

## 今年もやります

新年おめでとうございます。「えぶろんの会」平成20年度も残すところ3ヶ月となりました。楽しみにしていた親睦会、忘年会も終り、勉強会も例年とは一味違った興味深いものでした。手作り教室では皆で頑張った作った製品のバザーでの売れ行きを心配したり、コンサートのお手伝いをしながら患者様と共に生演奏を楽しめました。

21年度も今まで以上に充実したボランティア活動をしてゆきたいと思っています。5月の総会で年間の活動計画が資料として配布されます。いろいろな行事の日程が載っていますので、皆様のカレンダーに忘れないうちに記入しておいてください。そして、万障お繰り合わせをいただき、多数のご参加をお願い致します。 田辺恵理子



## 健康シリーズ⑩ 自然の愛に包まれて誕生するいのち

以前NHKのテレビで「驚異の小宇宙」というシリーズが放映され、生命の誕生、心臓や胃腸の働きのメカニズムが、高度な映像技術を駆使して鮮明に映し出されました。これをご覧になった方は、われわれの計り知れないところで見事に働いている見えない自然の力の素晴らしさに驚嘆し、感動して、男の方でも涙を流したといひます。

生命は卵子と精子の合体によって誕生します。卵子は28日かかってできあがり、熟しきります。そのとき、精子と出会わなければ、メンスになって体外に出されてしまいます。精子は一回に約3億個放出されます。しかし、卵子に結びつくのはそのうちのたった一つです。多くのきびしい道を通り、ほとんどは死にますが、わずかに生き続けた強いものが1個だけ選びぬかれ、卵子に到達し、合体して生命の誕生となります。だが、人間は何一つ手がけていません。すべて自然の働きなのです。

人の生命は、他の無数の卵子と精子の犠牲の上にできあがっているのです。その、一人一人のいのちは、多くの血の犠牲の上にできあがってゆきます。この一人一人のいのちは、自然から見たら大切で尊いのだと語りかけています。私たちのいのちは、自然からのいただきもの。眠っている間も心臓は働き、肺は呼吸をして私たちを生かしてくれます。心臓も肺も自分で動かしてはいません。私たちは自分の力で生きているのではなく、生かされているのだということが本当にわかると、生活が変わります。朝起きたとき、生かされていることへの「ありがとう」があれば、おはようの挨拶一つから変わってくるはずですよ。

東城百合子著「玄米菜食と健康料理」より

## 私の趣味⑪ 手織りの楽しみ

20数年も前、独身の頃の話になりますが、仕事帰りに寄れる“手織り教室”を見つけ、5年ばかり習いました。もともと機械的な事は好きだったので、私に合っているかなと思ったからでした。機(はた)にタテ糸を通し、レバーを上下させながら横糸を入れて織っていくので、手先の器用さはあまりなくても良かったのですが、美的センスが問題で...



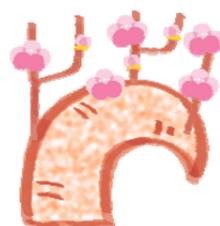
タテ糸を張るまでの作業は根気もいり大変なのですが、織り進めていくうちに柄が浮かびあがったり、糸の違いによって色々な風合いに仕上がっていくのは楽しいものです。出来上がり、機から外すと張った状態とはまた変り、完成した喜びとともに仕上げの糸の始末をします。

そのうち大作をと思って糸は買い置きしてあるのですが、引越し後まだ織り機は組み立ててないままで...最近では織り機を使わず簡単に百貨店で売っているザルを使って織る方法を考え、鶴の恩返しではありませんが、もっぱらプレゼント用にミニタペストリーやコースタなどを作っています。相手を思い糸選びをするのも一つの楽しみです。 古菌 康恵

### 1月・2月の行事予定

- 1月1日(木)~4日(日) 年始休暇
- 1月15日(木) 活動調整委員会
- 1月16日(金) 第4回リーダー会
- 2月19日(木) 活動調整委員会

— あとがき —



バザーにご協力ありがとうございました。今年度も1月20日から3月5日まで看護学校の生徒さんが研修に来ます。皆さんの温かいご指導をよろしくお願ひします。

広報部

## 1000時間の感謝状をいただいて



平成20年10月30日メルパルク京都で日本病院ボランティア協会総会が開催されボランティア活動1000時間達成の感謝状をいただきました。1000時間という長いように思いますが、自分にとって病院でのボランティアをすることは意外に楽しく、あっという間に過ぎた感じです。今回総会で印象に残ったのは、日本パペスト病院山本一成先生の講演「ホスピスとボランティア」の中でガン末期の方、重症の方の思いを大切に本人はもちろん家族の方への優しい気づかいと心温まる環境の工夫など、さまざまな配慮をされていることでした。また次の2つの言葉が特に心に響きました。

- ・あなたはあなただから大切なのです
- ・人生の豊かな経験が落ちつきと安らぎをもたらす

久しぶりに緊張しましたが、このような場に参加させていただき有難うございました。関西労災病院は夫も入院し、お世話になった病院でもあり、元気なうちはできる限りがんばりたいと思います。

竹節睦子

## 図書便り1”新刊書入荷のお知らせ”

月刊誌「あなたと健康」の裏表紙に載っている東城百合子先生の著書、全21冊が入荷しています。「家庭でできる自然療法」、「手作り食品」、「健康料理」、「食卓からの子育て」、「自然食のおやつ」など料理のレシピ集から健康に生きるための方法など参考になる本がたくさんあります。みなさまの食生活改善にぜひお役立てください。