

Fellowship for the Advancement of Radiology

情報誌

F A R

29 号

事務局：(社) 日本放射線技術学会事務局内

〒600-8107 京都市下京区五条通新町東入東鋸屋町 167 ビューフォート五条烏丸 3F

TEL:075-354-8989. FAX:075-352-2556 / <http://www.jsrt.or.jp>. Email:office@jsrt.or.jp

《ごあいさつ》

FAR 会も今年は 10 周年を迎えます

副会長 山田勝彦

新年おめでとうございます。



FAR 会の皆様もまた 1 歳の年を重ねつつも、2011 年の新しい年をお元氣でお迎えになられたこととお喜び申し上げます。

それにしても昨年は内政、外政ともに実に波乱多き年でした。とくに「尖閣諸島中国漁船衝突事件」や「北朝鮮による韓国延坪島砲撃事件」など我が国にとっては実に頭の痛い外政問題が多発し、日本もしっかりしなければとつくづく考えさせられました。

一方、地球温暖化の影響が昨夏の猛暑にはまさに脅威を感じましたね。でもその影響かどうかは分かりませんが、昨秋の京都の紅葉では、もみじが真赤に色づき実に素晴らしい眺めでした。どうか今年は平穏で穏やかな 1 年であることを祈るのみです。

さて表題にも書きましたように、今年は FAR 会発足 10 周年を迎えます。2001 年（平成 13 年）4 月、神戸国際会議場において第 1 回の世話人会が開かれ、89 名の会員数によって FAR 会が正式に発足しました。

そして翌年の 2002 年 4 月には「三宮ターミナルホテル」において「FAR 会発足記念パーティ」が、42 名の多くの参加者のもとに盛大に開催されました。ここに発会 10 年を経過した今年度は「FAR 会発足 10 周年」を迎えることになります。しかも今年の JSRT 秋季学術大会は神戸市で開催されるため、FAR 会懇親会も発会の時と同じ神戸市で開く予定が立てられているという、まさに奇遇の巡り合わせではないでしょうか。

この 10 年の間にはおよそ 30 名程の方々が退会と新入会によって入れ替わりましたが、平均年齢が高齢化していることは事実です。そして FAR 会の最重要行事であります、毎年春秋 2 回の懇親会は定例的に続けられ、その模様は四宮副会長のご努力により FAR 会ホームページに毎回の印象記として記録されています。ここで皆様にも是非もう一度この HP をご覧頂き、10 年の歴史を振り返って頂ければ幸いに思います。

10 周年の記念行事などについては、まだ具体的に検討はされていませんが、今年度の役員会で検討し、神戸市で開催される秋の懇親会あるいは情報誌によって何かの記念行事が出来ればと、私個人は思っています。

会員の皆様におかれましても良き案があれば役員会にご伝声頂ければ大変に有難いと思っています。どうかよろしく願い致します。

内 容

- | | |
|------------------------|----------|
| 1. ごあいさつ | 副会長 山田勝彦 |
| 2. 2011 FAR 会懇親のタベ | |
| 3. 2010 FAR 会 杜の都への旅報告 | 佐々木正寿 |
| 4. 会員動向 | |
| 5. 会からのお知らせ | |
| 6. 特集「私の健康法」 | |
| 1) 終生の薬・健康体操 | 有馬宏寧 |
| 2) 糖尿との付き合い | 石井 勉 |
| 3) ストレスも健康の一部 | 神澤良明 |
| 4) 食事・運動療法 | 倉西 誠 |
| 7. 須山先生を偲んで | 小松明夫 |
| 8. 会員投稿 | |
| 松江の心に触れて | 清水久子 |
| 9. JSRT 情報 | |
| 10. 第 30 号の特集原稿募集 | |
| 11. 連載《ご当地自慢 わが街 高槻》 | 後藤正季 |
| 12. 編集後記 | |

《2011 FAR 会懇親の夕べ》

桜の懇親会へのお誘い

世話人 石井 勉・藤田 透

平成 23 年度 FAR 会春の懇親の夕べのご案内をいたします。

平成 13 年 4 月に始まった FAR 会も 10 周年を迎えました。今までに開催された中華、寿司も横浜名物でたいへんおいしかったです。今回は洋食にしようかと思ったのですが、港横浜の海からの夜景を十分に満喫していただくために屋形船での懇親を企画しました。予算は 1 万円程度を覚悟して下さい。

海の幸の豪華な舟盛り、煮魚、数々の料理、屋形船の厨房で揚げる熱々、サクサクの天ぷらに舌つづみを打って下さい。各種のお酒も飲み放題です。

懇親会概略を記します。学会プログラムが確定していませんので多少の変更はご容赦下さい。決定しましたらご連絡をいたします。多数の参加をよろしく願います。

当日が快晴であること日夜祈っています。

開催日時：平成 23 年 4 月 9 日（土） 18 時 30 分ころから

屋形船や：横浜・すずよし（www.tsujioka.com/suzu/）

乗 り 場：桜木町 駅前 ワシントンホテル裏

お問合せ：石井まで（Mail：tishi@med.nihon-u.ac.jp）



《2010 FAR 会報告》

仙台・松島の旅

世話人の一人 佐々木正寿

第 38 回秋季学術大会は梁川功大会長の主催により仙台国際センターにおいて 1,758 名の参加者を迎えて盛会裏に開催されました。多彩なプログラムを僅か残す中、午後 2 時大会長差し入れの酒、ビール、おつまみ等を満載したバスは出発した。

車内で一応の人数を確認し、小宴の始まりとなりました。

途中、松島の手前「西行戻しの松」公園で予定通り休憩タイムをとりました。

松島湾を一望できる小高い展望台があり、眼下には松島湾の島々が手に取るようなパノラマビューでしたので皆さんに喜んでいただけたようです。思わぬめぐり逢いもありました。いざ、ホテルへとバスに乗り込むところで作務衣姿のおじさんが現れ、よろしければご案内をさせて欲しいと、最眺望のスポットに案内された。滑らかな口上に時間を忘れて聞きほれてしまいました。本物の「西行の戻しの松」もお願いして説明をして頂きました。只野さん（とおっしゃるボランティアの方）ありがとうございました。得をしたような気分でホテルに 3 時半頃に着きました。

ホテルでは隣接されている藤田喬平ガラス美術館に鑑賞・買い物に出かけた方やゆっくりと夕日をみながらの露天風呂を楽しむ方、部屋で飲み始める方もおられたようです。全室オーシャンビュー（幹事室を除き）。でした。

懇親会はようやく参加者 18 名全員が揃ったなかで橋本会長、土井先生のごあいさつを頂き、有馬世話人の乾杯で始めました。地元特産の料理もあり、地酒あり、時の経つのも忘れるほど盛り上がりおりましたが、中締めの言葉を頂き、2 次会は幹事部屋に移りました。有馬世話人準備のホヤ、カキ、牛タン…等がテーブル狭しと並べられ、また、狭い空間の密着性もよく、昔話に花を咲かせ、遅くまで酒宴は続けました。

翌朝、宿を後に観光船でマグロの町塩釜へ向いました。10 時



発の観光船は島々の間を縫うように潮風とカモメの歓迎を受けながら、50 分間の絶景クルーズを楽しんで頂きました。

今回の「仙台・松島の旅」では欠席者の方からもご祝儀・お酒を頂きました。また梁川大会長からはたくさんの差し入れを頂きました。紙面をお借して厚くお礼申し上げます。

参加者の皆様ご苦労様でした。来秋の FAR 会は第 10 回記念となります。多数のご参加をお願いいたします。



《会員動向》

「会員数」(平成 22 年 12 月末現在) : 98 名

「新入会」(平成 22 年 6 月～11 月) : 3 名 花山正行(元近畿部会長)、小松明夫(第 30 回秋季学術大会会長)、高橋司伸(第 30 回秋季学術大会実行委員長)

「退 会」(平成 22 年 6 月～11 月) : 1 名 死亡退会(須山 正一 2010 年 11 月 16 日逝去)

《会からのお知らせ》

1. 平成 22 年度第 2 回役員会議報告(2010 年 10 月 16 日 仙台国際センター) 橋本会長以下 13 名

1) 会務報告

2) 情報誌 29 号、30 号の発行について

3) 懇親活動について

① 「2011 FAR 懇親の夕べ」の企画

平成 23 年 4 月 9 日(土)、横浜市内(場所:未定) 代表世話人:石井 勉

② 「2011 ○○への旅」の基本計画

平成 23 年 10 月 30 日(日)から 31 日(月) 1 泊旅行、代表世話人:神澤良明

③ 懇親の夕べの会費について

発足時より会費 6 千円でやってきたが、今後は会費 9 千円とする。

④ 秋季の懇親行事の参加申し込みに関して

情報誌配布時に参加申し込み用葉書を同封していたが、今後は別途往復葉書で行う事とする。

尚、メーリングリスト登録者にはメーリングリストを通じて行う事とする。

4) その他

《特 集》 『私の健康法』

終生の薬・健康体操

仙台市 有馬 宏寧



転倒で骨折し、寝たきりにならないよう、ピンピンコロリンで人生が終えたなら、そんな願いで健康体操に取り組んで 6 年が経つ。

高校生のとき、あるスポーツに憧れ部活中に左側の股関節を痛めたことがある。医師は亜脱臼だといって治療が長引くとも言った。しかし、回復が順調で痛みは思っていたより早く消え部活を再開した。

それ以来 40 年余り様々な酷使に耐え一度も痛みを感じたことがなく、脱臼のことはすっかり忘れていた。

定年後、暇つぶしに始めた溪流釣りに嵌ったある日、いつも歩き回る山道で左側の股関節に違和感を覚え直ぐ引き返したが、途中で痛みが変わり休みながらやっとの思いで車に戻った。

医師を訪ね見せられた X 線写真は、すでに関節軟骨がほとんどない状態にまで変形し、この先リハビリ

リでは効果がないので、人工股関節全置換術を勧められた。以後これまでに2回の手術を経験し、「下肢機能障害者」となった。

いずれの場合も術後には、先ず脱臼を防ぐため、次に歩行に向けて股関節周囲筋の筋力強化訓練が必要であり、約4週間、筋力・バランス・移動能力といった機能の回復と維持向上を目的に、はじめは機器具の介助・あとは自力で痛みと闘いながらの難業苦行の訓練を過ごさねばならない。病院では専門のトレーナーの指導を受け安心して訓練が行えるが、いざ退院してみると生活環境が一変し、何かをやろうとしても絶えず脱臼の恐怖感が付きまとい、また、病人の数に見合うだけの専門の施設やトレーナーも少なく、プールでの水中訓練は同病者で溢れ、どれを選ぶにも実行までかなりの時間が必要であった。

そんな時、近くのシニアセンターで、市の健康増進センターが企画した「生き生き元気体操」とめぐり合い半年間体験講習会に参加した。内容は身体機能が低下したシニアを対象に、看護師を交えた専門トレーナーがチームを組んで、病歴などを確認しながら短時間で筋力向上を目標に、週1回60分、ストレッチング・筋力トレーニング・バランス運動を行うもので、違和感や痛みがある部位は休み、気持ちがいい部分のみ続ける、という手軽な運動をきっかけとした健康づくりが私にぴったりだった。

その後引き続き、同期のメンバーが中心となり、自立したグループ「いきいき元気サークル」を立ち上げ、専任のトレーナーをお願いして、新たに運動種目を増やし、筋力の増進の継続と長期的な健康づくりに励んでいる。2年前に取り入れた「ノルデックウオーキング」が会員に好評で、私も参加するたび距離が延び、普段の生活でも1キロ位は杖なしで歩けるようになった。現在は「健康体操は終生の薬」と感謝しつつ、一部人工関節の耐用年数が切れる不安を抱えながら、長持ちさせる知恵を模索中である。

糖尿との付き合い

志木市 石井 勉



ある時ある人がある人に尋ねました。「健康とはなんですか?」と。するとある人はある人に答えました。「健康とは病気でないことです。」と。するとある人はある人に再度尋ねました。「病気とは何ですか?」と。するとある人はある人に言いました。「病気とは健康でないことです。」

私の健康法でとのタイトルでの原稿依頼があった時にこのやりとりを思い出しました。たぶん高校での保健体育の時間でのことかと今思っています。

私の父親はかなりの重い糖尿病で亡くなりました。63歳でした。今私はその年齢に達しています。また、しっかり親の遺産である糖尿病を引き継いでいます。

15年程前に血糖値680で強制入院を余儀なくさせられました。当時は救命救急センターで勤務をしていました。血糖値500で意識不明になって搬送されてくる患者さんを見て、同類よ、がんばれと思ったものでした。今生き延びているのは私の高血糖時の時の医師が治療法等を的確に指示していただいたおかげだと思っています。ありがとうございます。結局私は糖尿病と一生付き合っていくことになりました。糖尿病という病気になったのです。病気であると言うことは健康ではないと言うことになります。健康ではないと言うことは病気であるとのこととなりますよね。その私の健康法は第一に血糖値を上げないこと、でも糖尿病ですから血糖値は高いです。だから血糖値を上げないことと同時に血糖値を下げるのが重要なこととなります。西洋医学では食事療法、運動療法、薬物療法が主な治療法になっています。

私の身長、体重から導き出されたカロリーは1800カロリーです。食事療法としてそのカロリーを守り、摂取後は運動療法として一汗かくくらいの散歩をしてくる。朝ご飯前には4単位のインスリンを皮下注射し、夕ご飯前には6単位のインスリンを皮下注射する。その毎日です。東に血糖を下げる薬があると聞けば行ったら手に入れ、西に血糖値が上がらない方法があると聞けば行ったら試したものでした。何とかインスリンから離れたかったと思ったものでした。民間療法で糖尿病に効く方法や薬、お茶、食べ物が一杯出ています。たとえば蚕粉末、柿の葉茶、グアバ茶、ギムネマ等などがありますが結構良い値段がしております。

いくつかは試してみました。普通の生活、普通の食事、普通の日常ではそれらでは決して解決しませんでした。よって私にあった民間療法は皆無と確信しました。ではどうしようか、深く考えないことにしました。

私の糖尿病の原因は遺伝は少しあると思いますが、大好きなビールの飲み過ぎが最大の原因と思っています。じゃあ禁ビールにするかにはでは悲しすぎます。でも今は良い時代になりました。ノンアルコール、ノンカロリーのビール味の飲み物が出てきました。11月に白内障の手術を受けました。ノンアルコール、ノンカロリーのビール味のみ、11月はお酒抜きでした。おかげで眼は車を運転できるようになり、肝機能は正常になりました。この状態でこのまま行くかと思ったのですが、禁酒期間が過ぎると元に戻りました。やはりビールはおいしいですね。でも飲み過ぎには注意を払わなければね。結局私の健康法は始めて言いますが、腹からの笑いと適度のビール、そして血糖値を下げる努力ですかね。全国の糖尿患者さん、高血糖に負けずに生きていきましょう。

ストレスも健康の一部

三木市 神澤良明



平成22年3月31日に神戸大学医学部附属病院を退職した。平成20年に定年退職をして2年間医療技術部長として勤めた後の退職であった。そして今は失業中である。町内の散髪屋さんにお世話になった時、「神澤さん今は仕事しないでどうしているの」と尋ねられた。「仕事を探していますが、失業中です」と答えると、「私と一緒に、小学生を朝の登校で学校まで送ってもらえませんか?」と求められた。「良いですよ」と答えたのが始まりでした。

それから今までの9か月間、旅行をした2週間を除き毎日、雨の日も、寒い日も、暑い日も学校と自宅との往復、約1時間歩いている。というわけで、私は毎日、夏は朝5時、冬は5時半起床している。起床して洗面後、犬の散歩約45分、小学生を学校に送って帰ってくるのに約1時間。犬と小学生とあわせて歩くのは朝1時間45分、夕方は犬の散歩、朝と同じ45分と、1日で約2時間30分歩く。これを日課にしている。



これが健康法かどうかは分からないが、日課にすることで朝寝坊はできないし、学校が休みでも犬が待ってくれないので、朝は同じ時間に起きる。ちょっとストレスになることもある。若干のストレスも健康に関与しているのではないかと感じる。

胃が痛くならないのであれば、ストレスぐらいなければ生きているとはいえないのではないだろうか!

毎日家にいると、奥方の言動一つがストレスになることもある。勤めに行く方がよほど気楽な時もある。人間生きている以上、一生、何かしらのストレスの中で生きているのだと思う。若干のストレス万歳である。大いにストレスを楽しもうではないか。

今回の特集記事では山田和美先生も大いにストレスを感じた。でも楽しいストレスと感じていただきたい。捨てる神あれば拾う神ありである。私の原稿が拾う神であってほしいと思う。

ということで、私は現在、身長167cm、体重64kg、血圧115/85mmHg、高脂血症はあるものの、食事はおいしく、畑、庭の草除去など楽しくやっている。結構健康ではないでしょうか。

食事・運動療法

高知市 倉西 誠



平成15年10月から勤務しています高知高須病院は四国でも有数の透析病院で、高知市内の本院に加え、大河ドラマ「龍馬伝」で有名になった岩崎弥太郎が育った安芸市、台風銀座で名立たる室戸市の2ヶ所にサテライトがあります。勤務開始時の透析患者さんは約280人で、その多くは腎機能障害や慢性腎臓病などが原因の方々でした。

それが7年経った今は2倍以上の600人に及んでいます。この増加の多くは糖尿病に起因する糖尿病性腎症が原因となったものです。

このことは、富山医科薬科大学（現富山大学医学部）時代から糖尿病予備軍と言われていた自分には他人事ではありません。早速、高知高須病院の糖尿病専門医、糖尿病療法指導士と相談し食事療法と運動療法を選択とすることにしました。食事療法は全体量を減らす以上にカロリーを落とす道を勧められ、脂分を控えるようにしています。ゆえに我が家の焼肉では脂分が削ぎ落とされていますし、麺を油で揚げるラーメンはうっかりと食することがあるのでラーメン屋はできるだけ避けて通るように気を付けています。

また、土日休日と金曜日（私の公休日）には1時間以上の散歩（我が家では「徘徊」と称しています。）を心掛けています。さらに糖尿病療法指導士の資格を持つ管理栄養士から「散歩は食後が最も効果的」と言われ、夕食後に30分程度の徘徊をするようにしています。

これに少々のカロリー吸収を抑えるサプリメントを加え、今年の1月には150mg/dl あった血糖値が12月の健診では138mg/dl に、ヘモグロビンA1cは6.2%が5.9%に改善しました。これで、どうやら正常な値の人と肩を並べることができるようになりました。私の一番の健康は糖尿病性腎症のために透析に至った患者さんを多く見て、自分が透析を受けなくても良い体にするための食事摂取と徘徊が私の健康法です。

もう一つ、腎臓病から透析に至らぬようにするには塩分摂取を控えることが大切と高知高須病院で行っている啓蒙活動「そらまめ教室」では説明しています。一日の塩分摂取量は8g以下に抑えるが目標です。これも我が家では可能な限り守るようにし、漬物を食べる時は気にかけています。ただ、味噌汁の塩分量は想像以上に多いことは、朝食に味噌汁が必須の私には辛いことです。これは「不健康法」でしょうか。

~~~~~  
《追悼》

須山正一先生を偲んで

小松明夫

平成22年11月16日、須山正一先生が永眠されました。享年90歳でした。

FAR会の皆さまとは平成14年に松江で開催されました秋季学術大会の折、湯ノ川温泉での出会いが最初で最後だったのではないのでしょうか。そのような瞬間的出会いながら、この度はFAR会の皆さまから多くのお悔やみの言葉をいただきました。真に一期一会の世界をみる思いです。感謝を申し上げ、あらためまして敬意を表します。

さて、須山先生と私は昭和54年に島根医科大学附属病院が開院したときに初めてお会いしました。岡山大学の同門ということで大変親しくしていただきましたが、私にとってはとても口うるさい大先輩でした。しかし、今想うとその全てが大事な内容であったと言えます。その中で特に私の記憶に濃く残る三つのことを書き記し追悼文とします。

私は平成10年に技師長職に就きましたが、その時、自分自身（自分の子供？）のように喜んでくれました。就任祝賀会の時には「末広万歳」の音頭をとっていただき、万歳にも色々あるものだと感心させられたことを良く覚えています。（この「末広万歳」は湯ノ川温泉でもされたのではないかと思います。）また、「長たる者、常に身边をきれいに。特に金と女は!!」との薫陶を受け、今もなお、この教えを守りそれらには縁の無い生活を少し寂しい思いもしながら送っています。

次に残る記憶として、平成14年の松江秋季学術大会前のことがあります。私にとって大会長のことは突然の災難と表現しても良いぐらいで、とても難しいことのように思えました。そんな時、須山先生は「全国大会の大会長はやりたいたいと思ってもできないことです。山陰では久しぶりの快挙であり、私たちにとっても誉れ高いことですので必ずお受けなさい。」とおっしゃられ、後で聞いたことですが、県内の各施設を訪ねられ私への全面支援を要請されたそうです。そのお陰か何とか大会長を務めることができました。

最後の話は、いつも陽気で世話好きの須山先生から想像できない面を垣間見ることがあり、私のその後において少なからず影響を受けていると思うことです。それは先生の戦争体験です。事の始まりは叙勲の推薦でした。何人かの方が推薦させて欲しいとお願いされたのですが頑として受け付けられず、その理由も良く



解らない状態でした。そして私のところに説得役が廻ってきました。最初は様々なありきたりの理由で断られました。しかし、諦めそうもない私をみて、断片的ながら満州での兵役、シベリア抑留等々の話をされ「満州やシベリアに多くの戦友が置き去りにされている状態では勲章を賜うことはできない。」と強く辞退されました。その顔には暗くて深い淵の底に渦巻く悲しみ、苦しみそして怒りがありました。戦争はしてはならないことですね。



診療放射線技師であることをこよなく愛し、85歳まで仕事を続けられた須山先生は私の道標と言えます。これからも心のどこかで相談するのだろうと思います。いつも、いつまでも私の側にいてください。

合 掌

在りし日の須山正一先生  
(平成15年撮影：湖陵病院にて)

## 《会員投稿》

### 松江の心に触れて

京都市 清水 久子



「FAR 会懇親会」に於きまして、松江の街を大きな声で話をしながら歩いていると前方に自転車に乗った人達が立ち止まり挨拶されながら、道を譲って下さったこと。

橋げたのところで魚釣りをしている人が気楽に話しかけてくださって「セイゴが多いですよ、時にはスズキが釣れます。」など、魚のことを教えて下さったこと、大変親近感がわきました。

また、お店に入るとお代わり自由の「しじみ汁」があり、しかも無料で嬉しくお代わりをさせて頂いた数々の楽しい思い出があります。

松江の人々に ” 人とのつながりの大切さ ” を教えて頂きました。

この度、FAR 会名誉会員でいらっしゃる 須山先生の訃報の連絡を受けて驚き大変残念に思います。先生と初めてお会いしたのは、小松大会長のもとで、平成14年第30回秋季学術大会（平成14年10月17日～19日）島根くにびきメッセ（県立産業交流会館）の時でした。

会場へ到着すると直ちに控え室に案内され、その控え室に須山先生がいらっしゃいました。

挨拶を交わすか否や即、先生は、最初の一言が「小松君のことを頼みます」と父親のような表情で申され、小松先生は、大丈夫ですよ！と申しあげると穏やかなお顔になりました。

小松先生のことを本当の息子のように可愛がっていらっしゃることに、ほのぼのとしました。

（ちょっぴりうらやましい・・・）

そして、その後も会話が弾み色々なお話を聞かせて頂きました。

特に印象に残っていることは、須山先生は山を持っておられていたのでしょうか、その木で、お盆・茶たくなどをご自分で作っておられること。

また、多趣味で私の手相を見ていただいたこと。初めてお会いした先生とは思えない程、親しみを感じました。



先生はその土地の大先輩であると言うことをあとで知りました。  
毎年、先生から頂いています年賀状が、もう届かなくなり寂しくなりますが、いつまでも心に残っています。

先生のご冥福をお祈り申し上げます。

## 《JSRT 情報》

『第 68 回総会学術大会』 大会テーマ：「未来への先導－放射線診療の核心に迫り未来を展望する－」  
大会長：土井 司（大阪大学医学部附属病院）  
会 期：平成 24 年 4 月 12 日（木）～15 日（日）  
会 場：パシフィコ横浜会議センター他

『第 39 回秋季学術大会』 大会テーマ：「明日に架ける橋－生命の光を技で紡ぐ－」  
大会長：船橋正夫（大阪府立急性期・総合医療センター）  
会 期：平成 23 年 10 月 28 日（金）～30 日（日）  
会 場：神戸国際会議場

## 《原稿・作品募集》

【第 30 号特集テーマに対する原稿募集】（5 月 15 日発行予定）

■□■□■□「 道 程 」□■□■□■

次号のテーマを「道程」とさせていただきました。

会員の皆様には、社会人・医療人・診療放射線技師・教職として多くの経験と業績などをお持ちのことと存じます。各人が歩んで参りました道のりの一端を、ご披露して戴くとともに後進への一助を賜れば幸甚です。また、第二の人生についての道程も是非ともお寄せ戴きたくお願い申し上げます。玉稿を期待しておりますのでどうぞ宜しくお願い致します。

特集企画 森 克彦

記

原稿内容：副題（ご自由な題をお付けください。）

原稿文字数：800～1200 字（400 字原稿用紙で 2～3 枚程度）

写真：先生の写真（半身）及び内容に関わる写真を原稿に添えてお送りください。

写真はカラープリントまたは電子データいずれでも構いません。

原稿形式：手書き、ワープロ印字、メール添付など何でも結構です。

提出期限：4 月 15 日必着でお願いします。

送付先：森 克彦 〒350-0064 埼玉県川越市末広町 1-11-22 宛

FAX：049-225-2619 E-mail：mo-katsu@jt4.so-net.ne.jp

## 《連載》

### ご当地自慢『わが街 高槻』

高槻市 後藤 正季



今回は、私の住んでいる高槻市を紹介します。近畿地方以外の方々は、前回および前々回でご紹介されました、仙台市、名古屋市等と異なり、ご存じない方も多いと思いますので、地理を説明させていただきます。

高槻市は、大阪平野の北東にあって、京都と大阪の中間に位置しています。南北に長く、北は北摂山地に連なる山並みと丘陵、ぽんぽん山や三好山、明神ヶ岳等の山々があり、南は山間から流れる芥川、桧尾川が南の境になっています。高槻市の約 3 分





に指定されています。現在調査が継続されているそうです。

### (3) 關鷄山古墳

古墳時代前期に築造された前方後円墳で、この時代の王墓と考えられています。未盗掘竪穴式石室 2 基が発見され、ファイバースコープ調査により、内部に三角縁神獣鏡や石製腕飾り、木棺の一部などが確認されています。

### (4) 岡本山古墳

全長 120m の前方後墳で、3 世紀後半の古墳としては、最大級である。

### (5) 伝能因法師墳

平安時代中期の歌人、能因法師の墓と伝えられ、市の史跡に指定されています。能因法師は出家後、女流歌人伊勢歌風を慕って歌道を学んだといわれています。墳墓正面には、後に高槻城主永井直清により建立された顕彰碑が経っています。

### (6) 高山右近天主教会堂跡

キリシタン大名であった高山右近は、キリストを保護し能見神社の付近に布教を進める目的で、天主教会堂を建立しました。現在その場所には碑が建てられています。またこの碑の立つ高槻カトリック教会には、右近を記念する大聖堂と右近の石碑が建てられています。

### (7) 西国街道・芥川一里塚

西国街道は古代には「山陽道」と呼ばれ、京都から下関に至る街道です。このうち山崎～西宮間を江戸時代には山崎道（ヤマサキミチ）と呼び、一里塚や宿場町が整備されました。

芥川橋から東約 400mの間には旅籠屋が並び、本陣も置かれ、賑っていたようです。芥川一里塚は当時の一里塚の遺跡です。



芥川一里塚

## 2、寺院・神社

### (1) 普門寺

14 世紀末に脱厳が創建したと伝えられる臨済宗のお寺です。17 世紀に龍溪が諸堂を造営しましたが、そのうちの方丈は古式を残す建築で国の重要文化財に指定されています。

また、庭園は玉淵の作と伝えられ、江戸初期の枯山水庭で、国の名勝に指定されています。



普門寺庭園

### (2) 安岡寺

如意輪観音を本尊とする天台宗のお寺で、宝亀 6 年（西暦 775 年）光仁天皇の子開成皇子の創建と伝えられています。またこのお寺に客仏

として保存されている先手観音坐像は、国の重要文化財に指定されています。



安岡寺山門

### (3) 上宮天満宮

菅原道真、武日照命、野見宿弥を祀る神社で、約 100 年前に大宰府に続いて造営されたといわれています。何度か焼失し、現在の本殿は 2002 年に再建されたものです。本殿脇の石灯籠は鎌倉初期のものとされ、国の重要美術品に指定され

ています。

#### (4) 磐手社神社

ヒメノ大神、安閑天皇を祭主とし、天智天皇 5 年藤原鎌足が勧請して安満神社となり、12 世頃春日社となり、明治 44 年に現在の社名となった。

歌まぐらの里として知られ、後鳥羽上皇の行幸もあった。

#### (5) 神峰山寺

天台宗に属し、昆沙門点を本尊とし、宝亀 5 年（西暦 774 年）に開成皇子が創建したとされる。本堂の阿弥陀如来坐像と聖観音は国の重要文化財に指定されている。また、紅葉の名所としても知られている。



神峰山寺

### 3、観光スポット

#### (1) 摂津峡

高槻市一番の景勝地として知られ、約 4 km にわたって夫婦岩や八畳岩などの奇岩や、断崖や滝などが続いています。風景を大分県の耶馬溪に例えて「摂津耶馬溪」の別名でも親しまれている。

また、関西自然に親しむ風景 100 選・大阪緑の 100 選にも指定されている。摂津峡の西岸は 1956 年に摂津峡公園として整備され、園内には青少年キャンプ場や、47 都道府県の樹木を集めた樹木教材園などもあり、桜やもみじの名所としても知られている。

毎年 4 月には「摂津峡さくら祭り」が開催され、市民の憩いの場所ともなっている。



摂津峡

#### (2) 高槻森林観光センタ

水遊びのできる清流や、四季折々の美しい草花に囲まれた自然環境の中に、アスレチック遊具のある散策道、クラフトセンター、温泉施設、バーベキューや山菜の食事を楽しめる施設があり、宿泊もできる総合的な観光センターです。



あくあびあ芥川

#### (3) あくあびあ芥川

緑豊かな自然が残る芥川をテーマに、平成 6 年に開設された施設で、芥川とその周辺に生息する淡水魚や鳥、昆虫などを生態展示するほか、館内には自然工作教室、図書コーナー、レストスペースもあり、家族で 1 日楽しむことができます。

#### (4) ハニワ工場公園（ハニワ工場館）

約 1500 年前、日本最古で最大級のハニワ製造工場跡です。そこを公園として整備し、ハニワ工房復元や、ハニワ窯の展示、マンガ陶板、復元されたハニワなどを通して、まるで当時にタイムスリップしたかのように、古代のハニワづくりの様子が学べます。



新池ハニワ工場公園

#### (5) 花しょうぶ園

5 月下旬から 7 月上旬にかけて、鮮やかな新緑に包まれた約 2ha の園内には、色とりどりの花ショウブ約 500 種、100 万本が美を競い、しっとりとした風情を見せてくれます。

そのほか季節により、水ばしょう、しゃくなげ、あじさい等も観賞できます。



#### (6) 高槻城趾

キリシタン大名で有名な高山右近の居城である高槻城の歴史は古く、14 世紀に、入江氏がこの地に平城築いていたが、江戸時代初期の城主土岐定義が藤堂高虎の手を借りてこの地に大規模の城郭を築いた。その後永井家 3 万 6 千石の居城となり。江戸末期まで続いたが、明治になって取り壊され、現在ではその一部が城趾公園として保存されており、市民の憩いの地となっている。

歴代の城主は、次々と変わり、有名どころでは戦国末期の和田稚政、高山右近、江戸時代初期から明治維新まで 13 代高槻藩主となった永井家などがある。



高槻城趾公園



高山右近像

なかでも高山右近は、12 歳でキリスト教の洗礼を受け、父母をはじめ家臣たち 150 名がキリスト教徒となったといわれている。その後明石 7 万石の城主となったが、慶弔 17 年、家康のキリスト禁止令により、マニラに追放され、その 40 日後に死亡したといわれている。

キリシタン大名は数多いが、高山右近は、その最右翼といえよう。

城趾公園内には、高山右近の銅像が建ち、池に望んで石垣が復元され、江戸時代の商家を移築した歴史民族資料館等がある。

#### 《編集後記》

猛暑・酷暑といわれた 2010 年も漸く過ぎ、FAR 会員の皆様には、2011 年の初春をお健やかにお迎えのこととお慶び申し上げます。FAR 会が発足して本年 4 月で 11 年目となりますが、昨年、本編集委員会の更なる飛躍と発展を勘案して山田委員長により 3 名の編集委員が任命されました。新米編集委員としては、右も左もよくわからないまま、情報誌編集に携わることとなり恐縮しておりますが、委員長のご指導により発刊に寄与することが出来ましたが、今後は情報誌の更なる発展と拡充に努めたいと考えますので、会員の皆様のご支援ご協力と原稿の積極的な投稿をお願い申し上げます。

(森 克彦 記)

#### FAR 情報誌 No.29 (非売品)

発行日 平成 23 年 1 月 15 日  
発行者 橋本 宏  
編集委員会 山田和美 (委員長)  
石井 勉 伊藤博美  
森 克彦  
小川敬壽  
山田連絡先 Tel&Fax. 047-153-4559  
Email:kazumi40yamada@nifty.com