

職員そして患者の皆さん、明けましておめでとうございます。今日から寅年の新年のスタートです。今年もどうぞよろしくお願ひ申し上げます。

昨年末の病院大忘年会(約 300 名の参加)でも申しました通り、私にとっては何もかもが初めての赴任1年目(平成20年度)に比べ、2年目に当る平成21年度の1年間は正にアツという間に過ぎ去ってしまいました。小学校時代の6年間と50歳を経過してからの現在の6年間の長さが違うのと相通じるようにも感じられます。若い頃は、ワクワクした気持ちと適度な緊張感のもと、毎日のように新たな体験をし乍ら日々を過ごしていたように思います。次第に季節や世の中の変動を了解し、子供時代の純粋な気持ちが薄らいでくると、結果的には歳とともに時の流れを早く感じるようになってしまうのかも知れません。一方で、変化の少ないルーチンスケジュールに一旦身を置いてしまうと、自分自身の細胞の新陳代謝の遅延(老化現象)も伴ってか、外界の若い細胞たちのturn-overに相対的な時間経過のズレを感じてしまい、その結果として周りの時が早く過ぎ去って行く、、、こういった新概念も最近判明しつつあるようです。

そこで少しでも時間がゆっくり流れるよう自分自身を錯覚させる意味でも、日々何か新たなことを経験する姿勢(これはヒトによって違いますが、友人や家族との旅行でも、得意分野あるいは全く未経験の趣味の開拓でも、適度な緊張感ある学会/研究会/勉強会などでの発表でも宜しいでしょう)、向上心や探究心を失することのないよう真面目に努力を励行して参りたいと考えます。今まで、普通のノートを用いメモ書き程度で1-2週間で直ぐに途切れがちであったので、今年からは定年まで(?)10年日記でも認めて行こうと早速1冊購入しました。まずは実現可能な小さな努力からで恐縮ですが、歳をとればとるほど新発見や感激する事項を探す努力が益々必要であろうと確信するからです。

実はこの1ヵ月ほど前から、変わった訓練を初めて開始しました(風速を毎日体感しKYするのはです: 空気を読むと申しますか、風の早さを予測するKYです)。皆さんも何か新しいことを始め、今年時間を少し長く感じてみませんか。



百道浜人工海岸に設置された3台の風力発電用の風車レンズ: 中央の配電盤モニターに風速と発電量が表示される仕組みになっているので、時々刻々変化する風速を体感し予測することを、毎朝犬の散歩の途中で行うようにしました(KY訓練)。