

極めて危ない暑さですが皆様いかがお過ごしでしょうか。

皆さん順調に研修も進んでいると思いますが、やはり時には毒素も体外に排出したいところです。

時には糖の発酵産物などにたよる方法も良いですし、それぞれストレス解消方法は違うとは思いますが、皆さんの体を考えますと運動もうまく活用してもらいたいなと思います。

そんなことを実現させるのにも、この写真にあります体育館も当院の大事なインフラになります（実際は附属横浜看護学校の体育館ですが・・・）。

知り合いの他院院長も当院の体育館をみて“これが欲しかったんだよ・・・”（小沢昭一さん風に）とおっしゃってました。

ちょっと運動に適さない暑さが続きそうですが、これ以上地球を暖めないためにも、通勤は自転車かランニングがいいですね。



\* 本人の許可を得て  
掲載しております