



9月17日敬老の日に、奥塚市長が中津市最高齢107歳の廣安美代子様のお祝いに来て下さいました。廣安様は若い頃の話をお話しされていました。普段は他の患者さんとオセロやトランプをしては喜んだり、くやしがつたり、和気あいあいと過ごされています。日本一の長寿を目指して頑張ってくださいね。



秋に向けてコスモスの花を作りました。花は折り紙、茎にはワイヤーを使い貼り付けました。絵と違い、飛び出しているため、角度により違って見えます。患者さんと共に創作をする事で、室内でも季節の移ろいを感じて頂けるのではないかと思います。

栄養課



9月12日・13日に敬老会メニューを提供しました。赤飯やちらし寿司、カツとじ、筑前煮と人気メニューを取り入れました。皆さんから喜びの声を聞くことができ、厨房スタッフ一同、達成感を味わえ2日間を無事終わることができました。



里見医院外来

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。（市外・県外の方は各自治体の方針に準じます。）
期間：平成30年10月1日～平成31年1月12日

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。



ヘルプステーション里見 ゆ

利用者のニーズに合わせて身体介護、生活介護の中から調整してサービスを決めさせていただきます。詳しくはご相談ください。



発行元 医療法人英然会

広報委員会 中津市中央町1-8-36

<http://www.eizenkai.jp/>



心のサプリメント『カキケケコ』

《ケ》ケは健、健全、健康。健康は生活習慣から。生活習慣は毎日の食事、運動（労働）、睡眠の日常生活リズムの規則的な継続です。食事は労働なしには得られません。農耕、狩猟、漁猟など直接、間接の労働によって食物を手に入れます。夜明けとともに目覚め日中働いて、食事の後は休息と夜間の睡眠による充電が欠かせません。人は社会的存在であると同時に精神的存在でもあります。人は一人では生存も存続もあり得ません。人は他人との交流によって家族、集団、組織、社会、国家をつくります。他者との交流による言葉（読書も）の交換によって自己の精神は培われ、よく学びよく遊び働く中で肉体と精神と社会性が育まれます。交流の循環に停滞や過剰や過少の偏りが生じると疾病を生みます。それは肉体的・精神的・社会的、さらには経済的にも、それぞれの様相の症状をもたらします。摂取、消化、吸収、排泄に滞りや偏りのない循環サイクルは健康のバロメーターです。体内に刻まれた生命リズムの自覚と生活リズムの符合の意識は心のサプリメントです。摂取する物と情報の量と質を選び、滞りと偏りのない生活習慣リズムを継続し健康を志向しましょう。