

看護師 澤田 彰子

ナノより勝るもの

うっすら茶色のままでした。ちょっとした事ですが、野球部やの手段にとナノレベルまで汚れを落とす洗剤を使っても結局は果て手洗いを三回してもまだ薄茶色の汚れ水が出る始末。最後しまいました。真っ白だったシャツと靴下、靴は土色に変わりに出場した時の体操服の汚れに思わず「アッパレ!」と叫んでに出場していた時、長男の学校でスポーツ大会がありサッカーか苦慮していた時、長男の学校でスポーツ大会がありサッカー 「えらいなぁ~」と思える出来事でした。 カー部のママ達は毎日あの洗濯物と戦っていたのかと思う は天気が悪い 長男の学校でい日が続き洗濯 いかに効率良く乾かせる

ハッピーハロウィン☆★

石川

ることうけあいですが を書こうと思います 体調を崩しやすい季節ですが、 **ることうけあいですが、前回うっかり逃したので敢えて思いこの文章が読まれる頃には既にクリスマスモードに入って** 皆様いかがお過ごしでしょう

5空前のディズニープリンセスブーム。本屋に行けば「ディ5した☆ ちなみにお気づきの方もいると思いますが、今世間 **賃コーナーにはキラキラと輝くプリンセスたちのグッズが所** ープリンセスに学ぶ幸せになれる方法」のような本がズラリ い!」個人的にはこういうダークな感じは大好物なので、楽のイベントです。実際に行った時も門を見ただけで「…何か しと並んでいます。しかし一方ディズニーシーのイベントは い時間を過ごすことができました♪(笑) **ッ・ヴィランズワールド」。要はディズニー映画の悪役達が主** 今年も念願のハロウィンのディズニーリゾートに行って参り 今世間

ティーブレンド BOOK」という本が最近の私のバイブ

ました。 **、ャルがあって、すごい、と感心しました。どんな要求にも対応以前「日本のわがまま運びます」という宅急便のテレビ・ニュー**

ですが、何でもかんでも薬で治そうとするのは、まちがった考えて、このような人は昔より増えた気がします。軽症のうちに重大るいは病気とまで言えない程度)で、来院する人が少なからずいるいは病気とまで言えない程度)で、来院する人が少なからずい水が出るので薬を」、「風邪気味なので薬を」など軽症の病気(あ 方だと思います に書きました。 さて、わがクリニックに目を転じると、「眠れないので薬を」、「鼻 (風邪に対する「早めのパブロン」の話は以前

禁煙、適度な飲酒、他人のために働くなど、澡り返しはいきません。規則正しく、バランスの良い食事、適医療の中では「あなたのわがまま何でも聞きます」 なったり、薬を飲まないと眠れなくなったり、不快になるというの睡眠薬はもっと始末が悪くて、同じ量ではだんだん効きが悪くが、飲み続けないと元に戻ってしまいます。今使われている多くでも病気は治癒しないということです。一時的に症状は改善する また夜眠れない時に一錠飲めばコロっと眠れる薬があれば、なる一日一回飲んで症状が取れる薬があれば、誰でも欲しくなります。開発が盛んになっています。尿が近くて困る、という症状の人に、最近の製薬界の傾向として、QOL(生活の質)を改善する薬の ような現象が起きて来ることが少なくありません。 べく薬は良くない、 、飲み続けないと元に戻ってしまいます。今使われている多く、も病気は治癒しないということです。一時的に症状は改善するこの手の薬で問題なのは、副作用はもちろんですが、薬を飲んく薬は良くない、と言っても飲みたくなるのが人情です。 、繰り返し言われていい食事、適度な運動、聞きます」という訳に

髙山

と思っていたセイタカアワダチソウに対する考えが180 る面も兼ね備えているそうです。実際に調べてみて、力があり、お風呂に入れたりお茶にしたり、ハーブに **あることをご存知でしょうか。体内から薬毒や公害を出すほどの考えられているそうです。さて今の時期、この草に意外な薬効が** も抑制してしまうので、 化学物質を出すというもので、 うものを有しており、これは根から周囲の植物の成長を抑制する **花粉は重く、風媒花ではなく虫媒花であり、** てしまうとのことです。 (私もその一人です)全くの濡れ衣で、セイタカアワダチソウの いに咲いているのを見かけま 黄色の花を咲かせています。 近セイダカアワダチソウが、 つのことをきちんと調べて、 花粉症の原因とも考えられていましたが何年かすればその辺りでは生えなくなっ しかしこの物質は自分自身の成長 この草はアレロパシー **〜。十月頃に、人の背丈ほど伸」通勤途中ものすごい勢いで道** 花粉症とは無関係と ハーブにして楽しめ 作用とい

田所弓佳さ ん

直子さんが、ご家庭の事情によりこの十月で辞め、これまで受付業務をしてくれていた久保(竹田 後任として、 ことになりました。 これまで受付業務をしてくれていた久保(竹) 田所弓佳さんが新しく入ってくれる

業務を引き継いでもらっています。よく気がつきことでしょう。先月下旬より、久保さんから受付 どうぞお孫さんのように温かくいろいろ教え、ケット部)で元気印の田所さんですので、皆様で、とても有難く心強い限りです。体育系(バ るのでは・・と期待しています。また今年いっぱテキパキとした久保さんの手腕も引き継いでくれ 遠いのですが、そこは若さで頑張って来てくれ常陸太田の里野宮町なので、ここまではちょっ がついたことは気軽に注意などもして頂けまし ターン制度で、うちに来てくれます。 生さんで、 またこれを機に、スタッフの制服も変わる予 田所さんはまだ十九歳、 久保さんもパートとして時々来てくれる 乞うご期待・ 来年の三月までは学業を兼ねたインはまだ十九歳、水戸経理専門学校の そこは若さで頑張って来てくれる お住まい بح る

久保

たですが、 れに効くかというと良く分からなかっ ゴムの様な触感だし、生キモ酒は生臭いし…。 や目の疲れに良いそうなのですが…蒲焼きは固 きました。 べようと、 八ツ目鰻は昔からの滋養食として、を赤ワインで割った「生キモ酒」を八ツ目鰻屋さんに入り「蒲焼き」と まぁ珍しいと Ø) | うしい物を含

経験になりました☆

柴田

ます。遠くまで出かけてい見の滝」などの異名を持ち そのため「くぐり滝」「裏 で大生瀬川にかかる滝です。高さ十五メートル、幅十メー現地に着くことができません っれているため滝の裏側に入り込むことができ 地に着くことができませんでした。 たのは今回で一 幅十メートル、 。裏の岩盤が大きく抉ートル、久慈川の支流、一度目は山道で迷い、

所があるのはいいかなくても近場に

悟

直子

石川