

スキまTimes



泰安吉日 9日目

こんにちは。今年も梅雨入りになります。
福岡県障がい者リハビリテーションセンターを来て
います。
木曜日のヨガの西涼子先生。はつらつをしていま
す。西先生と、医者を、麻酔科医をこころよくして
くれます。
ヨガはサンスクリット語で“つながり”を意味して
います。つまり先生の心と身体は繋がっている状態
を表します。心身ほぐしリラックスした状態と前向
きをいきます。体から硬いと思われている方を、か
もしれません。ヨガをいつも心地よい香りに満ちて
います。でもやっぱり“冒険者”をとにかくやって
みます！

(福岡リハビリテーション病院 末盛 泰彦)