

撤収の妙

麒麟が去って、戦国の話は面白い、血沸き肉躍るシーンは格別！ところで皆さん周知の川中島の戦い、両雄の乾坤一擲の戦。領土欲旺盛な信玄は勇を鼓して越後境へ、その途上の作戦会議で副将の一人が言う「負け戦となれば私がこの線で守り抜きます」と。勢いに驕る武田の重臣らはその弱気な一言を一笑に付す。果たして、妻女山(上杉本陣)はもぬけの殻、上杉軍は武田の本陣を襲う、勝負あり!! と思いきや上杉勢は踵を返し越後へ戻る。領土欲がなかったことに加え、一説には武田の伏兵を恐れたとか。いずれにしろ撤収の頃合いを見通した上杉の統領謙信と武田の副将に軍配ありか!

転じて、オリンピック開催が危ぶまれる中、IOCから下駄を預けられた我が国は、さあどうする!? 良き副将の声は届くや否や、...。 新年を寿ぎ 安寧を祈る日々



ロシア アルタイ山脈

ほっこりデスク 【石出 きよ子】

朝の出勤とき崖から伸びているもみじの葉、グラデーションのきれいに一瞬目をうばわれコロナ禍においてささやかな幸せを感じました。11月より勤務させていただいており早く医院に慣れ皆様と余裕をもって接することが出来る様になれば良いと思っておりますのでよろしくお願いいたします。

【私のコラム】 認知症予防(認知症にならない為には) 《堀田 紀子》

次の3つの原因を全て取り除く

- ①炎症 - 細胞を傷つける
- ②栄養不足 - 脳の回路が切断
- ③毒素 - 頭の働きを混乱させる

①～③同時に防ぐことが予防につながります

次に3つの成分を摂取することで認知症を食い止めることが出来るのです

- ①プロポリス - ミツバチが作る抗菌成分
- ②PS(ホスファチジルセリン) - 大豆成分が脳の回路をつなぐ
- ③クルクミン(ウコン由来の成分) - 脳内の毒素を駆除

①～③同時に摂取することで相乗作用が有りより効果的です

以上、出来るだけリスクを避ける生活をしたいものです。



ミーコのキャビネット 【瀬尾 峰子】

靴のお話です。『シューズの気持ち』

靴ひもが突然ほどけたり、何もない所でつまずいたりする事ってあるよね!

それって、シューズ達の気持ちがそうさせているらしいよ。

ホントだよ! これは事実だよ!

何もなくて進んで行くと大きなことになるかも! と、思った瞬間に無意識にシューズは手を出してくるんだって! やさしいだね♡

貴方も、歩いていてつまずいたりしたら、この事を思い出してみてね(^^)

靴が自分の事を守ってくれているんだなあってね。

さあ! 今年も健康で幸せいっぱいの時を過ごしましょう!

【大利根勘太】

時は明治中頃 徴兵制が布かれ世は富国強兵へと進む
勘太と次郎吉、揃って初詣へ。 兄い 雑踏は予想したけど、女たちが何だか寂しそうですぜ、...。 それはお前の心の反映だ、実際そうでもないだろうよ。 いやいや、おいらの目に狂いはねえすよ、例年よりお参りも長いし。 ...、そうかもな、いい若者が戦地へ向かうご時世だしな。 だったら明るい歌でも流行るといいすね! いやあ得てして逆かもよ、暗い時代はそれなりの調子の方がいいってことよ。 さすが兄い、そういえば寂しい夜の悲しい音色は胸に染みますもんね、...。 新年の情緒をかみしめつつ新春を寿ぐ二人

