

早いものでいよいよ師走になりました。今年も恒例の当院スタッフによるイルミネーションが点灯します☆夜は本当に綺麗ですよ。  
年末の楽しいイベントに向けて体調管理『食事と睡眠』は本当に大切です。  
インフルエンザワクチンも年内接種をお勧めします。 院長 池澤 滋

感染症情報 10/24~11/20	前回	今回
アデノウイルス	12	3
溶連菌感染症	2	1
感染性胃腸炎	50	27
水痘(水ぼうそう)	1	0
手足口病	39	28
RSウイルス	12	14
突発性発疹	21	18
りんご病	0	1
ヘルパンギーナ	20	15
サルモネラ	0	1
ヒトメタニューモ	1	6
カンピロバクター	0	1
おたふく風邪	0	0



「泣く子 逃げる子 詰めろ子」

毎年恒例のインフルエンザワクチン。みんな違ってみんな良い(´▽`)でも最後はみんなハッピーです。

4コマまんが 作・絵 ちえこ&きみこ



住所：合志市野々島 2461  
(ユーパレス弁天 北側)  
TEL：096-242-6633  
診療時間：9：00～/14：00～18：00  
休診日：木曜・土曜午後・日曜祝

## そぼろ弁当とロールキャベツ

近頃、早起きの私たち夫婦は、すっかり夜が弱くなり22時には寝てしまう。  
つい先日のこと、久留米に住む娘から23時に着信があったことも気がつかないほど熟睡していて、5時に起床し「何かあったのか?」と慌てた。  
しかし娘は7時過ぎにしか起きない(ハズ)それでも心配で今か今かと時計を確認し、7時ジャストで電話を試みた。やはり寝起きの娘の声は弱々しく、昨日は2つの悲しい出来事を聞いて欲しかったよう・・・。  
1つはお友達とのこと、2つめは、作ったばかりのそぼろ弁当を、ナント床にひっくり返してしまったとのこと！  
散らばったお弁当を片付けるのも時間がかかっただろう。米粒が散らばって泣きたくなっただろう。しかもそぼろ弁当だから散らばりやすい、シャケ弁ならまだマシだっただろう。使い捨てのプラスチック容器がそもそもグニャグニャだから、持ち方次第でこぼれ落ちる可能性大！  
「お弁当がひっくり返った」それだけ聞くと笑い飛ばしたいが、今は卒業試験直前！そこに友人関係のモヤモヤも加わった精神状態の中でこの事件は、娘にはかなり悲しい出来事だったようだ。卒業がかかった大事な試験前なのに、買ってばかりじゃなく自分で作ろうと努力した。勉強に充てる時間を料理に充てた。娘の1番大好きな「そぼろ」だった。さまざまな理由があるのだろう。そんな娘に「頑張れ～」と電話の最後に声をかけたがやはり何か足りない。どうすれば元気づけられるだろう。  
休日の朝、もう5年も作ったことがないが、娘が好きそうなひき肉料理・ロールキャベツを作ることにした。キャベツを茹でて冷まして肉だねを作る。

ロールキャベツなんて手の込んだ料理、忙しいムリムリ！と避けてきたが…そんなこともないじゃん！私キャベツ巻くの、上手くないか!?へっ、ひき肉389円キャベツ150円で8個も出来たんだけど!!そんな独り言を心の中で叫びながらカボチャのスープ&ロールキャベツ&これまた彼女の大好物・牛ごぼうを持って娘の元に走った。



「え?こんなに作ってくれたの!?!」  
娘は嬉しさで泣きそうに見えた。  
「キッチンマット洗ったと?」「うん・・・」  
「落としたお弁当はさすがに食べれんよね」「うん(;:;)」  
さっそくタッパーの牛ごぼうをつまみ食いする娘。  
「うまーい!」パツと笑顔になった。  
洗濯してお掃除して、アパートを出る私に娘が小さくつぶやく。「お母さん、ありがとう」  
娘のありがとうの中にはたくさんの想いがきつとある。この数日の出来事が好物の手料理で報われるならこの先の人生の悲しい出来事が手料理で報われるなら「忙しい」を言い訳にしないで手の込んだものなんて作れない、なんて言わないで何度でも私は腕を奮ってみせようじゃないか!だって一度きりの人生一度きりのお母さんなのだから・・・。  
お母さんにしてくれてありがとう、神様。



文責：池澤 千恵子

今年も通信を読んで頂きありがとうございます。

merry Xmas & happy new year 素敵な新年をお迎え下さい!