



《Instagram》

米田内科のInstagramを始めました。院内の花や絵などを発信しています。下記のQRコード、URL もしくはホームページからアクセスできます。ぜひフォローをお願いいたします。

https://www.instagram.com/yonedanaika_garden/



YONEDANAIIKA.GARDEN

《お知らせ》

【米田圭佑医師 診察日】

まん延防止等重点措置の解除に伴い
4月より診察を再開いたします。

4月23日(土)

よろしくお願ひいたします。

《一点モ/工房》

レインボーはうすの作家さんの作品を
運動療法室に展示しています。
今回は朝の光がテーマです。



《季節の花々》

【ギンヨウアカシア】

・マメ科アカシア属
ミモザの別名で親しまれています。
2~3月頃に黄色いふわふわとした
小さな花をたくさん咲かせます。縁
に細かい切れ込みのある銀色がかつ
たグリーンの葉が特徴的です。
3月上旬から開花し、見ごろを迎え
ています。



《求人情報》

看護師さんを募集しています。
詳しくは受付まで
お問い合わせください。



《健康の秘訣》しもやけを予防しましょう

★しもやけ(凍瘡)とは?

しもやけは、くり返し寒さにさらされることで患部が赤~紫色に腫れてかゆみや痛みを引き起こす病気です。
手・足先や頬、耳などは、血流が悪くなりやすいため発症しやすいです。症状が続く場合は医師に相談しましょう。

★しもやけを予防するには

保温する

手袋や分厚い靴下などで
防寒しましょう。



マッサージをする

入浴中などにマッサージをして
血流をよくしましょう。
(しもやけができてしまっている
場合は患部を強くさすらないよう
注意しましょう。)

手足を濡れたままにしない

水仕事をするときはできるだけゴム手袋をはめるよ
うにし、水に触れた後はタオルなどでしっかり水分
をふき取りましょう。また、汗などで湿った靴下は
こまめに取り替えましょう。



石橋を
わたる
湖風
いしばし
わた
うみかぜ

春隣
はるとをり

角川書店 句集『手筒煙火』
米田正弘