

きららの元気人



田中徹さん プロフィール

年齢：68歳 透析クール：火 木 土 朝

趣味：体を動かす事（マラソン、写真撮影）



透析を始めて早や4年目になります。透析を始める半年前に透析導入を聞かされた時は、「透析を始めたらマラソンやジョギングなどとうてい出来ない」と思い、半年ほどジョギングしながら悩みました。先生には、透析導入したら今より体が楽になるかもと言われました。悩みぬいた末に透析導入に踏み切りました（この時はやけくそでした）。初めは身体を動かすと血圧の変動が激しく、外へ出るのが億劫でした。しかし、走る仲間から「走れなくても良いじゃない」「外の空気と仲間と会いに来れば気も晴れるよ」との誘いがありました。仲間の励ましで歩くことから始め、徐々にジョギングと走りをまじえながら、今では10kmのマラソン大会や仲間と毎週日曜日に走っています。

また、写真の方も春、夏、冬とカメラを担いで、マラソンの練習の合間を縫って歩き廻っております。今思うと透析導入以前より私としては元気になったように思えます。今後透析と向き合いながらマラソンや写真撮影にと頑張りたいと思います。

透析をしている皆様、透析と向き合いながら頑張ってください。



編集後記

現在外壁改修工事のため、皆様にはご迷惑おかけしています。8月にはピカピカの十全に生まれ変わります。

また、“きらら”へのご意見・ご感想もお待ちしております。

十全クリニック師長：片村

皆さんに御協力いただき、今回も無事出来上がりました。

これからも皆様のお役に立つようなものを作っていきます。

これからの皆様のお役に立つようなものを作っていきます。主任：井上

編集：十全クリニック患者サービス委員会
名古屋市瑞穂区茨木町 88 番地
十全クリニック Tel.:(052)831-2185

#HOSPY