

## 參加醫師公會活動有感

雲上太陽心寧診所 陳佳儀醫師

### (一) 球類運動

近半年來陸續參與醫師公會多項活動，剛開始參與活動是被羽球比賽吸引，因為以前在醫院工作有羽球場，下班即可打球紓解壓力，運動健身，自從進入診所生態，整天綁在診間，加上羽球活動需要租借場地，4個人對打才過癮，另體檢報告滿是紅字警告我們不可不運動，於是我們報了最簡單的聯誼組。當時比賽完我還在FB發表了一些感言，可見我的由衷感謝。

“運動真好!昨天打羽球比賽的美好感覺持續至今....雖然我們得了亞軍是最簡單的聯誼組....好久沒和人對打比賽，近日來不悅的心情與對未來的憂慮也隨著汗水淋漓與比賽中腎上腺素的分泌流淌而去，.....感謝公會和那些被我們贏球的隊友，讓我們暫且在球場上可假裝一下自己是人生勝利組，.....晚宴時當時被贏球的隊友又一一換裝成能歌善舞，台風極佳的貴婦與老醫師，更

讓我體會到每個人每個階段都有上帝給的恩賜.....年紀和體力雖隨著滿是紅字的檢驗報告警示我們，這場比賽卻療癒了我們(至少是我).....今朝有酒今朝醉，管他人失不失敗，趁著還能打球的時候，再痛快地打一場吧!”



圖一:莊敬國小羽球場



圖二:聯誼組亞軍

繼羽球比賽後，我們又陸續參加了桌球比賽，保齡球比賽，這二種球類其實我根本不會打，尤其保齡球更是打從娘胎到目前都第一次擲球，因為先生喜歡球類運動，為了讓他稍微運動，我也就全部報名。為了比賽時有點樣子，我們至少賽前1-2周會至桌球場地，保齡球場地練習球感(對我來說是知道桌球拍，保齡球怎麼拿)。嚴格說來桌球比賽比較專業，幾乎都是一些有實力的人才會參加，我連發球都不大會，幾次發球讓嚴肅比賽氣氛中的評審也不小心地笑了出來。附帶一提的是，因為我們家的小孩還小(比賽當時還3歲多)，幾次球類比賽都剛好有醫師也帶小孩前去，於是幾個小孩有伴一起玩，我們也樂得輕鬆!不過有時正在比賽時也會傳來”媽媽，我要尿尿”幸好有好心的醫師娘幫我們帶小孩去小解。



圖三:小女和另外一位醫師之女同玩樂器

保齡球比賽則是另一項很有趣的比賽，想必是為了鼓勵會員運動，幾乎人人有獎，不重複領獎，因此很奇妙的我得到最後第二名的分數還可得了BB獎，先生得了當局最高分。



圖四:保齡球場努力得了最後第二名

## (二)墾丁一日遊活動

可能食髓知味,看到了一日遊活動，我又心動起來，診所生態的生活，幾乎只有禮拜六下午至禮拜日有空，可惜我們夫妻倆不愛開車又是路癡，很少旅行且通常一旅行地點只會待在旅館或只去一站景點，此次的一日行剛好載著我們遊覽許多我們不會自己開車去的景點，包括有鵝鑾鼻燈塔，風吹砂風景區，社頂公園，台灣電力公司南部展示館，貓鼻頭，關山落日。

對我而言，大自然本身就是最好的療癒，加上墾丁的海景更是不必說，不管是海戀著天還是天

連著海，這種一大片多層次的”水藍””天藍””湛藍”會霎時吸引所有眼目，腦袋瞬間放空，全然不知塵世的紛擾憂慮只剩眼目全心的瀏覽……於是，我把這片藍印在腦海中帶回家，這種平靜舒適的感覺可陪伴我繼續待在診間好一段時間。

另外，公會辦的旅遊上車地點有二處，一在醫師公會，一在文化

中心，因此位在文化中心的我們上車極為方便，較不用擔心遲到。

儘管回到真實生活，柴米油鹽醬醋茶的日常瑣事，健保點值的稀釋，業績成本的考量依舊困惑著我們，不過幾次參加活動的我，決定還是先活在當下，不論球類運動，旅遊行程，好好遊戲一下，充電夠了，明天再上吧!!!



圖五:(左) 風吹砂海景(中)關山看落日(右) 鵝鑾鼻燈塔