

2026.8 藤咲整形外科医院だより

燕巢立ちセミ羽化し藤二番花開きカブトムシ夜に飛翔し、夏は今その贅を凝らした暑さの頂点を示さんとしています。季節の立ち上がりの激しい暑さに、ぐったりしていたかの柑橘が、「慣れた」とばかりに特徴ある葉に照りを取り戻し、夏は生命の轟（とどろき）、熱気の坩堝（るつぼ）です。

夏の熱気、高揚に身を任せるは快感ではありますが、危険との隣りあわせです。草取りに没頭してそのあまり、立ち上がると腰痛み、目をつぶるとむらむらと黒雲がわいてくるような暑さの時は、熱中症の前兆です。広報、報道にて熱中症の診断、知識は広く万人にいきわたり、余程のことがなければ重症化の前に気づくものです。ことしは、初期症状の特徴として、とにかくだるい、という方が多いようです。治療予防はとにもかくにも体を冷やす。細かな知識があれば最上、喫緊の心がけはできることをして冷やす、に尽きます。

言葉遊びですが、グレゴールザムザ（フランツ・カフカ著 変身の主人公）を、みずこおるさむさ、と、読んでいました、それに対して みずわくあつさ にあたる主人公は見当たらないようです。言葉ではなく、行動の熱さなら、枚挙にいとまなく主人公が現れます。熱血教師？坊ちゃん、なきみそ先生、二十四の瞳、飛ぶ教室、正義先生。先生だけが熱いわけではありませんが、行動力、次世代への影響、教える立場の者は、自制はもとより、次世代への配慮、遠慮、すなわち試練の連続、熟慮の連綿、世代の上の者にとっては、苦労はあらかじめ既定された事実です

ウォーキングは、はばかりことなく行うことのできる自援行為にして人を鼓舞する行為です。かつこよくいきましょう。

皆様お体大切に。

ホームページ URL

<https://www.ne.jp/asahi/fuji/clinic/>



藤咲整形外科医院

2026.8 藤咲整形外科医院

院長 藤咲 裕