

## 先輩とランチ♡

先日、診療後に先輩スタッフの方とランチに行ってきました(\*^\*)v ちなみに場所は栄の HARBS です！とても人気のお店なので、ランチを食べれたのはなんと・・・16時でした(笑)

しかし、オムライス、ケーキとても美味しく大満足です。美味しいケーキたくさんあるので、ぜひ皆さんも行ってみてくださいね♪

そして当院にはスタッフ同士の親交を深めるために、スタッフ2人でお昼ご飯を食べに行こう！！という取組み、バディ制度というものを行っています(\*^\*)♡

中々スタッフ二人でお話をゆっくりする時間がないので、とても貴重な時間であり、とても楽しい時間です！！

普段お話できないプライベートなことまでお話ができるので、お互いをより知ることができ、スタッフの仲が深まります☆そして今まで以上にスタッフのことが大好きだー♡ってなります(\*´▽`\*)！！

## ☆季節性アレルギー結膜炎のお話☆

季節性アレルギー結膜炎は花粉(アレルゲン)が原因でおこる目のアレルギーのことをいいます。

花粉が目の粘膜に接触することでアレルギー症状が現れ、毎年、花粉が舞う季節に繰り返し起こります。

### ☆花粉の拡散

原因となる植物は約60種類あり、風によって花粉が運ばれるという共通点があります。日本は南北に細長い為、同じ植物であっても北と南の地方では飛散時期が異なることもあります。

### ☆代表的な原因植物

原因植物は大きく樹木と草花に分けられます。最も多いのがスギであり、南では2月上旬から、気温の上昇に伴って北上していき、4月中旬まで続きます。

季節性アレルギー結膜炎はたくさんの症状が出て本当につらいですよね(´\_ゝ´)！！ご来院頂く事で、少しでもつらい症状から解放されるきっかけにつながればと思います(\*^\*)

## 〇〇の秋 ☆≡

秋と言えば、食欲の秋、スポーツの秋、読書の秋・・・

たくさん秋がありますが皆様は何の秋を思いつきますか？(^\_~)

わたしはやはり食欲の秋です！

皆様も栗やぶどうやサンマなど、秋の美味しい食べ物をたくさん食べて、元気に過ごしましょう(^u^)

さて、いきなりですが田辺眼科クリニック、やぐま眼科クリニックでは先生やスタッフの誕生日には全員でお祝いを行います。

私自身も今月が誕生日でして、先生からお花のプレゼントと、スタッフ全員からの暖かいメッセージを頂きました(\*\_~\*)♡♥ありがとうございます♡

皆さんからお祝をして頂き、改めて、田辺眼科クリニックで働くことができ幸せだなあと感じました♪

## 水族館と空

先日、台風の後、紫色の空になった時、思わず見とれてしまい、数分経過していました。

私は天気の良い日は、水族館へ行き、ゆったりとイルカを見て、イルカのショーが行われるプールで空をぼーっと眺めることが大好きです。



私は天気の良い日は、水族館へ行き、ゆったりとイルカを見て、イルカのショーが行われるプールで空をぼーっと眺めることが大好きです。

私は癒される場所を持っています。日々の生活に流されている毎日。でもたった一度きりの人生、もっと自分を癒してあげることも大切だな～と感じる今日この頃です。