



看護部通信



2024年 9月

“むしの声”という童謡をご存じでしょうか？「…秋の夜長を鳴き通す ああおもしろい 虫の声 ♪」という歌です。この歌詞に出てくる“秋の夜長”は日中と夜がほぼ同じ時間になる秋分（9月22日頃）から立冬（11月7日頃）までの時期を指します。暑かった夏が過ぎ、夜の時間が長くなり過ごしやすくなったことをポジティブにとらえた秋の季語です。長い夜をどのように過ごすかという日本の文化や価値観をも反映している言葉だそうです。みなさんはどのように秋の夜長を過ごされますか。（看護管理室）

「ミニマリスト」

2病棟 S

ミニマリストとは、不要な物を持たず、自分にとって必要最低限の物だけで生活する人のことを指します。ミニマリストを目指すわけではないのですが、引っ越しを機に自分の持ち物を必要なものと不要なものに仕分けをしてみました。今までこんなに物があふれた中で生活してきたのかと驚きつつ、潔く物を捨てられる自分は薄情者なのでは…？とも思いながら整理しました。おかげさまで新しい生活環境では必要最低限の物しかない分、とても掃除がしやすくなりました。また買い物の際に、これは今必要だろうかと考えるようになり、無駄な買い物をすることがなくなりました。部屋の状態は心の状態を表すと言えます。すっきりと片付いていると、心の余裕も生まれるような気がします。今後も物を大切にしながら生活していきたいと思います。



「挑戦」

2病棟 K

師長に「欲しい資格は？」と聞かれ「ユンボの免許」と答えた程、リフォームに夢中な私です。将来は畑作業をしたいと20代の頃から考えており、3年前に好立地の中古家屋付きの土地を発見し即購入しました。しかし、土地いっばいに建つ家屋を解体するには購入金額以上のお金がかかることが発覚。元々趣味からの土地購入だったこともあり、家屋の解体資金がありません。では家屋を別荘と温室にリフォームしよう！と、経験がないにも関わらずDIYに挑戦することにしました。バキバキと床や壁を壊していくと「柱が腐っている…」「基礎がなかった…」と恐ろしい状態であることが判明。3年前に買ったのに現在も作業は全く進んでいません。不安がよぎりますが、動画や本から情報を得て今も挑戦は続いています。みなさんも是非遊びに来てください。

