2026年 6月

たから診療所グループ かわら版

発行：南医療生活協同組合
たから診療所
名古屋市南区北頭町２－３５
電話０５２－６１１－１８８０

みゆき先生のちょっといい話

第 56 回　あなたのウェルビーイング（こころ・からだ・社会的にもなんかよい状態のこと）は何ですか？

ウエルビーイングって聞いたことありますか？　最近、南生協で流行ってるみたいですよ。
この前も診察室でこんな会話が。浦西「どうですか？」
患者さん「体調が悪い」
浦西「どこが？」
患者さん「毎日疲れるし、あちこち痛い。やる気はおきんし」
浦西「そうですかあ。〇〇さん、そういいながらまだまだ元気そうにみえますけど。あと 10 年は頑張れそう」
患者さん「縁起でもないな。毎日家で寝とるかテレビみてるだけだよ」
浦西「そりゃいかん。じゃあ、私と雑談でもしにきますか。ちょっとは元気になるかもしれません。私、実は、診察より雑談の方が得意なんですよね」
患者さん「ますますあやしい医者だな。先生と話してもいいけど、他にもっと元気になる薬とかはないか？リボビ〇〇D！みたいな」
浦西「あったら自分が飲みます」
患者さん「やっぱりないか」
浦西「ではもっと効果あるものを教えましょう。まず、近所の人でも店の人でも小学生にでもだれでもいいから挨拶すること。猫やカラスはだめです。さらに立ち話が始まったら上出来です。」
患者さん「挨拶？」
浦西「他人と話すことが一番いいのですが、なかなか出来ないので、まずは挨拶から。この前も、話し相手がいないから冷蔵庫に話しかけたって人いました」
患者さん「冷蔵庫は返事せんわな」
浦西「はい、ブーンしか言わなかったそうです」
患者さん「確かにブーンしか言えんな」
浦西「これが人間相手だったら、へえーっ、とか、何でやねん、とか答えますよね。だから 10 分だけでも外にでる」
患者さん「面倒くさい」
浦西「だから 10 分だけ。慣れてきたら、近所の体操に顔をだしたり、公園の草むしりしたり。そしたら「あ、この人今日もきてるわ」って思われて顔が売れますよお。たまにサボってもいいですから。それか、かわら版配りとかどうですか？」
患者さん「もう配ってるがな。先生のくだらないコラム読んでる」
浦西「わーすごい。その調子でもっと外にでましょうよ。〇〇さんが新聞を配ったり、挨拶したり顔をみせることで、この町も元気になります。ついでに私も！」
ウエルビーイングは、簡単にいうと「何となく調子がいい状態が続いていくこと」です。つまり、完璧に元気じゃなくても、血圧がちょっと高くても、今日もご飯たべた、眠れた、転ばなかっただけでいいのです。さらに挨拶でも立ち話でも誰かと話すことができたら、笑いも生まれて、体も心も調子良くなりますよ。そして、それがたから地域全体のウエルビーイングにつながります。そうそう、かわら版配りで挨拶、なんて完璧です。いつも配ってくださる方々、たから地域のウエルビーイングに貢献、ありがとうございます。

だれでも参加できる企画ご案内

★けんこう教室（診療所にて）
6 月 11 日（木）14:00～参加無料
　“歯周病と全身疾患について”
★映画上映会（診療所にて）
6 月 15 日　14:00～16:00
　“シャトレード”　参加無料
☆カラオケ班会（診療所にて）
6 月 23 日（火）14:30 参加費無料
★サロンたから（たからコミセン）
6 月 13 日 14:00
　お菓子代 200 円
☆お食事ひろば　（診療所2階）
6 月 13 日（土）
12:00～　食事代 400 円

☆ボランティアの会（診療所 2 階）
6 月 17 日（水）10:00～
地域のちょっとした困りごと解決のお手伝いできる方大募集。
話し相手・ちょっとした力仕事・料理などご自身の得意をいかしてくださる方大募集中！
ご興味のある方は気軽に参加ください。
★事業所利用委員会（診療所 2 階）
6 月 17 日（水）11:00～
　診療所の運営に関わってくださる方募集中！

☆　職員募集中☆

・外来で働く臨床検査技師
・ケアマネジャー常勤
・ヘルパー（介護福祉士）

診療体制

受付時間	月	火	水	木	金	土
9:00～12:00	浦西	浦西	浦西 柴田 1、3 長江 2、4	浦西	浦西	長江 1、松田 2・4 古松　3
14:00～15:30	往診	往診	専門外来　浦西	往診		
16:30～19:00					鈴木	

たから診療所 X（旧ツイッター）QR

※**水曜日の夜診は**、職員配置上の都合のため、**しばらく休診**にさせていただきます。ご迷惑おかけします。

たから診療所予約電話　612-4890　●月、火、水、木：9:00～16:00　●金：9:00～19:00　●土：9:00～12:00
利用時間外の急病は　総合病院南生協病院　代表番号 052-625-0373 をご利用ください