



Title	私の健康法
Author(s)	北角, 彰
Citation	makoto. 2009, 148, p. 8-8
Version Type	VoR
URL	https://doi.org/10.18910/85730
rights	
Note	

The University of Osaka Institutional Knowledge Archive : OUKA

<https://ir.library.osaka-u.ac.jp/>

The University of Osaka

私 の 健 康 法

大阪府藤井寺保健所

生活衛生室長 北 角 彰

新型インフルエンザは、いったん落ち着いたものの、これから秋に向けて更なる感染拡大が懸念されている。

そんな中、定年を来年に控え、平穩に半年を無事終えられるようにと日々ひたすら願っている。

最後の職場となった藤井寺保健所は、一番最初に勤務した泉佐野保健所と人間模様が似ており、仕事も遊びも楽しく、それなりに年を重ねた仲間と、毎日昼休みに卓球に体を動かし、月1回は午後から職員体育館を借りてピンポン玉を追って汗を流している。

当然、そのあと夜は宴会がセットされ、仕事を忘れた世間話に興じている。

さて、「私の健康法」だが、府環境衛生監視員名簿の趣味欄に「パソコンとゲームとゴルフ」と記載しており、唯一、体に良いことはゴルフである。

パソコンとゲームの趣味は不健康きわまりなく、ゴルフ以外の休日は4台のパソコンとP S 3、W I I、P S Pを使いまわして「腰

と目」を痛めつけている。

ただ、幸いに、尿酸値を下げる薬を欠かせないことを除き、60年間酷使してきた体は、至って元気である。

唯一の健康に良いと家内を納得させているゴルフは、一時期、年間46回を数え、週1回のラウンドを目指して少ない小遣いを浪費してきた。

最近は、娘婿2人を誘って3人のラウンドが多く、一回に支払う負担も増えて、ラウンド数は極端に減っている。

その後、娘2人に子供ができ、次女の2歳になった息子「壮一郎」は、月2回我が家に泊まり、ほとんど私と過ごし、夜中も起きだし、私を寝不足にさせている。もう少し大きくなれば、パソコン部屋がゲーム部屋に変わり、私とゲーム三昧できるのにと期待しているのだが・・・。

その孫は「おじいちゃん大好き子」で、別れるときは大声で「おじいちゃん抱っこ抱っこ」と泣いてくれる。

孫の守が、これからも私の一番の健康法だと思っている。

編 集 後 記

☆第148号をお届けいたします。

ご多忙中のところ玉稿をいただきました阪大微生物病研究会の上田先生、大阪府藤井寺保健所の北角室長に厚く御礼申し上げます。

ささやかな冊子ではございますが、当機関誌が公衆衛生思想の普及発展に、少しでもお役に立てれば幸甚です。

☆表紙の写真は、和泉市の「国華園」で撮影した菊です。

— 府 政 だ よ り —

大阪府健康医療部では、保健衛生関連で次の主な行事が行われる予定です。

- 臓器移植普及推進月間 10月1日～31日
- 骨髄バンク推進月間 10月1日～31日
- 麻薬・覚せい剤乱用防止運動月間
10月1日～11月31日
- 目の愛護週間 10月10日～16日
- 薬と健康の週間 10月17日～23日
- エイズ予防週間 11月28日～12月23日
- 大阪府献血推進月間 12月1日～31日
- 年末食品一斉取締月間 12月1日～31日