

# 道草だより

兵庫医科大学保健管理センター  
職員相談室 2022 12月号



いよいよ一年の最後の月になりました。寒くなってまいりましたが皆様お変わりございませんか。12月22日は冬至ですが、冬至にはゆず湯にはいり、無病息災を祈ります。また、「ん」がつく食べ物を食べると、「運」がつくという言い伝えがあるそうです。「なんきん(かぼちゃ)」を食べるのが一般的ですが、「にんじん」「れんこん」「ぎんなん」「きんかん」「かんでん」「うどん」も、なんきんと共に「冬至の七草」と呼ばれる縁起ものだとのこと。寒い時期に体が温まりそうな食材ですね。皆様も温かくして、ご自愛くださいませ。

今年もありがとうございました。来年もどうぞよろしくお願い致します。



参考文献: 大切にしたい、にっぽんの暮らし。さとうひろみ サンクチュアリ出版

めがさめた



どうしたの？山

うす緑のようふくが  
ふるふる ゆれてるよ  
おおい山よ！なに  
ふるふるしてるの？



だってね くつくつく

雪どけみずが ちよろちよろしてさ

りすは もこもこするしさ

かえるは ごそごそ のねずみ かさこそ

みんな めがさめて あちこち うろちよろ

くつくつく くすぐったくてなあ

ひや もうたまらん！

あ—— っはっはっはっは

山がわらって 春が来た

あ・い・た・く・て 工藤直子

大日本図書



雪どけ水、りす、かえる、のねずみは、それぞれ自由にのびのびしていますが、山は懐深く受け止め包んでくれているような感じでしょうか。自然と顔がほころんできて、心がほっとしてくるようです。ずっとコロナ禍で何年も大変な思いをしましたが、少しずつ普通の生活に戻れるといいですね。

悩んだり困ったりしたときには、ぜひ職員相談室を利用してください。来年こそはパンデミックも終息し、良い年となりますことを心より祈っています。

TEL/FAX: 0798-45-6121 (内線6121) IP(86601)

メールアドレス: shoku-so@hyo-med.ac.jp

相談員 原田 久仁美

