

発行日：2021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 65

キングサーモンを釣りにパタゴニアへ (3-1)

第4日。朝少し雨模様だったが釣りをしているうちにだんだん晴れてきて気持ちが良い。魚の反応は鈍く魚の鼻先にフライが流れても無視。産卵準備に忙しそう、こっちのフライはなかなか見ようとしない。シャローな瀬でフックが頻りに川底の岩に引っかかった。残念ながらディディモがカテリーナ川にもとところどころで繁茂していることが分かった。(ディディモ <Didymo> は北米や北ヨーロッパの原産の淡水域の湖沼や河川に住む小さな藻類で珪藻の仲間とされている。非常に繁殖力が強くディディモが繁茂すると河床がとてもしずりやすくなり、川を渡ったり、釣りをしたりする人には重大な危険となるばかりでなく、そこに元々いた水生生物や魚の生態系も変わってしまうため地球各地で社会問題になっている) 釣り下ってもなかなかあたりがない。瀬の最後で開きが少し深くなっている場所にキングサーモンがたまっているのが見えた。普通のチューブフライやイントルーダーでは反応がなかったのでトーマスがピーコックバス用クラウザーミノーを私のフライボックスから選んで「これでいってみよう」とラインに結んだ。アマゾン川用の赤白の大きなフライだ。それに替えてもしばらくはなかなかあたりがなかった。20分くらいして1回ヒット。しかし痛恨のバラシ。トーマスが悔しがった。しょうがない。もっと下流に下がって対岸にダブルスベいで

フライを打っていく。するとやや右側からの流れにフライが乗って左からの流れに合流したちょうどその時、水面が割れてラインテンションが急にかかった。きたぞ！流れが強かったのだからそこからは魚との手に汗握る力比べがしばらく続いた。20分以上のファイトの末にやっと流れの弱いところまで寄せてランディング。やったあ！2匹目をゲットだあ！体の後半が赤くて鼻曲がりの雄だった。晴れた空の下、その魚は輝いていた。素晴らしい魚だと思った。(裏面へ続く)



information

糖尿病療養指導士 出尾 よしえ

CKD (Chronic Kidney Disease : 慢性腎臓病) ってご存知でしょうか?

腎臓はおへそよりやや上方にあり、背側に左右1個ずつある、そら豆のような形をした重さ150g程度の小さな臓器です。この小さな臓器は、心臓から送り出される血液の20%以上が流れており毎日200ℓもの血液をろ過して、体の中の不要な水分や老廃物を尿として排出し体の中をきれいに保っています。その他にも、尿を作ることを通じて血圧の調整、ナトリウムやカリウムなどのミネラルバランスの維持など多くの働きがあります。私たちの健康において重大な役割を担っており、まさに「かん腎かなめ」の臓器なのです。

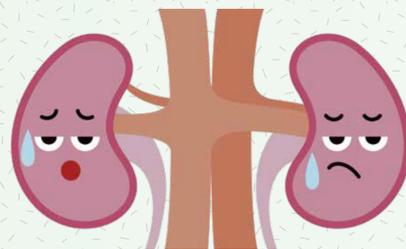
CKDは、糸球体濾過量 (eGFR) の数値が60ml/分/1.73m²未満か、あるいはたんぱく尿などの腎障害が3か月以上続いた場合に診断されます。病気の重症度により症状は異なりますが、腎臓の機能が低下するとむくみ、息切れ、尿量減少などの症状が出てきます。腎臓の機能がほとんどなくなると、血液透析や腎移植など腎代替療法が必要となります。



CKDの主な原因としては、慢性腎炎、糖尿病、高血圧、脂質代謝異常、膠原病など多岐にわたります。さらにCKD自体が心筋梗塞や脳卒中のような血管疾患を引き起こす危険因子になっており、腎臓を守ることは、脳や心臓を守ることに繋がります。

予備能力の大きい腎臓は悪化しないと自覚症状が出ないため、人間ドックなどの定期的な検査で指摘されることが多く、今や20歳以上の8人に1人が罹患しているとされています。

CKDの予防としては、ご自宅での血圧測定、塩分の取り過ぎを控え、禁煙や適度の運動が有効とされています。当院では血液検査 (尿素窒素、クレアチニン) や尿検査を定期的に行っており気になる方は主治医にご相談ください。



— 休診のお知らせ —

2021年9月～11月の診療予定です。
宜しく御了承ください。

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	24	25
26	27	28	29	30		

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
24/31	25	26	27	28	29	30

11月 November

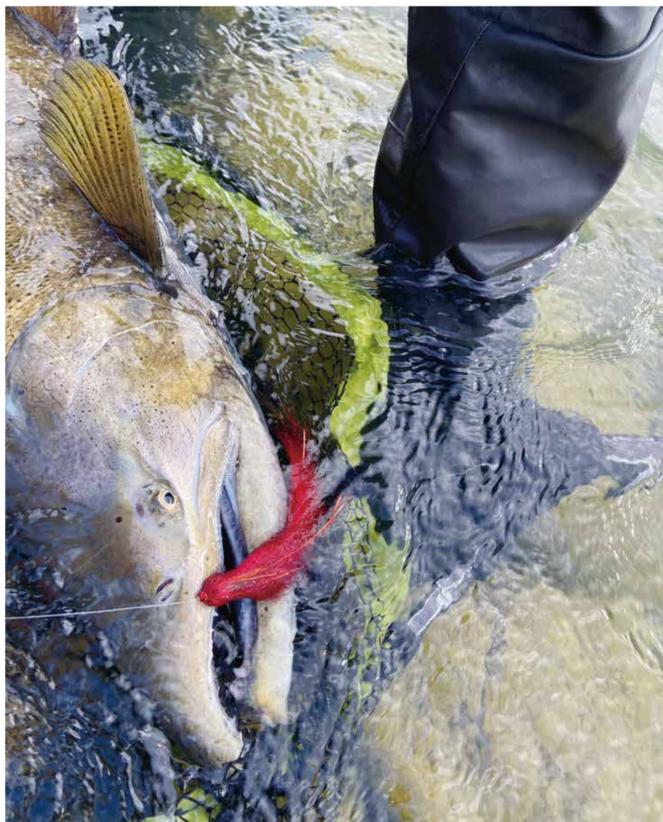
SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

キングサーモンを釣りにパタゴニアへ (3-2)



午後はツアーコンダクターの村ちゃんと一緒に釣る。一昨日のランを流すも不発。1回バイトがあったが、のらなかつた。黙々とキャストを繰り返すだけだ。とにかくフライを入れられない限り釣れないのだと自分に言い聞かせてキャストを無心に繰り返す。ランを釣り終わり1回コーヒブレイク。同じところをもう一度流すことにして気持ちも新たに再挑戦。すると瀬の途中でいきなりひったくるようなヒート！猛烈な引きだ。ヤッター！上がってきたのは110cmのメス。でかい。トーマスが“Big mama!”と叫んだ。雄のほうが大きくなることが多いので雌としてはキングサーモンの中でも非常に大きい魚だという。この日の釣りも終わってトーマスの運転する車で帰る途中、空にピンクの円盤を並べたような雲がかかっていた。何というきれいな景色だろう。私は思わずカメラを向けてシャッターを切った。今日も釣れたぜ！何という幸運だろうと思った。

第5日。午前には村ちゃんと一緒に釣行。昨日釣れたので今日も赤白の大きなクラウザーミノーを1日ラインに結んで勝負に向かった。午前中にスレだったが1匹また釣れた。その日の午後は私とアメリカ人の親子が同じ場所で釣った。アメリカ人の親子は85歳と57歳だと言っていた。彼らのガイドはクリス。クリスはやや無口だったが、ブエノスアイレスに住んでいてフライのガイドをしていないときに



はフライのキャストイングレッスンやフライタイイングで生計を立てているらしい。離婚して今はイタリア人の彼女がいるんだと話してくれた。クリスは競技用のフライラインのキャストイングを私のすぐそばで見せてくれた。50m弱は飛んでいる。素晴らしいキャストイングを見せてもらった。この日の午後にもキングサーモンが2匹釣れた。夢のような午後だった。ピーコック用のクラウザーミノーのおかげだ。

第6日。コロナウイルスの世界中への拡散が報道され、みんながネットで検索している。不安が徐々に広がってきている。我々も予定通りに帰国できるかどうか微妙になってきた。しかし、「ここで心配してももうこんな遠くに来てしまったのだから仕方がない。今は釣りのことを考えよう」と思って釣り場に向かった。午前中は対岸側の少し深くなっている瀬のスポットに定位しているキングサーモンを狙う。やはりなかなか簡単には口を使ってはくれない。やっと口を使ってくれたと思ったらまた痛恨のバラシ。ちゃんと合わせを入れないと針が抜けてしまう。それでもめげずにキャストイングを繰り返しているとクリスがあそこを狙えと教えてくれる。その通りに再度何回もキャストをさらに繰り返した。すると狙っていたのは別の魚がこっちの岸際で口を使ってくれた。97cm(57cm)とやや小ぶりではあるがやはりランディングできると嬉しい。1m近い魚など今まで釣ったことはなかったのに、簡単にランディングできるようになってきた。

午後は4日目に入ったところで釣る。例によって簡単にはヒットしない。一匹またばらした。しばらくして一緒に釣っていた85歳のアメリカ人のBenがキングサーモンをかけた。85歳のBenがアメリカからアルゼンチンまで釣りに来るだけでもびっくりだ。彼は今回の釣行で

今まで何回もキングサーモンをヒットさせているが、ファイトの際に高齢のためさすがにあまり速くは動けないようだった。そのためキングサーモンを今回の釣行ではまだ釣り上げてはいない。(毎年ここに釣りに来て今までにたくさんのキングサーモンを釣っているらしい) 今回も背掛けになっているのとかかなり大きい魚だったのでトーマスは「また無理だな」という顔をしていた。私はBenがファイト中に魚が川を下ってきたので場所を譲った。少し上のほうに移ってキャスト再開だ。頑張ってる釣っていたが、それから1時間以上経ってからふと見るとBenが同じキングサーモンをかけたまま頑張ってるファイトしていたのには本当にびっくりした。何という体力だろうか！最後にガイドのネットに入った魚は113cmのきれいなキングサーモンだった。思わず拍手喝采を送らずにはいられなかった。まったくすごい老人だ。“Conglaturation!! You are the real superman!” 本当におめでとう！私からは彼を祝福したのだった。(次号に続く)