

「年輪」

No.871



◆コロナ関係

日本の感染者は累計で900万人を超えました。新規感染者は減少し、重症化も少なくなってきました。海外からの受け入れ制限は緩和され、ゴーツートラベルも再開されました。

このような感じでコロナも普通の風邪になっていくのではと希望的観測をしています。ちなみに、アメリカは8500万人、インドは4300万人、フランスは3000万人、ドイツは2700万人、韓国は1800万人が感染し、世界では5億3400万人となりました。

◆父の日 6月19日

母に日に比べ影の薄い父の日ですが、今年は6月19日です。皆さん是非お父さんにも感謝の言葉と、ちょっとしたプレゼントをしましょう。娘や息子の気持ちにお父さんは大喜びされるに違いありません。

◆病院・慈恵会グループからのお知らせ

・老健施設「いきいきの郷」

ネパールから女性介護実習生が3人着任しました。これで男女合わせて合計5人となりました。日本語はたどたどしいですが一生懸命仕事に取り組みくみ、早く仕事に慣れようとする姿は、他の職員の刺激になっているようです。

◆私の本棚

・国のために死ぬるか

伊藤祐靖 文春新書

著者は自衛隊「特殊部隊」の創設者。ロシアのウクライナ侵略に対して、ウクライナ人の立ち向かう姿をみて改めて読み返してみました。

いまだに憲法九条が国を守ってくれていると信じている国民も多いようですが、平和を唱えても「ヤカラ」には通じないことは明らかになりました。

拉致被害者の奪還もままならぬ国情をどう考えるか。奪還命令を下すことは、国家がその権力を発動し、国民たる自衛官に殺害を命じ、同時に殺害されることも許容させる行為です。

国民を守るとはきれいごとではすまないことであり、政治家も国民もそれなりの覚悟がいります。改めて日本国民としての、誇りを矜持をもたなければと思いました。



実践健康法 その1 「五つの技」

いずれも免疫力を高める方法です

- ・寝技: 良質な睡眠、早起きして日光を浴びる
- ・笑い技: 1日5笑運動
朝・昼・晩・寝る前・おやつの時間にワハハ、ワハハと大声で笑う(注: 人前ではやらぬように)
- ・食べ技:
大食いは避け、「まごはやさしい」を基本とした食事
- ・動き技: 適度な運動、ウォーキング、ストレッチ
- ・温め技: 入浴、温かい飲み物

神戸で一番
親切で
丁寧で

優しい医療を



朝寝坊

昼寝もすれば宵寝する
ときどき起きて居眠りもする

もともとショートスリーパーだったのですが、最近夜中に何度か目が覚めるようになりました。

同世代の男性諸氏は同じような悩みをかかえているようです。世間には眠ろうと思うといくらでも眠れる人もいるようで、うらやましくもあり、うらやましくもなしといったところです。

◆今週の院長予定

6月13日	月	8:00運営会議、17:30経営改善会議			
6月14日	火	9:00外来、14:00手術、17:30業務改善委員会			
6月15日	水	松江 11:10看護学科1年生講義、13:30運営会議			
6月16日	木	9:00~11:00来客			
6月17日	金	9:00外来、14:00手術			
6月18日	土	9:45新須磨クリニック健診業務(胃カメラ)			
6月19日	日	父の日、11:30松江総合医療専門学校オープンキャンパスでリモート挨拶			