

# 石クリ通信

## 1月号

今年も「らしくなく」  
事務局長 石川 都

先日読んだ鎌田實のコラムに、自分はこれまで「らしくない」生き方でやってきた・とあった。彼の言う意味は、もちろん医者としての枠を超えた広い活動のことだ。ただ私も違う意味で、これまでの人生は「らしくない」の連続であった。学問を志しても研究者「らしくなく」、洗剤を受けてもカトリック「らしくなく」、ピアノを弾いても（下手で）演奏者「らしくなく」、クリニック経理を十年やっても事務局長「らしくなく」・さらには妻「らしくなく」、母「らしくなく」、嫁「らしくなく」・と、要するにこれまで何をやっていてもあまり板につかず、何となくふわふわとその場しのぎだったという意味で、若干否定的で反省すべき「らしくない」であった。ただ、人類学者ターナーは、境界・周縁・異質を意味する「リミナリティ」という概念を、完全に一つの内部に属して見ることができない、社会に重要な位置としてとらえる。私も僥倖ながら、これまで地道な積み重ねとは縁のない、むしろ地に足のつかないチャラ人生ではあったが、せめてそれを「リミナリティ」とみなすことで、一つの立場・役割にハマらなかつたゆえにこそ、広い世界を多層的に見られたのだと（逆手にとって）肯定的に評価し、これからの一年も広いスタンスで世界を楽しみながら生きてゆきたいと思うようになった。今年もどうぞよろしくお願いいたします。

謹賀新年  
事務 田所 弓佳

2020年はお世話になりました。今年も今年なので牛のように大きく成長できる年になるように頑張りたいこと嬉しいうことがギョウギョウに詰まった日常生活を送り「今年も充実していた」と年末に言えるような一年にしたいと思えます。今年もよろしくお願ひします。

謹賀新年  
看護師 澤田 彰子

昨年は春先から血圧が高くなり高血圧の薬を飲み始めました。私の身近な人でも病気の人がちらほら現れ、健康の大切さ、有り難さを感じました。コロナの収束も先が見えない状況ですが、今まで以上に健康に気をつけて一日一日を大切に過ごしていきたいと思ひます。今年もよろしくお願ひします。

令和三年  
看護助手 柴田 さち子

あけましておめでとうございませす。今年も今年、一日一日慌てず急がず過ごして行きます。今年も宜しくお願ひ致します。昨年について、新型コロナウイルスに感染しないよう、各自が対策をしてゆきましよう。



水曜午後は充電時間  
院長 石川 悟

今年も当クリニックの創立十周年を迎えます。あつという間の十年、というのが実感です。これまで大きな問題もなくやって来られましたのは、何よりも来院いただいた患者様、この地域の皆様、さらに日々お世話になった取引の業者の方々やクリニックのスタッフのおかげであり、この場でお礼申し上げます。この十年間新しい医療情報から少し遠ざかった感があるため今年4月から水曜の午後は休診「充電の時間」とさせて頂いたいただきます。来院の皆様にはご迷惑をおかけしますが、日立総合病院などに出かけて、ドクターたちとの意見交換、図書室で医学雑誌などからの情報収集を行うつもりです。昨年は4月に神戸の学会に参加するつもりでしたが、新型コロナウイルスの影響で断念、県内の学会や研究会にもインターネットによる参加のみでした。状況が好転したら、ぜひ学会にも出かけ、多くの人と旧交を温めたいと考えています。今年もよろしくお願ひします。

二〇二二年  
看護師 太田 小百合

明けましておめでとうございませす。去年の今頃は、二〇二〇オンラインピックが日本で開催されることもあって、「ワクワク」「ドキドキ」と何か良いことがたくさんあるような思いで迎えた気がします。「しかし」、現実にはコロナの影響でいろいろ残念な一年でした。

二〇二二年は「うし年」です。今年も牧場にいる牛のように、急がず、ゆっくり、のんびりと過ごせればいいなあと思ひます。今年もどうぞよろしくお願ひ致します。



今年もがんばります！  
事務 森 多加子

あけましておめでとうございませす。昨年は新しい職場に慣れること、仕事を覚えることで精一杯の一年でした。窓口では、慌てた対応をしてしまうことも多く、患者様方にもご迷惑をおかけしました。今年も、少しでも成長した姿をお見せできるよう、頑張りたいと思ひます。みなさん今年もよろしくお願ひいたします。

さよなら自転車通勤  
通信・ウェブ担当 石川 香

血圧が高めの方や、減量などで運動を促す際、院長はよく「車をやめて自転車に乗ったら良い」と患者さんに勧めています。私も自転車好きで、ずっと自転車通勤、通学をしていました。思い返せば東京で暮らした頃から、かれこれ二十年弱、日常で自転車に乗っています。初めは大井町のマンションから五反田の大学まで、ロンドン留学中は休んでいましたが、帰国後北品川→五反田、麻布→六本木。その後縁があり自転車関係の会社に勤めることになり、駒沢→赤坂までの10km弱ロードバイクで通っていました。日立に移住してからは、子連れだったり買い物帰りで荷物がある時などなかなか難しいですが、保育園への送迎と日立方面へ美容院に行く際に乗っています。保育園まで片道4kmの道のりを毎日2往復、この辺りは車移動がほとんどなので、他のママ等によく驚かれますが、電動自転車を利用し、以前は倍以上の距離を走っていたことを思うと、大したことはありません。

自転車は、わざわざジムに行くなど時間を取らなくても、移動と運動が同時にできる、日常に根付いた気軽なエクササイズです。目的地まで直線距離に近いルートで行けるので、時には電車や車より早く、道路を走るのので地図での位置関係がとてもよくわかります。通勤ラッシュの満員電車に巻き込まれることもありません。春や秋は風が心地よく、夏は汗だくになりませんがダイエットに最適です。冬晴れのカラッととした青空の下を走ると、頭も体もスッキリし、気持ちよく一日が始まります。「なんで自転車であって、というの？」という娘の素朴な疑問には、「エコーだからだよ」と答えています。うちの車(旧式日産エクストレイル)で単純計算すると、年間約4万円ガソリン代の節約になります。電動自転車が12万弱だったことを考えると、長女が入園した2018年2月くらいから乗り始めたので、約3年でなんとか元はとったでしょう。

来年1月より2人目の保育園入園が決まりました。2021年からのいよいよ社会復帰です。裏で事務仕事、スタッフが休みの時の代理などで働き始めます。また皆様にお目にかかる機会も増えると思ひます。どうぞよろしくお願ひいたします。子供2人の3人乗りは、転んだ時に起き上がれない！など安全面で心配なので、これからは車での送迎になります。子供の安全が第一。2年後に上の子が小学生になったら、下の子の保育園送迎にまた復活したいと思ひます。