

栄養課



9月14・15日の2日間で敬老会メニューを提供しました。皆様に喜んでいただけるよう、味付けはもちろん、盛り付けも工夫して仕上げました。「おいしかったよ！」などのお言葉をかけていただき、スタッフ一同エネルギーをいただきました。



★ 高齢者にも食べやすいおやつ 白あん入り抹茶ゼリー



- ◎ 作りかた
- ① A の材料に火を通して混ぜる。火を止めた後で抹茶を入れ混ぜ、容器に移し冷やして固める。
 - ② B を火を通してよく練る。
 - ③ よく冷えた①に②とCをトッピングして出来上がり！

A
混ぜる

B
ねる（手作りあんこ）
C
トッピング

材料（1人分）	
白あん25g	水35ml
上白糖4g	塩0.1g
ソフティア（ゼリーの素）0.45g	
抹茶0.1g	
小豆3g	
上白糖3g	塩0.1g
生クリームホイップ3g	
くり甘露煮0.1g	

里見医院外来より 平成28年度インフルエンザ予防接種のお知らせ

10月より、本年度のインフルエンザ予防接種の予約受け付けを開始いたします。

接種は予約制とさせていただきます。
お電話（TEL 0979-24-1251）にて前日までにご予約をお願いいたします

※ 中津市在住で65歳以上の方は助成が受けられます。
期間：平成28年10月1日～平成29年1月7日
市外・県外の方は各自治体の方針に準じます。



インフルエンザにかかると、37.6℃以上の発熱、それにともなう悪寒戦りつ、咳、嘔吐、下痢など全身の症状が強く、併せてのどの痛みなどの症状も見られます。抵抗力の弱い高齢者がかかると、肺炎や気管支炎等を併発して重症化する場合や、時によっては死に至ることもある大変危険な病気です。インフルエンザの感染予防や感染時の重症化を防ぐため、予防接種を受けましょう。



発行元 医療法人英然会

広報委員会 中津市中央町1-8-36

英然会だより

51号
平成28年10月発行



心のサプリメント『アイウエオ』

《ア》アは愛、愛はアイコンタクトから。出会いは見つめ合いから始まります。目は心の窓であり、目には心の動きが表われて、目は口ほどにものを言います。また、目は心の鏡ともいわれ、心のありよう、喜怒哀楽、正邪を映し出します。心のありようで、目つきが変わり、人相を作っていくのです。

見つめ合うことで、心のありようを瞳に映しあい、人情を感知し合います。愛想よく愛の情を交わせる性は相性がよいでしょう。愛が始まります。

目が合わない、目を合わさなければ、ただ素通りするだけの人です。出会いはなく、人情の交換もなく、愛も芽生えません。相手の目を見て、お話をし、できれば握手か手で触れ合いましょう。遠い時には手を振り合いましょう。アイコンタクトと愛タッチは心のサプリメントです。笑顔をプラスすると効果倍増です。

医療法人 英然会 理事長 里見隆彦