



つめたい風もすこ〜し緩み春の気配も感じるようになりました。卒業式 入学式... お祝いごとで、ひとが集まる機会が多くなりますが、手洗いやうがいをして風邪予防 インフルエンザ予防をして、楽しい時間を満喫したいですね(^_^);

お知らせ

第10回 別府中央病院健康教室

内容「糖尿病」について

糖尿病フットケアって？

日時 3月21日（金曜日）

午後2時より

場所 北的ヶ浜公民館

講師 岡 暢之（内科）

糖尿病には糖尿病足病変という合併症があります。神経障害や血行障害を基礎とし、小さな傷がきっかけで進行します。一旦進行すると治療が難しく、適切に処置されなければ感染を起こし、足の指や足の切断が避けられない場合も少なくありません。

フットケア

- * 足先の冷感、腫れはありますか？
 - * 爪は問題無いですか？
 - * 足の変形はないですか？
 - * タコはできていませんか？
 - * 靴擦れ、傷はないですか
- 気にかかる方は相談して下さい。



後期高齢者医療制度

4月からこの制度が始まります。75歳以上の方は自動的に変更になります。受診時には必ずお持ち下さい。65歳以上のひとで一定の障害があり広域連合の認定を受けたひとは例外があります。ご注意下さい。

koichiコラム

な・な・なんと平成20年になってしまったのですね。私としてはつい最近平成になったばかりの感覚だったのですが、振りかえれば24歳で入社し、二人の子供を授かりその子供たちも巣立ち、ついには今年早々に孫まで生まれとうとう爺さんになってしまった。本当にウソみたいに時の流れは早く、あっという間に花咲か爺さんのごとく歳を取ってしまった。さてそこで今年は、歳を取ってしまったがっかりする事なかれ。きっと歳を取らねば出来ない事や楽しみはあるのだ！と言う事を信じて、人生の黄昏を「粹に」、「楽しく」、「ポジティブ」というテーマを決めて究極の黄昏と青春の融合を可能にするべく、求めて行こうと決意したのであります。中高年のみなさん、これからが本当の自由なのですぞ！リセットのきかない一度きりの人生、明るく楽しく前向きに生きて行こうではありませんか！

