

湿疹の季節になった。

四肢の先端の発赤かゆみの多くの方が、前日草刈りをしている。

皮膚表面全体の発赤は草かぶれかな。点状の丘疹は虫刺されかも。

こういう時は、最強クラスのステロイド軟膏の出番だ。

1日2回塗布がポイント。(1回ではなかなか効かない)

同時に内服薬を飲むのが効果的だ。

また子供は結構皮膚が腫れるため、親が心配して来院す。高齢者に比して体内の水分が多い事と、草かぶれや虫刺されに慣れてない為比較的派手だ。しかしひと夏皮膚を季節にさらせば、秋までには虫に刺されても軽く済むようになる。

おそらく繰り返しの虫刺されや草かぶれが、皮膚を丈夫にするのだ。

「人間は慣れる動物だ」という名言を実感する。

今年から始めた野菜、じゃがいも、ピーマン、ししとう、きゅうり、トマト、ナス、つるむらさき、オクラ、ブルーベリーなどが収穫期に入ってきた。

毎度の水やりと雑草取りが、少し面倒だが楽しい。

やぶ蚊に刺されつつ(ホントすぐにやって来る!)早朝と夕方に行くが、特に朝日を浴びながらの収穫物を、さっそく朝ごはん時に食べるのは、とても清々しくてうまい。

1日でこれだけ成長するのだと実感する。

「ヘルシオ」のレシピ本を読みつつ簡単な料理にも挑戦。

日常生活の幅が広がり、結構楽しい。

今一番の課題は育ってきた野菜の枝切りだ。

花の下の枝を正しく切ることで、虫が減ったり収穫量が増したりするようだが、どこを切ればよいかよく分からぬ。

ユーチューブを見ながら行うが、自信が無く恐る恐る。

誰かに教えてもらいたいけどどうやら皆様同じ悩みを持っている様子で、釈然としない。

柿やみかん、キウイは結構大胆にチョン切っちゃいますがね。

自然の速度に合わせてポチポチやっていくのが正しいのだろう。

それが人間のペースなのだという気がする。

明日も朝一番、畑に出かけるゾ。何が採れるか楽しみ楽しみ。



### アジサイ作り



ゆいまあるの玄関には季節を味わって頂くように季節の物を置いています。  
今月は梅雨の時期の花(アジサイ)お花紙と紙粘土を使いアジサイを作りました。ゆいまあるに来られた際には、玄関をご覧ください。



ハーブでは、訪問診療・訪問看護・ケアマネジャー・デイサービス・認知症対応型共同生活介護を提供しており、多方面からご利用様をサポートしております。↓

発行元：医療法人ハーブ内科皮フ科  
株式会社ハーブライフケア

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

