

みなさん、こんにちは！
MYKENPO用に保健師コラムが始まります。
タイトルもまだ決まっていませんが、
SGの保健師さんが、つれづれ好きなことを
綴っていきますので、よろしくお願いします。

みなさん、忙しくて、担当が決まらないため、
トップバッターは急遽、一番古い（ヒマそう
な？）私が書くことに、急遽なっていました
（汗）

「和顔愛語」という言葉をご存じですか？「わけんあいご」と読みます。
もともとは、お経にあるフレーズ（言葉？）なのだそうです。

人に与えられる良きことのひとつです。

和顔・・・笑顔で
愛語・・・愛ある優しい言葉を話す

時間やお金をかけなくても、赤ちゃんでもお年寄りでも、
他人に差し上げることが出来る施しのひとつです。
毎日の暮らしのなかで、腹がたつ日、傷つく日、めげそうに
なる日もありますが、世の中は良いこと、ありがたいこと、
嬉しいことが実はたくさん溢れています。
それに気付けると、すこしむくれていた顔も、ほら！笑顔に
なり、ちょっとだけ優しい言葉が口からこぼれます。
ちいさなことですが、大切にしたいマイルールです。

(T.S)



和顔
愛語