



以前にもまして、患者様の衛生面・安全面を考慮して、安心して気持ちよく検査を受けてもらえるような内装になっております。

平成30年4月より、当院の内視鏡検査室・超音波検査室が元事務所（1階）に引越しし、リニューアルしました。

阿蘇温泉病院

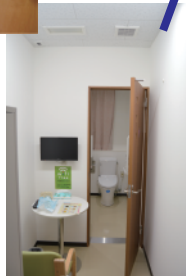
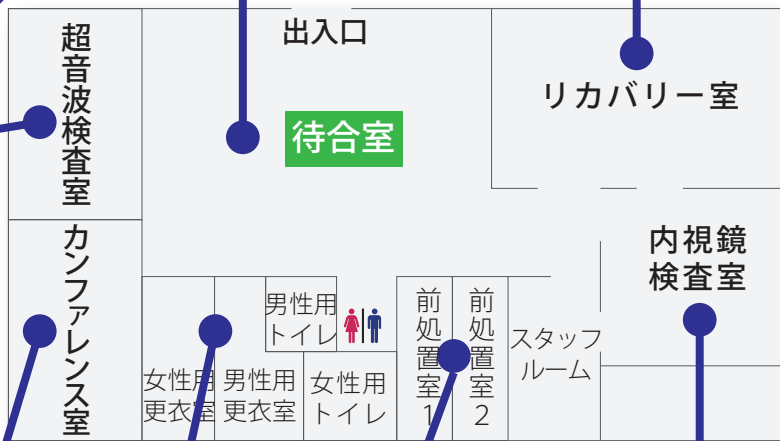
内視鏡検査室  
超音波検査室

リニューアル



※「そとがき」  
外輪山を意味する古い言葉です。

# 胃カメラ・大腸カメラ エコー検査に



医療法人社団 坂梨会  
基本理念  
よりよりよき 人間性を  
よりよりよき 環境を

発行  
医療法人社団 坂梨会 広報課

5月号 Contents

- ◆ 内視鏡室・超音波室リニューアル
- ◆ 愛・ライフ内牧いきいきクラブ
- ◆ 坂梨会リハビリ特集
- ◆ 茶寿苑通信
- ◆ 栄養科だより
- ◆ 外来診療日程

予約不要

いきいきクラブ 始めました

介護老人保健施設 愛・ライフ内牧

生活をもっといきいき 充実させる活動を行いませんか？



健康づくり・楽しみ活動・悩み事相談など様々な内容です。

開催…毎週月曜日13時30分～14時30分

内容…体操・講話・音楽療法・健康相談

栄養相談・茶話会など

対象…どなたでも参加できます

※ご自身で来所できる方が対象です

場所…愛・ライフ内牧みんなの家

料金…無料



お問い合わせ

介護老人保健施設 愛・ライフ内牧  
電話…32・5511 (理学療法士岩下)

◆5月・6月の予定◆

5月21日	いきいき百歳体操、お口の話
5月28日	いきいき百歳体操、栄養の話
6月4日	いきいき百歳体操、音楽の話
6月11日	いきいき百歳体操、体力の話
6月18日	いきいき百歳体操、健康の話
6月25日	いきいき百歳体操、お口の話

坂梨会リハビリテーション特集⑦(宝泉郷)

デイサービスセンター宝泉郷 機能訓練の紹介

当施設では、阿蘇市在住で要介護認定1～5を受けられた方を対象に、『心身機能の維持』『社会的孤立感の解消』『ご本人・ご家族の身体的・精神的負担の軽減』を通じた、『より自立、充実した毎日の生活づくり』を目的に、様々な機能訓練を実施しています。

集団機能訓練

集団での機能訓練により、心身機能の維持・向上のために、集団でのコミュニケーション能、力向上や、運動習慣の定着等を図ります。



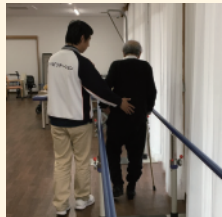
生活リハビリテーション

各利用者様の日常生活動作に対し、適切な介助量の支援を行うことで、生活機能の維持・向上を目指します。



個別機能訓練

機能訓練指導員と利用者様がマンツーマンで訓練を行うことで身体機能や生活機能の維持・向上を目指します。



生活機能向上への介入

様々な趣味活動や家庭での役割に触れ、意欲を培う取り組みによって、より充実した毎日づくりをお手伝いします。



お問い合わせ・ご要望は、こちらまで。  
デイサービスセンター宝泉郷…096713215488

ここでしかできない仕事があります

看護師大募集

募集職種：看護師・准看護師・介護士(未経験者可)  
詳しい内容のお問い合わせは、コチラまで↓↓↓  
0967-32-0881(担当:人事課 村上)





# 茶寿苑通信 ～開設記念十五周年記念式典～

おかげさまで、ケアハウス茶寿苑は、開設十五周年を迎える事となりました。十五年の間には色々な出来事があり、その中でも平成二十四年の水害・二十八年の熊本地震は忘れられない思い出となり、入居者の皆様と共に貴重な経験をさせて頂きました。

職員全員で試行錯誤し、ささやかではありませんが、開設十五周年記念式典を阿蘇プラザホテルにて行うことが出来ました。催し物の小倉虎舞保存会による舞は、「子供のころはよく見ていた。」と幼い頃を思い出す方もおられ、囃子に合わせて舞う「舞い出し」「玉とり」曲芸的な「二段舞」「三段つぎ」には、溢れんばかりの歓声が会場内に響き渡り、皆さん感激され大盛況の中、式典は終了致しました。

これからも、入居者様・地域の皆様へと開かれた茶寿苑を目標に職員一同邁進して参りますので、今後とも宜しくお願い致します。



阿蘇健康管理センター 室長 野尻 史子

## 栄養科だより ～積極的に摂りたい野菜～

初夏は気候も良く、野菜も安価に手に入るようになります。野菜にはそれぞれ様々な栄養素が含まれています。多種多様な成分が相互に作用しあつて、体内で多くの大切な働きをします。健康を維持・増進させるためには、一日に緑黄色野菜から120g、その他の野菜から230gの計350g以上の野菜をとることが推奨されています。

(※両手のひらをそろえて、山盛りいっぱいになる量です。)

緑黄色野菜の代表としては、ブロッコリー・ニンジン・ピーマン・ホウレンソウ・トマト等です。

### 野菜の働き

食べ過ぎを防ぐ…満腹感を得られやすい

#### 腸内環境改善

食物繊維が腸内の善玉菌を増やし、腸内環境を整え、更に便秘も防ぎます。

加齢やストレスに対抗し、がん予防

野菜のカロテン、ビタミンC・Eは、抗酸化作用が強く、活性酸素を除去します。また野菜の色素は強い抗酸化作用を示すと言われ、トマトのリコピン、トウモロコシのルテイン、ナスのアントシアニンがその例です。

#### 脂質改善

野菜類全般に含まれる水溶性食物繊維は血糖上昇を抑制し、コレステロール値や中性脂肪値を低下させる働きがあります。

#### 血圧上昇抑制

野菜には、豊富なカリウムが含まれます。カリウムは余分なナトリウムを体外に出し、血圧上昇を抑制する効果があります。



# 阿蘇温泉病院 外来診療日程

受付時間  
7:30~12:00  
13:30~17:00

診療時間  
8:30~12:30  
14:00~17:30

※急患や時間外・  
当日の詳細な  
お問い合わせは  
**0967  
(32)  
0881**まで  
遠慮なくお電話  
下さい。

	月		火		水		木		金		土	
	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後
内科	萩原	福島	萩原	岩下	萩原	重盛	萩原	重盛 (1600~)	横山	戸上	戸上	重盛
	戸上		戸上		岩下	一安 (~1500)	岩下	奥野 (~1600)	重盛	一安 (930~)	一安 (~1500)	
	横山		西本 (1000~)		一安 (930~)		奥野 (900~)		福島	堤(第2・4)	堤(第2・4)	
腎・泌尿器科 診療 10:00~12:00	下村		下村		下村		下村		下村		熊本医療 センター又は 熊大医師	
透析センター	西本	下村	西本	下村	西本	下村	西本	下村	西本	下村	熊本医療センター 又は熊大医師	
産婦人科 妊婦 健診 その他 ※水曜日の午後は 手術日です。手術 がなければ通常 診療を行います。	竹下 8:30~12:00 or 片渚 13:00~17:00	竹下 14:00~16:30	荒尾	荒尾	竹下	竹下	荒尾	荒尾	竹下	竹下	荒尾	荒尾 8:30~12:00 or 竹下(月1回) 9:30~12:00
皮膚科(完全予約制) 8:30~17:00	北	北	北	北	北	北	北	北	北	北	北	北
内視鏡検査			横山		横山		小田(外来)					横山
麻酔科・緩和ケア相談 診療 9:30~12:00			坂梨		坂梨				坂梨			
小児科			松本				松本					松本
アレルギー科			松本				松本					松本
整形外科									熊本機能病院 受付 900~1200	熊本機能病院 受付 1400~1500	西日本病院(第2) 受付 900~1200	西日本病院(第2) 受付 1400~1600
耳鼻咽喉科 (5月12日・19日・26日)											熊本総合病院 受付 7:30~12:00	熊本総合病院 受付 13:30~15:30
歯科	鮫田誠也						鮫田慎也		鮫田誠也			
阿蘇健康管理センター	岩下		重盛		坂梨		福島		戸上		戸上	横山

1月より  
診療日が  
変わりました



◎未経験者、大歓迎  
◎年齢や勤務時間など、相談受けます  
◇仕事内容: 入院患者さんの身の回りのお世話

## 大募集 介護福祉士 ケアワーカー

詳しい内容のお問い合わせは、0967-32-0881 (担当: 人事課 村上)