



問合せ ● 国保町立小鹿野中央病院(小鹿野町小鹿野300番地)  
☎75-2332 FAX75-3313 小鹿野中央病院 検索



### ドクター内田のひとりごと 青い時間

新年度あけたかと思ったら、もう1カ月が経ちました。外を見渡せば新緑です。新たな状況に置かれた方々、少しはその環境になじめているのでしょうか？

さて、先日思い立って、普段車で走る道を歩いてみました。そう、秩父から小鹿野まで歩いてみようと思ったのです。秩父市の矢尾百貨店を出発し、佐久良橋を渡って別所から巴橋方面へ進みます。その後ミュージックパーク方面に上がっていくのですが、その坂のきついこと。普段は車で1分の距離でも、歩くと10分以上かかります。1時間以上歩いてミュージックパークのテニスコートの手前で断念。情けない話ですが、そこで家族に迎えに来てもらいました。しかしその間、いろんな気づきがありました。歩くしかなかった昔に比べいかに車が便利であるかということ、わずかな坂道でも歩くとけっこうつらいこと、歩道は場所によっては狭かったり意外と段差があることなどなど。そういえば2014年2月の大雪の際は、病院まで何時間もかけて歩いて出勤してきたスタッフがいました。その責任感に頭が下がる思いです。

話は変わって、先日占部まりさん(内科医で日本メント・モリ協会代表理事)という方の対談の記事を読みました(婦人之友2023年3月号)。その中で占部さんは「青い時間」について語っていました。実は1日に2回、青い時間がある。暗い夜から朝焼けが始まる前の少し静かな時間、そして夜が始まる前。そのような時間は、例えば青菜をお湯に入れると一瞬だけ透明度が増す時、その瞬間に青菜を引き上げるととてもおいしいけど、それ

を過ぎると色が変わってしまう。自然分娩でいい状態の時、助産師さんも妊婦さんも立ち会っている人も、みんなが一瞬静かになる時間。自然な死に立ち会っていてもそんな時間がある。つまり「青い時間」とは、物質が変わるときにやってくる「はざまの時間」だということです。確かにそういうふうにと考えると、物事には何ごとにも「時」がある気がします。

#### 時というものは、それぞれの人間によって、それぞれの速さで走るものなのだよ

(シェイクスピア:英国の劇作家、詩人)

#### 速度を上げるばかりが人生ではない

(マハトマ・ガンジー:インドの弁護士、宗教家、政治指導者)

#### 時の言うことをよく聞け。時は最も賢明なる法律顧問なり。

(ペリクレス:古代アテネの軍人・政治家)

自分に少し負荷をかけて、普段と違うことをやってみて、そこで気づきがありました。ともすれば速いほうがいいとすら考えられる今の時代、わずか1時間歩いただけで見えたものがありました。私にとっての青い時間だったのでしょか。

私の外来には、「毎朝4時半に起きて1時間以上散歩してます」というご婦人がいます。彼女は、青い時間を見たことがあるか、今度聞いてみることにしましょうか。今月も頑張りましょう。

院長 うちだ のぞむ 内田 望

### 思いつくまま 気のむくまま

## 外来からのお知らせ

### 休診 (令和5年4月14日現在)

5月18日(木)耳鼻咽喉科 水足先生

5月3日(水・祝)~5日(金)、26日(金)総合診療科 植木先生

### 変更

5月6日(土)→13日(土)眼科 水川先生

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、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。  
対応時間 ● 13:30~(受付時間:8:30~14:00)

### 〈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。

## 新任医師紹介

### 瀬戸那由太先生からのメッセージ

今年度より町立小鹿野中央病院に赴任しました瀬戸と申します。4年前の1年間当院で勤務させていただき、その後秩父市立病院、深谷赤十字病院、自治医科大学附属さいたま医療センターを経て、ご縁があって再度勤務させていただくこととなりました。

他の医療圏での勤務経験から感じたこととして、小鹿野町は地域包括ケアシステムがとてよく整備されているということが挙げられます。医療・福祉・保健が密に連携できているため、迅速できめ細かい対応が可能なのだと思います。これは他に例を見ない、小鹿野町ならではの大きな魅力だと考えております。私は内科医として総合診療科の外来、入院対応、訪問診療、内視鏡検査などを担当させていただきますが、そうした業務によって地域包括ケアシステムの一員として町民の皆様の健康活動のお役に立てればと思っております。

コロナ禍でまだまだ先の読めない世の中ではございますが、医療者としてできることを精一杯取り組んでいきます。皆様にご不便をおかけすることもあるかもしれませんが、どうぞよろしくお願い致します。



### 本浄桃里先生からのメッセージ

今年度から小鹿野中央病院で勤務させていただきます、本浄桃里(旧姓 津野)と申します。2021年度に総合診療科で勤務させていただき、昨年度は深谷赤十字病院救急科での勤務を経て、今回1年ぶりの赴任となります。お久しぶりの方もいらっしゃると思いますし初めましての方もいらっしゃると思います。

以前の勤務の時に、小鹿野町の人々の温かさや豊かな自然を感じ、とても充実した日々を過ごさせていただきました。医療・保健・福祉の連携が取れており、患者様をより近くに感じることのできる当院でまた皆様と関われること・学ばせていただけることを大変嬉しく思っております。

微力ではございますが、皆様の健康や生活を少しでも支えられるように尽力させていただきます。お困りごと等あればご相談ください。至らぬ点もあるかと思いますが、日々精進してまいりますのでどうぞよろしくお願い致します。



### 森寛之先生からのメッセージ

はじめまして。今年度より町立小鹿野中央病院の総合診療科に赴任致しました森寛之と申します。誠に恐縮ながら、この場をお借りして皆様へのご挨拶とさせていただきます。

私は小学生の頃、100歳を超えていた曾祖母の影響で医師を志しました。曾祖母がお世話になった病院のスタッフの皆様はいつも温かく親身に対応して下さい、大変感銘を受けたことを鮮明に覚えております。患者様に心から寄り添える医師を目指し、自治医科大学に入学し、現在に至ります。出身は山口県でございますが、ご縁がありまして小鹿野町で働かせていただけることになりました。秩父郡での生活は始まったばかりではございますが、お会いする皆様の人柄の良さや美しい景色などに惹かれ、当院で働けることを大変嬉しく思っております。

皆様が健康で楽しく生活を送っていただけますよう、精一杯尽力させていただきます。日常生活で少しでも体調に異変を感じた際はお気軽にご相談ください。勤務当初はご迷惑をおかけすることもあるかと思いますが、どうぞよろしくお願い致します。

