



<みよみよ はればれ まんなか>



美花果 便り

Vol.50

都筑の町のほほまんなかで

～その 50～

カレンダーをめくり、一年の半分まで来てしまったことに驚きます。時間が過ぎていく速さに追いつかない頭の回転の鈍さにおたおたすることが多い今日この頃です。「松田さん、まだまだ、若いじゃない！」と皆さんに言っていただくのですが、やはり年には勝てません。経年劣化による回転速度の低下、誤作動、等々あります。そこで、これまでと違う生き方をしていく必要性に迫られてきました。

1, 勤務時間(活動時間)を短くする。

これまで、夕方 17 時以降も、仕事をしてきましたし、家に帰って 22 時以降だってパソコンを出して仕事をしていました。しかし、仕事のための時間は基本 8 時間にします。

2, すべての行動をゆっくり行う。

せっかちな性分ですが、一つ一つの行動をゆっくり、確実にすることを心掛ける。

3, 自分を過信しない。

上手いかない時や、ミスが出たら、真っ先に自分を疑う。疑わしきは自分。

4, 他の人に頼る。

自分でできないところ、無理なところは、他の職員に頼る。「お願いします。」と言えるようになる。

※どれもこれも、生き方を変えるというのは難しいと思う日々です。トホホ

松田

みよみよ看護

【訪問看護ステーション】

住所: 〒224-0033

横浜市都筑区茅ヶ崎東 4-9-18

電話: 045-949-6277

FAX: 045-949-6278

メール: e-matsuda@ni-care.jp

ホームページ: <http://www.ni-care.jp/>



土曜日に、新しく理学療法士が増えました。
リハビリのご依頼
お待ちしております。

「看」という文字は、手をかざしてよく見るという意味合いがこめられています。

中国の禅僧が我々の中に存在する宝を見極めよ、という意味で「看看(みよみよ)」と叫んでいるところから名前をつけました。

皆様の心の中にある宝物を大切に、お家での生活を支えます。

【 田んぼの見える風景 】

さわやかな新緑の季節もあっという間に梅雨の時期。
春と秋が短くなりました。

いつも、出勤前に BS NHK で「あんぱん」をみながら
準備をしそのあとの「こころ旅」という自転車で地方の
思い出の場所に行く番組を見るのが朝のルーティーン
になっています。

私の出身は秋田県で番組を見ていると全国各地に
私の近所に似たような場所がたくさんあるんだなと心がほっこりします。

私の秋田の家は田んぼに囲まれており、私の部屋の窓からの風景は 5 月に入ると田おこし
から始まり水がはられると湖のようになります。そのあと、田植えが終わるとぐんぐん苗が育ち
草原のように変わります。夏になり稲のうっすら白い花が咲きカエルの声が鳴り響くと徐々に穂
ができて秋には黄金色の風景に変わります。そして冬は白銀の世界となりまた春が来るという
風景でした。そんな田んぼ道をひたすら自転車をこいでお習字教室に

行ったり友達の家に遊びに行ったりしていました。

また帰りたいな、あの風景を見たいなと思い出勤します。

ちょうど今は草原の時期です。

お米の価格も高騰しているので今年も豊作でありますように。

看護師 染谷りり子



NHK BS につぼん縦断 こころ旅
火野正平さんに変わり田中美佐子さんが自転車で旅してます



～風に吹かれて～

檸檬の葉 たまごたっぷり アゲハかな

私は庭の檸檬の樹にアゲハの 1 ミリくらいの黄色い卵を
みつけると、初夏を感じます。

ですが「幼虫になる前にみつけてよかった」と思いつつ
捨てています。生まれた幼虫もたっぷりみつけ、割りばしで遠くにさよならしています。

蝶になると美しいからと言って、パセリを食べつくされても、更に無農薬のパセリを購入してい
る友人の真似は、私には簡単ではありません。



～れもん大好きっこ～