

## 健康ふれあいフェスティバル開催のご案内

第38回小鹿野町健康まつり・第35回町民輪投げ大会

## テーマ「みんなで延ばそう健康寿命」

## ～自分のからだと向き合う令和～

第38回小鹿野町健康まつり・第35回町民輪投げ大会を10月27日（日）に病院内及び駐車場周辺で開催します。

健康まつりは、町民の健康意識の高揚と町立病院へのご理解を深めていただくことを目的としています。病院に来て施設内をご覧いただくとともに各種イベントに参加して健康意識を高め、また、病院職員・町の保健課福祉課職員等とふれあっていただきたいと思います。



主な催し物として、健康の指標となる各種検査・測定や、町民の皆さんが楽しみながら健康の知識が身に付く体験コーナーがあります。他にも、健康はつらつライブ、即売コーナーなど盛りだくさんです。ご家族、ご近所お誘い合ってぜひご来場ください。

日時：10月27日（日）

9時30分～13時

輪投げ大会開会式 8:30～

会場：町立病院・保健福祉センター



輪投げ大会は、3人一組の団体戦（一般の部・高齢者の部）と個人戦を行います。

※輪投げ大会の参加には事前の申し込みが必要です。詳しくは、10月発行の広報、地区回覧をご覧ください。

今年度も、埼玉医科大学国際医療センターとの共催で、ビタミンB1等の調査を行います。同意していただける方には無料で採血検査を行いますので、ご協力をお願いいたします。

## 外来からのお知らせ

令和元年8月23日現在

## 休診

耳鼻咽喉科：9月 2日（月）塩谷Dr.

耳鼻咽喉科：9月 3日（火）荒木Dr.

総合診療科：9月13日（金）平田Dr.

## 休診

総合診療科：9月26日（木）黒沢Dr.

総合診療科：9月26日（木）午後外来

※受付、外来、会計では、誤認防止のため氏名でお呼びしております。

不都合のある方は番号でお呼びしますので、受付職員にお申し出ください。

29 《 見方をちょっと変えて・・・ 》

8月は本当に暑かったですね。病院には熱中症の方も結構運ばれてきました。そうかと思えば、台風がいくつも上陸。明らかに異常気象が続いています。年配の方からは「昔はこんなに暑くなかった」という言葉をよく聞きます。

さて、先日のとある新聞に、私も少し面識のあるホスピス医が「しぶとく生きる」と頑張っておられることが記事になっていました。その先生の名は大橋洋平さん。ホスピスで緩和ケア医として働きながら、ご自身もがん末期で闘病中です。残された時間が短いながらも、「緩和ケア医が、がんになって」という本を出版されたというのです。記事には「今までのようには生きられなくても、人間は新しい希望を見つけて生きられる。私（大橋先生）にとっては本の出版。『しぶとく生きる』ことを、お互い頑張ろうって伝えられたら」とありました。

「癌」という病気は、世間の方々からはかなり嫌われています。そもそもこの「ガン」という響きがよくないと、私が1年間学んだホスピスに入院していたある患者さんが言っていました。「癌になってしまった事は仕方ないし受け入れているけれども、『ガン』という響きがいや。どうせなら『ガン』を『ぽん』という言い方にすればいいのに。私、胃ぽん、あなた肺ぽん、なんてね」。なるほど、ちょっとかわいい。しかもあまり痛そうにもないですね。（癌になった人みんなが痛みを経験するわけではありません。4人に1人は最期まで痛みがでないといわれています。）

こうして言い方や考え方をすこし変えることで、一般に抱かれているイメージを変え、さらには生き方すら変えることはすごい手法だと思います。

人生には3つの坂がある。上り坂、下り坂、まさか。というのは有名ですね。人生の中で思いがけないことはよく起こります。

前述した大橋先生は、私が学んだホスピスで、私より1年先に学んでおられました。新聞に掲載された写真は、以前からは想像がつかないほど痩せておられましたが、その笑顔は輝いていました。

坂道をどちらから見る？ まさかのことがあっても自分を肯定しながら生きてる？ そんなことを教えてくださっている気がします。

院長 内田 望

☆ 年に一度は「人間ドック」を受けましょう ☆

お問い合わせ：総合健診センター（病院内）

直通電話：72-7510

〈発行〉 国保町立小鹿野中央病院 〒368-0105 埼玉県秩父郡小鹿野町小鹿野300番地

電話 0494-75-2332 FAX 0494-75-3313

〈ホームページ〉「国保町立小鹿野中央病院」で検索、または「小鹿野町」のホームページからどうぞ。