

石クリ通信

11月号

インフルエンザのご案内

事務 田所 弓佳

当院では十月よりインフルエンザの予防接種が始まっています。金額は日立市の補助対象の方は2100円、対象外の方は4500円になります。

接種をご希望の方、また接種についてご不明な点がある方は、受付までお声をかけて下さい。またうがいや手洗い、マスクの着用などで、一人ひとりが「かからない」「うつさない」対策をしましょう。

台風19号

院長 石川 悟

巨大な台風19号は予想通り各地に大きな被害をもたらしました。風が強かった15号の被害があり、19号に対しても風を心配しましたが、雨の被害が大きかったのは報道の通りです。台風上陸の前にスーパーやコンビニの食品が売り切れ、ガソリンスタンドも長蛇の列と、台風の準備は各自が万全にしていたようです。

日立市は早々に全市域で避難勧告が出されました。市の発行するハザードマップを見ると、洪水や土砂災害のリスクが高いのは市の一部なので、全域に一括して指示を出すのが適切なのかな、疑問に思いました。明るいうちに準備だけは・・・という意味かもしれませんが、キッチンとした根拠なく危険性を煽るとかえってそれに慣れてしまう事の方が心配です。地球温暖化による気象変動に、さらなる対策が必要と思われるます。

最後の祖父母会

看護助手 柴田 さち子

風の冷たさが肌を感じる季節になりましたね。孫も一年一成長してゆき、今年が最後の祖父母会になりました。保育園から招待状を頂き、一日中楽しく子供達と遊びました。各部屋にボーリング、グラウンドゴルフ、お絵かきコーナーが準備されており、一緒に絵かきをし、ボーリングは孫に負けたくない！と本気を出しましたが負けました。子供は運動神経がいいですね。お昼は給食でカボチャのスープ、ウインナー入り生野菜サラダなどを子供達と一緒においしく頂きました。先生方、三年間ありがとうございました。来年は小学校に上がります。「がんばってまあちゃん！」



魔法の言葉

看護師 太田 小百合

「アイ・ライク・ユア・○○」を知っていますか？これは話のきっかけとしてとても便利な魔法の言葉です。この場合の「ライク」は日本語では「いいね」というような意味でしょうか。シャツの色や使いやすそうなペンなどちよつとしたことではないのです。大切なものは「それ、いいですね」の気持ちで声を出すこと。なぜならばそれは「私はあなたに会ったがりますよ」という意思表示になるからです。人に口に出すことです。少し勇気が入りますが、まずは身近な家族や友人などから試してみてもいいでしょうか。素敵な魔法がかり、良い事が起きるかもしれないですよ。

ジンクス

事務 上野 亜希

季節の変わり目で急激に冷え込んだせいか、家族が続々と体調を崩しました。主人の母から始まり（十日程寝込んでいました）主人の父、主人と続き、母の風邪をもらったのか三人でゴホゴホと咳き込んでいました。そんな中、私だけはなんとか無事に過ごしていましたが、私は昔から「丈夫だねえ」とか「風邪ひかないよね」などプラスの方向性の言葉をかけられると、そうでなくなる傾向にあり、家族に「丈夫だねえ」などと言われると「それ言わないで！」と釘を刺します。先日家族三人が風邪をひいている時に「一人だけ丈夫だねえ」と言われた直後に、のどの痛みとくしゃみやみ、咳に一瞬襲われましたが「何クソ！病は氣からだ！」と自分に言い聞かせマスクをして早めに就寝し、翌朝には風邪の症状も治まり、無事乗り越えることが出来ました。それと、私はしょっちゅう首を痛めるのですが、「最近、首大丈夫だね」なんて言われると、近いうち首を痛めるなんて事も多々あります。あれは本当に不思議なもので、昔からそういう傾向にあるのですが、私が意識し過ぎなのでしょうか？最近では家族もそれをわかってきてきたようで、あまりプラスな言葉かけはしてきません。そういったジンクスのな事、皆さんもありませんか？

今年こそ

看護師 澤田 彰子

今年もあと2ヶ月で終わります。苦手な大掃除の時期がやってきました。今年こそは計画的に少しずつ始めようと洗濯機の洗剤ケースが汚れていたので取り外して洗おうと思ったら、まあ大変！見えていなかった洗剤ケースの奥がカビだらけでした。フィルターや洗濯槽は時々手入れをしていましたが、洗剤ケースは購入してから一度も洗った事がありませんでした。我家は家族が多いので1日に2、3回洗濯し、10年近く使い続けたので相当な回数の汚れになる。最初からこんなで今年の大掃除も気が重いです。

長野弾丸ツアー

事務長 石川 都

十月半ばに日本各地に大被害をもたらした台風十九号の直後の連休、私たちは院長の長野コンサートのため、まさに綱渡りの長野往復を試みた。日立市も早々と全住民避難勧告が出たため、クリニクでは停電に備えバッテリーを充電し、遠距離のスタックでは早めに帰し、午前の診療を速やかに終えた。自宅も物置や庭を片づけ、風呂に水をため、炊飯器一杯のご飯を炊き、断水や停電に備えて寝た。朝テレビを付けてと、多摩川や千曲川が氾濫し、県内も那珂川決壊で水戸北インター周辺が水没していた。常磐線も高速もストップ、上越新幹線は長野の車両基地が水没、上信越道も不通。これではさすがに長野行は無理かと思われた。しかし日本のこと、新幹線は無理でも高速道路は徐々に開通するだろう。とテレビ画面テロップの交通情報に目を凝らしていた。予想通り、午後には上信越道も松井田妙義、佐久区間を除き開通したので、今だ！いざ出陣！と車で出発した。途中高崎で横濱からのバイオリニストと（見事に数分差で）合流し、軽井沢付近の一般道渋滞に巻き込まれながらも、ほぼ六時開けて長野にたどり着いた。夜食兼非常食として横川で釜飯と軽井沢ビールを閉店間際にゲットし、長野のホテルでラグビーの対スコットランドの戦いの劇的勝利の余韻に浸りながら食べた。翌日のコンサートも、万難を乗り越え関西や東北から駆けつけた熱血出演者たちのパワーで無事終わった。結局来られなかったのは、地元千曲市で避難の陣頭指揮に当たっていたクラリネット奏者だけで、この大規模災害の中、無事にコンサートが開け、多くの聴衆も来てくれたのはまさに奇跡だった。その後もせっかく来たので、と終演後の打ち上げにも参加し、日立に帰りついたのはもう日付が変わる頃だった。

モミの木

通信・ウェブ担当 石川 香

ハロウィンが終わると、世間はクリスマスモードになります。うちの庭にモミの木が植わり、一足先にクリスマスを感じています。夏草ボーボーだった庭にやまと手が入り、木や芝が植えられました。特に指定した訳ではないのですが、庭の角に大きめの木をということで、モミの木が選ばれました。その美しい三角がいかにクリスマスツリーで、とても気に入りました。巨大な木に飾りつけしたくなる程です。暖炉とモミの木でサンタさんを迎えるのが楽しみです。

