

第2回愛☆カラダ塾を開催しました！

8月8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。

今回は東近江総合医療センターの皮膚・排泄ケア認定看護師である続宗敬子さんを講師にお招きし、「専門ナースに聞く、排泄の悩み」のテーマでお話ししていただきました。

「65歳以上のほとんどの方が尿漏れの経験がある」という話に、参加者の多くの方が頷いておられました。

排泄について悩みがある方は、診察の時に相談していただいても結構ですし、採血の時などに看護師に気軽に声をかけていただいても結構です。

次回は10月10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。



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 他人の意見をよく聞けば聞くほど得るところが多くなるということ
..... 意見と〇はつくほど練れる
- ② よく知り尽くした人に教える愚かさのたとえ 〇〇に水練
- ③ 負け惜しみが強く、自分のまちがいも理屈をつけて認めようとしない態度のこと 〇に漱ぎ〇〇に枕す
- ④ 秘密がもれやすいことのたとえ 〇に耳あり〇〇に目あり

故事・ことわざで脳トレ！の答え

- ① 意見と餅(もち)はつくほど練れる
餅はつけばつくほど練れて良質の餅になる
(意見も同様)
- ② 河童(かっぱ)に水練
類義語: 釈迦に説法、孔子に悟道
- ③ 石に漱(くちす)ぎ流れに枕(まくら)す
「石に枕し流れに漱ぐ」を言いまちがえ誤魔化した故事から、夏目漱石のペンネームの由来
- ④ 壁に耳あり障子に目あり
「…障子にメアリー」と勘違いしないように

編集後記

今年も食欲と職員健診の秋がやってきました。今年はYouTube動画を先生にストレッチを始めました。ストレッチをしている安心感から食事量が増えるという、自分に甘い私です。

私と同じような方がいらっしゃいましたら、ぜひ一緒に頑張りませんか？ (H.A.)