

奥古閑幼稚園の可愛い訪問者

ティサービス なのはな

暑さが落ち着きかけたと思いきや、またぶり返している今日この頃、皆様はいかがお過ごしでしょうか？
なのはなでは、そんな暑さを吹き飛ばすように元気な訪問者がありました。8月2日、奥古閑幼稚園のすみれ組・もも組・さくら組の18人のメンバーが、利用者さまに元気を与えようと遊びに来てくれました。この日は、みんなで行う組体操や歌や踊りを一生懸命披露してくれました。小さいながらも、キレキレのダンスや、きれいに整った組体操に利用者さまもスタッフも大喜び。最後はアンパンマン音頭からのおてもやん総踊り。みんなで輪になり、園児に混じって利用者さまも楽しく踊られていました。キッズパワーに元気をもらって、みなさん大満足でした。また、いつでも来て下さいね。なのはな一同、首を長〜くして待っていますよー。



おかって交流会 『夏祭り』



8月25日、おかって交流会『夏祭り』を、岡本自治会長、地域の方々、ご家族、ボランティアグループさくら草の皆さんの協力を得て無事に開催する事が出来ました。マジックショーやダンス、箱の中身を当てるゲームなど、皆さんと一緒に楽しむ事ができ、夏祭り後も入居者様が「今日は楽しかった〜」と大変喜ばれておられました。



皆さん驚きの反応がいっぱい!(^^)!



YMCA みんなで踊りました〜♪



中身は何だろ〜?(^o^)



昼食会〜第2弾マジックショー(^^)v



「地域交流サロン おかって」は、地域活動を通し、交流を深めていく事でより一層地域の中に浸透していける様に今後も努力したいと思います。

おかって担当：木村・金子・西屋・大杉・西村・西山



長引く咳

かぜを引いたあと咳が止まらない、あるいは自然と咳が出始めて長引いている、こんな症状はつらい心配ですね。外来では問診・診察の後、胸部レントゲンを撮影します。肺癌、肺結核、肺炎のような重大な疾患でないことを確認します。気管支拡張症や間質性肺炎、COPDなどがみつかることもあります。異常があればCTに進みます。異常がなければ（実際には時間の都合で同時にさせていただくことも多いですが）肺活量などを調べる肺機能検査を行います。気管支喘息やCOPDは問診と肺機能検査が診断の決め手になります。検査で異常が見つからない時は、感染後咳嗽といってかぜの時にのどや気管支の粘膜についた傷が原因で咳が長引く状態や、副鼻腔炎に関連した咳、咳喘息、アトピー性咳嗽、胃酸の逆流による咳などを考えます。

検査で証明することが難しい場合も多く、その時は治療薬の効き具合をみて診断を決めていくこともあります。成人では稀ですが百日咳も見落とせません。紙面でお伝えするのが難しいところは呼吸器内科の外来で出来るだけわかりやすく説明させていただきます。



(☆ Dr.Yamapi ☆)

かおりんの健康レシピ



9月に入りましたがまだまだ暑い日が続きますね。

今回は秋の味覚、柿を使用した『柿と大根のなます』です。そのまま食べることが多い柿ですが、料理にも活用できる果物です。一度お試しください。

『柿と大根のなます』

【材料】4人分

- ・大根 250g
- ・大根用塩 小さじ1/3
- ・柿 大1/2個(100g)
- ・塩 小さじ1/3
- ・酢 大さじ1と1/2
- ・砂糖 大さじ1と1/2

柿はなます以外にも白和えやけうぐなどの料理にもよく合いますよ。



【作り方】

- ① 大根は薄くいちょう切りをし、塩を振っておく。柿もいちょう切りにする。
- ② 調味料を混ぜておく。
- ③ 大根の水気を絞りボールに入れ、他のすべての材料を入れて混ぜ合わせると完成。

