



理事長より

クリニックの運営に関する事で、お困りの点や疑問点が有りましたら、いつでもお気軽に理事長までお電話ください。

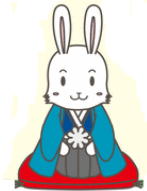
新年明けましておめでとうございます。皆様にはつつがなく新年を迎えられたことと心よりお喜び申し上げます。

毎年のことですが年の初めには、昨年までを振り返りつつ区切りをつけるとともに、新しい年をどう過ごすのか軽い不安と期待が入り混じる気持ちになります。本年は、平成13年8月に開業した当医療機関が開設後10年目を迎えます。私たちにとってこの区切りの年を迎えるにあたり、この10年間これまで数多くの方々に支えられてこられたことを改めて感謝するとともに、今後一層の精進をしていくこととなる気を引き締めなおしている次第です。

さて、医療および在宅医療を取り巻く状況は大きくこの10年間で変化しました。在宅での介護や医療を行う事業者や医療機関も急激に増えました。介護や在宅という言葉も本当に一般的にかたられるようになりました。

しかし最近では急激に一人暮らしや老人同士の世帯の方が増加しており、公的介護や医療だけでは、なかなか生活が続けられない方も増えております。今後だれもが安心して暮らし続けられる介護や医療とは何かを考えていく必要があると思います。

高齢化社会はまだ始まったばかりです。これから進展する高齢化社会における介護療養の意義や可能性をどこまで広げられるのか？私たちの試みはまだ始まったばかりと感じております。ぜひ今年も皆様の温かいご指導やご協力をお待ちしております。



はなぶさ ひろお
理事長 英 裕雄

銀座ヒロクリニック院長より

明けましておめでとうございます。寒さも日に日に厳しくなり、本格的な冬の到来を感じます。

昨今はマラソンブームのようで、皇居周辺を走っているランナーを多く見かけます。2月下旬には3万人以上が参加する東京マラソンも開催されますが、年々参加するための申し込み倍率が高くなっているようです。今年は当法人の職員の一人が見事抽選に当たり、出場できることになりました。日頃の走り込みの成果を見せてくれることと思います。

より良い医療が提供できるよう、日々の診療を大切にしたいと考えております。本年も宜しくお願い致します。



銀座ヒロクリニック 院長 しいい とおる
椎井 徹

本郷ヒロクリニック院長より

新年あけましておめでとうございます。
本年もよろしくお願いいたします。
冷たく澄みわたった空気が頬を包み、霜柱を踏みしめながら冬という季節を感じることができます。今年もちゃんと冬の季節がやってきました。しばらくはこの寒さがつづくと思われまますので、洋服や掛け物でこまめに体温調節をするようにしましょう。

新年にあたり、新しく「おとな」として認められる「成人の日」ですが、戦後1948年が始まりとされています。冠婚葬祭の「冠」にあたる行事で、平安時代からおこなわれていた「元服」（男子は15歳で子どもの頃の髪型や服装を大人の物に改め、女子は「髪上げ」といって13歳前後に大人の髪型にする）が由来と言われています。お正月の満月の日にあたる小正月（こしょうがつ）の1月15日に元服の儀をおこなっていたために、1999年までは15日が「成人の日」でした。

2000年にハッピーマンデー制度が導入され15日が成人の日になることはなくなってしまいました（「成人の日」は1月第2月曜とされました）。様々な経緯によってかわってきた古くからつづく「おとな」になる文化について考えてみることで、新たな気持ちでいろいろなことに取り掛かることができるのかもしれない。ご自分の「成人の日」思い出すことができましたか？



本郷ヒロクリニック 院長 たにかわ ふとし 谷川 太志

リハビリだより

皆様、あけましておめでとうございます。
今年も宜しくお願い致します。
今年のお正月はどのように過ごされましたか？
私は実家で雑煮、あんこ、ずんだ、ごま、納豆、大根、葱、ホヤなどなどお餅を沢山食べてしまいました。東北人はお餅が好きなのです。でも、つきたてのお餅は大変よく伸びるので喉に詰まらせてしまわないように注意、注意。飲み込みは苦手だけどどうしても食べたい！という方には白玉粉やジャガイモを使った『もちもどき』などもお勧めですよ。

さて、2010年も無事に過ごせたということで昨年のリハビリ部門5大ニュースを振り返ってみたいと思います。

〔その1〕

リハスタッフ2人増員、過去最大の7人に！

〔その2〕

豊原PT第2子妊娠、またもや男児！？

〔その3〕

森島PT結婚、結婚式は大合唱

〔その4〕

永田PT大学院入学、末は博士か大臣か

〔その5〕

長濱OTパソコンの不調、原因は愛情不足

今年ものほほんニュースをお伝えできるリハビリでいたいと思います。

年を取ると1年があっという間に過ぎてしまう、とみなさんからお聞きします。私も「気がつけば12月」ということが増えてきたなあと感じるようになりました。が、そうはいつでも長い1年、なにか目標をもって過ごすのも良いと思います。

私の今年の目標は「焦って走らない」ことです。子どもを叱りながら引きずるように保育園へ送迎した日は、脳内大反省会…。そんなことがないように今年は余裕をもって生活したいと思います。仕事でも焦りは禁物、バイクで伺いますので事故防止のためにも余裕を持った行動をしたいです。

皆さんの今年の目標はなんですか？良かったら、訪問に伺うリハビリスタッフにも教えてくださいね。大きな野望から小さな希望まで皆さんのお役に立てたら嬉しいなと思っています。今年も1年、楽しく過ごしましょう！



とよはら りょうこ
理学療法士 豊原 亮子

～家族新年会～

私には、25年前に母親が他界して以来一人暮らししている父親と双子の妹たちがおります。私もそうですが、妹たちもすでに結婚して実家から離れております。だから普段はお互い離れ離れで生活し、行き来もほとんどないのですが、毎年お正月には、みんなが遠くはなれた我が家に集まることが慣わしになっています。

集まるのは父親、私や妹たち、そしてその子供と3世代ですが、それぞれの思いは若干異なります。甥たちやわが子たちにとっては大事なお年玉交換会ですし、父にとっては、私たち子供の近況を聞いたり、集まった孫たちの成長を確認することに格別の意義もあるようです。また私や妹たちにとっては、離れている父親が元気に生活できているかどうかが一番気になることなのです。

こうして親子3世代の異なった思いが交錯する家族新年会が今年も開催されました。

しかし、今年はちょっとしたハプニングがありました。80歳になる父親が、我が家に来るためのバスに乗ろうとしたとき、転倒してしまったのです。幸い怪我もなく、妹が手助けしてくれました。父はもともと足の動きが不自由だったので、決して人の助けを借りたくないという気丈な性格でした。でも今回は妹の手助けをかりなければならなかったようです。さらにアルコールが入り、足元がおぼつかなくなっている父親は帰りかけ、玄関先で再度よろけて尻餅をついてしまったのです。それでも気丈な父親は一人で帰るといつて聞きません。でもアルコールが入ったままで遠距離バスや電車を乗り継いで一人で帰ることは無理と説得して、結局私が車で送ることとなりました。

車で送りがてら、将来のことをいろいろ話し合いました。今後のために介護保険の申請をしたほうがいいとか、将来自分ひとりで生活できなくなったときにはどうしたいか？ など・・・。

これまでだったら、余計なことを言うなと怒られたでしょうが、今回はまじめに言うことを聞いてくれましたし、答えてもくれました。老いの準備をしなければならないことを父親も自覚していたのでしょう。私がこういう仕事をしていることは知っていても、これまで私のアドバイスに耳を傾けることはなかったのです。でも今は一人で実家での生活をこのまま継続したいというのが父親の強い希望でした。

実家に帰るのは久しぶりでした。これまで父親が尋ねてくるのが常だったので、私自身が実家に行くことはほとんどなかったのです。

さらに、父親一人だけの実家が荒れていく姿を見たくないという気持ちもあったかもしれせん。しかし久々に帰った実家はきれいに片付けられていました。父親は自分の居住場所だけではなく、今は使わなくなった2階の私たち子供たちの部屋まできれいに掃除をしていました。そしてさらにびっくりしたことに、住み慣れた実家の中では、父親はてきばきと動いているのです。

外で見る父親と実家で見る父親はまったく違ったのです。実家では何不自由なく動いていたのです。また父親の家に対するこだわりも改めて感じました。サラリーマンだった父親にとってマイホームは長年の夢でした。この家のために働いてきたという思いが強いのです。その家を守り生活していく。父親には何より大切なことなのです。

私たちは普段在宅という仕事をしています。しかし、時にはいろいろな病状や介護の関係が大事に見えて、家という意味が感じられなくなることがあります。今年のお正月は、父親の姿から改めて“家”の意味を感じた次第です。



はなぶさひろお
理事長 英 裕雄

その他

・兎の豆知識

ウサギは草食哺乳類で、およそ50種類の品種があり、体毛も茶、灰、白、黒など色々ですが、日本では古事記の「因幡の白兎」のように、白い体毛に赤い目をした日本白色種という品種がウサギのイメージになっています。白雪で体を作り、赤いナンテンの実を目に、葉っぱを耳にした「雪うさぎ」は、冬の風物詩ですね。



手軽でかわいい「雪うさぎ」は、雪だるまとは一味違う冬の風物詩

・事務連絡（相談窓口について）

医療費に関わることなど症状以外に生活上お困りのことがございましたら、相談窓口までご相談ください。担当の者より折り返しご連絡させていただきます。

（相談窓口：新宿ヒロクリニック ^{いいじま} 飯島まで）

TEL：03-5909-1220

アクセス紹介

医療法人社団 三育会 新宿ヒロクリニック

〒160-0023
東京都新宿区西新宿3-3-11
杉本ビル3F
TEL:03-5909-1220
（在宅・在宅医療相談室）
TEL:03-5909-1231（外来）
FAX:03-5909-1233
・JR線「新宿駅」南口徒歩7分
・地下鉄大江戸線「都庁前駅」徒歩5分

医療法人社団 三育会 銀座ヒロクリニック

〒104-0045
東京都中央区築地2-7-12
山京ビル3F 308
TEL:03-5551-1220
FAX:03-5551-1221
・地下鉄有楽町線「新富町駅」徒歩2分
・地下鉄日比谷線「築地駅」徒歩2分

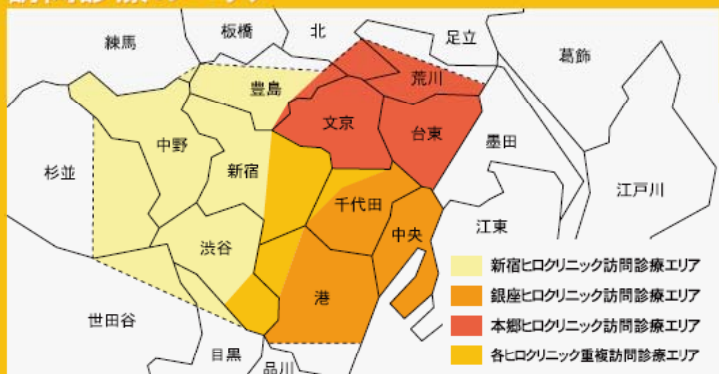
医療法人社団 三育会 本郷ヒロクリニック

〒113-0033
東京都文京区本郷3-17-11
Zビル2F
TEL:03-5805-1220
FAX:03-5805-1243
・地下鉄大江戸線「本郷3丁目駅」徒歩2分
・地下鉄丸の内線「本郷3丁目駅」徒歩3分



訪問エリア

訪問診療のエリア



その他の地域についてもご相談ください。対応可能な場合があります。

編集後記

新年あけましておめでとうございます。

今年は卯年です。この年はうさぎのように株価もぴよんぴよん跳ねるとか・・・!? 去年は学生さんの就職難など、まだまだ景気は低迷しましたが、今年は是非うさぎのように跳ね回って活気づいて欲しいですね。

次回（春号）は4月にみなさまのお手元にお届けの予定です。

ご意見・ご感想などありましたらお気軽にお寄せください。

冬号 vol.010 2011年1月発行
発行／医療法人社団 三育会
〒160-0023 新宿区西新宿3-3-113F
編集責任者／芝

