



さくら診報

令和5年3月1日発行 第229号

仕事も生活もこれがあれば、きつとうまくいくんじゃないかな
大事にしたいですね(^^)

【笑顔の心 10ヶ条】

1. 「ハイ」「すみません」と 素直に言える笑顔の心
2. 「あなたのお陰です」と 感謝のできる笑顔の心
3. 「ハイ、努力します」と 前向きに言える笑顔の心
4. 「お願いします」と 信じて言える笑顔の心
5. 「良かったですね」と 微笑み合える笑顔の心
6. 「会えてよかった」と 感動できる笑顔の心
7. 「一歩、一歩」と 励まし合える笑顔の心
8. 「頑張りましょう」と 明るく言える笑顔の心
9. 「心を込めて」と 謙虚に言える笑顔の心
10. 「有難うございます」と 常に言える笑顔の心



笑顔があれば、自分が変わる
笑顔があれば、他人が変わる
笑顔があれば、運命が変わる
笑う習慣を身につけましょう。
笑えば勝手に楽しいことが
向こうからやってくる！！



福田純子著 「笑顔の教科書」より



ミレニアム桜台 リハビリテーション科
作業療法士 古屋悟



ひなあられ

ひなあられは、ひな祭りにかかせない食べ物となっていますよね。

小さい頃は私もよく食べていました。何気なく食べていたひなあられですが、ひなあられの色には意味があるそうです。色は3色のものと、4色のものがあります。



3色→主に赤、白、緑があり、赤は生命のエネルギー、白は大地のエネルギー、緑は木々の自然生命のエネルギー。それらを3つ合わせ「自然のエネルギーによって女の子が健康に育ちますように」という願いが込められています。

4色→主に赤、緑、黄、白があり、それぞれ四季を表しています。赤は春、緑は夏、黄は秋、白は冬。春夏秋冬を4色で表すことにより「1年を通して女の子が健康に過ごせますように」という願いが込められています。



ひな祭りの時期にしか食べられないひなあられですが、ぜひ手に取り食べてみてはいかがでしょうか。

ミレニアム桜台介護職 本多美希

阿部クリニック令和5年3月外来予定表

日	曜日	午前	午後	日	曜日	午前	午後
1	水	中村 須藤	中村	16	木	須藤	飯島
2	木	須藤	飯島	17	金	中村 下川	中村
3	金	中村 下川	中村	18	土		
4	土	中村		19	日		
5	日			20	月	須藤	須藤 前田
6	月	中村 須藤	須藤 前田	21	火		
7	火	小島 高橋	中村	22	水	中村 須藤	中村
8	水	中村 須藤	中村	23	木	須藤	飯島
9	木	須藤	飯島	24	金	中村 下川	中村
10	金	中村 下川	中村	25	土		
11	土			26	日		
12	日			27	月	中村 須藤	須藤 前田
13	月	中村 須藤	須藤 前田	28	火	小島 高橋	中村
14	火	小島 高橋	中村	29	水	中村 須藤	中村
15	水	中村 須藤	中村	30	木	須藤	飯島
				31	金	中村 下川	中村

*整形外科 (月) 午後、(金) 午前

*漢方外来 (火) 午前

*胃内視鏡・超音波検査 (月・水) 午前

担当医は、学会等の都合により、代診・休診の場合がございます

*訪問診療ご相談ください

発行：医療法人財団秀行会

練馬区桜台2-1-13

広報委員会