

# 西村クリニック便り 第2号

発行元  
四條畷市楠公1丁目  
14番6号  
西村クリニック  
072-862-3001

毎日寒いが続いていますが、皆様カゼなどひかれずに  
元気に過ごされてますでしょうか？

寒いからといって部屋にこもってばかりおらず、天気の良い日には外を  
散歩したりするのもいいでしょう。さて、私は今回3年ぶりにマラソン  
大会に出場する事になり（四條畷市マラソン10km）ぼつぼつと練習を  
始めております。

私はもうかれこれ20年以上もマラソンを続けておりますが、走った  
後の爽快感はなんとも言えないもので、難しい言葉で言えば脳内に内因  
性オピオイドであるエンドルフィンという物質が出てランナーズハイ  
の状態になるそうで、これがマラソンの虜になる原因なそう。そんな  
難しい言葉はともかく、私が走ったりする理由の1つに次のようなこと  
があります。高血圧症や高脂血症などの方に体を動かしましょうと言っ  
ても、肝心の自分が運動もせず肥満体であれば説得力に欠けるといっ  
たのです。やはり人に運動を勧める以上自分も体を動かし、スリムな体型  
を保っておくというのも非常に重要な事だと考えているからです。

西村 章



院長と尾幡看護師の2ショット「完走しまぁす！！」

院長に初めてお会いしたのが平成八年秋でした。  
平成十九年一月に他の場所でも共同開業して早や一八年になりま  
す。その時に院長より「退職に当たって奈良の御所で独立して開業す  
るから絶対立ち上げてや」と頼まれました。  
しかし一八年間も四條畷市の地域医療に多大な貢献をなされ地  
域の人達に慕われ信頼されて今は一月五日の開院日を多くの人が  
待ち望んでいます。又、先生には素敵で綺麗で明るく素晴らしい奥  
様がいらっしゃるが付き人々に慕われてるのがよくわかります。  
奥様が影になり日向になり院長を支え励ましておられるから医療に  
専念でき地域の人のために喜ばれていると思います。これから院長の目  
指す医療を思う存分に地域医療に貢献して頂き愛され信頼される  
西村クリニックであるように願っています。益々のご繁栄をお祈り申し  
上げます。  
メデイカルアシスト 竹田幸一



院長は講演会でも多方面から依頼され  
各地で精力的に行っています♪野菜や  
果物も手作りしています♪新鮮な盛り立  
てコボウです♪洗うと白いのです♪↓



私の家族は毎年、四條畷神社に初詣に行っておみくじを引きます。今年は末吉でした。  
内容は「目上の方の助けで一年過ごせる」と2回も書いてありました。  
毎年「手荒れ」で悩んでいる私に目上の方からアドバイスをいただいたおかげで今は  
見違える程スベスベになりました。リハビリ中お話をいただいととても嬉しく感じ  
ました。来院された時は気兼ねなくお声かけください。リハビリ科 K職員より

当院では「内科診療」に加え「リハビリ治療」も行っております♪

2月7日（土）

ライブハウス 寝屋川ヴィンテージ ライブ

ユニット名 蒼兎（アオイウサギ）

当院事務職員の主演が決まりました♪

彼女は学校では英語をメインに勉強しています♪

2月のことわざ

So many man, so many mind!!（十人十色）

「お一人お一人の患者さまを大切に笑顔で勤務します

よろしく願います♪」事務科 N職員より

NORICO'S キッチン

お正月の残ったお餅で！！超簡単！！

2人分 お餅2個、饅頭小袋2、薄口醤油小2、みりん小2、

粉末だし小1、塩少々、水400ml

- ① お餅1つを4つ切りし油であげます
- ② お鍋に水を沸騰させて調味料を入れます
- ③ お鍋に①のお餅を入れて②の汁を入れたら出来上がり♪

「お好みでネギと七味をどうぞ♪」

編集後記

開院して早や1ヶ月経ちました♡

いかがお過ごしでしょうか？

今月は褒めていただいて幸せ気分です♡

これからも褒めあいましょう♡（m・n）

スタッフと院長のある日の会話 その2

ス：「先生、一級建築士も持ってるんですか？」

西：「うん このクリニックも設計したで♪」

ス：「間接照明もお洒落ですね♡」

西：「デザインは嫁がした・・・」

そんな多才な院長に是非会いに来てください♪