長生

平成25年10月号

目　　次

会長の言葉……日本長生医学会会長　柴　田　政　宏

宗　教　編

　法　話……得勝寺　本　荘　一　治… 1

医　学　編

　足根管症候群……長生学園講師　田　中　　秀… 2

長生医学編

　変形性股関節症とその治療……大阪府　井　尾　幸　富… 4

随　想　編

　長生で国際交流……大阪府　若　村　博　孝… 7

東海支部医学会

　伊勢神宮ご遷宮お白石持行事……東海支部　書記　水　野　道　生… 8

　伊勢神宮お白石持行事に参加して……京都府　岡　崎　誠　次… 9

長生歌壇……13

第86回　医学会・報恩講・阿城院釋眞情法師一周忌法要……14

学園便り

　案　　内……15

日本長生医学会

会長の言葉

総本山長生寺管長
日本長生医学会会長　柴田政宏

先月、敬老の日を迎え百歳以上の方々が5万4千人を超えているそうです。20年前の11倍になったそうです。私が大学で学んでいた頃には、人間の寿命は120歳だと言われておりました。医学の進歩も加速度的に進歩しております。60年前には、日本人の国民病と言われた結核も抗生剤の進歩で駆逐され、現代の3人に一人が罹ると言われる癌も、研究が進み癌幹細胞の発見、治療法も進んでまいりました。

人間には、実年齢、肉体年齢、精神年齢があるのではないでしょうか。実年齢は毎年確実に増えてまいります。しかし、肉体的、精神的には各個人によって実年齢とは開きがあるのではないでしょうか。もしも不老不死の方がいらっしゃるとしたらその方は、見た目に青年の姿に見えることでしょう。三浦雄一郎さんが80歳でエベレスト登頂成功されておりましたが、肉体的にも凄い方だとは思いますが、精神力が人間の肉体を変える力の源だと証明されたような気がします。長生きするにあたり、人間らしく、自分らしく生きていくのには、目的を無くさず、常に明日に前向きに、生きていくことが必要なことなのです。私共は、長生上人の「霊肉救済」の教えに導かれている身の上ですが、この道に終りは無く、生涯現役でいなくてはならないのです。

仏教の中では、欲は煩悩ともうします。煩悩を捨て去る修業を積むのが、自力本願の教えであります。しかし、自分に与えられた寿命を全うするには、欲が必要であり、煩悩を全て捨て去ることは出来なくなります。自分自身が「凡夫」であることを自覚し、「発願回向」に頼りまいること、他力の教えの重要なことなのです。治療させて頂き、感謝される身の上を、日々報恩感謝させていただくことを忘れてはなりません。

南無阿弥陀仏

合　掌

宗　教　編

法　話

得勝寺　本　荘　一　治

前回は、日本の文学の中での平仮名「いろはにほへと」について、仏教の経典で有名な『涅槃教』の中で、「四句の偈」という偈文があるのですが、その偈文を背景にして作成されたのが、この「いろは歌」であることについて述べさせていただきました。

そして、さらに、その「四句の偈」の生まれた経緯について述べさせていただきましたが、途中で切れましたので、今回、引き続き触れさせていただきます。

1、後半の偈文とは

前回ではこの地球の世界の屋根として、著名なインドのヒマラヤ山脈の地に住んでおられたという一人の行者、つまり、真理を求めて修行に専念されていた行者が、ある日、ある恐ろしい姿をした羅刹(人間を食べる悪鬼)と面談せざるを得なかったというのです。

では、なぜ、そんな恐ろしい悪鬼である羅刹と対面し、面談しなければならなかったのでしょうか。その理由なのですが、実はその羅刹が、行者を引きつけるほどのすばらしい真理を解き明かした言葉を、歌声にのせて発声していたからだったと先に説明させていただきました。普通でしたら、人間を食べてしまうという恐ろしい魔物である羅刹ですから、対面をするなんて、とても信じられませんよね。しかし、行者は、その言葉に引きつけられ、悪鬼であると承知しながら羅刹と対面したというのです。

その対面した上でのやり取りの中で、羅刹から「それほど言うのであれば、後の半偈を説いてやろう。よく聞くがよい」の返答を得たのでした。前回ふれさせていただきましたので、次へ進めさせていただきたいと思います。

—生滅滅已、寂滅為楽—

「生滅に囚われる意を滅すれば。そこに寂滅の楽がある」

(「生滅」とは、生じた滅したということです。つまり、有る無い、損した得したなどの意味なのです。したがって、そうした現象にしばられ、憎んだり争ったりする心、そのような荒んだ心が、「滅已」ですから、滅し終われば「寂滅為楽」つまり、我が身の都合によってものごとを受け取るような思いが滅し去られればですね、すべてのものをあるがままに受け止められる心の豊かさを生むことができるというのです。)その上で、羅刹は次のように叫んだというのです。

「私はこれで全部の偈文を説いてやった。さあ、その身体を私に与えなさい」

行者は偈文の意義を、ふかくふかく味わい、感動すると、直ちに、その偈文をですね、身近にある石や壁や、さらには、樹や道のところどころに書きつけたというのです。

すごいですね、普通の感動ではありませんよね、すさまじく激動する心がその背景にあったのでしょうね。

そしてその書きつけが終わった後、どうなったかと言いますとですね。高い樹に登ったというのです。しかも登り終ると次のように

訴えたというのです。

「慳みの強い人々や、気に入らないと、心昂ぶらせる人達が、少しでも心の眼を開くように、今、私が半偈文のために尊い生命を、草を捨てるように擲つのを、すべての人々にみせてあげたいのだ」

そして、言い終るや否やですね、登った樹から身をおどらせたというのです。すごいことですよね。つまり、羅刹と約束した、わが体を与えるために高い樹の上から飛び降りたわけです。

2、帝釈天の登場

ところが、ここでですね、また、異変がおこったというのです。それがまた、すばらしいことでした。胸をなでおろす位に、すばらしい出来事だったのですよ。なぜなら、それはですね、その行者が尊い我が身をですよ、羅刹に進呈する為に、登りつめた立樹から身を擲ち、大地に落下した、その瞬間だったのです。その羅刹がですね、行者が大地に落ちる前にですよ、帝釈天という神に変身したというのです。その変身した帝釈天は何をしたかと言いますと、行者が大地に落ちる前に、しっかりと受け止め、行者の身を守ったというのです。これもすごいことではありませんか、信じ難い経緯です。びっくりしました。でも、本当によかったです。

そもそも「行者」と表現して参りましたが、実を言うとですね、この「行者」とは、お釈迦さまのことだったのです。これもびっくりですよね。そのお釈迦さまがですね、お悟りを開くその道のりの世界がこの羅刹との面談の中に示されているのです。

では、帝釈天とは、一体、どのような立場のお方であったのかということですよね。

実は、お釈迦さまの誕生地であるインドの国の「神話」に登場されておられる神さまなのです。しかも、帝釈天は、その「神話」の中では、神さまとして、娑婆世界の人間を、非常にすさまじく、強力に支配する立場の神さまであったと伝えられているのです。

では、その神さまである帝釈天が、何故に、魔物である羅刹に身を変え、それも、ひたむきに、真面目に修行にとり組んでおられるお釈迦さまに対して、こうしたすさまじい仕草をされたのでしょうか。

それはですね、本来、神さまである帝釈天が、お釈迦さまが行を修し、悟りを求めるその姿勢が、本当に、真実であり得るのかどうか、それを確かめる為に、こうした事変を起こしたのだ、と言われているのです。

でも、そういう意味では、本当によかったですよね。お釈迦さまのお生命が、奪われる事態が回避された、そのことが本当によかったと思います。さらに言わせていただきますとですね、お釈迦さまの真実の世界の追求の姿勢が、いかに真実であったのか、そうした背景が認証されたということが、如何にすばらしいことであったのか、それが立証された事変であったという背景が、本当にすばらしかった、と受け止めさせていただいております。

そして、この帝釈天はですね、その他、もろもろの天人たちとですね、お釈迦さまの足もとにひれ伏してですね、お釈迦さまのこうした崇高な姿勢に感動すると共に、褒めたたえられたと言われています。

その言葉による表現については、また、次回お話しさせてください。

合　掌

医　学　編

足根管症候群
Tarsal Tunnel Syndrome

長生学園講師　田　中　　秀

1．足根管の解剖学（図１、２）

足根骨のうち近位列の**距骨**、**踵骨**および脛骨の**内果**と**屈筋支帯**によって囲まれた骨線維性トンネルを**足根管**といい、この中を**後脛骨筋**、**長母趾屈筋**および**長趾屈筋**の腱や**後脛骨動・静脈**とともに、**脛骨神経**が通る。

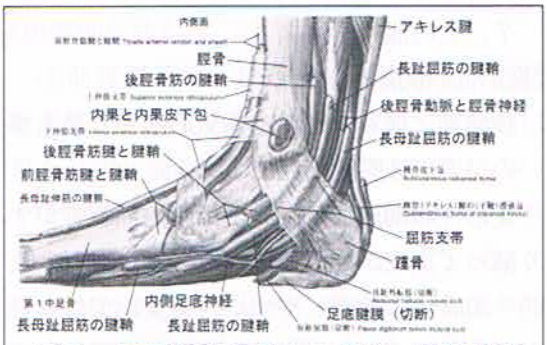


図１　足根部を内側より見る。足根管を下腿屈筋の腱とともに神経・血管が通る。

図２　足根部を後方より見る。内果の後下方に位置する足根管を下腿屈筋腱とともに神経・血管が通る。

2．足根管症候群とは

足根管症候群は、足根管内で脛骨神経が圧迫されて起こる絞扼性神経障害である。その原因は、

1）突発性（明確な異常所見がないもの）
2）ガングリオン
3）骨性隆起　4）外傷
5）静脈瘤　などである。

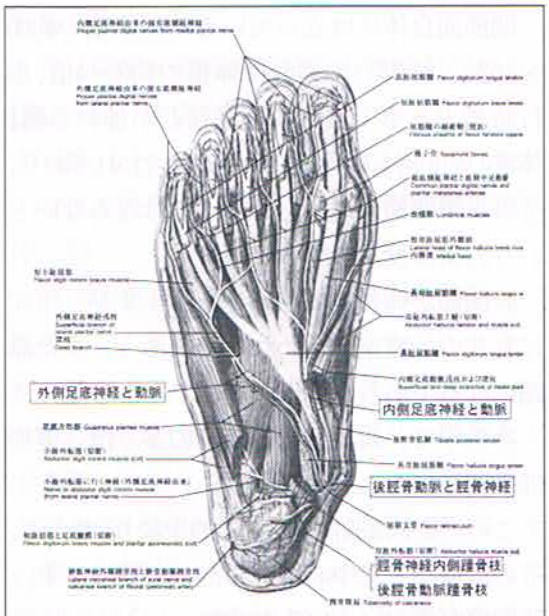


図３　足根管を通過した脛骨神経が内・外側足底神経となって足底に分布する。

3．足根管症候群の症状

足底には脛骨神経の枝である**内・外側足底神経**と**内側踵骨枝**が分布する（図３）。これらの分布領域、すなわち、足底部から足趾にかけての放散痛および足根管部痛がある。

4．足根管症候群の治療

1）薬物療法としてのステロイド注入
2）手術療法
①屈筋支帯を切離して神経剥離
②ガングリオン、腫瘍、骨性隆起の切除

本稿で用いた図は、（「ネッター解剖学アトラス」2004年、南江堂、東京）より改変引用しました。

長生医学編

変形性股関節症とその治療

大阪府 井尾幸富

股関節は、ご存知のように、両足の付け根にある大きな関節で、体重を支えながら、身体を曲げる、反らす、立つなど様々な動作を支持する為に、非常に重要な働きをしています。

関節面自体には立っている時は体重の約30～40%、片脚立の場合は体重の約3～4倍、歩行時や走る事で着地の衝撃などが加わる為、体重の約10倍もの負担がかかると言われており、その上で関節の運動をしなくてはならないという大事な役目をもっています。

股関節が痛む病気も多くありますが、下記に私共の治療室に通われるであろう、また話題になるであろう疾患を挙げてみました。

その中で、対象となる疾患の多くは、変形性股関節症だと思われます。

この「変形性股関節症」に的を絞り、考え方、その治療などを中心に進めたいと思います。

股関節が痛むいろいろな病気

1、変形性股関節症

2、突発性大腿骨骨頭壊死（30～50歳、5対1で男性に多く大腿骨頭が次第に壊れてくる）

3、ペルテス病（4～10歳の発育盛りの子供で、男子に多く、骨の頭が壊れてくる。2～3年すると治って来るが、形が変わる）

4、骨端ﾐり症（骨頭の成長軟骨の部分を境にして、内方に向かってﾐる病気。10～17歳の3対1で男子に多く見られる。ホルモンの異常ではないかと言われる。）

5、股関節の発育痛（寛骨臼の部分、13～18歳位で軟骨の所は骨となり、しっかりした寛骨臼が出来上がるが、その時期が来ても軟骨が沢山残っていて、発育の調子が狂った時に痛み発生）

6、弾発股（股関節を動かす時に、ある角度で「コツン」といった音が聞こえる。多くは、大腿筋膜張筋の腱膜の部分が、大転子の一番高い所を通る時、ひっかかる音と言われている。）

7、その他

[変形性股関節症]

股関節に痛みが生じる病気の中で、最も多いのが変形性股関節症です。

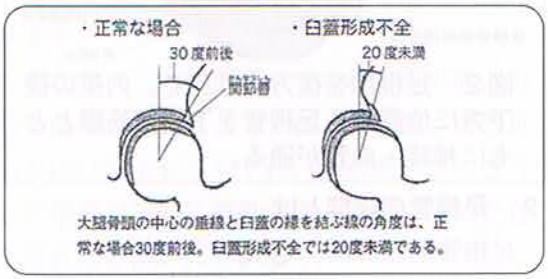
変形性股関節症は、股関節の関節軟骨がすり減って炎症が起こり、痛みが生じる病気で、40～50歳代に発症しやすく、男女比では女性が圧倒的に多く、男性の5倍以上と言われている。

〈タイプ別〉

一次性…股関節の形状に特に異常がなく、加齢や肥満などで負荷がかかり起こるタイプ。

二次性…臼蓋の形状に原因があって起こるタイプ。(臼蓋形成不全)9割以上がこのタイプ。

※臼蓋形成不全



男女比は1：4～6（3人に1人は両足）先天性股関節脱臼に代表されるように、乳幼児

から寛骨臼の発育が悪く、大腿骨を充分に覆えない状態を言う。

変形性股関節症の多くは、この臼蓋形成不全が原因となっているようである。

例として…

臼蓋形成不全の状態で誕生した赤ちゃん→成長につれ、一応健康者と変わらない状態となる。→過激なスポーツ、妊娠、体重増などにより、股関節の痛み発生→変形性股関節症が進行

《段階別症状》

①前股関節症…臼蓋形成不全など、形状に異常があってもX線では軟骨のすり減りは見られず、痛みはほとんど感じない。

②初期股関節症…関節軟骨が徐々にすり減り、関節の隙間がやや狭くなっている。

立上がり、歩き始め、階段の上り下り時に多少痛みを感じるようになる。

③進行期股関節症…軟骨はさらにすり減り、関節の隙間もさらに狭くなり、骨の一部がぶつかり合い、骨には棘状の骨棘が見られるようになる。じっとしていても痛みを感じるようになり、痛みが治るまでの時間が長くなる。

④末期股関節症…関節軟骨はほぼ失われ、関節の隙間もなくなり、骨同士がぶつかるようになる。安静にしていても痛みが強く、歩いたり立ったりしにくくなり、生活に支障をきたす。

《関連痛》

①腰痛…股関節の運動制限による不自由さを、腰の骨の動きで助けていると、腰の筋肉、椎間板にも疲れが出て、変形性脊椎症、側弯症、坐骨神経痛、脊柱管狭窄症などが年齢不相応に早く現れる。

②膝痛…骨盤が歪む事で荷重線のバランスが崩れ、膝が内、外に曲がってくる事で、関節に無理な力が働いて、関節がすり減ってきたりする。また、股関節を通る神経の一部が枝分かれして、同じ神経が膝まで行っている為、股関節の異常を膝で感じる事もある。

③足関節…足首の関節にも無理が加わる。

【臨床例】 59歳女性

主　訴

右足の股関節が痛い（右変形性股関節症）

体　型

標準体重（幼い頃より腺病質タイプ）

既往症　　乳癌手術

初　診

H14年10月　腰痛、背中の張り、膝痛などで来院。

その後、2年に１度程度の間隔で来院。その際、股関節の痛みを訴えるものの、まだ深刻ではなかった。しかし、股関節変形は徐々に進行していたと思われる。

再　診

H25年1月　股関節部の強い痛みで来院。

正月にお孫さんの世話などで身体がクタクタに疲れた状態で、スコップを使って畑を耕した。その後、急速に悪化。寝ていても痛みが治まらず、これまでにない痛みが続いた。

病院のX線検査では、年齢相応の変形で、今急いで手術の必要もないが、処置の方法もないと診断。整骨院へ通ってみたが変わらず。

検　査

・両足を揃え、足の長短を見る。

・仰臥位にて、股関節の柔軟性を見る。

（パトリックテスト。胸への引きつけ角度。足先の角度）

・仰臥位にて、膝を90度曲げた状態から外側へ動かし、可動域を見る。（ヒプテスト：股関節内旋の可動性を確かめる。正常者は40度）

・腰、膝、足首の状態をみる。

・本人に痛む場所を尋ねることも大切。

検査結果

股関節の可動域は狭く、歩行痛、安静時痛等が有るので、第3次の進行期股関節症に近い状態にあると判断。

治　療

・患者さんに臼蓋形成不全の説明をする。

・痛みを感じる部位に重点を置いて操作する。操作は母指または拳で押圧する。

①臀部への操作…横臥位にて関節の周囲を緩める。（筋緊張を起こさないようにするため、下肢に座布団をあて、高さを保つ）…図１

②内股への操作…図２

③腰部への操作

④けん引

図１

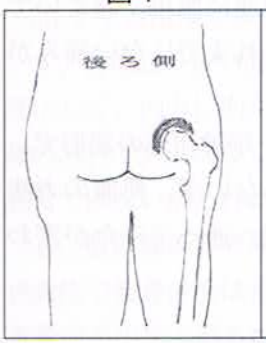
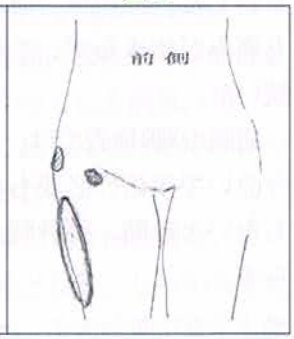


図２



結　果

股関節の周り全ての緊張を解くため臀部、内股などに時間をかけ徹底的に緩めた結果、翌日から徐々に安静時痛みは治まり、買い物時の歩行痛も軽減してきた。

1.26　2回目。初回の治療より、さらに深い所への操作を心掛けた結果、かなり可動域が広がるようになる。本人にも笑顔が出てきた。

以後、数回お越し頂き、現在は痛みを起こす前の状態まで回復している。旅行にも出かけられる様になり、日常生活も完全とは言えないものの、まずまず支障なく送られている。

結　論

股関節が変形していても余り痛みを感じない人もいれば、変形がそれほど進んでいないのに、激痛に悩む人もいます。

また、治療効果においても、股関節症の人全て満足頂けるような結果になることはありません。変形が進んでいたり、患者さん自身の回復力が低下していたりして、やむを得ず手術に至る人もおられます。

手術による治療、私共の長生治療は股関節の痛みを軽減させる方法としては、非常に有効だと思っております。

治療の対象であることを見極め、その時点で最良の方法をとり、その役目をしっかり果たす事が肝心かと思います。