

発行日：2018年3月1日

発行責任者：医療法人社団憩樹会 則武内科クリニック 院長 則武 昌之
〒300-1207 茨城県牛久市ひたち野東5-3-2 池田ビル1F TEL: 029-871-7878

私の履歴 44

アルゼンチンのドラド①

私は今年の年末年始にアルゼンチンに釣りに行きました。そのことを皆さんに書いてみましたのでよかったですら読んでください。

1) 序章：開高健の世界中の秘境の釣行記であり、釣り師のバイブルとも呼ばれている『オーパ』をご存知だろうか？そこにブラジルをはじめ南米各地に生息するといわれる黄金に輝くサケ！釣れるとジャンプはおろかロケットのように水面上を横に飛ぶと記載され実際、開高健の本には横に飛んでいるドラドの写真が掲載されている。

鮭のような体型であるが実際にはピラニアの近似種とのこと。また歯が鋭くハリス（針の近くの部分の釣り糸）はナイロンのような普通のハリスではすぐに切れてしまって通用せず、ワイヤーのハリスにする必要がある。「Tigre de rio」スペイン語で「河の虎」と呼ばれる所以である。昨年もドラドの遠征ツアーを行った会社に電話をして「2018年の正月にかけてドラドを釣りに行きたいんですけど2018年のツアーの予定はありませんか？」と問い合わせた。実はスタッフの中にこの釣行を希望している方（今回のツアーコンダクターになったKさん）がいたらしく、4人のアングラーたちの参加が決まり、私とツアーコンダクターを含めて6名での遠



征決行となった。人生とはうまくいくときにはこんなものだ！

私はどなたとも初対面だった。さすがに南米遠征に応募してくるだけあっていずれ劣らぬ凄腕の「釣りキチガイ」の人々であった。いつの間にか62歳になってしまった私が最年長だったが、白髪染めの効果もあって見かけは多分50歳前後にしか見えず、違和感なく仲間入りできた。彼らの話を聞くと、既にアマゾン川のピーコックバス／パプアニューギニアのパプアンバス／カナダのパイク／オーストラリアのアロアナ／マレーシアのセイルフィッシュ／アラスカのキングサーモンなど、世界狭しと遠征をした人が多かった。また国内においても北海道のイトウ／高知のアカメなど伝説ともなっている稀少魚も釣り上げている人もいた。年をとってからは遠征が困難となる海外の釣り場と魚を求めて、若いうちに膨大なエネルギーと時間を惜しげもなく投入し、そのために日々頑張っていることが伝わってきた。「本当の釣りキチ」と初めて会って私は度肝を抜かれ、またそこまでけれんみなく人生を生きている彼らにある意味でリスペクトの気持ちを感じたのだ。

（次号に続く）

information

糖尿病と認知症について

糖尿病療養指導士 石引 由美子

近年、わが国では高齢化に伴い、認知症患者さんが増えています。認知症は何かの病気によって起こる症状や状態の総称ですが、健康寿命を損なうだけでなく患者さんとその家族にも大きな影響を与えます。認知症は体験したことを丸ごと忘れて、忘れたこと自体を自覚できなくなることも多く、判断力低下などから日常生活に支障をきたす状態が進行します。加齢が認知症の重要な因子ですが、老化による単なるもの忘れと認知症は違います。喫煙などの生活習慣や生活習慣病（肥満症、糖尿病、高血圧症、脂質異常症）、遺伝的要素も関与していることが分かってきました。



糖尿病があると高血糖や治療に伴う低血糖が認知症のリスクを増加させることも分かってきて、認知症を予防するうえでも血糖コントロールの重要性が指摘されています。

運動習慣のある人は認知症を発症しにくいという報告もありますので、認知症予防にも適度な運動を継続し血糖改善を心掛けていくことは重要です。数年後、数十年後にも健康な方と変わらない、質の良い生活を送れるようにこれからも協力して治療を継続していきましょう。



— 休診のお知らせ —

2018年3月～5月の診療予定です。

3月 March

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

4月 April

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

5月 May

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		