



思いつくまま 65
気のむくまま

…ドクター内田のひとりごと…



心に貯金を、辛さ(つらさ)を幸せに

9月になりました。皆様いかがお過ごしですか?雨が多くむむした日もあれば、晴れたら暑くてやんなっちゃう日もあります。なにより天気に関係なく、7月中旬から爆発的に拡大したコロナ第7波に翻弄された1カ月でした。

さて、先日私の外来に通院している目の不自由なOさんからこんな言葉を聞きました。「障がい者は思い出を更新しながら生きています。コロナ禍で人と話すことが減り、訪問にも来てもらえずいま思い出を更新できないんです」。その言葉を聞いて、これは障がい者にかかわらず全ての人に当てはまる言葉だなと思いました。私たちも、毎日の生活で強く印象のあったことを思い出として心に貯金しています。またそのことを生きるエネルギーに変換していることすらあります。

そうはいつでも、楽しかった思い出ならまだしも、つらい思い出はできるだけ心の中には蓄えたくありません。嫌なことには目を閉じてしまう生き方をしている私ですが、ある本を読んで目からうろこが落ちました。それは、岸田ひろ美さんの「人生山あり谷あり家族あり」という本です。ダウン症の息子さんを持ち、最愛のご主人を39歳で亡くし、ご自身も大動脈解離という大病を患い、手術の後遺症で車いす生活をしているのですが、前述の著書の中でとにかく前向きに日々を過ごされている様子が綴られていました。

彼女が「歩けなくてもできること、車椅子の私にしかできないことはなんだ?何かないかな?」という気持ちになるために

は、様々なエピソードがありました。「車いす生活になってまだ間もないころ、死んだ方がましだったと娘さんにこぼした時、『死んだ方が楽なくらい、ママが苦勞してしんどいの知っているから、死んでもいいよ。でも私にとってママはママだから。歩いてても歩いてなくてもママはママで、変わらず私を支えてくれるから…(中略)、だから大丈夫』…。娘さんからの「死んじゃダメ」とは真逆の言葉に、生きているだけで娘の役に立っていることがあるかもしれないと気付かされたというのです。

この本には、私たちが日常生活で困った際にも手助けとなるようなヒントがたくさんちりばめられていました。少し紹介しますと、「落ち込んでいる時に明日何をしたいのか考える」「元気がない時は無理して元気になろうとするのではなく、勇気をもっていつもよりおしゃれをする」「変化は慣れると役に立つ」「今日も全力で自分を褒める」…等々。なるほど。さらに、「誰かを大切にできるのは、誰かから大切にされた人」「この世で最も尊く、美しいのは、誰かのために何かをしたいと願うこと。そして、そうすること、そうされること」「これからの時代に求められるのは『優しい人』」など家族への愛、周囲の方々への愛に満ちた内容で、読み終わった後、つらさを幸せに変えるエネルギーをもらいました。そして「辛い」という字に「一」を足せば「幸せ」、と誰かが言っていたのを思い出しました。

皆さんにとって、幸せな思い出が更新される1カ月になればいいですね。今月も頑張りましょう。

院長 うちだ のぞむ 内田 望

外来からのお知らせ

休診 (令和4年8月9日現在)

- 9月6日(火)耳鼻咽喉科 荒木先生
- 9月8日(木)総合診療科 萩原先生
- 9月9日(金)総合診療科 山下先生
- 婦人科 黒崎先生



9月19日(月・祝)、23日(金・祝)は、外来を休診します。

最新の休診情報は、町立病院のホームページ「診療日カレンダー」でお知らせしています。

※休日急患当番医は次のページをご覧ください。

発熱外来

発熱や咳など呼吸器症状等のある人は、午後2時から4時までの間、発熱外来で対応します。必ず、事前にお電話(☎75-2332)いただき受診方法をご確認ください。

予約受付時間は、午後2時までになります。

ただし受付人数を超える場合は、午後2時前に受付が終了する場合があります。

〈お子さんをお持ちの人へ〉

小児については、小児科医による診察が望ましく、かかりつけ小児医療機関や埼玉県新型コロナウイルス感染症県民サポートセンター☎0570-783-770(24時間対応)に電話などでご相談ください。