



旅行に最高の季節になりましたが、みなさんはゴールデンウィークはどのように過ごされたでしょうか？ 別府も良いところです。お弁当を持って少し遠出のお散歩もいいですね(^\_^)v

## お知らせ

### 第5回

別府中央病院健康教室

内容「どうき 息ぎれ」について

日時 5月 18日(金曜日)

午後2時より

場所 北的ヶ浜公民館

理学療法士による健康体操を行います。動きやすい格好でお見えになって下さい。

講師 矢野 健一(循環器科)  
理学療法士

## 女性に多い鉄欠乏性

鉄分は動物性のタンパク質に含まれているものが最も効率よく吸収され、利用されます。貧血状態になりますと、階段を上る時や軽い運動をただけなのに「息がきれる」、「動悸がする」、「足が疲れる」というような症状がおこりやすくなります。「体力が落ちてきた」、「年のせいだ」と片づけしないで、一度しっかり検査してみても如何でしょうか。



## koichiコラム

私はこの4月28日で勤続丸30年を経過した。本当に不思議なくらいもうこんなに経ったのかという感じです。まーそれなりに人並みに、公私共々楽しい事、つらい事、悲しい事もありましたが、今となっては全て良い思い出としてとらえているわけであります。色々な思い出がある中で、1つだけ今は亡き内田孝理事長との思い出を1つ、まだ入社したての頃、社会人はスーツという感覚でしたので、買ったばかりのスーツと革靴で毎日出勤・勤務しておりました。何日かして、突然、孝先生から「オーイS君」と呼ばれまして、おーっ何かほめてくれるのかと思いきや、「その靴、音がうるさい、そんな物履くな、これを履け！」と言って何と、庭や海岸で履くようなとても病院では？というようなスリッパを手渡された事が、出来事としては大したことではないのだろうが、私にとって先生から叱られる歴史のスタートとして強烈だけど微笑ましく印象に残っている出来事です。その後いろいろと鍛えていただきましたが、何といっても一番大きな出来事は今のこの仕事を与えてくださった事でしょう。本当に怖い先生で本当にメチャクチャな事を言われ途方にくれた事もありましたけど、今から思うと叱りながらも、ちらりと見せる愛情がとてもワサビの様に心に沁みた事を懐かしく思い出されます。ちなみにその後私の中でスーツを着る習慣は全く無くなりました。