



小田病院通信 ホームページ <https://oda-hp.com>

新年あけましておめでとうございます。謹んで新年のお慶びを申し上げます。

時の流れは早いもので、新型コロナウイルス感染症が発生して、4年目となってしまいました。現在もオミクロン株の流行が続いており、季節性インフルエンザも増えてきているようです。ワクチンの接種、マスクの着用、手洗いうがい等の感染予防が引き続き重要であることは変わりありません。また症状が出現した場合は、早めに抗原検査、PCR検査を行い、感染をなるべく広げないことも重要と思われます。当院では、今年もしくは、オミクロン株対応ワクチン及びインフルエンザワクチンの接種を継続していきますので、希望があればご相談ください。

今後も当院では、職員の感染対策及び院内の消毒は徹底的に行っており、皆様に安心して診療を受けていただけるよう努力してまいります。

今年も地域に密着したより良い医療、介護サービスを提供できるよう頑張っていきたいです。本年もどうかよろしくお祈りします。

院長 小田常人

り、逆もまた然りです) 2] 眠り足りなすぎ 3] 休みなさすぎ(疲れすぎ) 4] 食べ過ぎ・飲み過ぎ・吸い過ぎ (ちなみに一本でも吸いすぎです) 5] 噛まなすぎ (食べ物をよく噛むと免疫力が上がり、早飯はその逆です) 6] 喉の乾燥しすぎ (冬に加湿器無しで暖房使いすぎなど) 以上は身体的な理由で、残りの四つはメンタルです。 7] 心配しすぎ 8] 悲しみ過ぎ 9] 怒り過ぎ・イライラし過ぎ 10] 寂しがり過ぎ。

疑問、異論、反論を是非、外来でお聞かせ下さい。 医師 大国義弘

通所リハビリテーション ひまわり

新年あけましておめでとうございます。皆様には幸多き新春をお迎えのこととお慶び申し上げます。ご承知の通りここ数年、医療・介護業界も大きな打撃は避けられず厳しい状況が続いています。一方、経済活動は徐々に動き始め明るい兆しもある一年でした。

2023年の干支は「癸卯(みずのと・うさぎ)」といい、十干の最後にあたる「癸」は、雨や露など静かで温かい大地を潤す恵の水を表すそうです。そして「卯」は穏やかなウサギの様子から安全、温和の意味があります。またウサギのように跳ね上がるという意味があり、何かを開始するのに縁起が良く、好転するよい年になると言われているそうです。

患者様、利用者様が健康で幸せな年になりますように、そしてこれまでの努力が実を結び、飛躍する1年になることを願っています。 鈴木知也

認知症対応型デイサービス げんき

新年あけましておめでとうございます。皆様におかれましては、健やかに新春を迎えられたこととお慶び申し上げます。

昨年は前年から続き「新型コロナウイルス」感染拡大が生活に大きな影響をうけたことと思います。ワクチン接種が進み、少しずつ

(裏面に続きます)



コロナに負けない体作り

10月から第二土曜日の外来を担当させて頂くことになりました。

挨拶代わりに健康法をご紹介します。ハーバード大学教授が作った夫を早死にさせる10カ条

- 1) 太らせる
- 2) ずっと座らせる
- 3) 飽和脂肪酸
- 4) 塩分の多い食事
- 5) コーヒー
- 6) 酒
- 7) タバコを摂らせる
- 8) 休ませない・くつろがせない
- 9) 夜ふかしをさせる
- 10) 最後の仕上げに、年中、文句を言い続ける、を真似しました。

以下の10過ぎを避けるのです。

- 1] 冷えすぎ(体温が下がると免疫力が下が

つ感染状況が好転し回復の兆しが見え始めたかたもいらっしゃるのではないのでしょうか。新しい年が始まりました。今年の干支は「卯」です。卯は穏やかで温厚な性質であることから「家内安全」な意味を表し、跳び姿から「飛躍」や「向上」を象徴するために親しまれているようです。これまでのコロナ禍の数年間から大きく

「飛躍」し私たちの生活が大きく「向上」する年になって欲しいと願っております。デイサービスげんき一同は 感染対策をしっかりと行い、利用者様、ご家族様が毎日 元気に笑顔で過ごせるようお手伝いさせていただきたいと思っております。皆様のご健康とご多幸を心よりお祈り申し上げます。本年もどうぞよろしくお願い致します。 近藤佐知子

2023年1月診療担当表

	月 16 23 30	火 17 24 31	水 18 25	木 19 26	金 20 27	土 21 28	日 28 29
内科 小児科	平山 茂樹	小田 常人	小田 常人	小田 常人	小田 常人	小田 常人	小田 常人 7, 21, 28日 午後休診 大国 義弘 14日
皮膚科		長嶋 慶佳 午前・午後とも 25名様まで					
整形外科	亀岡 尊史			保住 寛 受付時間等 下記参照			
胃腸科		小田 常人	小田 常人		小田 常人		
病棟	平山 茂樹	小田 常人	小田 元彦	小田 元彦	小田 元彦	小田 元彦	

受付時間 午前 8 時 ～ 午前 11 時 30 分 午後 1 時 ～ 午後 5 時 30 分
 診療時間 午前 8 時 30 分 ～ 午後 0 時 午後 2 時 ～ 午後 6 時
 毎週土曜日は午前だけの診療です。午後は休診となります。

木曜日の 整形外科だけ 受付時間 午前 休診 午後 1 : 00 ～ 4 : 30
 診療時間 午前 休診 午後 2 : 00 ～ 5 : 00

※ 都合により担当医師・診療時間等に変更することがあります。 ※日曜、祝祭日は休診です。

診察をされる患者様は受付時間内にお越しください。

編集後記

書初め

冬休みの宿題の書き初め、経験ある方も多いと思います。書き初めは年が明けて新年に初めて毛筆で字を書く行事を言います。正確には1月2日にやるのが正しいそうです。昔は農家や商家は1月2日から仕事を始めたことから1月2日が事初めと言われているそうです。

1年の事初めの日には、その年の心構えや抱負などを書いて心に刻み込み精進するとうまくいくと言われているのです。その1年の事初めの日に書き初めをすることが定着していきました。字が上手になります様にとの願いも込められています。書き初めはその後どうしていますか？



お正月に書いた書き初めは左義長(さぎちょう)と呼ばれる小正月に行われる火祭り燃やします。どんどん焼きとも言われています。この時に火が高く上がって燃えると字が上達すると言われており、その灰が天高く上がることで抱負や目標が叶うと言います。

メールが普及している現代では字を書く事が減っています。今年は1年の初めに清らかな気持ちで新年の抱負を是非、書き初めに込めてはいかがでしょうか。(通所リハビリ 嶋崎)

オリンピック：リオデジャネイロ

2016年8月5日から8月21日までの17日間、ブラジルのリオデジャネイロで開催。

206の国と地域から約11,000人が参加し、28競技306種目が行われた。このオリンピックでトランスジェンダー選手の性別変更に関する基準を緩和して、性的適合手術を受けなくても出場を認めた

新競技または復活競技として検討されている7競技のうち、ゴルフ、ラグビー競技が投票により採用。次回開催国の日本から安倍晋三内閣総理大臣、小池百合子東京都知事、松野博一文部科学大臣が出席した。出典:ウィキペディア

発行：小田病院広報委員会 藤井
 鴨川市横渚880番地
 TEL 04-7092-1128
 FAX 04-7092-1031
 mail : sansikai@lily.ocn.ne.jp

