

<「暑さ寒さも彼岸まで」の言葉の思い出>

私には2人の子供がいます。とはいえ既に成長して、いわば「壮年」と言われる年代を迎えています。どちらも9月生まれですが、それぞれに退院を待つ寸前に、面会に来た夫が扇風機片づけたよといった言葉に「こんなにまだ暑いのにもう片付けたの！」と不満を言ったんですが、退院して家に帰ったら扇風機は一度も使わずじまいでした。二度も同じことを繰り返してのことに、忘れられない思い出の季節の言葉となりました。



今年のように酷暑であっても盆過ぎには気温が下がり、時代は同じように繰り返され、「暑さ寒さも彼岸までか」と、にやけながら口ずさむ私でした。



<日本被団協がノーベル平和賞を受賞したことに寄せて>

思いがけない選考と受賞に驚きました。世界中がきな臭いバカげた騒ぎが展開されている中で、ノーベル賞委員会が選考の理由として、新しい世代が被爆者のメッセージと体験を引き継いで前進していることは、「世界中の人たちを励まし、教育している」と称えたこととされているという。

被爆国でありながら毅然とできない日本政治のあいまいさが世界中の評価とされているが、これを機会に次世代の子ども達のためにも核もない平和で安全な国に今年は大きく前進して欲しいと願わずにはおられません。

<残暑バテと秋バテ防止を考えてみましょう>

この時期になり、体調不良に悩む方々の声を耳にします。特に発熱、持病の悪化、原因不明の怠さや胃腸の不快感、痛み等などが見られます。また、子供の病気と言われたものが、例えば手足口病やマイコプラズマなど、大人にも感染拡大したりと要注意です。新型コロナ感染も続いています。



今迄は暑さに耐えて頑張ってきましたが気温が下がり始めた今頃に身体も悲鳴を上げています。今は身体を労わる時。温かいものをとり、体を温かく優しく労わり、体力低下を回復していきましょう。

武蔵野市では、10月から65歳以上を対象に新型コロナワクチン接種(自己負担額2,500円)インフルエンザ予防接種((自己負担額2,500円)を実施しています。予防策として接種されることをお勧めします。

第8回たんぽぽ日曜カフェ11月のご案内!

日時:11月17日(日)12:00~14:00

会場:ナースケアたんぽぽの家 会費:1,000円

●焼肉バーベキューを開催、●健康を考える「医療小断」 ●季節の歌



2024年10月15日

有限会社多摩たんぽぽ介護サービスセンター 取締役 千葉信子