

# 藍色の風 第23号 *Bando Heart Chronicle*

平成 21 年 5 月 1 日発行 編集発行人 医療法人坂東ハートクリニック 坂東正章

〒770-8025 徳島市三軒屋町下分 28 番地 <http://www.bandoheart.jp>

## メタボ・ロコモ・認知症

インドネシアの若い人達が日本の介護現場で働き始めました。先日もNHKテレビで、介護福祉士としての外国人受け入れに対して、賛否を問う討論番組がありました。現在でも介護に携わる人が少ないのに、団塊の世代が超高齢者になる時には、さらに人手不足がひどくなると言われていています。介護に関わる人材をどのように確保するかが問題になっていますが、最も根本的で、大切な視点が抜け落ちています。

介護の人手不足対策も確かに必要なのですが、できるだけ介護をうけないで生を全うできる方法を考えましょう。現在介護を受けている方は残っている機能を維持・発展させるために、リハビリに努めましょう。私達にできることはお手伝いします。現在お元気な方も自分の体の弱点を確認し、将来の介護を避けるために工夫しましょう。私達が超高齢者の仲間入りをする時、何歳になっても自分で歩けるよう、身の回りのことは自分でできるよう、壮年期以降には用意をし始めた方がよいと思います。

介護が必要になる理由は①脳卒中②認知症③転倒などによる大腿骨頸部骨折が挙げられます。昨年4月から大々的に始まった特定健診は、肥満に伴う高血圧、脂質異常症、糖尿病に注目し、動脈硬化による脳血管障害や虚血性心疾患等を防ごうとするものです。しかしメタボ対策だけでは将来の介護予防に十分ではありません。

私がまだ心臓手術をしていた頃、「君らが心臓や血管をうまく治すから、長生きする人が増えた。しかし骨や筋肉がそれについて行かず、整形外科は大変苦勞する。」とある整形外科医に言われたことがあります。その時は「整形外科も頑張っ」とエールを送りながらも、心臓血管外科の知識や技

術の優秀さを誇ったものです。しかし開業医になって、患者さんの骨や筋肉、また神経などの、いわゆる「運動器」と総称される臓器が、心臓や血管の機能についてきていないことに合点がきました。将来、介護を受けぬようにするためにはメタボ対策のみでは不十分で、骨や筋肉、神経など、身体を支え動かす役割をもつ運動器の機能維持対策が必要です。

数年前から、整形外科領域でロコモティブシンドローム（運動器症候群）という概念が提唱されています。これは運動器の障害により、要介護になる危険性が高い状態をいいます。高齢になっても身体保持や運動を司る運動器の機能維持が図れるよう、若いときからきちんと配慮をしようと訴えています。

私が心臓の手術をして非常にお元気だった女性がいました。90歳も無事超え「100歳まで生かしてよ！」と頼まれていましたが転倒して骨折し、活動量が大幅に制限されてしまいました。心臓や血管だけが良くて、元気な超高齢世代を過ごすことはできません。

介護をうけずピンピンコロリと死ぬためには、メタボ・ロコモ・認知症への対応が必要です。メタボへの対策はある程度出来上がっていますが、ロコモ対策は不十分です。セミナー室にウォーキングマシンも導入し、適切なロコモ対策ができるよう準備しています。整形外科の先生達にも協力を仰ぎます。完成しましたらお知らせします。

将来、介護を受けずにピンピンコロリとあの世に行くためには、メタボ・ロコモ・認知症への対策が必要です。メタボ・ロコモ・認知症！語呂がいいのでぜひ覚えてください。 【坂東】

## マラソンブーム

マラソンをする人が増えています。当クリニックの患者さんの中にも、私が知っているだけで10人前後の方がマラソンを趣味とされています。レースの前に、「走っても大丈夫ですね？」と念を押されることもあるのですが「全く問題はありません。」と答えられないのが正直なところ。先日もお二人の方がマラソンを契機に体調を崩されました。お一人は救急車で搬送されています。健康と運動について少し考えてみましょう。

私は小学校の時から野球をしてきました。医学部の6年間も野球部でしたので、かなりの年季が入っています。しかし私程度の運動経験でもわかることですが、「楽しみのための運動」と「身体を健康に保つための運動」とは明らかに異なります。

マラソンに話しを戻しますが、マラソンは参加者が非常に多く、かつレースが42.195Kmという長距離に渡って行われるため、競技者の安全を確保するために医療関係者が観察し続けるということは不可能です。サッカーやバレーボールなど、限られたスペースで行われる競技なら、「医務」という応急処置部門があり、急変時の対応は可能です。さらに、マラソンの競技時間が長いということも問題です。4～6時間もかかるレースでは休憩時間やハーフタイムもなく、体調管理はすべて自分で行わなければなりません。しっかりとした知識がなければ思わぬ落とし穴にはまります。

マラソンで発生しうる病状は①心停止②運動性虚脱③熱射病④低血糖⑤低ナトリウム血症⑥低体温症⑦筋痙攣⑧整形外科的症状⑨その他と多岐にわたります。レースが行われる環境が暑かったり、寒かったりすることでどのような病態が発生しやすいかわかります。また参加者のレース前の体調によっても異なるでしょう。たとえば体調が良くても、レースでの水分摂取が少なければ虚脱状態になり、水を飲みすぎれば低ナトリウム血症になってしまいます。

マラソンは「いっちょやったろうか」といった安易な気持ちで参加できるようなス

ポーツではありません。マラソンに参加されるなら、きちんとした指導者について、危険な事態を避けるために、どのように訓練すればよいか十分教えてもらってから行うべきです。

2000年始めから2008年末まで、日本国内で開催されたマラソン大会(5Km 10Km ハーフ、フルマラソン)での心肺停止例は49名(男性47名 女性2名)で、そのうち蘇生できた人は20名でした。(臨床スポーツ医学3月号:2009年)

AED(自動体外式除細動器)が用意されるようになり、救命率は改善していますが、かなりの犠牲者が発生しています。参加者が多いといえは多いのですが、この位の事故が発生していることを、マラソン愛好者は知っておいた方がよいでしょう。

マラソンに限らず、好きな運動をしていて、身体の痛みが生じたときには運動を中止した方がよいです。私達は日の丸を背負っているわけでもなく、オリンピック選手でもありません。痛みはその運動をやめるようにという身体からの大切な信号です。好きなスポーツで身体を痛め、日常の立ち居振る舞いができなくなり、介護を受けるようになれば元も子もありません。体調が悪いときには潔くその運動を休むことです。無理をしてもよい結果は得られません。

自分の好きなスポーツを生涯スポーツとして楽しんでいくことに異論はありません。しかしそれぞれのスポーツには特有の身体負荷があります。その特徴を理解して対策を立て、スポーツによる障害を避ける工夫をされた方がよいでしょう。

松村某のように、AEDのお世話になるようなことがありませんように…【坂東】



## どうすれば便秘を解消できる？

最近、便秘で悩まれている方が非常に多いと感じています。便秘の解消法を求めて食事相談室に来られる方も増えています。ヨーグルトにバナナを食べると調子が良いなどと、いろいろな工夫をされている方もいますが、私は玄米ご飯を食べて便秘とは無縁の生活ができています。また、安易に薬に依存されている方もよく見かけます。長期にわたって便秘薬を使用していると排便機能を低下させ、自分の力で便をだすことができにくくなることもあります。『藍色の風 第20号』「その習慣が便秘になる」に、便秘対策のいろいろなアドバイスが掲載されています。便秘でお悩みの方は再度手にとってお読みください。今回は食事面から便秘対策を考えてみます。

食事に由来する便秘の原因として、次の3点が挙げられます。

- ①不規則な食生活：夜遅くまで飲食をしている方が見られます。そのような生活習慣で朝食を抜くと、私達の排便システムは正常に機能しません。便秘薬に依存することも同じで、自律神経の働きが鈍り便意が起りにくくなります。
- ②食事の内容が悪い：たんぱく質主体の食事は食物繊維が少なく、粘性の強い便、比重の高い便が多くなり、腸の中の通過時間が長く、便が停滞しやすくなります。野菜、キノコ類、海藻類など摂取することで食物繊維が多くなり糞便量が増加します。こうすれば便は適度の固さになり、大腸通過時間が短縮され便秘を予防できます。
- ③食事の量が不足している：1日3回の食事で、平均約1.2kgから1.5kgの食品を摂取しています。しかし朝食を抜いたり、野菜が不足したり、また少量でカロリーの高い食品を選択して摂取していると食事の量が平均より少なくなり、便の材料が不足して便秘したり、やせたりします。多すぎると肥満傾向に進みます。ただし、これらすべてが実施できても、必ずしも上手に排便できない場合があります。そこで、私が体験している排便のこつをお教えしましょう。

- 1、夕食から朝食まで8～10時間位何も食べません。
- 2、朝起きて水、または牛乳等を1カップ位飲みます。(汁ものでも可)
- 3、しばらく静かにすることです(ここがポイントです)。胃の動きが感じられます。次に反射的に腸の蠕動運動が始まり、便が移動しているのを感じます。便が直腸に到達すると便意を催します。胃腸の動きに耳を澄ませてください。このとき忙しく体を動かすと胃・腸の反射は止まってしまう。ここが勘どころです。必ずこのタイミングをとらえて排便してください。この反射を胃・大腸反射と言います。この反応を体験すると容易に排便できるようになります。お教えして体験された方も効果が上がっています。便秘解消方法はこの限りではありません。朝食を摂ることでこの反応が起こるはずですよ。

便秘解消のためには、3食とも主食をしっかり摂り、主菜、副菜に食物繊維の多い野菜を十分摂取し、バランス良く食べることです。こういった、ごく普通の食事内容の朝食を摂れば、胃・大腸反射が起こります。正常な生体反応を是非取り戻し、順調な排便を維持したいものです。

最後に便秘が降圧剤など、他の薬の副作用、また消化管の病気等が原因で起こっていることもあります。いろいろと工夫をしても便秘の解消ができない方は主治医にご相談ください。

補足：食物繊維の目安量を示します。

食物繊維の目標摂取量は1日20から25gです。全国平均摂取量は15.2±7.8gであり、充分満たされていない現状があります。目標摂取量を増やすために野菜の摂取量を300gから400gに増やしましょう。【管理栄養士：藤原】

※1回摂取量(g)あたりの食物繊維含有量(g)を示しています。

	食物繊維		食物繊維		食物繊維
ご飯(180)	0.5	カボチャ(80)	3.4	干大根(15)	3.1
玄米(180)	2.5	ごぼう(40)	2.4	枝豆(40)	1.8
食パン(60)	1.4	ほうれん草(60)	2.2	なす(70)	1.5
うどん(140)	1.7	筍(50)	1.7	こんにゃく(50)	1.1
中華麺(140)	2.9	さつまいも(50)	1.7	リンゴ(100)	1.5
そば(140)	3.4	しめじ(30)	1.1	キウイフルーツ(80)	2
納豆(50)	3.4	ひじき(5)	2.2	八朔(100)	1.5

# はいにょうトラブル・トラブル・トラブル

尿の中には、血液中の老廃物や摂取しすぎた水、糖、塩分、またアンモニアなどの有害物質が含まれ、きちんと排尿することで血液がきれいに維持されます。尿を出す排尿という行為は非常に大切なのですが、何らかの要因で尿がスムーズに出なくなるといういろいろな症状が現れて、対処が必要になります。

排尿障害は尿を「ためる」か「出す」かのどちらかのトラブルです。

◎膀胱に尿を「ためる」ことに関する障害を「蓄尿障害」といいます。

- ・ トイレが近い（頻尿）
- ・ トイレに行きたくないと我慢ができない。（尿意切迫感）
- ・ 尿が漏れる（尿失禁）

◎膀胱から尿を「出す」時の障害を「排出障害」といいます。

- ・ 排尿しようとしても尿が出にくくなる（排尿開始の遅延）
- ・ 尿の勢いがなくなる（尿勢低下）
- ・ 尿が出た後、すっきりしない（残尿感）
- ・ 尿が出ない（尿閉）

※ 尿の出にくい症状がひどくなると、頻尿・尿意切迫感・尿漏れ等も起こります。

いろいろな排尿障害がありますが、今回は頻尿についてお伝えします。

頻尿とは、尿が近くなってトイレの回数が増える事をいいます。おおよその目安として日中起きている時に8回以上、夜寝ているときに2回以上の場合に、それぞれ「昼間頻尿」・「夜間頻尿」と呼んでいます。

特に夜間頻尿は高齢者や中年以上の女性に多く、日常生活にさまざまな支障をきたします。就寝中に何度もトイレに行くため、不眠になったりストレスがたまったりして、血圧上昇の原因にもなります。また、暗がりで見界の悪い夜間にトイレに起きると、ふらついて転倒し、骨折することもあります。

このような夜間頻尿は誤った生活習慣から生じている場合もあります。まずは就寝前の生活習慣を見直してみましょう。

①就寝前の過剰な水分摂取を控えましょう。

夜間は尿を減らすホルモンが働いて、尿を濃縮し、尿量を少なくしています。加齢と共にそのホルモン量が減ったり、腎臓の濃縮力が低下したりして尿量を少なくすることができなくなります。寝る前に水分を不必要に取りすぎると自然に夜間の尿量が増加します。尿をだす利尿作用の強いアルコールやコーヒー・紅茶、果物（特にみかん・スイカ等は水分が多く含まれています。）を控えましょう。

②夕食時間と就寝時間の間隔を空けましょう。

食べたものが尿になる前に寝てしまうため、入眠してから膀胱に尿が溜まり、目が覚めてしまいます。

③体の冷えを防ぎましょう。

寒くなると体表面の血管が収縮して血流が少なくなり、内臓への血流が増加します。腎臓への血流も増加するため尿量が増えます。寒い冬には電気毛布や湯たんぽで体を温めるのもいいですね。

④習慣を変えてみましょう。

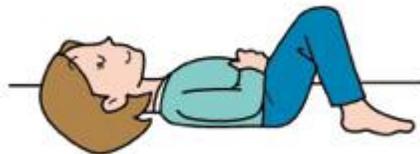
眠りが浅いとつい目が覚めます。尿意がなくても目が覚めたからと、トイレに行ってしまうことがあります。無理に我慢する必要はありませんが、トイレに行かなければと必要以上に意識をしないようにしましょう。

上記のような工夫をしてみても症状の改善が見られない場合もあります。慢性腎不全・心不全の時にも夜間の尿量が増えることがあります。また、膀胱炎や糖尿病、男性の場合は前立腺肥大症、女性の場合は閉経後の女性ホルモン低下などで頻尿になることがあります。その場合は専門医の診察が必要です。一般的には泌尿器科や婦人科の受診になりますが、困った時にはお気軽にご相談下さい。

また、1日に何時間おきに排尿のためにトイレに立つか、どのくらいのお茶やジュース等の水分を取っているかをチェックする排尿日誌をつけられると、受診の際に参考になると思います。●また、骨盤の底に広がる筋肉を鍛えると、膀胱の入り口の緩みを改善できることもあります。夜間頻尿や失禁にも効果が期待できます。尿道を引き締める力をつけ、弱った骨盤底筋を鍛え、筋力をつけることで臓器が下がるのを防ぎます。また、肛門や膣を閉める訓練をすることによって尿道を締めることができ、尿漏れの症状を改善できる可能性があります。

◎ 骨盤底トレーニング（基本形）

- ① 仰向けに寝て、足を肩幅に開いてひざを立てます。
- ② その姿勢のまま、体の力を抜いて、1分間に10～15秒間の割合で骨盤底を締めます。（これがきつい場合は、最初は5秒くらいから始めましょう。）
- ③ 肛門・尿道・膣全体をしめ、陰部全体をゆっくりとしたテンポでじわっじわっと引き上げる感じです。おなか、足、腰等に力が入らないように意識します。
- ④ しめたまま10～15秒（はじめは5秒程度）数えてから、残りの45～50秒は、体の力を全部抜きます
- ⑤ ゆるめる、しめる、の動作をゆっくりしたテンポで、できるだけ繰り返します。これを1回10セット（10分）くらい1日数回行います。おなかに手を当てて腹筋に力が入っていないことを確認しながらやりましょう。



継続する事が大切なので無理をしないように少しずつ始めましょう。

気のせいだからとか、年のせいだからと見過ごされやすい排尿の悩みですが、原因を見きわめて症状に応じた早めの対策をとりましょう。 【看護師：長尾・竹内・速水・立石・阿部】

参考文献：「排尿」の悩みさようなら・尿の悩みを解決する本・排尿トラブル改善 com 骨盤体操

## 皆さんこんにちは！受付事務からのお願いとお知らせです。

### ◆ 住所・電話番号などの変更について

住所・電話番号等に変更があった場合、必ず受付までお申し出下さい。お知らせしたい事があってお電話しても、番号が変わっていてお伝えできないことがよくあります。また、ご自宅の固定電話以外に、携帯電話など他の連絡先がある方は両方ともお申し出てください。お願い致します。また、保険証の変更があった時も必ずお知らせください。

### ◆ 予約日に来院できない時

当クリニックでは予約制で診療をおこなっていますが、予約日にどうしても来院できない場合はキャンセルまたは予約日時変更のご連絡をお願い致します。当日になって都合が悪くなった場合も、電話をかけることが可能ならばご連絡をいただければと思います。

### ◆ 受付時間、待ち時間について

皆さんにお渡ししている予約票（受診予約の覚え書き）に記入している時間は、受付時間となっております。最近は待ち時間が長くなることが多く、大変ご迷惑をおかけし、申し訳なく思っております。できるだけお待たせしないように努力しておりますが、スムーズな診療のためには、検査のある方も受付時間ごろに来院された方が比較的待ち時間が少なくなっております。予約時間優先で診察にお呼びしていますので、予約時間より早く来院されましても、待ち時間が長くなってしまいます。どうかご了承ください。

### ◆ 本の貸し出しについて

待合室に医学関係の書籍があるのはご存知でしょうか？これらの本は医学の知識を皆さんにも知って頂くために用意しています。実は貸し出しも出来るんです！ご自宅でじっくりと読んでみたいという方は、受付までお申し出てください。なお、ここのページだけ読みたい！という方はコピーすることも出来ますのでお申し出ください。

◆なお、診療時間内の緊急連絡は院長の携帯電話でなく、クリニックの方へお掛け頂く様、併せてお願い致します。 【受付事務：堺・湯浅・谷口】

## ビタミンKのお話

ワーファリン（血液を固まりにくくする薬）を服用されている方は、「納豆や青汁、クロレラなどは**ビタミンK**が多く含まれているので摂取しないでください」と、説明を受けられたことがあると思います。そこで今回は、『**ビタミンK**』についてお伝えします。

### ●ビタミンKの発見

ビタミンKは1929年に、デンマークのダムという研究者によって発見されました。脂肪を全く含まない餌でヒヨコを飼育すると、出血しやすくなり、皮下や筋肉などの組織に出血を起こすと、その血液が固まりにくいという現象が見られたそうです。この出血は、その当時すでに発見されていたビタミンA、E、Cなどでは予防できないことから、新しい因子が関係しているのではないかと考え、ビタミンKと名付けられました。ビタミンKの『K』は、ドイツ語の凝固（Koaguration）の頭文字からきています。

### ●ビタミンKの種類

ビタミンKには、K1～K7の7種類があり、天然のものはK1とK2の2種類で、それ以外の5種類は化学的に合成されたものです。ビタミンK1は主に植物の葉緑体で作られ、緑色の濃い野菜や海藻に多く含まれ、同じ野菜でも、日によく当たる部分に多く含まれています。ビタミンK2は主に微生物によって作られるため、納豆などに多く含まれています。また、腸内細菌もビタミンK2を合成します。

### ●ビタミンKの働き

ビタミンKは、普段は血液がスムーズに血管内を流れるように、血液が固まるのを防ぐ働きをし、出血があった場合は、血液を凝固させる物質を活性化し、出血を止める働きをします（ビタミンKが直接血液を凝固させるわけではありません）。また、ビタミンKには、骨を丈夫に保つ働きもあります。このため骨粗鬆症の方にビタミンKが使用されることもあります。

### ●ビタミンKとワーファリンの関係

ワーファリンは血液の凝固能を低下させる働きをします。しかし、血液に直接作用するわけではありません。血液を凝固させる物質は多数ありますが、そのいくつかは肝臓で作られます。その合成にビタミンKが関係しており、ワーファリンはビタミンKの働きを阻害することで、血液を固まりにくくしているのです。

Q. 納豆を食べる時間と、ワーファリンを服用する時間をずらせば、影響はないのですか??

A. 「X」です。

納豆に含まれている納豆菌は、腸内にいる間ビタミンKを産生しますので、その間は薬の効果が弱まってしまいます。また、他のビタミンKが多く含まれている食品も、腸内でビタミンKが吸収されていますので、影響があります。

ワーファリンを服用されている方は、野菜などを摂取する際、どの程度の摂取量ならばいいのか・・・?と疑問を持たれることも多いかと思えます。気になることがありましたら、医師にご相談下さい。

参考文献：ビタミンの事典 日本ビタミン学会 [編集]

【臨床検査技師：宮原・田中】

## フランシスコ・ザビエルの日本人観察

ウォーキングに関する調べものをしていて、面白い記述を見かけました。スペイン人の宣教師であるザビエルの手紙に、日本人の歩き方の特徴として「腕を動かさない」と記されているというのです。腕を動かさない歩き方といえば、ジョージ秋山作「浮浪雲」の主人公で、いつも着物の中に腕をいれて歩く浪人を連想していただければわかるでしょうか？なぜ日本人は腕を振らずに歩いたのでしょうか。

ウイスキーの好きな人はご存知と思いますが、ジョニ赤・ジョニ黒と呼ばれるジョニーウォーカーのウイスキーには下図のような図柄がトレードマークとして描かれています。昔のデザインとはだいぶ変わってきましたが、私が注目している点は変わっていません。前方に出る足をピンと伸ばし、ステッキを振りながら胸を張り、腕を振って歩いています。学生時代にこの絵をみて、イギリス人はなんと無理な歩き方をするのだろうと思ったことでした。

しかし、革靴を履いて石畳の上を歩いた人達と、草履や下駄を履いてぬかるんだ地面を歩いた私達日本人の祖先では、歩き方が異なっただけであろうということに最近気づきました。手と足が交互に動く現在の歩き方ではなく、右足が出たときに右手が前にでる、いわゆる「ナンバ歩き」も日本の路面では有効であったのだろうと想像しています。阿波踊りの手足の運びも同様ですね。

こういったことをもう少し詳しく調べようとして、『ザビエルの見た日本』（講談社学術文庫）と『聖フランシスコ・ザビエル書簡抄（上・下）』（岩波文庫）を読みました。キリスト教布教に対するザビエルの強い信念や思いはたくさんつづられていたのですが、残念ながら日本人の歩行に関する記述は発見できませんでした。しかし、ザビエルが見たその当時の日本人の食生活について、非常に興味深い記載が書簡第27にありましたのでお知らせします。

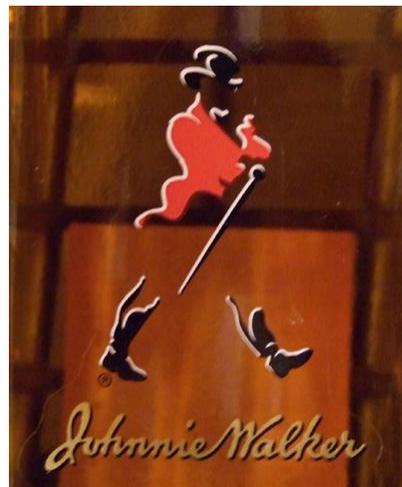
「日本人は自分等が飼う家畜を屠殺することもせず、また食べもしない。彼らは時々、魚を食膳に供し、米や麦を食べるがそれも少量である。但し、彼らが食べる野菜は豊富にあり、またわずかではあるが、いろいろな果物もある。それでいて、この土地の人々は不思議なほどの達者な身体をもっており、稀な高齢に達する者も多数いる。従って、たとえ口腹が満足しなくとも、私達の体質は僅少な食物によって、いかに健康に保つことのできるものであるかは、日本人に明らかに顕れている。」

ザビエルの詳細な観察に驚くとともに、科学とは無縁の460年前にもかかわらず、我々日本人の先祖達はなんと賢明な食生活を送っていたのだろうと、感嘆しました。生活習慣病に悩む現代の私達をご先祖様をご覧になれば、さぞかし驚かれることでしょう。なお、健康維持のための効果的なウォーキングについて、きちんと説明、指導できるよう、看護師共々鋭意努力中であることもお伝えしておきます。

【坂東】



【ジョージ秋山：浮浪雲】



【ジョニー・ウォーカー】

## 名前は誰のもの？

私が中学生の時といえば今から40数年前になります。クラブ活動ではリードオーケストラ部に所属し、チェロを弾いていました。二年生の時から徳島市文化センターで定期公演がはじまり、最も上手にチェロを弾いた三年生がソロ演奏を披露しました。私が三年生になり、ソロの役割が回ってきたものの、ソロ演奏を披露できるまでには腕前が上がらなかったため、チェロ、フルート、ピアノのトリオで舞台に立つことになりました。現代ほど芸能活動が盛んではない時代にトリオとはいえ、中学三年生で文化センターの舞台に立つというのは大変な名誉でした。「あの文化センターの舞台で恥ずかしくない演奏を」と、連日のように夜遅くまで課題曲の練習したことを覚えています。文化センターの前を通ると今でもその当時のことを思い出します。

さて、最近各種施設の名前が企業名に変わりはじめました。財政難のために自治体が企業に命名権を購入して欲しいと依頼しているのが実情なのでしょう。しかし、施設に限らず、道路、橋、町名などにはそれぞれ歴史や意図もあり、「命名する権利は自分達にある」とばかりに、行政が施設名販売をおこない、安易に名称を変更することには賛成はできません。

郷土文化会館も今年の4月から向こう三年間、企業名ホールに変わると発表されました。郷土文化会館という名称は「徳島県民は徳島という郷土を愛して誇りに思い、その文化や芸能を保存し、発展させるためにこの会館を建てた」というメッセージが伝わり、私は好きでした。

ニューヨークにあるカーネギーホール、東京大学の安田講堂はそれぞれ鉄鋼王のカーネ

ギー、安田財閥の安田善次郎が資金を寄付して建設されました。このように明確な理由があればそれぞれの名を残し、その遺徳をたたえる意味で個人名のホールにする意味はあるでしょう。施設を利用すれば資金提供者への感謝の思いが湧いてきます。しかし、単に命名権を取得して郷土文化会館を企業名ホールと名付けても、その企業への感謝の念も、尊敬の念も湧いてきません。虚名が漂うばかりです。

命名権販売というビジネスが日本で定着するかどうか、私には分かりません。しかし「名は体を表す」という意識が私達の頭の片隅にはあります。「体」を表さない名前、実体を伴わない名前が人の心に響くとは思えないのです。また、郷土文化会館の利用頻度が高い人ほど会館への思い入れは強く、名称変更には釈然としない思いを抱くことでしょう。

命名権販売にはどこかに歯止めがいらしていると感じています。 【坂東】



【元・徳島県郷土文化会館】

### 高血圧教室のお知らせ

日 時：平成21年5月26日（火曜日） 午前10時30分～12時30分

### メタボ教室のお知らせ

日 時 平成21年6月25日（木曜日） 午前10時30分～12時30分

場所はいずれも坂東ハートクリニック（受け付け事務までお申し出下さい。）

なお参加申し込みをされていて欠席される場合は、緊急事態を除き、前日までにお知らせ下さい。参加者の人数にあわせた食事を用意しており、無駄になっていることがあります。