



210号室入居中の永沼幸子さんです。米寿のお祝いをいただき喜ばれています。入居されて1年半になりますがとても器用でいつも色々と作品を仕上げています。

栄養課



9月11日（水）・12日（木）の2日間で敬老の日のメニューを提供しました。きのこや梨、いちじく、かぼすなど秋の食材をふんだんに取り入れたメニューを考えました。お味はいかがでしたか？手作りのカードも心を込めて作りました。

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：令和元年10月1日～令和元年1月11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。

ヘルパーステーション里見 り

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/>

英然会だより

63号

令和元年10月発行



医療法人 英然会

里見医院



心のサプリメント『サシスセソ』

《ス》スは水、水分、水蒸気。水と空気と大地のないところには生物は存在しない。大気に含まれる水蒸気は太陽によって熱せられ上昇し雲となって雨を降らす。雨は大地に落ちて川となり海にそそぐ。地球も海に水をたたえ、極地では氷山となって水を蓄えている。動物は概ね60%の水分が体液として保持されている。生物は水なしでは一日も生きていけず、生命と水は不可分一体といえる。地球自体も微生物から動植物まで内包共生し、大地と大海から大気へと循環し呼吸する生命体としてとらえられる。大地と大気の汚染は川も汚染し大海の汚染となって生命環境に危機的状況をもたらす。人は60兆の細胞からなり、それぞれ細胞内外に体液、血液が循環し排泄、呼吸している。食物の汚染は人体体液、血液汚染につながって疾病をもたらす。一服のお茶、一杯の水は心のサプリメントです。水を入れて一息つけば心身ともにリフレッシュするでしょう。大地と大海と大気の大循環、生物個体の体液（水）と呼吸（空気）の小循環は生命現象の大法則です。

医療法人 英然会 理事長 里見隆彦