

日に日に暖かくなり、湿度も低く花粉症を除けばマコト！過ごし易い季節だ。目立つ急性病も無く、外来はいつもの慢性病（生活習慣病、湿疹など）。とても大切だが、あまり変わりばえのない生活指導の日々。

しかし健康にとって大切な事は、決まったルチンを、いかに持続するかにかかっているからね。

朝ドラが「おむすび」から「あんぱん」に変わった。前者は結論の出ない様々な現代の問題点がところどころに散りばめられており、やや未消化だが個人的には楽しかった。カタルシスは少なかったけど。後者はやなせたかしの一生を自伝で読んでおり、ライフワーク＝ラストメッセージのイメージがわかっているから、安心して見る事ができるかな。忙しい朝のドラマとしては、後者の方が共感されるかも。

ラストメッセージと言えば、森永卓郎の「生き抜く技術」を読んだ。死に行く人の言葉にはその人の一生が集約され、特に病と闘った方の場合、含蓄は極めて深い。それをいくつか。

- ・教育レベルを上げれば、エンターテイメントを楽しむために、わざわざムリして働く必要ない。
- ・実際に農業をやっているならば、それがいかに知的な仕事かが自ずとわかる（私としては花を育て始めて少し理解できたかなあ）
- ・人生のなかでどれだけ早く自分の天職を見つけられるかが、勝負の分かれ目（好きな仕事はいくら働いてもストレスにならない「天国」だ）
- ・一生使える「本物の仕事力」は、地獄の底まで働く試練のなかでしか育たない（だから好きな仕事でなければならない）
- ・「適当でいい」という仕事にこそ神経を使う
- ・神も仏も存在しない。当然あの世なんて無い。だから確実に存在する現世をいかに幸福に生きるのかを最重視すべき。（歎異抄の親鸞の真意と同じ）
- ・「つらい」「苦しい」「疲れた」は絶対に口にしない。
- ・ウソをつかない。
- ・人生で一番大事なのは「一生のパートナー」を見つける事。



こんな言葉に出会えるからこそ読書は止められない！！



ハーブ内科皮フ科 理事長 竹内秀俊

【運動デイ】



漢字のコマ置きの様子



レクリエーションで
ジョーカーを外せ！
のゲームをしています。

5月12日は「看護の日」です。

1991年に制定され、日付は「近代看護教育の母」と呼ばれる。フローレンス・ナイチンゲールの誕生日にちなんでいます。

その趣旨は「看護の心をみんなの心に」というもので、21世紀の高齢社会を支えていくために、看護の心、助け合いの心を老若男女問わず国民一人ひとり分かち合うことが必要であると考え、そうした心を育むきっかけとなるようにと願うものとなっています。

核家族化している今の世で、老化による不治の病と辛抱強く闘い、寝たきりの病人にならないようにするには、普段からの食事、運動など規則正しい生活が必要ですが、家庭や地域、職場に看護の心、ケアの心、助け合いの心が育てば、病気を予防し、軽いうちに治療させ、そして最期まで暖かな慰めの心が豊かに注がれると思います。

私たち訪問看護師が、地域と医療をつなぐ心の架け橋となり、地域全体の健康と幸福に貢献していきたいと思えます。

訪問看護



Instagramご覧ください
★フォローおねがいします★
Instagramご覧ください

発行元：医療法人ハーブ内科皮フ科
株式会社ハーブライフケア

所在地 知多郡阿久比町横松宮前 67
TEL 0569-49-2752/FAX 0569-49-2753