

# みらい

Vol.63

田名整形外科クリニック  
上溝整形外科リハビリクリニック

北海道鶴居村 雪裡川のタンチョウ

## 新年を迎えて

医療法人未来理事長

田名整形外科クリニック

院長

木内 哲也



新年あけましておめでとうございます。田名整形外科クリニックが26回目、上溝整形外科リハビリクリニックは14回目のお正月を迎えました。今年が皆様にとって良い年になりますよう祈念しております。

昨年はリオデジャネイロオリンピックで日本の選手が活躍し41個のメダルを、パラリンピックでは24個のメダルを獲得しました。若い選手の活躍に胸がおどり、東京オリンピックへの期待も高まりました。国内では初の女性都知事小池百合子氏が誕生し、一方、アメリカでは次期大統領がトランプ氏に決まり、世の中の変化が印象付けられた年でした。身近なことでは圏央道が東名高速や中央高速とつながったことから東京などに行く時間が短縮され、当院前の道路の交通量も少なくなりました。

今年も職員一同、地域の皆様が健康で明るく過ごせる毎日を目指していく所存ですのでよろしくお願ひします。

## 新年のご挨拶

上溝整形外科リハビリクリニック

院長

千葉 昌宏



新年のお慶びを申し上げます。

昨年のリオデジャネイロオリンピックで日本は多くのメダルを獲得しました。選手が活躍すると盛り上がりです。皆さんもテレビ中継を観戦して感動したことでしょう。体操や水泳、男子陸上リレーなどメダルを取った時、涙が止まりませんでした。

さて、今回のオリンピック選手はそれぞれの競技における正確性やスピードが向上していました。それは各選手とサポートするメディカルチームの共同作業の結果です。こうして進化したトップアスリートの技を真似してみるためには、技に耐える筋力やバランスが必要です。しかし、日本には基礎的な筋トレや運動をポジティブに楽しむ習慣がありません。

そこで、今年は「こうなりたい」という目標になる選手、友人を見つけよう。ポジティブに運動するのはどうでしょう。特に子供と中高年は体力が低くケガが多いです。私たちはケガ治療だけでなく、体を壊さずに楽しくスポーツが続けられるよう診療したいと思ひます。

2017年は酉年です。酉といえば鶏です。昨年は伊藤若冲がブームになり、彼の描いた鶏の日本画も注目を浴びました。本番の今年はどんな鳥が注目されるでしょう。

私の出身は長野県で、いわゆる田舎の山里育ち、縁あってここ田名に住むようになりました。そんな私がこちらに暮らして驚いた事の一つに鳥の種類の多さがあります。山と川に恵まれた相模原ならではの幅の広さではないでしょうか？

冬のこの時期私が好きなのはメジロです。姿も鳴き声も可愛いこの小鳥は寒くなると、家の周りで見かける事が多くなります。シジュウカラやセキレイ、ちよつとるさいムクドリやヒヨドリ、オナガドリがやって来る事も時にはあります。春には近くの竹藪からウグイスの鳴き声が毎日その上達ぶりを聞かせてくれます。川沿いを行けば、サギやカワウ、カモ、トビや運が良ければカワセミに出会うことも…。今年は少し視線を遊ばせて、そんな鳥たちの姿や声を追ってみるのも良いのではないで

しょうか？

最後に、この田名整形にも職員が楽しみにしている鳥がいます。それは建物の外階段下に毎年やって来て巣を作り、ほほえましい子育ての様子を見せてくれるツバメです。今は子育てを終えて崩れてしまった巣が残されているだけですが、今年はいくつ黄色いくちばしが並んで餌を待つのでしょうか。



## 丹頂鶴のいる風景 — 撮影者の言葉



給餌場(北海道 鶴居村)

「タンチョウはいつシベリアから日本にやってくるのですか?」と、問う人もいますが、日本の丹頂鶴は渡り鳥ではなく、ほぼ釧路湿原にのみ生息する留鳥です。春から夏にかけて、湿原で巣をつくり、子育てをし、秋も深まると、子供を連れて村の畑や給餌場へ飛んできます。極寒の季節、昼間は給餌場で過ごし、夜は寝ぐらである川へ戻るので、朝晩に家族で飛翔する、絵画のような姿が見られます。タンチョウは天敵から身を守るため、-20度にもなる真冬の川で、一本足で立って眠ります。脚も羽も凍り付いています。

表紙の写真は、川霧に包まれた夜明けの雪裡川を音羽橋から撮りました。絶滅危惧種である彼らを驚かさないう、近づくことはできません。息も凍るような凜とした空気の中で、霧と共に浮かびあがるタンチョウは得も言われぬ美しさです。(MK)

訪問リハビリテーションを行っております。詳細につきましてはお問い合わせ下さい。



医療法人未来

### 田名整形外科クリニック

TEL:042(761)7000

上田名交差点より大島方向400m 水曜午前は、内科医師による診療もしております

### 上溝整形外科リハビリクリニック

TEL:042(786)7700

駅より1分、かみみぞクリニックビル3F

<http://www.mirai-med.or.jp>

