

まちのみなさんの **元気** を応援します!

# いわない健康だより

平成23年4月10日(日)・発行・枝元鍼灸療治院

第4号

道路もすっかり雪解けして、待ちに待った春本番です! 雪におしつぶされていた草地の中に、強い強いスイセンの緑色もぽつぽつ出はじめました。岩内山を見上げてみれば...山頂はまだ白々と...。朝夕の冷えこみでカゼなどひきませんように...

**おしうせ**  
・4/29(祝)... 休まず  
診療します。  
・5/3・4・5... お休みします。

4月の  
**ケンコー**  
3兄弟



食べ盛りです!  
いきおいで父の分の  
おかわりまでご飯食べ  
うっかり弟妹の分の  
おやつ食べしかられ...

3月12日(土)

「ふるさと」という歌は、大正3年(1914)に尋常小学唱歌の第6学年用で発表された曲です。作詞者は、長野出身の高野辰之という人ですが、歌の場所や山を特定する歌詞はなく、多くの日本人が、それぞれ自分の故郷や家族を思い、これまで歌い継がれてきました。

3月11日震災の翌日、大変なニュースが次々と報じられる中、この曲がラジオから聞こえてきました。昔も今も、日本は慈しみ深い人の国です。会って話せるみな、身内を案じるようにこの国を察しています。今後このふるさとが、よい方向へ向かっていくことを祈りつつ、今日できることをまた、やっていこうと思います。

あたたかい日  
は涙で  
宝さがし。  
ガラスの  
浮き玉を  
あつめよう。



「電柱」のちゅうは  
ちゅうがくせいの「中」  
だよね。おかあさん。  
...漢字をがんばって  
ます!

## 歩いてます!!

クルマの運転ができませんので、買い物など冬場はよく歩きました。ご近所から、当院に来られている、おばあちゃんNさんも、いつも元気に歩いていらしゃいます。先日、治療の帰り際「これからお出かけですか?」と聞くと、「ハイ、ラッキーまで...」「歩いてですか?!」...私も、まだまだ「がんばって歩こうと思います!」でも、春になって自転車に乗れると思うと、歩くのが急にタイガになってきた...。(R)

お酒と煙草を止めて半年が経とうとしていますが、すごく調子が良いですね。体に悪い事を止めるという健康法は、簡単でお金もかかりませんし、一番かもしれません。  
(体に良い事をするよりも)



はり・きゅう・小児はり  
**枝元 鍼灸療治院**  
岩内町 野東34  
☎0135-63-2077  
ホームページもごらん下さい!  
枝元鍼灸療治院 検索

