

明けましておめでとうございます 希望に満ちた新年 ミタクリ通信をお届けします！

お正月はいかがお過ごしでしたか。「いつもより忙しかったわ」うーん、子どもさんのご家族が帰省されて、賑やかなお正月となったのはいいけれど、本音をいうとへとへとになられた方も多かったようです。お疲れ出ませんようにね。「毎日飲んでばかりやった」「食べ過ぎや」おやおや、ここぞとばかりに飲み食いに明け暮れた方ですね。年明けの検査ではっきりするでしょう。そういう私もお餅には目がなく・・・いけませんね。今年も、ミタクリは皆さまの健康を第一に歩んでゆきたいと思えます。よろしくお願ひしますね。

【ニュース】

1. 今月の診察日の変更は次の通りです。

休 診 1月1日(木曜日)から3日(土曜日)

新年のスタートは、

巽 外来 1月5日(月曜日)

三谷外来 1月6日(火曜日)

です。その他の変更の予定はありません。

2. インフルエンザの予防接種のこと

【料金】 一般一回2,500円

堺市在住の65歳以上の方 1,000円

(ただし平成21年1月31日(土)まで)

【接種回数】

1 3歳未満：4週間の間隔において2回接種。

1 3歳以上の方：原則1回接種。

今月末までは、堺市在住の65歳以上の方には補助があります。とはいえ、すでに流行が始まっています。一日でも早く接種いただければと思います。

【ご近所の達人：第2回目“鉄の達人”】



皆さんにもお知らせしたい、すごい患者さん。今回は“鉄のことならまかせとけ！”の國富さんです。この度、國富さんをお願いして診察室の脈をとるときの台を作っていただきました。既製品ではどうも使い勝手が良くなく、採血台にコロコロのこまをつけていただきました。頑丈に作っていただいたのでガンガン移動が可能です。三谷先生の漢方医師仲間からも羨ましがられる一品になりました。糖尿病がわかってからウォーキング毎日15000歩、“歩かんかったら気持ち悪い”と、季節の鳥や花を楽しみながら歩いているとのこと。奥さんもプールで毎日1キロ泳ぐ、元気なご夫婦です。どうもありがとうございます。

3. 公開学習会・相談コーナーのお知らせ

堺市西地区在宅ケアを考える会(私たちも会員です)では、この度「知ってトクする 知らないとソソクする 介護保険と後期高齢者医療」をテーマに公開学習会を開催することになりました。学習会の後には「相談コーナー」を設け、皆さまのご相談を受けさせていただきます。

*日 時 2009年1月25日(日曜日)

午後2時～4時30分

*場 所 堺市西文化会館(ウエスティ)

7階 セミナールーム

*報 告

① 保険料や医療・介護の負担を減らす

② 上手な介護サービスの利用

③ 医療で困ったときどうすれば

【相談コーナー】世帯分離・介護サービス・医療

「少しでも負担を少なく！」「サービスを上手に利用するにはどうしたらええの？」ともに考えましょう。なお、参加費は無料です。お待ちしております！

【三谷先生の正月日記】



12月27日の午前の診療を終え、スタッフのみんなと「一年間、お疲れさまあ」と歓談しました。そうか、もう一年たったんやなあ・・・ここから正月休みが始まります。まずは年賀状！元旦に届けたい、の願いは伝わりましたか？文面を考えていますと、こんなことも入れたい、あんなことも書きたい、と欲張ってしまいました。ある意味、ミタクリ増刊号です。またご意見いろいろとお聞かせくださいね。

久しぶりにテレビをゆっくりと見ました。でも、年末年始の特番ってこんなになってたんか、と大いにショックを受けました。私は娯楽番組が大好きで、中でも古典落語は何時間でも聞き入ります。また高校の時など、漫才の台本をつくり、友だちと文化祭などで披露したこともありましたが（残念ながらぼけ役でしたが）。当時は、やすしきよしの漫才が全盛でしたね。さて特番で驚くのは、芸人さんが「芸」で競わないことです。「何で？これって芸？」と思う場面ばかりで悲しくなります。複数の芸人さんの軽妙なトークでバラエティ番組が構成されていますが、即興芸のみで、これではネタを温める暇もないな、と感じました。私は、面白いのは「芸」であって、その人が面白いかどうかじゃあないと思っています。プロとして「笑わせる」ことが大切で、「笑ってもらう」のは「芸」ではありません。「人を笑う」ことで視聴率が稼げるの？このままでは練った「芸」を披露する場もなければ、育つ土壌もないですね。漫才グランプリ（M-1）で優勝したNON-STYLE は確かに面白いのですが、彼らもバラエティしか出る場がなく、漫才をじっくり楽しませる番組がありません。質の高い「笑い」が危機に瀕してる、そう感じた日々でした。

【ミタクリ歳時記 門松としめなわ】

「元旦の朝、門前に煙火（爆竹など）と桃符（桃は鬼が悪くにくむ）、葦索（いさく＝葦で作った縄）、松柏（門松を示す）をつけておくことは疫を防ぐ礼である」（『荆楚歳時記』）。葦索は悪鬼をしばるもので、中国では古くから鬼に対する呪具として用いられています。しめなわは「注連縄」と書きますが、本来は「締め縄」です。

松と柏は、四季を通じて色を変えないことから、中国では節操のある人のたとえとして用いられています。さらに、永く栄えること、長寿の繁栄の意味、「松柏之寿」とよばれます。『史記』にも、松柏は百木の長として、宮殿を守る木として尊重され、家族全員の長寿と幸福を願望して松柏を門前にたてたわけです。

桃符はわが国では利用されていませんね。竹（筍）は冬でも葉をつけ、梅も厳寒に耐えて花を咲かすために、松と同様節操のかたい人として讃えられます。また梅は多くの実をならせるために、女性の安産を助けるという意味もあります。松竹梅は、ともに寒さに強く歳寒の三友として、日本ではめでたいものとし祝いごとに用いますが、松竹梅をお正月に飾る風習は明治以後です。「松菊」は、俗世間から離れて閑居した人のたとえに用います。庶民は門松をたて、しめなわを飾ることによって、平和を喜び、健康に生きる喜びを感じとったわけです。節操をかたくするという道義的な意味は、一般庶民にとっては、少ないように感じます。

【外来担当医一覧 2009年1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)	
夜診 (16:30-18:30)		三谷	三谷		三谷	