

24年度親睦会 みのお山荘



10月27日「えぶろんの会」の親睦会に参加させて頂きました。天候にも恵まれ、22名の参加者で、バスは目的地みのお山荘に直行しました。玄関ロビーには盆栽のあけびが3〜4個実を付けていて秋を感じました。早く着いたので、私達は近場を散策、新鮮な山の空気を吸い、紅葉狩りにはまだ程遠い木々を見ながら山道に落ちているどんぐりや松ぼっくりを拾ったりおしゃべりしながら山荘に帰りました。

そして宴会が始まり、ご馳走やビールを頂きながら、早速カラオケが始まりました。皆さんの美声を聞かせていただき、また歌に合わせて即興の振り付けでの踊りに感心させられ、爆笑の渦で会場も最高に盛り上がり、またムードのある曲では、何やら後ろの方でダンスが始まったり楽しいひとときが流れました。そして会長さんの手作りおもちゃのご指導でスーパープンブンごま作り、回る回ると皆童心に帰り喜び、宴もお開きになりました。楽しい一日を有難うございました。

伊東君子

1000時間感謝状を頂いて

10月31日ホテルアウリーナ大阪で、北は北海道、南は九州から76病院関係者を含め263名が参加し、総会が開かれ参加しました。関西労災病院からは私を含め岡村美智子、春名恵子、中村宇一の4名が感謝状をいただきました。これらはひとえに病院関係者の理解と共に、作業を行っている仲間がいる居心地のいい環境があるので達成できたものと感謝申し上げます。



私なりにこの会合で耳に残った言葉を思い出してみますと、ボランティアとは言いながら作業に対しては責任を持つこと、ボランティア自身が健康であること、思いやりをもって行動すること、迷惑行為やヒヤリハット等の発生に対して常に注意することなどがあります。

私は思いやりを持って行動することに重点を置き、日常生活の中で小さな親切を実行しながら生活をしたいと思います。 磯前則光

図書便り 17 蔵書からの紹介

「壬生義士伝」 浅田次郎著 日本の歴史小説の中で一番多い題材は、幕末から明治維新に関するものであると言われています。特に新撰組にまつわる書は、多くの作者が手掛けているようです。今回ご紹介する「壬生義士伝」もその中の一つです。物語は、文武両道に秀いでながら、赤貧がゆえに脱藩せざるをえなかった「吉村貫一郎」という主人公によって繰り広げられています。主人公の男として、夫として、そして父親としての苦悩との闘いが新撰組という組織を通して生々しく描かれています。内容もさることながら、ストーリーの進め方が非常に独創的です。かく言う小生は今“12回目”の読書中です。回を重ねるたびに新しい発見があり手放せません。文春文庫の上下二巻です。ぜひ！！ぜひ！！ご一読下さい。 富 公一郎

健康シリーズ34 伝統食は難病も救う

戦後の日本は伝統の食文化が大きく変わり、食品添加物入りの加工食品などの大旋風となった。米がパンに変わり、パスタ類がそばを追い越してしまった。肉が栄養とばかり、食事は高蛋白、高カロリーになる。そして日本の風土に合わない食生活がアレルギーを作り、これまでなかったアトピーや花粉症などが出てきました。それだけでなく癌を初め、医学では治せない難病や病名の分からない病気が増える一方です。



玄米御飯、みそ汁、漬物（梅干）
ごま塩ふりかけ

化学調味料でなく、煮干と昆布のだしで自然醸造のみそを使い、自然栽培の野菜、海藻入りのみそ汁を作ります。煮干も昆布もだしをとった後は佃煮にして食べる。ことに古い味噌（自然醸造で清潔に保存したもの）は酵素やバクテリアの繁殖が多い。この力は分析には出ないが見えない自然の力が活動し、いのちの躍動がある。これは分析等する栄養学の力でない自然の力をカラダが教えてくれます。

これらの力は腸に有効菌を育て整腸し、有害菌を殺し、吸収力を強め、難病を減らします。0-157などでも大騒ぎしましたが、有害菌もこの健全な腸の中では働けず消えます。アトピー、喘息、アレルギーという人達が玄米菜食をして、自然の食べ物、自然の味噌、醤油、自然塩、そして外からのお手当てで見事に回復している。これは何故でしょう。現代医学ではお手上げと言われた癌、膠原病、その他の難病も治っている。それは昔からのご飯、みそ汁、漬物にかえること。薬害、公害、人口電磁波も、この見えないが確かにある自然の力で排除される。これは現代の中で生きる我々にとって大きな希望です。

あなたと健康 10月号より

私の趣味 33 高校野球観戦

春・夏に開催される高校野球大会を甲子園球場で観戦しています。息詰まるような投手戦、殴り合いのような打撃戦、目の覚めるようなホームラン、思いもかけないようなナイスプレー、この試合に負けたら終わり、と思っ懸命にプレーする高校生の姿はプロ野球とは全く違う魅力があります。



甲子園まで出向くのは会社勤めの頃は週末くらいでしたが、退職した今は、通しの前売券を購入し、連日朝から夕方まで心ゆくまで満喫しています。体力・気力が許せば、春は30数試合・夏は40数試合が観戦できます。今年の春は第84回、夏は第94回大会でしたので密かに第100回大会を観戦できたらと狙っています。春はだいぶ先ですので難しいかもしれませんが、夏ならと。

篠原潤一

11月・12月の行事予定

- 11月 2日(金) 看護学校戴帽式
- 11月15日(木) 活動調整委員会
- 11月20日(火) インフルエンザ予防接種
- 12月 7日(金) クリスマスコンサート
- 12月14日(金) バザー、合同忘年会、
- 12月20日(木) 活動調整委員会
- 12月28日(金) } 年末休暇
- 12月31日(月) }

あとがき

木枯らしも吹いて急に肌寒くなりました。皆さんは風邪をひいていませんか？来月はバザーがありますので、不用品などがありましたらご協力よろしくお願いします。 編集部