おやばと歌壇

長岡　千尋　選

橅の樹に光り満ちたる白神の耳を当つれば幹に水音　**青森　一戸　勇**

嵐吹き岩の間よりこぼれ落つつかんだと思ふ真理とふもの　**富山　正源　一枝**

夕暮れの風を待つのは離れ住む孫の買ひきし南部風鈴　**和歌山　橋本みい子**

鈍色の台風過ぎし別府湾　天使の梯子よ二すじ三すじ　大分　大海　里美

半世紀経ての卒業アルバムを思ひ巡りて時忘れたり　新潟　渡邊　康男

サックスの演奏会や秋夕べ亡夫は我流で演歌奏でし　岡山　赤堀千恵子

甲子園光り輝く球児たち満月映えて夜空の舞台　愛知　駒田　乗子

山ありて海川ありて情けあり吾の自慢はふるさと富山　富山　正源　孝志

〈選者作品〉

夕映えにひとつ秋草さ揺れをりわれ独り立つ小さき宇宙に

（葉書で三首以内、一月・五月は十五日、ただし来月は十八日必着で）

歌壇鑑賞

一戸勇氏・白神は白神岳のことであろう。「神秘とは現実が存在するために、絶対に必要なものである。」と画家のルネ・マグリットは言っている。西洋人のその観念を持ち出す前に、我々日本人に、それはすでに感覚として分かっているのであるが、私があえて持ち出したのは、こういう自然観を否定したい科学唯物主義の人たちもいるということだ。「かむながら」という自然の道は、縄文時代にはすでに信仰として定着していたという。―この歌は橅の神木に耳を当てた作者が、ふと水音を聞いた、樹のかむながらの生命を発見した、という喜びが詠まれている。

正源一枝氏・この歌の核となるものは「真理」である。観念的だが作者は短い歌の形式の中に哲学を言わんと冒険したのだ。私はかつて現代短歌の女流を代表する山中智恵子先生に「今の歌人は哲学の勉強がたりない。」と言われた。先生は西洋哲学なら特にハイデッガーの『存在と時間』を読めと勧められた。―実は我々にも本来、神道・仏教・儒教などの宗教哲学があって、西洋に劣ることは無い。特に私たちには特別学問ではなく、そういう考えが伝統文化として、自然に身に付いているのだ。この歌、嵐が吹いて指のあいだからふとこぼれた真理という、何か禅味があって面白い。

橋本みい子氏・飯田蛇笏の「くろがねの秋の風鈴鳴りにけり」には、短い時に存在が鳴り響いている。この歌も南部風鈴の具体が効果的。

〈千尋〉

※編集局からお願い・葉書裏にも県名・お名前をご記入ください。

おやばと俳壇

榎　利風　選

赤とんぼ空の青さを濃くしたり　**秋田　戸沢ケイ子**

ありのまま生くるに努め秋に入る　同

補色に近い蜻蛉の赤と空の青、句柄は平易だが点と面のコントラストが句の要、作者の心の内はやさしさに満ちているようだ。

持つ人も持たせし人も秋日傘　**新潟　中条　譲**

雲切れて月の棚田にシャッター音　同

今年の残暑は尋常ではなかった。日差しは耐え難く、おしゃれの為だけでなく実用として男性も使用するようになってきた。

鰯雲遠回りして家路かな　**新潟　岩佐香洋子**

新涼やこころはいつもの散歩道　同

天空を覆う鰯雲は雨の前兆と言われるが、なんとなく爽快な気分にもなる。今少しこの景色を楽しみたいという気持ちが伝わってくる。

傘寿とや敬老の日の如何ならん　滋賀　駒野　牧堂

風掬ふ手の影美しき風の盆　同

開け放つ茶室に匂ふ百日紅　愛媛　岩藤　富子

新札のお顔を篤と夜の秋　同

道なりに行き着く蕎麦屋曼珠沙華　島根　安食美津子

旅の湯ののれんのゆの字豆名月　同

偲ばるる特攻兵や赤蜻蛉　福岡　清水ミツ子

カンナ燃ゆ友の訃報は突然に　同

みすずかる信濃白々蕎麦の花　静岡　宮本　立男

土間広き旧家の厨ちちろ鳴く　同

コスモスのささやく声か空耳か　千葉　前之園亮一

彼岸花はてなき空を見上げゐる　同

秋うらら産声たかし女の子　岡山　赤堀千恵子

雨音やひとりひつそり長き夜　同

助け合ひ共に傘寿の敬老日　鹿児島　中園美智代

清貧の狭庭に仰ぐ望の月　同

虫の秋葉ける闇の深さかな　富山　正源　一枝

病む母に窓少し開け月見かな　同

無住寺のお盆開扉の人だかり　島根　橋本　雅夫

戦時下の配給帳の土用干　同

漆黒の海へ流るる天の川　埼玉　花岡　芳孝

スカイツリー真横から打つ秋の雷　同

夕立や片手鞠して小走る娘　島根　大畑　成子

百日紅枝ぶり似合ふ旧家かな　同

台風裡欄干橋に逆巻けり　静岡　尾田　禎三

古戦場跡に子の墓秋彼岸　同

薬草を土産に摘みて野良帰り　福岡　高木　榮一

台風過倒伏しるき川の岸　同

金色の輝く稲穂吾が自慢　新潟　佐々木　進

雨上がりそこはかとなく秋めける　同

盂蘭盆会読経の席に娘と並ぶ　長崎　長与　八天

生き延びて食ふや食はずの終戦日　同

パリパラに熱き声援夜半の秋　島根　今岡　吉博

青鷺の身じろぎもせず雨に佇つ　同

緑蔭に犬友とゐて憩ひけり　埼玉　長坂　昀

秋麗地平線へとまつしぐら　同

室内で熱波を凌ぎ秋を待つ　愛知　駒田　乗子

刺すやうな日差しに負けず蝉時雨　同

田を囲む数の案山子の陣を張る　青森　三又　芳雄

嵐過ぎ元気はつらつ秋の虫　同

記録的猛暑と豪雨病む地球　青森　一戸　勇

名物の林檎を山と道の駅　同

〈選者作品〉　古墳群いにしへ偲び秋惜しむ

（葉書で五句以内、一月・五月は十五日、十月は十八日必着）

健康の扉

第125回

「マイコプラズマ感染症」について

質問　マイコプラズマ感染症とはどのような病気ですか？

回答・細胞に寄生する肺炎マイコプラズマという極めて小さな細菌による感染症です。主に気管支炎や上気道炎などの気道感染症をおこし、肺炎を来すのは約10％といわれています。

小児や若年成人の肺炎の原因として比較的多く、マイコプラズマ肺炎の患者の約80％は14歳以下ですが、成人でもみられることがあります。

一見、元気そうにしていても、レントゲン検査で肺炎と判明することがあり、ただの風邪だと思って出歩く患者も多いため「歩く肺炎」とも呼ばれます。

マイコプラズマ感染症による症状は、マイコプラズマそのものが直接的に組織を攻撃することに起因するものと、感染により免疫学的な反応が惹起（じゃっき）され、それを原因として全身各所にさまざまな症状がもたらされるものがあります。

質問　どうやって感染しますか？

回答・患者の咳のしぶきを吸い込んだり（飛沫感染）、病原体が付着した手で口や鼻に触れたりする（接触感染）ことによって感染し、家族内や学校など濃厚接触が多い場所でしばしば集団発生が起こります。

質問　どの季節に流行しますか？

回答・マイコプラズマ肺炎の発生には季節性があり、通常は秋から冬に増加しますが、今年は夏頃からマイコプラズマ患者が急増しています。マイコプラズマ肺炎は周期的に大流行を起こすことが知られており、かつてはオリンピックイヤーに大流行が報告されていました。近年は新型コロナウイルス感染症対策などで流行はありませんでしたが、今年は2016年以来の大流行が起きています。

質問　どのような症状がありますか？

回答・潜伏期間は2～3週間で、発熱・全身倦怠感（だるさ）・頭痛などの初発症状が現れた後、痰を伴わない咳がみられます。咳は解熱後も3～4週間程度続きます。

マイコプラズマに感染した人の多くは、一般的な風邪症状ですみますが、一部の人は肺炎となり、重症化することがあります。肺以外の臓器にも症状が現れることがあり、発疹や赤み、蕁麻疹などの皮膚症状がみられることがあります。

また、脳炎や髄膜炎、ギランバレー症候群などの中枢神経系の合併症によって頭痛や吐き気、手足の動かしにくさなどの症状につながることもあり、中耳炎、心筋炎、膵炎、肝機能障害、貧血などの合併症を起こすことがあります。これらによって、動悸や息切れ、お腹の痛み、疲れやすさなどさまざまな症状が現れます。

質問　診断には、どのような検査がありますか？

回答・血液検査で抗体を調べる方法（血清診断法）や、抗原を調べる方法（抗原診断法）があります。

患者の抗体が上昇するには少なくとも1週間以上かかるため、1回目の検査では判断できないことがあります。その場合、2回目（ペア血清）の検査で1回目の4倍以上の抗体価の上昇があれば陽性です。

抗原診断法には、簡便なキットによるマイコプラズマ迅速抗原検査やPCR法があります。迅速抗原検査では咽頭ぬぐい液を用いますが、マイコプラズマの増殖部位が咽頭より下の下気道であることから、検出感度が高くはありません。

PCR法は遺伝子を増幅して検出するため、感度が優れています。また、肺炎が疑われる場合は胸部単純レントゲン検査を行います。

質問　治療について教えてください

回答・風邪症状などの軽症の場合は、無治療でも自然に症状が改善します。肺炎や他の症状で治療が必要になる場合は、マクロライド系やテトラサイクリン系などの抗菌薬を使用します。

しかし近年、マクロライド耐性菌が増えてきていますので、抗生剤投与後、2～3日以内の解熱があるかを評価して、無効と判断された場合は別の抗菌薬を使用します。重症の場合は入院して、酸素投与や輸液などが必要になることもあります。

発熱や咳が通常の風邪よりも長く続いている場合は、病院で受診してください。

質問　予防はどうすればよいですか？

回答・感染経路は飛沫感染や接触感染のため、日ごろから手洗いをすることが大切です。咳の症状がある場合にはマスクを着用するなど咳エチケットを行ってください。

自衛隊中央病院
小児科
医官　2等海佐　小倉　友美

隊員の声

モンゴル国に対する能力構築支援に参加して

自衛隊中央病院企画室　1等陸尉　田淵　守

モンゴル国への衛生分野での能力構築支援は、2012（平成24）年に同国の国防・法執行機関職員統合病院を新設するための協力事業から始まりました。

21（令和3）年8月の第6回事業からは「大量傷者受入訓練」を焦点として実施。24（令和6）年5月の派遣事業として、モンゴル軍が独自に「大量傷者受入訓練」を計画・実施できることを目標に訓練しました。

また、同年7月の招へい事業として、自衛隊中央病院の「大量傷者受入訓練」の研修により、5月の訓練のフォローアップを実施しました。

本事業に主務者として参加することができ、多くのことを学びました。

モンゴルと日本は、言語、文化および歴史の違いはありますが、モンゴル軍中央病院職員と自衛隊中央病院職員がそれぞれの国民のための組織であること、人命に係わる衛生科職種であるという共通点がありました。

私は、自衛官として、災害派遣、平素の職務などから学んだことをモンゴル軍中央病院の職員の方々に一つでも多く伝えたいと思い訓練に参加しました。

モンゴル軍中央病院職員の方々がわれわれの助言を速やかに受け入れ、向上のため努力する姿を見て感動しました。モンゴル軍中央病院職員の方々と自衛隊の派遣隊員が「モンゴル軍が独自に大量傷者受入訓練を実施する」という同じ目標を目指し、達成することができたと思います。

今後、モンゴルへの衛生分野における能力構築支援は、専門家交流へとつながる予定です。

私は、本事業で学んだことを今後の職務へ活かしていきたいと思います。

DCS（ダメージコントロール手術）研修

モンゴル国に対する能力構築支援関連記事

大量傷者受入訓練の研修担当として

【坂口1等陸尉】　今回実施した自衛隊中央病院の大量傷者受入訓練が、モンゴル軍の方々の疑問解決やブラッシュアップにつながる研修となるよう取り組みました。

研修中は多くの質問があり、モンゴルで5月に実施した訓練終了後も関心は高く、主体的に取り組む姿から、われわれも充実した支援ができたことを実感しました。

能力構築支援事業が無事に完遂でき安堵するとともに、本事業に関われたことを誇りに思います。

ヘリコプターによる患者搬送

患者搬送研修後の記念撮影

【元永1等陸尉】　今回の大量傷者受入訓練において、モンゴル軍中央病院の方々の研修を担当しました。第9回事業から携わり、モンゴル軍中央病院の方々の訓練に対する士気の高さを強く感じました。

今回の訓練においても、熱心に研修する姿に感銘を受けました。モンゴル軍のニーズにできる限り応えるべく、研修内容等の調整を行い、能力構築支援の集大成となる訓練完遂に寄与できたと感じています。

地獄谷温泉後楽館は
自衛官を応援しています

私の趣味

憧れの槍ヶ岳へ

第7航空団司令部　登山愛好家

第7航空団司令部の登山愛好家たちの活動を紹介します。

過去には中倉山（栃木県日光市、標高1520㍍）や富士山（静岡県、標高3776㍍）に登り活動しましたが、第3回目の今回は、日本百名山の一つ、槍ヶ岳（長野県、標高3180㍍）への挑戦です。

約2カ月間の準備期間と綿密な登山計画を経て、7月13日、14日の1泊2日の計画を立てました。メンバーは松浦基地司令をはじめ、国府人事部訓練班長、山崎（前）団先任、基地援護室石橋空曹長、整備補給群装備隊木内1等空曹（元司令部安全班）の5人です。

当日は朝5時頃、岐阜県の新穂高登山口を出発。天候には恵まれたものの、北アルプス独特の急峻な地形もあって、目標の槍ヶ岳は一向に姿を見せてはくれませんでしたが、道中から見える他の山々の景色や澄んだ沢などは、一瞬ではありますが疲れた体を癒やしてくれます。

登山愛好家たち―槍ヶ岳にて

槍ヶ岳

また、お互いに声を掛けて励まし合い、折れそうな心を立て直し、メンバー全員で一歩一歩着実に登りつめていきました。

そして、スタートしてからひたすら登り続けること約10時間、やっとのことで最後の分岐点（飛騨乗越、標高3010㍍）に到達。ついに拝めた槍ヶ岳の大迫力シーン（写真下）にはメンバー全員が感動しました。

その後、山荘のテント場で荷物を降ろしてテントを展張し、軽装になったところで、いざ槍の矛先へ。

三点支持（手足4点のうち、どれか1点だけを動かす登り方）を意識して無事に登頂。改めて自然の雄大さと厳しさを実感しました。

翌日はあいにくの雨でしたが、約7時間半をかけ全員が下山。チームで行動するありがたさと困難さの両方をメンバー全員が経験することができました。

果たして、第4回目はどの山になるのでしょうか。今から非常に楽しみです。

自衛隊ファミリー

長男からのメッセージに涙

横浜中央地区会　松井　美智子

高校を卒業したばかりの長男が、航空自衛隊熊谷基地に着隊するため旅立ったのは2017年3月30日でした。本当は神奈川地方協力本部まで送りたかったのですが「普通に見送って」と言われ、玄関で見送りました。振り返らずに駅へ向かう長男の背中が涙でにじんで消えていったのを、今でも鮮明に覚えています。

当日昼過ぎに「着いた」「基地の飯うまかった」とメッセージが来たきり音信不通に。彼が家を離れて2日目、たまに住所や入隊式の時間などの連絡が来るだけで、こちらからのメッセージはほとんど既読になりません。スマホは没収されてるのかもと思いつつ（がんばってるかな？）と、長男を思う日々でした。

職場での昼休み、SNSを開くと、長男から「ママの飯が食いたい」と一言。そのメッセージに思わず涙が溢れました。

その週末、熊谷基地でさくら祭りが開催されるとのことで会えないとは聞いていましたが、せめて生活している場所を見たくて熊谷基地へ。ダメ元で連絡を取ってみたところ、班長さんのご厚意で隊舎の玄関で面会できました。

4日ぶりに会った長男は少し大人びて、受け答えもしっかりしていました。

「スマホは触れないの？」と聞くと「国民の税金で支払われている時間だから、あまり良くないんだ」と立派な答えが返ってきました。たった4日で自衛官としての成長ぶりに驚き、誇らしく思いました。

先日、家族会の友人たちと入隊式の話になり、長男のことを話すと、みんながもらい泣きしてくれました。親だからこそ、同じ道を歩んできたからこそ分かり合える、この家族会の絆を改めて感じたひとときでした。これからもみんなと一緒にわが子の成長を見守っていけたらうれしいです。

OBの窓

自衛隊OBによる防災対策の推進

一般社団法人　災害防止研究所
所長　吉田　明生（陸自OB）

私は2018年に防災意識の向上と備えの強化を目的として、一般社団法人災害防止研究所を設立し、防災・災害対策の普及と推進に取り組んできました。消防庁による市町村長の防災力強化研修の指導員や自治体の防災コンサルなど、さまざまな活動で、現役時代の経験と専門知識が役立っています。防災意識を高めるためにこの数年「防災グッズ大賞展」を開催していますが、多くのメディアに取り上げられるなど、広く注目を集めています。

企業との連携も広がっています。具体的な活動として、企業から防災備蓄食品の提供を受け、昨年来、約12万食をフードバンクやこども食堂などに寄贈してきました。この取り組みは、食品ロス削減にも貢献しています。また、災害救援自販機を利用した分散備蓄の推進や防災備蓄食の提供と管理によるBCP対策への協力をしています。

これらの活動は地域社会に大きな影響を与え、安全な環境づくりに寄与しています。自衛隊OBとして、これらの成果に充実感と手応えを感じています。

自衛隊家族会の皆さまや現職の隊員の方々にも、こうした取り組みに関心を持っていただければ幸いです。

今後さらに活動を充実し、自衛隊OBを採用して組織の力を強化していきたいと考えています。

防災グッズ大賞2024表彰式