

第2回 愛☆カラダ塾を開催しました！

8月9日金曜日、あいとう診療所待合室にて第2回愛☆カラダ塾を開催しました。

今回は「**血流を良くする、自宅でできるマッサージ**」のテーマで、toiro はりきゅう治療院の宮下紗也加さんを講師にお招きしました。

機会があれば東洋医学を体験してみたいと思っておられた方も多かったようで、皆さん興味津々で参加されていました。

教室終了後に個別相談されている姿も見られました。

次回は10月11日に開催を予定しています。

どなたでも参加可能ですので、皆さんの参加をお待ちしています。

今回の教室の様子を「湖国とりびゅぬ」の記者の方が取材に来られました。



診療所ホームページはこちら ▶

診療所だよりのバックナンバーや診療所からのお知らせ等を掲載しておりますので是非ご覧ください。

▶ <https://aito-clinic.com/>



故事・ことわざで脳トレ!

- ① のんびりしているように見える人にも、人知れぬ苦勞があるたとえ
..... ○の水掻き
- ② 礼儀や真心を尽くして、有能な人材を招くこと ○○の礼
- ③ 人のうわさをしていると、その当人が現れることが多い
..... ○をすれば○が差す
- ④ 他人に少しでも疑いをもたれるような行動は慎むべきである
..... 李下に○を正さず

故事・ことわざで脳トレ!の答え

- ① 鴨(かも)の水掻き
鴨は水中で休まず水を掻いていることから
- ② 三顧(さんこ)の礼
中国の三国時代、蜀の劉備が諸葛亮公明を三回訪ねて軍師に迎え入れた故事から
- ③ 噂(うわさ)をすれば影(かげ)が差す
- ④ 李下(りか)に冠を正さず
李(すもも)の木の下で冠を整えようと手を上げると、李の実を盗むかと疑われる意から

編集後記

10月と言えば、あいとう診療所の職員健診の季節です。昨年は体重も腹囲も増加していることを指摘され、「1年後は必ず減らすぞ!」と誓ったことを思い出しました。いつの間にかウォーキングを止めてしまい、誓いを忘れ食べ放題をしてしまった自分を戒めています。(F.A.)