



～明けましておめでとうございます～

日頃より皆様から医療法人秋芳会へのご理解とご協力を
頂き、心よりお礼申し上げます。

昨年、九州では7月に豪雨被災に見舞われましたが、日田は直接
の被害はありませんでした。自然の猛威には、毎年思い知らされてお
ります。今年こそは、平穏無事な年でありますように祈念致します。
医療法人秋芳会は、今ここで、しっかりと地に足をつけ、30年培って
きた経験を存分に発揮し、診療、介護を行っていきたく思っております。
最後に、皆様にとりまして幸多い年になりますよう祈念いたしまして年
頭の挨拶と致します。

どうぞ今年も温かいご支援、ご助力を心よりお願い申し上げます。

H31年 元日

院長 秋吉貴文



インフルエンザ

に注意しましょう!



● 県内では流行期に入りました。

インフルエンザが全国的に流行しています。日田市管内の週間（12月3周日）インフルエンザ患者数が100名を
超え、日田市内小学校等でも学級閉鎖になるところも出てきております。65歳以上の方は非常にインフルエンザ罹患
率が高く、特にインフルエンザで死亡した人のほとんどが高齢者となっています。手洗い、マスクは勿論の事、日頃から免
疫力を高めておく事、口の中を清潔にして細菌を減らしておくことが大切です。

● 予防法

- ・流行時は人混みや繁華街への外出を控える
- ・外出時のマスクの使用や帰宅時のうがい、手洗いの励行
- ・早めのワクチン接種を心がける
- ・適切な湿度の保持
- ・十分な静養とバランスの摂れた栄養摂取



午後の集団体操の内容を充実させます!

① より具体的な目的に応じた体操へと内容を刷新

転倒予防体操、入浴動作向上体操、失禁予防体操、認知症予防体操など...



② 定期的な体成分分析装置を実施することで、**運動効果を数値化**

ご希望者には定期的に**筋肉量、体脂肪、水分量**などを測定し、数字で効果判定を行う事が出来ます

自宅で行える運動紹介（膝の痛みに繋がるO脚予防体操!）

<筋肉のストレッチ運動>

○ふととも裏伸ばし



○お尻の筋肉伸ばし



<筋力強化運動>

○ふとももあげ運動



○ボールはさみ運動



クラブ活動行事紹介

家事クラブ



美味しい餃子が出来上がりました！



主婦の大先輩が奮闘中！



手芸クラブ



上手でしょよ！
(ハ・ハ)

みんなの分のエースター完成



かわいいティッシュケース作成中

工作クラブ



紙でできた鏡もちの出来上がり!(^^)!



学習



玉ねぎの皮できれいに染まりました



集中！ 集中！！

運動



たのしく体を動かしています

園芸



剪定作業は任せとけ！



立派なナスができました

高塚参拝



家内安全 健康第一



肩が良くなりますように

敬老会



これからもお元気で過ごしてください



イベント食



かぼすプリの解体ショー



お刺身は大好評



デザートバイキング
(*^_^*)

クリスマス会



職員も仮装して参加！



わしのひょっとこ踊りうまいじゃろ

