

チームブルー地域活動支援センター

〒239-0842 横須賀市長沢1-13-3 2F

開所時間(火)～(土)10時～16時

電話046-874-6003



皆さまこんにちは。
そろそろ花粉症の季節に
なりますが、対策は万全ですか？



花粉症の正体は花粉に対し
ての人間が起こすアレルギー
反応です。

体が花粉を外に出そうとするために「くしゃ
み」で吹き飛ばしたり「鼻水」「涙」で花粉
を洗い流そうとしているのです。

(平成22年厚生労働省)

対策としては、外出時のマスクやメガネが
有効とされていますね。症状がひどい時は、
受診もご検討をなさってください。

春の外出を楽しく過ごしたいですね。



★北川ドクターの

ワンポイントアドバイス★

－性格ですか、病気ですか(3)－



“性格の病気”は病気ですから「病気なら
治る」という先生はきっと治してくれる
ことでしょう。でも「病気に分類され
た性格」でもあるので、やはり性格は変
わらないとおっしゃるのでしょうか？

「言葉の遊びだ」と、短気をおこさな
いようにしましょう。社会生活上の困り
ごとは、弁護士が担当します。体と心の
困りごとは、医者が担当します。自分の
担当分野で、何もできません、お手上げ
ですというのでは、プロ意識に欠けます。

著者プロフィール

北川年一先生
東京大学医学部卒業
津久井浜クリニック元院長
福井記念病院 院長補佐
医療法人財団青山会副理事長



★お誕生会のお知らせ★

3月21日(水)・22日(木) 12:00～

お誕生会を開催します。参加費は200円です。

※申し込み、キャンセル等の詳細は
スタッフにご確認をお願いします。

お誕生会の2日間は、無料の炊き込み
ご飯やおまかせ丼はございません。



★お弁当について★

水曜日は【はるかなキッチン】さん

木曜日は【キッチン彩】さんを¥500で

注文できます。🍷予約・キャンセルは前
日の17時までご連絡下さい。

※土曜日のお弁当注文はありません。

※木曜日は昼食支援かお弁当
を選ぶことができます。



★消防訓練のお知らせ★

3月13日(水)は、午後から消防訓練があります。

消防署の方が来て、消火器の使い方など
をご指導して頂く予定です。

ぜひ、ご参加ください。

