

日に日に最高気温が上がり、30℃越えも珍しくない。とは言え、朝自転車で風に吹かれての医院までの下り坂は真に心地良い。

九里徳泰の「人力地球縦断」を読み、感激し、始めた自転車はMTB(マウンテンバイク)で、背筋を立て前を見据えて走る自分に内心誇りを持っている。現在MTB3台、クロスバイク2台。タイヤの太さ、大きさ、車体の重さなど、理屈をつけて買い増した。しかしロードレーサーはない。

「アスファルトを見て、アスファルトしか走れない。何が楽しい？」などとけなしてはみる。が、遠出するとロードレーサーに一瞬に抜かれ「何くそ！」と必死で漕いでも追いつけぬ。とにかく速さが違う。MTBこそどこでも走れるフリーダムマシンだと誇ってみても(確かにそうだが)風を切るスピードの点では足元に及ばぬ。

別に今のままでも良いが、問題は9月に行われる「ツール・ド・東北」に申し込んでしまったことだ。しかも170kmコース。抽選で当たれば1泊で走りに行かねばならぬ。おそらく周りはロードレーサーばかり。リアス式海岸のアップダウンを乗り切れるか? 「なんとかなるさ」で大抵の旅行はしのいできた私もやや不安だ。

しかし東北の復興をゆっくりじっくりMTBで見てみたいし…。旅の楽しみは行くまでの自問自答にもある。しばらく楽しめるネタが増えたと喜び、トレーニングに励みつつ3ヶ月間を過ごしてみようと考えている。

ハーブ内科皮フ科 理事長 竹内 秀俊

【ケアマネジャー】



私事ですが、今年の9月にハーブに入職して8ヶ月が経ちました。ケアマネという仕事は、私が経験してきた職種の中でも特に複雑で、勉強の毎日を送っております。

ケアマネとなり、色々なことがありましたが、利用者様やご家族からの「ありがとう」や「毎日の生活が楽しくなったよ」等の言葉を頂くことで、たくさんのパワーを貰っております。

利用者様の生活の質をより豊かにしていくのも、ケアマネ次第であると思うので、「出会えてよかった」と思って頂けるケアマネになっていきます。

【回想法・学習療法デイサービス】

五月の連休を利用してデイサービスをリニューアルしました。床を張替え、雰囲気明るくなり、利用者様からも「広くなったね」「明るくなった」と好評です。

今回のリニューアルの一つが大型浴槽での機械浴の導入です。浴槽に入ることが困難な方でも、この機械を使っただくことで楽に入浴していただけます。私達職員もスムーズな操作ができるよう、また怖くないか、危険な箇所の点検も兼ね、研修を行いました。

音も静かで動きも滑らか! 想像以上の良い乗り心地でした。また職員にも優しい…腰の負担も軽減され、一石二鳥です。ご自宅にて入浴が難しい、怖いなど思われる方一度見学にいらしてください。



【頭の体操コーナー】

ハーブデイサービス・グループホームでは、認知症予防・維持改善のため、くもんの学習療法を取り入れています。

今日は頭の体操の時に利用者様同士が話されていた話を紹介します。

皆さんは「いすら」って知っていますか? 本当は「ユスラウメ」という桃の仲間、ちょうど今、白または淡紅色の花が咲いているそうです。

そして6月下旬にサクランボのような赤い実になります。その実は、グミのように甘くはないけれど、しゅみがないのでとても食べやすいそうです。



今のようにお店があちこちにあるわけではなく、すぐにお菓子も買ってもらえなかった時代には、季節ごとになる甘い木の実の子供たちにとって楽しみだったでしょうね。

ホームページをリニューアルしました♪

スタッフブログを毎週更新しています。ぜひご覧ください。 [ハーブ内科](#) [検索](#)

発行元: 医療法人ハーブ内科
(株)ハーブライフケア

所在地 知多郡阿久比町横松宮前 67
TEL 0569-49-2752/FAX 0569-49-2753