



新任医師の紹介



医師 田中 葵

みなさま、初めまして。田中 葵と申します。普段は米原市の地域包括ケアセンターいぶきというところにいます。みなさまにお会いする機会は、木曜日の午前中の外来のみですが、どうぞよろしくお願いいたします。

ケアセンターいぶきは、滋賀県と岐阜県を跨ぐ伊吹山の麓にあります。地域のみなさんは山間で暮らす方々も多いです。先日、マダニに噛まれたという患者さんが相次いで外来にいらっしゃいました。教科書で勉強したマダニを目の前にして、私は少々興奮してしまいました。



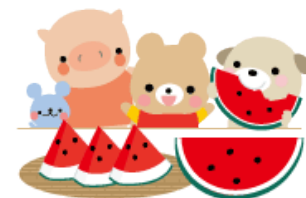
ところで、マダニの生態をつぶさに観察し、ダニの目から世界がどう見えているか、を記述しようとしたユクスキュルという生物学者がいます。彼は、ダニが視覚ではなく二酸化炭素を検知し触覚やわずかにわかる光の方向だけで世界を認識していることを紹介しました。ユクスキュルがこのような観察で示したかったこと、それは、環境はあらゆる生物に等しく存在するまったき客観的なものではなく、それぞれの生物がそれぞれに捉えて構築したものである、ということです。彼は、そうした個々の生物のもつ特有の世界を「環世界」と名付けました。さて、ユクスキュルの議論をすこし敷衍(ふえん:おしひろげること)して、私たち一人一人も各々が異なるように世界を構築して生きている、と言ってもよいかもしれません。そして私に関心があるのは、それぞれの人の「環世界」なのかもしれない。そんなことを考えながら、私は診察室のドアを開けています。



医師 福田 神

みなさま初めまして。福田 神(ふくだ じん)と申します。「ふくだ かみ」でもなければ「神の手」を持つわけでもない未熟者ですが、これからも精進していきますのでどうか今後ともよろしくお願いいたします。

私は滋賀県大津市出身で高校まで滋賀県におり、栃木県の自治医科大学を卒業しました。主な趣味はバス釣りとゴルフであり、ゴルフ代が日本一安いと言われる栃木ではよくゴルフをしておりました。釣りの方も細々と栃木でやっていたつもりになっていました。



今でも良く覚えています。大学を卒業し栃木を去り、いよいよ車で滋賀県に帰った3月末の話です。朝6時前に高速を下り滋賀県に到着した私はちょっと釣りをしようかな…となんとなく膳所近辺の琵琶湖に行ってみました。まだ寒さ厳しい季節でしたがなんとそこには2m 間隔で数十人のアングラー(釣り人)が釣りをしていました。朝日映える湖面をアングラーが真っ直ぐ見つめる姿に、寒さを忘れ熱いものが身体中を巡ると同時に滋賀に帰ってきたと強く意識させられたエピソードでした。

滋賀県で働けることを嬉しく思っております。これからもよろしくお願いいたします。





自己肯定感

看護師 宮井 由里子

「肯定感」って？辞書によると「その通りだと判断し認めること。同意すること、価値があると判断すること。」とあります。「否定」の反対の意味です。

「自己否定感」（自分が好きじゃない・周りの人にとって私なんて…）に対して「自己肯定感」は、自分が大好き・自分が自分であることに満足。価値ある存在として受け入れられることです。

私は自己肯定感がとても低いです。では、自己肯定感が低いとどうなるのでしょうか。

- ① 行動に移せない。どうせ失敗すると思ってしまう。
- ② ほめ言葉を喜べない。どうせ私なんか、と思ってしまう。
- ③ 子供や周囲に悪影響を与える。近い家族にも良い作用を与えない

しかし、低い人にも良いことがあります。自己肯定感を高めることで強くなれる。弱い人の気持ちがわかる。アドバイスが出来る。救ってあげられる。今、カウンセラーやセラピストの人たちも、昔は自己肯定感が低く苦しんでいて、中には絶望的だった人が多くいらっしゃるそうです。

肯定感が低い人は2つの罠にとらわれるそうです。それは「過去」と「比較」です。

「過去」は嫌な記憶（受験に失敗した…、ダイエットしても駄目だった…など）、特に夜中に思い出してしまうことがよくあり、「比較」は人と比べてしまうことが多々あります。

ではどうすれば良いのでしょうか。
今回は自己肯定感を高める対策をお話ししますね。



～お知らせ～

新型コロナウイルスに関して

風邪の症状がある方は一度当院にお電話をお願いします。
感染防止の観点から、風邪の症状等のある方は自宅またはお車等でお待ちいただきます。ご協力よろしくお願い致します。



医師の不在のお知らせ

【外来医師の不在】

- 「 8 月 」
- ・ 13 日（木） 辻岡医師
 - ・ 15 日（土） 大竹医師
 - ・ 29 日（土） 河村医師
- 「 9 月 」
- ・ 1・2・19・26 日 大竹医師
 - ・ 19 日・26 日 中村医師
 - ・ 26 日・28 日 雨森医師

糖尿病教室中止のお知らせ

新型コロナウイルスの流行を踏まえ、2020 年は中止とさせていただきます。再開は未定ですが決まり次第お知らせいたします。



レジ袋有料化について

7月1日(水)より、レジ袋が有料になりました。
当院ではレジ袋1枚10円いただくこととなります。
ご理解ご協力をよろしくお願い致します。

