

石クリ通信

5月号

竜神橋

看護助手

柴田 さち子

十三年ぶりに親子で竜神橋に行ってきました。前より鯉のぼりも増え、吊り橋の足元から谷底が見えたりと、だいぶ変わっていました。母は初めてだったので感動。風が無かったので鯉のぼりは動きません。残念・・・



喜びも悲しみも...

看護師

高山 早苗

昨年九月号で紹介した私の父が昨年十二月末、再度脳梗塞で左半身麻痺となり入院しました。今年の元旦は病院で過ごし、一生懸命リハビリを行いました。今年四月十四日に無事退院となりました。父は早く家に帰りたいという思いが強くそれがリハビリへの意欲へつなげたようです。この三カ月半、父も私たち家族も生活の変化を余儀なくされ、それでも父が早く退院できるようにと父も家族も必死で頑張ってきたように思います。父の入院は私たち家族にいろいろな体験とたくさん学びを得させてくれました。これからもうれしいことや悲しいことなどたくさん経験することと思います。それでも父の前向きさを忘れず何事にも取り組んでゆきたいと思っています。

絶対音感

薬剤師

石川 恵

ヴァイオリンやピアノを本格的に習っていた頃、私は絶対音感と言われる感覚を持っていました。(今は危ういですが)と言うと「いいなあ」と言われることも多かったのですが、楽器の音合わせにチューナーがいらない、など便利な半面実は不便なこともありました。

絶対音感とは、ピアノの下を鳴らした時にそれが「ドだとかかる」感覚の事ですが、だがしかし、ピアノが全てと思っていけない。音楽の世界には「ペー管」と言われるものが存在するのです。これはクラリネットやサクソフーンの一種ですが、この楽器を吹く際には「ド」と言われる音がピアノの「シのフラット」なのです。周囲に普通にドで通っているものが私にはシにししか聞こえない。結果どうなるか。楽譜を音下げて読まなければいけないという複雑怪奇な事態に陥るのです。これは大変。しかし日本の音楽はクラシックよりもかなり低めの音に設定されているので、今ではすっかりそれに定着してしまいました。

一ツ屋根の下で... 看護師 澤田 彰子

単身赴任をしていた夫が四月から水戸に転勤となり家に戻って来ました。ここ数年、十時就寝、六時起床と八時間睡眠をとっていた生活が、夫の転勤に合わせて十二時就寝、五時起床となり毎日寝不足の日々ですが、家族が揃って一ツ屋根の下で暮らせる喜びを改めて感じています。子ども達も父親の存在が良い緊張になりました。早起き、宿題もきちんとするようにになりました。ただ気になる事が一つ。単身中メチャクチャな食事をしてきた夫のポツチャリなお腹。これからは夫のメタボ改善に頑張りたいと思います。

石クリ文庫へようこそ！ 事務長 石川 都

石クリ文庫もこの四月で、はや三年目に入りました。昨春は、二年目の新事業として石クリ通信を始めたので、三年目も何か新しいことを...と考えると、石クリ文庫を開設することにしました。

もともとわが家は皆本好きのため、書斎から廊下まで、床から天井まで、家中本で埋め尽くされています。二年前の大震災の時も本が棚ごと散乱して危険だった上、片づけも大変だったので、その後かなりの数の本を処分しました。そして今回はよい機会なので、クリニックに本棚を置き自宅の本を移せば、患者さんの待ち時間の楽しみと、わが家で眠っている本の再利用とで、一挙両得ではないかと思いついた次第です。院長は理系、私は文系の違いはありますが、互いの専門の医療と哲学思想の他にも、趣味の文学や音楽から実学に至るまで、ともに関心も幅広いので、家に山積する本の中から適当なものを選び、時に入れ替えて、石クリ文庫として常備・開放することにしました。

本はご希望があれば貸出もしますので、(期間は基本的に次の来院時まで)、どうぞ皆様ふるってご利用下さい。また、こんな本はないか、こんな本が読みたい、などのリクエストもお気軽にどうぞ。

世間はGW 通信・ウェブ担当 石川 香

GW 暇しているあなたにおススメ映画。

『ここよりどこかへ』『17歳のカルテ』『ジュノ』『カポティ』『エターナル・サンシャイン』『善き人のためのソナタ』『トーク・トゥー・ハー』みな自分の生き方を考えさせるいい作品です。

禁煙替え歌

院長 石川 悟

先月号に続いて健康替え歌の第二弾、禁煙ソングです。喫煙者はなかなか頑固で、こんな替え歌で簡単に喫煙を止めるとは思えません。お子さんとかお孫さんが歌ったら、少しはやめる気になるかも...と思つて作りしました。「カラスなぜ鳴くの」(七つの子)のメロディーで歌ってください。

タバコ なぜ吸うの 体に悪いのに いろんな病気になるんだよ
やめろ やめるとまわりは言うの けむい くさいと言うんだよ
禁煙外来に 行ってみてごらん
やさしい先生が診てくれるよ

タバコ なぜ吸うの 体に悪いのに こわい肺がんにもなるんだよ
心筋梗塞 肺気腫と タバコは悪い お肌の老化も進むんだよ
禁煙外来に 行ってみてごらん
よく効く薬があるんだよ

タバコ なぜ吸うの 体に悪いのに やめない理由があるんだよ
うまい うまいと吸う人は言うの ストレス解消と言うんだよ
禁煙外来に 行ってみてごらん
中毒症状を取ってくれるよ

見るもよし、食べるもよし

事務 森 絵里子

桜の時期が終わわり、5月はバラの季節です。みなさんご存じの通り茨城県の花はバラです。東日本大震災の復興支援事業のひとつ、国の支援を受けて6次産業を生み出すことで地域を活性化するという目的で「茨城バラ色本舗有限責任事業組合」が設立されました。ケーキやお菓子で幸せづくりを目指しているパティシエが茨城のバラを使ってケーキを作ります。そのケーキに使われる食用バラを我が家で栽培することにしました。今年の5月に初めて花が咲きましたが、本格的にケーキに使われるには3年ほどかかるそうです。みなさん3年後のバラのケーキをどうぞお楽しみに。

酒の肴

事務 久保 直子

最近私の酒の肴は、缶詰です。ちよつと高級↓1缶五百円前後でプチ贅沢。オススメは、牡蠣の燻製オイル漬け。蓋を開け、弱火にかけてグツグツいつてきたら食べ頃です。牡蠣の旨味が溶けた油も美味。サラダにかけたり、ご飯にかけ醤油少々たらして、頂きます。濃厚牡蠣は、お酒との相性もバッチリ♪ 大変美味しゅうございました。火にかけ、アツアツを頂きます。ワインがとってもオススメです。まだまだ食べたことのない缶詰がたくさんあるので、しばらくは、酒の肴には困らないでしょう☆