

# 忠類診療所 院内新聞 令和7年1月号

## 「今日も 健康 に ありがとう」

〒089-1709

中川郡幕別町忠類幸町11番地 | 忠類診療所

TEL 01558-8-2053



### 今月のお知らせ

新年あけましておめでとうございます。去年は皆様には大変お世話になりました。本年は、昨年よりも皆様のお役に立てるよう、頑張っていきたいと思っております。

さて、私は、春は桜やチューリップ、夏はラベンダーや高山植物、秋は紅葉と自然を楽しんでいますが、冬はスノーボードなどの楽しみがないと、私にとって冬はただ寒さがつらいだけになってしまいます。

そんな中、私の冬の楽しみは、家の中でシクラメンの花をいっぱい咲かせることです。シクラメンを管理する際のポイントは、「①水やりをタイミング良く」「②暖房のそばには置かない」「③日光が好き」の3つです。シクラメンが枯れてしまう原因の多くは「①水不足」と「②暖房」、もしくはその合わせ技です。「③日光」は、陽が当たらないとすぐに枯れる、というわけではないのですが、長く花を咲かせ続けるために重要なポイントで、2~3ヶ月の間、新しい花芽が上がってくるようにするには、適度な日光が欠かせません。



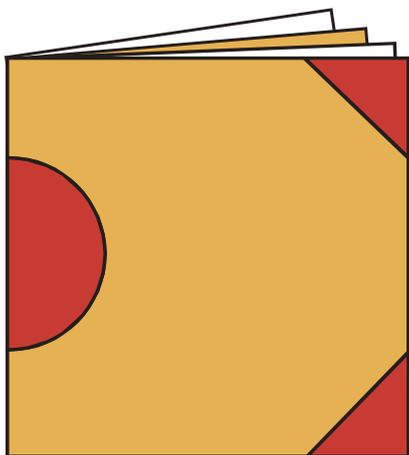
先日1日だけ日光の当たらないところにシクラメンを置いておいたら、すぐに花の茎がいつせいにしおれてしまいました。そこで日光の良く当たる場所に移動したら、1日で元に戻りました。忠類の自宅は、日当たりが非常に良いので、概して植物は良く育ちます。厳しい冬が過ぎるまで、シクラメンの花をいっぱい咲かせたいと思います。今年もよろしくお願ひ申し上げます。

所長 潮田 英明

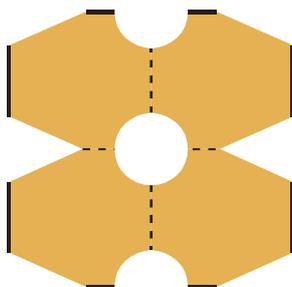
### 頭の体操！ 脳トレーニング

### 切って開くと紙はどんな形になる？

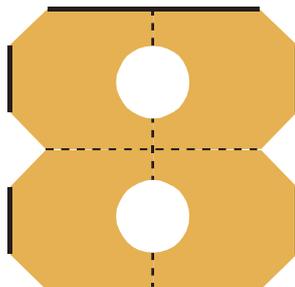
【問題】紙を4つに折って赤い部分を切り抜いて開くと、①②③のどの形になるでしょう？ 赤い部分と重なり合うところはすべて切り抜くようにしてください。



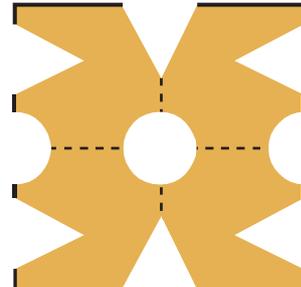
①



②



③



答えは裏面をご覧ください。  
答えが見つかるまでじっくり考えることが脳の活性化につながります！