

健康メモ 第44回

「言葉つなぎ」で脳の活性化を

院長 羽根田潔

日本の伝統文化として五音、七音を組み合わせる俳句(五七五)、短歌(五七五七七)がありますが、作った経験の無い人には難しいという感じがありました。そこで国際医療福祉大学教授(元東京大学教授)の梅内拓生先生は、季語など形式にとらわれず自由に自分の気持ちを五音、七音を用いて表す「言葉つなぎ」を推奨しています。

東京のある病院では、寝た切りの老人の気持ちを聞き取り、言葉をつないで句や歌を作る取り組みを行ったところ、脳の活性化が見られているそうです。2年前より梅内先生の指導の下、当院の入院患者や外来患者の皆さんに「言葉つなぎ」をお勧めしていますが、「毎日の生活に張りが出る」、「気持ちが明るくなった」と好評です。脳の活性化と生き生きとした生活を目指して、皆様作ってみませんか。以下に例を示します。コメントは梅内拓生先生です。

●ボケの木は きちんと春は 紅の花 (HH様)

* 自分は年齢を重ねているが、「ボケ」ないでボケの木のように春には花を咲かせて生きようと心に誓っていることが面白いです。



●ぼけめよう 頭の体操 むずかしき (UK様)

句を詠み湧くや 生きる喜び (拓生)

* 句を詠めば、心が深まり、頭も働き、最高のボケ防止になりますね。七七を追加しました。

●飲み食いが 当然の事と 思ってた 病んで始めて 大切さ知る (KS様)

●心臓も 八十年を のり越えて

つかれたのかな も少し頼む (KS様)

* 手術から時間が過ぎていくうちに、自分とまわりの事を眺めながら、まわりへの感謝の気持ちが増えてきていることが感じられ優しい人柄が現われております。

●茶柱は 今日の佳き日を 運びきて (SK様)

* 心静かに一服の茶をあげている。ふと見ると茶柱がたっている。茶柱が立つといふことがあるといわれておりますが、今日も心豊かに茶をたのしんでいるこの幸せは自分で呼び寄せたものなのでしょう。そこらこらのお茶の師匠ではとてもこのような句は

第62回 いきいき健康講座のお知らせ

「アルコール依存症者と回復活動」

- 講師 松下武志 先生 日本大学文理学部教授
- 日時 平成19年9月10日(月)
- 場所 東松島市コミュニティーセンター(2階)
・住所: 東松島市矢本大溜1-1 ・電話: 82-6969
- 講演 午後6時30分~7時30分

入場無料!

Information

お盆期間の診療

8月12日(日)	休診
13日(月)	通常診療
14日(火)	午後休診
15日(水)	休診
16日(木)	休診
17日(金)	通常診療

お盆期間の診療のお知らせ

当院のお盆期間の診療は右記の通りです。よろしくお祈りします。なお、急患はいつでも対応します。

夏祭りの季節がやってきました!

当法人の介護老人保健施設では、今年も盛大に夏祭りを開催します。縁日、花火、盆踊りなどなど、ご家族で楽しめます。皆さんお誘い合わせの上、ぜひお越し下さい!

●歌津つつじ苑(南三陸町歌津)

7月29日(土) 午後5時から

●さつき苑(東松島市大塩)

8月4日(土) 午後5時30分から



※写真は昨年の夏祭りの様子です

職員紹介 第69回

遠藤あい子(えんどうあいこ) 《 医事課 》

- 出身地 石巻市(旧河南町) ・趣味 読書、コンサートへ行く事
- 好きな食べ物 チーズ、ヨーグルト (ジャンルは色々)
- 最近ハマっている事 青汁を飲んでます。色々なお店のチーズケーキをネットお取寄せして楽しんでいます。
- 最近とても驚いた事 目尻のしわと白髪(ショック!)

御縁があつてこちらにお世話になる事になりました。環境が変わって色々ご迷惑をかける事もあると思いますが、地域医療のため患者様のため、一生懸命頑張りますので、よろしくお願い致します。

