



9月20日、グループホームみ里2階で敬老会を行いました。コロナウイルスの影響で外出を控えているので、季節を感じられるように秋の歌を皆さんと歌い、最後は炭坑節を踊りました。また、壁画の前で集合写真も撮りました。皆さん終始笑顔で参加されました。



## 栄養課



9月17日・18日は敬老会メニューを提供しました。皆様おめでとうございます。ちらし寿司や炊き込みご飯などの人気メニューを取り入れました！！野菜の南蛮や炊き合わせは色合いにもこだわり、野菜を美味しく召し上がっていただける料理に仕上げました。お口直しのゼリーには、秋を感じていただければと旬の果物をふんだんに使いました。お味の方はいかがだったでしょうか。



## 里見医院外来

10月より、本年度のインフルエンザ予防接種の予約を受け付けております。

○高齢者インフルエンザ予防接種（中津市民で65歳以上の方）  
接種を受けられる期間：令和2年10月1日～令和3年1月9日  
個人負担金 1,000円  
接種回数は1年に1回です。誤って2回目を受けた場合は、全額自己負担となります。



## ヘルパーステーション里見 め

利用者のニーズに合わせて身体介護、生活介護の中から調整してサービスを決めさせていただきます。詳しくはご相談ください。



発行元 医療法人英然会  
広報委員会 中津市中央町1-8-36  
<http://www.eizenkai.jp/>

# 英然会だより



## 心のサプリメント『タチツテ』

《チ》チは知。知覚、知識、認知。感知、察知。知は「口」（ことば）と、連ね並べる意とともに音を示す「矢」とを合わせて、言葉を連ねて神に告げる意を表す。そこから物事の道理を「しる」意味に使うとある。知覚である五感（視覚、聴覚、嗅覚、味覚、触覚）の五つの感覚です。五感（知覚）は生き抜くための探知機です。見聞きし感知し察知して危険を回避します。匂いを嗅ぎ味見して食べ物を探し、触れ合いながら家族をつくり共同して守り合って命を繋いできました。知覚で体験したものの蓄積が知、知識として認識、認知されます。ただ五感で受けとめる経験的なことばかりではなく、未来あるいは未知の事象を予知、予感する五感を越えた勘、直感、第六感の存在も知られています。直感（ひらめき、発想、名案の源）は身体が総体的に、生命的に、宇宙を体感し直接感じ取る感性です。インスピレーション（靈感）と言い換えてもいいかもしれません。論理的な思考回路を超えた非言語的な宇宙、自然環境との直接対話です。感性を磨き日々の子細な変化の気づきを大切にしましょう。小さな変化の気づきの実感の先に直感があり予知につながります。知は心のサプリメントです。自分の潜在意識は直感によって意識上に顕在化してきます。心を無にして直感を素直に体現できれば、宇宙の摂理に導かれ選ぶべき道と取るべき行動が予知できるかもしれません。