

健康新聞

2021年1月号
新聞係発行

特集 忍耐 ～Have to endure the unendurable～

ふりつもる み雪にたへて 色かへぬ
松ぞ ををしき 人もかくあれ

昭和天皇 御製

明けましておめでとうございます。

梢や枝に降り積もる雪の重さにじっと耐えながらも、堂々と、色を変えることもなく春を待つ松の木よ、なんと雄々しいことだろう、我々人間もその辛抱強さを見習いたいものだ、という意味です。琉球にも「忍びしのぶしや、誰も忍ぶしが、忍ばらんしのぶ、すしどう忍ぶ」という歌があります。忍べないくらいの苦勞を耐え忍ぶことができる人こそが、まことの武人である、との教えです。糖尿病の療養にも似たところがあります。我慢がストレスになるのは良くないのですが、耐え難きを耐え、忍び難きを忍んだ昭和の時代に思いを馳せ、ままならない日常をしっかりと歩んで行きたいと思います。

今月も個人栄養相談と健康教室での集団栄養指導を行います。受講希望者は受付、もしくは院長に申し出て下さい。

本年もよろしくお願ひ申し上げます。

時間割表

1月9日(土)	栄養指導のみ
1月13日(水)	栄養指導のみ
1月14日(木)	健康教室(弁当あり)
1月16日(土)	栄養指導のみ
1月20日(水)	栄養指導のみ
1月23日(土)	栄養指導のみ
1月27日(水)	栄養指導のみ
1月30日(土)	栄養指導のみ

栄養指導担当講師

石川 絹子 先生
石垣 美和子 先生
比嘉 聡子 先生

<編集後記>

今年の年末年始はダラダラと過ごした方も多いかと思ひます。調整し直して、笑顔で外来受診されるよう、お待ちしております。