

えんがわ

第57号

2011年12月発行

発行元
衣笠病院グループ
横須賀市小矢部
2-23-1
TEL046-852-1182

天のちっちゃな神さま

「天の父なる神さま」と、キリスト教では祈りの言葉を始めることがあります。ところがその人は舌がうまく回らなかったのでしょう・・。「天のちっちゃな神さま」と言ってしまうました。わたしはその場に居合わせて、思わず笑ってしまいそうになりました。神さまがなんだかわいらしいものを感じて。でも、考えてみれば、それがクリスマスの意味でした。天を支配する神。全能の神。何でもできる偉



大な神。それがなんと！

なんにもできない、ちっちゃなちっちゃな赤ん坊の姿になって、飼い葉おけに寝かされたのですから。赤ん坊を見つめると、わたしたちの心は不思議と平安になります。日頃のわだかまり、かたくなさ、しがらみから解放されます。ほっと明かりが灯ったような気分になります。そして、それがクリスマスなのでしよう。今年もいろんなことがありました。いろんな思いが巡っていききました。おひとりおひとりの心に平安がありますように。

メリー・クリスマス！！
衣笠病院チャプレン室
牧師 大野 高志

えんがわ在宅モ びとくがちわ 水でうがい が一番

皆さんは風邪の予防をするためにうがいをしていますか？六年前に日本で行われた興味深い研究があります。この研究では約百人の人が水でうがいをを行い、約百人の人がイソジン（一番良く使われているうがい液）でうがいをを行い、風邪の予防になったかを見ています。水でうがいをすると三十%の人が風邪になりました。一方、イソジンでうがいをすると三七%の人が風邪になりました。「イソジンでうがいをすると、水でうがいをする方が風邪の予防効果が大きい」というちょっとびっくりする結果



予防効果が大きい」というちょっとびっくりする結果

だったんですよ。以前にはうがいをすることでイソジンを出して欲しいと患者さんに言われると、そのとおりに処方していましたが、この研究結果を知ってからはイソジンよりも水のほうが風邪を予防できますよと一度はお話しましたが、お話ししても、呆気に取られた顔をされている方がほとんどです。イソジンを処方することももちろんあります。とにかく、風邪にはうがいと手洗が一番です。風邪を引かないようにお過ごしください。

湘南国際村クリニック
医師 大友宣

今年は冬も節電が必要そうですね。イルミネーションは少なくなるかもしれませんが、夜空の星がキレイに見えるといいですね。