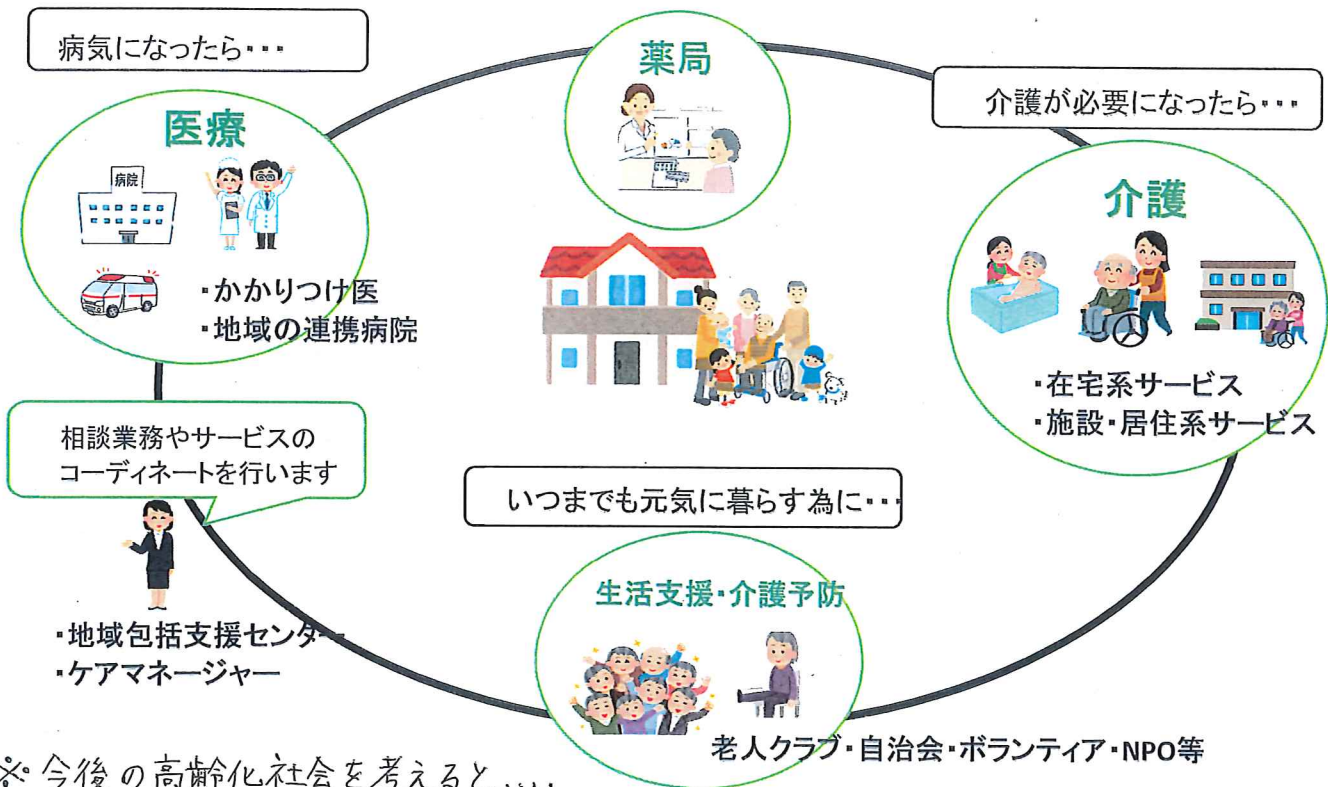


- ★ 毎月保険証の確認をさせて頂いております。ご協力お願いいたします。
- ★ お薬手帳をお持ちの方は処方箋と一緒にご持参ください。

地域包括ケアシステムをご存知ですか？

地域包括ケアシステムとは、高齢者のみなさんが住み慣れた地域で安心して暮らすことができるように「住まい」「医療」「介護」「予防」「生活支援」の各分野が互いに連携しながら高齢者のみなさんの生活全体を支える体制をつくることをいいます。

地域ケアシステムの姿



※ 今後の高齢化社会を考えると...

高齢者ケアのニーズ(需要)の増大、単独世帯の増大、認知症者の増加が想定されます。対応としては上の図のように各分野からの支援が切れ目なく提供されることが必要ですが、まだまだ各分野との連携ができていないのが現状です。

例えば 入院 → 退院の場合

退院はしたけど
これからの
生活が不安

- ・足が不自由で、食事の準備やお風呂など一人では不安
- ・仕事をしながら家族の介護をするが、昼間ずっと一人にしているのは不安
- ・一人暮らしで内服薬が多くて、薬をちゃんと飲めているか心配



そんな問題を解決してくれるのが「**地域包括ケアシステム**」です。各分野がお互いに連携を取り合い、各地域で問題を解決していくための体制作りを行っています。

どこに相談
すればいいの？

⚠ 次号より、各地域の取り組みについてご紹介させていただきます



夏の暑い日は食欲がなくなる方も多いのでは？簡単レシピのご紹介

なすがとろける簡単焼きなすの煮込み

なすの皮に含まれているアントシアニンが豊富で目の疲労を改善し、体を冷やす効果あり



《作り方》

1. なすを1cm幅の斜め輪切りにする
2. フライパンにごま油を入れて熱し、なすが重ならないように並べて両面を焼く
3. 生姜をすりおろす (チューブなら3cm)
4. ★の材料を合わせておく
5. 両面が焼けたら4.で合わせためんつゆを加え、中弱火で煮立てる
6. 煮立ったら弱火にして、1~2分煮込む
7. なすをお皿に盛りつけ小口切りのねぎを散らして出来上がり

《材料》

- ・なす 3本
- ・ごま油 大さじ1
- ★めんつゆ(3倍濃縮) 大さじ3
- ★水 200cc
- ・すりおろし生姜 小さじ1
- ・小ねぎ 2本

8月・9月・10月 日曜・祝日・在宅当番医

8月	6日	榎内視鏡内科病院	9月	3日	小林保養院	10月	1日	整形外科フレンドクリニック
		整形外科押領司病院			二口子供医院			ひろた内科クリニック
		丹医院			えびの第一クリニック			えびの市立病院
	11日 (祝)	沖内科小児科医院		10日	池田病院		8日	西小林診療所
		柘山医院			野尻中央病院			国民健康保険高原病院(外)
		京町温泉クリニック			えびの眼科こだま小児科医院			若葉クリニック
	13日	堀胃腸科外科医院		17日	たなか循環器内科クリニック		9日 (祝)	宮崎医院
桑原皮膚科医院		花田耳鼻咽喉科	川井田医院					
いしざわ循環器内科		京町共立病院	井尻眼科医院					
20日	小林泌尿器科クリニック	18日 (祝)	上田内科	15日	前田内科医院			
	押川病院		立山整形外科医院		針貝眼科医院			
	杉原耳鼻咽喉科		えびのセントロクリニック		渡辺医院			
27日	整形外科前原病院	23日 (祝)	近藤内科クリニック	22日	山田内科循環器科			
	よしむら循環器内科クリニック		ふきやま霧島東麓クリニック		小林中央眼科			
	えびの共立病院		えびの整形外科医院		丹医院			
		24日	池井病院	29日	すわクリニック			
			国民健康保険高原病院(内)		桑原記念病院			
			前田医院(えびの)		京町温泉クリニック			

⚠ 当番医が変更になる場合もございます。受診される前にご確認下さい。



全ての皆様の健康のために 健やか生活応援団
二葉薬局グループ
 H.P <http://futaba-gr.co.jp/>

- | | | |
|-----------------------|-------------------------|------------------------|
| (有)二葉薬局 0984(22)8244 | 二葉薬局 野尻 0984(44)2828 | 二葉薬局 京町 0984(25)5500 |
| 二葉薬局 細野 0984(21)0770 | 二葉薬局 堤 0984(25)0373 | 二葉薬局 高原 0984(25)6011 |
| 二葉薬局 加久藤 0984(25)4407 | 二葉薬局 本郷 0985(89)2226 | 二葉薬局 小林南店 0984(24)5511 |
| 二葉薬局 松橋 0985(75)0633 | 二葉薬局 小林中央店 0984(27)3620 | |

夏の暑い日は食欲がなくなる方も多いのでは？簡単レシピのご紹介

なすがとろける簡単焼きなすの煮込み

なすの皮に含まれているアントシアニンが豊富で目の疲労を改善し、体を冷やす効果あり

《作り方》

1. なすを1cm幅の斜め輪切りにする
2. フライパンにごま油を入れて熱し、なすが重ならないように並べて両面を焼く
3. 生姜をすりおろす (キューブなら3cm)
4. ★の材料を合わせておく
5. 両面が焼けたら4.で合わせためんつゆを加え、中弱火で煮立てる
6. 煮立ったら弱火にして、1~2分煮込む
7. なすをお皿に盛りつけ小口切りのねぎを散らして出来上がり

《材料》

- ・なす 3本
- ・ごま油 大さじ1
- ・めんつゆ(3倍濃縮) 大さじ3
- ・水 200cc
- ・すりおろし生姜 小さじ1
- ・小ねぎ 2本

長生きの秘訣
↓
レバコール
天然由来のアミノ酸



強い免疫細胞を増加してくれるので、
身体自体が丈夫になっていきます

きれいな血液をたくさん
増やして身体の隅々まで
元気にしてくれます

肝臓に働きかけ
アルコールや身体に有害なもの
などの分解を助けてくれます

1本 → 1995円(税込)

2本入 → 3888円(税込)

4本入 → 7020円(税込)

⚠️ 只今キャンペーン中



全ての皆様の健康のために 健やか生活応援団

二葉薬局グループ

H.P <http://futaba-gr.co.jp/>

(有)二葉薬局	0984(22)8244	二葉薬局 野尻	0984(44)2828	二葉薬局 京町	0984(25)5500
二葉薬局 細野	0984(21)0770	二葉薬局 堤	0984(25)0373	二葉薬局 高原	0984(25)6011
二葉薬局 加久藤	0984(25)4407	二葉薬局 本郷	0985(89)2226	二葉薬局 小林南店	0984(24)5511
二葉薬局 松橋	0985(75)0633	二葉薬局 小林中央店	0984(27)3620		