

## はじめに

はじめまして、永野修と申します。僕は脳神経外科医として22年間、7000人以上の患者さんに対して、手術、カテーテル治療、定位放射線治療を行ってきました。そして、それらの診療を続けるうちに、いつしか患者さんへ3つの想いを持つようになってきたのです。

それは、

1つ目「安心して過ごしてもらいたい」

2つ目「家族や友人や医療者との繋がりを感じて生活してもらいたい」

3つ目「穏やかな笑顔で、自分らしく、やってみたいと思うことをやってみることができ  
る人生を過ごしてもらいたい」

ということです。

ただ、短い外来診療時間では、この3つの想いを伝えたくても伝える時間が足りない、「よし、それなら文章を書こう」と奮起してブログを書き出したことがこの本の出版のきっかけです。

2018年9月から2日に1本の割合で記事を掲載して、現在550本までになりました。そして、そのブログには病気に関することだけではなく、生き方や考え方、そして、親子や友人との人間関係など、日常生活で気づいたことも綴っています。

この本は、僕がみなさんへ届けたい3つの想いをテーマに、ブログの記事を編集したものになります。「あなたらしく自然体で生きられるように」そんな僕の想いを込めて綴っています。もし、そんな気づきが1つでも多くあなたにありましたらたいへん嬉しく思います。