



愛・ライフ内牧 大運動会



今年も仮装がんばりました。
来年もお楽しみに！

団長競技の福祉用具探しでは、「灯台下暗し」でなかなか見つけられないスタッフがいたりと、こちらも笑いを取り、いい汗をかかせていただきました。全日程を終え、どの曜日も僅差のタイムでしたが、今年は金曜日のデイケアの方々が優勝され、トロフィーを授与しました。

来年も日ごろの訓練を活かせる競技を考え、利用者様と楽しみたいと思います。

また、愛・ライフ内牧の通所リハビリ(デイケア)にご興味のある方の見学もお待ちしております。



※「そとがき」
外輪山を意味する古い言葉です。

通所

毎年恒例となりました、曜日対抗大運動会を6月21日(木)～27日(水)にかけて開催しました。

まずはスタッフの仮装のファッショントリートし、競技へ移りました。今年は上半身をしつかり動かす種目を中心に、利用者様3種目・職員1種目で競い合いました。その中の1種目は、今年5月にグラウンドゴルフ大会を開催したことから、新聞紙で作った棒をステイックに見立てて、お手玉を送る競技を取り入れました。少しずつ送るはづが、気合の入ったスイングで飛ばしてしまったり、お手玉が破れたり…と笑いの出るハプニングがありました。

団長競技の福祉用具探しでは、「灯台下暗し」でなかなか見つけられないスタッフがいたりと、こちらも笑いを取り、いい汗をかかせていただきました。全日程を終え、どの曜日も僅差のタイムでしたが、今年は金曜日のデイケアの方々が優勝され、トロフィーを授与しました。



今後も、入所者様とご家族様にも楽しんでいただける企画・イベントを考えて参りますので、次回も楽しみにして頂きたいと思います。



医療法人社団 坂梨会
基本理念
よりよき人間性を
よりよき環境を
よりよき医療・介護を

発行

医療法人社団
坂梨会 広報課

7月号 Contents

- ◆ 愛・ライフ内牧大運動会
- ◆ 緩和ケア遺族会
- ◆ 坂梨会リハ特集
- ◆ 茶寿苑通信
- ◆ 外来診療日程
- ◆ 栄養科だより

「遺族のつどい」を開催しました

緩和ケア病棟では、毎年「遺族のつどい」を行っております。このつどいは大切な方を亡くされたご遺族にお集まりいただき、大切な方を偲び語り合い、悲しみや想いを分かち合うために毎年行っています。今年は8家族12名の方に参加していただきました。

当日は、お茶を飲みながらの茶話会形式で、ミニコンサートやスライドショーを鑑賞し、スタッフと共に当時を思い出し、語り合い、笑い、涙する場面が見られました。

つどいの終了後には、「泣いてしまうから、参加することを悩んだけれど、参加してよかったです。まだ、悲しみの中にはいますが、少しずつ歩いていきたいと思います」と、参加されたご遺族が笑顔で伝えてくれました。悲しみが癒えるには時間がかかります。同じ時間を共有し、語り合うことの大切さを改めて感じた時間となりました。



坂梨会リハビリテーション特集⑨ 【阿蘇温泉病院 総合事業C】

阿蘇温泉病院 総合事業Cは、阿蘇市在住の虚弱高齢者など日常生活になんらかの不安や支援が必要な方に対しても、運動能力・認知機能・口腔機能・栄養状態を総合的に評価し、生き生きとした生活を取り戻すリハビリサービスを提供します。

※ご利用には、阿蘇市地域包括支援センターへの相談が必要になります

当院は阿蘇地域住民の
介護予防を推進しています！

ここでしかできない仕事があります

看護師・介護士 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 | 茶寿苑施設長就任の挨拶 |

この度、ケアハウス茶寿苑の施設長を
拝命致しました角中（かくなか）俊昭
(としあき)と申します。

熊本地震の爪痕は少しづつ消えていつ
てはいますが、熊本と阿蘇を結ぶ57号線、
JR豊肥線の復旧には目途がたたず、二重
峠トンネルの開通が待たれます。

茶寿苑では待望の源泉45度の温泉が掘り当てられ入居者様は「寿命が伸びた」と喜んでおられます。医療法人社団坂梨会の一員として開設十五周年を迎え、平成30年4月8日には記念式典が行われ、入居者様にて結成されたTJE48の歌声が披露され、小倉地区の虎舞の演技にも大きな拍手がおこられました。

これから、茶寿苑の健全な運営と発展の為に力を尽くしてまいりますのでご指導の程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



高血圧症の予防には、なぜ

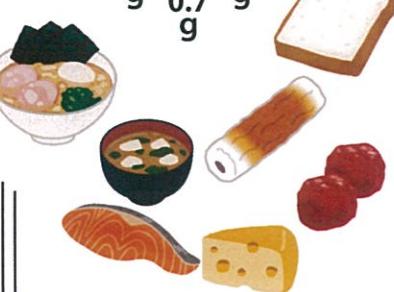
減塩

が必要なのでしょう?

食事によって食塩を摂取すると、その食塩はナトリウムとして吸収され、血液中のナトリウムが上昇します。通常、腎臓は余分なナトリウムを尿中に排泄することにより、体液量を調整して血圧を維持しています。しかし、食塩を過剰に摂取し続けると、体液量の調整がおいかなくなり、血液中のナトリウム濃度は高いままとなります。その結果、ナトリウム濃度を薄めようと体内の水分が血液中に集まり、大量の血液を押し流すために血管壁に高い圧力が加わり、「高血圧」となります。食塩の摂取量は成人男性1日8g未満、女性7g未満とされています。血圧が高めの方は6g未満を目指しましょう。

塩分が多い食品・料理

食パン (6枚切り1枚)	0.8 g
ちくわ (1本)	0.9 g
味噌汁 (1杯)	1.5 g
ラーメン (1杯) 汁含む	6.5 g



減塩のポイントをご紹介します

- ・素材の良さを最大限に生かした料理にしましょう。
- ・塩や醤油などの調味料は自分量ではなく計量スプーンで測りましょう。
- ・香辛料や酸味、柑橘系で香味を効かせましょう。
- ・練り製品やハム、ベーコンなどの加工品はなるべく控えましょう。
- ・しようゆやソースは料理に直接かけず、小皿にとつてつけて使いましょう。
- ・ラーメンやうどんなど麺類のスープはできるだけ残しましょう。
- ・外食のときも、減塩を意識したメニューを選びましょう。



		月	火	水	木	金	土
		午前	午後	午前	午後	午前	午後
内科	萩原 戸上	福島	萩原 戸上	岩下	萩原 戸上	重盛 西本 (1000~)	重盛 西本 (1000~)
腎・泌尿器科 診療 10:00~12:00	透析センター	下村	西本	下村	西本	西本 奥野 (~1600)	西本 奥野 (~1600)
産婦人科 ※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。	妊娠健診 その他	竹下	竹下 8:30~12:00 片済 13:00~17:00	竹下 14:00~16:30 or 9:30~12:00 14:00~17:00	荒尾 竹下 9:30~12:00 14:00~17:00 8:30~12:00 14:00~17:00	荒尾 竹下 9:30~12:00 14:00~17:00 8:30~12:00 14:00~17:00	荒尾 竹下 9:30~12:00 14:00~17:00 8:30~12:00 14:00~17:00
皮膚科(完全予約制) 8:30~17:00	北						
内視鏡検査							
麻酔科・緩和ケア相談 診療 9:30~12:00							
小児科							
アレルギー科							
整形外科							
耳鼻咽喉科 (7月14日・21日・28日)							
歯科		鮫田誠也		森永博臣 (口腔ケアのみ)		鮫田慎也	
阿蘇健康管理センター		岩下		重盛		坂梨	
午後							
午後							



大募集集 **介護福祉士** **ケアワーカー**

◎未経験者、大歓迎

◎年齢や勤務時間など、相談受けます

△従事内容：入院患者さんの身の回りのお世話

詳しい内容のお問い合わせは、担当：人事課 村上

0967-32-0881

河瀬温泉病院
外来診療口程

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。

