



# Merry Christmas



街がきらめく季節がやってきました！まつむら第二歯科・松村歯科長岡診療所にもクリスマスの飾りが設置され、秋の飾りとはがらりと違う雰囲気に包まれています。診療室、待合室の中だけではなく、外にもイルミネーションが設置されています。17 時には陽が落ちて暗くなる今の時節に、少しでも灯りがあるとなんだか気分も明るくなるような気がしませんか♪待合室での待ち時間に、診療室でのちょっとした時間に、新しくなった飾りを楽しんでいただけたら嬉しいです。



冬至

今年の冬至は 12 月 22 日。1 年で日照時間が最も短くなる日です。夏至と比べると、北海道の根室で約 6 時間半、東京で約 4 時間 40 分もの差があるそうです。冬至が 1 年で最も日が短いということは、翌日からは日が長くなっていくということです。つまり、冬至を境に太陽の力が強くなっていき、それに伴って運気が上昇していくと考えられています。冬至にはにんじん、れんこん、だいこん、うどんなど、「ん」のつくものを食べると『運』が呼び込めるとも言われています。縁起かつぎだけでなく、栄養をつけて寒い冬を乗り切る意味も込められています。

また、冬至にはゆず湯に入る習慣があります。ゆずは、『融通がきく』、冬至は『湯治』という語呂合わせから、お湯に入って融通よく行きましょうというしゃれの意味合いや、ゆずの強い香りから邪気を払う、邪気がおこらないようにする厄払いの意味合いもあるようです。また、ゆずは実るまでに長い年月がかかるため、長年の苦労が実りますようにとの願いも込められています。何より、ゆず湯につかると、体の芯まで温まるような感じがしますよね。

体を芯から温めて、風邪等をひかないで元気に冬を過ごしましょう。



# 保育室開設からまもなく1年になります♪

## そして、2022年も大変お世話になりました☆

たくさんの方にご利用いただいている、まつむら第二歯科の保育室『すくのびわくっとルーム』♪今年の12月25日で開所から無事に1年を迎えることができました。

はじめは私たち保育士もどのようにお預かりしたらお家の方にとってもお子さまにとっても利用しやすいか、試行錯誤しながらの開所でしたが、お家の方のご理解、ご協力と、お子さまの「保育室で遊びたい！」というキラキラした眼差しに助けられ、1年を過ごすことができました。ありがとうございました。

広くて明るくい室内に、「きれい！」「ひろい！」「住めそう！」と毎回ありがたいお言葉もいただき、作ったのは私たち保育士ではありませんが、鼻が高くなつた気分であります。

“なんのお部屋だろう…？”と気になってのぞき込むお子さまや、「前から見てみたかったんです！」と扉が開いているタイミングで保育士に声をかけてくださる患者様もたくさんいらっしゃいます。もちろん、キッズルームも引き続きご利用いただけますので、滑り台で遊びたい気分の日はキッズルームで、保育室のおもちゃで遊びたい日は保育室でなど、その日の気分に合わせて利用される方もいらっしゃいます。

また、毎月のせいさくあそびもご用意しておりますので、「製作だけでもしたい！」という方もお気軽にお声がけください♪



そして今年も残すところあと1か月となりました。あっという間だったでしょうか？長~い1年だったでしょうか？今年もたくさんのお子様と保護者の皆様とかかわらせていただき、誠に感謝しております。

Withコロナの時代になり、感染対策を行ないながら、少しずつ以前のような生活を取り戻しつつあるように感じます。私たちまつむら第二歯科の保育においても、引き続き消毒、換気等の感染対策を徹底し、お子さまの安全を守りながら安心してご利用いただけるよう努めてまいります。

来年もたくさんのお子さまに会えることを楽しみに、また、子育てや歯のことについてのご相談など、お家の方のお力に少しでもなれることを祈っております。

**来年もよろしくお願ひいたします**