

ごとう通信

第138号

平成24年6月1日

久々に先月は目の回るような忙しさでした。講演会もいくつかあったものですから診療予約も余裕がなくなってしまうましたし、締め切りのある仕事もいくつか入っており、ほぼ徹夜なんて日もありました。今月は少しペースダウンしながら日常生活を取り戻したいと思います。

さて、先月の講演会、東京以外にも秋田と山口に遠征してきました。秋田は湯沢市というところで、羽田から飛行機で一時間、それから車で一時間。正直近いなと感じました。とても雪深い地区で、今年は三月末に吹雪が吹き、四月によく雪が解けたそうです。どこまでも田んぼが広



がる日本の原風景のようなどころで美味しい酒を堪能しました。一方、山口は周防大島という結構大きな島に行きました。こちらはいいい交通機関がなく、広島まで新幹線、普通列車で一時間半、タクシーで四十分。トータルするとほぼ七時間。夜ついて瀬戸内の美味しい料理をいただき、朝、ホテルのカーテンを開けてびっくり。ハワイやゴールドコーストに勝るとも劣らない砂浜と青い海（写真）。本当に透

き通った海で、泳げない僕ですら（！）飛び込みたと思うほど。こんな素晴らしい場所があった

のか！と驚きました。しかし、いずれの場所も過疎で若者がおらず、高齢者の町になっていました。今からの日本を象徴するよ

うな現状です。その地元の良さをよく知り、今は都会で活躍しているその町出身の若者が帰郷し、一旗あげて欲しいと本当に思います。いろんなやり方があるはずです。僕のような都会に住む人間には宝の山にしか見えませんか

睡眠計

僕が残った大学の医局（登世子も一緒）は、ブラキシズムの研究の最先端でした。ブラキシズムなんていうと難しそうですが、ようは「歯ぎし