

田辺眼科通信 1号

生姜三昧

日に日に秋が深まっていますね。朝晩などは肌寒
いと感じるほどです。季節の変わり目は体調を崩
しやすいですので温かくしてお過ごしくださいま
せ☆

体を温めるといえば・・・生姜！
生姜を食べて体の中から温めて元気になろう！
ということで先日スタッフ数人とその名も
"JINGER"という、生姜料理を多くいただけるお
店に行ってきました。

- ♪生姜のカルボナーラ
- ♪生姜ドレッシングのサラダ
- ♪ジンジャーエール
- ♪豚の生姜焼き

等、生姜三昧でしたが、とても美味しかったです！

その後、自宅では生姜紅茶をミルクティーにした
りお味噌汁にすりおろし生姜を入れたりして工夫
しています。お勧めの調理法があれば教えて下さ
い！生姜パワーで元気に過ごしたいです^-^-b

HAPPY HALLOWEEN !!

最近ようやく秋らしくなってきましたね。

今、日本には2つの台風が接近していますが・・・
台風には名前がついているのはご存知です
か！？

ちなみに今接近している27号は FRANCISCO
フランシスコ、28号には LEKIMA レキマーと
名付けられています。

あらかじめ140個の名前が決められていて、発
生順にその決められた名前になっていくのです。
由来はアメリカの気象担当者が台風恋人の名
前をつけるというジョークから始まったそう
ですよ^^

さて、10月のイベントといえば「ハロウィーン」
です！！当院でも先日ハロウィーンの飾りつけ
をしました♪



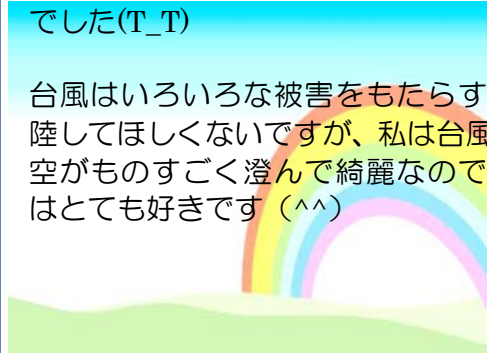
虹

夜中、台風の通過で風の音がもの凄く、全く眠れ
ませんでした(*_*)みなさんもそうでしたでしょ
うか。

でも！今日の朝7時頃、とても大きな虹が現れま
した！！見た方いますか？おまけに副虹という
二重の虹でした\(@o@)/！

二重の虹が現れる理由を調べてみたら難し
かったのでこちらには書けませんが(-_-);、主虹とい
われるはっきり見える虹は赤が一番外側で紫が内
側という構造で、副虹は逆に赤が内側、紫が外側
となるそうです。全然そこまでは気が付きませ
んでした(T_T)

台風はいろいろな被害をもたらすので日本に上
陸してほしくないですが、私は台風の去った後の
空がものすごく澄んで綺麗なため唯一それだけ
はとても好きです(^^)



神無月です(@^~@)

早いものでもう10月になりましたね。
※このブログ投稿時は10月でした。

書店などでは、来年のカレンダーや手帳などが店
頭に並ぶ季節となりました。去年の同じ時期のこ
のブログにも、同じ話題を書かせていただいたこ
とを思うと、月日の早さを感じます。

当クリニックもスタッフが手分けをして来年の
カレンダーにスケジュールを書き込んだりとい
った作業をしています。

さて、私は来年のカレンダーやスケジュール帳を
選ぶのがこの時季の大きな楽しみなのですが、今
年は超有名な、ロングセラー手帳を買いまし
た・・・が、あまりに大きすぎて、持ち歩きに不
便でした(; ;)

来年はその反省を生かしつつ、素敵なこの一冊に
出会いたいと思います！皆さまも、今年ラストス
パート、良い毎日を過ごせますように♪