

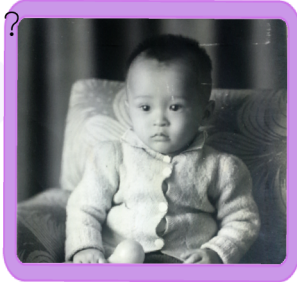


「秋」になりました！！ホッとしましたが、これからは夏の疲れが出てきますので、油断しないで過ごしてくださいね(#^.^#)

この夏はオリンピックの東京招致が決まり、明るいニュースに賑わいました。往診で101歳の義子さんが、7年後のオリンピックを観ることに、生きる張り合いが出来たと喜んでおりました。往診は勉強になります。考え方一つで凄い力が生まれます。大和なでしこパワーとでも言いましょうか、日本人である以上見習わなければならない一つだと思っています。

だ～れだ？

セピア色の写真がヒントかな？



秋の健康食



食欲の「秋」といわれておりますが、夏の疲れが残り体調を崩しやすい季節でもあります。胃腸の疲れには薩摩芋がおすすめです。サツマイモは体の疲労を取るのに効果的な栄養素を豊富に含み、便秘の改善に効果的で老廃物を排出してくれるのに役立ちます。ビタミンも豊富な食べ物ですから疲れた体の回復に効果があります。そして「秋」といえば、秋刀魚！以前にも取り上げましたがサンマの脂は血流を改善し精神を安定、脳細胞へも働きかけ、なにより美味しい！旬の食材で美味しく体調管理しましょう。

Happy Wedding

この秋、金子医師(旧性・原田)と医療事務・兵藤さんの挙式が決まりました。「春」の空気流れる中、気持ち新たに一同取り組んでまいります。

人生の先輩方の厳しく温かなアドバイスをよろしくお願いいたします m(__)m

報告まで

おしらせ



インフルエンザ予防接種の時期になりました。

用紙をお持ちの方はご用意ください。

肺炎球菌ワクチンをご希望の方もご相談ください。

答～瀬戸院長の幼少の頃

立派なデコは今も同じデス