



新年のご挨拶

新年明けましておめでとうございませう。ピースの新聞も8年目となりました。今回はスタッフの紹介をさせていただきます。新メンバーに帯包さんを迎え、ますます元気に頑張っております。医療・介護の相談や援助・支援をこれからもサポートさせていただきます。今年もよろしくお祈り致します。

今後この地域の医療に少しでも貢献できるように頑張っていきます。



今月の一言

その身正しければ、  
令せずして行わる。  
その身正しからざれば、  
令すといえども従わず。

行いが立派な者には、誰もが思わず従ってしまうものだ。  
逆に、行いの出来ないものがどんな立派なことを言おうとも、誰も従いはいない。

豆知識(肺炎の予防について)

今回は肺炎の予防についてお話します。肺炎と聞くと、「風邪をこじらせたらかかる」「冬に多い病気だろう」と思われている方も多いでしょう。しかし、肺炎は細菌やウイルスなどが体に入り込んで起こる肺の炎症です。症状としては、発熱、咳や痰、息苦しさや胸痛などがあります。肺炎の原因となる細菌やウイルスは人のからだや日常生活の場に存在しています。からだの抵抗力(免疫力)が弱まったときなどに感染を起すやすく、普段、元気に暮らしている方でも、持病の悪化や体調不良などをきっかけに、感染する可能性のある病気なのです。肺炎が重症化すれば、死に至ることもあります。

肺炎予防にできることは?

●まずは毎日の感染予防に努めることです。

●体の免疫力を高めることです。



肺炎球菌ワクチン接種



喫煙者は禁煙をする

●予防接種を受けようか? どうでしょう?

肺炎予防のためにできることの一つに予防接種があります。肺炎球菌ワクチンは、肺炎球菌による肺炎などの感染症を予防し、重症化を防ぎます。※ただし、すべての肺炎を予防できるわけではありません。

今月の花(クレマチス)



「心の美」その他 「高潔」「精神的な美しさ」  
日本でも古くから親しまれてきたクレマチスの品種は様々で、色も赤・白・紫・ピンク・青・黄色と多種多様です。茶花としても用いられるその花は、大きく立派なもので不思議と華美にならず、楚々とした空気を漂わせているのが印象的です。花びらに見えるのは、ガクが変化したものです。実は花びらを持っていません。

脳トレーニング

頭の体操をしましょう。今回はあるなしクイズです。左の図の「ある」にあつて「ない」に無いものは何でしょうか? 考えてみてください。

ある	ない
縦(たて)	横(よこ)
犯人(はんにん)	刑事(けいじ)
板(いた)	棒(ぼう)
腕(うで)	肘(ひじ)
当たり(あたり)	外れ(はずれ)

ヒント

①「男」にあつて「女」にはないです。  
②後ろに2文字くっつきます。

答え

「ある」の単語の後ろに「まえ」を入れると別の言葉になります。

ある
縦 → たてまえ(建前)
犯人 → はんにんまえ(半人前)
板 → いたまえ(板前)
腕 → うでまえ(腕前)
当たり → あたりまえ(あたり前)
男 → おとこまえ(男前)