

石クリ通信

1月号

新しい年を迎えて

院長 石川 悟

今年は何をやるか、と考えて、新しいことがあまり浮かばない歳になってきました。やりたいことより、やらなければならぬことの方が多くなっているせいかもしれません。さて、今年の大きな計画は、電子カルテシステムのリニューアルです。パソコンや周辺の機械も5年以上過ぎると、いつ破綻を起こすかわかりません。朝パソコンのスイッチを入れたら画面が真っ黒で、わけのわからない英語のメッセージが現れた時の恐ろしさ！

電子カルテは診療の基本軸なので、リスク回避の手段をいくつか講じています。データファイルは3カ所にバックアップをしており、サーバー機が壊れた時は別なパソコンを仮のサーバー機として使います。

シユレクターも買い替え、冷蔵庫も新品にするなど、機械は交換ができますが、ヒトは老化しないように頑張るだけ・・・今年も食べ物（飲み物も）と睡眠と運動に気をつけてやって行こうと思います。

謹賀新年

看護師 澤田 彰子

今年もよろしく願います。昨年は健康へのモチベーションがあがらず運動もサボり、好き勝手に食べていたら、ドックの結果異常値がずらりと並んでしまいました。今年はモチベーションアップを念頭に入れ、迫り来る更年期に打ち勝てるようにしたいと思います。

あけましておめでとございませう

看護助手 柴田 さち子

毎年抱負を決めています、長く続かないので今年は「抱負」ではなく「注意」を心構えにしたいと思っています。昨年、自分の注意が足りなかったため、車を二度擦ってしまいました。一度は友人の家にいった帰り、バックする時に片側しか確認しなかったため。もう一度は買い物に行き、駐車場ではない所に止めてしまい、帰りに立っていたボールに擦ってしまいました。自分の不注意で二度も失敗しましたので、今年からは今まで以上に注意をし、運転したいと思っています。今年も宜しくお願ひ致します。



泰然自若

事務長 石川 都

新年明けましておめでとございませう。

昨年末に某新聞のアンケートで、今年の自分に合格点をあげますか？という問いがあり、私も自身を振り返ってみましたが、バタバタ忙しかった割にはキチンとした結果も出せず、かと言ってゆとりある丁寧な暮らしも送れずに終わった・・・というのが実感で、どう見ても合格点には至らないなあ・・・というのが結論でした。

ただ興味深かったのは、今年の自分に合格点をあげた人は昨年の自分にもあげ、今年あげない人は昨年にもあげていない・・・という傾向があるようで、やはり自分に対して厳しさを、今の自分を受容できるかという自己肯定感とも関係がありそうです。

私の理想とするのは、じっくり本の読める内省的な生活なので、どう考えても今の生活とは程遠いのですが、ある意味では、この年になってもなすべき仕事があり、期待される役割があるというのは、何とも有難いことです。どんな忙しさの中でも、やり方次第で、悠然と構えて事に当たることはできるはずなので、今年の私の目標は「泰然自若」といたします。

今年もどうぞよろしくお願ひいたします。

謹賀新年

事務 田所 弓佳

昨年はいろいろお世話になりました。昨年は、今までにないくらいとても充実している一年になりました。今年も勉強も頑張るながら昨年以上に充実している一年にしたいと思っています。今年もよろしくおねがいします。

今年も明けました

薬剤師 石川 恵

寒い暗いと悶々としていたらあつという間に新年ですが、皆様いかがお過ごしでしょうか。一月号といえは今年の抱負。それを考えるに当たって「去年は何をしたのか・・・」と振り返り、何一つ思い出せないのはいつもことなのですが、昨夜ふと漫画とゲームと不細工なぬいぐるみに占拠された部屋を見て、「私はこの二十一年間で何か成長したのだろうか・・・」と思つた次第です。（子供心を忘れてないと言ひ聞かせている）しかし「体調不良で一日20時間寝てたりもしたけれど、一年間全く何もなかったということはないはず！そして毎日をななあに過ごしていると、時が過ぎるのが余計早くなる気がする！」と、いうわけで、今年の抱負は月一ぐらいいで「今月やったこと」をメモしておこうかと思っています。それを見て来月の目標を決める、という具合に。少し有意義な一年になればいいなと思います。

今年も元気に

看護師 高山 早苗

昨年は四年に一度のリオ五輪が開催されました。年末に発表された漢字は「金」であり、私もテレビで各競技を夢中で見ました。また昨年は家族の入院を通して、健康の大切さを実感した年でした。オリンピックに限らずスポーツにおいても、また私たちが元気に働いて日々の生活を充実して過ごすためにも、やはり健康が一番大切なことだと思っています。今年も健康に留意して、前号にも書いたように年なんか忘れて、若々しく生活していきたいなあと思います。

鶏年

事務 森 絵里子

新年あけましておめでとございませう。今年は酉年です。酉に関する豆知識をいくつか紹介します。「酉」は酒を醸す器の象形文字で「酒」のもともとの字です。「成る」「実る」「成熟」の意味があります。こうしたことから酒、酢、酸、発酵、醤油などには「酉」が使われています。そもそも干支は、時計やカレンダーが無い時代に時間や月日はかかるために使われていたもので、皆が覚えやすい様に動物を当てはめたそうなんです。十二支の酉は動物で表すと「鳥」ではなく「鶏」でニワトリを指します。酉年生まれのひとが昔、自分は鷹や鷲のような強い男になる！と言って、ニワトリだった事実を知りショックを受けていた事を思い出しました。今年も良い1年になりますように。

石川家の姫

ウェブ・通信 石川 香

昨年十月に娘が生まれました。きつとうちの赤ちゃんだけだろうという不思議行動を紹介します。

「プリプリ、ぶぎや、ぶちや、ぐおおえ、ぐがぁ、ガラギャ」となんととも文字では書き表せない、ブタのような動物的な奇怪な声を発します。ある朝突然、ネバネバの溶液に身を包んだモンスターに変身してるんじゃないかと主人が心配しているほど。

その奇声を発しながらとる行動は・・・というと、クネクネくねくね。漫画ワンピースの悪魔の実、クネクネの実を間違つて食べてしまったのではなかろうというくらい、終始クネクネ体を捻らせています。授乳のあとにゲップをだすため背中を叩く時はクネクネが一段とエスカレートして、うまく背中に手が当たれません。いつかクネクネの実のパワーを発揮して、仲間と一緒に冒険に出る日がくるのでしょうか。

他にも、ぎゃーぎゃー泣きながらミルクを飲んだり、うんちをしてもすまし顔だったり・・・うちではこれを「シークレトブー（ブーとは英語でうんちのこと）」と呼んでいます。毎日試行錯誤の初子育てで、時々「こんなもんなのか？」と心配になりますが、すすく育っているの何よりです。