



看護部通信

2024年3月



甚大な被害をもたらした東日本大震災は、3月11日で13年目を迎えます。今年1月には能登半島地震が発生し、国難レベルの巨大地震の発生予測もたびたび報じられています。地震の経験を通して生まれた防災に対する「常識」「非常識」を職場や家庭で改めて確認しておきたいですね。防災は、意識や知識もさることながら行動が何より重要です。

(看護師長会)

「季節限定」

7病棟 Y.K



この季節になると、春に関連した季節限定のスイーツが増えてきます。そして、お店の雰囲気や取り扱っている商品も春仕様になってきます。私は春生まれで、名前の候補にも「桜」があったそうです。その影響もあり、春や桜が好きでこの季節が近づいてくると気分が明るくなります。そんな私の今の楽しみを紹介させてください。

私は、中学生の頃から某店の「桜ラテ」と「シフォンケーキ」がお気に入りです。毎年楽しみにしています。この桜ラテを飲むと「春だなあ」と感じます。シフォンケーキは甘すぎず、ほのかに桜の味がしてとても美味しいです。夜勤明けの自分へのご褒美に某店に通うのが楽しみです。今の季節限定を楽しみ、今日も仕事を頑張ろうと思います。

やる気と活力につながる最強アイテム(ご褒美)ですね。

「ハッピーとワクワク」

7病棟 T.C



皆さんは「ハッピーワクワクキャラバン」という事業をご存じでしょうか。これは、秋田ノーザンハピネッツに所属するアスリートの方々が、子供達にからだを動かすことの楽しさを伝える事業で、先日我が子が通う保育園にも訪問がありました。数日前から楽しみにしていたので、保育園の先生からは「目をキラキラさせて楽しんでいました。」と連絡帳に記載がありました。さて、自分にも最近「ハッピー」「ワクワク」を感じたことがあったか考えてみましたが、思い出せないのか、それとも元々ないのか…。そういえば、眼科で目の不調を訴えたところ、「疲れと加齢ですね」と言われ、やけに「加齢」の言葉が耳に残ったという「ハッピー」「ワクワク」とはかけ離れたショックな出来事がありました。

今年は「ハッピー」で「ワクワク」そんな一年になってほしいです。

未体験ゾーンに「ワクワク」がありそうですね。加齢は進化です(笑)