおぎなうものとして、「間食」をあげるんだけど、この間食の考え方も大切だね。「間食」おやつ=甘い」ものというイメージ、この考え方が危ないんだ。

でん太 ヘー、僕もおやつといえば甘いものと思ってたよ。おやつにはどんなものをあげればいいの?

Dr. そうだね、例えば、おにぎりや、お芋のふかしたものなんかで

もいんじやないかな。とにかく主食が補えればいいので、「おやつ」甘いもの「お菓子」といった発想にならなければいいと思う。とにかく子供が、甘み嗜好にならないよう配慮することが大切だよ。

でん太 なるほどね、間食は主食を補えばいいんだね。

D.r. むし歯予防の観点から食べ物を選ぶとすると、飲み物にも注意したほうがいいね。たとえばジュース、果汁100%だからいいなんて考え方やダメ。ここにも糖分が含まれているからね。飲み物はお茶かお水にしたほうがいい。スポーツドリンクも、飲み物自体の酸度が、歯が溶けてしまうPHになってしまるのでむし歯になってしまふんだ。

味覚形成は6歳頃まで

でん太 小さな頃に固まる「味覚」は、将来のお口の中の環境も左右する、重要なものなんだね。

D.r. うん。ある有名なハンバーガーチェーンの社長さんのお話。そのハンバーガーチェーンは、お店の中がいつもかわいらしくて、子どもさんも楽しく過ごせるようになっているんだ。それは、子どもさんがお店に来てくれるための仕掛けな

んだけど、なぜ子どもさんに、お店に来てほしいんだと思う?

でん太 …?

D.r. それはね「6歳までに、うちのハンバーガーを食べててくれたお子さんは、生涯うちのお客さんでいていただけ」からなんだって。昔は、お袋の味が忘れられないなんていつたけど、今ではそれがハンバーガーっていうことかな。

でん太 味覚形成の時期に食べたハンバーガーの味が、忘れられないくなるんだね。

D.r. そうなんだ、だから、大人になつても、食べ続けることになる。つまり、6歳までの味覚形成が、一生の食生活を左右するということを、よく示しているお話をよね。

でん太 なるほどね、間食は主食を補えばいいんだね。

D.r. むし歯予防の観点から食べ物を選ぶとすると、飲み物にも注意したほうがいいね。たとえばジュース、果汁100%だからいいなん

て考え方やダメ。ここにも糖分が含まれているからね。飲み物はお茶かお水にしたほうがいい。スポーツドリンクも、飲み物自体の酸度が、歯が溶けてしまうPHになってしまるのでむし歯になってしまふんだ。

味覚形成は6歳頃まで

第18回 お口の健康のための市民講座
テーマ 先端歯科医療の世界
～豊かな生活を支える歯科医療のすべて～

日時 8月21日(木) 13:30～15:00
15:15～16:30 個別相談

講師 足立優先生
会場 神戸市立東灘区民センター
8階会議室(20名収容)

参加料 500円(会場、資料代として)
申し込み 当日会場にて受付します。
事前のお申し込みは不要です。
個別相談も当日会場にて受け付けます。(先着順)

お問い合わせ 特定非営利活動法人
明日の歯科医療を創る会POS
TEL.078-435-4618

■足立 優(あだち まさる)

1960年生まれ。大阪歯科大学卒。

1988年米国留学後、神戸市東灘区に足立優歯科診療所開設。行動医

学の概念を基盤とした自己決定に基づく予防管理中心型の歯科医療を開発する。また、この概念にもとづく医

療システムの普及のために「NPO法人・明日の歯科医療を創る会

POS」を設立し、社会に対しても歯科医療情報の公開と、よりよい歯科医療を求める患者の支援を行なつてい

る。

● 明日の歯科医療を創る会
ホームページ
<http://www.asunoshishi.com>

ホームページ
<http://www.asunoshishi.com>

TEL 078-435-4618

足立 優歯科診療所

神戸市東灘区岡本1・3・33
TEL 078-411-0024 FAX 078-411-0056
mail.adachi@kba.att.ne.jp
<http://ado.pr-business.net>

※これからは患者の権利を守る予防歯科医療が主流となります。情報をお知りになりたい方は、Dr.足立までお問い合わせ下さい。





中右瑛

究極のデフォルメ

「富嶽三十六景」逆さ富士の怪

葛飾北斎画

葛飾北斎の「富嶽三十六景」は、北斎の代表作として世界的に有名だが、「赤富士」「浪富士」などには意表をついた独特の奇想が仕掛けられている。

そういった作品以外に、北斎にはもう一つ不思議な風景画がある。

図「甲州三坂水面」(左カラーリ図参照)には、「逆さ富士」が登場する。

御坂峠(山梨県笛吹市御坂町)と同県南都留郡河口湖町との境、三坂峠とも言う)から見た実景で、眼下には富士五湖の一つ、河口湖があり、遠く正面には裏富士がそびえている。湖面に映る富士が世に言う「逆さ富士」である。

この画面には、「夏」と「冬」が同居している。山肌の焼けたれた「夏」富士の「醜」に対し、白雪「冬」が、湖中の富士は不思議な相貌を見せる。雪化粧の美しい姿に変貌している。

加えて実景の富士と、湖水に映る富士とが左右にずれているのも気にかかる。自然の風景としては、誠に不合理である。単なるデフォルメでは済まされない。

この画面には、「夏」と「冬」が同居している。山肌の焼けたれた「夏」富士の「醜」に対し、白雪「冬」は秀麗な「美」を表現している。いわば「現実」と「理想」とを描き分けているのである。

現実ではありえない風景を平然と描き分けて、見る者に問い合わせる北斎究極のデフォルメ。あるいは、人を喰つた諧謔精神の表れか。機知あふれるユーモア精神かもしれない。北斎のシャレは強烈だ。

季節は夏。正面の富士は夏枯れの赤茶けた山肌

著者多數。

行動美術研究會會員、國際浮世繪學會等在理事。

行腳美術研究會會員、國際美術化會、神戸市文化化會等委員會。

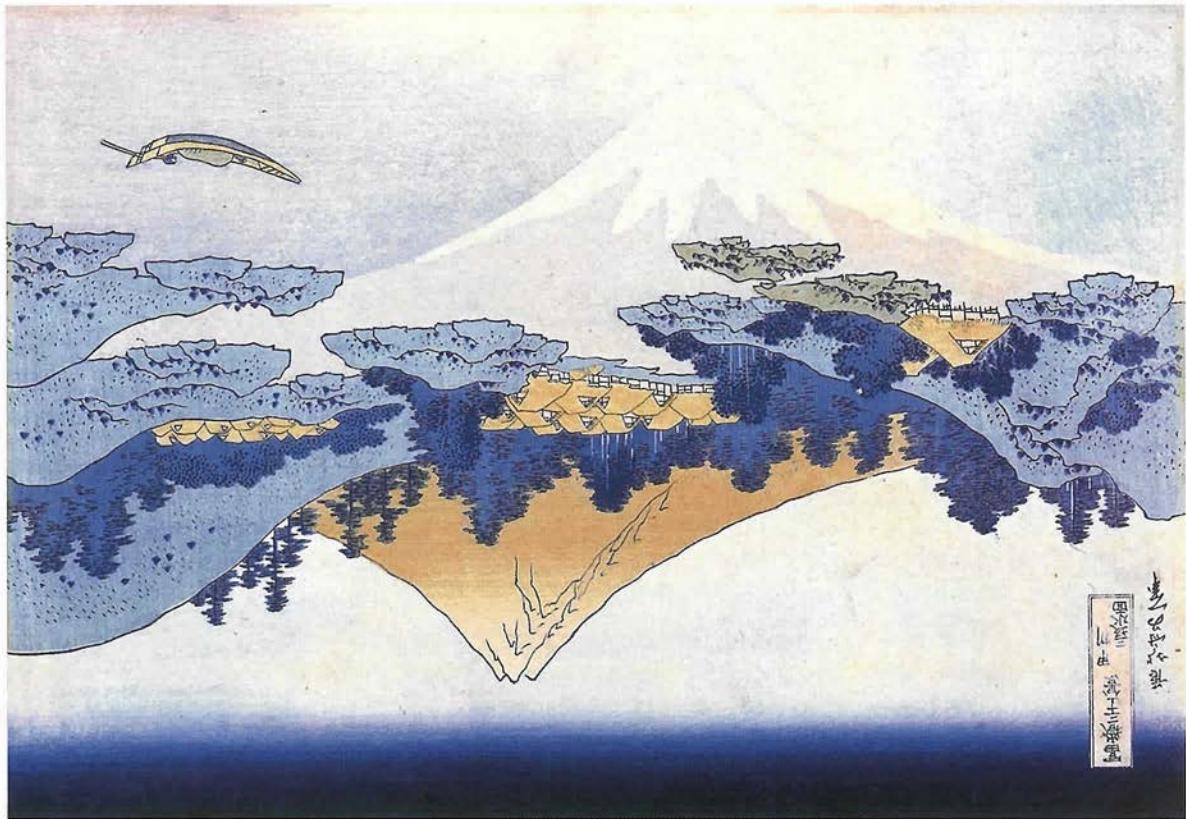
行脚美術研究會會員。浮世繪內部山會、半山人現代美術

1934年生糸井、柳原在任。

浮世繪、浮世繪、浮世繪。

■中村英（文力）（元）

「富嶽三十六景·甲州三坂水面」葛飾北斎



海み 船ふね 港みなと

日本に初寄航した
ラブソディ・オブ・ザ・シーズ

文・写真 上川庄一郎



神戸港に初寄航した最大の客船・ラブソディ・オブ・ザ・シーズが程なくポートターミナルに接岸する

【ラブソディ・オブ・ザ・シーズ初入港】
先月号でも紹介したように日本初寄航の大型船・ラブソディ・オブ・ザ・シーズ(七万八四九t、乗客定員一四三五人、乗組員七六五人)が上海から日本へのコースで神戸港に初入港した。

この入港を、神戸新聞は、「神戸港に入港した過去最大の外国客船が優美な姿を披露した」。「こんな船は滅多に見られない。会社を休んで来たんです」と加古川の会社員。各地から数百人が押し寄せた」と報じた。だが、手放しで喜んでばかりはおられない。今回の寄港は、日本のクルーズ船社や神戸港に対しているんな課題を投げかけた。

【豪華客船ともカジュアル船】

五月十一日には、市民船内見学会も行われ、月刊神戸っ子の取材で私も参加させてもらった。ポートターミナルの岸壁に立つて見上げると、全長一七九m、高さ五十四m、十一階というだけあってさすがに大きい。

船内に入つてみての直感は、さすがにアメリカらしいカジュアル船だと思ったことだ。船内の内装などもいわゆるラグジュアリー船のような豪華さはない。乗組員の数も、乗客定員の三分の一以下と、ラグジュアリー船とは格段の違い。しかしこれは、船の大型化で乗客定員を増やすことと要員を切り詰めてのコストダウンで低価格に設定して、大衆化路線にシフトしているからであつて、クルーズ人口拡

見学会で乗船手続きを待つ市民



大に照準を合わせた経営戦略と見ていいだろう。

私の目から見れば、日本の船は、中途半端なラグジュアリー船志向だから割高感を持たれるのも止むを得ない。その上、たった四隻しかない日本のクルーズ船がない。

春先のクルーズ適期に一部の階層のみを相手にワールドクルーズに出掛けてしまうのだからどうしようもない。

このあたりに日本のクルーズ人口が伸び悩んでいる大きな原因が潜んでいるよう思えてならない。今一度、日本の船社もこのあたりを再考して欲しいものである。

【日本にやって来たのは、アジア市場開拓の序】

世界最大規模のクルーズ会社、ロイヤルカリビアン・インターナショナルが、今年は格安料金でアジア市場に殴り込みをかけてきた。今回投入された船は、これまで、カリブ海を中心に、アラスカや地中海を中心に運航してきた。

このエリアではその後さらに大型の十万t超、定員三千人を越えるカジユアル船が投入され、十万t未満の船は今や小型船扱い。このクラスの船が、アジアの新しい市場開拓には最適規模の船として白羽の矢が立つたということのようだ。

【神戸港に投げかけられた大きな課題】

この現状を見る限り、神戸港は、世界に向けた日本

の玄関港としての役割と機能を十分に果たしていないことになる。

神戸港の背後には、世界遺産のある京都、奈良、姫路、それに瀬戸内海が奥座敷として存在する。これらの諸都市とともに連携、協調を図って、アジア・クルーズのハブ港を目指し、眞の日本の玄関港としての地位を確立する努力をして欲しい。神戸港は、一人神戸のために存在するものではないという自覚と自信が今こそ必要であろう。



清楚な雰囲気のメイン・ダイニンルーム



簡素ながらも清潔なキャビン



■ がみかわ しょうじろう
1935年生まれ。
神戸市に入り、消防局長を最後に定年退職。その後、関西学院大学、大阪産業大学非常勤講師を経て、現在、フリーライター。

狙い目は、アジアでのクルーズ人口の急速な伸びを示している香港、シンガポール、上海をアジア地域でのハブ港として東南アジア、台湾、韓国、日本の各国を巡るコースである。

昨年(2007)十一月から今年(2008)五月にかけての半年間に香港、シンガポール発着で行われたクルーズが十四回(ただし、日本寄港はなかつた)、上海発着では十二回行われたが、濟州島、釜山、博多港には毎回寄港したが神戸港にはその内のわずか三回のみ。この数字で見る限り、日本では、釜山に近い博多港が唯一寄港地として選ばれ、神戸港は残念ながら、アジア・クルーズのハブ港どころか、スポーツ扱いもされていない。貨物港としては既にハブ港としての地位は失ってしまったが、客船港としてもクルーズ人口の伸びが今一つの日本の港は、スポーツの地位すら危うい。



とにかく一度食べてもらえたら、
お客様はきっとまた
買いに来てくださるはずだ…!
それを信じて、菓子を配つたところ、
大成功に終わった。

情熱の洋菓子職人

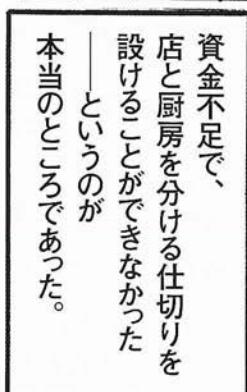
The artisan spirits ~Tsuyoshi Hiyane Story~

比屋根毅物語

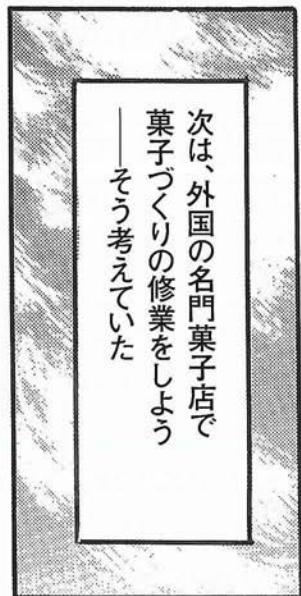
〈第八話〉

漫画：佐藤 晴美

(大手前大学 メディア・芸術学部 講師)



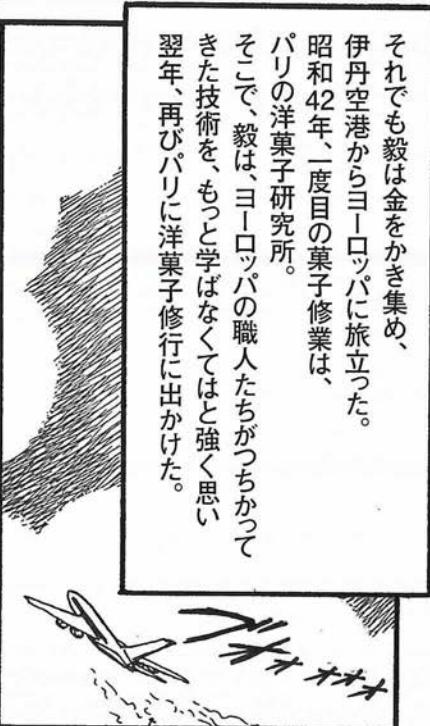




当時は1ドル＝360円。
海外旅行者数は年間26万人程度
簡単に海を渡ることのできる
時代ではなかつた。

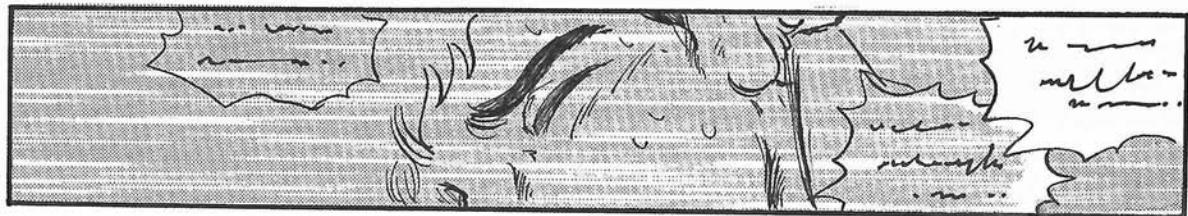


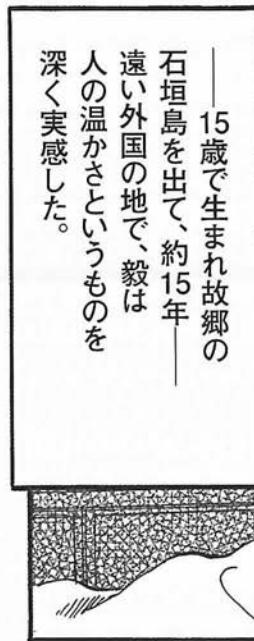
昭和43（1968）年 フランス——
毅は、とあるお菓子とパンの
有名店で修業を始めていた











その後も、何度も
ヨーロッパで修業した毅は
こういった心の温かさに
何度も触れた。

ただの技術だけではなく
ものづくりの場での
人間同士のつながり、
思いやりなど、
毅は、フランス、ドイツの
工房で多くのことを学んだ。

それは、
日本での「エーデルワイス」の
ものづくりや、経営に
大きな影響を
与えるものであった。

続

