



2025年3月 診療カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
2	3	4	5	6	7	1/8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23/30	24/31	25	26	27	28	29

住所：東京都中央区日本橋大伝馬町13-8
 メディカルプライム日本橋小伝馬町3階
 TEL:03-3639-3110 FAX:03-3639-3112

2025年4月 診療カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
30	31	1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	1	2	3

卒業 おめでとう

花粉症 ご相談ください

4月から 予約システム 変更します

18時最終受付

ホームページ

「今月の言葉」

今あるものに満たされない者は
 これから欲しいものにも満たされない
 ～ソクラテス（古代ギリシャの哲学者）～

一般診療	月	火	水	木	金	土	日
10:00-13:00	●	●	●	●	●	●	×
15:30-19:00	×	●	●	●	●	×	×

●9:00-12:30

4月からの診療時間変更
 【変更後】午後15:00～18:30（火曜日～金曜日）

予約システムも4/1から変更になります！！
 詳しくはホームページをご覧ください

臨時休診

4月5日（土）、4月28日（月）

FAF管弦楽団演奏会
 4月5日（土）ミューザ川崎14:00開演
 曲目 ニールセン交響曲第2番
 シベリウスヴァイオリン協奏曲他
 チケット差し上げます

時をつなぐもの

私の母は、約6年前に父を亡くしてから、柏で一人暮らしをしています。母は家の中を整理整頓し、本当に大切なものだけに囲まれた、すっきりとした生活を送りたいと考えているようです。父が生前愛用していた洋服も、母はきちんと整理していました。その中には私でも着られるものが多くあり、ありがたく譲り受けています。父の服はしっかりとした作りで、この先も十分使える品質のものばかりです。これは私にとっても母にとっても嬉しいことでした。

最近、産業医として定期的に訪問しているアパレル関係の会社で、エレベーター内のニュースレターを目にしました。そこには「ファッション業界の問題点」として、大量生産された衣料品の売れ残りが焼却されたり、埋め立て地に廃棄されたりしていることが書かれていました。特に、低価格を売りにした「ファストファッション」の台頭により、世界では年間9200万トン、着数にして約3000億着もの衣類が廃棄されているそうです。

私もファストファッションの衣類をよく購入していますが、店頭の様子を見れば、この大量の服がすべて売れるわけではないことは明らかです。シーズンが終わると、店頭に並んでいた商品はすっかり姿を消し、まったく新しい商品が陳列されます。昨年の商品が大量に廃棄されていることを想像すると、なんと無駄なことかと心が痛みます。この問題に対し、EUでは2025年より未販売の衣料品の廃棄を禁止する法律が施行されることになりました。これにより、大量生産の抑制やリサイクルの推進に効果が期待されています。

しかし、大量生産・大量消費の問題は衣類に限ったことではありません。食品やプラスチック製品、家電なども同様に、大量に生産され、大量に廃棄されています。食品業界では、賞味期限や消費期限が厳しく設定されているため、まだ食べられるにもかかわらず、多くの食品が廃棄される現状があります。エネルギー資源の問題がこれほど重要視される中で、私たちは廃棄の実態についてあまりに関心だっただのではないかと考えさせられます。皆さんの中にも、ほとんど着ていない洋服や、つい安さに惹かれて購入したプラスチック製品などをお持ちの方がいらっしゃるのではないのでしょうか。

私は亡き父の遺品を整理する中で、父が物を大切にしていたことを改めて実感しました。例えば、私が子どもの頃から父が愛用していた鉛筆削り用のナイフはいまだに残っており、私の古いラジカセを修理しながら使い続けていたこともありました。また、広告の裏紙やコピー用紙の裏をメモ帳として活用するなど、物を無駄にしない姿勢が随所に見られました。父の姿を思い返し、私ももっと物を大切にしなければならぬと反省しました。

最近、長年使っていた筆筒のレールが劣化して壊れ、買い替えようかと悩んでいました。しかし、ネットで調べたところ、DIYでレールを交換できることが分かり、修理することにしました。結果、スムーズに開閉できるようになり、まだまだ使える状態に。正直なところ、この筆筒はあまり気に入っていませんでしたが、自分で修理すると不思議と愛着が湧き、これからも大切に使うという気持ちが芽生えました。

先日、母の片づけの中から、祖母（父の母）が昔手編みしたセーターが何着か出てきました。祖母は編み物が得意で、家族が遊びに行くたびに孫や子どもにセーターやチョッキを編んでくれました。子どもや孫が多かったにもかかわらず、それぞれの体格に合わせた見事なデザインの編み物を作るのは、どれほど大変だったことでしょうか。この冬は私も妻も、祖母の手編みのセーターを喜んで着ています。

40年も50年も前に祖母が編んだセーターを今になって着ることができるのは、祖母の愛情と、それを大切に保管していた両親の思いがあったからこそです。このセーターに袖を通すたびに、祖母の温もりを感じ、心まで温かくなります。

最近、長く使われているものに対して特別な愛着を感じるが増えました。それは単に物の機能性だけではなく、「思い出」という、もっと大切なものがそこに宿っているからかもしれません。「物を大切に作る心」をもう一度思い出すことが、未来の環境や社会のためにできることの一つなのではないか。そう考えるようになりました。

文責 齋藤 幹