

令和7年11月10日 朝礼  
施設長 柳川右千夫

## 手書きのメモ

銀杏の葉が黄色になってきました。10月初旬までは暑く感じていましたが、その後どんどん冷え込んでいます。そのせいか、新型コロナウイルス感染症だけでなく、インフルエンザが猛威をふるってきています。換気に加えて、うがい、手洗いなど体調管理に務めるようお願いします。

さて、今日の朝礼では、「手書きメモの勧め」というタイトルでお話しします。私事ですが、学生時代の整形外科の臨床実習で、教授の先生が「メモのためのノート持参」を申し渡していました。そのノートもルーズリーフだとバラバラになるので、「ノート型」と決まっていました。それ以来、ノート型のメモ帳に手書きしています。

特に新しい業務を覚えるとき、教えて頂いた瞬間は結構覚えていますが、時間が経つにつれ忘れてきます。「人は情報を覚えた瞬間から忘れ始め、20分で覚えたことを約4割忘れている」という報告があります（エビングハウスの忘却曲線）。それから、「メモは向上心の現れ」と言われています（野球の野村克也監督の言葉）。手書きには、（1）記憶の定着を促すこと、（2）自分の字で書いてあると見返しが簡単なこと、などのメリットがあります。仕事が忙しくなると余裕がなくなり、「頭の中に記憶しておこう」、「後でやろう」と思いがちですが、そういう時ほど「手書きのメモ」を活用してください。9月、10月に群馬大学や高崎医療福祉カレッジから学生が実習にきました。職員は元より実習に来る学生にも手書きのメモの重要性を教えてあげてください。「手書きのメモ」で仕事や実習の効率が上がること、間違いないです。

今月もよろしくお願いします。

