

「地域のみなさま」とのコミュニケーション広報誌！



と も に TOMONI

国家公務員共済組合連合会
横浜南共済病院

Vol.10

~特集①~
散策のススメ

明治六年、学びの灯、ここに四つ
金沢の小学校のはじまり

~特集②~

感染症から命を守った人

知られざる ナイチンゲールの教え

ご自由にお持ちください。

SUNCOAST
AUTHENTIC
BURGER
CAFE
SINCE2016

サンコースト(SUN COAST) in 富岡

特集①
散策のススメ

創立153周年
since1873

明治六年、学びの灯、ここに四つ
金沢の小学校のはじまり

時代が世界を向いた！明治の人たちが動いた！



男の子も、女の子も
農家も、漁師も！
すべての子どもに教育を！

江戸時代幕末、日本に開国を求めて横須賀市浦賀にペリーが来航しました。当時、大騒ぎになったのですが、このことが新しい時代の幕開けでもありました。

明治政府は、「国民の知識と能力が低ければ、国は独立を保てない」という危機感を持つようになり、「すべての人が学ぶことが、国を強くする」という考えのもと、明治5年（1872年）「学制」が公布されました。いわゆる、日本初の近代的教育制度です。

現在の金沢区内4つの地域（六浦・金沢・金沢・富岡）では、この「学制」を受け、ほぼ同じ時期に由緒ある寺院の一角で、学舎として小学校をスタートしています。この時代、近隣の地域で複数の学舎が始まることは全国的にも珍しいとのこと。

今回は、創立153年を迎える小学校と開校にゆかりのある寺院を巡る散歩道をご紹介します。



日本全国にある小学校。それは、大きな国家プロジェクトとして、明治6年に始まったんだって！そのころほぼ同時に創立された4校を訪ねてきました。



持明院



満蔵院



龍華寺



光傳寺

なぜ明治政府は、急いで全国に学校を作ったの？



『みなみフェスタ2025』開催！

昨年11月8日（土）に今年で4回目の「みなみフェスタ」を開催！遊びに来てくださった皆様ありがとうございました！



はい、チーズ！

毎年開催を楽しみにして下さる、フェスタファンをはじめ、多くの方にご来場いただきました♡アンケート結果では、20～40歳代は、家族で子供と一緒にゲームに参加した方が多く、50～70歳代は、けんちゃんバンドや市民公開講座と同時にご自身の身体測定に係ることを経験されたようです！これからも、健康的に過ごせる地域社会を皆様と共に考えつづける病院でありたいです！

CONTENTS

- P3 ～ 特集① 散策のススメ～ 明治六年、学びの灯、ここに四つ 金沢の小学校のはじまり
- P6 ～ 特集②～ 感染症から命を守った人 知られざるナイチンゲール
- P8 ～ ちょっと知っとこ～ これって保険範囲内なの？ 会計窓口で支払うお金の中身
- P9 地域と共に①…『病院だより』 人間ドックを受診してみませんか？ 他
- P10 地域と共に②…『ご近所グルメ &スイーツ』 kiln (キルン)/サン コースト (SUN COAST) /菓子工房 Leaf Moon (リーフムーン) /QUON チョコレート



年末のゴミゼロ活動は、こんなに集まりほっこり😊

新年おめでとうございます！



病院長の [Prologue]

念頭の挨拶では病院長自らAIを使って描いた王様ペンギンの逸話をういて職員を激励！！

院内の今年の冒頭の挨拶では、昨年引き続き「変化」をテーマにしました。昨年は変化に早く気付くこと、今年はその変化に早く対応することを、ファーストペンギンを引き合いに出して話しました。早く動き出した方が得るものも大きいと。ただし、株式投資の話ではないですが、ハイリスク・ハイリターンを嫌う人も中にはいるとは思いますが。

もう、現在の変化に気付いていない人はいないと思いますが、今年も、国際情勢・AI革命等大きなことから人手不足や物価上昇（シウマイ弁当が1180円！）でも簡煮はやめられませんか？など身近なことまで、問題山積。病院長にできることは、問題を理解・認識して、どうなったらどうするということに、対応策を事前に用意し、あとは節約でしょうか。

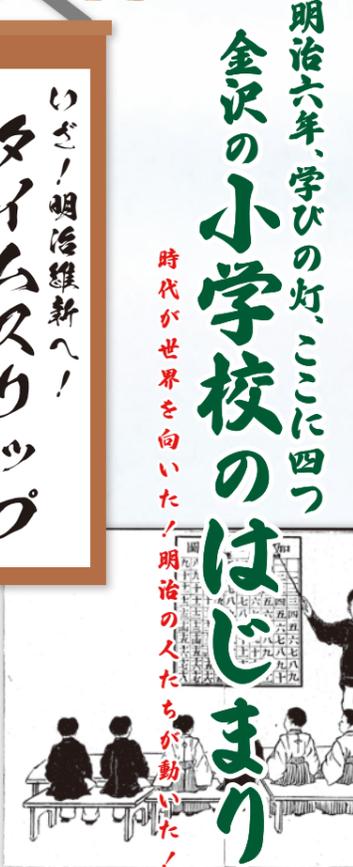
病院長 高橋 健一

広報誌『ともに』のご感想をお待ちしております。今後の紙面に活かして参ります。



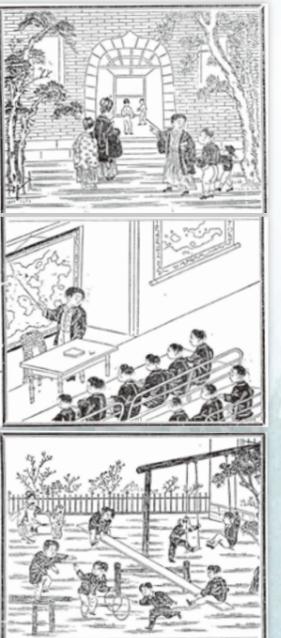
創立153周年
since 1873

いざ！明治維新へ！
タイムスリップ



明治六年、学びの灯、ここに四つ
金沢の小学校のはじまり
時代が世界を向いた！明治の人たちが動いた！

男の子も、女の子も
農家も、漁師も！
すべての子どもに教育を！



転載：「国立国会図書館デジタルコレクション」
埼玉県編『小学生徒教草』明治11年4月制定、博聞社より
(参照 2025-12-08) ※一部画像加工して使用

外国の船が
続々来ていた！

江戸湾

写真が小さくて
ごめんなさい！
「ともに」の電子版
もご覧ください



知足学会（龍華寺）

横浜市立 金沢小学校

歴史的背景

物流と商業の中心にあり、江戸の農漁産物の集散地でもあり、街道の宿的機能を司ってきました。明治以降は、行政・教育・住宅の中心を担うようになりました。洲崎を中心に子宝や子供の健康を願う家の一軒一軒に、数日ずつお地藏様が貸し出される「まわり地藏」のなわらしが、昭和40年代頃まで約30年以上続きました。龍華寺地藏堂のお地藏さんは、今も尚、金沢の子どもの成長を温かく見守ってくれています。

成り立ち

金沢小学校のはじまりは、明治6年5月。校舎は龍華寺内の華蔵院を男生徒教場引撰院を女生徒教場として借り、「知足学会」として龍華寺に開校。その時の教員数は3名、児童数は89名。明治9年11月20日、寺前村に校舎を新設して「金澤学校」と改称し、この日が開校記念日とされています。



まわり地藏
横浜市重要文化財指定
地藏菩薩

富岡学会（持明院）

横浜市立 富岡小学校

歴史的背景

孝徳天皇の時代の元号「白雉」(西暦650年)は、この地から献上された「白い雉」に由来したようです。地形は十三の山や峰が海に入り込み「十三丘」と呼ばれていたことが地名の語源と伝えられています(諸説あり)。また、食用の鳥たちのために見晴らしの良い丘に塚が作られたことが「鳥見塚」の語源とも言われています。明治初頭埋め立てが本格化する前まで、海岸線は今よりも内陸側にあり、漁業、潮干狩り、海水浴など海との生活が密着していました。

成り立ち

持明院(お寺)は約480年前長浜付近にありましたが、大津波に流され、現在地に移ったと伝えられています。明治6年6月18日に「富岡学会」と称し、村民の子弟わずか数人を集めて勉強させたのが、現在の富岡小学校の始まりでした。



150年のあ

赤井学会（満蔵院）

横浜市立 釜利谷小学校

歴史的背景

釜利谷エリアは、大河ドラマ『鎌倉殿の十三人』にも登場する鎌倉時代の武将畠山重忠が、鍛冶職人を秩父から連れてきて拓けた軍需のエリアでした。江戸時代は農具鍛冶と農村、明治以降は郊外住宅地となりました。

成り立ち

明治6年に満蔵院を仮校舎「赤井学会」としてスタートしました。このころの児童の数は男女合わせて71名。教師は、元武士であった先生一人でしたが、満蔵院のお坊さんもいっしょに協力して子どもたちに勉強を教えました。校舎設立後関東大震災での倒壊により、三分小学校(現・六浦小学校)と統合される試練に直面し、それが大きなニューズとなったこと。戦後昭和20年に現在の地に校舎が建てられましたが、近隣工場の大きな事故の影響で校舎が倒壊するなど、釜利谷の人たちは数々の困難を経験しました。釜利谷小学校は大切な学舎として今も守られています。



三分学会（光傳寺）

横浜市立 六浦小学校

歴史的背景

鎌倉時代は金沢とともにその景勝地としても、軍需などの物資の流通経路としても有名に。江戸時代は米・薪魚の江戸湾の沿岸輸送港に。明治以降は、住宅地と工業地へ。

成り立ち

明治5年学制が定められ、一年後の明治6年5月23日、今の光傳寺内の本堂を借りて「三分学会」として誕生しました。そのころ勉強していた生徒は、男子95人、女子14人でした。今の六浦小学校の礎を築かれた佐藤忠三さんの功績を記した資料が校長室に大切に保管されていました。「米倉藩の侍講であった先生は明治維新後、川部落にある光傳寺内に漢学塾を開き青少年の育成に携わっていたが学制頒布に伴い、明治六年五月、先生の塾は村立三分学会となり同時に首席教員(校長)に就任さる。明治十一年五月川部落地先の塩田を埋立てて専用校舎を建設し近代学校の基礎を確立(省略)」と記されています。



【取材を終えて】



今回の散策は「学制」で開校した六浦釜利谷・金沢・富岡の小学校と縁のある寺院を訪ねて歩くという企画で始まった。訪ねた先でのお話や資料から、この地域の歴史は、平安時代、鎌倉時代に遡って語られているのだ。今はない、瀬戸の内海、平潟湾、野島湾からなる、八景といわれる地形の美しさ、食材・塩の豊富さ、物資と観光の道となる朝比奈の切通、金沢の歴史を改めて知る機会になった。

この153年の間には、戦争や関東大震災での校舎の倒壊や疎開による人の移動、高度成長期におきた工場爆破事故で割れたガラスによる校舎の被害はニューズになった。六浦と釜利谷をつなぐトンネル設置の争いなど、いくつもの災害や困難を切り抜けてきた人々の姿が浮かんだ。この地を守り束ねる領主、寺院の住職、住民は、土地や人に慈しみを持っている。おらが村を守るべく心意気を垣間見させてもらった。龍華寺、光傳寺、満蔵院、持明院を巡ったが、当時を偲ばせるものが残っているところ、もう何もないところ、様々だった。寺院は、地域コミュニティの役割があり、そこで読み書きそろばんを学ぶ子供たちの様子は、小学校に残る貴重な写真や資料から読み取ることができた。今、小学校は新たな時代の課題に向かい歩んでいる。歴史はまだ続く、これからだ。

広報室一同

フローレンス・ナイチンゲール (Florence Nightingale)

生誕:1820年5月12日 トスカナ大公国(イタリア)フィレンツェ
 死没:1910年8月13日(90歳没) イギリス・ロンドン
 職業:看護婦、統計学者
 著名な実績:近代看護教育の母、看護師の祖とも呼ばれている

1859年に出版された著書『Notes on Hospitals(病院覚え書き)』では、患者一人に必要な療養空間や、窓・ベッドの配置方法など、病院建築におけるナイチンゲールの考え方が理論的に記述されています。
 その後も数々の著作を残し、1907年には女性で初めて英国の最高位の功績勲章の一つ「メリット勲章」を授けられました。
 今日では当たり前となっているナースステーションや病床の配置など、患者を見守りやすくする病院建築の仕組みも、ナイチンゲールの思想に基づいて形づくられたのです。



出典: Wikimedia Commons
 「File: Florence Nightingale (H Hering NPG x82368).jpg」
 撮影者: Henry Hering (1814-1893) 1860年頃の撮影。
 ライセンス: パブリックドメイン (Public Domain)

特集② ～感染症から命を守った人～

知られざるナイチンゲールの教え

150年前の看護の原則は、いまも私たちの健康の基本

清浄な空気
 適切な食事
 温かさ
 清潔
 陽光

『看護覚え書』13の項目

『患者の回復を妨げないための環境条件』をまとめたもの

- 新鮮な空気(換気)
- 適切な温度
- 清潔な環境(部屋・ベッド・寝具)
- 十分な光(特に自然光)
- 騒音を避けること
- 規則正しい食事
- 食事の内容とタイミングへの配慮
- 清潔な水
- 排泄の管理
- 皮膚の清潔
- 患者の観察(小さな変化を見逃さない)
- 患者の心への配慮(不安や恐怖を与えない)
- 無益な干渉をしない(回復を妨げることをしない)

ナイチンゲールに救われた ～とある兵士の物語～

(当時の記録やを元にしたエピソード)

クリミア戦争中、スクタリ病院には、下痢やコレラに苦しみ、体力を奪われた兵士が次々に運ばれていました。その中に、20代の若い兵士がいました。入院したときにはすでに衰弱し、意識も途切れがちで、周囲の兵士は「もう長くはもたない」とささやいていました。
 当時の病院は劣悪で、排水は滞り、汚物はあふれ、空気は重くよどんでいました。感染症の兵士が回復することはまれでした。しかし、ナイチンゲールはこの兵士のベッドに立ち止まり、静かに呼吸を確かめました。まだ微かに返ってくる反応を見て、彼女はすぐに看護師たちに指示を出しました。



- ・窓を開けて換気し、腐敗した空気を入れ替える
- ・兵士のシャツと寝具を清潔なものに交換する
- ・脱水を防ぐために飲めるだけの清潔な水分を与える
- ・下痢で弱った身体を支えるため、温かい食事を少量ずつ与える
- ・周囲にこびりついた汚れを徹底的に清掃する



Adobe Stockより引用
 (https://stock.adobe.com)

環境改善と、規則正しい看護が続けられました。兵士は何度も意識を失いかけていましたが、ナイチンゲールは巡回のたびに彼の状態を確かめ、必要に応じて体位を整え、時には励ましの言葉をかけました。数日が過ぎると、兵士の顔色にかすかな血色が戻り始めました。苦しげだった呼吸も落ち着き、下痢も次第に治まりました。一か月後、その兵士は歩けるまでに回復しました。見舞いに来た仲間たちが驚いたほどです。兵士は、回復した日にナイチンゲールへ礼を述べようとしたのですが、彼女はただ「あなたが生きようとした力が働いただけです」とだけ答え、次のベッドへ向かっていきました。

後に兵士は回想します。「彼女が病室を歩くたび、光が差し込むようだった。あの暗い病院で、彼女は私に生きる希望を与えてくれた。」と。

感染予防は、 誰かに任せるものではなく、 私たちの毎日の選択です

ナイチンゲールは「看護とは、自然治癒力が最もよく働くように環境を整えること」と考えていました。薬や処置よりも前に、空気・光・清潔・静けさ・食事・安心などの要素が回復に直結すると見抜いていたんですね。
 今の医療・看護とのつながり、感染対策、環境整備、患者中心のケア、QOL(生活の質)への配慮、これらの原点が、すでにこの13ヶ条に詰まっています。

日頃の感染対策

病院で最も大切にしている感染症予防の基本を実践！
 体調悪化や感染症を予防し、
 健やかな生活を心がけたいですね！

手洗い

～正しい手洗いの方法～

清潔なタオルやペーパー水分を拭き取る

清潔

身体や生活環境を清潔にしておく

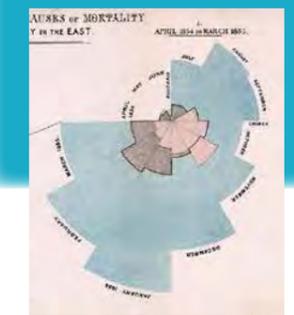
換気

空気を長時間滞らせない

30分ごとに5分程度(目安)

統計に基づく改善

病死率が42%から2%まで減少したことを「統計図表」で示し、清潔と衛生が命を救うことを証明した。
 →「感染症予防＝データで裏づける」という点も現代的。



出典: Florence Nightingale, Diagram of the Causes of Mortality in the Army, 1858
 (Wikimedia Commons / Public Domain)
 ※原図を一部加工



地域と共に①
『病院だより』

人間ドックを受診してみませんか？

健康管理センター部長
岡田 雅仁



お申し込み方法



本年も健康管理センターをよろしくお願ひ申し上げます。
今回ご紹介するのは、当センターの人間ドックの特徴です。

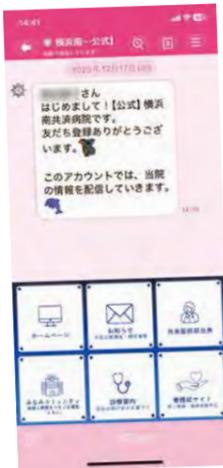
- 基本検査が充実しており、たくさんのオプションが用意されていて、気になるところのチェックができます。(受診者の方のご意見から)
- ご本人にわかりやすく、かかりつけ医の先生にも情報提供になる内容になっています。
- 結果確認後、対面式の面談を行い、相談の上必要があれば院内診療科にご紹介しています。(面談日の予約が必要です)

オプションでも単独でも選択できる「脳ドック」「脳の健康ドック」も好評です。また、2月、3月は予約が比較的とりやすい時期ですので、ご予約お待ちしております。

LINE と HP『みなみコミュニティ』開設

広報室

おともだちになってね！



この度、横浜南共済病院 広報室運営の公式 LINE アカウントを開設いたしました。病院のイベント情報やお知らせなどを配信いたします。ご好評の市民公開講座のご案内もいち早くお届け！是非、「お友達登録」をお願いいたします。

「みなみコミュニティ」をよろしくね！



私たちは、市民公開講座や広報誌、フェスタなどのイベントで、患者さんや地域のみなさんとふれあう機会を大切にしています。このことをご紹介するため、ホームページに『みなみコミュニティ』のページを開設しました。今後は内容の充実に取り組んでいきますので、時々チェックしてみてくださいね！



会計窓口で 支払うお金の中身

横浜南共済病院で、支払いするときの中身って
わかりづらいな…

これって
保険範囲内なの？
保険範囲外なの？



日本では、病気やけがをしたときに「保険診療」で受診するのが当たり前のように感じられますが、この保険診療は、日本独自の医療制度で、自己負担を抑えて必要な医療を受けられるという大きなメリットがあります。一方で、保険の対象には範囲があり、先進医療などの「保険外併用療養費」や療養費と直接関係がない費用は保険範囲外になります。

国で決められた 治療のお金

患者さん
一部負担

保険診療 (保険範囲内)

1) 診療報酬 (非課税)

- 医師の診察 ● 注射 ● 検査
- 手術 ● お薬 ● リハビリ …… など

医療費は法律で細かく点数化されていて、金額は **1点→10円** です。患者さんはその一部を自己負担 (1割~3割等)、残りは医療保険から支払われているんです。これらは国が一律で決めているので、どこの病院でも同じです。

※医療費が高額の場合は、「**限度額適用認定証**」(高額療養費制度)のご利用が可能です。

※詳しくは↑

2) 入院時食事療養費 (非課税)

病院に入院したときの「食事代」を医療保険で一部カバーする制度です。患者さんは1食あたりの定額を支払います。

必要な場合利用できる プラスのお金

患者さん
自費

保険外併用療養費などの 保険範囲外

1) 保険外併用療養費に係る特別料金 (場合により非課税)

- 選定療養費 ● 差額ベッド代
- 先進医療 ● 緩和ケア病棟入棟面談料 …… など

2) 療養費と直接関係のない費用 (課税)

- 病衣レンタル料
- テレビ冷蔵庫付き床頭台 利用料
- 診断書や証明書
- 健康診断 ● 人間ドック… など

当院HPの「**保険外負担に関する掲示事項**」もチェックしてね！

2つの要素

保険範囲外 患者さんのメリット

保険範囲外の要素って、すべての患者さんに必要なものではなく、病状やご希望に応じて選べるんだね！医療の質を高めたり、新しい技術を試したり、結果としてみんなの医療が守られ、病院が続けられているのは、この制度があるおかげなんだね！

- 必要時、選べる**
安心して治療や入院ができてよかった~!
- より快適な療養環境**
個室・プライバシー確保等
- 選べる検査・治療**
先進医療・新しい技術等
- 納得できる説明**
セカンドオピニオン・相談等
- 予防・早期発見**
人間ドック・精密検査等

詳しくは担当者に確認してね！ (ご注意) ご希望に添える内容かどうかにつきましては、担当の医師や看護師にお気軽にご相談ください。また、入院中などに対象疾患と関係のない健康診断などの保険外診療は受診できませんので予めご承知おきください。

クイズに
答えてみよう！

診断書はどっち？

1. 保険範囲内
2. 保険範囲外

本格アメリカン
ハンバーガーのお店
京急富岡駅そば



『サン コースト(SUN COAST)』
京急富岡駅東口より、徒歩5分で見えてくるアメリカンなレストラン「Sun Coast」。入口のドアを開けると、レコードからジャクソンファイブの曲が流れている。ノリノリだ。
席に座ると、店内に漂う肉を焼く煙と香りに刺激を受け、一気に、空腹に目覚める。今は、一人でやっているの
で時間帯によりメニューを変えている。ランチタイムはハンバーガーにポテトのセット、15時以降は人気のローストビーフ丼なども加わる。
今回は、3種類のハンバーガーを注文する。一口目で3人も目が合う、「おいし」Sun Coastさんオリジナルのソースはパティとトッピングもどちらも主役にしていて、それらを挟むパンズは柔らかいのに歯ごたえがある。「こだわりのパンズ」というだけのことはある。セットのコーヒーは、ハワイアンコナにイタリアのコーヒー豆をブレンドしているの、香り高く柔らかい。このコーヒーを飲みたいリピーターもいる
おすすめ一杯だ。富岡地域の活性化を願う、近所の飲食店を教えてください
気さくな店主に会いに行くのもよい、ひとりでも、友達や家族とでも、気軽に
入れる店、また行ってみよう。

〒236-0051
横浜市金沢区富岡東5-18-15 営業時間: 11:30 - 21:00 L.O. 20:30
予約・お問い合わせ: tel 045-349-5775 定休日: 水・木(祝日は営業)



『菓子工房 Leaf moon(リーフムーン)』

こちらの店名は、8月生まれの店主にちなんで「葉月(Leaf moon)」と名付けられた。
金沢文庫病院から能見台へと続く道すがら、一軒家の佇まいのようなお店がある。もう10年、店主ひとり季節のケーキやクッキー、ジャムを作り続けている。人気の季節のロールケーキは、午前中で完売することもあるほど。
取材した12月には、クリスマスにちなんだアイシングクッキーなどが棚に並び、店内は夢の世界へと誘われるようだった。季節のジャムは果実感がしっかりとあり、そのままで、クラッカーにのせても、ヨーグルトに混ぜても、思わず納得の笑顔になる味わいだ。紹介したいお菓子工房の一つに、ぜひ加えていただきたい。



〒236-0042 営業時間: 月・火・水・日 10:00 - 17:00
横浜市金沢区釜利谷東4-2-43 土 12:00 - 17:00
予約・お問い合わせ: tel 045-784-1251(営業時間内のみ) 定休日: 木・金(不定休有)

自分への褒美に、大切な人への贈り物にチョコレートはいかが?



『QUON チョコレート(久遠チョコレート 横浜金沢店)』

「ここ知っている」と、思わず声に出した方もいるかもしれない。すでに愛知県を本店に全国展開し、障がいのある方、悩みを抱える若者や「GBTOの方々、子育てや介護などで時間に制約を受ける女性など、凸凹で多様な人たちと共に働きながら、社会貢献ではなく「一流のチョコレートブランド」を目指している専門店だ。今回立ち寄ったのは、京急富岡駅すぐの店舗。店内には、富岡小学校の子どもたちが体験学習後に寄せたメッセージが掲示されており、地域との交流を大切にしている様子が見える。
店内で味わえる「ショコラショコ」は、さまざまな産地の力カオを60%、80%の間で濃度を変えながら、週替わりで提供している。訪れるたびに新しい味に出会える楽しさがあり、ファンを惹きつけている。チョコレートは色とりどりで、形も少し凸凹。でもそれがまた魅力的で、ちょっとしたプレゼントにもぴったりだ。

〒236-0051 営業時間: 10:30~18:30
横浜市金沢区富岡東6-2-2富岡東金井ビル1階 定休日: 日曜日
お問い合わせ: tel 045-374-3413



地域と共に②
ご近所
グルメ&スイーツ

小学校の歴史を訪ねて歩いていたら、素敵なオーナーのいる、美味しいご飯や、スイーツのお店を見つけました!



サンコースト(SUN COAST)



kiln(キルン)



QUON チョコレート



Leaf moon(リーフムーン)



『kiln(キルン)』



六浦駅東口より住宅街の奥へ進むと軒家風イタリアンレストラン「ニコ(キルン)」を見つけることができる。ピザ、パスタ、ドリアを中心としたランチとお酒と食事を楽しめるディナーの時間帯に営業している。
この日は、11時半の開店と同時に、庭の見える席に座る。メイン料理を決めたら前菜とスープを待つ。前菜でいただく野菜は素材の味が活かされ、スープはクリームで優しい味つけ、料理一つ一つ丁寧に仕上げられていることが伝わってくる。



Instagram



〒236-0038 営業時間: 平日・祝日・祝前日・祝後日
横浜市金沢区六浦南2-25-18 11:30 - 15:00 L.O. 14:00
予約・お問い合わせ: tel 045-877-6043 17:30 - 22:00 L.O. 21:00
定休日: 火・木

六浦駅近の隠れ家イタリアン

ドリアはもちもちとした食感の白米がベースにあるのか、リゾットを彷彿させる。
ピザのクワトロ・フォルマッジは、4種のチーズにはちみつをマッシュングさせていくことで自分なりの「いいね」を探す楽しみがある。
イカスミスパゲッティは、イカスミ特有の生臭さはなくコクがあり、スミの黒さが伝統食器とよく合い、互いを引き立たせている。
ニコキルンという名前の由来は、英語の「窯」。ピザやドリアをおいしく焼きたいと願うことからつけられた。来店の際は、事前にご予約の電話を入れるほうがベスト!



「地域のみなさま」とのコミュニケーション広報誌！

ともし

Vol.10



広報誌『ともし』のご感想をお待ちしております。
今後の内容に活かして参ります。

編集後記

みなさまは、競技社交ダンスをご存知ですか。競技社交ダンスは男性役の背中にゼッケンをつけて複数のペアが同時にフロアで踊り競うスポーツです。年齢制限がない区分では、小学生や高齢の方も同じフロアに立ち、1分30秒内に練習の成果を出し合います。結果を見ては悔しがったり喜んだり、健闘をたたえ合ったり、喧嘩していたり、反応は様々です。試合の合間には、選手が工夫して果物、おむすび、チョコレート、栄養ドリンクなど補給し次の出番に向け体調を整えています。

今回取材先で学んだカカオの効果を思い出し、試合の合間に、ぱくぱく。
結果は……。(汗)
どのようなことであれ楽しい！
さて、みなさまは人生を楽しんでいますか？健康の秘訣などがあれば教えてください。

病院理念

患者さんと医療者がともに満足する医療を目指します。

