

早  
終  
息  
祈  
願

# ミンツだより

北本スクエアダンスクラブ Mints  
総務部  
第124号 2020年9月30日(水)発行

あれよあれよという間にもう衣替えの時期となりました。とはいえ天気も不安定だったり気温も上下差が激しいので、コロナとは別に体調を崩してしまいそうで心配ですが、各自しっかり食事と運動に気を抜かず、いつも通り健康で過ごしましょう。もう少ししたら秋の花や紅葉が見頃を迎えます。こんな時だからこそ外でお散歩もいいですね！



## \*みんなのWithコロナ\* 【医療従事者編】

皆さまお久しぶりです。和田佑未子です。  
会えなくなって随分経ってしまいましたが、お元気にされていますか？

世間は自粛緩和の動きになってきましたが、勤務先の病院はまだまだ感染対策に厳しく、私もマスク+フェイスシールド(+普段かけている眼鏡)というほぼ顔を隠した状態で仕事をしています。実際にコロナウイルスに感染した患者さんを受け入れている病院ではありませんが、私の言語聴覚士という職業は、発声練習や言語訓練、食べ方の練習・リハビリを行うため、感染経路となる口を扱うことが多くとても気を遣います。。。

毎年でしたら、そろそろハロウィーンの仮装を何にしようか考えている楽しい時期だったので、ミンツの皆さんとスクエアダンスができないことがとても寂しいです。  
早く安心して皆で集まり、楽しくダンスができる日が来てほしいなと思っています。(その前にPlusを思い出さない...！)

これから寒くなり、感染拡大が心配されていますがこのまま収束に向かうことを願っています。  
私も一医療者として今しばらくこの危機に立ち向かっていこうと思います。  
お互い健康に気をつけて頑張りましょう！

追伸:勤務先の川越市で自宅で行える体操ビデオを配信しています。  
以下のURLもしくは「いもっこ体操 YouTube」でネット検索して頂くと、「6.口腔体操」の動画で私が登場しているので良かったら見て下さい&普段の健康維持の体操に使って下さい^^  
<https://youtu.be/8AukEPKgBBQ>

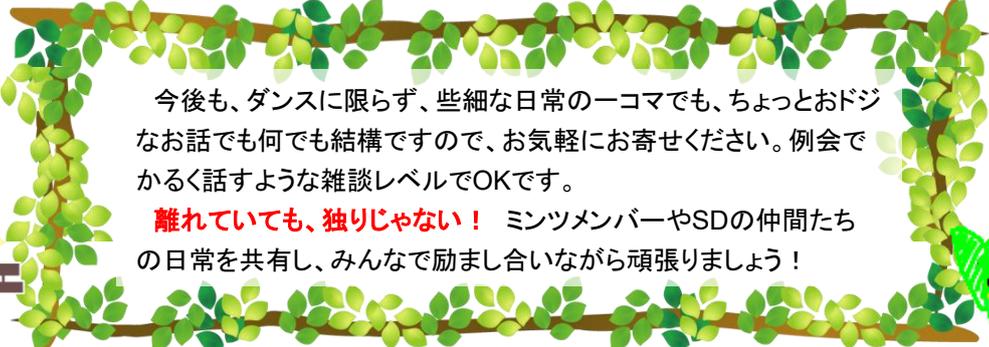
【和田佑未子さんより】

お久しぶりです、和田直樹です。 【和田直樹さんより】  
自粛期間の近況報告をさせていただきます。

仕事面では感染対策の強化をしていますが、身近に陽性者はおらず、予想よりも大きな変化なく仕事が出来ています。  
プライベートでは旅行や飲み会がなくなったため物足りない日々が続いていますが、小遣いを貯めることが出来たので新しい自転車を買え、運動不足解消に励みたいと思っています。

大学院は博士課程2年目となり、副論文のための論文執筆が上半期の中心でした。何とか形になり来年2月の理学療法科学という論文雑誌に掲載することが決まりました。博士課程での研究に関してはコロナの影響で進められなかったですが、感染対策を十分に行いながら進めていけることとなりプレ計測を実施しています。  
9月末から若年者の本計測を開始します。高齢者の研究協力者募集も本格的に始めたいと思っています。

ご無沙汰しております。北澤母です。 【北澤ひろみさんより】  
今年の1月下旬より嫌～な予感しつつ世界ニュース及び国内ニュースを見ていましたがまさかこんな日常になるとはね～世の中がテンヤワンヤしていた春から初夏にかけては院内のコロナ感染予防の為の対策に毎日残業残業、お給料明細見てビックリΣ(∩)お盆が過ぎた頃から当院でもコロナの検査やりました～となり、検査技師の私は医者と一緒に疑わしき患者の鼻をグリグリ、時には唾液を出してもらう為に出るまでじっと待つ!!文句も言わず防護服を来てフェイスシールドして時にはN95マスクの方を装着(´^`)と脱いだ時は汗だくです(笑)でも一向に痩せる事なくコロナ太りまっくら!!新調したコスチューム入らないかも～(>\_<)これから冬に向けてインフルエンザもあります。予防注射も然り手指衛生をしっかり行って下さいね^^



今後も、ダンスに限らず、些細な日常の一コマでも、ちょっとおどじなお話でも何でも結構ですので、お気軽にお寄せください。例会でかるく話すような雑談レベルでOKです。  
**離れていても、独りじゃない!** ミンツメンバーやSDの仲間たちの日常を共有し、みんなで励まし合いながら頑張りましょう!

ミンツのHPは <https://ミンツ.club/> です。「ミンツ」は全角・カタカナです。

