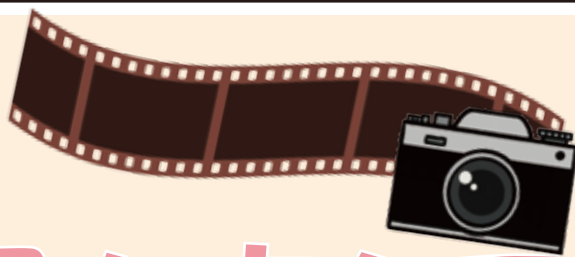


わが家の



祖父母を支えて

第8回 村上長吉さん（99歳）

診療所だより

第四二六号（11月号）

発行（医）宏友会
上田診療所
酒田市上野曽根
字上中割73番地
TEL.0234-27-3306
責任者 矢島恭一

第八回目は村上長吉さん（99歳）です。今年の春から介護老人保健施設うららへ入所されています。今回はご長男でお酒と山登りが大好きな正義さんと、とても明るく活動的なお嫁さんの淳子さんからご家族の思い出やエピソードをお聞きました。

長吉さんのお人柄

長吉さんは周囲から「いつ見てもニコニコしているね」と声を掛けられるような明るい気分になさてくれる方です。優しく穏やかな印象を受けますが、正義さんからするととても厳しい方だったそうで、苦笑いされていました。ご家族は農業をされています。野菜やたばこ栽培、養豚と幅広く、生計を立てるためにとにかく忙しく働いてきました。

淳子さんからみた長吉さんの印象は、きっちりされている方だそうです。亡くなられた妻の

清子さんと生活リズムが決まっていた、それが長生きの秘訣となっていたのかもしれない。料理の好き嫌いもなく、「美味しかった」と声を掛けてくれるので、作る側の淳子さんは嬉しいし、助かったと笑っていました。

夫婦喧嘩はしない

長吉さんは、妻の清子さんをもっと大事にされていた方です。清子さんを車に乗せて買い物に出掛けたり、清子さんから頼りにされるのが生きがいとなっていました。花の鑑賞や栽培が好きで、テレビ番組『趣味の園芸』を見てわが家の花はどうだと語り合い、丁寧に世話をされていました。

正義さんと淳子さんは、長吉さんから「人前で夫婦喧嘩はするな」と教えられ、実際に長吉さんと清子さんが喧嘩しているところを見たことがないそうです。長吉さんの妻思いで優しい姿を見ていたので、これからも正義さんは私のことを大切にしてくれる！と淳子さんは大いに期待しています。そんな淳子さんの言葉に正義さんはタジタジで

した。長吉さんから夫婦間の信念を伝えられたものの正義さんと淳子さんご夫婦は子育て方針の違いから言い合いをしてしまうことがあったので、長吉さんと清子さんはすごいと感心していたそうです。

ご家族で行かれた北海道一周旅行やキャンプの話、淳子さんが参加されている農家の楽しさやつらさを伝えるグループ活動の話等、ここでは書き切れないほど沢山の楽しいエピソードがあり、笑いの絶えない取材でした。息子さん夫婦やお孫さんにもこの明るさが引き継がれているのがとても素敵です。



ご家族の皆さん

シリーズ「ふるさと」

その177 なぜ2本足？

昔々、カラスとイヌの足は

三本だった。イヌは「歩くのが不便なので足を一本授けてください」と神様をお願いをした。神様はカラスの足の一本をイヌに与えたのでカラスは二本、イヌは四本足になった。イヌが小便をするとき後足を上げるのは「神からもらった足を汚さないため」である。らしい。

ヒトの足は2本で、3本足に比べると不安定である。それでも2本なのは、脳が発達してバランスを保てるようになったことや3本足では複雑で制御しにくいからだろう。目も頭の後ろにもう1個あると便利のように思えるが、目が3個では逆に混乱する。動物の体は無駄を省くように進化し、環境に合わせて

変化してきている。

昆虫の先祖はムカデのような多足類で、足が多いと凸凹した道や狭い隙間を歩くのに便利である。だが、広い所を歩く時には無駄なので、ゴキブリは足を6本に減らしている。昆虫の化石を見ると前胸、中胸、後胸から「肢」と「翅」が生え、全体で「肢」が6本、「翅」も6枚である。



ところがチョウやトンボの「翅」は中胸と後胸に4枚付いている。また、2枚まで減らした昆虫がハエとカである。人の体は不便な点もあるが、環境に合わせてうまく進化していると思

(庄内 平也)

ホトリニユニス

10月1日
上田診療所 開所記念日



平井 裕美子

秘書業務 新入職員の紹介

10月2日に入職しました。
早く仕事を覚えられるように
頑張ります！

素敵なお花や贈り物を
いただきまして
ありがとうございました！



職員募集のお知らせ

医療法人宏友会では令和6年度新規採用職員を次の通り募集いたします。

募集職種

看護師・介護職員・支援相談員・理学療法士
作業療法士

異業種からの転職、大いに歓迎します。

応募資格 資格取得予定者歓迎

◇ 問い合わせ ◇

上田診療所 村上

〒999-8162 酒田市上野曽根字上中割 73

☎ 0234-27-3306

観葉植物の株分け
診療所内にございます
ご自由にお持ちください！



「弾けるかな」

矢島 恭一

今年は、5月に1ヶ月、7月と8月にそれぞれ1週間と2週間、そしておまけに9月に5日間の入院治療を受けたので、3月以来楽器には全く触っていませんでした。

11月に、これまで続けてきた酒田フィルハーモニー管弦楽団の定期演奏会があるので、代表は降りたものの一団員として出演したいという欲求がありました。

仙台の病院を退院したのが、9月2日。毎週土曜日が練習日なので、その翌週から参加しようと決め、楽器ケースのふたを久しぶりに開けてみました。そこには、懐かしいあめ色の楽器。

ご承知かもしれませんが、弦楽器は、馬の毛を張った弓で楽器の弦を擦って音を出します。馬の毛は、弾力性を保つために、定期的

に毛替えをしなければなりません。ラッキーなことに、入院した病院のすぐ隣に、夫婦で楽器工房を営んでいる所があることを知っていました。初めてお願いする所だったので、入院する前に預けて、退院時に受け取りに行くという行程で、弓も整っていたのです。

もう一つ余計な知識として、この馬の毛には、音を出す前必ず固形の松脂を塗ります。弦と馬の毛の間に摩擦抵抗をつけるためです。人によってこの松脂にもこだわり

があるので、たくさんのメーカーから様々な松脂が売られています。さて長い中断の後、新しい馬の毛ですからたっぷり松脂を塗り、わくわくしながら音を出してみました。懐かしい私の楽器特有の音が出るではありませんか。

この後練習に参加したのですが、初回は惨憺たるものでした。私が今使っている楽器は、注文



する時にできるだけフルサイズの物をと、リクエストしたので、病み上がりの人間にとっては、持つだけで疲れるのです。だんだん楽器の角度が挟んでいる肩からずり下がり、弓もきれいな音が出るゾーンから外れてしまうのでした。

これではいけないと、次の練習日までは、リハビリを兼ねての練習をして向かい、何とか音が出るようになりました。その後、体調の変化に微妙に反

応すること、脳トレと有酸素運動のせいか、一人練習の時より全体で合わせる練習の後の方が爽快になつて帰れることが分かりました。これだったら11月の定期演奏会に間に合うのではないかという確信も。

以前にも書きましたが、母親に付き添われて小学2年の時に、ヴァイオリンを始めて、大学でヴァイオラに転向、以来ずっと続いている趣味はこれしかありません。

楽器を演奏するには、まず楽譜の音符を目で見て、脳の視覚野で感知し、それを運動野といわれる指先の機能に伝える。さらにオーケストラで合わせるには他の人の出す音を聴覚野というところで感知しながら指先で微調整し、同じテンポで進んでいくのです。

この過程は、ぼけ防止にはもってこいのリハビリ運動ではないでしょうか。できる限りこれからも続けていきたいと思つた次第です。因みに私を酒フィルに誘ってくれた故S氏は、85歳まで一緒に演奏していました。

さて11月19日が、私たちの定期演奏会です。新しい体制になつて、今年は馴染みのあるプログラムになつております。希望ホールまでお越しいただければうれしいです。



「家族と見た花火大会」

5年 村井 虹鳥さん



「みずあそびをしたよ」

1年 菅原 杜宇さん

いどもたちの
さくびん

鳥海小学校

▶ ゆっくり見ることのなかった外の風景
とても新鮮です

▶ コロナ禍に購入したステッパー
運動不足解消に重宝しています

vestagram



秘書
平井 裕美子

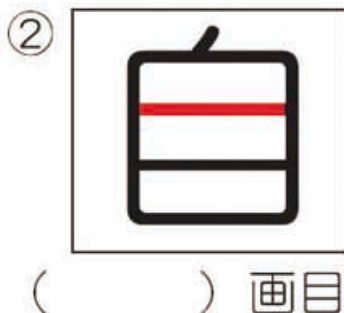
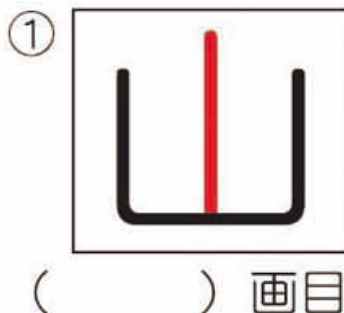


職員が撮ったお気に入りの紹介します★

10月号の答え

- ① る
- ② べ

頭を柔らかくして
考えてみましょう！
答えは来月号です♪



☆漢字の赤い部分は何画目でしよう。

脳
ト
レ

ア
タ
マ
の
体
操



富山市在住の土田芳男さんより
届いた絵手紙をご紹介します。



絵
手
紙

今
月
の

編集後記

初めて診療所だよりを作成、手探りのため沢山の方から助けいただきまして、感謝の気持ち一杯です。これからも温かみのあるものを作るように頑張ります。(平井)

11月2日木曜日は都合により
午後からの診療とさせていただきます。
何卒ご理解ご協力の程よろしく
お願いいたします。

祝祭日

休日 水・土曜午後、日曜日、
土曜日 8時30分～12時00分
平日 8時30分～12時00分
16時00分～18時00分

お知らせ

10月1日より診療時間に変更
となりました

ワクチン接種で来所したA
さん。緊張した面持ちでし
たが、「注射終わったよ」と言
うと「全然痛くなかった」と笑
顔がみられ、ほっとしました。
(菅原)

ほ
ぼ
が
え
み
し