

すまいるカフェだより

～2020年11月号 VOL.7～

緑川院長にインタビュー!!

皆さんお元気でしょうか？今回のカフェだよりは、緑川院長へ連携室員がインタビューを行い、丸裸に致しました(笑)。皆さんへのメッセージや院長のプライベートな事までお届けいたします。ぜひ楽しく見て頂ければ幸いです。

院長からのメッセージ

体調はいかがでしょう。最近肌寒くなってきました。サロンがお休みとなり約9カ月が経ちますね。ずっと会えていないのでさみしいです。コロナウイルスが落ち着き、サロンが再開した際には皆さんが参加していただけるよう体調に気を付けて生活していただければと思います。そのために寒い冬を過ごすためのアドバイスをお伝えします。

コロナウイルスの影響もありますが、寒くなると外に出たくなくなりますよね。でも日中は散歩に行ったり軽い運動をしたい体を動かすことが大切です。心も体もリフレッシュできると思います。また、適度な温度、湿度を保つこと、十分な栄養をとることも大事です。暖かい鍋なんかもいいですね。おいしいものをたくさん食べて栄養を補給してくださいね。

そして忘れてはいけないのが水分補給。冬でも暖かい家の中で過ごしていると脱水になることがあります。脱水は大きな病気を引き起こす原因になることも多いのです。注意してこまめな水分補給をお願い致します。



院長プロフィール

Q、出身は？

A、いわき市生まれ 高校までいわきです

Q、好きな食べ物は？

A、お魚です 特に刺身が大好き

Q、好きな飲み物は？

A、焼酎(麦)ワイン(赤)

Q、好きなスポーツは？

A、ウォーキング 部活は柔道部

Q、毎日のルーティーンは？

A、朝シャンです(笑)

Q、医師になりたいと思ったきっかけは？

A、小学3年生くらいの時雪が降っていた時期に父が入院してお見舞いに行けないことがありました。自分が外科医で病院にいれたら、、、というエピソードが最初に医師を目指したきっかけです

Q、どんな医師でありたいか？

A、患者家族中心でいつも優しい医師でありたいです

Q座右の銘

A、一期一会

一度きりの人生。出会いを大切に楽しく生きていきましょう!!