



新年あけましておめでとうございます

医師 矢部 光一郎



昨年は新型コロナウイルス感染症の影響などあり、外来診療に関して多大なご迷惑をおかけしました。皆様にもご理解ご協力頂きましたこと、改めて感謝申し上げます。まだまだ油断ができない日々が続くかと思いますが、スタッフ一同、当院でできる新しい環境構築を日々模索しております。今年も何卒よろしくお願いいたします。



さて、新型コロナウイルス感染症拡大の影響で外出自粛を余儀なくされる中、みなさんは、どのように年末年始を過ごされましたか？

私は、子供の影響で、今ブームになっている「鬼を倒す漫画」の塗り絵をしたり、ドンジャラというボードゲームをしたりして過ごしました。ご存知の方も多いかもしれませんが、この漫画はストーリーや世界観もさることながら、登場人物の名前が個性的であることにも注目されているようです。子供と一緒に遊ぶうちに、登場人物の名前を覚えていきましたが、難読で珍しい名字が多く、何度も子供に教えてもらってようやく主要人物の名前を覚えました。日本全国には様々な名字があり、聞いたことがないような珍しい名字に出会うこともあれば、見たことがある名字でも土地によって違う読み方をすることもありますね。私は、滋賀で勤務を始めてもうすぐ 2 年になりますが、外来や訪問診療の中で覚えていった名字や地名には、不思議な親近感を感じるものだなあと思い返す今日この頃です。

年末年始の風物詩といえば、お雑煮がありますが、これまた名字同様に、土地によって使う食材や味付けも様々ですね。皆様の馴染みのお雑煮はどんな味付けでしょうか。そして、お雑煮といえば、お餅でしょうか。人口動態調査によると、お餅による窒息死亡事故の4割近くが1月に発生しており、特に正月三が日に多く、女性より男性に多いことが明らかになっているようです。(参照: 消費者庁ウェブサイト)

お餅を食べる時には、

- ・小さく切り、食べやすい大きさにする
- ・お茶や汁物などで、喉を潤してから食べる
- ・一口の量は無理なく食べられる量にする
- ・ゆっくりよく噛んで飲み込む



といったことが注意点としてあげられています。みなさん気をつけられていることとは思いますが、今一度確認していただけたらと思います。そしてお餅に限らず、噛む力や飲み込む力は加齢によって弱くなりますので、普段から食事の様子に注意していくことも重要とされています。病気のことだけでなく、そういった生活上の変化の話も、お気軽に教えて頂けたらと思っております。





ひまわりとアメダス

看護師 宮井 由里子

毎日気になる天気予報。晴れるかな、寒くなるのはいつかな、とテレビやラジオ・新聞などで私たちが知る事の出来る天気予報。昔、「あ～した天気になーれ！」と靴を飛ばしていました。

今や技術の発達で、とても正確に近い天気予報が発表されています。宇宙を飛んでいる「ひまわり7号・8号」が働いてくれているおかげです。7号は平成22年7月1日から、8号は平成27年7月7日から正式運用が開始されており、わたしたちに正確な天気予報を送ってくれています。

ひまわりは上空約36,000kmにあり、地球の自転と一緒にいつも日本の上空にいます。言い換えると、日本からみるといつも同じ場所にあります。すごいですね。



みなさんはアメダスという言葉をご存知ですか？

雨だす、という方言ではありません（笑）

Automated Meteorological Data Acquisition System の略です。

私初めて知りました！アメダスは地上にあるのです！！

皆さんの住んでいる近くにもあります。全国に約1300ヶ所で降水量を観測しています。

他の天気予報に関する話はたくさんありますので少しずつこの場をお借りして皆さんに知ってもらいたいです。技術とロマンを感じます。

「これ違うよ！」という事を書いていたらいつでも言ってください。おしえてください。

～お知らせ～

医師復帰のお知らせ

1月4日より永嶋有希子医師が復帰されます。
月・水曜の午前の外来担当です。
よろしくお願いいたします。



医師の不在のお知らせ

【外来医師の不在】

「2021年1月」

- ・4日（月）……………山手医師
- ・5日（火）……………大竹医師
- ・12日（火）……………角田医師
- ・16日（土）……………中村医師
- 「2月」
- ・20日（土）……………中村医師
- ・20日（土）・22日（月）……………大竹医師



自動受付のご案内

受付にて自動受付の機械を設置いたしました。

診察券についているバーコードをかざすと自動受付がされるようになります。ご協力の程よろしくお願いいたします。

