



◆コロナ関係

コロナ感染は、全国で再拡大しています。松江総合医療専門学校がある島根は全国ニュースになるほどの著しい増加となっています。

幼稚園や保育園でも感染がひろまり、その影響でママさん職員の就労に影響がでています。

重症化は少ないとはいえ、かかると厄介です。熱中症と感染対策にマスクは諸刃の剣。メリハリをつけた対応でコロナも熱中症も乗り切るようにしましょう。

◆病院・慈恵会グループからのお知らせ

・神戸総合医療専門学校

テレビや新聞で何度も伝えられたので、すでにご存じの方が多いと思います。7月7日未明、放火により本校本館5階の一部が焼けました。無人であり、幸い人的被害はありませんでした。当日一部の学科は休講として対応し、今日からは普段通りの授業を再開しています。

犯人については警察が鋭意捜査中です。



森を歩いても薪を見つけられない

ロシアのことわざです。観察力の優劣は人間に大きな差をつけます。注意力が散漫な人は、樹木でいっぱいの森の中を歩いても薪を見つけられないのです。

神戸で一番
親切で
丁寧で

優しい医療を



◆私の本棚

・安倍晋三 時代に挑む！

安倍晋三 WAC

6月11日初版発行ですから、おそらく安部元総理の遺作になると思います。

桜井よしこ、百田尚樹、弘兼憲史、前幕僚長河野克俊、前国家安全保障局長 北村滋、ケントギルバート、大阪大学名誉教授 加地伸行といった、多士済々の方々と、日本の安全保障、憲法改定、国益などについて語りあった対談集です。

国家観を持ち、世界の指導者と対等に渡り合えた稀有な政治家だとも思います。凶弾に倒れたことは、返す返すも残念でなりません。

各国の元首などから弔意を表す言葉が届いています。賛否がわかるでしょうが、トランプやプーチンからのものは、ありきたりの内容ではなく、心がこもったものだと思います。



実践健康法 その5

下肢を鍛える スクワット

老化は足からといわれます。あの三浦雄一郎さんが、いまだに足に重りを付けて歩いているのをみて納得しました。

スクワットをするとき、膝をつま先の前に出すと膝を痛めるので注意が必要です。最近では帯状のゴムベルトを足裏にかけて膝の曲げ伸ばしをして鍛え、膝への負荷を減らすようにしています。

日常生活で、階段を利用する、椅子に座るとき、便座に座るときにはゆっくりを座る、ことを心がけるだけでも、下肢の筋トレになります。

また時折ピラティスの個人レッスンを受けて、筋力のバランスを整えるようにしています。

◆今週の院長予定

7月11日	月	8:00運営会議、17:30経営改善会議					
7月12日	火	9:00外来、14:00手術、17:30業務改善委員会					
7月13日	水	松江					
7月14日	木	9:00来客、10:00来客、16:15神戸校運営会議					
7月15日	金	日本創傷外科学会(ANAクラウンホテル)、明日のガンマナイフを担う会(淡路夢舞台国際会議場)					
7月16日	土	9:45新須磨クリニックで健診業務					
7月17日	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					