

# ぶどう通信

第 306 号

令和 8 年 6 月 1 日

5月といえば新緑の季節。暑さもまだ本格的ではなく、とても気持ちいい時期です…と書くことはもうないのででしょうか。まあ、これが当たり前の5月になっていくことでしょう。

さて、先月は学会が長野であったので久々に松本に行きました。新宿からだど、特急「あずさ」で一本。便利です。会場も駅近くというところで、駅そばの「スーパーホテル」というところに宿泊しました。実は以前から「睡眠を大事にするホテル」ということは聞いていたので、どこかでチャンスがあれば泊まりたいと思っていったホテルでした。

チェックインしたのは夜の9時過ぎ。少し部屋飲みをして、その後大浴場で入浴。そしてついに睡眠。枕なども選べたのですが、そこまでのこだわりはないので部屋に置いてある枕で睡眠。

翌朝、まだ真つ暗な中で目が覚め、「早く起きちゃったなあ」と思って時計を見ると8時半。会場に9時集合だというのに！さすがスーパーホテル、外の明かりが一切漏れてこないのです。私は太陽光で起きる方なので、完全に感覚がずれてしまいました。

会場が近かったおかげで遅刻せずすみましたが、美味しい朝食というものを目にすることなくチェックアウトになってしまいました。とい



うことで、個人的には少し残念でしたが、ホスピタリティーも含めてオススメです。ちなみに、早朝に松本城までジョギングしようと思って持って行ったランニンググッズは完全なるお荷物になりました。

## ビデオ講義

先月のゴールデンウィーク中に看護師さん向けセミナーの動画を制作しました。3時間分。ここ最近は何年作っています。

コロナ前は、西新宿の会場で3時間のセミナーを年に3回開催していました。コロナ中はオンラインセミナーになり、数年前からビデオにして流す方式になりました。ですから、毎年、合計9時間会場でお話しして