

発行日：2018年9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 47

アルゼンチンのドラド④

5) 釣りの風景：パラナ川湿原での釣りにはワイヤーのリーダー（ハリス）を用いる。それをシンクチップライン（比重が高いためによく沈むフライライン）を湿原の流れの中を横切らせてドラドが食いついてくるのを待つ釣りである。操船するガイドの名前はマディール。30歳くらいだと思われる。おとなしくてインカ人の末裔のような雰囲気を感じさせている。優しく性格の良さが顔に表れていた。しかし、この男に何を言っても通じない。スペイン語しかわからない彼とスペイン語が全く分からない私の間にはコミュニケーションを取り合うのに深く長い溝があった。私の娘が数年前にMexicoに留学していたのでその娘から釣りの時に絶対に必要なスペイン語と思われるトイレ（バーニョ）、もっと遠く（マス・レホ）、大きい（グランデ）、小さい（チキート）などを教わった。それ以外にもいろいろ教わったが、マディールに通じたのは結局上の4つくらいのものである。釣り船で大小を問わずに便意を感じた時に「トイレに行きたい」が通じたのが幸運と思うほかはない。ツアーコンダクターがメキシコの釣行（私は参加しなかった）の時に使った文例の載っている小冊子があることを最終日に教えてくれたので、「昨日、大物を釣ったところに連れて行ってくれ」というスペイン語で書いた文章を見せたら、これは通じたのはうれしかった。その小冊子にはほかにもいろいろな文例が乗っていて嬉しかったのだが、どうしてももっと早くこれのあることを教えてくれなかったのかと彼に少しだけ腹が立ったのだ。さらに日本に帰ってきてから私の妹に聞いたところ、『グーグル翻訳』というアプリを利用して文章を日本語で入力すれば今は何語にでも即座に翻訳してくれるとのこと。全く時代の進歩に追いついていない自分を今更ながら残念に思うのであった。

6) ドラドの釣り：70cmを筆頭にフライで4匹のドラドをゲットすることができたのは幸運というしかない。1日目午前の釣りの最後で、まぐれ気味ではあったが60cmのドラドを釣り上げた時の達成感は格別だった。ウェットフライを流すように流れの底を横切らせている時ひったくるような重みを急に感じた。ロッドが根元から曲がる。魚が頭を振ってジャンプした。マディールは「ドラド・グランデ！ドラド・グランデ！」と叫んでいた。重い泳ぎがシャープでちょっとサクラマスと似ていると思ったが、その美しさと言ったら・・・。“河のトラ”とも呼ばれるド

ラドが川底からファイトの末にやっと水面下に上がって来て、姿を見せてくれた時の光景が今でも臉に焼き付いている。金色に輝くまさに「黄金の鮭」だ！「絶対にばらしたくない」と私の手は軽く震えた。慎重に慎重に釣りあげてから、写真を撮った。言葉は通じないが、すっかり友達になったガイドのマディールと固く握手を交わしたのは言うまでもない。はじめのうちはガイドにフライの知識がなくて釣りの方法がよくわからなかった。というのも、悪口を言うつもりはないがマディールはフライキャストが初心者レベルで明らかに私よりも下手だった。これは普通考えられないことであり、彼がフライフィッシングというものをほとんど知らないのであろうことは明白だと感じた。しかし一緒に行った日本からの釣り人からの助言などで3日目くらいからようやく釣り方がわかってきたように感じ、40-60cmのドラドを幸運にも何匹かキャッチしたが、残念ながらロケットのように空高く横っ飛びにジャンプした魚はいなかった。それでもジャンプすることが多く、釣りあげた時のドラドの美しさにはその都度目を見張った。大きなドラドでも多かれ少なかれ尾びれをピラニアに食いぢぎられていた。最終日の最後の釣りのセッションで私の今回の釣行における最大のドラドをかけた時のことだ。「これはでかい！ドラド！グランデ！」私は興奮して叫んだ。しかしドラドは必死に私の釣り竿から逃げようとしてホテイアオイのような水草の下に潜り込もうとしていた。私がそこから何とかその魚の流れの中心の方に引き出したその時だった。ドラドの周辺の水面が急に泡立って沸騰したように感じた。水草の下から引きずり出す時に針がかりしたドラドの口から出血したのだと思う。その血の匂いに反応してピラニアが群れをなして襲いかかったのだ。それから逃げようとドラドが必死に暴れたので、結局そのドラドはばれてしまい釣り上げることはできなかったのだが、釣っていた私もガイドのマディールもなすすべがなく、あけにとられて終わったのである。（次号へ続く）



information

歯周病は糖尿病の6番目の合併症 “歯を失う前に予防を！”

糖尿病療養指導士 出尾 よしえ

歯周病という言葉をお聞きになることはどなたもあると思います。歯周病はプラーク（歯垢）が主な原因で、自覚症状が出にくいので初期の歯茎が赤く腫れる歯肉炎を見逃すと歯を支える組織が炎症を起こし、次第に歯を支えている歯槽骨が破壊されて突然に歯を失ってしまうこともあります。

糖尿病の患者さんは唾液分泌が少なめで歯にプラークがつきやすく、細菌に対する抵抗力が低下するので歯周病が悪化しやすいと言われています。一方で、歯周病があると血糖コントロールを悪化させることも分かってきました。歯周病を早期に治療を開始すれば血糖コントロールが改善した（HbA1cで最大1%減）という報告もあります。

歯周病予防は、ブラッシングでプラークを取り除くことですが、歯磨きの仕方にコツがありつぎのような点に留意する必要があります。歯の表面と、歯と歯茎の間の溝（歯周ポケット）を丁寧に磨くことが大切です。デンタルフロス（歯間ブラシ）や、マウスウォッシュ（原因菌の殺菌）のうがいもプラークの付着を防ぐので効果的とされています。しかし、歯石（プラークの石灰化）が付着し始めると、ブラッシングだけでは落としきれない為、定期的に歯科医院で歯石除去してもらうことをお勧めします。（受診時は、糖尿病手帳や薬手帳を持参しましょう）

いつまでも自身の歯で美味しく食事が出来るように、歯周病を予防しましょう。



— 休診のお知らせ —

2018年9月～11月の診療予定です。

9月 September

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	30	24	25	26	27	28
----	----	----	----	----	----	----

						29
--	--	--	--	--	--	----

10月 October

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			
----	----	----	----	--	--	--

11月 November

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	
----	----	----	----	----	----	--

※12月3日(月)まで休診となりますのでご注意ください。

今年の夏は例年にもまして暑い！地球はこれからどうなってしまうのか不安になってきます。でもだんだん涼しくなったらまた外で体を動かしましょうネ。誰のためでもなく、自分の明日のために。