



『介護の日』にちなみ、阿蘇温泉病院の介護職をご紹介します。食事の配膳・入浴介助・オムツ交換などの力仕事から、細かい仕事まで多岐にわたります。



やりがいのある職場

介護の仕事に就き、約一年半が経ち、命に関わる事に多く遭遇し、改めてこの仕事の大切さ、大きさを感じている日々です。今は介護士さん不足で、毎日が時間との戦いです。しかし、そんな時だからこそ一つ一つの仕事をきちんと丁寧にし、患者様の怪我に注意しています。大変ですが、そこから新しいやりがいを見つけ、自分の実力へと繋がれたらと思います！



向上心を持って

看護職に就こうと考えて、その為に何が出来ると考えた際に紹介してもらい、始めたのが介護でした。介護は“きつい”といったイメージが強く、不安だったのですが、周りの方が優しく教えて下さったおかげで、楽しく充実した日々を過ごしています。この介護での経験を活かして、看護師になるために学校へ進学し、専門知識や患者様との接し方などを学び、『よりよき介護』を目指したいと思っています。



阿蘇市外に 住民票がある方	阿蘇市に 住民票がある方	【料金表】
4,000 円 / 回	4,000 円 / 回	6 ヶ月～ 3 歳未満
4,000 円 / 回	1,200 円 / 回	3 歳～ 64 歳
4,000 円 / 回	1,200 円 / 回	65 歳以上

※金額や接種回数、注意事項などのお問い合わせは、
0967-32-0881
までお電話下さい。

◆接種期間
11月1日～12月29日
14時～16時

◆予約方法
来院時でもお電話でも、ご予約できます。

インフルエンザの
予防接種
始めました



支えあいの心で

ここ数年、医療・介護業界でも「多職種連携」がうたわれています。現在、当院では、平成22年に開始した『介護主任会』や、口腔ケアを中心とした患者様の健康促進に繋げようとする『口腔ケアチーム』などがあります。介護職スタッフが中心となり、看護師・歯科衛生士・言語聴覚士など多職種のスタッフと共に、よりよい介護の提供を目標に、日々活動しています。



※「そとがき」
外輪山を意味する古い言葉です。

医療法人社団 坂梨会
基本理念
よりよき人間性を
医療・介護を

発行

医療法人社団
坂梨会 広報課

11月号 Contents

- ◆介護職の紹介 ◆インフルエンザ予防接種
- ◆愛・ライフ内牧文化祭のお知らせ
- ◆市民公開講座開催 ◆茶寿苑通信
- ◆グラウンドゴルフ大会 ◆くるみハロウィン
- ◆栄養科より ◆外来診療日程

医療法人社団坂梨会

緩和ケア病棟・透析センター

桃花水開設10周年記念

市民公開講座

2018 11.18 日 14:00~16:00
(受付 13:00)

会場：介護老人保健施設 愛・ライフ内牧1階

定員：先着 300 名

参加費：無料

『生きるとは
与えられた命を
果たすこと』

くまもと心理カウンセリングセンター

代表 岡崎 光洋 氏

1963年生まれ。
上天草総合病院小児病棟で11
年勤務。当時、県乳幼児精神発
達健診心理判定員を兼務。現在、
スクールカウンセラー・熊本市
学校問題相談員・熊本大学医学
部非常勤講師・県メンタルヘル
ス講座講師等。

愛・ライフ内牧からのお知らせ

●文化祭開催（作品展示期間）

【11月26日～12月1日】

●期間中のイベント

11月26日（月）



バザー 1階フロア

11月28日（水）13時45分～

松本ろけんろー様ギター弾き語り

12月1日（土）13時45分～

認知症サポーター演劇

●介護教室の開催【12月1日】

認知症介護について、戸惑いを感じて
おられる方や、認知症について詳しく
知りたい方など、どなたでも
ご参加いただけます。

●場所

介護老人保健施設 愛・ライフ内牧1階

●内容

認知症の理解と対応のあり方
(講話・DVD・寸劇)

●申込

事前申込み不要

●参加費

無料

※お問い合わせ等は、愛・ライフ内牧
(上島・幸) までお尋ね下さい。

TEL..0967-32-5511



茶寿苑通信

～秋祭り・敬老会開催～

救急救命講習会

10月22日、阿蘇広域消
防本部認定の応急手当普及員で
ある坂梨会職員に依頼し、救急
救命講習を開催しました。心臓マッサージ・人口呼吸・
AED(自動体外式除細動器)の
使用方法や、緊急時を想定した
職員の連携や流れについて体験
しました。講習に参加する事により
職員の意識・技術の向上に
つながり意義ある講習会になり
ました。

防犯講習会

10月25日、阿蘇警察署

生活安全課より「架空請求」「振
り込め詐欺」についての講習会
がありました。「自分にはあり得
ない」と思っている方も実際は身近
で起きている『何か不審な事が
起こったら職員や周りに相談し
被害者にならない
ようにするこ
とが大事である』
などの内容で、
普段から防犯に
ついて取組む事
が重要になると
感じました。

予約不要

無料

どなたでも参加OK!

11月の予定

介護老人保健施設 愛・ライフ内牧

いきいきクラブ

13:30~15:00

電話：32-5511

5日（月）	体操・体力測定
12日（月）	体操・間食について
19日（月）	体操・歌って笑おう
26日（月）	体操・健康相談



阿蘇温泉病院杯

グラウンドゴルフ大会！

10月30日、阿蘇市総合センター多目的芝生広場において、「第8回阿蘇オープン阿蘇温泉病院杯グラウンドゴルフ大会」が開催されました。



坂梨理事長の主催者挨拶の後、プレーがスタートし、過去最多の110名（最高齢は、99歳・男性）の参加者が熱戦を繰り広げました。また、愛・ライフ内牧デイケアの12名の方々が初参加され、参加者の笑顔や歓声が溢れていました。

次回第9回大会は、来春5月開催を予定しております。更なる、地域密着の大会、となることを目指して参りますので、多くの方々のご参加をお待ちしております。

トックオクトクト

くるみ幼稚園のハロウィン

事業所内託児所『くるみ幼稚園』では、毎年ハロウィンにあわせて子供たちが、当会の病院や老健施設を訪問します。

今年も、魔法使いやかぼちゃに扮し、各施設を訪れ、利用者様たちを癒していました。

また、園児達もお礼にもらったお菓子のプレゼントに満足な様子でした。



栄養科だより『甘酒のお話』



甘酒

だんだんと肌寒さを感じる季節になりました。体を温めたいときの飲み物の一つに甘酒を取り入れてみませんか？甘酒は「飲む点滴」と言われるほど体力回復に効果があります。

甘酒の優れた栄養成分

◆ブドウ糖

すぐにエネルギーとして利用され疲労回復に効果的

◆ビタミンB群

効果的にエネルギーを生み出す手伝いをし、体力アップと美容効果がある。

◆食物繊維＋オリゴ糖

便秘の解消や腸内環境改善の効果があり痩せやすい体質になります！

◆さまざまな酵素

でんぷん・たんぱく質・脂肪を効率的に分解して、消化吸収を助ける働きや、吸収された栄養分を効率よくエネルギーに変える役割がある。

◆豊富なアミノ酸

筋肉増強やリラックス効果があり、疲れを癒してくれます。成長を促し、満腹中枢のコントロールで満腹感が得られ間食も減らせます。少し温めて飲めば（60度）冷え症も改善できます。

酵素の効能を期待する方は自分で作ってみませんか？

炊飯器で米1.5合をお粥モードで炊く。炊き上がった水を400ml入れ攪拌する。60℃位に下がったら麴を300g入れ攪拌する。炊飯器のふたは開けたままキッチンペーパー等を被せ保温8時間で完成。数回攪拌し8時間で完成です。（酒粕で作るのは砂糖を入れますが米麴には入れません）

★飲む以外にも砂糖の代わりの調味料として使ったり、肉や魚を漬け込むと身が柔らかくなり旨みが増します。試してみてくださいね！

★賞味期限が長く手軽に楽しめる市販の甘酒も「飲む点滴」で優秀な発酵食品です。1日200ml程度を目安にしましょう。それ以上は太る原因になります。



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	7・21日 福島~15:00	萩原	1・15・29日 岩下16:00~	横山	西本	戸上	第1・3 岡田
	戸上		戸上		岩下	14日 岩下~15:00	岩下	8・22日 西本16:00~	福島		第2・4 堤	第2・4 堤
	横山		西本 10:00~			28日 横山~15:00	奥野 9:00~	奥野 ~16:00				
					一安 9:30~	宮野 15:00~					一安 9:30~	一安 ~15:00
						一安 ~15:00					熊本医療センター 熊大医師	熊本医療センター 熊大医師
	下村		下村		下村		下村		下村		熊本医療センター 熊大医師	熊本医療センター 熊大医師
腎・泌尿器科 診療 10:00~12:00												
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 熊大医師	熊本医療センター 熊大医師
産婦人科・妊婦健診 (更年期/不妊/思春期/腫瘍)	荒尾 8:30~12:00	片渕 13:00~17:00	荒尾 8:30~12:00/14:00~17:00	竹下 9:30~12:00/14:00~16:00	荒尾 8:30~12:00/14:00~17:00	荒尾 8:30~12:00/14:00~17:00	荒尾 8:30~12:00/14:00~17:00	荒尾 8:30~12:00/14:00~17:00	荒尾 8:30~12:00/14:00~17:00	荒尾 8:30~12:00/14:00~17:00	荒尾 8:30~12:00 11月10・24日	荒尾 8:30~12:00 11月10・24日
皮膚科 (完全予約制) 8:30~17:00	北	北	北				北	北	北 8:30~12:00	美容外来	北 8:30~12:00	北 8:30~12:00
内視鏡検査			横山		横山		小田 (外来) 11月1・8・15日				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 7:30~12:00/13:30~15:00	熊本機能病院 7:30~12:00/13:30~15:00	熊本機能病院 7:30~12:00/13:30~15:00	熊本機能病院 7:30~12:00/13:30~15:00
耳鼻咽喉科 (11月10・17・24日)											熊本総合病院 7:30~12:00/13:30~15:30	熊本総合病院 7:30~12:00/13:30~15:30
歯科	鮫田誠也		森永博臣 (口腔ケアのみ)	森永博臣 (口腔ケアのみ)	森永博臣 (口腔ケアのみ)		鮫田慎也		鮫田誠也			
阿蘇健康管理センター	岩下		坂梨		岩下		福島		戸上		横山	



大募集
看護師・准看護師
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)

