

季節風



今年の秋は早目の到来でした。空気もカラッとして過ごしやすい日が続きますが乾燥から風邪もひきやすくなりますので、気を付けてお過ごしください。食欲の季節でもありますゆえ、八木クリスタッフの話題も食べる事に集中しております…(=^..^=) 肉食女子&おじさんの集まりですので、お昼の弁当はどうする会議(?)には力が入ります！残念なのが、院長の歯…治療中の為、一人やわらか食で頑張っています。食は何よりも大切な身体と心の栄養源です。そのために歯の治療や管理も必要ですので、皆さまも怠らないようにお願いします！

往診のひとコマ

「誰かに喜んでもらうことが、自分の活力となります！！」と元気に語るのは91歳の井上さん。外に出ると、たくさんのお会いがあると言います。ベビーカーを押しているママには「かわいい赤ちゃんですね〜。」着物姿のご婦人には「素敵な帯ですね〜。」などなど素直な気持ちで褒めることで相手の方が笑顔で喜んでくれるのが、とてもうれしく自分も元気になるのだそうです。井上さんは街のみんなに魔法をかけて幸せにしてくれる…まるでメリーポピンズ！！！！そういう気持ちで過ごされると生活の質も高くなりますね♪

なす ナス 茄子 成す

「ボケナス」だの「おたんこナス」だの言われる「茄子」ですが、初夢の縁起物。お盆では精霊馬として活躍。夏に実を付け、さらに秋ナスとして美味しくなる「茄子」は栄養価・ビタミンこそ少ないですが食物繊維は豊富！！抗酸化作用・動脈硬化予防・胃液分泌や肝臓の働きを助けたり神経痛の症状緩和と意外に作用豊富。漬物・炒め物・煮物・焼き物など料理も豊富。ことわざも豊富。私は「親の小事と茄子の花は干に一つの無駄もない」がお気に入り。パツとしないけど、何かいいもの入ってる。それが「茄子」です。私も「おたんこナス」としてこれからも頑張ります！



八木クリのあんたが大將



八木クリの顔、そして顔が自慢の瀬戸先生は、八木クリ全員が誇りに思う先生であります。そんな瀬戸先生を育て上げましたお母様はというと…？(ˆoˆ)／94歳！和歌山でお元気に暮らし、日課は近くにあるお墓参り。ご近所付き合いを大切に、お友達も若い世代からご年配までたくさんいるそうです。日々努力を続けながらも自分のペースで生活し、まだまだ息子の世話にはならないご様子…。何より、帰省後の先生は一年の中で一番元気であります。母の愛をたっぷりもらってくるのだと思います(#.^.#) 瀬戸先生の為、私達皆の為にも、いつまでもお元気をお願いします\(^o^)/ 仲睦まじいご夫婦…いえいえ親子&お孫ちゃんの写真に癒されて下さい。

