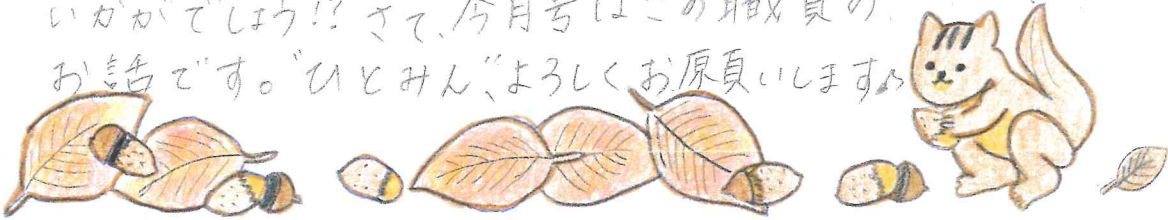


養老新聞 第189号 R4.11月

発行人 / 医療法人社団 すんとおる
沼津市高沢町6-1/055-922-8855
<http://www.sunto-seikei.jp>

高沢公園の木々の色も赤や黄色へと移り変わり、肌
に当たる風もいりだんとひんやりしてきましたね！私はこの
秋から冬へ移りかわる季節が大好きなのですが、皆さんは
いかがでしょうか！さて、今月号はこの職員のお話です。
"ひとみ"、よろしくお原真いします。



私の決意 テイケア 山口

皆様こんにちは。テイケアの看護師の山口です。
今回は私山口ひとみの決意をお話します。

それはまだ私が18才の未成年の春の事でした。
その頃私は看護師ホヤホヤで昼間は
病院で働かき、夜は定時制の高校に通っていました。

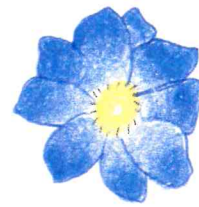
その姿はほんとパーマをかけロングスカートをはき、

見るからに不良って感じで先輩にすすめられ
タバコも覚えました。タバコを吸っている自分の姿が
とてもカッコ良く見えるようは気がしていました。

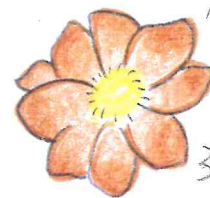


(もう時女かですよぉ...笑)

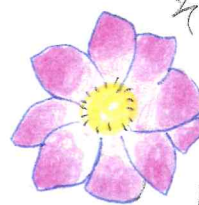
不良気味の私も高校を
しかり4年で卒業して21才の
時にはお腹にかわいいベイビーが
いるとわかり、さすがに「禁煙」を
しなくては！と思い一本にムチ
打ってやめました。このまま禁煙



すれは「良かったのですがタバコがOKに
なった時の一服はほんとにも言えはい美味しと
開放感でした。何度かやめようとしたが
結局やめられずズルズル.....。



タバコが「はいとダメは体に
はっていました。それから
35年が経ち、ある日胸に違和
感を覚えました。鼻が少々苦しいは
「何これ？私、死んじゃうの...？」



そんな事が何回か続き、ここで禁煙を
決意しました。毎日食事の後の一服が
日課だったのでしばらくは手持ち無沙汰
でしたがその時間を趣味に当てたりして気分を
まぎらわしています。今はもう吸いたいと思いません。
あれから2ヶ月半です。禁煙に成功したか自信はありませ
んが2度とタバコに手を出さはい様に頑張ります。

