

知床の窓から見えるもの

2015年6月11日（木曜日）

「春のお目覚め体操！」

5月より島根県の松江市立病院というところから3ヶ月間の研修で診療所に来ている看護師です。こちらに来てあっという間に1ヶ月が経ちますが、新鮮で美味しいお魚をたくさんご馳走してもらったり、羅臼湖やシャチウォッチングに出かけて自然を満喫したりと随分楽しませてもらっています。知床峠から見る夕日と星空はとっても綺麗でした！

診療所の皆さんをはじめ、地域の方々にも本当に親切にしてもらい、日々感謝しているところです。この場をお借りしてお礼を申し上げます。いつもありがとうございます！！

さて、先日5月26日には“こまぐさ学級”のカリキュラムに参加させてもらいました。

「春のお目覚め体操！」というタイトルで、歌を唄ったり軽い運動をしたり、ゲームで少しだけ頭を使うなど内容盛りだくさんのとっても楽しい3時間でした。

参加されたこまぐさの皆さんも笑顔いっぱいでしたよ。兄妹の事を思い出しては涙を流され、それを見てみんながもらい泣きするという場面があり、私も思わずもらい泣きをしてしまいました。そんな温かい会で、こまぐさの皆さんの若々しく元気な姿に私も良い刺激を頂きました。会の最後に、水分補給で脱水予防することの大切さや、嚥下のために必要な筋力保持のアドバイスなどを上手に伝えていた先輩看護師Aさん。今回の企画を一人でされて、私は当日に参加するだけでした。みんながAさんの魅力に引き込まれる、涙あり笑いありのアットホームな会となって、そして必要なことを少しだけ学んで帰ってもらい医療者としての役割も忘れずに…とても素晴らしいAさん！たちまち私はファンになりましたよ！

来る7月7日には「昆布場のりきる夏のストレッチ」ということで私が企画を任されていて、羅臼昆布や昆布場のことを色々と調べて勉強しているところです。こまぐさの皆さま、次回もどうぞよろしくお願ひします。

そして、任期が残り2ヶ月となりましたが羅臼の皆さま、最後までどうぞよろしくお願ひします。

