

# ケアマネだより

- ★社協理念 : あたたかい手 やさしい心で つなげよう 福祉の輪  
★経営方針 : 思いやりと 笑顔の介護で 地域福祉を支えます



魚沼の山並みは新緑に包まれ、田んぼに水が張られカエルの合唱が始まり、食卓には山菜料理がならんでいませんか。新型コロナウイルス感染症による社会情勢はとても厳しい状況にありますが、医療研究の進展に期待している日々この頃です。

季節は初夏、心身ともに健やかに過ごして行きましょう。今年度も宜しくお願い致します。



前例左から青木晶子、佐藤亜由美。後列左から佐々木誠也、穴沢裕子、喜多村忍。

“笑い”がNK細胞を活性化して 体の免疫力をアップする！

がん細胞や体内に侵入するウイルスなど、体に悪影響を及ぼす物質を退治しているのが、リンパ球の一種であるナチュラルキラー(NK)細胞です。笑って元気に過ごしましょう(^O^)/

『こんにちは 思い出せずに さようなら』 『景色より トイレが気になる 観光地』  
『昼の顔 入れ歯外せば 夜の顔』 シルバー川柳傑作選より抜粋

～編集後記～

今年度、ケアマネだよりを担当させていただくこととなりました。  
よろしく願いいたします。

山水

在宅介護支援センター湯之谷  
魚沼市大沢213番地1  
湯之谷基幹集落センター内  
TEL:025-792-8184