

西村クリニック便り 第5号

発行元
四條畷市楠公1丁目
14番6号
西村クリニック
072-862-3001

<http://www.nishimura-cl.info/>

この5月3日さつき晴れのもと、例年通りなわしろ作りを行いました。種もみに今年も無事にお米ができます様にとの祈りを込めて1箱1箱ていねいにもみを蒔いて行きました。これから約1ヶ月箱苗を育てて6月に田植、10月に刈り取りをするまで5ヶ月に渡る長期戦です。

この米作りですが、私はこの10年におよんで無農薬、無化学肥料で行っております。冬場にはEMなる有用微生物を用いて作成した自前のボカシ堆肥で土作りを行い、夏場は、良質の有機肥料を追肥して稲を育てて行きます。

10年前、この無農薬の米作りを始めた頃は病虫害に悩まされた事も多かったのですが、今では長年の土作りの結果土壌が健全化し、病虫害に負けない丈夫な稲がすくすくと育つようになりました。

人間の体も同じ事が言えるでしょう。病気になったら薬を飲む。これはこれで良いでしょう。が病気にならない体作りというものも大切な事だと思われれます。そのためには食生活を含めた普段の生活習慣がこれからはもっと重要となってくるでしょう。

この辺の具体的な話は長くなるので、また別の機会においおいお話する事としましょう。

院長 西村 章



今月のことわざ

When in Rome, do as the Rome do.
郷に入っては郷に従え

NORICO'S キッチン

今が旬 “新たまねぎとトマトのサラダ”

☆トマト小2個、新たまねぎ半分☆

①ポン酢大2、ごま油大1、砂糖小1、5~2を合わせる

②新たまねぎとトマトのスライスに①をかける

出来上がりです♪

たれがとても美味しいですよ♪

私は去年から四條畷市の子供育成会の役員をしていて2年任期なので今年も役員の仕事をしています。前職はフルタイムで土日の行事や平日の会議と夜も遅くなるので、体力的にも厳しかったように思います。でも役員をしていなかったら知り合いも増えなかったです。私より年上の方がかんなので勉強になることばかりです。おもしろい会話も聞けて楽しいです。当院へも、私より年上の患者様がリハビリに来られます。ここでの出会いも大切に、楽しい会話でリハビリの時間を過ごしていただけるようにと心がけております。これからもお氣をつけてお越しください。♡リハビリ科Y職員

編集後記

春を越えて夏のような
気温の日が続いております
浄水器を設置しておりますので
水分補給にご活用ください

患者さまと院長のある日の会話 その5

I: 先生ここって慰安旅行なの? (*~)v
西: いまは考えてないなあ... なんで?
I: 行く時は誘ってな(^_^)-☆z 絶対行くから♡
西: わかった!
I: 楽しみやわ♡

嬉しい提案にまんざらでもない院長に会いにきてください♪



4月は麻田秀子先生の大正琴の演奏会でした♪
ありがとうございました♪♪

5月のミニコンサート 5月9日(土)

13時~ 大阪大学 落語研究部「落語」

13時半~ 院長「笑いとお健康について」

混雑の際はお席がない場合があります
ご了承ください♪



ボランティアさんに来ていただいて毎月クリニックでの催しを始め五月で三回目となります。毎月元氣なお顔を拝見させていただいて院長はじめ職員一同嬉しい一言に尽きます。ありがとうございます。私は前職でボランティアコーディネーターをしていました。社協や各種会場での養成講習会にたびたび参加し、毎回熱い思いで帰ってきていたことを思い出します。各種行事で出会うボランティアの方々には、素敵な方ばかりで感動したことを思い出します。クリニックでの催しに参加して下さる方々は、いつもの診察とは違う満面の笑みです。また診察ではお越しになつておられない地域の方々も参加し喜んでくださり、その様子を見て喜んでくださるボランティアさんがおられ、院長や職員も仕事を忘れ楽しんでます。笑顔で繋がっています。施設ボランティアの方々の掛け橋になるように勤務しております。私はこれからは西村クリニックのボランティア担当となり掛け橋になりたいです。また人生の先輩方とお会いし学ばせていただきたいです。

各種健診 承ります♪