

1月 なごみ

第189号

令和2年1月1日 発行

日	月	火	水	木	金	土
			1/1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	2/1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29

秋の大人の遠足～嵐の銚子散歩！

冬の足音も聞こえ始めた11月の終わりに、銚子電鉄に乗って、銚子散歩をしてきました。とはいえ、当日はあいにくの嵐。風雨が強く、予定していた海を眺めながらのウォーキングは中止。その代わりに、温泉でのんびりしたグループもあったみたいですよ！

午前8時41分の成田線に乗り、直通でJR銚子駅へ。銚子駅ではJRから銚子電鉄への乗り換えがありますが、JR銚子駅と銚子電鉄銚子駅は一つのホームで繋がっており、無人のIC改札を通過してそのまま銚子電鉄のホームへ。雨の中、電車の到着を待ち、ほどなくして銚子電鉄の「金太郎号」が入線。銚子電鉄の切符は車掌さんの手売り切符で、今回は1日乗車券を購入しました。銚子電鉄の可愛いキャラクターイラスト付きでした。



雨が降り続く中、最初の目的地である「満願寺」へ。ここには四国・西国・坂東・秩父などの諸国霊場の結願の灯笼やお札を祀っている本堂があり、とても立派なお寺。犬吠の駅を降りると、色鮮やかな建物が見えますので、今回行けなかった方もぜひ訪れてみてください。

昼食は「犬吠埼ホテル」のレストラン「浜木綿」で、定食をみんなでいただきました。昼食後も風が強く、予定していた海沿いのウォーキングは中止。「犬吠テラステラス」に行く強行チーム(?)と、そのまま残って温泉を楽しむチームに分かれ、思い思いの時間を過ごしました。と、その前に、いつもの「お約束」集合写真をホテル内でパシャリ。



**次回の「なごみ会」イベントは、1月23日の新年会・親睦会です！
ぜひご参加ください！（詳細はスタッフまで）**

「さかえを読む会」～糖尿病から足を守る～

12月の「さかえを読む会」は、糖尿病による足病変を取り上げました。今回は、参加者に「足に関する検査」を体験していただきました。振動覚・アキレス腱反射、フットプリント、足のサイズ測定（足長・足囲）、足の総合相談のグループに分かれて、スタッフがを行い、参加者のみなさんに体験していただきました。

みなさん、初めて見る道具や検査に興味を持っていただけたみたいで、スタッフも少しホッとしました。これを機に、ぜひご自分の足の形や靴に興味を持っていただければと思います。



これからの行事予定

令和2年1月なごみ会主催行事

令和2年1月23日（木）12：00～15：00

内容：新年会・親睦会

場所：川豊・西口店

参加にはお申し込みが必要です！詳しくはスタッフまで！

令和2年2月「さかえを読む会」

令和2年2月22日（土）14：00～15：30

内容：「さかえ」令和2年1月号特集記事（予定）

場所：当院2階・患者会室

令和2年2月または3月なごみ会主催行事

令和2年3月15日（日）

内容：佐倉七福神ウォーキング

集合：京成佐倉駅（予定）

詳細は、決定し次第、院内に掲示いたします！

よもやま豆知識

1月の行事 ～・「人日の節句」・～

1月7日。五節句は3月3日、5月5日など奇数の月と重なる日選ばれていますが、1月は1日の元日を別格とし、7日の人日を五節句（五節供）に入れています。「七草」「七草の節句」「七種（ななくさ）の節句」ともいいます。七草がゆを食べる風習は今でも残っています。その日が晴天ならば吉、雨天ならば凶の兆しであるとされていて、7日の人日には邪気を祓うために、七草の入った粥を食べ、一年の無病息災を祈ったのだともいわれています。これが日本に伝わり「七草がゆ」になりました。



《編集後記》

早いもので、令和も2年になります。元号が変わる時には何だか一つの時代が終わったような気がしましたが、過ぎてみると毎日生活する中のほんの一時期で、気が付けば「令和」という元号にもだんだんと慣れてきました。当院の患者さんでも大正・昭和・平成・令和の4元号をまたいで生きておられる方もいらっしゃいます。昭和生まれの私としては、自分の生まれた時代が遠くなっていくような気がしました。

編集責任者：手塚裕子（臨床検査技師）

参考資料：koyomigyouji