

石くり通信

7月号

梅雨の晴れ間に:

看護師 澤田 彰子

天気予報とにらめっこをしてこの日なら大丈夫と奥鬼怒の鬼怒沼目指していざ出発。女夫湯温泉から奥鬼怒温泉郷までは川のせせらぎが聞こえ、なだらかな道でしたが、温泉郷を過ぎたらいきなり急登で、今年は残雪が多く雪解け水が流れるなか途中からは雪道で足元を取られながらようやく5時間かけて鬼怒沼に到着しました。まだ時期が早かったのか数種類の高山植物しか観られませんでした。標高2040メートルにあり「天空の湿原」と呼ばれるだけあって景色は最高でした。お昼を食べていると何故か雨雲が近づいてきて雨降りの中の下山でした。最後のご褒美に加仁湯温泉に立ち寄り、乳白色の湯は疲れた身体を軽くしてくれました。

今年も来ました

看護助手

柴田 さち子

今年も家につばめがやって来ました。昨年は四羽がヒナに孵りました。仕事から帰ったら一羽が玄関先に落ちていた。あわてて巣に戻すこともできず、小さなダンボールに入れて餌は何をあげたらいいか?と悩んだ末にパンを牛乳にひたして口に運んであげました。三日目までピーピー喜んで歩いていましたが、四日目の朝鳴く声が聞こえなくなり、箱の中を見たら弱っていました。つばめは弱いものは巣から落とされることがあると聞きました。六月十六日の朝、巣の中から体が飛び出し大分大きくなってきて、もしかしたら今日あたり飛び立っていくのでは、と思っただけで帰って巣を見たら、全部が元気に巣立って家の上をグルグル回っていました。来年もまた、来るのを待っています。

気まぐれ梅の実

事務

森 絵里子

我が家の庭には梅の木があり、毎年その梅を使って母が梅味噌を作ります。

なかなかの評判でファンもいるようですが私はどうも苦手。今年は味噌になる前に梅酒を作ろうと実が大きくなるのを待ちに待ちしていました。「梅酒にするなら落ちる前に取らなきゃダメだよ。」と言われていたので毎日成長を覗いていましたが、大きくなったのは5つほど。そして梅の木全体をよく見ると手前がよく見える所しか実がなっていない。豊作の翌年は不作だと聞きました。確かに去年、大量の梅味噌が作られました。春から今年には美味しい梅酒を作るぞ!と気合を入れていたのでとても残念ですが来年に期待します!庭に梅の木がある皆さん、今年梅の実なりましたか?

レジリエンス

事務局長 石川 都

最近よく目にする「レジリエンス」とは、「心の回復力」、つまり困難の中で心を立て直す力のことである。心理学的には、「折れにくくしなやかな強い心」とも言う。これこそが人にとって、生きる上で一番大切なものではないだろうか。

誰しも一生順風満帆な人はいない。目の前に立ちふさがる壁は、人生にいくらかでも次々と現れる。アウシュビッツから生還し、口ゴセラビーを創始した精神科医フランクルによると、人の人生は壁の連続である。「にもかかわらず」、それに対する態度(立ち向かうか、逃げるか、諦めるか)を決定する「自由」が人間にはある。その意味で人間はその運命から解放されているといえる。「壁」は変えられなくとも、壁との向き合い方にこそ、まさにその人の人間性が出るのだから。

これまで努力や忍耐もあまりせぬまま、そこそこの器用さでここまで来てしまった私は、見事に逆境に弱い。物事がうまく回らなくなった時の身の処し方、心の立て直し方が非常に大事であると、最近ようやく悟った。せめてこれからは仕事でも毎日の暮らしでも、想定外の厳しい状況に陥った時こそ自省し、しなやかに適応してゆきたいものである。

夏の花、ひまわり

看護師

高山 早苗

6月から続く梅雨も毎年7月中旬くらいまでには明け、本格的な夏に突入します。7月は明るく楽しいイメージで、7月の代表的な花にひまわりがあります。ひまわりはキク科で、この名前は実は和名であり、英語だとサンフラワー(太陽の花)となります。この花は、太陽の方向に向くように花が動くので、その動きが回っているように感じた昔の人が「日に合わせて回る」という意味からひまわりと和名がつけられたようです。花言葉は「あこがれ」「光輝」「あなたは素晴らしい」などがあり、思わず笑顔がこぼれてしまいうです。ひまわりとは姿かたちだけでなく花言葉からも、なんて明るく笑顔あふれる気持ちにさせてくれる花なのでしょう。今年の夏は暑さにぐったりするだけでなく、ひまわりを飾って心晴れやかに過ごしたいです。

土用の丑の日

事務 田所弓佳

七月二十五日は土用の丑の日です。土用の丑の日にウナギを食べる習慣がありますが、私は小学生の時に食べたウナギが骨がいつぱいで、それからそのイメージがありウナギが苦手になり、ずっとウナギを食べていませんでした。しかし、先日ウナギを食べる機会があり、十年ぶりぐらいにウナギを食べましたが、そのウナギは私が以前食べたウナギのイメージとは全く違い、とても柔らかくて美味しいウナギで、食べることができました。今回これを機にウナギのイメージが変わり食べられるようになったので今年からは土用の丑の日にウナギが食べられそうです(笑)。

休日の過ごし方

院長 石川 悟

仕事が嫌いなわけではありませんが、休日に来るのを待ち遠しく思うのは、子供のころから変わっていません。何も計画がないとタラタラ、ゴロゴロして終わってしまいうのが休み。週休2日が当たり前になってしまっている現在の、休日の過ごし方次第で自分の人生が少し違ってくるのではないのでしょうか。結婚する前は、休日のほとんどを仕事にあてていました。カルテを書いたり、書類を書いたり、雑用がいくらかでもあったからです。結婚して子供ができた頃から少し時間に余裕ができたので、休日には最低4つやる、と決めました。仕事(勉強や研究も含め)、運動、家族サービス、チェロの練習です。開業してからは、休みに仕事をすることもなくなり、家族もそれぞれのペースで動いているので、もっぱらスポーツとチェロの方に時間を割いています。やりたいことを考えるというの湧き出てくるので、これからは暇でしようがない休日を過ごすことはなさそうです。

夢のコラボとなるか否か

薬剤師

石川 恵

梅雨真つ只中ですが、皆様がいかお過ごしでしょうか。紫陽花に蝸牛に雫をまとい生き生きとした草木などなど、嫌いな季節ではないのですが、いかにせんそれを楽しむ体力がないのがつらい所。さて、今回も怪談じみた話になりますが、最近やっと「貞子VS伽耶子」というホラー映画を見ました。貞子はおなじみ井戸からテレビから出現する女性の霊。伽耶子とは「呪怨」という貞子シリーズと並ぶ人気映画に出てくる女性の幽霊です。この日本を代表する二大ホラーを東宝五十周年記念?か何かで融合してみようというこの試み。両方好きな人にとっては垂涎ものの作品、と言いたいところなのですが、実際こういった単独で確立されてしまっているモノ同士を掛け合わせるの非常に難しい。下手をするとお互いの良さを打ち消し合ってしまうからです。私は邦画ホラーの魅力は「静かな怖さ」だと思っているのですが、たまたま見たこの映画の宣伝で、ものすごくロックなBGMに乗って貞子と伽耶子が両端から全力疾走してきたので「これは...どうだろうか...」と思っただけで敬遠しておりました。有名映画で何十本続編が出ようが、私個人は初期の作品に優れるものはないと思っています。これを作った人も同じような感性だったのか、一番初期の設定を忠実に守っている感じがしました。怖さと同時にどこなく懐かしさも感じる作品です。