

2023年 麻田秀人より感謝申し上げます

ようやく厳しい冬の寒さが到来した今日この頃、皆様お元気でいらっしゃいますでしょうか！
私は変わらず風邪一つひくことなく、元気に日々を過ごしております。

今年も残るところあと数日となりました。今年もいつもの年末と同様、今年はどうだったかな、と振り返ったりします。全体を通すと、今年も例年同様、いろいろな方にお世話になりましたし、いろいろな場面でお手伝いをする機会をいただいたり、自分を頼ってくれる方へサポートさせていただく場面をいただいたり、今年も自分の存在意義を感じさせてもらえて、本当に皆様に感謝しております。またいろいろなことをたくさんの方から教えていただいたり、勉強の機会も頂けました。そして最終的に、今年も楽しく充実した1年であったと実感しております。

仕事の部分に目を向けると、たくさんの仕事の機会も頂きました。そして携わった方々も、おそらくですが、皆喜んで頂けたのではないかと、自分ではそう感じております。

改めまして、お付き合い頂いた皆様方、本当にありがとうございました。



“**気付き**”は、意外なところにあるような気がします。『真面目に一所懸命』。当たり前のことかもしれませんが、今の自分の基本的な姿勢です。

このことを強く感じさせてもらったのは、前の会社の部下のある社員の日ごろの姿勢を見て、でした。営業論でもそうです。いかに相手に上手に伝えるか、という、ある種の表現方法が一番大事なんだ、と思っていた時期に、そんな言葉や表現ではなくて、たどたどしい言葉であっても、わからないものはわからないと自分を偽ることなく、そして真っすぐに相手の目を見て、何よりも相手のことを思って動く。これが何よりも大事なんだ、と感じさせてもらったのも、また違うある部下の眼差しと姿勢を見たからでした。上の方から教えて頂くこともありますが、こっちが日ごろ教えている部下から、逆に教えてもらうことも多々ありました。

今でも小学生、時には**4歳**の自分の子供から学ぶこともあります。家で何気なく怒りっぽくなっている自分に、**4歳**の子が『ねえねえ、あの話なんだけどさあ』って言って違う話に切り替えようとする。そんな気遣いに触れ、はっとさせられる。だめな自分を気付かせてくれたり、とにかく小さな子から教わることもあるのです。

つまり、学びはいろいろなところに落ちていて、それに**気付けるか、気付こうとするか**が、とっても大切なことであり、自分を成長させてくれるのだと。そして自分はまだまだ、だと**常に謙虚**でいる。こんなことを最近よく感じています。そんな気付きから、少しでも自分を高めて、それを携わる方々に反映し喜んでもらえる場面をもっともっと作りたい。そう思っております。



来年もまた、出会いと機会を大切に、たくさんの方に喜んで頂けるよう、これからも頑張ってお参ります。何かございましたら、気兼ねなく母親でも私でも、何でもご相談下さいませ！
そして良いお年をお迎えください！改めまして本年もありがとうございました。

来年もまた宜しくお願い申し上げます。



【今年も不動産のお手伝いをたくさんさせて頂きました！】



8月引渡し完了



10月引渡し完了



12月引渡し完了

ASADA 通信

Vol. 105

2023年12月

今月のテーマ

- I 「女性外来」の先駆者
対馬ルリ子氏
一流から学ぶ シリーズI
- II 不動産部門・生命保険部門
感謝ありがとう

想いをのせて 感謝 ありがとう

2023年も残りわずかとなりました。今年もASADA通信をお読みいただきありがとうございました。



今年の大きなニュース!!
世界一となった侍ジャパン!!
14年ぶりにWBC制覇!

悲願の世界一奪還を果たした。

決勝は3月22日、日本対アメリカ、日本中で固唾を飲んで応援した。結果は3対2でアメリカを制し世界一となり、日本中に歓喜と感動を与えてくれた侍ジャパン。

もう一つのビックニュースは12月12日(日本時間)のニュース。**大谷翔平ドジャース入団発表だ**。青の背番号「17」の移籍の背景に何があったのか？新天地での展望は何か、ドジャースを選んだワケは？

①一番の決め手はWBCで勝つことの喜びを再認識したこと。このことから強豪チームであるドジャースはナショナルリーグ優勝最多24回のチームであること。

②慣れ親しんだ環境であること。本拠地がエンゼルスに近い西海岸にあること。アメリカの西海岸の気候は、温暖な気候で、夏は北からの海流の影響を受け、比較的涼しい。内陸部の夏は40度を超える日が多く、冬は日中暖かくても夜は急激に冷え込み空気が乾燥しているなど。自分の身体のコンディションを考えた末の選択。

③医療体制。肘の手術担当者が**チームドクター**である。④高校時代から翔平が注目していたチームだった。実は花巻東高校時代からスカウティングがあったのだ。当時のアシスタントゼネラルマネージャーが花巻東高校を訪れ獲得の意志を熱く伝えたのだ。「大谷選手がすごく好き。毎日ここに足を運ぶ必要があれば毎日来る」と。



ドジャースとの10年契約が発表された。最も大きな驚きはプロスポーツ史上最高となる10年間で1014億円(7億ドル)という規格外の契約に世間が沸いたのだ。

一番の決め手は強豪チームであり、勝てるチームであること。ムーキー・ベッツ選手は2018年のリーグMVP。フレディ・フリーマン選手は2020年のリーグMVP。MVPだらけの強豪チームに仲間入りをしたのだ。

WBC決勝の日、翔平の「名言」が有名である。

「今日だけは憧れをやめて勝つことだけに専念しましょう」だった。それはファーストにゴールドシュミット。センターにトラウト選手。外野にムーキー・ベッツがいる。野球をやっていたら誰もが知る選手ばかり。翔平も憧れの対象となる選手がいたのでこの「名言」が出たのだ。

いくつもの有力球団が獲得を狙っていた中でドジャースを選んだのはこのような事が決断をさせたのだ。

「いくつものワールドシリーズの優勝パレードをもたらしたい」と語る大谷翔平はすでに来年の姿を描いている。大活躍してワールドシリーズで輝いている翔平の姿を見たいと思う。私たちは海外で活躍している日本のスポーツ選手に翔平と同様に暖かい声援を送りましょう!!

サラリーマン
川柳

好きだった 敬老会で 言われても



信頼と実績で皆様に愛されて36年！
生命保険・不動産の売却・買い取り すべてお任せください！

Qualifying & Life Member
MDRT®

株式会社 ASADA
オフィス

代表取締役 麻田 春江

住所：〒302-0015 茨城県取手市井野台1-7-28 E-mail: officeasada220@gmail.com
TEL: 0297-72-2401 FAX: 0297-72-6217 URL: https://officeasada.com



I 「女性外来」の先駆者 対馬ルリ子氏 一流から学ぶ シリーズI

日本の女性医療は欧米から比べたら30年遅れていると言われています。

麻田自身も若い頃身体に不調があって医者に診てもらうと「自律神経失調症だから仕方ないよ」と、男性医師に言われ薬も何も無くクリニックを去った記憶があります。

私のお客様で30年前に更年期からうつ病になり焼身自殺をされた方がいました。その頃「うつ」という言葉はあまり知られていませんでした。私もその当時、**更年期とは「年をとった人のこと」**と思っていました。もっと早く女性ホルモンとの関係を知って正しい治療をして下さる医師を知っていたなら、そのお客さまを助ける事が出来たかもしれないと、今でも心が痛む苦しい思い出です。

女性はもちろん男性にも更年期はあります。自分には関係ないと思うかもしれませんが、ご自身の周りの人たちにも伝えられたら助かる人もいます。その為に正しい知識を知って欲しいと心から願い、今回のテーマに取り上げました。3〜4回シリーズでお届けする予定です。
(株)オフィスASADA 麻田 春江

更年期と向き合う

突然の汗や顔のほてり、イライラ、肩こり、肌のかさかさ。さまざまな不調に悩まされる更年期。
NHKの調査では、離職するなど雇用や収入にマイナスの影響があった「更年期ロス」の女性(40代から50代)は推計75万人(15%)を超えます。更年期とどう向き合えばいいのか。 竹本恵子記者

～更年期とは～



閉経(1年以上の無月経)をはさんで前後5年、合わせて10年間のことです。

閉経年齢は45歳ごろから、50代後半まで個人差があり、平均値は50歳。多くの人にとって更年期は、40代後半から50代前半の時期です。40歳未満では早期閉経といえます。
40歳前後から不調が始まる人も多く、私はプレ更年期と名付けました。

かつて更年期といえば、人生の寿命に近い時期でした。
人生100年時代の今は更年期がちょうど真ん中、折り返し地点です。身体を守ってきた女性ホルモンの分泌が急激に減少し、ほぼゼロになっていきます。それからの人生が40、50年と続きます。

老化にともない医療や福祉のサポートが必要ですし、運動や栄養など、自分で工夫することも大事です。自分の体の主人公は自分自身。これからどう生きていくか考えて、選んでいくことが大事です。
更年期以降も何かをあきらめることなく自分らしく生きてほしい。そのためには正しい知識をもってこの時期をコントロールすることが必要です。



疲れやすく、うつうつとした気分が続いたり、体のあちこちに不調が出てきたり。認めたくないけれど、これって更年期かも…と自覚するサインは千差万別。大切なことは、無理や我慢をしないこと。まずは女性ホルモンと心身の関係を理解して、その上で、心と体を揺さぶるホルモンの波を上手に乗りこなしましょう。

女性の健康と切っても切れない関係の女性ホルモン。
この女性ホルモンには、「エストロゲン(卵胞ホルモン)」と「プロゲステロン(黄体ホルモン)」の2つがあります。そのうち、「美と健康の守り神」ともいえるのがエストロゲンです。女性は、心も体もエストロゲンに支えられている！といっても過言ではないのでしょうか。



イライラ、突然の汗・・・もしかして？



女性ホルモンの役割知ろう

～更年期にはなぜ不調がおこるのですか？～

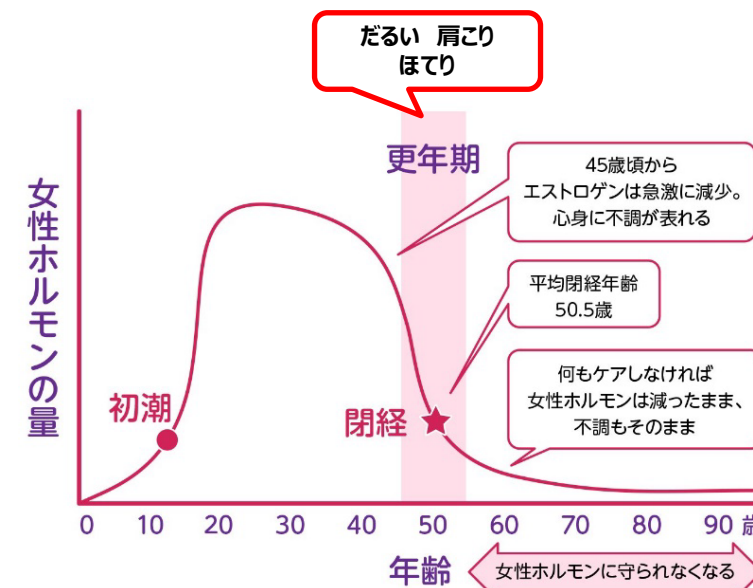


更年期には、卵巣の老化とともに女性ホルモンの分泌量が急降下します。しかし、脳は卵巣の老化に気付かず「ホルモンを出せ」と指令を出しますが、卵巣はこたえられません。さらに脳はオーバーヒートして、パニック状態になるのです。
ホルモン分泌の指令を卵巣に出しているのが脳の視床下部は自律神経のコントロールタワーです。
そのため、更年期の症状は、自律神経にかかわる心臓の調律、体温調節、平衡感覚などの乱れとなって表れます。
例えば、急に熱くなったり、寒くなったり、動悸(どうき)がしたり、手がふるえたり、頭痛がおこったり。
感情のゆらぎ、イライラや気分のおちこみも誘発され、実にさまざまな症状がおこります。

また、エストロゲンは、皮膚のコラーゲンを保ち、保水を高める役割もあります。そのため、エストロゲンの低下は皮膚や目、鼻、喉、膣などの粘膜の乾燥・不快感につながります。
男性にも更年期はありますが、女性のように急激なホルモンの変化はなく、なだらかなものです。
更年期と向き合うには、女性ホルモンの役割をわかっていることが大事です。

卵巣から2種の女性ホルモン

女性ホルモンには2種類あり、主に卵巣から分泌されます。「エストロゲン(卵胞ホルモン)」と「プロゲステロン(黄体ホルモン)」です。
エストロゲンの分泌が増え始めると子宮内膜が厚くなり、ピークになるころ排卵がおきます。その後プロゲステロンの分泌が増えると体温が高くなり、子宮内膜は糖や水分を含んで柔らかくなります。ここで妊娠しなければ、子宮内膜ははがれおち、月経がおとずれます。



対馬ルリ子氏(つしま・るりこ) 1958年生まれ
対馬ルリ子 女性ライフクリニック 院長 医学博士
産婦人科医師になって40年
大学病院、国立・公立病院産婦人科をへて、現職
2002年NPO法人「女性医療ネットワーク」設立
女性の健康を総合的に支援する女性専門外来の草分け

*この記事は、赤旗日曜版編集部と対馬ルリ子氏の許可を得て掲載しています