

区医だより

発行●浪速区医師会 編集●広報部

巻頭言

ウェスタン・スタイルの乗馬をご存じですか？

北村 栄作

(株式会社クボタ 本社診療所)

浪速区医師会の諸先生方には、私を始め、クボタ本社敷地内に勤務するクボタグループ従業員が日頃から大変お世話になっております。この場をお借りして御礼申し上げます。有難うございます。

さて今回の「巻頭言」では、マイ・ブーム・ランキング1位、乗馬の話をさせていただきます。

先頃の東京オリンピックで馬術競技をご覧になった方は多いでしょうし、「乗馬」と聞くとたいいていの方が、決められたコースを走りながら次々と障害を飛び越えてタイムを競う障害競技（ジャンピング）、あるいは自然ではあり得ない様々な優雅な歩様（ステップ）で馬場を行き交う馬場馬術をイメージされることでしょう。

ところが、私がこの6年半すっかり嵌まっている乗馬は、上記のスタイル[“ブリティッシュ”と総称されます]とは大いに異なるウェスタン・スタイル乗馬の一つ、レイニング[reinは手綱（たずな）で、手綱で馬を操ることから reining]と呼ばれる馬術競技なのです。

皆さん「ウェスタン、馬」と聞けばカウボーイを連想されるでしょう。ウェスタン乗馬はカウボーイとよく調教された馬が、放牧された牛を自在に移動させる動き（パフォーマン

ス）に由来し、レイニングは、動きの激しい牛を追い詰めてロープを首に掛けるために必要な技術、スピン〔後ろ足を軸にしてクルクルと旋回〕、ロールバック〔後ろ足を軸にして180度方向転換〕、スライディング・ストップ〔速い駆け足から両後肢を揃え急停止、前肢は前掻き様歩行運動⇒数メートル馬場を滑って停止（写真1参照）〕などのダイナミックな技を組み合わせてパターン化したショウイング（showing）です。カウボーイが演じる馬場馬術、あるいは馬のフィギュアスケートと言えは分かり易いかもしれません。約10のパターンがあり、よく使われるパターンⅥを、上から眺めて、走行ルート・向き〔→〕と演じる技を示したのが図1です。このパターンでは、START 地点から並足〔ゆったり歩くwalk〕でアリーナと呼ばれる競技馬場〔広さ30～35m × 60～70m〕中央まで移動⇒静止⇒右（回り）スピン4回⇒左（回り）スピン4回⇒左（回り）サークルをlarge & fastで2周、small & slowで1周⇒右（回り）サークルをlarge & fast〔写真2〕で2周、small & slowで1周⇒図の下部へ行って加速しつつ真っすぐに駆け足（ラン・ダウン）してスラ



(写真1)

イディング・ストップ〔写真1〕⇒直ぐロールバック⇒アリーナ反対側へ行って同様にラン・ダウン、スライディング・ストップ、ロールバック⇒再度アリーナ反対側へ行ってラン・ダウン、スライディング・ストップ⇒バック・アップ〔2馬身以上並足で後退〕と順に演技して終了となります。このパターンでのショウイング所要時間は3～4分ですが、スピン、サークル、ラン・ダウンが速いほど短時間で終了します。

実際のレイニングがどのようなものかを上記説明からイメージするのは非常に難しいので、YouTubeでreiningのビデオ〔欧米のトッ



(写真2)



(写真3)

プ・プロの素晴らしいショウイングを鑑賞できます！〕を見ていただければ幸いです。

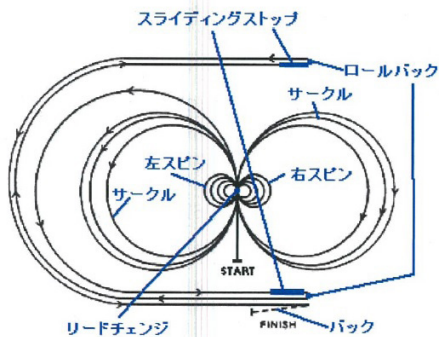
アリーナで、上記の幾つもの技を規定の順に演じながら走行し、馬がいかにライダー〔騎乗者（写真3参照）；競技ではハット、長袖シャツ、ジーンズ、チャップス（革製のジーンズ前当て）、拍車を付けたウェスタン・ブーツを着用〕に従順で、正確、迅速、華麗にショウイングするかが審査される競技です。採点方式と採点評価基準はアメリカの権威ある協会で定められ、ジャッジ（審査員）は協会認定資格です。馬＋ライダーの技術レベルで多くのクラス分けがあり、オープン〔プロがエントリー〕、ノンプロ、ノンプロ・リミテッド〔私はこのレベル〕、グリーン〔初級クラス〕があります。オープン・ノンプロクラスでは手綱をone hand〔写真3参照。左右いずれかの片手。ショウイング中に持ち替えると失格となる。〕で操作します。これは、カウボーイが片手で手綱を操り、もう一方の手でローピング〔投げ縄で牛の首にロープを掛ける〕することに由来します。

さて私がいったい何処でそんな乗馬をやっているのか？ 2～3週に1度のペースで、4時間半かけて土・日（1泊2日）に福岡県の宗像市、宗像大社近くにある乗馬クラブ、Canadian Camp Riding Club（CCR）を訪れて、インストラクター（プロ）の指導を受けています。馬は私の個人所有で、クラブに預けて日々の世話や調教をしてもらっています。CCRのホームページ〔カナキャンで検索〕を一度覗いていただけると、玄界灘を臨んでのビーチ外乗〔私が乗馬に嵌ったきっかけ〕を始め、馬に興味関心がある方には面白い情報がたくさんアップされています。

馬は、逞しく優美な馬体、大きな目と愛嬌のある鼻面といった外見で、観ているだけでも良いものですが、よく慣れた馬は人に対して大変優しく、おとなしい〔臆病でもありますが〕です。動物（家畜）なので臭いが気になるかと思いますが、初めて厩舎を歩いた時に感じたことのひとつが『臭くない』です。実際、乗る準備（馬装）や乗馬後の手入れをする際

に、馬の背に鼻を近づけてクンクン匂いを嗅ぐと、純草食だからでしょうか、野草かハーブのような香りがして、うっとりした気分になります。馬体（首、背、尻）を掌でなぜるとビロード様の感触が気持ちよく、お尻を掌で軽く押すと弾力性豊かに発達した筋肉の感触がこれまた快感なのです。そのように、観て、匂いで、触れて、乗って、トータルに気持ちよく楽しめて、結果、癒やされるのが馬だと私は思っています。皆さんも機会があれば是非お馬さんと慣れ親しんでいただきたいです。

最後に。今回掲載させていただいた写真のライダーは私で、馬は私の愛馬、Gold Flashy Bear です。



(図1)

理事会報告

10.22

◎令和3年度10月定例理事会

日時 令和3年10月22日(金)

午後8時～9時30分

場所 浪速区医師会 会議室

協議事項

1. 集団接種出務者の慰労会（11月27日(土)午後6時・スイスホテル南海大阪 浪華の間）について <有田会長> 開催について協議願いたい。

協議の結果、感染拡大防止の観点から中止とすることに決定。

また、今後の開催については現時点では未定。

2. 新年互礼会（令和4年1月15日(土)午後6時・スイスホテル南海大阪 シェルブルー 35 Fの開催について

<有田会長>

開催について協議願いたい。

次回理事会（11月15日）にて感染状況等を鑑み開催の可否について決定することとなった。

3. 浪速区役所の発行する広報誌の「なでこちゃんの健康広場」コーナーへの寄稿依頼について

<有田会長>

浪速区役所より寄稿依頼があった。

テーマは健康に関することで締切は

12月6日である。

協議の結果、木田理事に決定。

4. 本会の社会保険講習会（11月18日(木)14:00）の開催方法等について

<徳田副会長>

開催方法等について協議願いたい。

協議の結果、会場への参加人数は昨年度同様15名までとし、同時にWEB配信することとなった。

5. その他
なし。

報告事項

1. 郡市区等医師会長協議会について（10月22日(金)） <有田会長>

次第は次のとおり。

▷開会

▷会長挨拶

▷連絡事項

(1)「府医ニュース」新春随想の執筆依頼の件

(2) 新型コロナウイルス感染症対策の件

(3)「第2・3回感染管理区域で従事する医師・看護師のための研修会」の開催の件

(4) 11 月度行事会合日程の件

▷協議

▷閉会

(詳細 略)

2. 大阪市医師会連合会委員会について

(10月18日〈月〉) <有田会長>

次第は次のとおり。

▷連絡事項

(1) 令和3年度大阪市嘱託産業医推薦依頼の件

(2) がん検診個別受診勧奨の実施の件

(3) 新型コロナウイルス感染症対策の件

(4) その他

▷守秘義務について

▷出席者の自己紹介

▷検討事例

▷まとめ

(詳細 略)

3. 新型コロナウイルス感染症対策担当理事連絡協議会について

(10月8日〈金〉) <徳田副会長>

次第は次のとおり。

▷開会

▷議事

(1) 新型コロナウイルス感染症対策に関して

(2) 質疑応答

▷その他

▷閉会

(詳細 略)

4. 第2回全国医師会産業医部会連絡協議会について

(10月21日〈木〉) <徳田副会長>

次第は次のとおり。

▷開会

▷挨拶

▷記念講演

▷シンポジウム

▷事例報告

▷協議

▷閉会

(詳細 略)

5. 在宅連携協議会について

(10月13日〈水〉) <久保田副会長>

次第は次のとおり。

▷A ケアカードの規定等の変更について

▷ACP の進捗状況について

▷その他

(詳細 略)

6. 医療情報委員会について

(10月21日〈木〉) <久保田副会長>

次第は次のとおり。

▷開会

▷協議事項

(1) 医療情報に関する講演会について

(2) 諮問事項について

「医師会活動および医療現場におけるICT活用について～with コロナ時代の対応を含めて～」

(3) その他

▷今後の日程

▷閉会

(詳細 略)



7. 今里休日急病診療所運営委員会について
(10月14日〈木〉) <原田理事>
次第は次のとおり。

▷診療実績報告

- (1) 令和2年度及び令和3年度上半期診療実績報告
(2) 年末年始、ゴールデンウィークの患者数について
(3) 令和3年度急病診療設備委員会報告
(4) 令和2年度中央急病診療所感染症発生調査

▷議題

- (1) 令和4年度出務医師ローテーションの編成について
(2) その他

(詳細 略)

8. 自立支援型ケアマネジメント検討会議について

(10月13日〈水〉) <岡藤理事>
次第は次のとおり。

- ▷検討会議の趣旨について
▷守秘義務について
▷出席者の自己紹介
▷検討事例
▷まとめ

(詳細 略)

9. 大手前病院地域医療支援病院運営委員会について

(10月7日〈木〉) <福永理事>
次第は次のとおり。

- ▷病院長あいさつ
▷病院の実績報告
▷次回開催日の決定

(詳細 略)

10. その他
なし。

次回理事会

令和3年11月15日〈月〉 午後8時～

10月度

学術講演会報告

日 時 10月16日〈土〉 午後2時～
演 題 「2型糖尿病の薬物療法
Up to date
～イメグリミンへの期待～」

講 師 大阪警察病院
糖尿病・内分泌・代謝内科
部長 安田 哲行 先生

出席者数 27名

共 催 大日本住友製薬株式会社

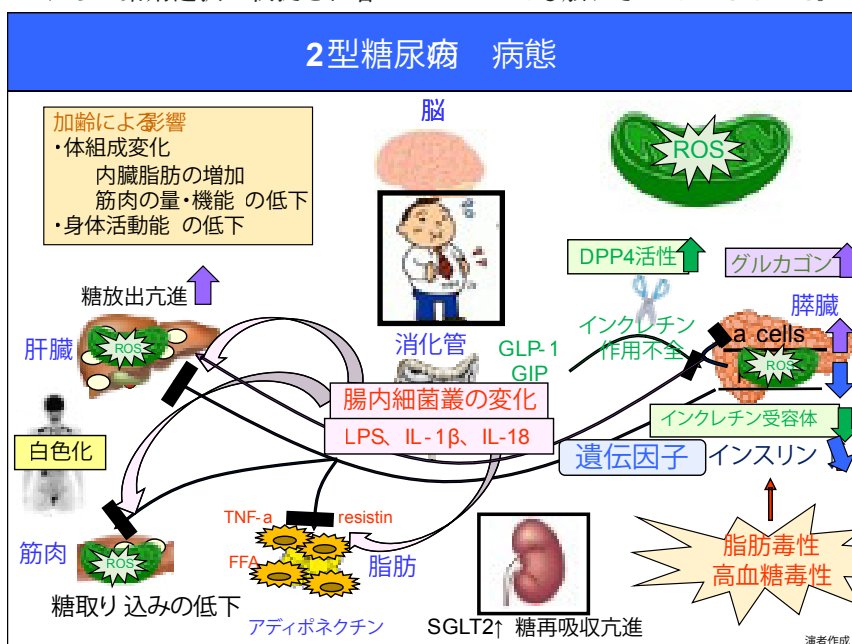
担 当 富永良子

2型糖尿病の病態は非常に複雑であるが、主にはインスリン分泌低下、インスリン抵抗性、インクレチン作用不全、グルカゴン分泌異常、腎尿管でのグルコース再吸収亢進、中枢神経系の異常が関与するとされる。なかでも、本邦2型糖尿病患者の特徴として、欧米人に比べ内臓肥満を伴わないインスリン分泌低下例が多く存在することが挙げられる。従って、インスリン抵抗性が主病態の欧米諸国から発表されている2型糖尿病治療アルゴリズムを本邦2型糖尿病患者にそのまま当てはめることは必ずしも適切とは言えない。私は、2型糖尿病患者に対する薬剤選択に際しては、患者の年齢、罹病期間、内臓肥満の有無、インスリン分泌・抵抗性などの病態、合併症・



併存疾患、肝・腎機能、身体・認知機能、経済・支援状況、価値観、治療へのモチベーション、生命予後などの様々な要因を考慮して決定している。中でも、内臓肥満の有無、インスリン分泌能、心血管系合併症、DKDの有無は重要項目であり、これらにより患者をカテゴリー分類し薬剤選択を行っている。本講演においては、これらの薬剤選択の根拠を、各カ

テゴリーの病態、薬剤の作用機序、臨床試験のエビデンスを踏まえ概説した。また、新たな糖尿病治療薬であるイメグリミンへの期待として、ミトコンドリア機能異常がインスリン分泌低下、抵抗性のみならず、糖尿病の合併症などにも関わることから、ミトコンドリアに作用するイメグリミンのポテンシャルについても触れさせていただいた。



私の考える 病態・患者背景 に応じた2型糖尿病治療 (ただし、フレイルな高齢者は除く)

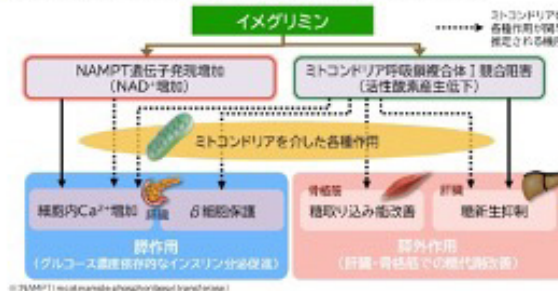
心血管疾患既往 (ハイリスク)	DKD (アルブミン 尿) 心不全 (ハイリスク)	非内臓肥満 減量不要	内臓肥満 減量必要
GLP-1RA SGLT2i DPP-4i <small>(GLP-1RAの忍容性ない場合)</small> メトホルミン *	SGLT2i GLP-1RA (DPP-4i) メトホルミン *	メトホルミン * DPP-4i GL > SU GLP-1RA (DPP-4i から switch) Insulin <small>aGl, TZD, SGLT2i は適宜考慮</small>	SGLT2i and/or GLP-1RA (DPP-4i) TZD > GL > SU Insulin <small>aGl は適宜考慮</small>
高 ↑ インスリン分泌能 ↓ 低			高 ↑ インスリン分泌能 ↓ 低

* メトホルミン はeGFR<30 は禁忌

Tetsuyuki Yasuda

イメグリミンの作用機序(推定)

- イメグリミンは、NAMPT(NAD⁺合成酵素)遺伝子、ミトコンドリア呼吸鎖複合体Iへの作用を介して、第2型糖尿病におけるグルコース濃度依存性インスリン分泌を促進し、肝臓・骨格筋での糖代謝を改善する降糖作用(糖新生抑制・糖取り込み増進)という2つのメカニズムで血糖降下を示します。
- これらの作用にはミトコンドリアを介した各種作用が関係していると推定されます。



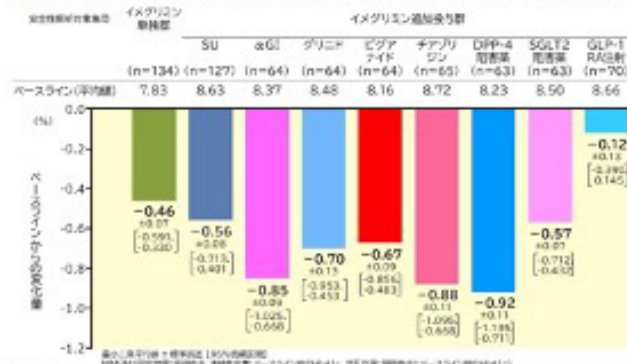
© NAMPT1 is a novel candidate for a potential target for diabetes treatment

Watanabe, K. et al. Endocrinology 2019; 164(10):3451-3461. [イメグリミンは、NAMPT遺伝子発現を増加させ、NAD⁺のレベルを高め、ミトコンドリアの機能を改善し、インスリン分泌を促進する。また、ミトコンドリア呼吸鎖複合体Iを阻害し、活性酸素の産生を低下させ、インスリン感受性を改善する。]

国内第3相試験(T1MES 2 試験:単投および他の血糖降下薬との併用療法長期試験)

HbA1cの変化量(52週時)[重要な有効性評価項目]

- 単投投与および既存の血糖降下薬への追加投与によるHbA1c変化量は-0.12~-0.92%でした。



※ 単投群は、αGII単投群、グリニド単投群、ビグア単投群、チアゾリジン単投群、DPP-4阻害薬単投群、GLP-1受容体 agonist単投群、その他単投群。追加投与群は、αGII単投群にイメグリミン追加投与群、グリニド単投群にイメグリミン追加投与群、ビグア単投群にイメグリミン追加投与群、チアゾリジン単投群にイメグリミン追加投与群、DPP-4阻害薬単投群にイメグリミン追加投与群、GLP-1受容体 agonist単投群にイメグリミン追加投与群、その他単投群にイメグリミン追加投与群。



医師年金のおすすめ

日本医師会
医師年金
おかげさまで
50周年

医師には医師専用の
「医師年金」があります

医師年金 検索 <http://nenkin.med.or.jp/>

医師年金に
ついて詳しく
知りたい

医師年金ホームページをご覧ください。
または、下記までお問い合わせください。
公益社団法人 日本医師会 年金・税制課
TEL: 03-3942-6487 (平日9時半~17時)

受取年金額を
知りたい

医師年金ホームページでご加入時の受取年金額のシミュレーションができますのでお試しください。
＜医師年金ホームページ▶トップページ▶シミュレーション＞

日本医師会に
入会したい

入会手続きは、所属医療機関のある市区医師会を通じて行いますので、直接お問い合わせください。
医師年金は「日本医師会会員」で、「64歳6ヶ月未満」の方がご加入いただけます(お申込みは64歳3ヶ月まで)。

20171101510

浪速区在宅医療・介護連携相談支援室 からのお知らせ

10月の相談件数は3件でした。在宅医師の相談、コロナワクチン副反応の相談、生活支援の相談でした。秋も深まり朝夕の気温が低くなってきました。コロナワクチン接種もほぼ終了となりました。これからインフルエンザのシーズンが来ます。今年は、昨年より流行する予想となっています。予防接種に加え、今までどおりの感染対策を続けることが流行を防ぐ手段だと思います。マスク、手洗いは続けるようお願いします。

在宅医療、介護において何か困ったことや問い合わせ等ありましたらご連絡ください。



相談受理実績

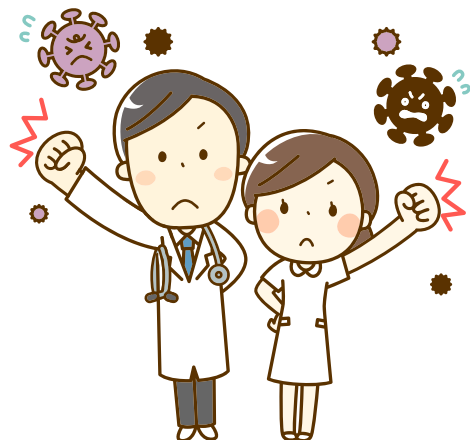
■ 個別ケースに関する相談（R03. 10月度）

① 医科	0件
② 歯科	0件
③ 薬局・薬剤師	0件
④ 病院 地域連携相談室	1件
⑤ 訪問看護	0件
⑥ 介護支援専門員	0件
⑦ 地域包括支援センター	1件
⑧ ⑥⑦以外の介護関係事業所	0件
⑨ 認知症初期集中支援チーム	0件
⑩ 他区在宅医療・介護連携支援室	0件
⑪ 区役所・保健福祉センター	1件
⑫ 区民	0件
⑬ その他（ ）	0件
合 計	3件

■ 相談内訳（重複有）

① 医 療	① 診療所・医師に関して	2件
	② 訪問診療できる医療機関に関して	1件
	③ 病院（入院・転院先等）に関して	0件
	④ 歯科に関して	0件
	⑤ 薬局・薬剤師に関して	0件
	⑥ 訪問看護に関して	0件
	⑦ 医療の手続きに関して	0件
	⑧ その他	1件
② 介 護	① ケアマネに関して	0件
	② 地域包括支援センターに関して	0件
	③ 介護事業所等に関して	0件
	④ 介護の手続きに関して	0件
	⑤ その他	0件
	③ 退院支援に関して	0件
	④ 看取りに関して	0件
	⑤ その他（内容： ）	0件
	合 計	4件

＜お問合せ＞ 浪速区在宅医療・介護連携相談支援室
〒556-0022 大阪市浪速区桜川 4-11-16 アリタビル50B
TEL:070-1760-4964 FAX:06-6567-8058



浪速区医師会 活動の伝言板

令和3年12月の各業務の出務予定は次のとおりです。ご協力のほどよろしくお願いいたします。

3歳児健康診査

●保健福祉センター

12月23日(木)午後1時40分～3時30分

小児科 川田 信哉
小児科 宇田 創
眼科 山尾 信吾
耳鼻科 中村 泰久

1歳6ヶ月児健康診査

●保健福祉センター

12月2日(木)午後1時40分～3時30分

小児科 川田 信哉
小児科 橋村 夏野子

BCG接種

●保健福祉センター

12月16日(木) 午後2時～3時30分

橋村 夏野子・隅 清彰

急病診療所出務

●中央急病診療所

12月13日(月) 深夜22:00～30:00

中山 博文

12月30日(木) 準夜17:00～22:00

木田 徹・岡藤 龍正



ドクターの
あらゆる要望にお応えします。

 **大阪府医師協同組合**
Osaka Medical Cooperative Association

〒542-8580 大阪市中央区上本町西3-1-5
TEL 06-6768-2071(代) FAX 06-6768-2012

さまざまな
事業を展開しています。

詳しくは ➡

大阪医協



医 業

医療機器、医療消耗品販売からクリニック開業支援まで、
医業に関する幅広いサポートを行っています。
また、豊富な経験を持つ専門家による相談会も実施。

- ☑ 医療消耗品・白衣販売
- ☑ 医療機器販売
- ☑ 展示会・各種セミナー
- ☑ 新規開業・継承支援・リフォーム



く ら し

趣味や教養を深めるイベントから旅行、住まいのご相談まで、
皆様のプライベートを応援。

- ☑ 医師のステータスカード JAPAN DOCTOR'S CARD
- ☑ 書籍販売サイト「KNOWLEDGE WORKER」
- ☑ 住まいの割引制度「ハウジングサポート」
- ☑ ドクターズツアー、パッケージツアーの割引特典



保 険

医業とくらしを取り巻くさまざまなリスクに備え、充実のラインナップをご用意しております。スケールメリットを活かした割安な掛け金で、万一の事態に備えることができます。

- ☑ 損害保険(医師賠償責任保険・所得補償保険 など)
- ☑ 生命保険(グループ保険・団体扱い制度 など)



あとがき

中村 泰久

去年の1月から始まったコロナウイルスの猛威も第5波がおさまってくるのに伴い、急速に感染者数が減少したおかげで、ようやく緊急事態宣言も解除になりました。先日久しぶりに夜遅くまでお酒をたしなむことができ、本当にこの日常が非常に懐かしく感じました。少しずつですがこのまま日常を取り戻していければいいと思います。先日リモートの理事会で来年の新年互礼会の開催をどうするか議論がありました。なかなか思い切って開催することは難しいかもしれませんが、もちろん感染状況によるとは思いますが、会員の皆さんのこの一年以上の労をねぎらう為にも医師会の会員のみだけでも慰労会として開催してもいいのではないかと僕個人としては思います。

今回のあとがきを書かせていただくにあたり、今までの自分の原稿を読み返しておりました。2015年からあとがきを書かせていただいているのですが、記念すべき僕の第一回目のあとがきの時の巻頭言が今回の北村先生でした。その時はインドに行かれて見聞きされたことを面白く書かれていて楽しく読ませていただき、僕も海外旅行が大好きなものですから自分の経験なども交えてすらすらと原稿が書けた記憶があります。今回も偶然とはいえまた北村先生の巻頭言のあとがきを書かせていただくことになるのは運命的なものを感じております。今後ともどうぞよろしくお願い致します。

今回のテーマはなんとウエスタン乗馬という全くの初耳のご趣味の事を書かれており、北村先生の若さと行動力に度肝を抜かれてしまいました。10年前ぐらいに僕の家内が一時いわゆる乗馬をやっていたことがあり、そこに何回かついて行って体験で乗せてもらったことがあります。ほとんど乗馬の経験はな

く乗っている時の馬の高さで怖かったのと、鞍でぶつけて死ぬほどお尻が痛かった記憶しかありませんので、このウエスタン乗馬の激しさにはとてもついていけそうにありません。改めて北村先生、カッコよすぎます！

先生が書かれておられたように、僕もウエスタン乗馬と言えば往年の「荒野の決闘」のような西部劇のイメージしかありません。もちろんスポーツですので様々な細かいルールがあるようですが、カウボーイが操っていた乗馬法を今後も残していこうということで行われたルールなんではないかと勝手に思いました。実際は見たことはもちろんないのですが、もっとこの競技が知られていけば現在の乗馬競技よりもずっと迫力があって盛り上がるように思います。北村先生！日本代表目指して頑張ってください！

コロナと言われ出してもうすぐ2年が経とうとしています。まさかこんなに長くかかるとは当初は思いもしていませんでした。しかしワクチン接種も進み終息の兆しが見えてきたようにも思います。今年もコロナに振り回された1年ではありましたが、来年こそは普通の日常を取り戻してもらいたいと切に願います。少し気が早いですが皆様の良い年をお迎えくださいませ。

目次	ページ
巻頭言	
ウエスタン・スタイルの乗馬を ご存じですか？	北村 栄作 1
理事会報告（10月22日開催）	3
10月度学術講演会の沙録	5
浪速区在宅医療・ 介護連携相談支援室からのお知らせ	8
浪速区医師会活動の伝言板	9
あとがき	10

【区医だより】

発行者 有田繁広
編集者 中村泰久 金子良恵
印刷所 株式会社 サビ