ひまわり会新聞

第4号

平成 25 年度 ひまわり会勉強会開催♪

2013年12月発行 済生会横浜市南部病院

編集:菊地、岩田

勉強会の様子

寒さがひとしお身にしみる季節になりました。

12月11日には、毎年恒例のひまわり会勉強会を開催 することができました。参加者は20名でした。

今年の勉強会では、佐々木医師より「糖尿病とインフル エンザの話」、上原薬剤師より「予防接種の話」、志波管理 栄養士から「糖尿病療養における年末・年始の注意」につ いてお話がありました。冬はインフルエンザや胃腸炎など の感染症が流行る時期ですので、予防注射や手洗い・うが いなどを行い、十分な休息をとり、体調を整え、予防を心

がけましょう。また、シッ クデイの時の対策も考えて おく必要があります。体調 が悪い時には十分な休息が 必要です。また、食欲のな い時には、口あたりが良く てカロリーのとれる食品を 選びましょう。

それでは、年末年始は体調 を崩さず、楽しくおすごし ください。

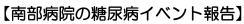








本日のメニュー ごはん 鶏肉の松風焼き 切り干し大根 豆苗のオイスターソース 炒め



♡ウォークラリー♡

10月27日に開催しました。今年は「横浜市立金沢動物公園」 です。南部病院は、スタッフも含めて11名で参加しました。 お天気にも恵まれ、動物を見ながら歩く…とても気持ち良かっ たです。来年は参加してみませんか?

♥世界糖尿病デー♥

11月14日の世界糖尿病デーのイベントを行いました。血糖 測定先着 100 名、髙橋医師による講演「糖尿病について」で す。糖尿病の患者さんが世界的に増えている今、済生会横浜市 南部病院では、このような企画をこれからも行っていきます。

ひまわり会では、患者会の活性化のためにも会員数を増やしたい と考えています。当院に通院中の患者さん以外でも会員になれま すので、患者さんのご紹介をお願いします。

みかんのコンポート

