ご挨拶

✧ ‘Value the Struggle’　同窓会会長　14期 森 俊雅
✧ ‘Growing and Improving facing our Changes’　理事長&学園長　Br. ロドリゴ・テレビニョ
✧ 函館ラ・サール中学校・高等学校長から（2026. 9）　齋藤 瑞木

同窓会からの報告

✧ 2026年度 函館ラ・サール学園 同窓会奨学金について　14期 森 俊雅

東京支部総会での講演から

✧ 「東京支部同窓会によせて」（鹿児島からのビデオ・レター）　Bro. フェルミン・マルチネス
✧ 学園の最新状況　副校長　28期 小川 正樹
✧ 「海外のLa Salle Familyとつながって」　ひでたま胃腸科眼科クリニック
そして「ラ・サール・ホームのお掃除ボランティア」　三橋 玉絵（OBのご家族）

OBによる講演録

✧ 「心臓血管外科医のお仕事」～30年の経験と第２の人生～　25期 尾崎 公彦
2025年、東京支部総会での講演　講演日：2025. 6. 21

支部から

✧ 札幌支部　副支部長 19期 大山 慎介
✧ 東北支部　支部長 23期 齋野 朝幸

敬称を略させていただきましたこと、ご了承ください。

「Value the Struggle」

同窓会会長 14期 森 俊雅

同窓生の皆様におかれましては、ご清祥のこととお喜び申し上げます。

さて、今回は「Value the Struggle」について考えてみたいと思います。ご高承の通り、「Struggle」とは端的に言えば「もがく」こと、Valueはそこに価値を認めること。

そして、私はこれが教育の本質だと思っています。

私の仕事の一つは、経営大学院の教員です。友人が創業した経営学を教える塾の時代から携わっているので、足かけ34年になります。

経営大学院に入るには、通常、学士号と社会人経験が必要です。今はリアルのクラスもオンラインのクラスもあるので、働きながら通うことも可能です。

私の経営大学院では、全ての科目でケース・メソッドを採用しています。ケースとは、ある企業の状態について書かれた読み物です。ケース・メソッドとは、その読み物の主人公の立場になって、「自分ならどう行動するか」を考え、論拠を持って判断し、それをクラスで議論する手法です。その企業が最終的にとった行動はクラスの終わりに紹介しますが、明確な一つの正解というものはありません。

ケースを読んで分析するには時間がかかるので、AIが普通に使われている近年は、予習の際にケースの分析をAIに委ねる学生がいます。そういう学生に教員がクラスで質問すると、通り一遍の答えは返してくれますが、「もがいて」論拠を探し判断した学生の回答に比較すれば、「馬鹿な！」という驚きも「そうか！」という発見もありません。

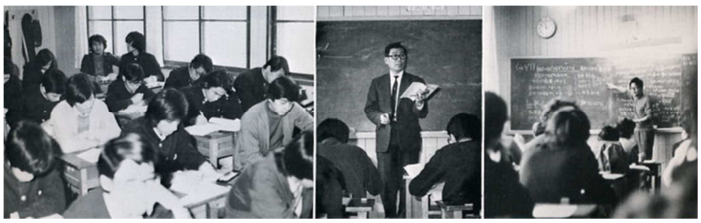
また、突っ込んだ質問をすると、「クラスメートの前で恥をかかされた」と捉え、クラス終業後のアンケートにおいて講師評価を極端に下げて「リベンジ」する学生も出現するようになりました。ケース・メソッドでは恥をかいてもがくことが必要なのに、これではケース・メソッドの最大の「ウリ」である「教訓を自ら掴む」ことを放棄しているのと同じで、今後の職業人生を豊かにしていけるのだろうかと心配になります。

「もがき」・「苦闘」・「葛藤」は人生の一部であり、私たちの成長と発達に不可欠なものです。とはいえ、それは学生にとっても保護者にとっても、時に居心地の悪い辛い経験になりえます。

でも、「学び」の過程にある全ての人に、「もがき」には価値があると私は思っていますし、同時に、学生が圧倒されてしまうことなく、適切なスキルと支援を得て困難を乗り越え成長していける学校が函館ラ・サール学園だと思っています。

教職員がすぐに介入して学生を苦闘から救い出してしまうと、学生は自らの粘り強さや問題解決能力を発揮する機会を奪われてしまいますし、間違いを犯すこと、課題や概念と格闘すること、居心地の悪さやフラストレーションと向き合い耐えること、そして自分自身や他者に対して忍耐強くあること、こうしたプロセスこそが学びの場であり、しなやかな思考を育む源ではないでしょうか。

私が経験した函館ラ・サール学園の教育は、「いつ、どの程度学生を後押しすべきか」を心得ていたという点で優れていたと思いますし、今もそれを実践すべく、教職員の皆さんもValue the Struggleしているのではないでしょうか。



学校に限らず、どの組織にも問題や矛盾は存在しますが、「矛盾を機会と捉えて、AとBという解決の選択肢があれば、合理的にAかBを選ぶのではなく、AもBも両方目指すことをギリギリまで考え続けること」で組織は進化します。

函館ラ・サール学園を取りまく環境には厳しいものがありますが、その解決を教職員だけに背負わせるのではなく、同窓会が出来ることもまだまだあると思います。

例えば、近年の中高選択のポイントの一つとなっている「特待生奨学金制度」を、2027年度から同窓会が支援すべく、先の同窓会理事会で決議しました。

我々があちこちで集い連帯を感じられるのも、函館ラ・サール学園があってこそ。我々一人で出来ることは限られていますが、みんなで束になって物心両面で学園を支援すれば結果はついて来ると思います。我々もStruggleするときです。

函館ラ・サール学園同窓会

理事会長 森 俊雅 (14期)

moritoshimasa@sky.plala.or.jp

１２期 中富 清和

第２版刊行！

"Philosophy of Nothingness and Love"

Lambert Academic Publishing

https://independent.academia.edu/knakatomi

E-mail: k-nakatomi@gc4.so-net.ne.jp

‘Growing and Improving facing our Changes’

2026年9月

函館ラ•サール学園理事長

Br. ロドリゴ•テレビニョ

函館ラ•サール学園同窓会の皆様

In my last year greetings, under the title ‘変化を受け入れる進化する家族’, I stressed some of the concrete steps that we have been taking within the District (LEAD) to reinforce our Lasallian Identity and bonds with LEAD, actions such as:

- Intercultural Exposure with our sister school of Singapore, St. Patrick’s;
- Another Intercultural Exposure with a sister school of Philippines, LIPA;
- The engagement of Mr. Ogawa and myself in a three years program for Lasallian Formators’;
- The participation of four teachers and 12 high school students in a volunteer program in Bamboo School, another sister school in Thailand.

And continuing with what I stated that “we are always challenged to learn, re-learn, adapt and transform our ways of thinking and acting in order to fulfill own Mission in life, our personal mission as well as our Lasallian Family Mission”.

Now we are facing the reality that, at least for the current school year, there won’t be any Brother living in our community house in Hakodate.

Br. Mikey will be studying Japanese full-time in Tokyo, while Br. Nico was assigned to a community in Philippines. Although I will continue in my functions as 理事長 and 学園長, as such he will be coming on that functions when necessary, I have been assigned to our Kowloon La Salle College community in Hong Kong.

Nevertheless, we are together and must stay together in our efforts to face the diverse circumstances we are placed in the evolving realities of our Lasallian Family.

We know that we have the support of the District’s Leadership Team to sustain us and help us through this new stage in the history of Hakodate La Salle.

To respond to the changing world and the changes in our school, it is necessary for each one of us to respond creatively and boldly to the needs of the present as a Lasallian. As part of our international Lasallian Family, (Brothers, Lay Partners Alumni, and students & parents) we take our roles responsibly and creatively.

As part of the Core Values of the Lasallian Vision, service through human and Christian education, specially to the most in need, our DNA, FSC (Faith, Service, Community) has not changed since our foundation.

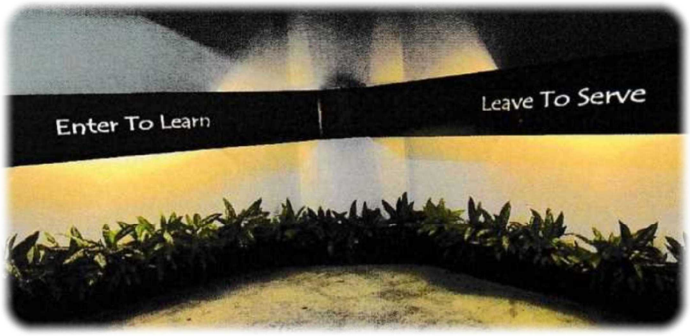
This DNA had set and continue setting the direction of our mission to adapt to the new realities we are facing.

Although we cannot hold of the outcome of our future, we can be assured that we, as part of LEAD, we are working to strengthen our ties and counting with the support of our District, LEAD to fulfill our mission.

We need to continue generating great ideas, great souls, continue assertively trying new and even unconventional ways, experimenting with new paths and forms of doing things, to sow new seeds of life to move forward our Lasallian mission.

Br. Rodrigo Treviño, FSC

Chairman Hakodate La Salle Gakuen



函館ラ･サール学園同窓会

理　事
事務局長　林　完自（14期）

hayashi.kanji@pm-sf.tepm.jp

函館ラ•サール中学校•高等学校長から

2026年9月
校長 齋藤 瑞木

同窓生の皆様におかれましては、ご清祥のこととお慶び申し上げます。日頃より本校の教育活動にご理解をいただいていることに感謝申し上げます。

私自身の話になってしまい恐縮ですが、今年5月の「聖ラ•サールの日」において、ロドリゴ理事長から30年の永年勤続表彰を受けました。私が長きにわたってこの学園に奉職できているのは、ひとえに同僚と子どもたちの支えによるものだと感じています。あらためて感謝申し上げます。

ここで恥ずかしながらではありますが、30年前、1996年の着任当初のことをお話ししようと思います。

東京にて8年に及ぶ学生生活を経て、まさに縁あって函館ラ•サールにお世話になることになりましたが、多少のアルバイト経験はありながらも正規職員として教壇に立つのは初めての経験でした。

何せ長いモラトリアム期間の後ですから、優秀で血気盛んな男子高校生に対して教師として本当にやっていけるのだろうか、また私自身OBでもありませんし、函館には地縁も血縁もないなかで、そもそも社会人として生活していけるのだろうかと不安に苛まれていたことを昨日のことのようにおぼえています。

私の意識としては、とりあえずまずは1週間頑張ろう、それができたら次は1か月、その後は夏休みまで、そして1年は何とか全うしようという、なんとも自信のないものでした。

思い出すのは4月3日の始業式、新任の教職員が登壇して校長（当時はラベル校長）から紹介されたうえで短いあいさつをしたのですが、特に気の利いた話をしたわけでもないのに体育館いっぱいの男子高校生諸君がウオーッと歓声をあげたこと。これが函館ラ•サールなんだと圧倒されたことは鮮烈な記憶です。

その後、授業が始まってからは自分として最善の準備をして臨むものの、まだまだ拙い内容に毎日が反省の繰り返しでした。それでも生徒諸君に励まされ、鍛えられ、何とか持ちこたえて教壇に立ち続けられたというのが率直な思いです。

もしかすると1週間しか持たないのではないかと思っていた若輩者が、さまざまな経験を積み、教師として育ててもらった函館ラ•サールには感謝しかありません。

特に高校の3年間、また中学からの6年間の中で私と何らかの接点があった同窓生諸氏にはこの場を借りてあらためて深くお礼申し上げたく存じます。ありがとうございました。

そして、昨年も申し上げましたが、私としては函館ラ•サールへの感謝の思いを胸に、子どもたちを大切に育むことを第一義として、この温かな教育環境を堅持していくべく今後も微力ながら職務に邁進してまいりたいと考えております。

皆様には今後も本校の動向を温かくお見守りいただきますようお願い申し上げます。

なお、末筆ながら、多額の資金が必要となった学校•寮へのエアコンの設置に関しまして、同窓生の皆様にも引き続きご寄付をお願いしたく存じます。近年の酷暑から子どもたちの学習環境•生活環境を守る観点から何とぞご協力を賜りますよう、切にお願い申し上げます。

同窓会にご寄付頂いた方々（氏名公表可とされた方々です）

同窓会活動全般の原資として

30 期　井上 昌則 様
30 期　小林 武志 様
27 期　西本 武史 様
14 期　森 俊雅 様
25 期 & 62期　三橋 秀輝 玉絵 想太 様

同窓会奨学金の原資として

14 期　林 完自 様
8 期　菊地 裕太郎 様
1 期　管野 剛造（期有志代表） 様
14 期　森 俊雅 様
11 期　二木 一重 様
48 期　小柴 慧太 様
25 期 & 62期　三橋 秀輝 玉絵 想太 様

2026年度 函館ラ•サール学園 同窓会奨学金について

同窓会会長 森 俊雅

函館ラ•サール学園同窓会活動の柱であります奨学金の給付者について2026年9月21日に開催された選考会議において審査の結果3名の受給者が選考されました。

その後、10月２日に学園にて佐藤 友康同窓会副会長（森会長の代理）、小川正樹学園担当理事同席のもと3名の受給者に奨学金の伝達が行われました。

奨学生3名の方々から同窓会へのメッセージを頂きましたのでご紹介いたします。

1学年 Kくんから

この度、ラ•サール同窓会奨学生に採用していただいたことに感謝申し上げます。私の家庭は今、お金のかかる状況にあり、奨学金に家族ともども歓喜および感謝しております。頂戴した奨学金は勉強のために使わせていただきます。

奨学生となったからには、より一層勉強に努めなければならないと感じております。また、生活面においては、このペースを崩さずに続けるよう、細心の注意を払おうと思います。

そして、私の夢として、将来、法曹界に入り、そういう仕事に就いて、罪なき人々を守れる人間になりたいと考えています。その目標のため、大学では法学部に入りたいです。今後も、この学校で、さらには大学で、より多くのことを学び、自分の能力を磨いていきたいと思います。

この度は、厚いご支援を賜りまして誠にありがとうございました。

2学年 Mくんから

この度、私をラ•サール同窓会奨学金の奨学生に選定していただき誠にありがとうございます。家族ともども大いに喜び、そして感謝しております。頂いた奨学金は今後の勉強のために使わせていただきます。

函館ラ•サールに進学してから一年半が経ち、高校生活も折り返しとなります。これから先も成績は高みを目指し、安泰な寮生活を心がけていきたいと思っています。

大学進学後の進路は、今後の高校生活で具体的に考えていきたいと思っていますが、近年、情報化社会が急激に進行し、生成AI等もめまぐるしい進化を遂げています。今後、さらなる発展に貢献できるような人になれることを目指し、ラ•サールの名に恥じることのない人になりたいと考えています。

この度は、同窓会の皆様の厚いご支援を賜りまして誠にありがとうございました。

3学年 Sくんから

この度は、ラ•サール同窓会奨学生に採用していただき誠にありがとうございました。

今回、このような貴重なご支援をいただけることを実家の父、母ともども大変感謝しております。大学受験が近づき余裕がない中、このような奨学金を頂けることで、金銭面での余裕が生まれ、勉強に集中できることは非常にありがたい一方、奨学生としての責任もひしひしと感じます。

大学では英語を軸に幅広い言語を学び、言語と文化の関係性、特にヨーロッパ圏の美術分野と言語の関係性についての知識を深めていきたいと考えています。そして将来的には、培った知識を地域に還元していけるような人材になりたいです。

あと数か月でラ•サール生としての高校生活は終わりますが、ラ•サール学園で培った知識と恩を忘れず、大学ではより一層精進して参る所存です。

この度は暑いご支援を賜りまして、誠にありがとうございました。

８期
菊地綜合法律事務所
弁護士 菊 地 裕太郎
〒103-0022
東京都中央区日本橋室町２丁目２番１号
室町東三井ビルディング１８階
電話：03-5204-6701（代表）
E-mail yij02011@nifty.ne.jp

函館ラ・サール学園同窓会 11 期
副会長
札幌支部長 二 木 一 重
函館ラ･サール学園同窓会
HAKODATE LA SALLE HIGH SCHOOL ALUMNI ASSOCIATION
〒063−0833
札幌市西区発寒１３条４丁目１０−１
携帯 ０９０５９８３２８４９
E-mail: ninachan.niki@gmail.com

Google NGN 岩渕 11 期
IT architect
岩 渕 雅 俊
日経クロステック（xTECH）
https://xtech.nikkei.com › NGNのすべて
第32回 SDP（後編）
2007/11/08 — 岩渕 雅俊（いわぶ
ト、1978年，日本IBMに入社。製
YouTube 真珠採り 合唱
第２ステージ
『真珠採り』より
頭目選びの場 ～ 友情の二重唱
WAGNER
頭目選びの場 ～ 友情の二重唱 -
E-mail: iwabuc2@khaki.plala.or.jp

「東京支部同窓会によせて」（鹿児島からのビデオ・レター）

2026/6/20（土）日本プレスセンター　レストラン　アラスカ

Br.フェルミン・マルチネス先生

皆さん、こんにちは。フェルミンです。大昔に（笑）お会いしたのと同じ人間ですけれども、歳をとって、お爺ちゃんになりました。先日、関東支部長の冨樫さんが声をかけて下さり、こんな形で皆さんに一言申し上げる次第となりました。

最初に、ここに集まっている皆さんのアイデンティティについて、お話ししたいと思います。

皆さん、覚えているかどうかわかりませんが、本校の入学試験を受け、合格して、入学式に向って函館まで来ましたね。特に、思い出してもらいたいことは、4 月の上旬に入学式で体育館に入場した時のことと、男子寮のことです。

その一ヶ月前には近くにいた女の子たちを含む友達が、寮にはいなかった。とっても寂しかった。特に大好きだった女の子が近くにいないということは、寂しくて、この学校に入って、本当に良かったのだろうか、と考えてしまった皆さんがいただろうと思うのです。

ゴールデンウィークが待ち遠しく、それが頭から離れなくなり、両親のことだけじゃなくて、好きな友だち、特に女の子に再会できることが、待ち遠しくてならなかった。

やっとゴールデンウィークに入って帰省し、朝から夕まで、昔の友達に会って、楽しく、大好きな女の子にも会って、とてもとてもよかったと思ったことではなかったでしょうか？

函館に戻りたくない。昔の友だちとずっと一緒にいたかった••••。けれど函館に戻った。

その後、昔の友だちと、どうやって連絡をとるか？昔は、電話しかなく、こちらからかけるしかなかったけれど、そういう事を気にしている余裕はなく、すぐ試験が始まり、勉強しなければならない。そして文化祭があった•••••。

少しずつ、少しずつ、自分が昔の友達から離れて行ったのではなかったでしょうか？

けれども、今、振り返ってみると、昔の友達に会えなくてさびしいとはだんだん考えなくなり、当時は気付かなかったけれど、大部屋の１年間、或いは３年間の生活の中で得たもの、もらったもの、いただいたものに気付いて来た。そしてそれが、今となっては非常に大きい。

人間性、人間力が高くなった。コミュニケーション能力など、社会人になって、大きな、大きな力になっていると気付いたのじゃないでしょうか？

これは大部屋経験の賜物だと、私は思います。

大部屋での経験というのは、今ではなかなか経験できません。でも、函館ラ・サールにはそれがあります。

今の時代。機械化社会、AI 化社会では、人間力が足りません。それが、函館ラ・サールでは育っています。OB の皆さんの中にそれがあります。是非、親戚、知り合いの方々に、函館ラ・サールを紹介し、薦めてください。これからは人間力が物を言う時代です。人間力は本当にとても、とても大切だと思います。

今日、ここに集まるのは、古い友達だという事だけでなく、兄弟の様な絆の力なのだと思います。**皆さんは、ラ・サーリアンとして特別な力を持っている**という事です。

自分のためだけではなく、周囲の人々の為に、大きな力になっていく、それが人間力であり、ラ・サーリアンのスピリットである、それは真実であると思います。

結婚されたばかりの皆さんの中には、たぶん、一つ共通の問題があるのじゃないかと思います。奥さんに、どこまで函館ラ・サールでの生活のこと、寮生活のことをわかっていただけているかという事です。最初は、なかなかわかってもらえないのじゃないのかと、私は思います。

函館と聞いたときのイメージで函館ラ・サールを捉えて「ちょっと変わっている！」と思われているのではないでしょうか？

それが、同窓生の呑み会などに、誘われて行って、他の同窓生を知るにつけ、もっと、もっと変わっているという印象を受けて、その後で、自分が未だ知らない魅力が、函館ラ・サールを出た彼らにあることに、気付いた•••という事があるのじゃないかと思うのです。

皆さん、今の函館ラ・サールを広く紹介してください。函館ラ・サールは、教育の場として、学び合いの場として、皆さんそれぞれが、自分が選んだ将来を作る事ができる場所です。

話を変えましょう。函館ラ・サールは、大きな家族、国際的なグローバルな家族であり、在校生はその一員です。

ただ、過去に於いて、なかなかそれを感じられる事がなかったのではないかと想像するのですが、変わってきています。

その一つですが、何年かほど前、或る保護者の方が、ご子息を、海外の大学で学ばせたいと志望され、2 年前に初めて、函館ラ・サールの卒業生が、ニューヨークにあるラ・サールの大学に入学しました。その大学の名前にはラ・サールの文字が入ってはいません。マンハッタン大学です。そのことについて、後で保護者の方による講演があります。

その保護者の方は、かねてより、仙台のラ・サール・ホームに、他の保護者の方々とボランティア活動で、掃除などに行かれていましたが、先日、30 人の保護者家族の方と函館ラ・サールの卒業生が、ラ・サール・ホームでの合同ボランティア活動に参加され、懇親会に出られ「とても楽しかった！」とご報告いただきました。そのことについても、講演の中でお話しされます。

それから、12 年前、私が函館の校長だった頃の事になりますが、何人かの卒業生と生徒が、フィリピンとタイランドで 10 日ほどボランティア活動をした事がありました。

編集者注：小川教頭の講演にありますが、2016 年以降、函館では年に一回、海外ボランティア活動を継続しています。

これも函館ラ・サールが国際的なグローバルな家族であ

る証であり、こういう活動を、今後も進めていきたいと考えていますが、海外でのボランティア活動にはお金がかかります。そこで、その資金援助として Bamboo Peripheries overseas volunteers という NPO を作りました。

この NPO について、函館ラ・サールの若い卒業生である、岸本くんから話があります。

編集者注:下記は、岸本さんが話された内容の元となっている、東京同窓会総会で配布された資料の要旨です。

2016 年以降、函館ラ・サール高校ミッション部（部活動）を中心に、カトリック札幌司教区内のカトリック学校宗教科教員、生徒、卒業生らが主体となって継続してきた海外ボランティア活動を発展させる形で、**特定非営利活動法人「バンブーペリフェリーズ・オーバーシーズ・ボランティアーズ」の設立準備を進め**、2026 年 1 月 6 日に北海道庁より認証を受け、1 月 19 日、法務局への登記をもって正式に特定非営利活動法人として設立いたしました。理念と取り組み（公式 HP にあります）に共感いただき、個人としての物心両面でのサポートをお願い致したい次第です。

函館ラ・サール学園宗教科教員
LEAD 宣教委員会日本地区代表
発起人・代表　韓　徳

特定非営利活動法人「バンブーペリフェリーズ・オーバーシーズ・ボランティアーズ」は、**教育機会に恵まれない子どもたち、無国籍状態に置かれた子供たちの学習・生活環境を支えることを目的**としています。

法人の体制ですが、複数の学校・教員・卒業生が協力して積み重ねた活動を反映し、かつ活動の継続性・安定性を確保するため、函館ラ・サール教員・卒業生 6 名に加え、北海道内の他のキリスト教系学校の卒業生 5 名の 11 名で構成しています。

https//bamboo-overseas.org/

皆さんも覚えていると思いますが、以前函館に居たカナダ人のブラザーたちは、今は函館で働いていません。

その中の Br.アンドレ・ラベルは 30 年間、函館ラ・サールで自分の活動を捧げました。彼は 63 年間、日本で働き、今は 96 歳。7 年前フィリピンに移動し、老後の生活を送られています。

学園の最新状況

2026/6/20（土）日本プレスセンター レストラン アラスカ
副校長 同窓会学園担当理事 28 期 小川 正樹

皆さん、こんにちは。第 28 期の小川正樹と申します。今年は、函館ラ•サール高校の教頭として 11 年目です。今日は、ここ数年間、私たちが取り組んでいることを、皆様に紹介させて頂きたいと思います。その流れの中で、同窓生の岸本くんには、私が紹介する事に関連する内容を紹介していただけるので、皆さんからの質問をいただきながら、私たちが目指しているところをお話ししたいと思います。

ブラザーの方々がよく仰っていることですが、ラ•サール会の 5 つの価値観を中心に教育活動を行っています。

これはブラザーたちの文章にも書かれているのですが、私が在校生にその 5 つの価値観について話をしたことは、以前はなかったのです。

何か修道士がこういうことを話すと、信者になる様に勧誘しているのではないかと、日本人に警戒されるじゃないかと考え、ラ•サール会やキリスト教のことを言う事がなかったというのが、正直なところです。

それが東日本大震災の時以降、変わってきています。ラ•サール会の組織改編があり、東南アジアの地区、及び活動の中で、ラ•サール会の学校なのだから、そういうことを言ってもいいのではないか？というより、言うべきではないのか？となり、それ以来、修道士たち、そして私も、この事、つまり 5 つの価値観を、常に言う様になってきています。

5 つの価値観は、ブラザーの方々が常日頃おっしゃっていることで、Faith、Service、Community。

Community ではなくフランス語の原語に近い Fraternity という言葉を使うことがありますが、信仰と誠実、サービス、コミュニティ、奉仕、共同体の 5 つです。

これら 5 つの内 Faith、Service、Community の頭文字をとった FSC を、すべてのブラザーが自分たちの名前に付けます。ブラザーたちの理念は、どこへ行っても共通なのです。

私どもは、ブラザーではなくても、その理念で教育活動に取り組んでいきたい。

2011 年に僕たち、つまり日本のラ•サールは東南アジアの LEAD に入り、それ以降、私たちは LEAD の一つの国として、活動を展開する様になりました。

編者注）LEAD（Lasallian East Asia District）は「東アジア地区」です。

歴史の話をしましょう。この 4 人のブラザーたちが最初に日本に来ました。これは 1932 年 10 月 22 日であり、あと 6 年で 100 周年になります。

4 人のブラザーたちが函館でやりたかったことは何かということですが、ラ•サール会の教育の理念に基づき、それを実現する学校を作るという使命を持ってやって来たのです。

しかしながら、戦争の為、一時期、やむを得ず、函館を離れて仙台へ行き、戦争が終わった後、函館に戻って学校を作ったと••••。

編集者注：当時、ラ•サール会は仙台市北材木町にありました。その後、函館から仙台に移った修道士を含めラ•サール会の修道師は、ドイツ国籍だったアンゼルム修道士を除き抑留され、修道院（1945 年 7 月の仙台空襲で焼失）を引き払わざるを得ない状態に追い込まれたと、1981 年 11 月にラ•サール会が発刊した「道のり－日本ラ•サール会略史」にあります。函館ラ•サールについては、下記に書かれています。

函館の教育関係者は中学校（旧制）の必要性と、また函館が商業の中心地でもあるので、商業学校も必要であることを修士たちに表明していた。（1933 年の出来事に関する記述です）

函館の修士たちは校舎建設の希望に燃えて、早速、土地の測量に取りかかった。しかし 1936 年（昭和 11 年）5 月 31 日、湯の川の測量現場に憲兵が現われ、訊問を受け、数日後には山口要塞司令官から校舎建設に対する禁止命令が出たのである。

戦後を迎えたラ•サール会の修士たちの胸の中には、常

に「函館」があった。十数年前はじめて住みついた日本の地であり、学校開設の計画が、残念にも立ち消えとなった地であれば、修士たちが忘れえないのは当然であったろう。

戦争が終り、1948 年（昭和 23 年）、国連による戦争中の調査が始まった。**ラ・サール会は「敵国財産」のゆえに返却せざるをえなかった函館の土地について大蔵大臣宛再審の申し立てを行い、翌年、土地は再びラ・サール会に返還と決定した**のである。

（土地はラ・サール会に返還されたものの）1955 年（昭和 30 年）3 月、政府による土地買上げ通告があり、5 月 2 日ラ・サール会は勝本正晃弁護士を通じ、この土地は将来学校建設を計画して購入したものであるとして異議申し立てを行った。（中略）

結局土地は会のものとして認められることになったのであるが、この解決のために尽力した前記の**勝本、今田、藤田、吉谷の諸氏の他に、信徒の辻村栄一氏、弁護士の赤井力也氏、函館市助役の前田氏、小作人代表小向要助氏などが種々奔走したことは忘れてならない**ことである。

校舎及び修道院の建設工事は、1958 年（昭和 33 年）10 月 1 日、函館藤田組によって着工、59 年 7 月 26 日にローラン修士が初代校長として着任した。そしてこの時から、当時函館東高等学校々長であった盛山兵護氏が顧問に就任した。盛山氏は開校後は、初代教頭としてローラン修士を助け、教師団の中心となって学校の基礎固めに尽力するのであるが、氏の長年にわたる教育現場での豊富な経験と、幅広い知己は、新生の函館ラ・サール高校にとって太い支柱であった。

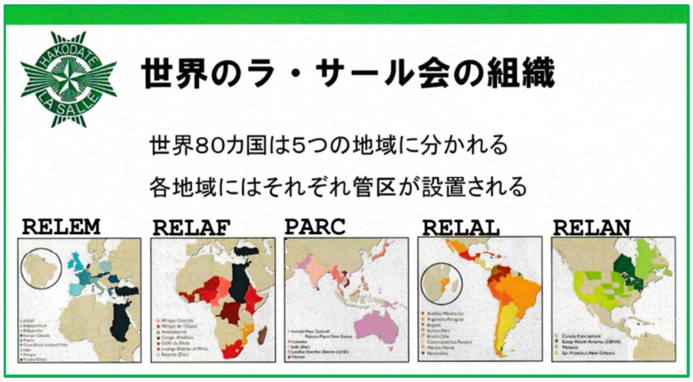
実際、鹿児島にしろ函館にしろ、開校の時期に適切な助言者と強力な教師団を得たということは大きな恵みであり、特記しておくべきことであろう。

1960 年（昭和 35 年）3 月 16 日、17 日、入学試験が行なわれ、200 名の募集に対し 799 名の応募者があった。

4 月 6 日入学式、4 クラス、164 名で発足した。職員は修士 4 名、教諭 12 名、事務職員 3 名であった。

私たちは聖ラ・サールの事をファウンダーと言っているのですが、この 4 人は函館ラ・サールのファウンダーであり、彼らのおかげで私たちはあるのです。聖ラ・サールの日には、このブラザーたちの話を生徒たちにしていこうと思っています。

ところで、これが世界のラ・サール会です。5 つあります。



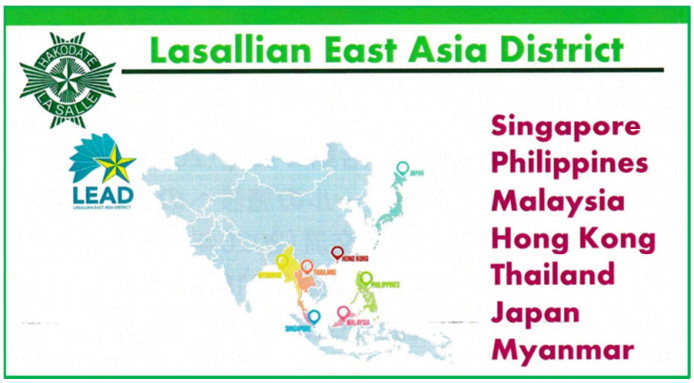
ヨーロッパ（RELEM）、アフリカ（RELAF）、北アメリカ（RELAN）、南アメリカ（RELAL）と PARC（アジア太平洋地域）の 5 つ。アジア太平洋地域の北は日本です。

編集者注:Brothers of the Christian Schools の Home Page に掲載されている情報に拠れば **PARC**（Pacific Asia Regional Conference）は、下記の管区から成ります。

- オーストラリア、ニュージーランド、パキスタンとパプア・ニューギニア。
- **LASAD**（LaSallian South Asia District）:インドとスリランカ。
- **LEAD**（LaSallian East Aisa District）:香港、日本、フィリピン、シンガポール、マレーシア、タイランド、ミャンマーとインドネシア。
- **Vietnam**:ベトナム。

PARC でも人々の交流をしましょうということで、昨年から PARC で会議が始まり、私はそのメンバーの一員となり、去年、フィリピンで一週間研修に参加しました。今年はスリランカ、来年はベトナムです。ベトナムは一ヶ国だけで「管区」になっています。

日本は LEAD に属する形で PARC と繋がっており、PARC の先生、生徒と交流を積極的に行なうことにより、子供たちが、大学に行き、社会に行って活動をする中で、ラ・サールの学校のアイデンティティを持ってくれることの、インセンティブになる事ができるのじゃないかと。そう思って子供たちと活動をしようとしています。



今年のラ・サール会からのメッセージは「All is Connected.（すべては繋がっている）」です。

私たちは、ブラザーだけじゃない、日本だけじゃない。世界と繋がっている。格差がある、困難なことがある、そういうことを超えて、我々はすべて繋がっており、一人一人が、そういう意識を持って、今、できることをやっていくと、きっとそれらは連鎖していて、人々が幸せな社会を作る事ができるのではないか・・・・。それを、フィリピンがやっている。シンガポールも香港もやっている。そして函館もやっている。それを今、鹿児島とも何とか共有して日本セクターとして、その理念、ミッションを実現することができないか？

世界のラ・サール会との交流

- 海外ボランティア活動の実施（2015年～）
- フィリピンのラ・サールの施設への募金活動
- LEADの学校との交流（2020年11月～）
- PARCの学校との交流（2019年3月～）
- 鹿児島との交流（2025年8月～）

実は、今日、この会の前、2 時半から別の部屋にてオンラインで、函館と鹿児島のブラザーと私たち何人かで会議をしました。日本地区でこういうことをやっていこうということです。

ご存知の方もいらっしゃると思いますが、昨年、シンガポールの St. Patrick’ s 校の生徒たちが函館に来ました。今年は 5 月の末にシンガポールから連絡が来て、交流の場を作ることができました。

それから、これは学校として来たわけではないのですが、今年の 4 月には La Salle Greehills という学校の生徒が、やって来ました。この後、秋にはデ・ラ・サール・リパというフィリピンの学校の生徒たちがやって来ます。

函館では、こういう海外からの生徒受け容れの活動をして、生徒たちの国際交流の機会を作って、次に函館の生徒が海外へ出て行く機会を作って行きたいと考えています。

私たちはこの PARC STUDIES PROGRAM で繋がっているのです。たとえばシンガポールの生徒がどうして函館に来る様になったかというと、メール一本です。

向こうの先生からメールが来て、それに対して「どうぞ、来て下さい！」と返し、何時、下見にいらっしゃるかなどの交渉に入り実現しました。一本のメールで国際交流ができる、そういうネットワークをラ・サール会は持っている。

PARC STUDIES PROGRAM

2025/4～

- PARC（アジア太平洋地域）で初めての教職員交流
- 日本は鹿児島と函館から教職員4名が参加
- 2025～2027年の3年間活動を展開する
- 2025年はフィリピンで研修会を実施
- 2026年はスリランカで研修会を実施
- 2027年はベトナムで研修会を実施（予定）

そして今、繋がっている国が拡がって来ている。そして生徒たちは、海外の同世代の生徒たちとの交流から視野が拡がっていく。そういうチャンスを持っている、そう思うのです。

男子だけであれば寮の大部屋に泊めて、食事も一緒にとり、風呂も半ば強制的に一緒に入れる。シンガポールの生徒の中には嫌がる人もいたのですが、皆でワイワイと誘って入り、後で「いい経験だった」と言ってもらったりもしました。

次に、函館から海外に行っているケースを紹介します。2016 年から年に一回、海外ボランティア活動を行っています。海外の人たちに自分は何ができるのか？自分も将来海外で活動したい。その為に自分は何に時間を割くべきなのか、そういうことが見えてきて、進路を決める、進路が変わるという生徒が、少しずつ増えて来ています。

海外ボランティア活動の実施

- 2014年、2人の生徒がフィリピンで参加
- 2015年、韓教諭がフィリピンに視察
- 2016年8月、海外ボランティア活動の開始
- 2020年～2022年まで活動中断
- 2023年8月、タイで活動を再開

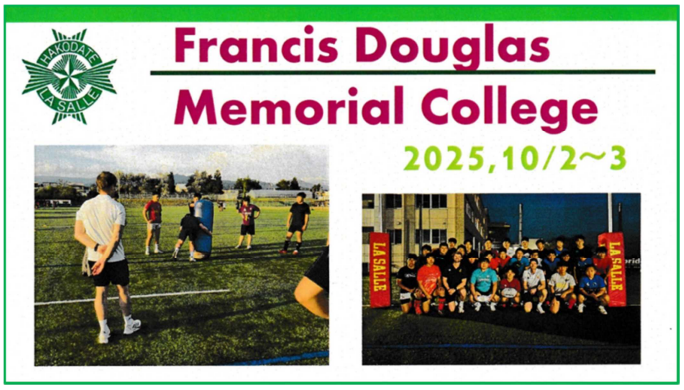
彼らが帰国する毎に、多目的ホールで帰国報告会を行うことで、海外ボランティアに行って経験してきたことを（行かなかった生徒とも）共有しよう。これを学校として続けて行くことにより、いろいろな事が生徒たちの当たり前になって来る。

「生徒が海外ボランティア活動に参加して現地の人々の為に活動するのが当たり前。その体験を学校でシェアするのが当たり前。海外に行って困っている人たちの為に行動するのが当たり前。だから、それらを実現するために勉強しましょう、努力しましょう。」そういう雰囲気を、函館で作りたい。そういう方向で私たちは動いています。

この後、お話しをする岸本くんは、海外ボランティア経験者で、今、そういう雰囲気を作る事に全力を尽くしてくれています。

実例紹介です。まずフィリピンの学校とのコラボレーション。今日、販売しているパーカーはフィリピンの少年院の子供たちがデザインし、日本で製品化して販売し、利益を寄付しており、OB の方、PTA の方の協力も賜っています。

ニュージーランドから先生が来てくれたこともあります。この学校は函館から 5~6 人、短期留学したことがある学校です。メールが来て、その学校の先生が来日する機会があるので、その際にいろいろ貴校を見てみたいという希望があり、ラグビー部のコーチと校長先生の 2 人が来校され、ラグビー部とも交流しました。



次に St. Patrick’ｓ校。

（函館の生徒が作成したヴィデオが紹介されました）

本校の生徒にとってもセント・パトリックの生徒にとってもプラスの体験であり、「今年も函館に来たい！」という話になっています。昨年は２泊３日で、短かったのですが、これを何とか長くできないか、それに対応しようと考えています。

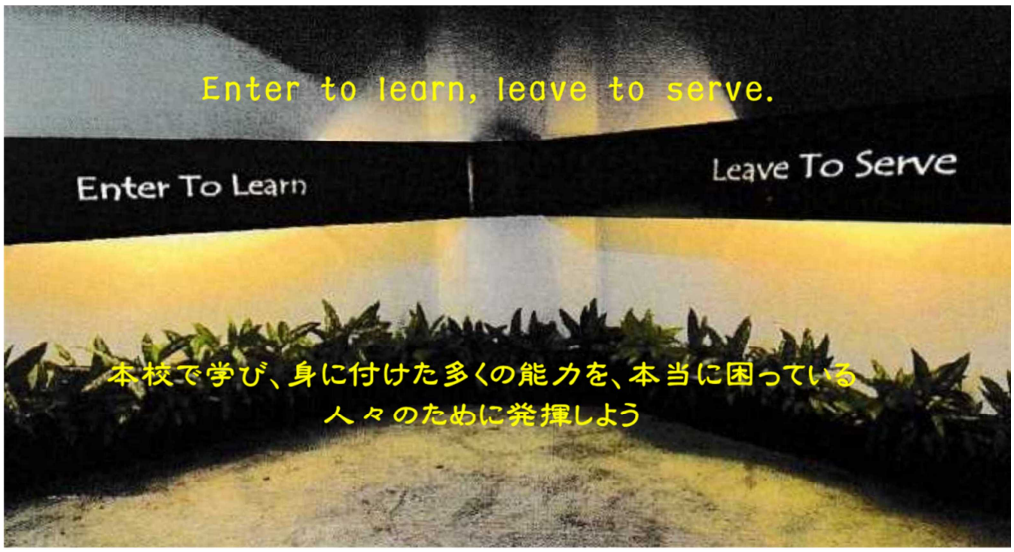
話の最後になりますが、37 期生から、彼らの同期会の時に「学園に何か送りたいけれど、何がいいだろうか？」と相談を受けたことがありました。

そこで、ラ・サール会のメッセージ「Enter to Learn, Leave to Serve」のプレート、シンガポールにはあるのですが、それをプレートにすることで「言葉を送って欲しい」と提案しました。

このメッセージ（の書かれたプレート）は全世界のラ・サールの学校でも飾られていて、ブラザーたちが好きな言葉です。

「ここで学んだら、世界に貢献しましょう！」これは函館も世界も変わらない。そういう活動をする方向に、私たちも意識を変えていかなければいけないし、交流もしていかなければいけないし、私たち教師自身も、その気持を生徒に伝えていかなければいけない。

これが、今、私たちが取り組んでいる事で、函館が世界のラ・サールの学校であり、本校の生徒たちが世界に羽ばたいていくことを期待しています。



「海外の La Salle Family とつながって」そして「ラ・サール・ホームのお掃除ボランティア」

2026/6/20（土）日本プレスセンター レストラン アラスカ

眼科医@ひでたま胃腸科眼科クリニック 三橋 玉絵さん

ご主人は 25 期 三橋 秀輝さん（消化器内科医@ひでたま胃腸科眼科クリニック）

ご子息は 62 期 三橋 想太君

皆様、今晩は。62 期、三橋想太の母です。

私が本日、お話させていただくのは、息子の留学を通じて海外ラ・サール・ファミリーとの繋がりを実感した経験と、PTA 盛岡支部でやっております ラ・サール・ホーム掃除ボランティアについてです。

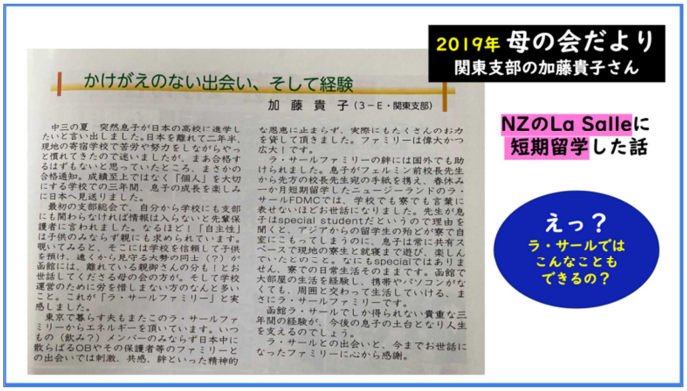
内容は 3 つです。最初の 2 つは函館ラ・サール在学中の、ニュージーランドにあるフランシス・ダグラス・メモリアル・カレッジでのショート・ステイ体験と、アメリカにありますマンハッタン・ユニバーシティへの進学についてです。

3 つ目として、PTA 盛岡支部でやっております ラ・サール・ホームでの掃除ボランティアについて、お話しさせていただきます。

1．FDMC ショート・ステイ

最初に、ニュージーランドのフランシス・ダグラス・メモリアル・カレッジでのショート・ステイの体験についてお話させていただきます。長い名前なので FDMC と略させていただきます。

FDMC の存在を知ったのは、本日いらっしゃっている加藤貴子さんが 2019 年に母の会の「母の会だより」に投稿された文章を目にした時です。



そこには、ご子息がニュージーランドのラ・サールの学校へ行って、とても楽しい体験をして来たという事が書かれていて「えっ、ラ・サールではこんな事もできるの？」と非常にわくわく致しました。

そして、その数か月後、函館ラ・サールで、後で話させていただく、アメリカのラ・サール大学の、特別入試説明会がありました。

説明会は 2 回行なわれました。1 回目は授業参観と同じ日でしたので、私は 1 回目に参加しました。

大学の先生が直接お越しくださり、スライドを使って大学の特長、函館ラ・サール特別入試制度、学生生活についてたくさんのお話をいただき、加えて T シャツや水筒のおみやげまで頂きました。この会に参加してアメリカのラ・サール大学に、非常に興味を持ったのです。

しかしその後、世界中がコロナ禍に入ってしまい、話が進展したのは、息子が高校 1 年になった 2021 年

でした。

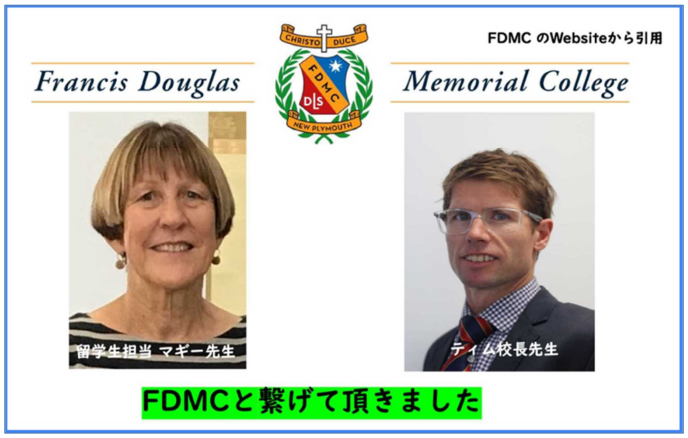
担任の細谷先生に「コロナ禍ですけれど、あの話はまだ生きてますか？」と伺いましたところ「フェルミン先生がその担当なので、フェルミン先生と面談する場を作りましょう」と言っていただいたのです。

フェルミン先生にお会いすると「あの話は生きています」ということでした。

そして「ラ・サール大学進学云々の前に、英語力アップと海外生活体験を兼ねて、まず、ニュージーランドのラ・サール学校でショート・ステイをしてみたらどうですか？」とご提案いただきました。

フェルミン先生は「所謂、なんちゃって留学は意味がないです。**一人で、日本人が誰もいない学校へ行って、寮生活を体験してきなさい！**」とおっしゃり、「母の会だより」に寄稿された（ご子息がニュージーランドのラ・サール学校でショート・ステイを経験された）加藤さんをご紹介いただきました。

そういう次第で、加藤さんとフェルミン先生のお陰で、直ぐに、本当にFDMCと繋がりました。



この左の写真は留学生担当のマギー先生、右は校長のティム先生です。先生方には、準備から帰国まで、メールや電話で大変親身になってサポートしていただきました。

FDMCはニュージーランドの北島（きたじま）、ニュープリマスという街にあります。街にはタラナキ山という、富士山に非常によく似た美しい山があります。海岸沿いの街なので、休日は、山と海の両方のレジャーを楽しめます。

FDMCは函館ラ・サールと共通点が３つあります。一つ目は中高一貫校であること。二つ目は男子校であること。もう一つは寮生と自宅生の両方がいることです。

寮は函館ラ・サール高校寮の四人部屋と似ています。写真にあります様に、洗濯は洗濯室でやってくださり、ロッカーに綺麗に畳んで届けていただけます。函館ラ・サール寮と同様、至れり尽くせりです。

義務自習の時間も、函館ラ・サール寮と同様にあります。

学校は非常に広いです。

敷地の中には校舎と寮の他、50ｍプール、そして広大なグランド、ラグビー場に、家畜がいる農場まであります。

食事は一日４食で、午前中にホットドックなどの

軽食が出ます。息子はこれをとても喜んでおりました。

その他特筆すべきは、ラグビー部が非常に強い事で、あのオール・ブラックスのメンバーを、多数、輩出しているそうです。

息子が留学すると、すぐにマオリ族の民族舞踊であるハカをまじえた大歓迎会を開催して頂きました。
注）ニュージーランドの学校には、学校毎、独自のハカがあるそうです。

息子が体験したアクティビティの写真です。

寮では自習がもちろん中心ですが、ゲームをしたり、写真の様に合唱大会もあります。

寮生は全員、金曜の夜から日曜の夜までは自宅に帰るというスタイルを採っており、息子も週末は、友達のお宅にホームステイさせていただきました。

息子がお邪魔したお宅は、牧場を経営されているお宅で、ここで、生まれて初めて牧場体験をさせて頂きました。

海ではサーフィンを初体験。課外活動では大好きなサッカー部に入れていただき、放課後の練習だけでなく、他のチームとの試合にも出させていただいたそうです。

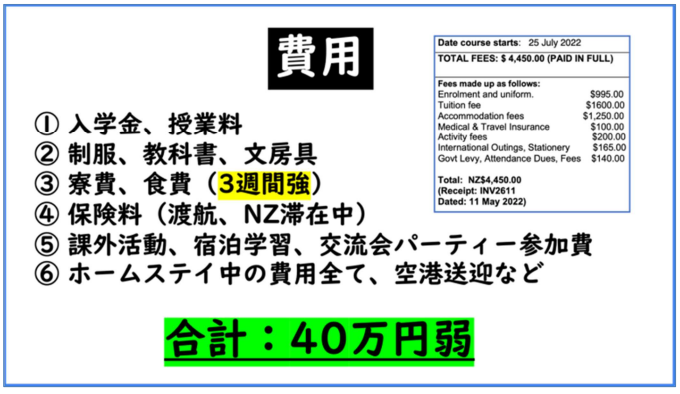
息子の勉強中の写真が、何故か１枚もないので、これは昨年行かれた村瀬さんからお借りした授業中の写真ですが、みなさんと同じ制服を着て授業を受けます。

ちなみに息子は英語のレベルの関係で、一年下の学年に入れていただきました。

林業体験もあり、木を伐採するところから材木に加工するところまでを、見学したそうです。

最も衝撃的だった体験は、宿泊学習だったと言っておりました。宿泊学習の内容はサバイバル訓練であり、写真に写っている、息子を含めた６人と犬一匹が、コンパスと地図だけを頼りに、目的地を目指し５時間かけて川を渡り、藪の中を突き進んで行ったそうです。「川の中で靴が脱げてどっかに行ってしまい、体もドロドロになった。こんな体験は二度と御免だ！（笑）」と言っておりました。

３週間強、およそ４週間の間に、様々な体験をさせていただいたのですが、ラ・サール・ファミリーの恩恵で、学費から制服、文房具、教科書まで、すべて含めて 40 万円かかりませんでした。



注）当時の為替レートは 1NZ ドル=80 円でした。

FDMC への道を最初に体験されたのは、先に申しあげました加藤さんのご子息の周さんです。私ども、

加藤さんご一家には、たくさん背中を押していただきました。

コロナ禍の後、函館ラ・サールから毎年 2~3 名の生徒が、FDMC で同様の貴重な体験をされていると伺っております。

2．マンハッタン・ユニバーシティ進学

息子は FDMC の体験から、いよいよ海外で勉強したいと考える様になり、ラ・サールの大学であるマンハッタン・ユニバーシティに進学を決めました。

函館ラ・サールの卒業生として、返済無用のスカラシップをいただきましたので、親は（経済的には）東京で一人暮らしをしながら理系の私立大学に進学したのと同じ感覚でおります。

マンハッタン大学はアメリカに 6 つあるラ・サールの大学の 1 つです。

大学はマンハッタン島の北端に位置しています。このスライドに写っているのが、すべてマンハッタン・ユニバーシティです。

左側にある線路はマンハッタン島を南北に走っている 1 系統の地下鉄の線路で、大学は 1 系統の北側終着駅にあります。JFK 国際空港から車で 40 分であり、羽田を飛び立ってから寮に入るまで 14 時間です。

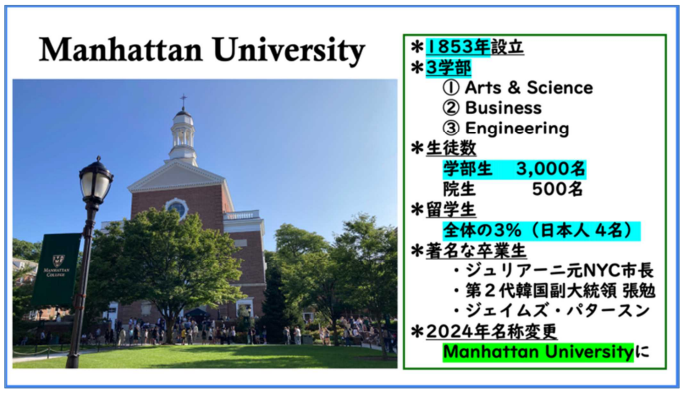
ちょっと無理があるかもしれませんが、私の家が山形で、函館ラ・サールまで片道 6 時間ですので、私ないし主人が山形から函館ラ・サールに行って帰ってくる時間ほどで、日本からマンハッタン・ユニバーシティに着くという事になります。

大学からセントラル・パークは地下鉄で 25 分くらいの距離です。

大学は 1853 年に設立され、アーツ＆サイエンス、ビジネス、エンジニアリングの 3 学部から成っています。学生数が 3,000 人、院生が 500 名と、こじんまりとした小規模大学です。留学生は全体の 3%、約 100 名で、日本からの留学生は 4 名と聞いています。

著名な卒業生には 9.11（2001 年のグラウンド・ゼロ）当時のニューヨーク市長、ジュリアーニさんや、第二代韓国副大統領の張勉さん、作家のジェームス・パターソンさんなどがいます。

息子が入寮した時はマンハッタン・カレッジという名前でしたが、入学時にマンハッタン・ユニバーシティに名称が変わりました。

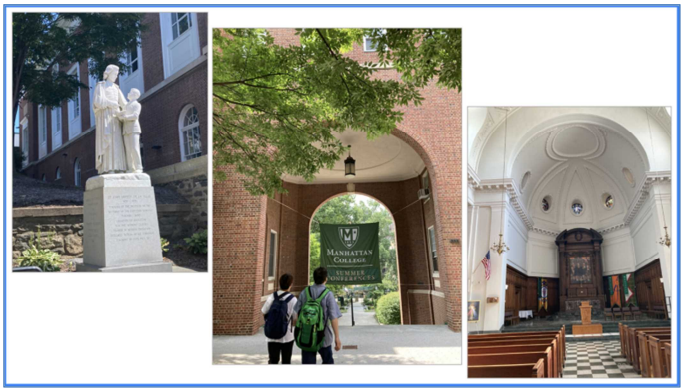


大学の様子です。左がスクール・オブ・ビジネスの建物、右が入学式の写真です。

入学式はカジュアルな雰囲気で行われ、私は、随分と日本とは違うなぁと感じました。

次のスライドの左は、学校にある聖ラ・サール像。真中は息子が初めて大学を訪れた際のスナップです。この日、偶然出会った大学の先生は、なんとフェルミン先生のお友達でした。ラ・サールの繋がりを実感し、感謝した瞬間でした。

右側の写真は聖堂の内部です。聖堂の中心には聖ラ・サールの絵が掲げられ、それを囲む様に、左からアーツ＆サイエンスの旗、ビジネスの旗、エンジニアリングの旗が掲げられています。



次のスライドの左はエンジニアリングの、右は息子が学んでいるスクール・オブ・ビジネスの、建物内部の写真です。

建物の外観は、非常に歴史がある古い感じがするのですが、内部はリノベーションされていて、現代的な設備が整っています。

学生生活について紹介します。４人部屋です。１年生は全員、４人部屋で寮生活をおくります。息子はニューヨーカーと同室で、言葉と文化の壁に苦しんだと言っておりました。

下の写真は２年生寮です。２年生になると二人部屋か個室を選べます。息子は個室を選びました。食事は学食でとります。学費に１日３食のミールプランが含まれているので食事の心配はありません。学内にはスターバックスもあります。

留学生は右下の国旗の国々から来ています。

生徒の 93%が返済無用の奨学金を受けています。奨学金の平均額は年間３万５千ドルです。学生一人一人にアカデミック・アドバイザーが付き、履修科目の選定から躓いた科目のサポートまで行ないます。加えて、院生からのチューター学習サポートがあります。

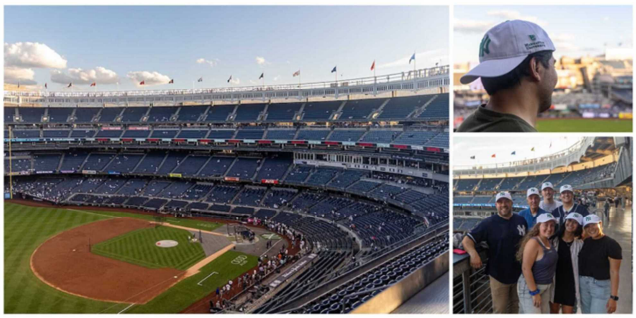
これらのおかげで、息子は最初の１年を、苦しみながらなんとか乗り越え、今は、楽しいと感じられる様になったと言っております。

１クラスは 18 人から 20 人。教職者と生徒の比率は 1:12 です。３年生以上になると、OB がニューヨークの企業に多数いるため、それらの企業でインターンシップをおくる事ができます。

ニューヨークらしい娯楽としてはヤンキースの観戦、ブロードウェイの観劇（大学はブロードウェイ沿いにあります）があります。

このスライドにあるのは、息子が一番気にいっている大学のイベントです。大学とヤンキースはコラボレーションしており、年に数回、ヤンキースが大学の学生を招いてくれます。学生は大学から直行バ

スでヤンキースタジアムまで大移動して観戦するそうです。



写真で、本日わたくしの隣に立っている夫が被っているヤンキース・キャップは、息子が１年の時にヤンキースと大学がコラボで作ったもので、観戦時にプレゼントされました。その下の写真で皆さんがかぶっているのも、そのキャップです。

ホットドックとポップコーンを食べながら格安価格でゲームを観戦し、皆でヤンキースを応援するという素敵なイベントだったそうです。

３．ラ・サール・ホームでのボランティア活動

最後に盛岡支部のラ・サール・ホームお掃除ボランティアについて紹介させていただきます。

ラ・サール・ホームは、ご存知の方もいらっしゃると思いますが、東仙台駅近くの小高い丘の上にあります。

編集者注）1981 年 11 月にラ•サール会が発刊した「道のり － 日本ラ•サール会略史」にラ•サール•ホーム設立の経緯が書かれています。下記はその冊子からの抜粋です。

戦争の荒廃からの立直りは日本政府の大きな課題であったが、その中の一つに浮浪児、戦災孤児対策があった。当時日本国内には戦争で家族を失った子供たち十数万人が救済の手を待っていた。しかし政府の取組が余り進まないため、**GHQ は本国からフラナガン神父を呼び**よせ、浮浪児対策の進捗を計画。1947 年 4 月、同師の来日となったのである。

フラナガン師は（中略）日本の各地で講演や指導を行い、日本の児童福祉の再建に一つの大きな指針を与えることになった。

このような状況の中で、**各地で、既存の子供の施設の補強やあるいは新設の計画などが生まれるようになった。**

そして**宮城県でも県当局からラ•サール会**（当時、ラ•サール会は仙台にありました）**への申し入れがあり、養護施設の設置がきまったのである。**

（中略）施設については種々検討された結果、建物及び事業費は宮城県が負担し、児童の生活と世話と指導はラ•サール会が行うということに決まったのである。

このことが新聞その他で知らされると、**一般市民の大きな関心をよび、寄附を申し出る人や、該当に立って募金をする人など、多方面からの協力があった。**

また当時仙台に駐とんしていた米軍の中に、アメリカのラ•サール会経営のマンハッタン大学とセントルイス大学を卒業した二人の将校がおり、この二人が献身的に動いてくれたことも大きな力となった。

そしてこの年（1947 年）の 12 月 26 日、開所の運びとなった。

ラ•サール会は翌年（1948 年）の３月に県有財産であった園舎の払下をうけ、**光が丘天使園**は、ラ•サール会の所有となり、措置費の弁済のみを受けることになった。

ラ・サール・ホームは大きく清楚な施設であり、建物は函館ラ・サールの高校寮とほぼ同じ大きさと思っていただければよいかと思います。

③盛岡支部ラ・サールホームお掃除ボランティア

広い体育館、食堂があり、中庭には人工芝が敷き詰められています。グランドもあります。

掃除ボランティアでは、建物内の掃除機、モップ、雑巾掛けの他、秋には落葉掃きをしております。

ラ・サール・ホームのお掃除ボランティアの歴史ですが、30 年前、PTA 盛岡支部（岩手班、秋田班と仙台班（宮城県、山形県と福島県））の保護者の発案により始まりました。

当初は月２回、10 名から 15 名の方が、水曜日の午前中の子供たちが不在の時間に、ボランティア活動を行っておりました。

その後、2011 年の東北大震災で被災された世帯の方々がおられましたが、それでも年間 15 回程、毎回 10 名ほど参加しての活動を継続していました。

ところが 2020 年、コロナ禍となり、宮城、山形、福島から成る仙台班以外の方々の参加が困難となりました。

加えて母校の生徒数減少に伴い、仙台班に属する世帯数が激減してしまい、数名しか来られないという状態になり、回数も年３回に縮小せざるを得なくなりました。

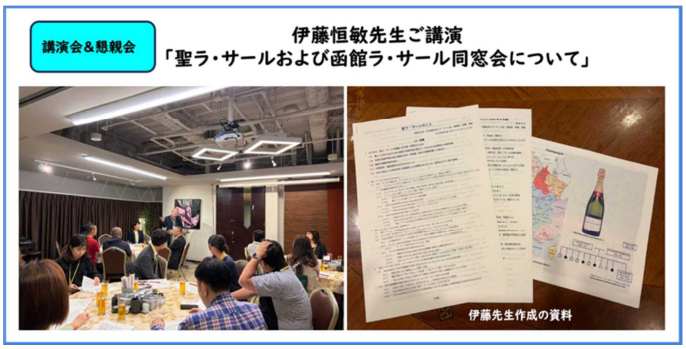
このままではお掃除ボランティアが続かなくなってしまうという危機感を覚え、皆で相談の上、昨年より合同ボランティアを行う事にしたのです。

合同ボランティアの「合同」の意味ですが、他の支部の保護者方々、卒業生、卒業生の保護者の方々に「一緒に交流を楽しみながら掃除をして奉仕しましょう！」と呼びかけて行うという形の活動です。

これが、昨年度の第一回合同ボランティアの様子です。左上の写真に写っている、同窓会東京支部の富樫雄一支部長さんにも、尽力いただきました。

今年度の合同ボランティアでは、前日に、ラ・サール・ホームの理事長に就任された函館ラ・サール６期の伊藤恒敏先生の講演会を行い、翌日にホームのお掃除をして、ラ・サール・ホームをピカピカにしてきました。前日の楽しい懇親会は夜２時まで続きました。

左は今年の懇親会の写真です。同窓会本部会長の森俊雅さんにも参加もいただきました。右は掃除活動後の写真です。



今後も、年一回程度の合同ボランティアを予定しています。

合同ボランティアとは別に、年２回は、従来通り、仙台班保護者中心のお掃除ボランティアも行います。今年度の通常ボランティアは、12 月 18 日（金）と 2027 年２月 17 日（水）の午前中です。12 月 18 日はホーム・クリスマス会前日であり、大掃除を予定しています。

通常ボランティア、合同ボランティア問わず、参加ご希望の方は次のフォームからご連絡ください。

https://forms.gle/fQGycwPmyNNhqPE68

今日は、お聴きいただきありがとうございました。

「心臓血管外科医のお仕事」～30 年の経験と第 2の人生～

2025/6/21(土) 日本プレスセンター レストラン アラスカ

25 期 尾崎 公彦

実行委員会からの東京支部同窓会で講演を行っていただけませんかという問い合わせに、手を挙げてはみたのですが、今までの基調講演の題を見たところと、ちょっと、私には手がでない感じがしましので、今日は、皆様に居酒屋で飲みながらという感じで聞いていただければと思っております。

私が勤めている所は、東京都小平市にあります公立昭和病院というところで、病床数が 512 床で感染床病棟もあります。高度救急医療センターを担っている地域の病院です。場所は、多摩地区の丁度、真中あたりにあります。公立病院ですので、当初は、武蔵村山市など 8 つの市の補助を受けておりましたが、現在は 7 市の補助を受けております。交通の便としては、西武新宿線と池袋線があり、JR 中央線の北側に位置しており、いろいろな患者さんが来られます。

私は(函館ラ・サールを)卒業してから、ほぼずっと川越に住んでおりまして、朝 5 時半、ないし 6 時くらいにカミさんに起こされて、朝ご飯を食べ、ドア・ツー・ドアで一時間位かけて病院に毎日通勤しております。

小平という駅で降りまして、そこから自転車道があるのですが、そこを 20 分くらい、行きも帰りも歩いて通勤しております。今は丁度、紫陽花がきれいな時期です。

公立昭和病院は、昭和 3 年にできた病院ですが、この時期にできた大きな病院は大体、感染症の病棟があります。その為、隔離という観点から、街からちょっと離れたところ、西武新宿線の小平駅と花小金井駅の丁度真中にあります。

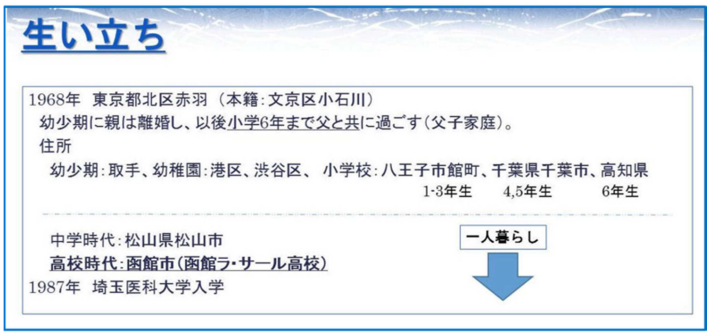
他にも幾つか、感染症の病棟、結核の病棟がある病院が、この辺り(図の地図を指して)にはあります。

いろいろ増改築が行なわれながら、今も運営されているのですけれど、一般の市中の病院と違って、多くの、ほぼ全ての科があります。感染症病棟もあり、新型コロナの頃、私はあまり関係ありませんでしたが、感染症の人たちは大変でした。

心臓血管外科は 4 人でやっており、私、函館ラ・サールの 25 期ですが、今、副部長をさせていただいています。7~8 年前に 46 期の函館ラ・サールの後輩、阪大から岡田くんが循環器内科に入ってきました。心臓血管外科は循環器内科と同じ病棟であり、毎日、彼と顔を合わせてまして、時々、患者さんの担当引き継ぎをやることもあります。まっ、先輩後輩で仲良くやっております。

多くの施設では、心臓外科と血管外科は分かれているのですが、うちの病院ではすべて当科が診ていますので、以前から、一週間の中で、心臓の手術、胸部大血管の手術をし、お腹の動脈瘤の手術、末梢血管の手術もするという具合で、私にとっては、非常に症例に恵まれた環境です。

私は、そもそもは東京都の生まれなのですが、幼少期、いろいろな所に行きました。八王子、千葉に行ったり、小学 6 年の頃は高知県。中学校で松山に来た後が高校受験で、愛光学園という学校を受験したんですが、いろいろありまして(笑)函館ラ・サールに入って、今があるということです。1987 年の函館を卒業後、埼玉医科大学に入りました。



自分の高校時代ですが、楽しかったです。初めて北海道の地を踏み、雪を見たのは、幼少期に 1 回スキーに行った事があって、其の時見ていたのかもしれませんが、1 年生の時に、同級生にスキー場に誘われまして、スキーをやった事がないと言っているのに、「ついてこい!」と言われました。死ぬ思いでした(笑)が、そのおかげで、今、スキーがうまくなったのかなと思っています。

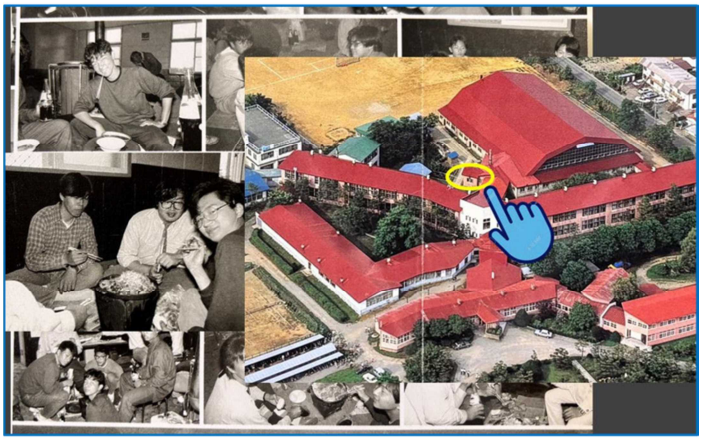
そういうことを含めて高校時代を振り返りますと、雪中運動会ですとか、ラ・サール・フェスティバル、ミス・ラ・サールなんていうのは、衝撃的でした(笑)。これ(スライド)は、その時に作ったテレフォン・カードと生徒手帳です。

生徒手帳の裏の方に紙が入っており、周囲の女子高、遺愛、白百合、大妻の生徒の電話番号かな。写真かな・・・と思いながら、ちゃんと見たら、遅刻した時に書かされる入室許可書でした(笑)。

その時の恩師ですが、1 年生の時は遊佐先生、2 年生の時は東郷先生、そして医者への道筋をつけてくれたのが及川先生です。大変、感謝しております。

ここで余談、と言うか、私の話は余談だらけですが、学校の中でジンギスカンをやったことがあったなぁと。

で、その場所はここ（体育館と寮に繋がる校舎との間にある庭）なのかなぁ‥と思っています‥‥。が、この話は懇親会でのネタにしましょう。



大学卒業後は、そのまま埼玉医科大学の第一外科に入りました。私が入った第一外科は、今ではそれに相当するのはないと思いますが、総合的であり、心臓血管外科はあるし乳腺、消化器血管外科など、頭と小児血管以外は、ほぼ全部やっている医局で、ローテーションで、いろんなところを経験させていただきまして、それが、今の自分に繋がっていると思っています。

その後、普通は大学院に行くと、一旦、臨床から離れるのですが、私の場合は臨床をやりながらでした。昼間、動物実験をしながら、夕方、大学院から戻ると、入院患者さんが 4~5 人いらして、そのまま当直して次の日、手術に入ると。

そういう事をやっておりました。

そして入局して医者になって 5 年目の時に、心臓血管外科にまわり‥‥、と言いますか、ローテーションで回っているのですが、チーフをやれということを言われました。

その当時、アメリカから入ってきたチーフ制度を、教授たちが採り入れ、そのチーフになったのですが、病棟全部の病気を全部把握して、レジデントのトップとして組織を管理するという事を、5 年目でやることになりました。

これは人材が乏しかったということであって、別に私の能力があったということではありませんが、それはさておき、今に至る、すごいいい経験になったと思っています。

其の当時、私は全然、知らなかったのですが、埼玉医科大学の心臓外科は日本の 5 番目から 10 番目くらいに入る症例数、300 例から 350 例位の症例を、毎年行っている大学でした。

私、最初は消化器外科医になろうと思っていたのですが、心臓血管外科の経験が多くなり、2002 年に、現在、勤めている公立昭和病院の心臓血管外科に移り、そこで今もずっと働いております。

それから、いろいろな専門をとり、修練指導医の資格も幾つかとってやっております。

履歴

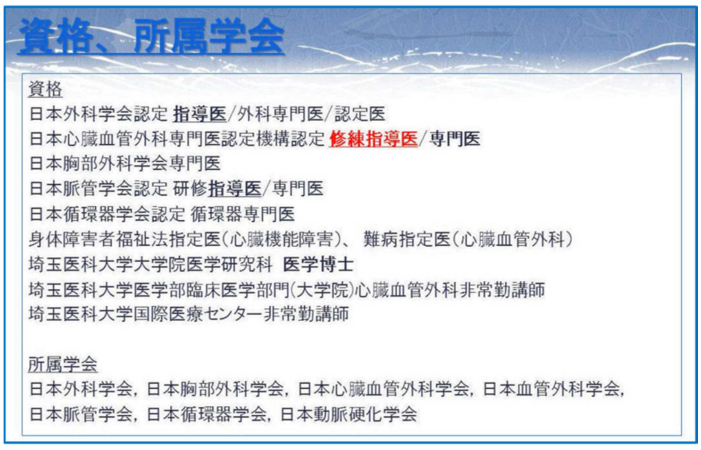
卒後、大学院へ進学とともに“埼玉医科大学 第一外科学教室“へ入局。
毎週動物実験をしつつ、臨床にも追われる毎日。
毎朝6:30～回診、その後カンファレンス、手術または病棟管理。
2001年3月 博士号(学位)取得
2000年7月－2002年6月 心臓血管外科チーフレジデント(年間約350例、全国5位)
（先天性心疾患～成人心臓手術，補助人工心臓，ステントグラフト移植術を経験）

2002年7月 公立昭和病院 心臓血管外科(関連病院：sitz)
2007年8月 公立昭和病院 心臓血管外科 医長
2019年 公立昭和病院 心臓血管外科 副部長
現在に至る

心臓血管外科医の専門医になるのは、かなり大変です。最初は外科の専門医になる必要があり、それから心臓血管専門医になるには、論文を書いて、10 個の異なる手術を行わなければなりません。

外科の専門医になるには、今は 3 年ですが、昔は 5 年位で 350 例の症例を経験しなければならず、そうして外科の専門医にならなければ、心臓血管外科の専門医になる試験は受けられません。

心臓血管外科の専門医になってからは、難易度が上がり、論文を書いて、やっと心臓血管外科専門医の修練指導医という事になります。ここまで大変でした。



心臓血管外科医の仕事の話に移ります。

手術が日本でどの位行われているかと言いますと、直近のレポートではありませんが、2~3 年前の胸部外科の 1 年間のレポートがインターネットに出ていまして、それに拠りますと、日本では年間 6 万件。

その内 1万件は先天性疾患の手術であり、その専門医が行ないますから、それを除く 5 万件が、日本で 1 年に行われている心臓血管の手術ということになります。

日本の人口、1億 2 千 3 百 80 万人の 5 万人ですから、だいたい 2,500 人に1人、4%位が心臓血管の手術を受けています。東京の人口は 1 千万人ですから 4,000 人位になります。

私は 1 年に 40 件前後、心臓血管の手術をしています。現在、心臓血管外科の専門医は 2,600 人ほどで、その中には手術を行っていない人も含まれるのですが、単純計算で 1 年間に1人の心臓血管外科の専門医が手術できる数は 10 人位になります。心臓血管外科医として、経験（術数）を増やすというのは非常に困難なんです。

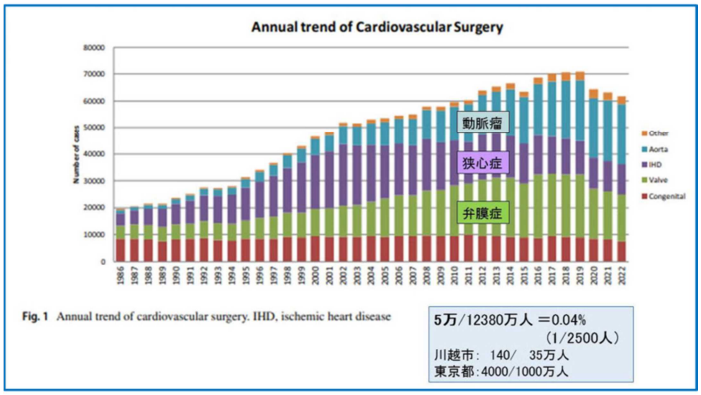


Fig. 1 Annual trend of cardiovascular surgery. IHD, ischemic heart disease

それに加えて、今であれば、たぶん病院が罰されると思うのですが、以前、医師の勤務形態は異常でした。

私の場合、以前は 2 日に一遍は当直をしており、1 日家に帰らないと 3 日連続で勤務するということになっていました。

そういう勤務状況の中、私は心臓血管を含め、広く手術の術者や前立ち（手伝い）を指名されてやっていましたので、ほぼ毎日、手術がありました。成人の大動脈の次の日は、小児の先天性心疾患の手術（子供や 3kg ほどの新生児）の手術をし、その次の日は別の手術の手伝いという具合です。

日々、極端な言い方をするならば、何が何だかわからなくなる寸前まで手術をやっていたのです。

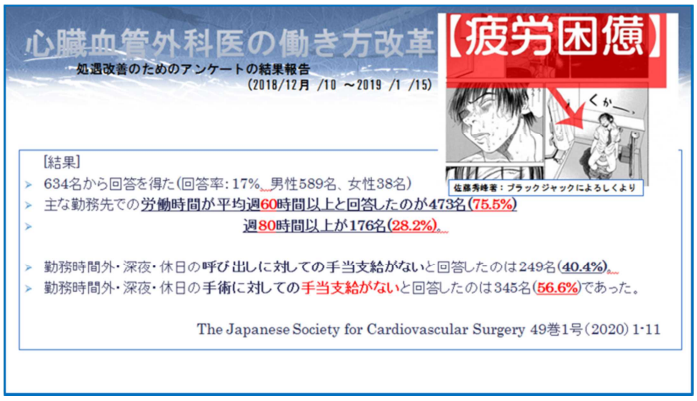
こんなことは、今の時代では経験できません。

医師として働き始めた 1 年目は虫垂炎の手術を任されました。その後 4 年目に、胃の手術、胆石症の手術をやりまして、心臓血管外科医としての最初の手術は 5 年目位。

最初にやるのは、だいたい心房中隔欠損症です。この手術は小学校に入る前の子供に対して行います。

この年頃よりも年下の子供に対する手術であると難しく、やる場合はベテランが担当するので、心臓血管外科医としての最初の手術は、小学校に入る前の夏休みにやることが多いのです。

その後、大人の心臓弁膜症の手術をやらさせていただいき、私の場合、関連病院に出た後、心臓の冠動脈バイパス手術。そして 14 年目に、一番難しいとされている部類の手術をやらせていただいています。そして、他の病院に出てからは、いろんな部位の手術を、ほぼ毎日のようにやらさせていただいたことを、有り難く思っています。



働き方改革ということが言われていますが、心臓血管領域では、それが及ばない状況です。

そういうことが言われる前に採られたアンケートがあるのですが、働き方改革が進まないのは、病院の滞在時間が長い事にあります。

その原因ですが、心臓血管外科の一番の問題は、少ない数の手術をやっている病院が多いというところにあります。手術が可能な病院（箱）は多いけれど、各々の施設にいる専門医の数は少ないのです。よって、集中治療室での術後管理について、専門医がそのままあたるので、どうしても労働時間が長くなります。

時間外の手術であっても、「支給手当は無い」と言われるというケースが、アンケートから見るに半数以上であり、これらが働き方改革を進める上でボトルネックになっています。

勤務医全体の週あたりの平均労働時間が、2013 年の日本病院会のアンケート調査によれば 52.4 時間であるのに対し、心臓血管外科医の週あたりの平均労働時間、これは日本血管外科学会の newsletter に寄稿された記事中に 634 名から回答があったアンケートの結果として報告されているのですが、68.8 時間と長いのです。

「1か月に換算すると約 115 時間であり、過労死の法的基準を遥かに超えた時間」とされています。

先程言いました、集中治療室での術後の管理を、その専

門医が担当しているのは、アンケートにありますが、ほんの25%程度。アンケートは複数回答なので数が正確には合っていませんが、8割は手術をした心臓血管外科医がそのまま集中治療室での術後の管理にあたっているということです。

私の実例でお話ししましょう。7時半に出勤して9時に入室して手術を行った後、そのまま集中治療室で管理をして、継続して当直。そして、集中治療室で管理の引継などをしながら、そのまま次の日の日常業務に入っていきました。この結果、最短でも33時間は連続勤務ということになりました。心臓血管外科医は、今でもこれと似た様な状況ではないのかなと思っています。

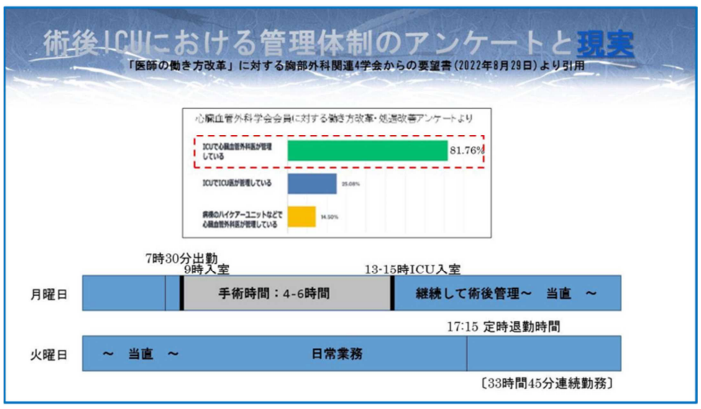
大学病院の先生たちであると、彼等は研究もしなければなりませんが、その研究に当てられる時間が、助教授などの方で5時間以下という人が半分いる。業務も長く、給与が安いので、外勤せざるを得ず、なかなか研究の時間を作る事が出来ない。彼等はそういう状況にあるということが、アンケートから言えると思います。

そこで、最近、看護師で医者の仕事が、ある程度できる、ナース・プラクティショナーという制度の導入を日本でも検討されており、採血よりももう一歩踏み込んだ施手を、看護師ができるという様になってきているのですが、アメリカでは1960年代にできているのです。

日本では2008年に、養成する大学院が出来ましたが、日本は保守的な人が多く、今の役割分担から離れられず、何かあった時の責任はどうするのかなどの意見があって、なかなか進まない。

折角、ナース・プラクティショナーを養成する機関はでき、そこで研修をしてきたのに、なかなか、それを活用する機会がない。残念ながら、こういったことが広まっていくには、まだまだ時間がかかるのではないかなと思います。こういった状況を変えていくのはなかなか大変です。

余談ですが、「直美（チョクビ）」という用語があります。これは何かというと、私も若い人たちが言っているのを聞いて、ネットで調べたのですが、医師になってすぐに美容整形に入ることです。美容整形の手術については、システムがうまくできていて、医師になって1年目から高収入が得られる。しかし直美が増えると、研究職の医師、大学の講師でも平均年収が860万円ですから、成り手がいなくなってきます。そうすると、働き方改革がうまくいかず、病院に残って多忙を極める医師の中から、メンタルがやられ、過労死する人、自殺する人が出てくる。



「仕事より命」と言いますが、日本人にはむずかしいのじゃないかと思います。たとえば「仕事より命です。目を覚ましてください！」と言ったところで駄目です。上司がいい人で、部下の顔を見て「お前、ちょっと顔色悪いぞ。」と言って、気を使って帰してあげなかったら、進みません。

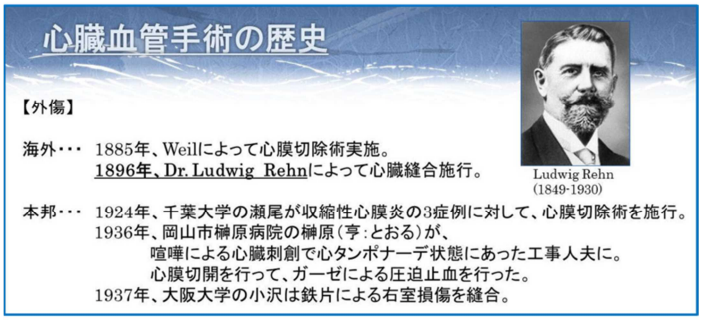
海外でどうかと言うと、極端な場合、暴動になるんです。日本では、なかなかこうなりませんから、働き方改革には時間がかかると思うのです。

話を元に戻しましょう。心臓結果外科医の歴史はほんの60年から70年で、初めての心臓の手術は、心臓を縫ったという手術なんですが1896年です。

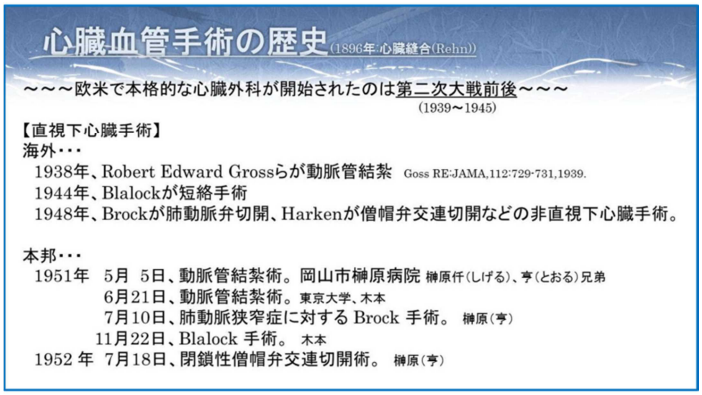
行われたのは、心臓を止めずに縫った手術で、日本では1936年に岡山の榊原病院の先生がされた施術があります。

心臓のまわりに血液が溜まってくると、心臓が動けなくなって止まってしまうんです。これを心タンポナーデと言うんですが、そこを押さえて止血したのです。これを厳密に心臓手術と言っていいのかどうか議論はありますが、心臓に到達した手術ということで記録がされています。

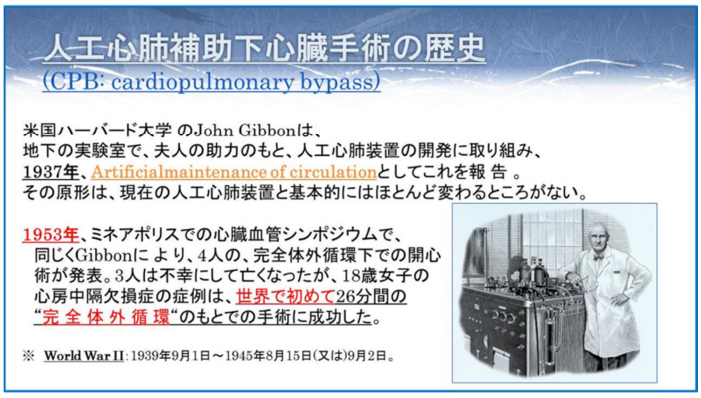
心臓を止めて行う手術はもっと後なんです。



心臓血管外科の手術の歴史は、何を置いても低体温における人工心肺を置いては語れません。人工心肺の歴史は1950年代に始まり、それからいろいろな手術が行われて来ました。



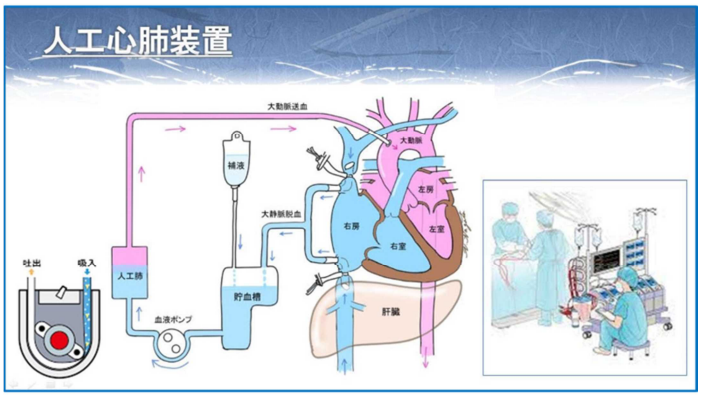
弁膜症、心臓に穴をあけて砕いて来るという手術をやったのは1948年頃なんですが、心臓に穴をあけて弁の手術をするなんて言う事は、以前であればなかなか受け入れられなかったと思います。手術が行われる様になったのは、第二次世界大戦以降です。



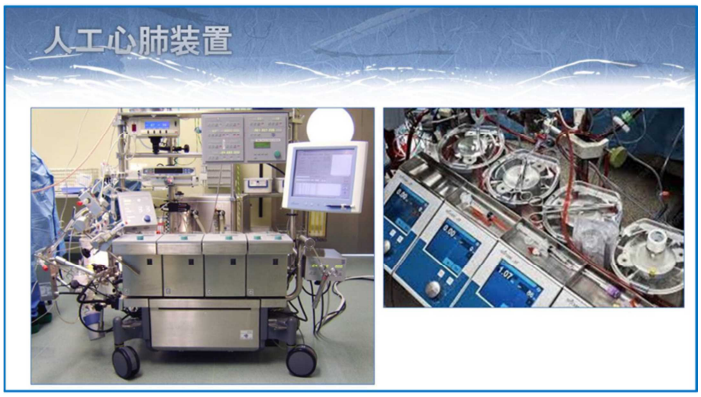
日本で心臓血管外科の手術が行われたのは 1955 年で、世界ではその前に 1953 年に低体温で大動脈の血流を止めるという事が行われたのですが、氷の中に人体を入れて、低体温にして手術をしたということで、画像が残っています。

人工心肺装置は、心臓に静脈を通って帰って来る血液を、心臓の右側で回収して、それを受けた人工心肺が勢いをつけて動脈に返すと言う方法で、当初、何人か亡くしました。私は、何人かの先生に伺ったのですが、本当に難しい手術であり、そういう事を経て確立していった、そういう手術です。

人工心肺装置は、今、申しあげた様に帰って来た血液を大動脈に返すのですが、ローラ•ポンプの働きに拠ります。チューブをローラで押して勢いをつけて、大動脈に返すのです。



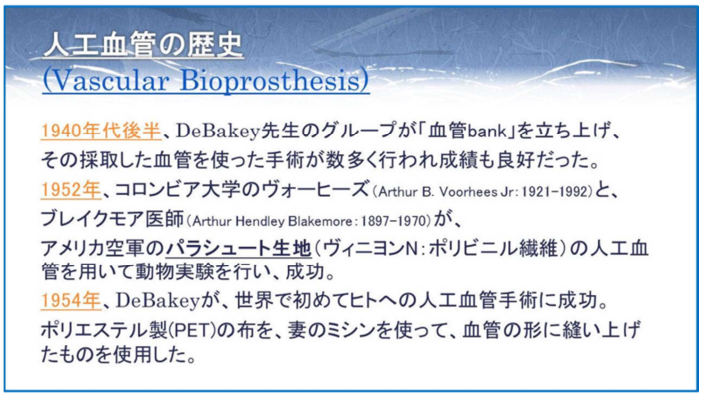
施術をする医師のすぐ後ろに、医療機器のエンジニアが居てくれて、人工心肺装置の動きを制御してくれます。これは電気で動いていますので、停電した場合、自家発電はありますが、それも駄目な場合には、手動で動かすことができる。そういった緊急対応もできる様になっています。



心臓の手術に使われる人工のものと言えば、まず人工弁がありますが、これにはいろんな歴史があって、変わってきています。機械弁と生体弁があり、機械弁は基本的にカーボン製であるのに対し、生体弁は豚の心臓の弁。但し、柔らかくて手術の際に扱いづらいので、形があるものに縫い付ける事により、手術の時に使い易い様にしています。牛の弁もあります。これは牛の心膜を弁の形にしています。現在、いろいろなメーカーが提供していますが、人工弁は基本的にこの 3 種類です。

人工弁を使う手術は、人工心肺をつけて、心臓を止めなければならず、施術にかかる費用がかかることもあり、現在では、心臓血管手術の半分は、カテーテル治療になって来ています。

次に人工血管です。人工血管は 1952 年にアメリカでパラシュートの生地を人工血管にして、動物実験で使ったのが最初です。それを少しきれいな形にした人工血管を 1954 年に DeBakey と言う、解離性大動脈瘤の型の名前にもなっている先生ですが、手術をおこない、少し変わってきてはいますが、今でもその人工血管、ポリエステル(PET)製で血管の形に縫い上げた人工血管が使われています。



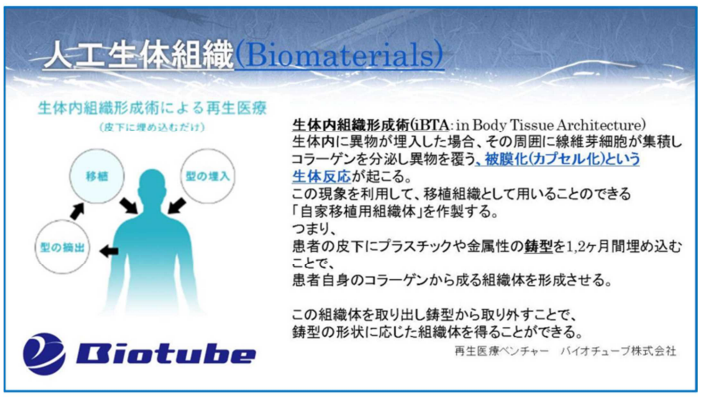
ほぼほぼ血管は、人工血管に変えることができるのですが、心臓のバイパス手術を行う部位に使う人工血管は細く、長さと面積に比例して抵抗が高くなるので、心臓血管施術に使う人工血管は、なかなか出て来ません。今後更に研究が進むと、組織工学(Tissue Engineering)、自分の細胞を体外で培養して、それを移植するという事が、次第に可能になってくると考えられます。

それから、身体の中に、めったにありませんが、異物が残ってしまうと、その部分を組織は覆うという生体機能があるのですが、それを利用して、身体の中に鋳型を入れておいて、そこで生体機能により形になったものを取り出して使うということも、応用がされています。

更に、ここからは IPS 細胞の話になりますが、自身の身体からとった細胞を、鋳型にいれて培養することで人工弁がで

きる様になると思います。

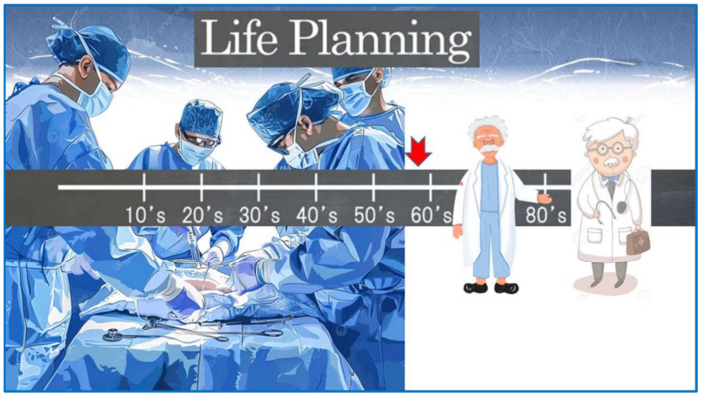
それから、今、行われている direct reprogramming というのは、どこの細胞でもよく、例えば肝細胞を IPS 細胞にせずに、途中で他の細胞に変えるという技術もできてきています。



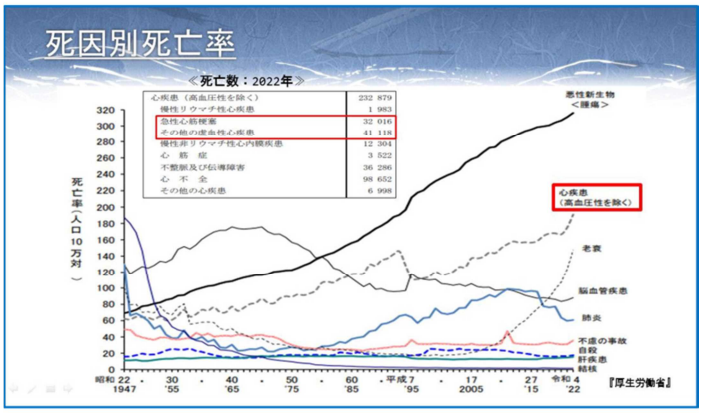
その内、自分の別の細胞から心臓ができる･･･なんてことができるかもしれませんし、弁に関しては、既に少しずつ行われてきています。まだまだ拒絶反応ですとか、合併症とか合併自体がうまくいかない部分がありますけれど、変わってきています。私は大学時代から、いろいろな先生、名のある先生に教えていただいてきまして、有り難いことだなぁと思っています。

（この後、具体的な症例の紹介などがありました）

私もそろそろメスを置かなければならない年令に近づいておりますので、これから何をやるか、いろいろ考え始めております。最後のその話をしたいと思います。



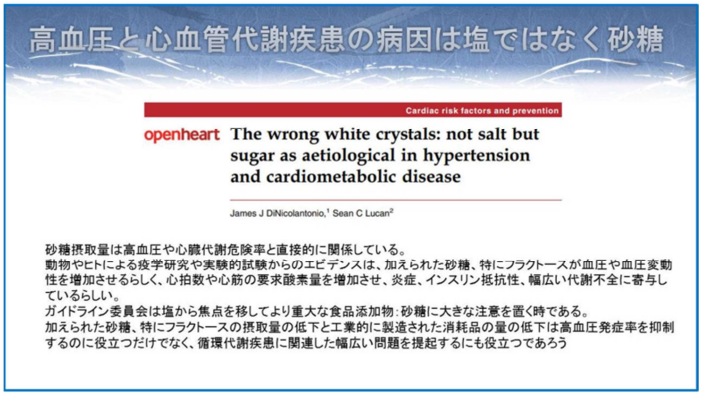
心臓の病気は、一見、重篤な病であるかの様に思う方々が多いと思うのですが、急性心筋梗塞、狭心症などが原因で亡くなる患者さんは、23 万人が亡くなった中で心臓疾患は５万人位ですから1/4 であり、それほど多くはないと言えるのではないかと私は思うのです。むしろ、脳血管疾患の方が多い。あと動脈瘤ですね。ですから脳血管疾患を少なくしていかなければならないのではないかと思います。



心臓疾患による死亡率は、上がっていますが、年齢別心疾患死亡率は、それ程上がっていないのです。海外と比較してみると、日本は食べ物のせいだと思いますが、かなり少ない。年齢別心疾患死亡率が一番高いのがウクライナ、3 番目がロシアなんです。これはどういう訳かと考えて見るに、ロシア人はウォッカを飲むことが関係しています。オックスフォード大学などの調査によると 0.5 リットルのウォッカを週 3 本以上飲むということなんです。

男性と女性の違いですが、女性の場合死亡率が男性の 2 倍という話があります。どうも、症状の出方が男性と女性では違う傾向があるみたいでして、たとえば、のどがちょっと痛いとか、食欲が最近ない、だるいという症状が出て、心疾患を疑わずにいて、診断が遅れて亡くなられる数が、男性より多いということかもしれません。

それから、自分が手術をしなくなってからのことを、カミさんと話す事があるのですが、その中で、**高血圧と血管代謝疾患の関係において、塩分より糖分というか、太りすぎに問題があるのじゃないか**と言われてきています。



皆さん、想像できないかもしれませんが、食べた物を砂糖に換算すると、気付かない内に大変なことになっている可能性がある。もうだいぶ前の話になりますが、ブラジルでマクドナルドの店長をしていた 32 歳の男性が、体重が 30 kg 増えたのは、マクドナルドのせいだとして訴訟を起こし、勝訴したという事件があり、それを受けてアメリカでは、テレビではマクドナルドのキャラクターを映さないという規制に繋がりました。

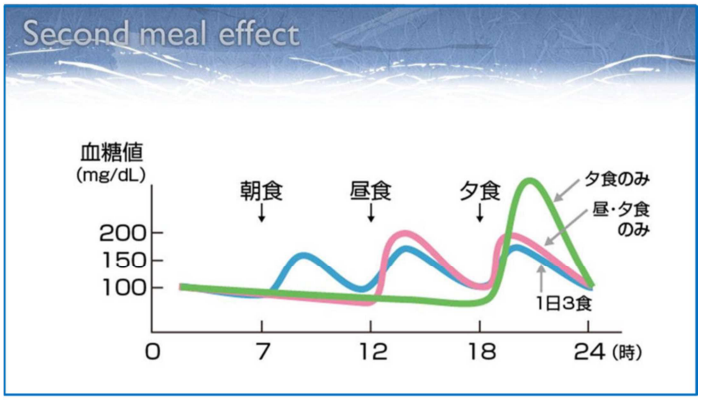
日本ではそこまで行かず、日本食がよくて肥満にならないという意見もありますが、向こうでは、食べる量が桁違いに多いことに起因するのじゃないかと思っています。

今、言われていることは、**食事をとると血糖値が上がり、おだやかに下がっていくという血糖スパイクの中で、3食きちっと食べて、血糖値の乱高下を無くすことが非常に重要**であるということです。

同じ量の炭水化物を食べるにしても、食物繊維が多く入っているものを食べた方が、血糖を上がらない様にすることができる。

それから、今まではカロリーを制限しましょうと提唱していましたが、最近出た論文、これは杏林大学の糖尿病センター長の方の論文を拝借していますが、**悪玉、善玉に関係なく総じてコレステロール、脂質を下げるという事は考えない方がいいという考え方になってきています。**

10年前の常識は、今の非常識なんです。



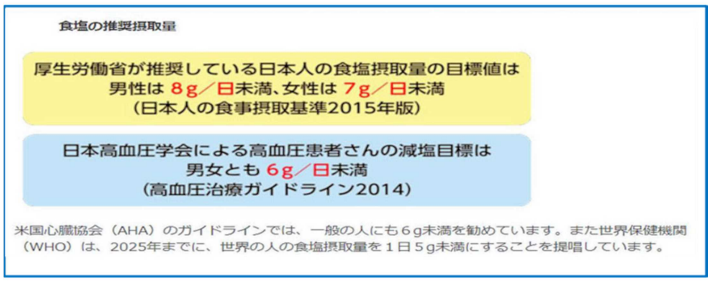
1984年のTIMEではバターと卵は控えましょうという論調だったのですが、2014年のTIMEでは、バター食べなさいに変わっているんです。どういうことかというと、**総じて、どの脂質であれ、減らしても動脈硬化は減らなかった**んです。

日本でもガン研のプロジェクトが、いろんなことをやっていて、同じことが言われています。

これは8万2千人を11年間にわたり追跡したデータでして、脳出血のリスク、これは油をとればとるほど下がっています。心筋梗塞はあまり差がないか、油を摂取した方が若干上がっていたのですが、**総じて1日150g程度、毎日牛乳一杯と、二日に一遍、更に150g程度の牛乳を採るくらいの油の摂取量がちょうどいい、病気のリスクが下げられるということ。全然、油の摂取量を下げる必要はない**のだということが、最近の知見になっています。

他方、**塩分については、高ければ高いほど、血圧が高くなるのはわかっています。日本人はだいぶ下がってきましたが、それでも海外に比べると倍近い摂取量**です。

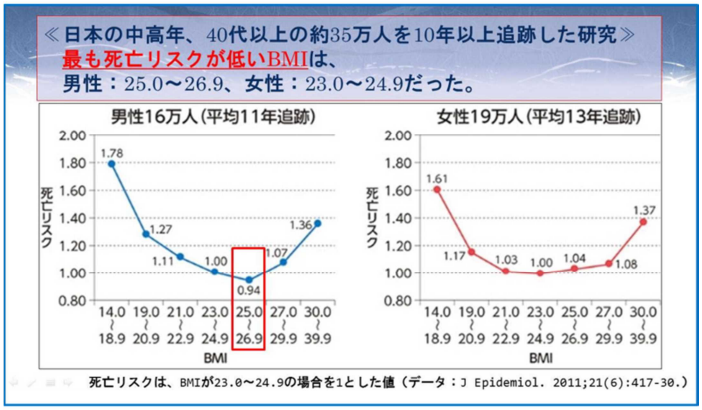
塩分をとればとるほど高血圧になり、塩分を少なくすれば血圧が下がっていきます。尚、日本では1日あたりの塩分摂取量を6gないし7gとしていますが、海外では5gで、日本の実際の摂取量は10gです。まだまだ下げなければならない。



で、どうやって実現するかですが、みんな一緒になってやらなければできない。塩味があるとおいしいですから、一社が塩分を下げた商品をだしても、売れなくなってしまう。

古いデータですが、海外、イギリスではかなり脳血管疾患が多いということから、塩分はパンに入っているので、多くのメーカーのパンに入っている塩分を、少しずつ下げたんです。で、みんなが塩分を、わからないように少しずつ下げたことにより、何年か後には、脳血管疾患が4割に減り、医療費も減ったのです。これを日本でできるのかということなんですが、地域ではやっている所があります。地域の弁当屋さん、仕出し屋さんなどがこぞって行うとできる。

あと、**身体に良くないのはコゲついたもの**です。**体重については、痩せすぎてもいけないし、太り過ぎてもいけない。適正な体重があります。ただ、現在の適正とされている体重は、私の身体を例にとると、痩せすぎ**だと思います。ちゃんとしたデータを基に体重管理をするのが大切です。

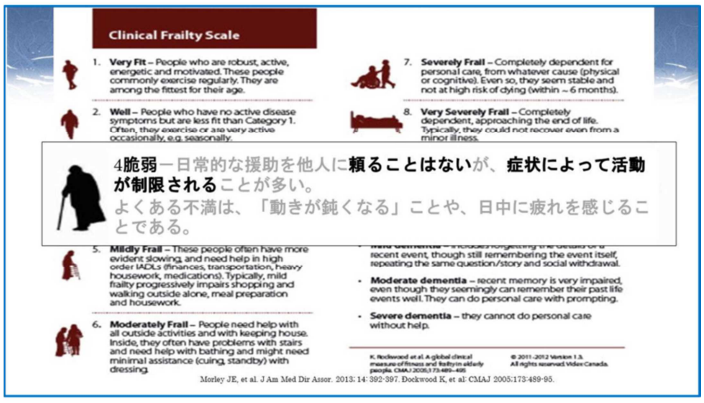


それから**昨今いわれているのは、体力が落ちる事**です。

Clinical Frailty（虚弱） Scaleと言う、患者さんがどの程度弱っているかという尺度（大きいほど良い）があるのですが、4という数字。これは日常的な援助を他人に頼ることはないが、症状によって活動が制限される事が多いという「虚弱」状態。

よくある、動きが鈍くなったなぁという感じです。これについては心臓の病気と関連していろいろ報告がでています。

1つの目安として、歩行速度。だいたい時速4kmで歩けるというのであればFrailty 4より多いです。私ども、初めて患者さんがいらした時に、機械を使用し、速度を上げてこれを調べ、年齢とFrailtyから、手術する事が妥当かどうか調べます。NDTAAA（非解離性胸部腹部大動脈瘤）という胸と一緒にやる手術でFrailtyが話題になった学会の記事があるのですが、Frailty 4で75歳以上の5年生存率が0%だったということが書かれています。



これらの経験から、本当に大事な治療がどこまで必要なのかという観点が重要と考えています。例えば消化器外科学会で、過去に於いては、食べられなくなった人には、一律に胃瘻（いろう）を薦めていましたが、最近ではよくお話をして、治療の方向性を決める様に変わってきています。

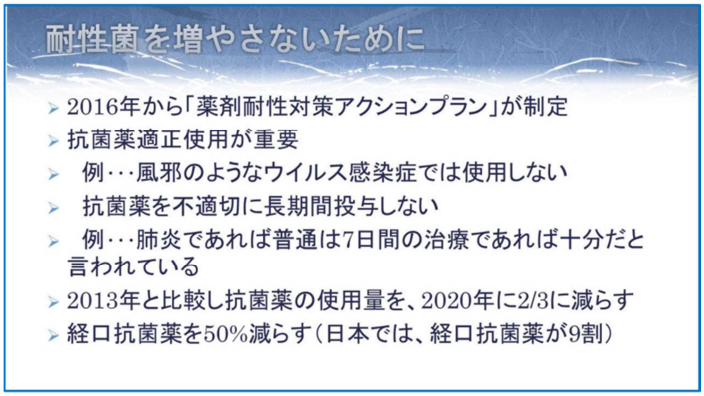
まずは病気にならない様に運動も大切ですし、私どもとしては、ちゃんと必要な医療をやろう、賢い選択をしようと考えています。

たとえば薬。入院されたときに、7 種類も 8 種類も薬を服用されていて、何の為にどの薬を服用しているのかがわからなくなっている場合が、往々にしてあります。で、手術の後は薬が 3 種類程度になることが珍しくありません。

入院している最中は、塩分のコントロールはされている状況（入院食）におかれますので、結果的に血圧が下がり、必要がなくなるのです。

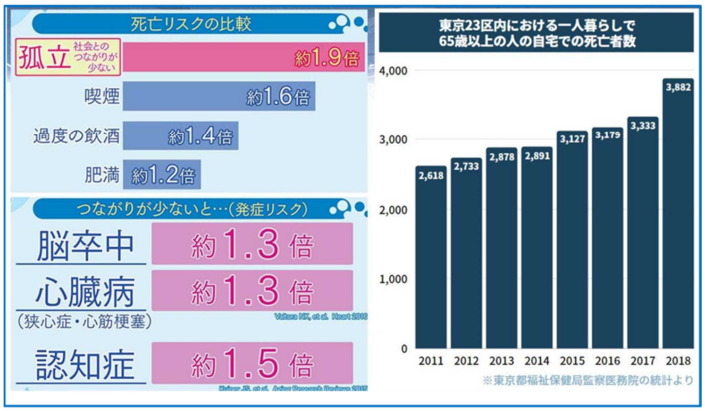
それから抗生物質。**抗生物質はウィルスには効きません**。しかしウィルスが原因の風邪で、肺炎予防の為などとして抗生物質が処方されていた現実がある。風邪から肺炎になることを抗生物質によって防ぐことができたと考えられる事案は、1 万件あたり 1 件程度であり、抗生物質を投与することによりアレルギー反応を起こる確率とほぼ同じと言われています。つまり、**抗生物質は肺炎予防として投与する意味がない**。

抗生物質の濫用が問題なのは、耐性菌ができることです。一説には、今後、耐性菌による病気が、癌とか高血圧が原因の病気を凌ぐ様になるのではないかとも、言われています。



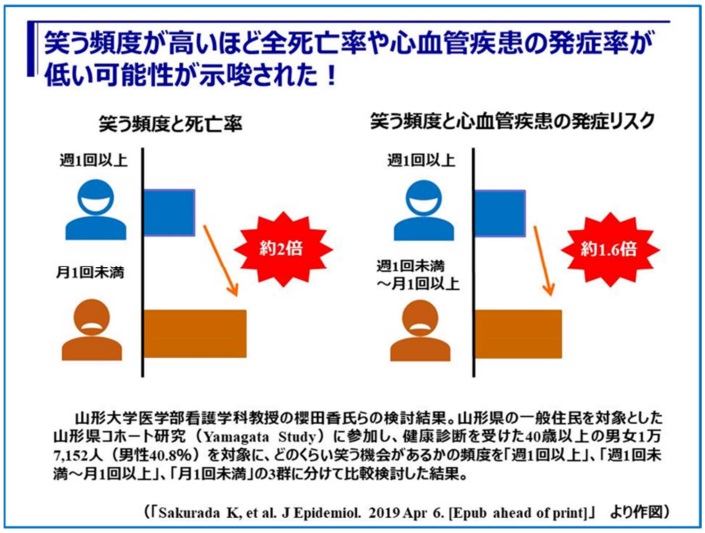
近年、世界で言われているのは、本当に必要な治療に専心しようということです。

最後になりました。**人間って一人でいるだけで死亡率が高くなる**ことが指摘されています。



実際のところ、孤独がいろいろな合併症を上げてしまうんです。孤独でないこと、適度の食事を採ること、休養をとること、規則正しい生活をすることが重要であることが、或る程度わかってきています。

私も、この会にお招きいただき、特に一桁期の方々とお話しできることが、貴重だなと思っております。私、川越に住んでまして、一年中、こうやって（写真）祭りに参加しています。こういったことが、仕事以外で、私の第二の人生の一つになるという気がしています。



今日、お話したことは、兎に角、少しでも運動すること、摂取している薬がちょっと多いのではないか、砂糖と塩をちょっと控えましょう、そして賢い治療をしましょうということです。お酒はたしなむ程度で、気の合った仲間と会話しながらというのが大事です。

「日吉の丘」Vol.22 に寄せられた支部報告と、支部からのお知らせ

会員コミュニケーション委員会に2026年9月30日迄に寄せられた、支部からのお知らせです。

札幌支部（函館支部を除く道内全域）から

副支部長 19 期 大山 慎介

当支部の活動は、例年通り、「母校の支援のために何ができるか」「同窓の輪を如何に広げられるか」というシンプルな方針を基本として進めています。

「形式や間接時間・経費」を極力少なくして、同窓や関係各位からの信頼を得るため、一歩ずつ進めていますが、現時点では、函館を除く道内全域が担当エリアであることから、同窓、関係者とのリアルな対話を深めるという点では、中々行き届かないという課題を抱えつつ、工夫を凝らして進めているのが実態です。

1.「集まり」「集いの場」

主たるものとしては、「支部総会」「幹事会」「役員会」の3つです。

支部総会は、毎年「9月第1土曜日に固定化」することによって、少しでも多くの同窓・関係各位が集まれる環境に努めています。

令和8年度も100名余が集まり、母校の「昔と今」を見つめ、旧交を温め、時に、新たな出会いの場となったところです。記念講演は、東京から11期の深澤祐二氏（JR 東日本会長）を迎え、「JR 東日本の街づくりと地方創生」という演題でお話しを頂きました。

南北交流も少しずつ深めておりまして、今年は3名のラ・サール OB（鹿児島）にご出席頂き、次年度以降の基盤となったところです。学園、PTA、ファミリー会さっぽろにも、輪を広げております。

本年度のテーマ➡「ふるさと納税」を活用した給付型奨学金で、母校への進学を諦める生徒をゼロに

【来年の支部総会も 例年と同様、9月の第1土曜日 ➡ 2027年（令和9年）9月4日（土）】

2. 活動内容の概要

上述した活動の方向性に沿った個々の活動は、概ね次のとおりです。

1） 母校の支援のために何ができるか？

① 母校の最新の状況を可能な限り共有する➡支部総会、幹事会などを通じて、母校を取り巻く諸環境の共有を含めて、現状を把握することに努めています。

② 各 PTA 支部へのご協力➡函館を除く道内各地域からの入学者激減の実態に鑑み、現在の当支部の所掌範囲である各 PTA 支部との連携を図りながら、可能な限り、学校説明会、各地域の PTA 支部総会、その他の集まりへの出席、クラブ応援等への支援なども進めています。

③ 「函館ラ・サール学園ファミリー会さっぽろ」へのご支援➡昨年11月に発足した元保護者の会（元保護者でも同窓生は除く）に対して、同会からのご依頼に基づき協力を続けています。「さっぽろ」とひらがなになっていますのは、札幌市に限定したものではなく、道内、本州にも徐々に広げることを念頭にしたものと伺っています。

④ 「ふるさと納税を活用した」母校への支援➡同窓会として、札幌支部が担当と決定したことを受けまして、学園と連携しつつ、同窓諸兄、全国のPTA、関係各位に幅広く周知し、協力をご依頼しているとことです。返礼品を受け取ることで、寄付者には実質的な負担がないことから、他の学校法人で積極的に活用されています。是非、ご検討・ご協力頂きたく存じます。

2） 同窓の輪を如何に広げられるか？

支部総会のご案内を、道内各地の同窓に少しでも多く周知できるよう努めています。一方で、各種の周知には、各期幹事を通じて進めても、中々行き届かないというジレンマを感じ、悪戦苦闘しているところです。道内各地（函館を除く）に居住する同窓の情報把握につきまして、ご協力の程、お願い申し上げます。

尚、上述した「ファミリー会さっぽろ」との連携により、卒業間もない同窓諸兄の情報は、徐々に把握しつつあります。

★★★★★

札幌市内、道内各地の「学習塾」の玄関、PR 雑誌等などから、「函館ラ・サール学園（高校・中学）」への合格実績の文字が消えてから10年以上が経ったのでしょうか。この冷厳なる実態に対峙しながら、当支部は、地味でも、母校へのご支援、同窓の輪の拡大のため、スリムかつ迅速に歩を進めていきたいと思っております。同窓諸兄の変わらぬご指導とご協力を願って止みません。

東北支部からのお知らせ

支部長 23 期 齋野 朝幸

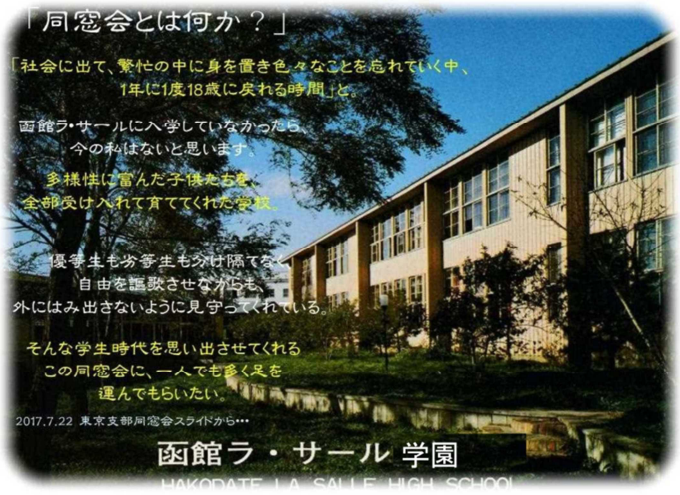
本年の東北支部同窓会は、開催時期を例年の 10 月から 11 月へ変更し、**2026 年 11 月 14 日（土）に江陽グランドホテルにて開催する予定**です。**総会は 17 時から開始**いたします。

講演会では、私、齋野の趣味にちなんで、「ちょっとした趣味のお酒の話～伝統と現代の醸造～」と題した講演を予定しております。

総会ならびに懇親会には、ぜひ多くの皆様にご参加いただき、会員相互の親睦を深める機会となれば幸いです。開催の様子につきましては、次年度の支部報告にて詳しくご紹介させていただく予定です。

東北支部会員の皆様はもとより、各支部からのご参加も心よりお待ち申し上げております。

今後とも東北支部の活動にご理解とご協力を賜りますよう、よろしくお願い申し上げます。



「日吉の丘」Vol.22（オインライン版）　2026.10.7

原稿依頼にご協力いただいた方々、名刺広告に広告にご協力いただいた方々、そして、私ども皆の精神的ルーツである、聖ラ・サールに感謝の意を表します。

函館ラ・サール学園同窓会
会員リレーションズ委員会
岩渕（11）、二木（11）、大塚（14）、大山（19）、
富樫（19）、齋野（23）、森川（30）、山口（34）