



～ミタクリ通信～ 2011年4月号

2011年4月1日

発行所：三谷ファミリークリニック

発行人 / 巽欣子・三谷和男

〒593-8324 堺市西区鳳東町4丁354-1

電話 072-260-1601 FAX072-260-1603

未曾有の大震災 皆さまの義援金46,292円を赤十字社を通して送りました

3月11日午後2時46分、マグニチュード9.0という巨大地震が東北～関東地方を襲いました。それに続く信じられない破壊力をもった津波、そして福島原発事故・・・あまりの光景に日本中が傷つき、涙しました。地球号の乗組員として、私たちが日々生かされていることを改めて感じました。皆さまからいただいた義援金は3月末で**46,292円**に達し、日本赤十字社を通して送金しました。ご協力、本当にありがとうございました。なお、4月以降も募金箱は設置します。

今回お亡くなりになられた方々に対しこころからお悔やみを申し上げるとともに、被災された方々が一日も早く元の穏やかな日々に戻られることをお祈りいたします。

【ニュース】

1. 診察日の変更をお知らせします

4月22日（金曜日） **異外来 午後休診**

GW期間中の診療は、今年も暦通りです。

2. 被災地への支援活動について

今回の震災で被災された地域（岩手県と聞いています）への支援活動に、私たちは積極的に協力する意向を表明し、日本医師会災害医療チームに加わるようになりました。三谷外来が急遽休診になるときは、巽が代診を務めます。よろしくお祈りいたしますね。

3. 特定健診のこと

4月から、新年度の特定健診がスタートします。慢性疾患対策に有効ですので、市から書類が届きましたら、診察室でご相談ください。

3. 川柳コーナー

大津波 奪いし命 幾千万

御霊安かれ ただ祈るのみ （フーさん）

身勝手を叩きのめした脅威かな

便利さを 享受し過ぎた ツケ回り

結婚は ゴールじゃなくて はじまりだ！！

（まるちゃん）

評：こういった日常 案外、癒されますね

負うた子が いつの間にやら 司令室

（我乱堂さん）

評：久しぶりに帰ってきた我が子に目を細め

《皆様からの投稿これからもお待ちしております》

【ミタクリ歳時記 金子みすゞの詩（金子みすゞ記念館HP、童謡集から）】

大震災以来、TVでは一般的な商業コマーシャルではなく、日本公共広告機構のメッセージが数多く流れるようになっていました。その中で、こころひかれる映像と詩に出会いました。金子みすゞ作の「こだまでしょうか」です。「あそぼうっていうと あそぼうっていう」「馬鹿っていうと 馬鹿っていう」「もうあそばないっていうと もうあそばないっていう」「それから、あとで、さみしくなって」「ごめんねっていうと ごめんねっていう」「こだまでしょうか いいえ だれでも」みすゞは、明治36年山口県大津郡生、読書好きで優しい人でした。彼女が童謡を書き始めたのは20歳の頃からで、『童話』の選者であった西條八十より「若き童謡詩人の中の巨星」と賞賛されるなど、めざましい活躍をみせていきました。ところが、その生涯は決して明るいものではありませんでした。23歳で結婚したものの、文学に理解のない夫から詩作を禁じられ、さらには病気、離婚と苦しみが続きました。ついには、前夫から最愛の娘を奪われないために自死の道を選び、26歳という若さでこの世を去ってしまいます。没後その作品は散逸し、幻の童謡詩人と語り継がれるばかりとなりましたが、童謡詩人・矢崎節夫により遺稿集が見つかり、出版されました。天才童謡詩人、金子みすゞ。自然の風景をやさしく見つめ、優しさにつらぬかれた彼女の作品の数々は、21世紀を生きる私たちに大切なメッセージを伝え続けています。

【欣子先生の診察室だより】

まずは東日本大震災でお亡くなりになられた方に心からご冥福をお祈りいたします。

人間は、そして人間の作り出したものは自然の前ではなんとちっぽけなものか、なんと弱いものかを思い知らされました。もちろん地震・津波がこれほど恐ろしいものかも知りませんでした。何よりも、夜も停電することなく明々と電気をともし、蛇口をひねると安心な水が飲めるという環境が当たり前だと思っていたことに愕然としたのです。三谷先生が子供の頃は毎日のように停電があったこと、テレビも夜はなかったことなどお昼ご飯時におしゃべりしながら、戦後やなあとひやかしていたものですが、それから半世紀弱。トイレの便座はいつもぬくぬくで温水が出、お風呂も同じ温度を保ち、待機電力によりテレビはリモコン一つですぐにつく・・・もっと便利に、もっと豊かにを追い求めることで、そこに必要な電力供給を原子力発電にたよらざるをえない状況をつくってきたのだということも知りました。目に見えない放射線が水道水を、農作物を汚染し、土壌までを変えようとしています。人間の作り出したものなのに、非常事態がおこると人間の手で全く制御ができない、そんな恐ろしいものを地方に押しつけてきた責任は私たちの責任でもあったと思います。そんなに便利でなくていいから、より安全なものを求めたい、とおもうのは私だけでしょうか？

3月11日以来、診察室では体調を崩された方が多く見えます。めまい、ふらつき、吐き気、不眠による体のだるさ・・・みなさん一様に「テレビみながら涙流してんねん、気の毒でかわいそうで・・・」「寒い中大変な思いしてはんに、ぬくぬくとしててええんやろうか・・・」戦後の焼け野原や阪神大震災の時を思い出される方もいます。みなさん悲哀と自責の念でいっぱいです。なにかお役に立ちたいけれどどうすればいいかわからないし、なにもできない自分に落ち込んだり。こんなとき松山千春がいました。「金のあるやつは金を出せ。力のあるやつは力を貸せ。なにもないやつは元気をだせ。」(たぶんこんな感じ・・・)ほんまやなとおもいます。泣いてても悲しんでても何も変わらないのですから。変に自粛をするとお金が回らなくなり景気も落ち込みます。今、私たちが普段通りの生活を送ることこそが遠回りでもお役に立つことなのかもしれません。

被災地ではまだ雪が舞い報道される情景はほとんど変わらない一方で鳳では桜が咲いています。昨年と変わらず。四季はめぐり、日はまた昇ります。必ず復興できます。普段通りの生活をしながら祈りたいと思います。

【弘子さんがおくる 農園だより その1】



ミタクリが畑を借りて、野菜作りを始めてからそろそろ半年になります。畑仲間のご指導、ご協力（耕運機で耕してもらったり、水やり、虫とり等、何かとお世話になっています。感謝感謝！！）を得て、大根、人参、白菜、キャベツなど、みんなでお美味しくいただきました。

今、畑では、わけぎ、ほうれん草、サニーレタス、ラディッシュが収穫でき、玉ねぎ、にんにくは成育中、2月20日に植えたジャガイモはもうすぐ芽が出そうです。

そして4月中旬には夏野菜を植える予定です。作った野菜がことり食堂の食材になる日を夢んでいます。

ところで、皆さん、毎日の献立に苦労しませんか？旬の食材をおいしく食べる、簡単にできる皆さんの自慢料理、アイデア料理、コツや裏ワザなどありましたら、ぜひ教えてください。みんなでおいしい輪を広げ、レパートリーを増やし、食卓を豊かにしたいと思います。（ことり食堂のメニューの参考にもできたらいいなあ）沢山のレシピ、期待しています。

【外来担当医一覧 2011年4月現在】

予約電話番号：072-260-1601

診療受付時間	月	火	水	木	金	土
午前 (9:00-11:00)	異	三谷	異/三谷	異	異/三谷	三谷
午後 (14:00-16:00)	異 (予約)		異 (予約)	異 (往診)	異 (予約) 三谷 (往診)	
夜診 (16:30-18:30)		三谷	三谷		三谷	