

Broaden your horizons ⑤4 ~さあ、視野を広げて!~



こんにちは。メディセレのしゃっちょう、児島恵美子です。

さて、前号に続き、人生初の「ダイエット体験記」を書き綴ってみます。目標は2カ月で15キロ減量! 目標は「高く」、体重は「軽く」です。

現在1カ月経ったところで、なんと8キロ減。やったあ。つらかったのは、ダイエット中に訪れる停滞期です。これをゼロカロリーの蒟蒻ゼリーで乗り越えました。また、トクホのゼロカロリーコーラやゼロカロリーの飴も愛用しました。いろいろなものを試し、よいものはメディセレ薬局に即、採用。だって、糖尿病の患者さんにも試していただきたいと思いましたので……。

炭水化物(お米、パン、パスタ、うどん)を一切抜いて1カ月。日本人なのにお米を食べないなんて、非国民ですよ(泣)。米食いて~! 現在一番つらいのは子供と主人の食事を作るときです。今の私は味見が一切できません。ごめんね、「味付け適当ご飯」で(笑)。家族の犠牲……もとい、家族の協力? の下、現在進行形です。だんだん周囲から、「8キロも痩せたんだから、もう食べてもいいんじゃないの?」という悪魔のささやきが……。ダメ、期間は2カ月、目標は15キロ減と決めたのだから!

さて、先日、2011年度委員長を拝命したわんぱく相撲大会に、今年度は「スポーツファーマシスト」をアピールする意味も込めて、お手伝いに行きました。相撲協会の理事長からガチ相談を受け、会場にいた柔道整復師理事の方にもガチ相談を受け、優勝者のお母様からもガチ相談を受け……。アスリートにとってリアルな悩みであることを体感いたしました。今年4月から全国の中学校で「くすり教育」が完全義務化されましたし、スポーツマンにとってドーピングの知識が欠かせなくなっています。そうです、薬剤師の活躍の場が広がっているのです。自分の知識を上げ、持っている知識が社会の人たちの役に立てるよう、一緒に頑張っていきましょう!

お知らせ 6月3日(日)メディセレ大阪校で「次世代の薬剤師を創る会」を開催いたします。医療経済の重鎮、西村周三先生のご講演もごぞいます。薬剤師の未来について、日本の医療について、ともに考えていきましょう。(ダイエッターえみこの終了日。笑)

Medisere(メディセレ) 代表取締役社長 児島 恵美子