

## あけましておめでとうございます



コロナ禍も3年が過ぎ、様々な変化が徐々に当たり前になった2022年でした。2021年は無観客で開催されたオリンピックでしたが、2022年はサッカーW杯で世界中が熱狂することができ、感染者数は増加しているものの、世界も少しずつ活気を取り戻している事を実感します。今年には更に一歩、以前のように色々な行事やイベントが出来る様になるといいですね。

### 三谷

皆さん、あけましておめでとうございます。このご挨拶を書いている時点で、実はコロナ第8波のまっただ中。最後の砦として何とか地域医療を守っていかねばと思っています。個人的には、昨年末はNHKの大河ドラマとサッカーW杯にどっぷりはまっていました。寝不足も続いたし、また鎌倉にも行って参りました。次の大河ドラマもご当地なので楽しめるといいなと思っています。最後に皆さんのCPAPライフを今年もスタッフ一同サポートさせていただきます。

### 新年のご挨拶



### 井坂

あけましておめでとうございます。毎年このご挨拶で、太ったので痩せたい！と書いています。今年も例年同様です。有言実行の為、年末に家の中で子供も大人も乗れるホッピングを購入しました！しかし、大人が乗ると壊れそうな状態になるので、子供達から「乗らないで！」と言われてしまいました。ダイエットする為に買いましたが、乗る為のダイエットが先のような感じです。皆さん、今年こそ一緒に頑張りましょう！

### 三世

あけましておめでとうございます。昨年、子供が生まれまして、今までとはまったく違う生活になり、大変だけど楽しい日々を過ごしました。子供の成長がなによりの楽しみで、毎日違う一面を見せてくれることに元気をもらえます。今年もコロナの感染に気をつけつつ頑張ります。皆さまのCPAPのサポートも精一杯させていただきます。今年もよろしくお願い致します。

### 中根

あけましておめでとうございます。毎年、断捨離をしよう！と思いますが出来た試しがありません。それでも昨年は食器棚やシンク下、押し入れ等、中のものを一度出して仕分けにチャレンジしました。しかし結局思い切った捨てる事が出来ず、大部分がまた元に戻るという残念な結果となりました。今年こそは何とかしたいです！冬場はCPAPを使用しづらい季節ですが、皆さまのお役にたてるよう頑張ります。今年も宜しくお願い致します。

### 小川

「今年中にアレをやろう」「コレをやろう」と、今年の目標が毎年掲げられている我が家ですが、例年通り一つも達成されずに2022年が終わりました。長年繰り越されてきた課題が山積みになっていますが、今年はその中の一つでも達成することが目標になってしまいました。しかし、皆さまのCPAPライフは全力でサポートしていきたいと思っておりますので、本年もよろしくお願い致します！

### CPAP 冬のお悩

気温の低下・乾燥する冬は、こんな悩みが増えると思います。

- 風が冷たい！
- 鼻が痛い！
- 鼻水がひどい、鼻がつまる
- マスクやホースが結露する



### 対策

**\*温度・湿度が対策のポイント！**

部屋の温度・湿度調整、CPAP専用加湿器の使用が有効です。ホースをお布団の中に入れ、ホース内の温度が下がらないようにするだけでも、結露防止の効果があります。

\*必ず定期受診をお願いします。未受診が続く場合は治療継続が困難となり、機械を回収させていただきます場合があります。

## 本年も

## 宜しくお願い致します



卯

文責：小川

発行：渥美病院  
生理検査室