

堀田医院ニュース

URL hotta-atom.jp No.93 新年号 2022年1月

引越しブルース

新春を寿ぎつつ、来し方行く末を思ふのも乙なもの
孟母三遷の教えもどこへ、我幾たび居住を変えたことか。生を受けたは佐賀の田舎町、野武士風の里山は我が心のルーツ。飛んで東京は中野沼袋へ、進駐軍の行進は恐ろしく、泣く子も黙ったとか。転じて練馬の社宅へ、3Kの広さは子供には天国、“練馬の子ら”として天衣無縫の学童期を過ごす。その後市川行徳へ。医学の道を尾張名古屋から歩む、山崎川、清洲城、熱田の森、、、と幾重にも重なる思い出が走馬灯の如く蘇る。満を持して関東へ、三郷、幕張と転居、モットーは地域医療。天助のおかげか家族や仕事も何とか順風に。そして千葉の緑区に居を構え、開業の僥倖に巡り会う。運命のあの日、打ち壊れた浦安へ転居、悲哀と忍耐の10年が経過し、この度、終の棲家を求めて再び千葉の緑区へ。振り返れば胸に響くはブルースの音、そして行く末永く奏でるであろう 一高田の森セレナーデ を ♪

皆さまご健勝で Dr.Ichiro

【私のコラム】 ☆お腹の脂肪を減らす サラシノール 《堀田 紀子》

ぽっこりお腹の原因は糖質

ごはん(うるち米)	1膳160g	(角砂糖17ヶ分に相当)
パン (6枚切)	1枚 67g	(// 9ヶ分に //)
そば (ゆで)	1杯120g	(// 9ヶ分に //)

糖は体を動かす為のエネルギー源で生きる為に重要なものです。糖質は中性脂肪として体内に蓄積しお腹の脂肪の原因となります。年齢を重ねることでエネルギーに変える効率も落ちます。過剰な糖分の摂取を避けたいものです。そこで糖分の吸収を抑える成分がクローズアップされています。サラシノール…等々、これらを含む食品が販売されています。美味しく食べて、健康に生きることをモットーに、皆様、食品の選択に賢明でありたいものですね。

ミーコのキャビネット 【瀬尾 峰子】



ほっこりデスク 【石出 きよ子】

月日の経つのは早く、勤務させていただいてから早や1年が過ぎ、先生を始め奥様、スタッフの皆様フォローされ勤めてこられたとっております。院内では日々素敵なメロディーが流れ、先生の音楽に対するジャンルの広さに驚きます。人間は音楽を聴くことにより脳の活性化があり、心と体を癒やす力を持っていると聞いております。又好きなメロディーは心地よく、時には患者様と音楽の話に花を咲かせることも… 今日まで健康にこられたことに感謝をし、今年も新たな気持ちで一歩々前進して行きたいと思っております。

2021年11月、2年ぶりに松山千春のコンサートが東京国際フォーラムで行われた。

久しぶりの歌声とトークには笑いあり、涙あり… 特に1月お母様を、そして9月に弟さんを亡くされた話の後、溢れる涙を拭いながらの熱唱には、観客も貰い泣きだった。そして最後に『貴方がこの世に産声を上げた時、奇跡が始まった。これからも敢然と奇跡を起こして、どうか生きてくれ!』と力強いメッセージを送ってくれた。

命・家族・友・義理人情・無償の愛…そんなことを改めて感じるコンサートだった。

『これからも輝いて生きて行こう!』そう千春に背中を押された気がした。

音楽には目に見えない力がある。日々の生きる活力・勇気・優しさ…今回歌った中に『平凡』『君に』『生命(いのち)』という曲がある。今の時代だからこそ是非、聴いてもらいたい曲である。

【大根勘太】



勘太は開口一番、あ〜よく寝たぞ また朝日を高く仰ぎ見るかってな。兄い 今年も寝正月ですかい、最寄りの八幡様へ行かないんですかいな。そんなに縁起を担ぐもんじゃねえぞ、縁はこちらから求めるってもんよ。あいな わかりゃーした、ところで新しくできた礼拝堂で、いい音が流れてきやすよ、なんでもシヨピンとかの曲で、きれいなお嬢さんが奏でてるそうですぜ。なんだと、それを早くいわんか! 勘太はやおら起きて、堂へ向かって駆け出した、新春の日差しは優しくほとぼる、勘太の影を包むように、、、

(シヨピン→楽聖シヨパンのことです 言わずもがな)

