



*この広報誌はピーススタッフをはじめ、利用者様他
ピースに関わる方々のご協力のもと作られています。

YMCA訪問看護ステーション・ピース 編集部

広島市中区八丁堀7-11

TEL 082-225-3020

FAX 082-225-3032



雨よもやま

雨は潤沢な水、けれど変動も大きく、災害とめぐみの両方をもたらしてくれます。私たちの暮らしと雨との関係は、深いものです。木の芽の出る時期に降る雨は、「木の芽雨（このめあめ）」、木々の青葉に降りかかる雨は「青葉雨（あおばあめ）」など、雨にまつわる言葉は実に豊かです。

しかし、先だって二度も起こった熊本での大地震は、“まさか”と思う一方で“やはり”地震の国なのだなど実感する出来事でした。いまなお多くの方々が被災の大変さを経験されています。被災地の雨は脅威そのもので、身を知る雨となるでしょう。もうすぐ梅の雨。「晴好雨奇」とは、晴れている時はもちろん、雨の時も雨なりに趣があって美しいの意。

1日でも早く雨を楽しめる暮らしにもどりますように。



災害への備えはお済みですか？

防災グッズの中でも、非常食は缶詰、レトルト食品など、熱を使わずそのまま食べられる食品が役に立ちます。その中でも「乾燥納豆」は栄養価が高く、災害時の感染症、食中毒を予防する効果もあると言われています。自宅でお手軽に作れるのも魅力です。



魂のクスリ



ミュージックフェスへ足を運びました。歌声はもちろん、ギターやドラムの音が、風が、振動が血液や臓器に響いてやまない感覚…私はたまらなく好きです。そしてそれをやめられません。

古代エジプト人は、音楽を“魂のクスリ”と呼んでいたそうです。ストレスや疲労を緩和する、血圧や心拍数を安定させる、免疫力を高めるといった効果があるそうです。

ただ聴くだけでなく、踊ったり歌ったり演奏したりして、魂を震わせてみませんか？



アンネのバラに寄せて

広島市の平和記念公園の「原爆の子の像」の東側にバラの花園があります。“アンネ・フランク”と命名されたバラが咲いています。ユダヤ人のアンネの虐殺をいたんでバラ研究家がつくり、父オットーに送ったバラです。

つぼみは鮮やかな黄色で先端は紅をまとい、満開の時は花弁の先に紅色を掃き、盛りを過ぎると全身紅色に染まる。枯れた、衰えた花色を見せない、感じさせないバラです。



風知草 其の四

気候が良くなり寒がりの私にとって動きやすい季節になってきました。暖かくなるといろいろな花が咲き始めるので、春がきた喜びを感じます。



2月には縮景園に梅を見に行きました。縮景園には梅林があり、そこには紅梅・白梅合わせて17種類、約100本の梅の木があるそうです。梅にはメジロが来ていて眺めていると梅の良い香りとで穏やかな気持ちになります。散策後は、縮景園入口左手にある泉水亭で軽食を食べるのも楽しみです。甘味類や軽食、軽食にはおでんやむすび、うどん等がありむすびは注文してから焼いているようで暖かい焼きむすびになっています。具は何か入っているかお楽しみのような感じです。花よりも食べ物の紹介の方が長いので私が何を楽しみにしているか、ばれてしまいますね。

4月には桜を見に平和公園へ、5月にはバラを見に行く予定です。先日、玄関先の小さな花壇にラベンダーを植えてみました。増えたらサシェ*を作ってみようと思います。

*サシェとはハーブなどを入れた香り袋のことです

あさまだき

2016.6.1

南区皆実町にて

