

『我が家の一品と近況』

衛1 松崎(杉山) 伸子

卒業から半世紀、楽隠居とはいかず息子家族と老夫婦が共に喜んでくれる献立を考える毎日です。



タコとマッシュルームのアヒージョです。

その一つがアヒージョです。

エビやタコ、ベーコンなどと、きのこ類、我が家ではジャガ芋を加えて胡・オリーブ油で調理します。大人はワインで、子供は野菜を喜んで食べてくれます。そして余暇にロマンハープを仲間と楽しんでいきます。

次号 木村(高坂)千恵子(推薦)

『田舎』

衛3 坪田(嶋田) 芳子

私の住む高齢化率42%の山間地では信大の理学療法士の先生が定期的に高齢者の体力測定をしています。各地区公民館に集まった方達とお話しながらの測定後、結果の解説を聞きながら、お茶会です。お茶請けは、季節の野菜、果物、山菜、茸と、昔の知恵がいっぱいの豊富です。

私はこれが楽しみでお手伝いさせて頂いているのです。



体組成の測定中！
筋肉のバランスがいいですねえ。

次号 斉藤(清水) 由貴子

『自分の体は』

自分の食べた物でできている』

衛5 豊島(近藤) 和子

娘が出産で我が家で過ごした時の事です。母乳には、多くの食材を取り入れる和食が良いと聞き、和食中心の食事を心がけました。そのせいか小さめに生まれた孫も、4ヶ月健診では成長曲線の中に入っていました。



ポテトのツリー盛り付け中

おまけの様ですが、私自身の健康診断の脂質の数値が正常値になりました。

食生活の大切さ、実感しました。

次号 新津(坂本) みさ子

『家族で手作り餃子』

衛6 小野(小澤) 由紀江

息子も娘もそれぞれ家庭を持ち、夫と二人だけの生活になりましたが、時々近くに住む娘一家との夕ごはん。度々登場するのが、手作り餃子と春巻です。



超簡単に、ピーマン・人参・竹輪・ハム・チーズを巻いただけの春巻も大好評。

みんなで作って沢山の餃子の出来上り。賑やかに餃子パーティーが始まりました。小5と中1の孫娘が満面の笑みで

「おいしいね〜」を連発。嬉しい楽しいひとときです。

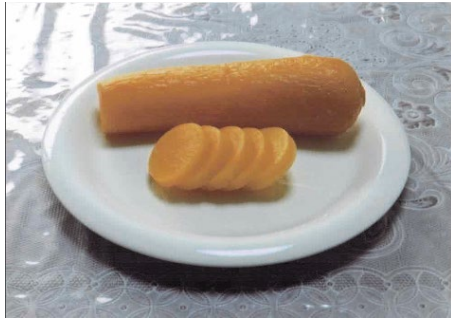
次号 野溝(二村) 義子

臨嶺会会員の近況報告

『なつかしい味』

臨1 西村(中島) 尚子

毎年初冬に「かた大根」を実家の両親と一緒に収穫し、酒粕と焼酎で漬けていました。干さずに漬けるのでパリパリとして、また翌年の夏でも味が変わらずおいしいです。その両親も、好物と言っていた義母もすでに他界し、今ではこの漬物は私にとって、ちょっと寂しく懐かしい味となりました。



かた大根の漬物

次号 三澤(小松) 良子(推薦)

『私の定番』

臨2 東(中山) みさ江

結婚する前に夫と通っていた喫茶店があり、そのモカパフェが大好きでした。お互いに白髪がなじんだ頭になって、二人で過ごす時間も増え、出掛ける機会も増えました。



にわか相撲ファン。
国技館グルメを堪能しました。

松本に出掛けた際のランチの後の定番はこのモカパフェです。以前にくらべるとやや小振り? になったように思うのですが、今のわたしには適量です。

次号 小泉(中谷) 玲子(推薦)

『絶品』

トナカイのヒレ肉ステーキ

短2 伊藤(清澤) 和代

城南福祉協会大田病院検査課

フィンランドの小さな街サーリセルカにオーロラを求めて、食事はどれも美味しく、サーモンのクリームスープ、焼きたてパン、そしてディナーで食べたトナカイのヒレ肉!! シンプルな塩コショウの味付けでくさみもなく、さっぱりとした深い味わいでした。北斗七星をはじめとする満天の星空に揺らめくオーロラも堪能できました。



先住民族サーミの村でトナカイに餌やりをしました。可愛かったです♪

次号 星野 あけみ

『わが家の梅干し』

短4 小平 幸子

月日の経つのは早いもので、2018年には還暦を迎えます。心身ともに健康でいるために「一読、十笑、百吸、千字、万歩」を心がけています。



そして、好きな事ができるのは至福の時間です。ピースアクセサリー作り、ウォーキング、読書など、特に梅干しは一粒一粒に愛情込めて漬け込みました。

次号 矢口(小平) 久江(推薦)

『あがたの森のティールーム』

短5 林（松沢）とき子

学生の頃から大好きなあがたの森。ヒマラヤ杉とシトロな校舎の…。新入時の『あがたの森の大コンパ』から変わっていません。穏やかで懐かしい空気が流れているこの公園に今でも時々足を運びます。帰りに寄るのが公園内のティールーム。卵サンドかサーモンサンドそして紅茶を飲みながらのどかな時間をすごします。



次号 佐塚（山本）弘美

『おいにらさん』

短6 内山 朋子

我が家の片隅に小さな稲荷を祀っております。丁度50年ほど前、亡き両親がこの地に家を構えたものの体調を崩し、易に頼り家内安全を願って建立したとか…。



うちのお稲荷さん、社は父の手作りです。

毎月9日をお稲荷さんの日と称し稲荷ずしをあげてお参りします。そういえば！中検実習中に1度だけ母がたくさんの手製の稲荷ずしをお昼に実習仲間と食べるようにと持たせてくれた思い出があります。

次号 久富（加藤）朝子（推薦）

『食べるごと、大好き！』

短7 渡辺（宮崎）千穂子

松本の地に足を付けた年、田舎のイモ姉ちゃんは都会!?!の食に目を奪われたものです。そして今、私は飯田で五平餅屋をやっています。



今宮半平の五平餅！一人前540円です。

おいしく食べられるってうれしいね。しあわせ。身体にガタがきはじめてこの頃息子が帰ってきたら二人で（一応だんな様）食べ歩きと温泉を楽しむに、今日もがんばります。

次号 太田（三石）悦子

『私の定番』

短8 山田（曾根原）敦子

クリニカルリサーチ東京病院 私が食について考えさせられたのは、2014年の春2ヶ月に及び入院生活を送った時です。治療の為に3週間以上が飲み物のみの生活でした。食事をできるようになってから低脂肪の味気ない食事が続きました。入院中一番食べたかった物はカツカレー、今ではすっかり食べられる程に回復しました。皆様も健康にはご留意下さい。



息子の披露宴（姉夫婦と一緒に）

次号 百瀬（桐生）文子

臨嶺会会員の近況報告

『新鮮！野菜生活』

短11 原田（河洲）理恵

安曇野穂高の山麓に在住。春の山菜に始まり梅・きのこ・栗：猿・熊と大自然の中での農業です。今年はハーブに初挑戦！種から育てたバジルは大量収穫。隣家のカフェにお裾分けし、私もシエフにコツを聞き念願のバジルソース作りに挑戦!!自然の恵みに感謝して体に優しい食を目指し、料理の幅が広がるように研究する毎日です。



本日の収穫！自作のかごに入れてみました。

次号 美齊津（清沢）綾子

『おいしい生活』

短12 秋山（原）美貴

松本での学生生活は、食に豊かでした。バイト先の女鳥羽そばで頂く賄い料理。同じくバイト先『の工房』の絶品ケーキを朝食代わりに。そして、最も忘れられないのは、知る人ぞ知る印度カレー、シユプラ（山猫軒）です。寡黙なマスターが作るぶつ切りチキンにからむスパイス。とりこになり、週1で通いました。今では閉店された幻の名店です。私のおいしい生活でした。



中検実習打ち上げ時の写真です。懐かしい顔がいっぱいです。

次号 皆川（松永）絵津子

『食いしん坊の遺伝子』

短13 犬塚（辻）恵美

私の父は食いしん坊だ。私も美味しいものに会おうと本当にしあわせな気持ちになる。



クレマカタラナとアングレーズソースの
スフレパンケーキ

先日、幼稚園に通う娘とパンケーキを食べようとお店に入った時のこと。プレンなものを目指して『これにする?』と訊くと、『ううん。こっち。絶対これ!』と娘。それがこの一皿。食いしん坊の遺伝子は受け継がれた。

次号 清水 百合

『おいませ山口へ』

短14 姉川（祝）有美子

医療法人米沢記念柔陽病院 学生の頃に友達と一緒に行ったデリーのカレー、ド根性ラーメン、あべのモカパフェは思い出のお店です。生理学の講義の時、大橋教授が鯛萬のフレンチや河豚の話の時々されてきました。

鯛萬は幻のお店になってしまいました。河豚は私の故郷山口の名物です。平成31年全国学会は山口県下関市です。

おいでませ（山口弁）山口へ。



防府天満宮(山口県防府市)
菅原道真を学問の神として祀った天満宮

次号 鶴見（吉田）裕利子

『やっちょく』

短15 鈴木（小池）満里子

落ちこぼれたった私が無事に卒業出来たのも、やっちょのおかげです。思い出されるのは、八重歯眩しいやっちょの笑顔。本当に可愛くて、法医学の太田先生も「東、連れて来い」とよく言っていました。待ちに待ったカミングホーム。だけどやっちょの笑顔との再会は叶わず…。一緒に思い出話したかったなあ。楽しかったね。ありがとうございます、感謝感謝です。



次号 高梨（小寺）喜子（推薦）

9月に名古屋で。次回は高宮先生の案内で琵琶湖周辺で開催予定です。

『King of Fruit』

短17 小笠原（時野）直美

豊橋市医師会臨床検査センター 今回のタイ旅行の目的は、アユタヤ遺跡&バンコクの寺院巡りでした。が、途中立ち寄ったバイキングで、果物の王様ドリアンに出会ったのです。恐る恐る口にしてみると、クリームチーズのような舌触り、ねっとりとした濃厚な甘さは今まで経験したことのない、まさしく忘れられない味でした。次は、ドリアン目的に訪れたい！



次号 有泉（柘植）呂美

三島由紀夫の小説で有名なワット・アルン 残念ながら大仏塔は修復工事中でした。

『我が家は・・・』

短18 山本（吉田）雅子

我が家は4世代家族。義祖母と義父が畑で作る野菜で義母が料理を作ってくれます。特に夏はキュウリ、ナス、トマトなどの新鮮な野菜が豊富に食べられる幸せな環境です。



みんなで芋ほりをした時の写真です。

先日、毎年子供達が楽しみにしている芋ほりをしました。もう少し寒くなると、このお芋がストーブの上で焼き芋になります。焼きたてで最高！今から楽しみですよ。

次号 大谷（荒井）雅代

『食と飲と喋』

短19 中野 理恵

キッセイ薬品工業株式会社 この原稿を書くにあたり、プチ同級会をやりました。



左から中野、直江、前田、小池、奥山

オススメのスペイン料理のお店で美味しいお料理とお酒、そして何より欠かせないのは楽しいお喋り。お喋りに夢中になりすぎて、お料理の写真撮り忘れた！テーマ食なのに！でも、みんな変わってなくてよかったです。

次号 原田（小池）まより

臨嶺会会員の近況報告

『学位取得のお祝い会』

短20 小林 路子
穂高病院

同期の皆さんお元気ですか。

川上由行名誉教授の、退官前、最後の卒業生として博士後期課程を修了し、数年が経ちました。



写真は私と花岡裕子さんの学位取得のお祝い会をしていたいたときのものです。

平日遅くまで、川上名誉教授と小穴准教授に、学位論文作成のご指導をいただき、その合間に3人でスイーツを食べた楽しいひとときが今でも忘れられず、とても良い思い出です。

次号 田辺 智佳子

『母のおにぎり』

短21 村越(中村)好美
聖隷健康診断センター

私の好きな食べ物「おにぎり」です。そして、思い出の食べ物でもあります。部活動から塾へ向かう車内で、母が作ったおにぎりをよく食べていました。部活と勉強を両立出来たのもおにぎりのおかげです。私の息子もおにぎりが大好き。いつか、お母さんのおにぎりが一番美味しいと言ってもらえる日がきたら嬉しいですね。



朝食でおにぎりを食べる息子。何故か「鼻にごはんつける!」と...

次号 小林(塩入)加奈(推薦)

『鳥取名産』

短22 石川(竹村)由紀子
キッセイ薬品工業株式会社

生まれも育ちも松本の私が、鳥取が第二の故郷になりました。



鳥取名産「あごだし」「すなば珈琲」「コナンカレー」です。

今、お料理に欠かせないものが、鳥取名産お出汁「あご入り鰹ふりだし」です。お味噌汁、煮物など何にでも使え、味が整つので重宝しています。鳥取には、日本最古の医療物語「稲葉の白兔」に関する神社もあります。ぜひ鳥取に遊びに行ってみてください。

次号 新明(堤)真理子(推薦)

『家族で食べる幸せ』

短24 櫛部(森崎)陽子
千葉ロイヤルクリニク

食がテーマというところでいろいろ考えていた最中、主人が大病をしてしまい現在入院生活をしています。改めて家族そろって食事ができる、という事が幸せな事だと気づかされました。この会報が出るころには、また家族そろって笑顔で食卓を囲んでいられるように、頑張っていこうと思っています。



アマチュア奏者としてトランペットも楽しんでいます。

次号 前島(吉澤)亜弥子(推薦)

『幸せ☆焼きプリン』

短25 北澤（星野）睦美

私が大好きなプリン。中でも一番美味しいのが佐久市にあるパン屋「りあん」の焼きプリンです。パン屋さんなのでパンも美味しいですが、ここの焼きプリンはまわりのタルトもサクサク、卵の味がしっかりのプリンにほろ苦力ラメルがベストマッチ！幸せになれる逸品です。



小さめですが食べごたえあり☆

次号 小松（成田）昌美

『開校50周年おめでとうござい
ます』

短26 阿部（新井）香織

子どもが産まれ生活環境が変わったのをきっかけに卒業から働いていた病院をこの春に退職しました。子どもとの時間も作れるように勤務形態をかえて新たに小規模な病院で働き始めました。

いつか家族で信州旅行に行つて松本で友達と一緒に食べた山賊焼や鬼やんのラーメンを食べてみたいです。



編集委員撮影

次号 鈴木（小木曾）里奈（推薦）

『キャンプ飯』

短27 藤牧（山田）格子

N T T 東日本関東病院

2〜3年前から行き始めたキャンプ。食事を何にするのかいつも悩みます。当初はキャンプII BBQでしたが、最近では定番のカレーや、鍋、豚汁、簡単なそうめんを作ったりします。朝ごはんにカップラーメンが登場することも。



屋外でやるたこ焼きもおいしいです。

外で食べるご飯はどんなものでもおいしいので、色々試してしパートリーを増やしたいです。

次号 阿部（井出）有紀子

『お料理上手を目指して』

短28 西村（忠地）真利子

信州大学附属病院

先端細胞治療センター
みなさんお元気ですか？

結婚を機に主人の転勤先、新潟県で9年間過ごしました。荒れ狂う日本海に豪雪…。大変なことも多かったですが、美味しい日本酒や新鮮な魚介類のご褒美もあり、魚捌きをはじめ、海の幸料理が上達しました。今春からUターンで安曇野へ帰ってきたので、山の幸料理も上達できるよう頑張りたいです。



6歳♀、4歳♂の母親をしています。

次号 西川（赤沼）宏美

臨嶺会会員の近況報告

『クックルン!』

短29 竹澤(上條) 由夏
信州大学医学部附属病院

私には5歳と2歳の娘がいて、お姉ちゃんは「キッチン戦隊クックルン」という小学生の料理番組を見ています。お料理やお菓子作りに興味を持ち、お手伝いや簡単なお菓子を作っています。最近妹もイスを持ちだし、食事の準備を見に来て混ぜる手伝いをしています。

番組で紹介されたレシピを一緒に作って楽しんでいます!!



一緒に作った
トマトカップのハンバーグです。

次号 渡辺(池上) 阿希

『クレイジーパフェ』

保1 三澤(篠原) 幸
伊那中央病院

家の近くに誕生日に行くと「クレイジーパフェ」をプレゼントしてくれるカフェがあります。



2年前の子供たちとクレイジーパフェ

私の誕生日に何度か行ったのですが、とにかく背が高くてびっくり!子供達も大喜びです。今年に行けなかったけど、来年はまた行けますように。さすがに子供3人だと大人の口には入らないかもしれません(笑)。

次号 渡辺(大石) 早知絵

『クラフトビール』

保3 加藤 亮介
JA長野厚生連 佐久総合病院

佐久医療センター
クラフトビールにハマっています。



もうすぐ1歳になる息子とクラフトビールです。

小規模の醸造所で製造されるビールと定義され、こだわりや独自性から近年消費量が増加しているそうです。喉越しやすっきりした味わいが特徴である大手メーカーのビールに対して、クラフトビールは深い味わいや香りを特徴とします。値段は少し高めですが、週末のご褒美にいかがでしょうか。

次号 高橋(小野寺) 理恵(推薦)

『食べることは生きること』

保4 長谷山(中村) きらら
わかばレディス&

マタニティクリニック
息子が1歳になり育児と仕事の両立に日々奮闘しています。息子は生まれつき病気があり初めての秋冬は病院で過ごしました。今ではそんなことを忘れてしまふほど良く食べ良く遊び元気に過ごしています。お腹が空くと不機嫌になり、テーブルを叩いて催促するほど。食べることは生きることということを毎日感じさせてくれます。



もりもり食べる息子

次号 大槻 晋也

『子供この食事』

保5 齊藤(青山) 知枝

私は今、育休中で2歳になる息子の育児に毎日奮闘しています。子供が生まれて1番変わった事は食事。



第2子の安産祈願

気軽に外食出来なくなり、家でいかにバランスよく栄養を考えて作るかが重要になりました。美味しいと言ってパクパク食べてくれる時もあれば、いららないと言ってそっぽを向くことも…。親も我慢強く成長させられています！

次号 山田 将臣(推薦)

『懐かしい牛乳パン』

保6 望月 彩花

今回「食」がテーマということで、大学生時代牛乳パン(長野のご当地パン)が好きだったことを思い出しました。松本に来て存在を知り、様々なお店の牛乳パンを食べたなど(笑)。特に小松パンは懐かしい!確か売店に売っていたような…。今住んでいる県には売っていないので、長野を訪れた際は久々に買いたいなと思います。



編集委員撮影
保健学科の売店で売っています。

次号 宮崎(片山) 史子

『味覚好奇心』

保7 井上 卓

静岡県立こども病院

料理をするようになって初めて抱いた感情でした。美味しい料理を口にした時、ついつい味付けや調理方法が気になっている自分がいきました。そこから何でも自分で作ってみたいと思い、今までいろいろな料理にチャレンジしてきました。そんな「味覚」好奇心をきっかけに、今では料理の魅力にすっかりはまっています。



ある日の昼ご飯。だしを使った料理が好きです。

次号 小林 邦俊

『念願の生シラス丼』

保8 飯村 稜子

東京都立墨東病院

生シラスの旬はいつかご存知ですか?シラス丼は江ノ島川夏と思われませんが、実は旬は春と秋。実際昨年8月に旅行へ行った鎌倉で食べられたのは釜揚げシラス…。ということで今年5月、免許取得後7年目にして初めて高速道路に乗って生シラスの旅@茨城を realizしました。念願の生シラス丼、最強に美味でした♡



キラキラ輝く生シラスは食感と甘みが格別!

次号 三嵩 智子(推薦)

臨嶺会会員の近況報告

『思い出の味』

保9 中澤 美帆

卒業後、なかなか松本市を訪れる機会もなく社会人3年目を迎えました。先日、どうしてもメーヤウのカレーが恋しくなったので食べに行ってきました。



大好きなブラックとグリーンの種類盛り

学生時代に何度も訪れたお店は今も変わらず、一口食べればあの頃に帰ったような感覚に。松本の街並みはほとんど変わっていないけれど、変わらない味があるのはいいですね。

次号 小木曾 裕之(推薦)

『おうちごはん』

保10 小林 隆樹

先日、今住んでいるところの近くにある餃子専門店がテレビで特集されていたので行ってみました。「やまよし」というお店でアンジャッシュの渡部さんのお墨付きでもあるお店です。味はもちろんのこと、タレ不要で肉厚、具沢山という感じでとても美味しかったです！興味のある方は是非行ってみてください！



肉餃子と野菜餃子と食べかけのウィンナー

次号 小澤 一貴

『夜勤デビュー』

保11 山口 真由

入職して約半年が経ちました。早く一人前になれるように勉強の毎日です。先輩方に支えて頂きながら、無事に夜勤デビューすることができました。デビューの夜、とても不安でしたが先輩方に助けてもらいながら頂いた差し入れを食べ、なんとか夜を乗り越えることができました。一歩一歩これからは頑張っていきます。



夜勤デビューの時に頂いた差し入れ

次号 渡邊 さゆり(推薦)

『ゆめせむし』

短16 久留島(寺澤) 幸路

卒業して25年が経過、子供達も20歳と18歳。製菓衛生士を目指す高校生の娘はK・P・O・Pにはまり、私も一緒にB・T・S(防弾少年団)・T・W・I・C・Eのライブでペンライトを振っています。仕事では生理検査を担当しています。

今年5月には第67回日本医学検査学会が隣の浜松市で開催されます。いらしたらぜひ声をかけてくださいね。



君枝さん、孝枝さん、良枝さんと。学生時代と変わらず話せるのはいいですね。4人とも臨床検査技師を続けています。

次号 田中(鈴木) 美奈子



臨検 2 回生
飯島 敏代

私達臨検2回生25名は、昭和51年に卒業しました。同級会は南信・北信・中信地区の順にほぼ定期的に行ってききましたが、今回幹事の都合で還暦の年に行う予定がのびのびになってしまいました。前回は、担任をされていた上村先生と田口先生を囲んで行いました。定期に開いていればお二人もお招きできたのではないかと後悔しているところです。

医療短大 1 回生
奥村 伸生

信州大学医療短期大学部衛生技術科第1回卒業生の卒業40周年記念同級会が、平成29年2月18日(土)松本市並柳の民芸旅館「深志荘」で開催されました。36名の卒業生(1名物故)のうち11名が出席してくれる予定でしたが、お母様がな

今回は、細菌学や特論でお世話になりました山田喜紹先生をお迎えし、10月8日(日)割烹仙岳松本店にて10名の参加者で行いました。入学当時や授業やレクの話など皆よく憶えていて学生時代にタイムスリップし若返った気がしました。40年ぶりに出席された懐かしい顔ぶれもあり健康・介護・孫の話などで盛り上がりました。いろいろ大変な事が多いですが、最後は体力勝負という事に落ち着きました。

次回は、富山・新潟で担当して下さることになり。温泉につきりよもやま話に話が弾むかと思うと今から楽しみです。



くなられたり、お孫さんが生まれそうになったりなどの事情により、当日参加できたのは9名と少なくなっていました。しかし、90歳を迎えられるというのに矍鑠としてお元気な野本昭三先生が恩師を代表してご出席してくださいました。お互い歳を重ね還暦も過ぎ、卒業以来40年ぶりにお行き会えるという方もおられました。一言話をすれ

保健学科 2期生
春日 里佳子

ば、40年前に一気にタイムスリップするということ、すぐに懐かしい話でも盛り上がりました。宿泊した5名の女性は夜遅くまでいろいろな話をして、寝不足ではなかったかと思えます。朝起きたらうっすらと雪景色で、松本の冬を体感しました。5年後くらいに、長野市近辺でもう一度やりたいねという話になりました。今回出席できなかった方も次回ぜひご参加ください。

今回は卒後10年のカミングホームで久々に松本に帰ってきました。

卒業して10年も経つと仕事
が忙しかったり、子供が小さかったりとなかなか都合がつかず、今回集まれたのは少人数でしたが、みんなあまり変わってなくて、誰か分からへんという人は
いませんでした(笑)。

まずは同級生でもある平先生の案内で新しくなった校舎を見学。あの高校の延長のよ



うな古かった教室が明るくとても綺麗になっていてびっくり!!でも、たまに昔の面影が残ってる所もあって、みんなで昔はあーだったこーだったと盛り上がりました。こんな綺麗な所で授業や実験ができる今の学生がとてもうらやましくなりました。あと、お世話になった先生方に会いに行こうと思った

のですが、皆さん帰られた後だったらしく会えず残念でした…。

それから附属病院の方も見学させてもらいましたが、こちらも玄関の方がとても綺麗になっていて驚きました。でも、検査の方はそれほど変わってなくて、実習の時に必死に勉強した事やお世話になった技師さんの事を思い出し、とても懐かしくなりました。

夜の飲み会には私達の担任だった日高先生も来て下さり、みんなの仕事の話や家族の話など近況を報告しあって、おおいに盛り上がりお酒もすすみました!!

余談ですが日高先生は相変わらずのぴちちなお肌でした(笑)。

今回は都合のつかない方も多く少人数でしたが、また次の機会にはもっと多くの同級生に会えればと思っています!



お疲れ様でした
相良 淳一 先生

「最後に、やっと少しの恩返し」

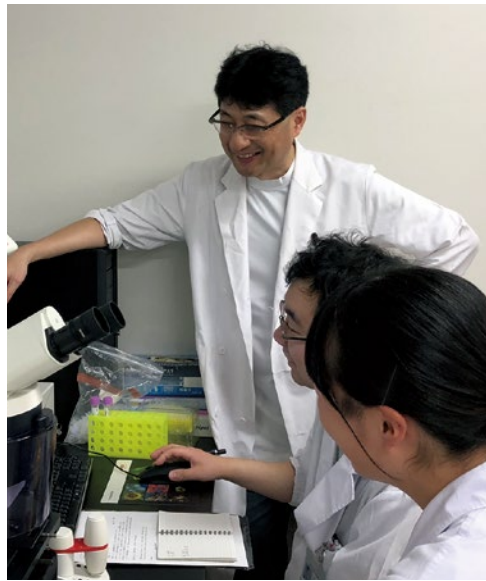
数十年前、私は神奈川県海老名市にある東ソー（株）の生命工学研究所に勤務していたのですが、当時、信大医学部で何回か実験をしたことがあります。それは小児科の助教授(当時)の中畑龍彦先生と一緒に「IL-6レセプターを用いて血液幹細胞を増やす実験」をやらせていただくためでした。飛び込みで中畑先生に頼み込み研究をはじめました。私も若く、少し無謀だったかもしれませんが、その後、私はいろいろな事情で大学に戻り、7年後に信大医学部附属の研究所に赴任することになるのですが、不思議を感じます。その後、検査技術科学専攻の教員として約十年勤めさせていただきましたが、何ができたかはなはだ心もとないところがあります。ただ最近、大学院生の堀内君(現臨



床検査部)と川久保博士(現分子病理教室)と始めたヘリコバクター属の分類や診断応用が期待できる糖転移酵素遺伝子の研究が論文となり、少し恩返しでしたが、かと思診断しているのです・・・。

ようこそ！

矢崎 正英 先生

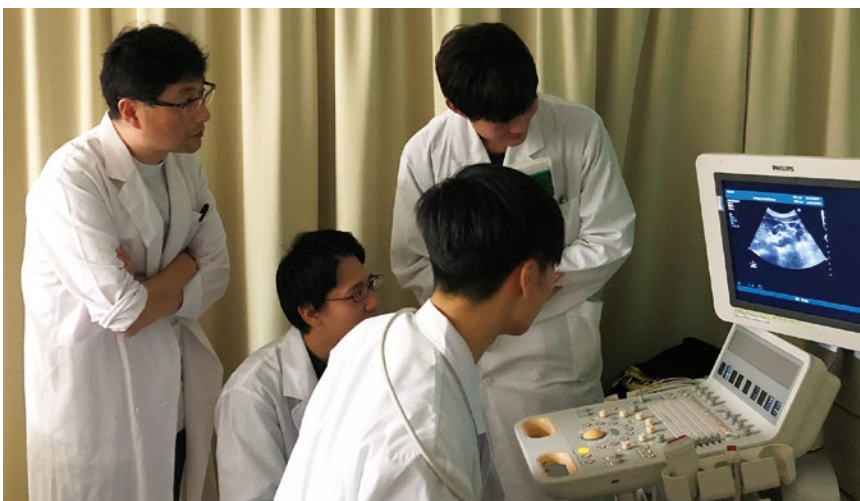


「J」挨拶

臨頓会の皆様はじめまして。今年度から高昌星教授の後任として、検査技術科学専攻生体情報検査学領域の担当として着任いたしました矢崎と申します。平成4年に信州大学医学部を卒業後、信州大学医学部第三内科（現、脳神経内科、リウマチ膠原病内科）に

入局しました。専門は神経内科です。平成26年からは信州大学に新設された先鋭領域融合研究群バイオメディカル研究所神経難病学部門に所属して、主にアミロイドーシスという異常蛋白の沈着病の解析研究や日本人に多い遺伝性代謝性肝脳疾患（成人型シトルリン血症）の治療研究に従事してまいりました。この4月より、保健学科の教員として働かせて頂く機会を得ましたことは大変光栄でありますとともに、このような機会を与えて下さった諸先生方、同窓会の皆さまに心より感謝申し上げます。

着任してあっという間に半年が過ぎ、10月から後期の授業が始まっております。前期の時もそうでしたが、次回の講義の準備に日々追われて、自転車操業のような生活を送っております。できるだけ理解しやすい講義をしようと心がけてはおりますが、まだまだ不慣れな仕事であり、多くの学生さん達に迷惑をかけているのではと危惧しております。まだまだ仕事の全体像もつかめておらず、今年1年は手探りの状態ですが、徐々に自分のペースを掴んで慣れていけたらと考えております。今後は、教育活動はもちろんのこと、研究活動につきましても今まで以上に発展させていく所存です。臨頓会の諸先輩方におかれましては、今後ともご指導ご鞭撻の程、宜しくお願い申し上げます。



恒例行事 [3年生主催 スポーツ大会]



平成29年9月27日(水)に検査技術科学専攻の恒例行事である3年生主催のスポーツ大会を松本市総合体育館にて行いました。参加者は1年生3名、2年生7名、3年生33名の計43名で、4つの1〜3年合同チームに分かれてボートボール、クイズ、ドッジボール、バレーボール、障害物リレー(パン食い競争や二人三脚、飴探しなど)を競技しました。クイズで出題された問題の中には日高先生の愛犬「エース君」の最近の好物は?(答えはどら焼き)や奥村先生が応援しているプロ野球球団は?(答えは広島カープ)といった検査技術科学専攻の先生に関するものもあり、先生方のちょっとプライベートな一面も知ることができました。また、障害物リレーではゴール直前の飴探しで各チームのリーダーが顔を小麦粉まみれにしながら体を張って盛り上げてくれました。



スポーツ大会の後には保健学科北校舎の311講義室にて懇親会を行い、先生方を迎えて会話を交えながら食事を楽しみました。今回のスポーツ大会・懇親会を通して、学生同士だけでなく先生方もよりの親睦を深めることができました。

3年 大島 健吾



2017年

松本マラソンがスタートしました！



僕は、決して走ることは好きではありませんが、一生に一度フルマラソンを走りたいと思ってました。今回のマラソンは松本で開催されるということに加えて、第1回というプレミア付でもあったので、参加しようと決心しました。春前から少しずつ本番に向けて練習を重ねていきました。そして松本マラソン当日、体の調子もよく天気にも恵まれ最高のマラソン日和でした。1万分の一人としてスタートした僕でしたが、序盤は自分でも驚くほどに体が軽く絶好調でした。20km地点くらいまでは一定のペースを保ちながら無理せず走っていました。しかし、体の異変を感じたのは30km地点を超えたあたりからでした。体力的には問題はなかったのですが、足に違和感を感じ始めました。それから自分との壮絶な戦いが始まりました。足がつりそうになる↓屈伸↓歩く↓走る を繰り返しながら、最後尾の車の恐怖と闘いながら、自分を支えていたのは第1回の松本マラソンに完走したいという強い想いでした。

結果的に筋肉の疲労にむしばまれた体は38・7km地点の関門を制限時間の3分遅れで到着したため大型バスに回収されました。口惜しさとともに安堵が身体に広がりました。僕の初フルマラソンは幕を閉じました。

皆さんも是非フルマラソンにチャレンジしてはいかがでしょうか？

保9 衣川 康弘



最近の検査

新しい呼吸機能検査機器の開発

信州大学医学部保健学科生体情報検査学領域 藤本 圭作

我々がフクダ電子と共同開発した動的肺過膨張測定装置について紹介します。動的肺過膨張（dynamic lung hyperinflation, DLH）とは、特に慢性閉塞性肺疾患（COPD）患者で見られる現象です。COPD では強制呼出時に気道が狭窄、虚脱し、息をスムーズに吐けないことから閉塞性換気障害を来し、労作時息切れの重要な要因となっています。この呼気時の気道の虚脱・閉塞により、肺に空気がトラップされます。これをエアートラッピングと呼び、強制呼出時だけでなく、労作や運動した時にも呼吸数の増加に依存して顕著となり、肺がさらに過膨張となってしまいます。その結果、吸気予備量が減少し、呼吸困難の重要な要因となっています。この現象をDLHと呼んでいます。このDLHを評価する方法として、実際に運動負荷を行い、運動中あるいは運動直後に最大吸気量（IC）を測定して安静時に比べどれだけ減少したかで評価します。しかし、運動負荷中にIC測定の実行を必要とすること、ICを測定するためのマスクを装着してはならないことから患者に大きな負担をかけ、高額な機器が必要となり研究目的以外では測定されていません。我々は運動負荷をしなくても過呼吸するだけでDLHを定量的に評価できることを2007年に報告しました。その後も、気腫優位のCOPDでDLHが顕著に生じること、DLHに対する気管支拡張薬の効果について報告してきました。

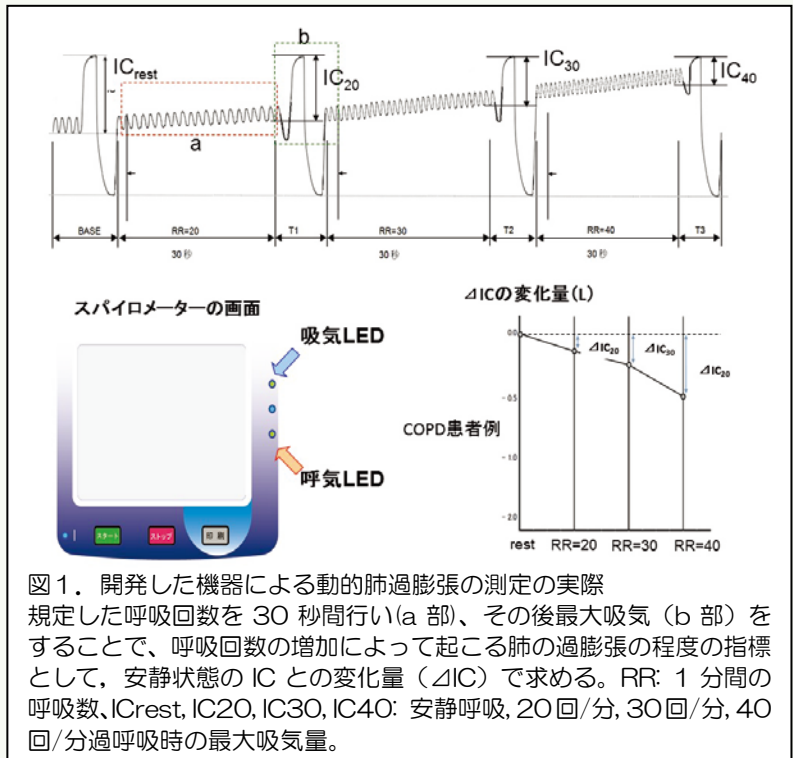


図1. 開発した機器による動的肺過膨張の測定の実際
規定した呼吸回数を30秒間行い(a部)、その後最大吸気(b部)をすることで、呼吸回数の増加によって起こる肺の過膨張の程度の指標として、安静状態のICとの変化量(ΔIC)で求める。RR: 1分間の呼吸数、IC_{rest}, IC₂₀, IC₃₀, IC₄₀: 安静呼吸, 20回/分, 30回/分, 40回/分過呼吸時の最大吸気量。

我々は過呼吸法によるDLH測定のための専用の機器の開発をフクダ電子と共同開発し、2016年12月に発売となりました(SP-790COPD, フクダ電子)。我々が考案した機器では、まず安静呼吸を行い、安静呼吸から最大吸気させ、ICを測定します。次に光と電子音によって20回/分の呼吸を30秒間行い最後にICを測定します。休憩を挟んで30回/分、さらに40回/分で30秒間過呼吸させ、最後にICを測定します。安静呼吸時のICから各々の過呼吸した時のICの減少量を動的肺過膨張の指標とします(図1)。COPD患者では過呼吸に伴い呼気終末肺気量(EELV)位が上昇するため、IC測定の前3呼吸のEELVの平均からICを計測します。またフローと抵抗を電磁弁で制御し、基線のブレがおこらないように工夫しました。本機器を用いて呼吸器疾患で比較しました。健常人および間質性肺疾患では過呼吸をしてもICには有意な変化は見られませんが、COPDにおいてDLHが顕著にみられ、1秒量および運動能力と負の相関がみられました(図2)。

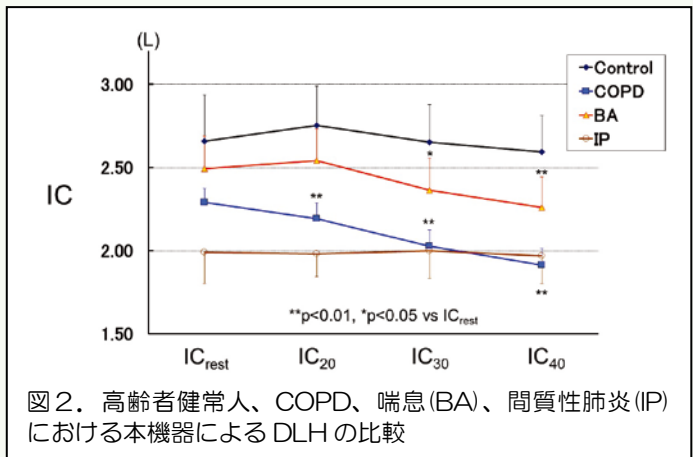


図2. 高齢者健常人、COPD、喘息(BA)、間質性肺炎(IP)における本機器によるDLHの比較

事務局からのお知らせ

■カミングホーム

平成30年の該当は次のとおりです。

- 卒業10年：保健学科3期生
(平成21年3月卒)
 - 卒業20年：短大23回生
(平成11年3月卒)
 - 卒業30年：短大13回生
(昭和64年3月卒)
 - 卒業40年：短大3回生
(昭和54年3月卒)
 - 卒業50年：衛2回生
(昭和44年3月卒)
- 臨領会として補助、協力(例えば構内見学など)をいたしますので、同級会を開催し旧交を温めてください。
- すでにカミングホームの該当年が過ぎていてこれから同級会を開催する学年につきましても、補助をしますのをご連絡ください。

■会費未納の方へ

臨領会は皆様の会費により運営されており、会費未納の方には平成25年までは未納金額のお知らせを同封していましたが、現在は同封いたしておりません。未納の方は左記振込先への納入にご協力ください。また、カミングホームなどの際に納入のお願いをさせていただきます。

振込先：ゆうちょ銀行
口座番号：0052001020187
加入者名：「臨領会」

振込用紙の通信欄に衛・臨・短何回生、会員番号を必ず記載してください。

なお、保健学科卒業生は保健学科同窓会に納入してください。

■卒業後の証明書申し込み方法

卒業証明書、成績証明書等の申込みは、郵送および窓口のみの受付となります。

詳細は「信州大学医学部」ホームページの「卒業生の方へ」の「卒業証明書発行について」をご覧ください。

■近況報告 次号推薦

- 衛2 坂東(綱淵) 明美
 - 衛4 青木(古畑) 道子
 - 短1 小穴 修治
 - 短3 島田(酒井) 尚美
 - 短9 佐藤(長島) はつみ
 - 短10 藤宮(西澤) 町恵
 - 短23 近松(倉本) あかね
 - 保2 春日 里佳子
- 以上、編集委員会が推薦します。

■事務局への連絡方法

● 改姓・住所・勤務先等変更が生じた場合は、必ず事務局へご連絡ください。また同窓生の中で会報が届かないという方は、事務局では転居先不明となっておりますので、住所をご連絡くださるようお願いいたします。

方法はメール、ハガキ、封書いずれでも結構です。

卒業生の進路

H30年3月卒業・修了

平成30年2月6日現在 ()内人数

保健学科12期生 35名

➤ 就職：24名

信州大学医学部附属病院(1)、医療法人研成会諏訪湖畔病院(1)、諏訪赤十字病院(1)、昭和伊南総合病院(1)、飯田市立病院(1)、JA長野厚生連長野松代総合病院(1)、北アルプス医療センターあづみ病院(1)、長野市職員(1)、長野県職員(1)、富山県職員(1)、横浜市立大学附属病院(1)、神奈川県警友会けいゆう病院(1)、日本赤十字社長岡赤十字病院(1)、岐阜県立多治見病院(1)、岐阜県総合医療センター(2)、名古屋大学医学部附属病院(1)、春日井市民病院(1)、岡崎市民病院(1)、社会医療法人厚生会木沢記念病院(1)、聖隷浜松病院(1)、浜松医療センター(1)、大津赤十字病院(1)、金沢医科大学病院(1)

➤ 大学院進学：5名

信州大学大学院医学系研究科保健学専攻(博士前期課程)(4)、信州大学大学院医学系研究科医学系専攻(博士前期課程)(1)

大学院医学系研究科
博士前期課程保健学専攻
修了生4名(内社会人1名)

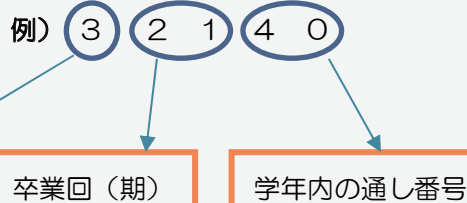
➤ 就職：3名

飯田市立病院(1)、君津中央病院(1)、豊橋市民病院(1)

大学院医学系研究科
博士後期課程保健学専攻
修了生1名(内社会人1名)

■会員番号について

宛名ラベルに5桁の会員番号が記載されています。番号は次のようになっております。なお、最初に会員となったときの番号が継続されています。



- 1：衛生検査技師学校
- 2：臨床検査技師学校
- 3：医療技術短期大学部
- 4：保健学科
- 5：博士前期課程
- 6：博士後期課程



2017年のできごと



- 2月10日(金) 接遇対策セミナー (3年生対象、臨嶺会として支援)
- 3月21日(火) 信大松本地区卒業式・学位記授与式
- 4月 4日(火) 信大入学式
- 11月29日(水) 就職・進学支援セミナー (2・3年生対象、臨嶺会として支援)



東谷さんちの富良野メロン



講師： 市川 雄基さん (公立陶生病院 保3期生)
 小林 玉宜さん (東京大学医学部附属病院 保5期生)
 宮部 知佳さん (株式会社日立製作所 保7期生)
 北沢 敏男さん (独立行政法人国立病院機構まつもと医療センター
 松本病院臨床検査科 臨床検査技師長)



編集後記

地方紙のリポーターである私は月に2、3件の取材をして原稿を書く。それを会社にメールするとデスクから確認のファックスが入る。デスクが手を加えた文章だ。私は現場に行きそこで体験しているのに、書き直された文章のほうに伝わる。もちろん「これは何だか違う感じがします」などとやり取りして意見を申すこともあるが、伝えるためのポイントのひとつは長さだ。デスクは「短く書け」「もっと短く」と言ったり。新海誠監督の「君の名は。」は映画を1分でも短くしようと脚本の段階では1116分あった尺を107分まで削ったと聞く。削られた部分だってそれ相應の時間をかけて制作されたものと想像する。それでも容赦ない。削るのは何を伝えたいかを自分に問う作業だ。会議で長々としゃべっているおじさんにも伝えたい「短く！」と。

赤羽

臨嶺会会報 第39号

臨嶺会会長	奥村 伸生
事務局	小穴 こそ枝
	樋口 由美子
	平 千明
編集委員会	赤羽 昌子
	川崎 健治
	武市 尚也
	山崎 春奈
印刷	株式会社成進社印刷

臨嶺会事務局

〒390-8621 松本市旭3-1-1
 信州大学医学部保健学科検査技術科学専攻
 Tel. 0263-37-2387 (ダイヤルイン)
 Fax. 0263-37-2370 (保健学科事務部)
 e-mail kensa@shinshu-u.ac.jp
 臨嶺会ホームページ
<http://www.mhoken.jp/rinreikai/>