

ひだまり

発行所
松本内科・眼科
天草市久玉町5716-6
☎72-2833

<http://www.matsumotonaikaganka.jp/>

—第94号—

春らんまん



深海町の河津桜

スリットからの風景

(その六十二)
—松本英子—

この春、ご卒業、ご入学、ご就職をなさった皆さま、おめでとございます。今までずっと成長を見守り、愛情たっぷりに子育てをなさったご家族の皆さま、誠にありがとうございます。巣立つて行く嬉しさ反面、寂しさもお有りと思いますが、大きく成って、また帰って来られるのを楽しみに、待ちましよう。今年の満開の桜はまた見事で、心からのお祝いにと咲いている様に感じました。

さて、平和な日本とは打って変わって、ウクライナは、大変です。ロシアから一方的な攻撃を受け、死者は、子供を含め数千人に及ぶと言われています。プーチンの真の目的は何か。戦争犯罪人の汚名が付いたプーチンは、若いロシア国民は他国の情報が入るので、真相を知っており、プロパガンダを信じるなどテレビでも訴え、逮捕され罰金刑を受けました。が、お年寄りたちは、このプロパガンダを信じ、ウクライナ侵略を正当とみなしています。情報操作で、ロシア国民の多くは、この悲劇をねじ曲げられたまま、信じています。今後の状況が気になります。遠く離れた日本は避難先として、このウクライナ人たちが受け入れるとの事です。私たちにも出来る事は、沢山あるでしょう。18歳から、大人の称号をつけて貰えるようになったあなた、あなたは、何が出来ますか？

コロナに罹患された方は、元気になられましたか？また、コロナワクチンも3回目の接種を終え、万全と思われる方も感染には気を付けてください。つまりは、コロナに感染していませんれば、いつ感染するか分かりませんが、で、気を付けるに越した事はありませ

ん。ワクチン接種をしても感染したら症状は結構苦しいと言われる方もおられます。早くインフルエンザ同様の対応になれば、良いのですが、まだ先の話のようです。

コロナのお陰と言えはいいけないのでしようが、私たちの研修や学会がハイブリット形式に変更されています。実際会場に参加するも良し、家でZoomで参加するも良しで、辺鄙な所に住んでいる私たちは、交通費も宿泊費もかからず、ましてや移動に要する時間が要らなくなり、とても便利で快適です。今まで、重なる時間でも聞けなかった演題も自由に選べるようになり、こういう事に関しては、大変有難い事です。この形式はコロナが収束しても、継続して行なって欲しいと切に願います。今LINE(ライン)という、携帯の連絡方法がありますが、私の高校時の同級生グループが立ち上げ、毎日メールを交わしています。私はそれを覗きに行くくらいで、あまりメールは返していませんが、日本全国に同級生が散らばっているようで、あちこちの桜開花状況を送ってくれます。また、今はまっていることや庭の花々、その他諸々を絵を交えて、報告してくれそうです。みんな色んなことをやっているのでも驚かされます。自分で家を建てている人もいて、みんなが応援しています。朝早くから太極拳に毎日行っている人もいますし、基本みんな健康志向です。同級生って何年も会わなくても、あつという間にその時代に戻れるから不思議なもんです。そう思いつつ、ふと鏡を見た時の驚きは、なんと悲しくなります。お風呂上がりには化粧水をたっぷり付けても、何の役にも立たないと気づいた時、よく頑張ったねと、旦那が労ってくれたら、いいのになと隣にいる旦那を睨んでいます。

— 新人紹介 —

- ①仕事で心がけている事は？ ②趣味は何ですか？ ③好きな歌手は？
④今一番やりたい事は何ですか？ ⑤尊敬している人は？(その理由も教えて下さい！)
⑥ストレスの発散方法は何ですか？ ⑦今までに一番心に残っている言葉は何ですか？
のアンケートに答えてもらいました。



岩下 裕子 (管理)

- ① スタッフの皆様になるべく迷惑をかけないように心がけています。
② 映画鑑賞(今はコロナでなかなか出かけられないので、DVDで鑑賞しています。)
③ ブルーノーマーズ。
④ 家族旅行。
⑤ 母です。明るくて頑張り屋さんでした！
⑥ 部屋の模様替えです。作業を終えた後は気分がスッキリします。
⑦ 「動き続けることに意味がある」です。



川上 真希 (管理)

- ① 病院を利用される方や関係者の方が、気持ちよく利用できるように心がけて掃除をしています。
② メダカ飼育。
③ 防弾少年団(BTS)。
④ コロナで出かけることが出来ていないので遠出をしたいです。
⑤ 母です。今までに母の愚痴を聞いたことがないので、尊敬しています。
⑥ ドライブ。
⑦ 「やらずに後悔するより、やって後悔する方が良い」です。



小野寺 勉 (泉寿苑)

- ① 健康に気を付けて、真面目に頑張る。時間をしっかり守り、利用者の方に関われるように挑戦していきたい。
② 釣りとギター。
③ ディープ・パープル。
④ 釣りに行き、大物を釣りたい。
⑤ 「母親」…辛い時も嬉しい時も誰よりも一番の味方でいてくれた。いつもやさしい母であり、心強い存在だった。
⑥ 身体を動かす事が好きで、特に空手と柔道をやっています。心身を鍛え、ストレス発散をしている。
⑦ 「めげない」雑草のような気持ちで、どんな目にあってもめげない心が自分の性分。



戸村 隆臣 (海ん里)

- ① 利用者の方々に怪我のないよう注意し、楽しく過ごして頂けるよう努力します。
② 魚釣り。
③ 郷ひろみ。
④ チヌ釣り。
⑤ バイト先の店主です。私が、学生の頃、親のように優しくして頂いたからです。今でも連絡をとっています。
⑥ ドライブ、買い物、釣り。
⑦ 私の人生はいろいろありましたが、沢山の方々にお世話になり、今の自分があるので、「感謝」という言葉が一番好きです。

皆さんは自助具という言葉を知っていますか。自助具とは病気や高齢により困難となった生活動作を簡単に自分で出来るようにしてくれる道具のことです。

その中で、今回紹介するのは「薬袋固定用自助具」です。これを使うと、麻痺や拘縮などにより片方の手しか使えない方でも簡単に薬袋を開けることができます。材質や形によって種類はいくつかありますが、今回は吸盤とクリップを組み合わせたタイプのもの(写真①)について使い方を説明していきます。

使い方

- (1) 薬袋を机の端に置き、クリップの半分が出るように薬袋を挟む(写真②)。
- (2) 薬袋のクリップで挟んでいない半分側が手前に来るように吸盤を机に付ける(写真③)。
※この時、使いやすい手の方に薬袋を向かせた方が楽に切れます。
- (3) クリップ近くの薬袋をつまみ、上から下へちぎる(写真④)。



今回紹介した「薬袋固定用自助具」についてもっと知りたい方、他にも生活の中で困っていることがある方は気軽に私たち作業療法士にご相談下さい。(岡崎)

新型コロナ治療薬について

現時点での新型コロナ治療薬には、①ウイルスが増えるのを抑える抗ウイルス薬、②ウイルスの侵入を防ぐ抗体薬、③ウイルスによる炎症を抑える抗炎症薬、の3種類があります。

ちなみに新型コロナ治療は公費負担でまかなわれています。現在承認されている抗ウイルス注射薬はソトロビマブとレムデシビルで、前者は主に軽症～中等症者に使用し、1回の点滴で済みます。後者は主に中等症～重症者に使用し、数日間の点滴が必要です。また、現在承認されている抗ウイルス飲み薬は、パキロピットとモルヌピラビルでどちらも主に軽症～中等症者に1日2回5日間服用します。

一方で、まだ未承認ですが塩野義製薬が承認申請している飲み薬は服用3日後にはウイルス量を6割から8割低減させるとされ、重症化リスクに関係なく無症状から使用でき、中等症までの幅広い感染者に投与できるようになります。

(うしぶか調剤薬局)

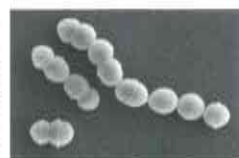
《原因と感染経路》
実際の感染経路は明らかになっていない部分が多いですが、傷口や粘膜から、通常は菌の存在しない筋肉、脂肪組織や血液にレンサ球菌が侵入することによって病気を起こすと言われています。

《感染法との関連性》
劇症型溶血性レンサ球菌感染症は感染症法において、5類感染症に定められており、診断した医師は7日以内に最寄りの保健所に届け出ることが義務づけられています。



《症状》
初期症状はのどの痛み、発熱、消化管症状(食欲不振、吐き気、嘔吐、下痢)、全身倦怠感、低血圧などの敗血症症状、筋痛などですが、明らかな前駆症状がない場合もあります。後発症状としては血管や筋肉の病変、血液の循環不全、呼吸不全、血液凝固異常(DIC)、肝腎症状などの多臓器不全をもたらします。

《予防》
感染経路は明らかになっていない部分が多いですが、うがいや手洗い等の一般的な感染予防に努めるとともに、ケガをした際は傷口をよく洗い、消毒などを実施することで清潔に保ちましょう。



「劇症型溶血性レンサ球菌感染症」は、レンサ球菌による感染症です。レンサ球菌は感染しても無症状なことも多く、症状が出てもほとんどは咽頭炎(のどの炎症)や皮膚の感染症にとどまります。しかし、まれに通常は細菌が存在しない組織(血液、筋肉、肺など)にレンサ球菌が侵入し、急激に症状が進行する重篤な疾患となることがあり、「劇症型溶血性レンサ球菌感染症」と呼ばれています。小児が多く感染するA群溶血性レンサ球菌感染症とは区別されています。

《予防》
感染経路は明らかになっていない部分が多いですが、うがいや手洗い等の一般的な感染予防に努めるとともに、ケガをした際は傷口をよく洗い、消毒などを実施することで清潔に保ちましょう。

シリーズ 内科疾患 <劇症型溶血性レンサ球菌感染症とは>

海ん里

〈シグノーパズルの取り組み〉

皆様ご存知かと思いますが、海ん里は通所リハビリの事業所です。一般的に「リハビリ」と聞いて思い浮かぶのは、直接身体に触れて行なうリハビリかと思えます。現在認知症と言う病気を患う方が増えている中、認知症を予防する為の取り組みが重要です。海ん里では脳トレーニングの一環で「パズル」に取り組んでいます。今までは風景や動物、キャラクター等の一般的絵柄のパズルで取り組んでいましたが、皆様が喜



びを持ちながら楽しく取り組み事が出来ないかと考え、利用者の方誰もが見た事のある地元草・牛深の風景写真をパズルにしてみると、見慣れた写真を前に更なる意欲を持って脳トレに取り組む姿が見られる様になって来ました。(柿本)



あかね苑

〈白寿のお祝い〉



2月末に99歳を迎えられたご利用者のお祝いをしました。

事前に家族の方に白寿のお祝いの手紙を書いてもらうように依頼し、お祝いの当日は、毎年頂く誕生日プレゼントと別に手紙も一緒に渡すことができました。手紙の内容は、「いつも家族のことを見守り、支えてくれてありがとう」という感謝の言葉が並んでおり、当日ご本人を前に代読すると、涙を流して喜んでおられました。また、家族の方にはお祝いの時の写真を撮ってお渡しすると、「コロナ禍でお祝いに参加できなかったけれど、99歳まで長生きできた証にお祝いをしてくださり、ありがとうございます」と感謝の言葉もいただきました。

中ん迫

〈河津桜とご利用者の笑顔〉

出水から鶴が深海の六郎次の上を旋回して飛んで行きました。毎年のことながら春の訪れを感じます。そしてもうひとつの春の訪れが満開の河津桜です。下平への道すがら見られる風景です。幾本もの河津桜をご利用の方々と見物に行きました。桜の花を見た途端に「きれいかねー」、「いっぱい咲いとるねー」、「きれいか色やねー」と嬉しそうにおしゃべりしたり、写真を撮ったりとしました。

今年も元気でいてくださることを願って、来年は100歳のお祝いをしましょう！

(田中順)



思い出になったひと時でした。ご利用の皆様の笑顔は良いものです。それが私たちの支援の活力になっていると思います。

(滝下)



所から

所での取り組み

各事業

それぞれの事業

桜ん里 〈教会壁画作り〉

久しぶりに壁画制作に取り組みました。しかし、何を題材に？と考えた時、世界遺産に登録された崎津の教会を題材にした事が無いと思い、早速下描きをし、製作に入りました。ご利用者の皆様は特に説明をしなくても、様々な色紙を差し出すと細かく千切る方、千切られた色紙をせっせと貼り付ける方、それぞれ分担作業から始まりました。ある程度千切られた色紙の材料が揃うと全員で貼り付けます。「ここはこれでいいの？」、「ここはこの色でしましようか？」など、試行錯誤し、ご利用の方とスタッフも一緒に集中して作業に取り組みました。ある程度無造作に貼った為、出来栄えが気になりましたが、出来上がりの画を壁に貼って見ると、春の新緑の山間と漁村にシンボリックに佇む崎津の教会が出来上がりました。また次回も良い作品が出来るように皆様と頑張りたいと思います。(馬田)



の？」「ここはこの色でしましようか？」など、試行錯誤し、ご利用の方とスタッフも一緒に集中して作業に取り組みました。ある程度無造作に貼った為、出来栄えが気になりましたが、出来上がりの画を壁に貼って見ると、春の新緑の山間と漁村にシンボリックに佇む崎津の教会が出来上がりました。また次回も良い作品が出来るように皆様と頑張りたいと思います。(馬田)

泉寿苑 〈花見〉

昨年引き続き、コロナ禍でのお花見となりますが、泉寿苑ご利用の方と少人数でのお花見ドライブに出掛けました。まだまだ満開には遠い様子の桜でしたが、皆様嬉しそうな表情を浮かべておられました。いつの時代も変わらぬ桜の姿に皆様何を想われていたでしょうか…。

私たちもほんのひと時心安らぐ時間を過ごすことが出来ました。

お花見に参加出来なかった

正寿庵 〈ひな祭り会〉

3月1日(火)に正寿庵でひな祭り会を行いました。以前から交流のある天附保育園の園児に、ペットボトルで作った容器にピオラの花を1個1個入れると、園児からは手作りのひな人形が届き、それを皆さんにお配りすると、ひな人形の可愛らしさにとっても喜んでおられました。



皆様には、スタッフの撮影した写真をスライドショーでご覧頂きましたが、皆様穏やかな表情でとても喜ばれていました。

さまさまのこと思ひ出す
桜かな 松尾芭蕉

(浜田)



ひな祭り会では百一首で楽しんで頂き、その後にお抹茶を皆さんで立てて、桜餅と一緒に美味しく頂きました。季節を感じ楽しいひと時を過ごして頂けたと思います。コロナ禍で交流会を開くこともできず、今回プレゼント交換という形で交流を持って良かったと思います。ありがとうございます。(島田)

今回は、高齢者福祉による在宅サービスの種類や高齢者及び家族支援に関する事業について説明したいと思います。

■緊急連絡体制整備事業について～ひとり暮らしの見守りサービス～

ひとり暮らしの高齢者を含め、同居されている方も身体機能に低下があり、緊急時の対応が困難な方に対して、緊急通報装置を貸与し、熊本市内の受信センターで24時間365日看護師が対応し、安否確認、火の元の確認、電気の消し忘れ対応、戸締りの確認、現地状況報告や緊急時は自宅まで駆け付け、対応も行なっていきます。

対象者

概ね65歳以上の疾病、障がい若しくはそれらの後遺症又は老衰により生じた身体機能の低下のある高齢者等。

■配食サービス事業について

ひとり暮らしの高齢者等に配食サービスを行なうことにより、食生活の改善と健康増進を図る目的で行なわれています。

対象者

自力で調理が困難な概ね65歳以上の虚弱高齢者(独居または高齢者のみの世帯)、障がい者のみの世帯または障がい者と高齢者のみの世帯。ただし、民間事業所の弁当配達区域に居住の人で、制限食を必要としない者は除く。

■家族介護用品支給事業について

在宅で高齢者を介護している家族等に対し、経済的・精神的負担を軽減し在宅生活の継続を図るために、月々6,250円を上限に介護用品が支給されます。

対象者

要介護4または要介護5の高齢者等を自宅で介護している市民税非課税世帯(介護している人と介護されている人の両方の世帯全員)

■在宅寝たきり老人等介護手当支給事業について

介護を要する人を在宅で1年以上介護している人に介護者手当を支給し、介護者の経済的・精神的負担の軽減を図ります。

対象者

要介護4または要介護5、要介護3で認知症が中度以上ある方を介護している人等。ただし入院や入所の期間が90日未満であること。

■福祉タクシー利用券について

路線バス等の運行がない地域などに居住されている高齢者等の外出を支援するために、市が指定するタクシーを利用した際の基本料金(初乗り料金)を助成する事業です。

対象者

70歳以上の高齢者等で、市内に在宅で生活している人のうち、バス停留所または定期船発着所から1km以上離れている地域に居住する人。ただし自宅からバス停等まで距離が1km未満の人でも、下肢または視力障害で身体障害者手帳1級の所持者や介護保険の認定調査において、調査項目の「移動」で一部介助又は全介助、「視力」で殆ど見えない、または目の前程度しか見えないに該当する者。

■介護タクシー料金助成事業について

寝たきり等のため一般の交通手段を利用することが困難な高齢者等の外出を支援するため、リフト付き車両を運行する「外出支援サービス事業」を中止し、令和4年度より民間事業所を活用した「介護タクシー料金助成事業」へ移行されます。

対象者

住民税非課税世帯の者で、心身の障害、疾病等により著しく歩行が困難(要介護4・要介護5相当)である概ね65歳以上の者等。

居宅介護支援事業所 海ん里 中澤・鶴長
桜ん里 石原

糖尿病食

〈1人あたり〉

- ・エネルギー 225kcal
- ・たんぱく質 19.9g
- ・塩分 1.0g

〈材料〉2人分

- ・鯖 ……80g×2切れ
- ・塩 ……小さじ1/3
- ・こしょう ……適量
- ・菜の花 ……2本(30g)
- ・卵 ……1個(50g)
- ・マヨネーズ(ハーフ) ……大さじ1・1/4
- ・油 ……適量

〈鯖の菜種焼き〉



〈ポイント〉

菜の花にはβカロテン、ビタミンC、ビタミンB群などの多くの栄養素が含まれています。βカロテンは人体の免疫機能を正常に維持するための栄養素です。ビタミンCは体を若々しく保ち、老化を防ぐ効果があると言われており、またビタミンB群は疲労回復効果があります。(弥栄)

〈作り方〉

- ① 鯖に塩、こしょうをふっしておく。
- ② 菜の花は色よくゆでて、水気を絞る。穂先と茎に切り分け、茎の硬い部分は粗みじん切りにする。
- ③ 卵は溶きほぐして、マヨネーズと粗みじん切りにした茎を混ぜ、熱したフライパンで半熟状の炒り卵にする。
- ④ オープントースターの受け皿にアルミ箔を敷いて油を薄く塗り、魚を並べて③をかけ、オープントースターに入れて10分位焼く。(オープンの場合200℃で10分程度)
- ⑤ 器に盛り、菜の花の穂先を添える。

わたしのイチオン!!

『道路沿いの桜』



私のお勧めは、当院前の道路沿いに咲いている桜です。

春を迎え、桜の花がきれいに咲く季節となりました。まだ肌寒さが多少残っていますが、徐々に気候も良くなり、暖かい春となりつつあります。桜といえば、恒例として花見を楽しみにされていらっしゃる方も多いと思いますが、コロナの影響で外出や会食等が制限される等、思う様に行かない状況が続いています。そのような状況のなか、海ん里の窓から見える桜は、私達スタッフやご利用の皆様を心を和ませてくれます。いずれは散ってしまうと分かっていますが、毎日見る桜が、少しでも長く咲き続けてくれると嬉しいです。

四季のなかでも、一瞬で通り過ぎてしまうような春ですが、みなさん是非足を留めて、季節を感じることができる桜を鑑賞してみてください。

(海ん里:安田)

ふるさとのある風景

二百年昔のお話

三密密教

新型コロナウイルス感染症対策として「三密を避ける」この言葉がいまだに言われ続けています。

元来「三密」は仏教用語で、真言宗の三密は、「身密」、「口密」、「意密」です。密とは、弘法大師が唐から伝えた密教の密を指し、仏と一体となる修行を意味します。身体や行

動を整え言葉や発言を正しいものとすれば、おのずと心や考えも整う、という大事な修行を「三密」といいます。

私達が人間として犯す罪業を仏教では行為によって三分類します。それが身業(身体的な行動)、口業(発言・言動)、意業(心の動向)です。

代表的な罪悪とされる十悪は、①殺生(毎日の食事は殺生そのものです。ベジタリアンも植物の生命を奪っています。)、②偷盗(強盗・窃盗・相手を待たせる時間泥棒・盗み聞き)、③邪淫(淫らな行為)、④妄語(嘘をつく)、⑤両舌(二枚舌)、⑥悪口(けなす)、⑦綺語(おべんちゃら・ほめ

殺し)、⑧貪欲(満足を知らない)、⑨瞋恚(怒り・憎悪・嫉妬心)、⑩愚痴(すべての苦惱は正しいことが分からずに自分勝手な思い込み(邪見)によって物事を判断している「愚痴」に根を張っています。)

①から③が身業、④から⑦が口業、⑧から⑩が意業です。弱い立場にいる人の尊厳を傷つけ支配することで自らの優位性を確認しないとされない「残念な人間」が世の中にはいます。それが家族に向かえば虐待やドメスティックバイオレンスになり、部下に向かえばパワハラになり、性差に向かえばセクハラです。

駱客

オンライン資格確認(マイナタッチ)について

オンライン資格確認

オンライン資格確認とは、マイナンバーカードのICチップまたは健康保険証の記号番号等により、オンラインで資格情報等の確認ができることをいいます。また、令和3年10月からマイナンバーカードが健康保険証として利用できるようになりました。

マイナタッチ

マイナタッチとは、オンライン資格確認を行なう際に必要となる機器のことです。マイナンバーカードの顔写真データをICチップから読み取り、その顔写真データと窓口で撮影した本人の顔写真と照合して本人確認を行なうことが可能で、最新の保険資格を自動的に医療機関システムで取り込むことができます。また、独自機能としてオンライン資格確認のあとに、紙の公費医療券をはじめとした各種証明書を読み取れますので、有人窓口で対応する必要がありません。

当院での取り組み

マイナンバーの機能として健康保険証の資格情報が連携されたことにより、当院でもマイナタッチの導入を検討しております。病院側のメリットとして、保険情報の誤り・新規患者の保険情報の入力誤り防止、各種受給者証情報による会計請求の過誤防止、薬剤情報の閲覧等、今後の保険請求不備の軽減にもつながる為、是非マイナンバーカードの手続きをお勧めします。また、当院の導入時期は年内を予定しておりますが、詳細については決定次第窓口で掲示をさせて頂きまますので、確認の程よろしくお願致します。

(原田)

患者さまご利用の流れ



「コロナウイルス感染症対策について

今年の2月から当院でも開始した、コロナワクチン予防追加接種も引き続き行なわれておりますが、いまだに全国でコロナウイルス感染が相次いでいます。長引く感染予防を心がけた生活で身体面だけでなく、精神面においても疲弊しきつていると思えますが、終息の兆しがみえない現在では、まだまだ感染予防対策が必要です。当院でも感染予防対策として引き続き左記の取り組みを続けて参ります。ご協力の程よろしくお願致します。

●継続中の取り組み●

- ① 受付窓口にて飛沫防止用のビニールカーテンの設置
- ② 各所入口にアルコール手指消毒液の設置
- ③ 外来待合室の椅子の一定距離あけての利用案内
- ④ 外来受診の全患者様の体温測定実施
- ⑤ 職員全員の毎日の検温実施とマスク着用
- ⑥ 発熱外来待機場所の設置及び診療体制

●感染拡大時の取り組み●

現在、コロナウイルス感染拡大に伴い、感染対策強化のため、当院では**発熱のない方を含む風邪症状(発熱・痰・咳・咽頭痛等の呼吸器症状・倦怠感・下痢・嘔吐等)**患者に対してのコロナ抗原検査を実施しております(※医師の判断にて実施不要の方あり)。右記症状がある方は、事前に電話連絡もしくは院内には入らず、正面玄関のインターホンを押して知らせて下さい。

●入院患者様の面会について●

入院患者様との面会については、引き続き患者様との直接の面会は禁止を継続しています。ただし、患者様の病状によっては、予防接種記録の確認と抗原検査等を実施して考慮させていただく場合もございます。

直接の面会はできませんが、タブレットを使用した「オンライン面会」は可能です。ご希望の方は、準備の都合上、前もってご連絡をお願い致します。

(原田)



ボランティアありがとうございます

天附保育園様より、ひな祭りの贈り物を頂きました。ありがとうございました。

感染対策により訪問等はまだまだ難しい状況ではありますが、外出自粛・感染の緩和により再度訪問等可能になりましたら、スタッフ一同心よりお待ちしておりますので、今後とも宜しくお願致します。

弘和会一同

編集後記

久しぶりに編集後記を書かせていただきます。暖かい時期となってきました。3月から4月は季節の変わり目でもあり、体調を崩しやすい時期となっております。コロナワクチンの追加予防接種も行なわれていますが、まだまだコロナの終息は見えない状況です。外出の際だけでなく感染対策の為、手洗い・うがい・マスクの着用、体調が悪いと感じたときには早めに受診し、体調管理に十分に気をつけて過ごされてください。

(山崎)