

やわらぎ会通信 Vol.79

暑中お見舞い申し上げます。2010年のカレンダーも半分が過ぎました。1日24時間は、誰にも平等と言われますが年齢によって時の流れ方には違いがあるように思われます。後半も充実した日々できるように、まずはこの暑い夏を明るく元気に過ごしたいですね。



自己紹介

やわらぎ会歯科診療所にお越し頂きありがとうございます。今回は私の自己紹介をさせて頂きたいと思います。

私は、広島市南区仁保1丁目が開業して27年目になります。江戸時代の町並み保存で有名な、呉市豊町の御手洗のある大崎下島の出身で家はみかん農家です。中学校から親元を離れ、広島に出て来てもう45年になります。

父親を事故で亡くしてから22年間母親は一人でみかんの世話をしていたのですが、最近やっと同居を同意してくれて、今は一緒に住んでいます。

母親は現在83歳ですが、最近物忘れが進んで来たので週に4日くらいデイサービスに通っています。



宮島にて記念撮影

母親は、歌やピアノが好きなので、デイサービスの皆さんの歌の伴奏など楽しくしているようです。

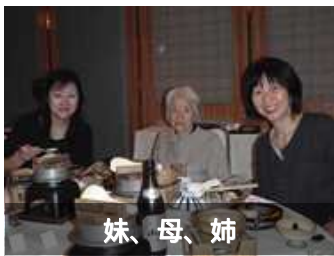
5月の連休には、私と姉と妹の3家族、総勢11名で宮島に集まりました。安芸グランドホテルに泊まったのですが、3つの家族に分かれていた兄弟が徐々に母親を中心とした家族に戻った感じがして、とても楽しい時間を過ごしました。



姉と母

私は、15歳~18歳の多感な時期に4人の祖父母を亡くしました。その時から、「人生は時間である」と思うようになりました。

また、歯医者を目指したきっかけは祖母が入歯が難しく食べてくいとこぼしていたことでしたので、歯医者になって快く食べれる入れ歯を作りたいと思ったことを覚えています。



妹、母、姉

母方の祖父は、大崎上島の木江というところで造船所を営んでいたのが大工仕事が得意でした。

そのせいか、私も義歯を作ったり咬合器を改造したりすることが好きで、こうして歯医者のお仕事を楽しくさせていただくことに感謝しています。

人生の大半の時間は仕事をしているわけですから、仕事を楽しんでいるということは何よりのことだと思います。

ここ2~3年はエベレスト登山で有名なプロスキーヤーの三浦雄一郎氏の生き方を学ぼうと、三浦氏主催の登山や、スキーツアーに参加していますがとても76歳とは思えないほど元気です。80歳でまたエベレストに挑戦するそうです。



姪が描いた母と末の孫娘のスケッチ

参加メンバーの方々も同様に元気でメンバーの87歳の現役の歯医者さんが、私達と同じようにテイクスキー場の6km大滑降レースに参加されて、見事完走されたのには驚きました。



私は「90歳まで現役の歯科医を続ける」という目標設定をしていますが、こういう事実を目の当たりにして、私にもやってやれないことはないという思いを強くしました。

私は「90歳まで、現役の歯科医」という目標を達成する為に、筋トレ、自転車のトレーニング等に励んでいます。年をとるとトレーニングの後の疲れが取れにくくなるのですが、筋トレの先生に教えて頂いたプロテイン、BCAA、ビタミン、EPA/DHA(魚の油成分)等のサプリメントを積極的に取るようにしています。そのせいか、白髪が減ってきたように思います。適度なトレーニングと栄養を取ることで、老化を遅くすることができるのではないかと思います。



半兵衛庭園にて記念撮影

これからも皆様と共に末長く人生を送られるよう頑張る所存ですどうかよろしくお願い致します。

理事長 藤田和也

同封していますレセプト(保険診療の明細)のコピーは、当診療で保険診療をお受けになったものです。自由診療のみの方には同封されていません。

患者様からのご意見・ご投稿を受け付けています。手紙・はがき・メールでどうぞ。 メールアドレス yawaragi@fujita.gr.jp

平成22年 7月20日号
編集発行人 藤田 和也