



※「そとがき」
外輪山を意味する古い言葉です。

プラセンタ注射はじめました

プラセンタとは

胎盤のことです。わずか約10か月で胎児を3Kgまで育て上げるアミノ酸をはじめとする各種栄養素や生理活性物質が豊富な組織です。



プラセンタ注射薬

当院では、メルスモンというプラセンタ注射薬を使用しています。肝炎やHIVなどの感染症をチェックしたヒト胎盤が使用されており、高圧蒸気滅菌により未知のウイルスも処理しており、安全性に配慮しています。

効果

- ・美肌効果、老化防止
- ・シミ・くすみ、しわ（コラーゲンの生成を高め、肌の張り・弾力を向上します）
- ・保湿（水分保持力の向上で保湿力向上）、乾燥肌の改善
- ・ニキビ（炎症を抑え、赤み・痒みを抑える）
- ・細胞1個1個の組織呼吸や新陳代謝を高め、細胞を活性化します
- ・定期的（1か月半ほど週1〜2回）に打つことに伴い、より効果を実感できます



ご興味のある方は、産婦人科までお問い合わせ下さい。

保険診療（更年期障害）・自費診療（美容）でご提供しています。

0967・32・0881（病院代表電話）↓産婦人科

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

- ◆ プラセンタ注射◆ デイサービスセンター 宝泉郷◆ 介護職員初任者研修募集
- ◆ 健康プラザ
- ◆ 茶寿苑通信◆ 栄養科だより
- ◆ 診療日程

人気レクリエーションベスト2 デイサービスセンター宝泉郷

デイサービスセンター宝泉郷では、午前中は入浴や制作活動、脳トレやパズルなどの頭の体操などを行っていただき、昼食を挟んで午後から集団体操やレクリエーションを行っています。今回は利用者様から好評のレクリエーションの2つを紹介したいと思います。

輪っか引き

これはひも付きの輪っかを投げ、紙玉や空き缶、ゴムボールなどを自分の足元まで引き寄せ遊ぶです。小さいボールや柔らかい紙玉など、取りづらい物には高得点をつけてやっているのですが、普段物静かな方が目の色変えて慎重に引き寄せている姿はとても魅力的で、見る利用者からも歓声が起こり毎回盛り上がっています。

射的

コロナが流行る前、宝泉郷では秋祭りを開催していたのですが、その時に行った射的がとても人気になりました。特に男性の方に評判が良く、子供の頃の思い出がよみがえるのか、構え方から雰囲気があり高得点をたたき出すことが多々あります。

他にも釣りやボーリング、ゴルフなど様々なレクリエーションを毎日行っています。

「今日は笑いが止まらんだった」「よくこんなこと考えるね」などの感想が職員のモチベーションに繋がっているとします。今後も利用者が盛り上がるようなレクリエーションを考えていきたいと思えます。



受講生募集

「介護で繋ぐ地域の輪」



令和4年度介護職員初任者研修
 坂梨会では、毎年、介護職員初任者研修
 を開催しています。

【主催】医療法人社団坂梨会

【申込期間】

2022年6月1日～7月29日
 ※9:00～17:00(日曜を除く)

【研修期間】

2022年7月29日～11月25日
 受講日：月曜日・水曜日・金曜日
 受講時間：18:00～21:00

【受講料】

55,000円(税込)のみ
 ※教材費・テキスト代込

当事業所の研修講師は、各部署で勤務している
 看護師・介護支援専門員・社会福祉士・管理栄養士
 居宅介護職員・施設介護職員が実際の体験談を踏
 まえた講義を行っております。介護職で勤務され
 ているだけでなく、家庭においての介護に関し
 ての知識・技術を学びたいと考えている方にも、
 介護の基本となる研修内容になっていますので是
 非、受講して頂ければ思っております。

【お問合わせ】

・介護老人保健施設 愛・ライフ内牧
 担当：坂本まで
 ☎0967・32・5511

阿蘇温泉病院

健康プラザ

で体をチェック!

阿蘇温泉病院では、「健康プラザ」をやっています。
 健康プラザとは、血液検査によりご自身の健康状態を
 把握するもので、その結果に基づいた診断・治療を
 目的とするものではありませんので、ご注意ください。

【受付】

阿蘇温泉病院 外来

月曜日～金曜日 13時30分～16時30分(祝日は除く)

【所要時間】

採血後、検査結果をお渡しするまで40分～50分

【検査メニュー】

・健康が気になる方	¥2,000
・血糖が気になる方	¥1,500
・腎臓が気になる方	¥1,000
・酒の飲みすぎが気になる方	¥1,000
・コレステロールが気になる方	¥1,000
・肝障害が気になる方	¥1,000
・心臓病が気になる方	¥1,500
・痛風が気になる方	¥1,000
・血液型を知りたい方	¥1,000
・血管年齢を知りたい方	¥1,000

結果を郵送する検査

・麻疹が気になる方	¥2,000
・風疹が気になる方	¥2,000
・水痘が気になる方	¥2,000
・おたふく風邪が気になる方	¥2,000

どなたでもご利用できます。
 お問い合わせは、
0967-32-0881まで
 ご連絡下さい。



老化防止や美肌効果、更年期障害などに

プラセンタ注射 始めました。

詳しくはお電話またはホームページ()をご覧ください!

阿蘇温泉病院 産婦人科 ☎0967-32-0881



茶寿苑通信 『苑内を温かく包む短歌』

入居者の山部モリ子さん（九十四歳）は、日常生活の中でのなげない出来事を短歌にしたため、地元新聞にも多くの句を投稿し掲載されています。その中でも選りすぐりの作品を一階事務所横の『茶寿苑ギャラリーコーナー』に展示しています。①ご先祖様の墓参りの際の句【鳳仙花真赤に咲くも摘まれずに茎伸びやかに墓守りをり】②熊本地震で不通になった豊肥線についての句【もう一度汽車で行きたい子供宅豊肥線再開指折りて待つ】③ご子息夫婦と行ったうなぎ屋で句【冷房は川のせせらぎ着順に明治の座敷にうなぎを待つ】

最初に始めたのは『俳句』で、数年前から『短歌』を詠むようになられました。最近では『川柳』にも興味を持ち苑前の阿蘇市立阿蘇図書館に通い川柳本を読書し勉強中とのことです。「日常生活の出来事に自らの思いを文字に込めるのが楽しみです。」と飽くなき探求心で今日も一句詠まれます。



通所リハビリテーション

動く

楽しむ

癒す

味わう

ご利用などに関するお問い合わせは
医療法人社団 坂梨会 愛・ライブ内牧
0967・32・5511

新型コロナウイルス感染
対策をしっかり行い
元気に実施中です



栄養科 だより



夏の食中毒

毎日じりじりと暑い日が続きますね。

熱中症が増える中、こまめな水分補給は出来ていますか？

今回は夏場の食品衛生の基礎知識について考えてみたいと思います。

夏場の食中毒の主な原因菌

0157・・・加熱が不十分な肉やレバーに多い。お肉はしっかり加熱を！
サルモネラ菌・・・肉類や卵に多い。しっかりと加熱する事が大切。
カンピロバクター・・・特に鶏肉に多く、少量でも食中毒に！しっかりと加熱が大切
ウエルシュ菌・・・消毒や熱に強い為、カレーなどの作り置きはなるべく避ける。
腸炎ビブリオ・・・生の海産物に多く夏に多い。熱や真水に弱い冷凍には強い。
黄色ブドウ球菌・・・人の傷口などに多い。熱に強く低温に弱い。

食中毒予防の3原則

- 1【つけない】
食中毒を起こす有害な細菌は身近にあり、特に自分の手についている事が多いので、調理前の手洗いを徹底し、食品や道具をきちんと洗う事が重要です。
- 2【増やさない】
細菌の増殖を防ぐには、細菌が好む温度帯を避け栄養分を絶つ事が慣用。夏は食品を室温に置かず、冷凍冷蔵で保存しましょう
- 3【やっつける】
細菌やウイルスを死滅させる為には、水洗いだけでは不十分です。見た目に汚れていなくても細菌が付着しているので、熱湯や漂白剤で消毒しましょう。

最近増殖を防ぐポイント

手 調理の前にせっけんで洗い、傷があるときは手袋をはめる。

まな板 肉・魚・野菜調理済み食品にそれぞれ使い分け熱湯消毒して良く乾かす。

スポンジ 使ったら洗って良く乾かし、劣化したら取り換える。

食中毒は免疫の働きや胃酸の分泌が落ちている時に発症しやすく、常に菌がいることを前提に食品と接する事。食べ物を常温放置しないように気をつけて下さい。

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	戸上	25日 14:00～16:00 横山	萩原	萩原	宮野	27日休診	戸上	14日休診	横山	16日 戸上		
	横山	25日 16:00～17:30 戸上	戸上		宮野	28日休診	宮野	28日休診		堤	16日休診	堤
		宮野	西本	※再診のみ							16日 上野	16日 岡田
脳神経内科					徳本	徳本	14・28日 徳本	徳本	徳本			
腎・泌尿器科							熊本大学病院 受付7:30～11:30 診療9:00～12:00			非常勤医師 受付7:30～12:00 診療10:00～12:30		
透析センター	西本	西本	西本	西本	井出	西本	西本	西本	西本	西本	非常勤医師 9:00～14:00	
内視鏡センター			横山	横山	横山	横山	小田			横山		
産婦人科	荒尾			荒尾			荒尾			荒尾	(9・23日のみ診察) 受付8:45～12:00 診療8:45～12:30	
耳鼻咽喉科	古田	古田	古田	古田	井	井	井	井	井	熊本総合病院 受付7:30～12:00 / 13:30～15:30 診療10:30～12:30 / 14:00～16:00		
整形外科	井	井	井	井	井	井	井	井	井	熊本総合病院 受付7:30～12:00 / 13:30～15:30 診療10:30～12:30 / 14:00～16:00		
小児科			松本	松本	松本	松本	松本	松本	松本	松本	松本	
アレルギー科			松本	松本	松本	松本	松本	松本	松本	松本	松本	
麻酔科・緩和ケア相談 診療 9:30～12:00			坂梨	坂梨	坂梨	坂梨	坂梨	坂梨	坂梨	坂梨	坂梨	
歯科(予約制)	豊福	豊福	豊福	豊福	豊福	豊福	豊福	豊福	豊福	豊福	豊福	
阿蘇健康管理センター	4日25日:横山 11日:戸上		坂梨	坂梨	宮野	27日:徳本	宮野	28日:徳本	戸上	戸上	横山	横山

**看護師・准看護師
介護福祉士・介護職**
を募集します
医療法人社団 坂梨会 阿蘇温泉病院

ご興味のある方は、お気軽にお電話下さい！ 0967-32-0881(採用担当)

阿蘇温泉病院
健康プラザ
始めました

血液検査 de 健康チェック!
腎臓・心臓・血糖・コレステロールなど
14種類の検査項目をご用意しております。
※検査結果まで40～50分程度です。検査項目によって、金額が異なります。
※月曜日～金曜日の13:30～16:30
お問い合わせ:阿蘇温泉病院0967-32-0881