

友の会しんぶん



発行 長崎市香焼町501 香焼健康友の会
発行責任者 前田 啓輔
2013年1月新年号

新年のこ挨拶



香焼健康友の会の会員の皆さま、新年あけましておめでとうございます。こうして皆様とともに新しい年を迎えられたことを診療所職員一同、とてもうれしく思います。

今年も地域のみなさまの暮らしと健康に診療所がすこしでもお役にたてますように、いろいろな取り組みとともに進めていきたいと考えています。本年もどうぞよろしく、ご助言、ご指導のほどお願い申し上げます。

香焼民主診療所 職員一同



海旅行

十一月十七日(土)〜十八

(日) 香焼健康友の会久しぶりの一泊旅行を行いました。一路バスにて熊本山鹿方面に向かい、千代の園酒造・八千代座・灯籠記念館へ。日本酒をお腹いっぱい試飲をされた方もおられました。一日目は菊池温泉で宿泊。夜の宴会も大盛り上がりでした。二日目は、今回の目玉、菊池溪谷へ。あいにく当日はかなり冷え込み、気温零度の状態でしたが、全員で溪谷周辺を散策し、秋の紅葉を楽しむことができました。最後は、相良観音(木造千手観音像)での参拝をおこない、香焼へ。今回、最高齢九十五歳の会員さんも参加され、先生・看護師の引率もあり、なにごともなく無事に帰ってくることができました。当日は会員二十二名、職員五名(本田、丸山、川浪、張、前田)の参加で、帰りのバス内では大ビンゴ大会も行い、

交流も深めることもできとても楽しい旅行になりました。



(行程一日目)香焼民診↓菊水ロマン館(昼食)↓山鹿(八千代座・灯籠記念館・千代の園酒造・麴の老舗木屋本店)↓ホテル(行程二日目)ホテル↓菊池溪谷散策↓相良観音参拝↓あんずの丘(昼食)↓香焼民診

診療所よりお知らせです

特定健診(長崎市国民健康保険・後期高齢者の方)はお済みですか?

生活習慣病といわれる糖尿病や高血圧症、脂質異常症は、最初は症状がなくても心筋梗塞、脳卒中などの重大な病気につながり、生活の質の低下や医療費の増大を招きます。

特定健診は、メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)に着目してこれらの病気のリスクの有無を検査し、リスクがある方の生活習慣をより望ましいものに変えていくための保健指導を受けていただくことを目的とした健康診査です。

平成二十四年度の受診期限は三月末となっております。年一回の健康チェックに、また、異常の早期発見に、ぜひご活用ください。

