

さえき病院 通りハ通信

★4月になりました。美しい花々が心を和ませてくれます。

乾燥しやすく朝晩の寒暖差もありますので体調管理に気をつけましょう。

睡眠を十分にとりましょう。

生協さえき病院 職員一同

岡田先生のコラムです。

日野原重明先生の思い出と先生直伝の呼吸法

2017年7月18日に105歳でお亡くなりになった日野原重明先生のような立派な医師はわが国にもう二度と現れることはないであろう。わが家には先生の本が20数冊あり先生にサインしていただいた本も2冊ある。先生は2000年に75歳以上の高齢者のために「新老人の会」を立ち上げられた。会の使命は「若い人たちに命と平和の尊さを伝えること」である。3つのキャッチフレーズがあり、「耐えること、愛し愛されること、創めること」となっている。毎年夏に広島の前爆被爆者2世の医師たちが中心になり、若い人たちに被爆体験の話を聞く会を開催している。岡田が主治医になり、約30年間診療した爆心地から900メートルで被爆して、長期間を経て白血病で死亡した母娘の娘さんが、3歳時の被爆体験を書き遺した25頁の「もみじの手」を参加者に配ってきた。日野原先生が99歳の時に初めて呉市のホテルで講演会があり、幸運にも先生の隣に座りお昼の弁当を食べる機会があった。先生に「私の住んでいる団地の坂道が急で息切れするのですが」と直接おたずねしたところ、「君、それは呼吸法が下手だからだ。ハッハッハッと3回息を吐いて1回息を吸うようにしたら楽に登れるよ」と教えて下さった。歳をとって私と同じような思いをしている方々にお伝えしておきたい。