



# オレンジ通信

第11号 平成28年10月  
医療法人社団一心会 初富保健病院

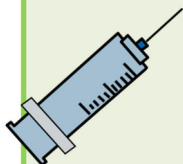
10月も半ばとなり、一気に秋らしくなってきました。これから冬へと季節が  
移り変わっていく中で、体調を崩しやすくなりますので皆さんお気を付け下さ  
い。

オレンジカフェはつとみも昨年11月よりスタートし、あと少して1年とな  
ります。この1年、オレンジカフェはつとみが地域の皆さんの出会い・交流の  
場となれたことをうれしく思います。これからも様々な役割を担っていきけるよ  
うなオレンジカフェはつとみへと成長していきたいと思いますので、これから  
もよろしくお願い致します。

## 予防接種を受けましょう！



毎年このシーズンになると話題になる**インフルエンザ**。皆さんは予  
防接種を受けていますか？予防接種をすると、インフルエンザに罹患  
しにくくなると言われています。また、もし罹患したとしても、重症化しにく  
いそうです。是非、ご家族皆さんで予防接種をしましょう！



### 当院外来でも、予防接種ができます！

実施期間：平成28年10月3日～平成28年12月28日

☆ 満65歳以上

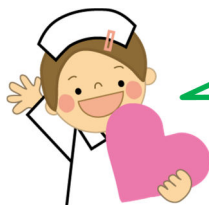
☆ 千葉県民

上記の条件を満たす方は、鎌ヶ谷市以外の方でも助成金の適用があります（窓口負担金は  
市町村により異なります）。各市町村で発行している予診票をご持参下さい。

#### < 初富保健病院 外来のご案内 >

- ・月曜日～土曜日（祝日は休診） 受付 / 8:30～11:30
- ・西館1階に外来受付がありますので、そちらへお越し下さい。
- ・事前予約やお申し込みは不要です。

\* その他ご不明な点はスタッフまでお声かけ下さい！ \*



これからは風邪のシーズンとなります。  
風邪気味の時は無理をしないで下さいね！

## 認知症と歯の関係 歯と認知症予防

自分の歯があれば噛めますが、歯が抜けると噛めないだけでなく歯根膜（歯と歯の元の歯槽をつなぐ膜）もなくなり、脳へ刺激が伝わらなくなってしまいます。また、せっかく自分の歯があっても、あまり咀嚼を意識しないで食べていると、脳への刺激が少なくなってしまいます。つまり、脳を活性化するには意識して噛むことが重要だということです。

また、噛み合せが悪い歯をそのまま放っておくのではなく、きちんと噛めるように治療することで、記憶力の回復が望める可能性もあるそうです。

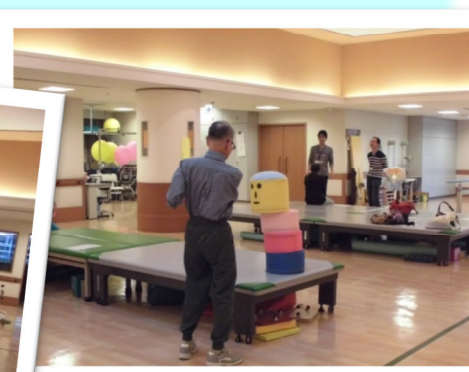
治療は入れ歯やインプラントなどでも同様の効果が期待できるそうです。きちんと噛める口腔内環境を整えて、脳の活性化をはかりましょう！

歯を大切に  
してね♡



午後のひととき…

運動あり、脳トレあり、遊びあり…



運動中の水分補給にはウォーターサーバーを用意しています。ご自由にお飲み下さい！



**11月のオレンジカフェは、5日と19日の土曜日です。**  
**ランチの予約は前々日本曜日の15時までになります。**  
**毎月第3水曜日は、認知症に関する個別相談会(事前予約)も行っています。**  
**どちらもお待ちしております！**

