

## 3月のカレンダー

- 1日 春季全国火災予防運動  
3日 ひな祭り 耳の日  
6日 啓蟄  
14日 ホワイトデー  
**21日 春分の日**  
23日 世界気象デー  
25日 電気記念日



## 3月

冬の寒さも峠を越したようですが、インフルエンザはまだ流行しており、今シーズンはB型が多いようです。冬季オリンピックは日本選手が大活躍、長野オリンピック以来過去最多のメダル数を獲得し感動のうちに終わりました。全世界の注目を浴びた羽生選手の快挙、ハラハラドキドキしながらLIVE中継を観ました。数分の競技時間に集約された彼の心技体への重圧は、凡人の想像をはるかに絶するものであっただろうし、無事に滑り終えたときの感動と安堵感はその人が共有したと思います。「カーリング」や「パシュート」など馴染みのない競技も時差のない隣国の開催でTV観戦でき、その他多くの種目があることも知りました。次は夏の東京・冬の北京とアジアでの開催が決まっています。各競技で若い世代の選手たちの成長が期待されます。

## 4月からの診療日

	整形外科	内科	形成外科	スポーツ	脊椎外来
月	◎	◎			
火	◎	◎			
水	◎	◎	○		
木	休診				
金	◎	◎			
土	◎	◎		月2回	月1回
日	休診				

診療時間：○9:00~11:00

◎9:00~12:00 14:00~18:00

## 診察室から

## 外来診療日変更のお知らせ

日頃より、当院をご利用いただき感謝申し上げます。

**4月から**外来の診療日を変更させていただきます。

3月までは、整形外科は水曜日、内科は木曜日を休診としておりましたが、4月以降は、**整形外科・内科とも木曜日を休診**とさせていただきます。形成外科は、水曜日の午前中のみとし、午後は手術日といたします。月曜日・土曜日の午前中の診察は中止となります。また、脊椎疾患およびスポーツ障害に対する専門医による診察は、月1~2回、土曜日に診察日を設けています。詳細はお電話でお問い合わせください。変更に伴い、患者様には、ご不便ご迷惑をおかけいたしますが、今後とも皆様の健康維持にお役に立てますよう努めてまいります。ご理解のほどよろしくお願いいたします。

—ミニ知識—

## 今月の栄養教室

テーマ：「骨粗鬆症と食事について」

日時：3月26日(月)

11:40~

場所：1階食堂

どなたでもご参加ください

2004年3月から14年間、月1回発行してきました病院だよりを、今月号をもって休止いたします。

ご覧いただきありがとうございました。

## 3月3日はひなまつり

3月3日はひな祭り。女の子の健やかな成長を祈る節句の年中行事です。そしてひな祭りに食べる食べ物でまず思い浮かべるのは、ちらし寿司ではないでしょうか？ちらし寿司はもともと祭礼の日の料理として作られることが多かったもので、「すし」は一般的に「寿司」と書かれますが、この漢字には「寿(ことぶき)を司(つかさど)る」という意味があり、縁起がいいもの、お祝いの席で食べるものという意味を持っています。

またその具材にも意味があります。

海老：腰が曲がるまで長生きしますように。

蓮根：将来の見通しがいい

豆：健康でまめに働き、まめに生きるなどです。

ひな祭りにはぜひちらし寿司を食べてお祝いしましょう。



管理栄養士 河内