

# 田辺眼科通信 10号

## メガネのお手入れ

今や多くの方がお使いのメガネですが、皆様メガネのお手入れってされていますでしょうか？

メガネのお手入れ方法をご紹介しますね☆  
メガネは水で洗えるんです！

- ①まずは水で表面のホコリを洗い流す
- ②中性洗剤を数滴たらして、指で優しくこすり洗います
- ③水で洗剤を洗い流し、軽く水気をきる
- ④柔らかい布やティッシュで水気を拭き取る
- ⑤仕上げにメガネクロスで拭きあげる

簡単なお手入れですが、スッキリとして気持ちがいいですよ(\*^\_^\*) 2015年を気持ち良い一年にするために、ぜひやってみてください！

## ☆年間目標☆

当院では毎年スタッフ全員、年間目標を立てています。年間目標を立てることで、目標のためにやるべきことが分かり思い描いていた理想が現実近づきやすくなります。

ただ、「頑張る！」とあいまいな目標ではなく、  
・いつまでに  
・どうやって  
など目標を明確にする事が達成のためには大切です。

そして立てた目標を他の人に話すことで、より一層目標を意識できるようになりとても効果的があるそうです。

私たちスタッフも、年間目標発表会があり、スタッフ皆の前でひとりづつ発表しています。今からドキドキです(><)笑

皆様も新年、最高の1年になるよう目標をたててみてはいかがでしょうか？(^\_^)

そして、ぜひご来院された際にスタッフに目標をお聞かせ下さい♪

## \*謹賀新年\*

今年の干支は「未」ですね。

未は羊であり、十二支のなかでも牛や馬と並び人間と付き合いが長い動物です。

干支の由来は、未は字義が「味」であり、草木の果実がいよいよ熟し、ちょうど滋養溢れた状態になることを指しており、後に羊の字が当てられました。

羊はめでたい善良な動物とされています。同じ行動をとって大勢で暮らすことから、家族の安泰を示し、いつまでも平和に暮らすことを意味しています。

田辺眼科クリニックでは、幸せ祈願にスタッフ一同で熱田神宮を参拝しました。今年で熱田神宮への参拝も三回目となりました。

皆様にとって幸せで心安らぐ一年となりますように(\*^\_^\*)\*\*



当院HPでは、患者様のお役に立つ情報を更新中です！ぜひご覧下さい。

田辺眼科

検索