

老年病センター便り

2022年 12月号

11月に入り、当院でも入院患者様をはじめ、外来患者様、スタッフへのインフルエンザ予防接種を開始いたしました。感染予防に努め、この冬も元気に過ごしましょう。



ご面会に関しては、当院ホームページのお知らせをご参照ください。



栄養クラブ

☆冬至をむかえます☆

12月22日に冬至をむかえます。

日本では昔から冬至にかぼちゃを食べ、ゆず湯に入ると健康に良いといわれています。

「かぼちゃ」には**カロテン**や**ビタミンE**など豊富に含まれているので、血液循環がよくなり、冷えや肩こいなどに効果的です。

また、「ゆず湯」もゆずの**ビタミンC**や香味成分**リモネン**の香りでリラックスしながら美肌効果も期待できます。

作業療法科ニュース

身体の状態により、現在治療病棟で過ごしている男性患者様。以前、療養病棟では手工芸がとてもお得意でした。体調が回復し、車椅子に乗車出来るようになり、熱心に作品作りに取り組んでいます！テイルームに掲示していますので是非ご覧ください！



2022年師走のご挨拶となりました。今後も皆様楽しいお知らせが出来ますよう、毎日を有意義に過ごしていきたいと思っております。来年もどうぞ宜しくお願い申し上げます。