



久し振りの大雨の梅雨の夜。

5月の休みにバリ島に長男・次男と出かけ、ウブドを中心にサイクリング、トレッキング、ラフティングを楽しんだ。夜はバリ舞踊を見て、サルサのダンスに飛び入りした。田んぼは日本の昔の田舎に似て、懐かしい風情。

三世代の各家の庭には必ずヒンドゥ寺院があり、家族全員でそれを守るという形の共同体がしっかり残っていた。(観光地にもかかわらず！)

聞くと、かつて崩壊しかけたが、自分達の歴史文化を保つ気運が高まり、現在に落ち着いたとのこと。辺境の特殊が残っているからこそ、それを観に世界中から観光客が来ることに地元民が気づき、「誇りを持っている」と話した。私は一度行った場所より新しいところを選ぶが、バリ島の郊外には再度行きたいと思う。(できれば自転車かバイクで一周)

今月は感染症と抗生剤について集中して勉強している。小児科の頃に比較的厳密な使用を学んだが、やや手薄になったためだ。古い薬を正しく使うほうが効果が高く、しかも安い。業者の新しい情報を取り入れつつも、根の生えたより確実な外来診療を行いたいと願っている。

ハーブ内科皮フ科 理事長 竹内 秀俊



学習療法一口メモ

脳を活性化させる為に、【簡単な問題を解く】ことが効果的ですが、それと同じくらい【会話をする】ということもとても重要なんです！
デイサービス・グループホームの各テーブルでは、みなさんリラックスしながら時には冗談を言い合って、楽しいひと時を過ごされています♪

見学・無料体験受付中です！

なつかしいお話の会(回想法デイ)

これ、何かわかりますか？これは桑の実です。昔、利用者様のお家では、お蚕さんを飼っていた方が多く、とても話が盛り上がります。



「お蚕さん、かわいかったよ」
「桑の実を食べるとき、ガサガサ音がするの」
私たちの知らないことや、時には昔の知恵も聞けて、とても勉強になります。
利用者様にとって、かつて経験したことを楽しみながら、皆で語り合うことによって、脳を活性化させ、気持ちや心が元気になるよう、取り入れています。

外来より

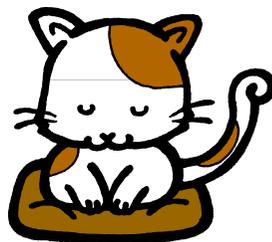


暑い日が続きますが、皆さんはどのようにお過ごしでしょうか。

これから夏を乗り切るために熱中症、脱水症には特に気を付けたいですね。熱中症は屋外だけでなく、室内にいるときや夜でも注意が必要です。

対策として、冷たいタオルなどで頭や首を冷やすと効果的なようです。外出時には日傘や帽子を身につけて出かけ、こまめに水分補給をすることが大切です。

皆さん、暑さからしっかりと体を守り、対策していきましょう。



学習療法の効果や、ハーブでの取り組みをホームページで紹介しています。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
知多郡阿久比町横松宮前 67
(株)ハーブライフケア

TEL 0569-49-2752

FAX 0569-49-2753