



ねこだけ通信

南郷谷リハビリテーションクリニック便り

令和5年 6月発行 第5号

貴方を待っている人は誰もいない

運転免許更新のお知らせハガキが届いた。5年ぶりに免許センターに行かなければならない。「優良運転者」の特典として30分の講習と3千円の手数料で済むらしい。幸いな事に、ここ数十年無事故・無違反で過ごしてきた。その結果自動車保険のノンフリート等級は上限の20等級を維持している。保険料がこれ以上安くならないのは、ちょっと残念だ

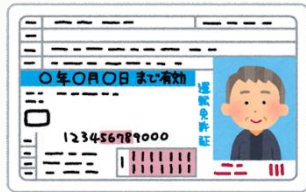
当院の職員のうち数名は熊本市内から通勤している。彼らは毎朝40kmの道のりを運転して職場にやって来る。出勤途上ラジオでは「朝の交通渋滞が始まっています。保田窪北交差点を先頭に3kmの渋滞、明午橋では・・・」と交通情報が流れる。彼らには、運転中スマホは触らないこと、疲れたらコンビニの駐車場で休憩を取ることを繰り返し伝えて



交通事故に遭い、後遺症のためにリハビリに通う患者さんがいらっしやる。機能回復を図り、併せて症状の緩和を目指す。



MRI検査では「異常なし」と告げられたものの「頭が痛い」「首筋が重たい」「打撲した肩が拳がならない」といった症状を訴えられることが多い。いつまでこの症状が続くのか、見通しが立たないことで気が滅入る。貰い事故の場合は、更に遣る瀬無さが募り、メンタルにも影響を及ぼしかねない。



傍若無人な運転をする人がいる。ブレーキを踏ませるような急な割り込み。信号が赤に変わりかけているのにアクセルを踏んで交差点を突っ切る。前を走る車の距離を極端に詰める「煽り運転」。何をそんなに急いでいるのか。

「あの人はハンドルを握ると人が変わる」というが、これは誤り。元々その人が備えている攻撃性が「車」という「鎧（よろい）」をまとうことによって、増幅され顕在化しているに過ぎない。そんなに煽っても到着時間は数分と変わらない。残念ながら、1分1秒貴方と逢うのを待ち焦がれている人は誰もいない。



交通標語の名作を一つご紹介しよう。
「お土産は 無事故でいいお父さん」
心穏やかな運転を心がけた。因みにこの標語、家族へのお土産をうっかり買い忘れた時、自ら唱えることも出来る。



老けている人は寿命が短い

デンマークのクリステンセン先生の研究論文を紹介します。先生は70歳以上の同性の双生児1800組余を対象に、見た目年齢と身体・認知機能、白血球のテロメアの長さの間に相関があるか否かを調べました。

双子の顔写真を看護師20人、若者10人、高齢者11人に見せて年齢を推定してもらいました。どのグループに見てもらっても「双子間の見た目年齢が実年齢とかけ離れているほど、双子のうち、より年老いて見える方が先に死亡する可能性が大きいようだった」という結果でした。

「老けて見える」かどうかは、喫煙の有無が影響するところが知られています。喫煙によって真皮のコラーゲンが破壊され肌がくすみ、ほうれい線が深くなります。喫煙者は平均寿命が10年短いと云われますが、見た目も10歳老けて見えている訳です。

参考文献…『高齢者診療で身体診察を強力な武器にするためのエビデンス（第2版）』上田剛士著



スタッフ紹介

よろしくお願ひします

リ八部 村上 睦子

私は、村上睦子と申します。「親睦を深める」〓「みんなと仲良くなれる」様にと、祖父が付けてくれた名前です。

出身はチキン南蛮でおなじみの宮崎県宮崎市で、結婚を機にここ高森町に引っ越して来ました。私には、夫と二人の娘がいます。1人目の出産は壮絶で、40時間の戦いでした。辛い出産だったので二度と子供は産まないと思っていました。2人目を授かりまたあの思いをするのかと不安に思っていました。「2人目は1人目の半分くらいの時間で産まれることが多いから、大丈夫！」と友人から聞いて安心していただけですが、その話を鶴呑みにしていた私がバカでした。しっかりと1人目と同じ出産時間で、しっかりと苦しませて頂きました。出産直後でヘトヘトになっていた私に、助産師の方から「次は男の子だね！」と満面の笑みで言われたので、分娩台に横たわりながら「もう産みません！」と号泣し、大笑いされたのを思い出します。そんな可愛かった(過去形?)娘たちも、今年19歳と16歳になります。



昨年4月に当院に入職し、一年が過ぎました。リハビリ助手のお仕事と通所リハビリの朝・昼・夕方の送迎をさせて頂いております。利用者様のお宅を覚えるのは大変でしたが、今では世間話をしながら、四季にふれながら運転することがとても楽しいです。

今、通所リハビリの利用者様の間では「木目込みパッチワーク」という作業にはまっている方が数名いらっしゃいます。難しい作業にも一生懸命取り組み、分らないところや難しいところがあると、至る所から「村上さくらん!ちよつと来て!」「村上さくらん!助けてー」と声をかけられます。作品が完成した時の利用者様の笑顔はとても素敵です。そんな時間を共有できてとてもうれしく思います。

私は、患者様・利用者様に笑顔や元気を届けられる存在になりたいと思っております。若い理学療法士の皆さんにパワーをもらいながら、楽しく明るく仕事をできればいいなと思っております。

何か、お気づきの点や、困っていることがありましたら、遠慮なくご相談ください。皆様の笑顔の為に精一杯頑張りますので、どうぞよろしくお願ひいたします。

スタッフ紹介

感謝

事務部

中島 千寿

私が南郷谷リハビリテーションクリニックに入職して2年が経ちました。私が当院の医療事務として働き始めた頃は新型コロナウイルスの流行真ただ中で、外来窓口には感染対策としてアクリル板がおいてあり、検温は毎回欠かせないものでした。徹底した感染対策も今年に入って緩和され、入職した時から当たり前のようであったアクリル板が外されたときは、あらためて2年という月日の流れを感じました。

仕事に関しても、はじめは不慣れなことが多かったのですが、周りの先輩が丁寧に教えてくださるおかげで日々、仕事を終えることができていきます。私を温かく迎え入れてくださったスタッフの皆さんへの感謝の気持ちを忘れずに、今後も精進してまいります。



4月から受付開始時間が8時から8時半にかわり、朝一番最初に外来窓口立つ役割を私が担うこととなりました。患者様のご理解、ご協力のおかげで、スムーズに窓口を開けることができています。心より感謝申し上げます。

私は南阿蘇村から高森町まで通勤しています。病院までの道にはスーパーなどのお店が多く立ち並び、利便性が高く、買い物しやすいところと周知の良さを感じています。私は漫画を読むことが好きなので、昨年の8月まで営業していたアスカの本屋さんには、仕事終わりによく立ち寄り、お世話になりました。高森町にはまだまだ知らない良いところがたくさんあると思うので、これからもっと知っていききたいです。そしてそこで得た知識を活かし、一人もの多くの患者様のために、自分ができていることを精一杯頑張っていきたいと思っております。今後ともよろしくお願ひいたします。

