

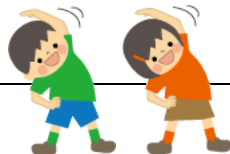


内容目次

- ・「やる気スイッチ」
- ・第32回なるほど！糖尿病塾！！
- ・インフォメーション
- ・外来診療表



発行元 地方独立行政法人さんむ医療センター
広報編集委員会
<http://www.sanmu-mc.jp/>



「やる気スイッチ」

最近「やる気スイッチ」という言葉をよく耳にしますが、「本当にやる気スイッチってあるの?」「やる気スイッチを自由自在にON・OFFできるといいのになあ」なんて思ったことはありませんか?

近年の脳研究で、脳にある神経回路の一部が“やる気”を起こすことに深く関わっていることが発表されています。脳の中には本当に「やる気スイッチ」が存在するようです!

しかし、その「やる気スイッチ」は、自由自在にON・OFFできるわけではありません。やる気と深く関わる脳の神経回路の一部は、外部からの刺激(行動・運動など)によって活発化され、脳がやる気が出ているのだと錯覚し活性化します。いわゆる、体の動きと脳の動きは連動しているので、とにかく少しだけでもやり始めるとやる気が後から付いてくる、これが「やる気スイッチ」ということです。なので、やる気が起きるのを待つのではなく、気が乗らないことでも、まずは少しでいいから取り組むことが大事です。

脳にやる気が出ていると錯覚させたら占めたもの!「やる気スイッチ」ONできます!

第32回

なるほど!糖尿病塾!!

日時 平成26年11月8日(土)
午前9時30分~午前11時30分
(受付開始 午前9時)

場所 さんむ医療センター 北棟1階 外来ホール

対象 糖尿病患者様やご家族、糖尿病に関心のある方

講師 当院外科医師
関野 伸史 医師

「糖尿病とがん」

当院内科医師
川上 総士 医師

「糖尿病と腎症」

さんむ医療センター 生活習慣病委員会

インフォメーション

1. 眼科外来からのお知らせ

平成26年10月1日より **月曜日の受付終了時間**が下記のとおり変更になりました。

記

変更前

11:00



変更後

10:30

恐れ入りますがご理解ご協力をお願い致します。

2. 休診について (9/30 現在)

10月6日(月) 眼科 古山医師→半田医師に変更

耳鼻咽喉科 10月6日(月)より大木医師→越塚医師へ変更

10月10日(金) 脳外科 田中医師→岩本医師に変更

10月14日(火) 外科 黒田医師休診

和漢診療科 並木医師の診療日 10月15日(水)→10月8日(水)に変更

10月31日(金) 内科 篠原医師休診

10月31日(金) 緩和ケア内科 篠原医師休診

(変更する場合があります。休診等の情報は、北棟1階の掲示板をご覧ください。)

お問い合わせ先

地方独立行政法人

さんむ医療センター 地域医療連携室

住所：〒289-1326 千葉県山武市成東167番地

TEL：0475(82)2521 FAX：0475(82)3354

