

健診結果、 放置しないで

みなさん健診結果は見ていますか？もし異常を指摘されたら病院に受診していただけますか？

健康診断の結果で「要再検査」があっても「忙しいから」「暇がない」など、ついつい受診を後回しにする場合がありませんか？でも後回しにすると本当に病気が隠れている場合、その病気が進行する可能性があります。

健診の結果で「要再検査」とある場合、その検査結果が一時的な変動のものか病気が隠れているかを確認するための検査を勧められます。また「要精密検査」となった場合、適



切な対処法を確認するために精密検査が必要で早めに検査を行い適切な治療を行うタイミングを逃がさないように勧められているのです。逆に「要医療」の場合、放置していると悪化する可能性があり、出来るだけ早く医師の適切な指示を受けることで早期の治療・回復が期待できることをいいます。

「再検査」と聞くと皆さん「検査のやり直し」と思われがちですが特定の病気を疑われた場合、その真意を調べるものなのでくれぐれも軽視せず、健診の結果は正常でも異常でもかかりつけ医で診てもらおう事が大切です。(看護師 藤島 敦子)

気付き

ビジネスの世界では、よく「気付きが大切」と言われますが、自身や自身の職場を改善するためにも、この「気付き」が必要とされており、曾山医院でも職員による「気付きノート」の記載が継続されています。

「気付き」には、大きく分けると2つの種類があり、1つ目は、何の前触れもなく突発的に起こる気付き。2つ目は、何かし

らきっかけによって起こる気付きですが、問題に気付かない事には反省も対処もできません。

「気付き」を意識的に起こすには、①物事を細かく観察すると、何かしらの変化を見つける事ができる。②問いかけは新しい視点で考えることになり、気付きが生まれやすくなる。③物事を今までとは異なる角度や視点で見たり、聞いたりすると、新しい何かを感じ、気付きが起

こるきっかけになる。「気付き」が起きた時のメリットとしては、①今まで当たり前だと思っていた事に新しい発想をもたらす事ができる。②見出せなかった答えが突然見つかり、八方塞がりだった問題の解決につながる。③ネガティブな出来事の中にもポジティブな意味がある事に気付き、成長できる。

確かに様々な事に気付けるようになれば、相手の気持ちにな



って物事が考えられるようになる気もしますね。気付きや気遣いがスマートフォンに出来る方は素敵ですし、憧れます。せっかく手にした「気付き」が、指の隙間からこぼれ落ちないように、自身もメモに書き取り、記録を残すクセをつけたものです。(介護福祉士 長瀬 智恵子)

趣味はDIY



DIY=Do it yourself。自身で物を作ったり修繕すること、よく知られている言葉で言うなら日曜大工でしょうか。

以前より興味がありこれまで棚の色と取手を自分の好みの物に替えたり、棚を作ったり、壁紙を貼り替えたりしてきました。

先日も息子と机と椅子の色を塗り替えたところです。DIYは自分の好きな物、ぴったりのサイズのものが手に入る所が嬉しく、楽しいです。また完成したときの達成感は想像以上です。作業中は無心になれるので、多忙な日々の中の貴重な時間です。

知識や技術があるわけではないので品質はあまり良くないかもしれませんが、それがまた愛着を湧かせたりもするのですが、やはり品質は向上させたいものです！

なかなか時間を作るのは難しいですが、ただの「多忙な毎日」ではなく趣味とのバ

ランスをとり、「充実した毎日」にできるよう日常をほどよく、がんばりたいです。

(医療事務 福井 真巳)



予約は
こちらから

電話：0799-62-5566 (診療時間内)
インターネット・携帯電話：<http://www.ukr.jp/soyama/> (24時間対応)
携帯電話からは右のQRコードからでも予約できます

