



「やすらぎ文庫」だより

No 5号

平成 26 年 8 月

7月6日(日)に患者図書室の臨時開館をしました。君津中央病院にて「国保いきいきフェスタ IN 木更津」が開催され、大勢の方々、親子連れの方がいらして下さいました。地域の皆様に知っていただく良い機会になりました。

当館では、低年齢の子供さんの利用が多いので、病気に関連した絵本も入れるようにしております。分りやすく、年齢に応じたものを用意する事は難しいと感じていましたが、「これ!」と言って、お父様と話をしながら読んでいる様子を拝見出来たので、ホットしております。少しずつ入荷の予定を立てておりますので、ご利用ください。

～よく読まれている本を紹介します～

「聖路加国際病院の愛情健康レシピ」 2013年発行

～100歳まで動けるからだを作る～ 病院で食事制限のない方用に提供しているレシピです。「500Kcalの満腹定食のコツ」献立のお手本になるアイデア満載の本です!102歳の日野原重明医師が・・・健やかに生きる為の食事とは?病気にならない食事ではなく、栄養補給だけではなく・・・とやさしく語るように書かれています

「骨粗しょう症に効くらくらくレシピ」 2004年発行

～カルシウムの吸収力を上げる食事・十分なカルシウムの摂取を実践～レシピも満載ですが、知っている则安心な骨粗鬆症の正体と骨を丈夫にする栄養素と食生活等が載っています。骨折で入院治療している方や骨粗しょう症が気になっている方などは、「骨粗しょう症の自己管理」も読まれています。

「やさしい小腸・大腸の疾患の自己管理」 2001年発行

～食生活・食物の欧米化に伴い増えてきた疾患をいかに自己管理できるか～のポイントが掲載されています。図書室入り口に配架してあります。ソファにかけて各疾患別の自己管理シリーズを読む方が多いです・・・

★読み終わりましたら室内の返却BOXに入れて下さい。
利用統計は、新書入荷の参考にさせていただきます。