

## はじめに

『月刊DHstyle』に10年間連載をしたコラムを本にまとめました。10年という、生まれたばかりの子が大きくなって、初めての恋をするくらいの期間です。大変でしたねってよく言われますが、驚くこと、感動すること、初めて知ることなど書きたいことはたくさんあって、ネタに困ることはありませんでした。あと10年くらい書けたかもしれません。

各地で講演をさせていただく際、多くの受講者から「DHstyleが届くと真っ先に読みます」、「気に入ったのはコピーして持ち歩いています」、「大好きなコラムを後輩たちによく読み聞かせています」と言われ、恥ずかしいような、誇らしいような気持ちに何度もなりました。愛読して下さったみなさん、本当にありがとうございました。

私は、誰かを元気づけたり、やる気にさせるのが大好きです。そうしているとき、自分が“ごきげん”になります。これを読んだ人が、よっしゃ、やってやろうじゃないか！ と動き出したり、悪いことは忘れて、次行次行！ ってスッキリするといいです。そして、この感じを誰かに伝えたくて、後輩やなかよしにプレゼントしたくなる1冊になったら最高です。この本には、元気や勇氣、やさしさや思いやり、首がおかしくなるほどのうなずきと笑い、そんな宝物がいくつも詰まっています。宝探ししてみてください。

1冊目は仕事編。毎日の仕事をごきげんにするためのヒントを詰め合わせました。連載時の文章はほぼそのまま、何度も登場するフレーズも、わざと残しておきました。何度も何度も勇氣づけられてください。患者さんのこと「治してあげよう、守ってあげよう」というメッセージを込めて贈ります。みなさんの今日がまた、ごきげんになりますように。

2020年2月  
井上 和