

これがあるからがんばれる！ 私のオフタイム

OFF TIME

今月の趣味の達人

医療法人仁泉会川崎こころ病院
船橋宣寿さん
(23歳・精神科看護師歴3年)

チューバ演奏

🍀 始めたきっかけは？

小学4年の時、主治医からのすすめで吹奏楽を始めました。以来、音楽の楽しさに引き込まれ、ずっと続けています。看護師として働き始めて1年経ってから地元・仙台市内の楽団（所属人数は65名程度）に所属して、チューバを演奏しています。

🍀 活動内容・実績は？

仕事と折り合いをつけながら、週に1

回の練習に参加しています。主な活動としては、年1回の定期演奏会や依頼された先での演奏を行うほか、夏から秋にかけては全日本吹奏楽コンクールに団体出場しています。吹奏楽を初めて13年になりますが、昨年、念願だった全国大会へ初めて出場することができ、とてもうれしかったです。シフト勤務との両立が難しく続けることを悩んだ時期もありましたが、上司や団員の温かい理解と協力があって大好きな演奏活動を続けることができています。

🍀 醍醐味は？

チューバ演奏という好きなことに没頭できる時間を持てることで、オンとオフをはっきりと分けることができ、と



てもいい気分転換になっています。楽団員は10代から60代まで、年齢も職業も幅広い方々で構成されているので、いろいろな人と出会える楽しみもあります。また、コンクールに積極的に出場するような「上をめざす」雰囲気も心地よく、心のハリにつながっています。音楽を始めてから体調もとてもよく、元気に過ごしています。

🍀 仕事への影響は？

仕事がハードな時期も「あと〇日で演奏できる！」と思うとがんばれます。

🍀 あなたにとってチューバ演奏とは？

熱中できる生活の一部であり、一生楽しんでいきたい趣味です。

あなたの自慢の趣味を大募集！

このコーナーにご登場いただける「趣味自慢」の方を募集しています。所属、お名前、年齢、連絡先、趣味の内容をできるだけ具体的にご記入のうえ、nursingstar@m-s-com.com まで投稿お待ちしております。

上質な暮らしは、上質な眠りから

東洋羽毛マンスリーレター



世界初「アール・ブリュット」と「羽毛ふとん」の コラボレーション企画がスタート！

日精看と共に、アール・ブリュットの支援活動を行っている東洋羽毛は、今年も広島大会でのアール・ブリュット展の開催に協力をさせていただきます。また、アール・ブリュットの魅力をより多くの方に伝える商品として、昨年の全国大会で展示して話題になったアール・ブリュット作品をプリントした羽毛ふとんの開発を計画中！ 世界初の「アール・ブリュット」と「羽毛ふとん」のコラボレーションが生まれようとしています。このプロジェクトの進展については、随時、このコーナーでご報告していきます。



昨年の全国大会アール・ブリュット展の様子