

皆さんは何に感謝しますか？

十一月二十三日は、国民の祝日のひとつ勤労感謝の日です。幼い頃の私達は、家族など身近な人々に対して「日頃のお勤めお疲れ様でした。今日は一日ゆっくりと体を休めてね。」といった意味合いで考えていました。私が今日あるのも両親の勤労にあつたと、身にしみて感じられるこの頃ですが、人生の大先輩である高齢者の方と接する中で「働き盛りの頃は、毎日のように早朝に起き、田仕事に出掛けてから急いで朝食を摂り、会社出

11月23日



勤労感謝の日

勤し、昼休みの間に買物を済ませ、勤務を終えてからまた田仕事を忙ししい日々であった。けれど今思えばあの頃が一番充実していたように思えるのよ。」と、思い出話に花が咲いたのを思い出します。勤労感謝には、「勤勞をして頂くお陰の感謝」と「元気に勤勞させて頂ける感謝」の二つの意味合いがある事に気付かされた場面でした。

日々働ける喜びに感謝しながら、またその中で、年に一度勤勞感謝の日ぐらいは、自分自身にちよつとだけご褒美を…つていうのも良いかもしれません。日頃の疲れを癒し、きつと考えをプラス思考に変えてくれる事でしょう。「ありがとう」の気持ちを大切に、これからも汗を流す喜びに感謝したいと思います。

(介護福祉士 長瀬智恵子)

スタッフ紹介

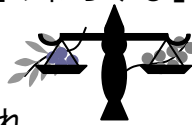
八月中旬から勤務しております医療事務の原田千恵子(ハラダチエコ)と申します。自分も含め、周りにいる人達が病気になるた事をきっかけに医療の大切さに気づき現在に至っています。毎日、慣れない事ばかりで大変だと思つ事も多々ありますが皆様に助けられながら頑張っています。

趣味はドライブをしたり、音楽を聞いたり、インターネットをしたりする事です。音楽は主にバラード曲が好きで最近はずわんざの曲を聞いて元気をもらっています。

休日には島外に出て、おいしい食べ物屋さんや、服屋さんなど色々なお店を探しています。淡路とは少し違った環境で気分転換出来ます。ですが淡路に帰ってくると落ち着くので私は淡路が一番好きです。

こんな私ですが、これからもっと自分の視野を広げ、一生懸命頑張り、少しでも皆様の力になれるよう頑張りたいと思いますのでよろしくお願ひ致します。(医療事務 原田千恵子)

漢方入門 ③③ 「関節の痛みをやわらげる」



高齢になると関節の痛みに悩む人が増えてきます。痛みがからだの異常を知らせる信号といわれますが、どんなに調べても原因となる病気が見つからない関節痛などに悩む人も大勢います。その背景には関節運動を支える筋力の低下、過労やストレスなどがあって、慢性的な痛みという形で現れています。

西洋医学的には、原因となる病気がないかを調べ、病気があればそれを治療し、病気とは関係のない痛みに対しては、マッサージや運動療法その他、鎮痛剤、末梢循環改善剤などを使います。

一方、原因となる病気がない場合の体の痛みは漢方治療が得意とするものです。冷え性の人関節・腰の痛み→当帰芍薬散(トウキシヤクヤクサン)、加味逍遙散(カミショウヨウサン)、冷えによって増す腰痛、関節痛→当帰四逆加呉茱萸生姜湯(トウキシギヤクカゴシュユショウキョウトウ)、緊張性の頭痛、肩こり、関節痛など→葛根湯(カクコントウ) 水ぶとりの関節痛→防已黄耆湯(ボウイオウギトウ)、精神的ストレスが原因の痛み→半夏厚朴湯(ハンゲコウボクトウ)、柴胡桂枝湯(サイコケイシトウ)等を用います。関節の痛みでお悩みの患者様がいらっしゃいましたらお気軽にご相談ください。

曾山医院

胃腸科・外科・内科・肛門科

〒656-2131 兵庫県淡路市志筑1391-9 ☎0799-62-5566

編集委員会

岡崎博子 谷岡尚子
 荷出真巳 赤松陽子
 西岡博子 棟近成氏