

# みどりのゆび

諏訪中央病院グリーンボランティア通信 No.133号 2024年5月22日発行

## 新しい院長先生です



2024年4月、院長に就任した佐藤泰吾です。グリーンボランティアの皆様の日々の取り組みには敬意を抱き、心から感謝しております。日々の皆様の活動に、この場をおかりして御礼申し上げます。諏訪中央病院は「あたたかな急性期病院」をスローガンに日々取り組んでおります。皆さんが自然との共同作業で作りに上げてくださっている庭園は、間違いなく「あたたかな急性期病院」を支える大切な要素となっています。庭園から患者さんもスタッフも日々のやすらぎと励ましをうけております。皆さんの取り組みに病院が支えられていることを忘れずに、職員一丸となって様々な困難を発展的に乗り越えてまいります。今後ともご支援の程よろしくお願い申し上げます。 [佐藤]

＊佐藤先生がグリーンボランティアの活動開始日にご挨拶に来られました、そのときに撮らせていただいた写真です。それとともに寄稿をお願いしたら、快く引き受けてくださいました。



## 冬期学習会の報告

★ 1月は鎌田實先生の講演。健康の極意は、第一は腸活で認知機能や睡眠に影響すること、第二は筋活で筋肉減少による虚弱状態になることを予防する生活を。そのためには、行動変容が大切で生活パターンを変えていくことが大切とのお話。



★ 2月は、ガーデンプランニングより、庭造りと作業について昨年の振り返りの報告と今年の計画を提案。その後4班に分かれて意見交換しました。

(資料は活動記録参照)

★ 3月は、萩尾先生の講演。病院の庭は25年以上を経て、樹木が大きくなり、存在感がある。庭は、自分が楽しむ、リセットできて日常に戻ることができる場所であって欲しい。庭の作業は無理をしないことが大切、とのお話がありました。



八ヶ岳の森に移住して5回目の春を迎えた。移り住んだらやってみたいことがいくつもあったが、コロナで世の中は一変。人との距離をとらなくてはならない新生活のスタートは不安一色だった。やむなく辺りを歩き回ることが日課になった私は、森のもつ不思議な魅力に触れるようになった。涼やかな川の音、聞いたこともない鳥のさえずり、シカとの見つめ合い…。

以前から山の木や花に興味があったことも、コロナ下の息苦しい毎日を少し明るくしてくれた。そうしているうちに私はすっかり森の虜になっていった。

先日こんなことがあった。療養休暇中の娘さんを連れて友人親子が泊まった月夜の晩。森は青白く浮き上がり、幻想的な世界が広がっていた。ぼつぼつと心の内を語り始めた娘を見た母親は、「知らなかった話ばかり」と驚く。数日後泊まった別の親子にも同じようなことが起こった時は、さすがに私も驚いた。これも森のもつ不思議な力なのだろうか。

この5年で私は自然との距離が近くなったように思う。ただ相手は「野生」であり、一方的な親近感には時に危険であることを忘れないようにしよう。最近、映画『悪は存在しない』を見てその思いを深くした。

それでも、この先まだ知らない森の魅力を存分に味わい、今の暮らしを長く楽しみたいと思っている。



[藤平]

\*\*\*\*\* バザー・見学会のお知らせ \*\*\*\*\*

◎春のバザーを行います。

5月28日(火) 13:00～ 花束作り 花苗の値付け  
花束に使える切り花等あれば、お持ちください。

5月29日(水) 9:00 ボランティア集合  
10:00～11:30 グリーンバザー

◎今年は見学会を実施します。

6月10日(月) 8:30 諏訪中央病院出発(バス)  
11:00～13:00 軽井沢レイクガーデン見学  
13:15～14:15 昼食(レストランにて)  
14:30～16:00 軽井沢植物園見学  
18:30 諏訪中央病院にて解散

詳細についてはまた後日連絡いたします。