

編集委員会

五十音順

編集顧問

上田 敏雄
大井 淑雄
大島 良雄
大橋 正洋
千野 直一

編集委員

伊藤 利之
木村 彰男
近藤 克則
千田 富義
永田 雅章
橋本 圭司
藤谷 順子

編集同人

安保 雅博
安藤 徳彦
生駒 一純
石合 眞樹
伊勢 眞樹
江口 壽榮夫
江原 義弘
大川 弥生
岡島 康友
落合 芙美子
川平 和俊
上月 正博
小林 一成

才藤 一
佐伯 覚
坂本 洋
佐鹿 信
澤村 誠
杉原 素子
鈴木 堅二
先崎 章
園田 茂
武智 秀夫
田澤 英二
立島 博文
田中 雅子
田中 信行

陳椿 隆明
原寺 彰夫
富山 久美子
土肥 信之
中村 耕三
中村 隆一
南雲 直二
二木 立雄
野島 元
野村 信
芳賀 卓朗
島山 研二
蜂須賀

原田 孝隆
福井 道克
藤井 郁代
藤市 郁代
古田 哲三
本島 伸一
前門 由久
正嶋 亮輔
間井 登茂
松井 和也
万歳 正澄
水落 一郎
宮井 恵一
村上 恵一

編集後記

8月、9月はお盆などの連休があったため、休んだ分の仕事が平日に集中し、逆に疲れてしまいました。最近、ワーク・ライフ・バランス（「カエル！ジャパン」キャンペーンのキャラクターが好きです）が盛んに言われていますし、時間を節約できないものかと、その方法を考えてみました。以下は、実際に試してみたものです。①整理整頓をして物を探す時間を減らす、②ミスが減らして、修正に使う時間を少なくする、③退社時に次の日の To Do List を作ってすぐ作業できるようにする、④早起きして電車・バスの渋滞、混雑を避けて通勤時間を短くする、⑤電車の中で本などを読む、⑥会社のデスクに大きめのペットボトルを常備し、お茶を酌みに行く時間をなくす、⑦とにかく集中して作業時間を減らす etc. しかし結局、続けられるのは①～③くらいです。この3つは無駄な時間を減らせませんが、他は時間を減らすというより無理に詰め込んだだけなので、かえって疲労感が溜まってしまいます。バイタリティー溢れる方々とはともかく、平均的な体力の人は無理せず、無駄を省くのが一番よいのだと思いました。（吉）

総合リハビリテーション（第36巻 第11号）

2008年11月10日発行（毎月1回10日発行）

発行 株式会社 医学書院

代表者 金原 優

定価 2,205 円（本体 2,100 円＋税 5%）

2008 年、年ぎめ予約購読料 25,680 円（税込）、
学生割引購読料 20,640 円（税込）、配送料弊社
負担

E-mail : sogoriha@igaku-shoin.co.jp

Web <http://www.igaku-shoin.co.jp/mag/sogoriha/>

〒113-8719 東京都文京区本郷 1-28-23

電話 本誌編集室直通 (03) 3817-5704

（担当：吉永・松田・山崎）

販売部直通 (03) 3817-5659・5660

ファクシミリ (03) 3815-7802

振替口座 東京 00170-9-96693 番

印刷所 三報社印刷(株)：電話 (03) 3637-0005

広告申込所 (株)医薬広告社：電話 (03) 3814-1971

・ Published by IGAKU-SHOIN Ltd. 1-28-23 Hongo, Bunkyo-ku Tokyo © 2008, Printed in Japan.

・ 本誌に掲載する著作物の複製権・翻訳権・上映権・譲渡権・公衆送信権（送信可能化権を含む）は(株)医学書院が保有します。

・ JICLS<(株)日本著作出版権管理システム委託出版物>

本誌の無断複写は著作権法上での例外を除き禁じられています。複写される場合は、そのつど事前に(株)日本著作出版権管理システム（電話03-3817-5670、FAX 03-3815-8199）の許諾を得てください。