

ジョー」とアキれる顔が浮かびます。  
では、このあとはYOU TUBEでお会いしましょう。

『異界航路』で検索すると一曲目にヒットします。  
以上、ゾンビ本庄改め、フォグニッセン慚でした。

## 2. 吉武秀範。「3本の矢、腎+漢方+釣り」。医療法人（醇和会） 有島病院

卒後26年、やっと当直、救急から解放された平穏な毎日を過ごしています。皮肉にも、学生時代全く関心がなかった腎（透析）で生計を立て、更に全くその意義を見いだせなかった漢方に、この10年間惹かれています。福永教授や牧野先生の人柄に惹かれて、成績が最悪であったウイルス学教室にも、数年間お世話になりました。ささやかではありますが、3本の矢、腎+漢方+釣りで、アベノミクスよろしくyoshinomedixで何とかモチベーションを保てそうです。我々1期生は、昭和56年4月100余名入学し、内71名がストレートで卒業しました。今思うと、壮絶な学生時代を過ごしたようです。入学当時、西原町には附属病院は建設されておらず、学年進行に合わせて順次整備されていきました。その為基礎講義棟だけでは講義が消化できず、那覇市与儀の保健学部付属病院で一部講義を受けていました。新入生の中には、高齢の学生（私も含めて）数名おり、その行く末を懸念する教授会の温かい親心？で、私、八田君、白井さんの3名は、教養科目の一部講義受講を免除する代わりに、与儀の第一病理学教室の伊藤教授に預けられました。週数回、安里から与儀公園を通り抜け、時には石焼芋（紅芋）をお土産に当時2階にあった研究室に出入りしていました。ハブ毒の蛋白電気泳動やら、マウスのお世話などしつつ、教室の学生達と連れ立って、北部のビーチでBBQやら、健康増進センターで泳いだりと割と楽しい時間を過ごしていると、今度は第一生理学教室の金城教授からお呼びがあり、退屈しているようなので、誠に有難いことに医学文献の輪読会を命じられました。内容は忘却のかなたですが免疫の文献を幾つか読んだ記憶があります。また、大鶴医学部長がお若い頃、私の故郷の

大牟田で研究された時期があった御縁で、先生とは親しくさせていただきました。保健学部の1階東側入ってすぐに学部長室があり、第一病理の卒業生真栄城さんが秘書をされていた為、割と気楽に学部長室にお邪魔していました。基礎では「寄生虫は便に始まって、便に終わる。」との信念で学生を指導された大鶴先生、臨床では第一内科教授の小張先生は、我々1期生にとってオアシスのような存在であった気がします。また寄生虫学教室の佐藤助教授が、指導教官であったことから、石嶺（書いてて懐かしい地名です）の医官宿舎の裏庭で飲み会が催された時、宮里稔君が皆に泡盛の沖縄娘をかがいしく作ってあげていたのが印象的でした。やはり、入学間もない頃の出来事は印象深く、いつまでも記憶に残るものだと痛感しました。講義が進み、熊本大学の岩政先生が颯爽と病理の特別講義をされたのが、昨日のようです。その後第二病理学教室で、研究するとは当時予想だにしませんでした。その後学年が進行するにつれて、歯が抜けるように同級生の数が減り、とうとう卒業時には確か71名であったと思います。我々には、上級生がおらず、従って定期試験の過去問もなく、試験を受けて初めてその傾向やレベルがわかるといった苦しい状況を繰り返していたように思います。そのような中でも、女子学生は特に優秀で、その卓越した授業ノートに多くの男子学生が救われ、卒業し医師になることができました。この機会に1期生を代表して御礼を述べたいと思います。

最後に、卒業後も大学で頑張っている1期生にメールを送り、また今後の同窓会の発展を願ってこの稿を終えたいと思います。

## 3. 宮良美代子。「心のままに一筆」。美代子クリニック

大学を卒業してアツという間の二十数年。気分や自分の中にあるイメージは一向に年を取った気はしませんが、気が付くと子供たちは皆大学生となり、外来で「更年期障害ですよ」と説明した相手は、年下だったりします（決して自虐ネタではありませんが）。先日思い立って腕立て伏せをしてみると、あまりの出来なさに愕然とし、今更ながらに筋力、体力の低下を思い知らされました。

人にとって人生の時間は有限で、しかも平等に過ぎ去って行きます。しかし、その長さや質は人それぞれ。決して同じではありません。これは私たち医療従事者が、日頃身に沁みて実感している事ではないでしょうか。人の意思では如何ともしがたい現実もありますが、日々の努力や心がけで大きく変えられる未来もありま

す。

私は以前から、更年期の女性を対象とした講演会の中で、子育てを終えてからの時間こそが女性にとって本当に自由に使える自分の時間なのだと強調してきました。その大切な時間を有意義に楽しむためには、健康管理と前向きな意志（好奇心、向上心、遊び心など）が必要だと伝えて来ました。

さあ、そこでいよいよ自分の出番。「言うは易く行うは難し」とならないようにと、落ちに落ちた体力を何とかしなければなりません。まずは、趣味の映画を観ながらのウォーキングを始めました。映画一本分歩くと結構運動した感があります。次に朝のラジオ体操、レッグマジック、スロースクワットとちょこちょこ動き、今はジム通いをしています。スタートダッシュし