



住宅型有料老人ホーム

みずあさぎ

増床

25床 ↑ 21床



平成29年2月に開設し、早5年半が過ぎました。日頃より住宅型有料老人ホームみずあさぎ運営にご協力いただき誠にありがとうございます。さて、今年6月より行ってまいりました増築工事が、ようやく11月末に完成致しました。部屋数25床となり内訳は、小部屋(トイレなし)11床、大部屋(トイレあり)14床です。既存の部屋同様に電動ベッド、エアコン、テレビ、冷蔵庫、タンス、床頭台などを備備しアメニティも充実しております。随時見学など受け付けておりますので興味がある方お待ちしております。

みずあさぎ
0967(32)1523

※「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
あなたの健康が大好きです
あなたの健康が大好きです

みずあさぎ ご案内

部屋タイプ1
15㎡

部屋タイプ2
22.5㎡
(トイレ付き)

NEW
4部屋増床

ゆったりとした談話スペース

年末年始の診療案内

今年は **30日**まで通常診療致します。来年は **4日**から通常診療致します。

	12月				1月			
	28(水)	29(木)	30(金)	31(土)	1(日)	2(月)	3(火)	4(水)
阿蘇温泉病院	通常	通常	通常	休診	休診	休診	休診	通常
透析センター	月 サイクル	火 サイクル	月 サイクル	火 サイクル	休診	月 サイクル	火 サイクル	月 サイクル

◎ご案内した日程は予定です。急に変更になる場合もございませうのでござ承下さい。
◎診療に関するお問い合わせは外来受付 (0967-32-0881) までお願いします。

あなたの健康が 大好きです

医療法人社団 坂梨会 阿蘇温泉病院
☎ 0967-32-0881

発行

医療法人社団 坂梨会 広報課

12月号 Contents

- ◆茶寿苑通信◆
- ◆車椅子生活◆
- ◆愛宕別荘◆
- ◆地区別看護管理◆
- ◆年末年始の診療案内◆
- ◆みずあさぎ増床について◆
- ◆栄養科だより◆
- ◆消防訓練◆
- ◆永年勤続表彰◆
- ◆診療日程◆

「地区別看護管理者会」

この度、泗水公民館で行われた熊本県看護協会・菊池地区管理者会において、看護職員が働き続ける為、当院の取り組みを発表させて頂きました。高齢化社会を迎える日本において、厚生労働省は2025年には188万人の看護職員が必要と推定しています。しかし、現状として約6万〜20万人の看護職員が足りない状況です。看護職を増やすことも重要ですが、現役で働いている方が働き続ける環境を整える必要があります。当院では

- ① 65歳以上で働いている職員への援助、
- ② 子育て中の職員への雇用③ 疾病を持ちながらも、仕事と治療を両立する職員への援助④ ワークライフバランスに合わせた休日の選択制などに取り組みんでいます。当院の取り組みについて、参加された看護管理者より、自施設でも取り入れたいと好評でした。今後とも看護職がイキイキと働き続けられるよう、坂梨会全員で取り組んでいきたいと思っております。



発表をした(中央)松平副総看護師長

祝 永年勤続表彰

熊本県医師会より当職員2名が永年勤続者の表彰を受けました。勤続年数30年以上1名、勤続年数25年以上1名の計2名で、表彰を受けた勤続年数25年以上の小野さんは「こんなに永く勤められたのも、色々な方に助けてもらい、また協力して頂いたお陰だと思っております。皆さんに感謝しています。」と挨拶をされました。



⑤小野さん ⑥坂田さん

ご来院の皆様へ

コロナウイルス・インフルエンザ感染拡大防止の為、発熱・倦怠感・咳・喉の痛みなどの風邪症状がある場合は、病院に入館せず、左記の専用ダイヤルか、代表ダイヤルへご連絡してください。担当者がご対応致します。

風邪症状の方

37.0度以上の発熱
強いだるさ(倦怠感)
息苦しさ(呼吸困難)
咳(せき)

お問い合わせ

専用ダイヤル 080-8560-6635
 代表ダイヤル 0967-32-0881

愛・ライフ内牧消防訓練

11月9日、阿蘇広域消防署の消防隊員3名の方を迎え、愛・ライフ内牧で昼間想定消防訓練を行いました。

今回は入所棟2階からの出火想定で、職員が火元確認、火災であることを確認して「火事だー」と大声で周りに分かるように知らせ、消防隊員の方のアドバイスを受けながら機敏な動きと正確な指示で初期消火、避難誘導にあたりました。



車椅子寄贈のお知らせ

第一生命労働組合熊本支部様より車椅子を1台寄贈頂きました。職員一同心より感謝しております。多くの患者様・利用者様へ有効に利用させて頂きたいと思っております。ありがとうございました。



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 『秋のバスツアー』

十月二十七日に入居者様十二名と職員三名で熊本市動植物園に出かけました。江津湖畔に隣接しており、動植物園の周りを散策やジョギングなどを楽しまれていらっしゃる方々が多く、市民の憩いの場として「水の都熊本市」を実感することが出来ました。曇り空でしたが植物園では、一面に咲き誇った赤・白・黄・紫色に色づいた秋桜や様々な草花を觀賞して楽しむこと出来ました。動物園では、猿・ライオン・トラ・サイ・白熊・クジャクなどの動物を見学し童心に戻りました。中には四十年前に子供と一緒にいった時のことを思い出して観覧車や馬車の遊具に乗って楽しまれた方もおられ、心身ともに癒されました。

もう一つのお楽しみ『ランチタイム』は、大津町の有名な和牛焼肉店でゆったりとした時を過ごしました。黒毛和牛三種盛り・ご飯・みそ汁・サラダ・キムチ・飲み物が付いた「特選焼肉ランチ」を堪能しました。

目の保養と食欲も満たされた一行は、『道の駅大津』に立ち寄り帰路につきました。コロナ禍における久々の外出は、笑顔溢れる八十キロ旅でした。



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と行い元気に実施中です



ストレスと栄養!

栄養科
だより



現代社会においてストレスを避けて生きていくことは、もはや不可能といってもよいでしょう。今回はストレスと栄養についてお話しします。ストレスがかかった状態になると、消化液の分泌や消化管の運動は低下して、一般的には食欲が落ちます。その一方で、ストレスに対応するために必要なエネルギー量は増加します。さらに体内ではたんぱく質の分解も進みます。したがって、ストレス状況下では、エネルギーとたんぱく質をしっかり補給することが大切です。また、エネルギーを産生するためには、ビタミンB群（B1・B2ナイアシン・B6など）は欠かせない栄養素です。さらに体の中では、ストレスに対抗しようとするホルモン（アドレナリン）の分泌が盛んになり、そのホルモンの合成にビタミンCが多量に消費されます。よってこれらのビタミンは、普段よりも十分に摂取しなければなりません。

●ビタミンB群を多く含む食材

- ・玄米・肉類・レバー・魚類・牛乳・乳製品 ・鶏卵
- ビタミンCを多く含む食材
- ・赤ピーマン・ブロッコリー・ゴーヤ・じゃがいも
- ・キウイ・いちご

【喫煙とストレス】

ストレスを紛らわせる手段としてたばこを吸う人もいますが、喫煙は体内のストレスをむしろ増加させます。喫煙により、体内には活性酸素というサビのようなものが大量に発生します。その活性酸素を抑制・除去するためには、抗酸化作用をもつビタミンCがたくさん必要なのです。ストレスでビタミンCの需要が高まっているのに、喫煙でさらにストレス状況を悪化させているのです。たばこは「百害あって一利なし」ですので、禁煙を進めていきましょう。



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	宮野	萩原	萩原	宮野		戸上 15日休診	横山	西本	横山	戸上 17日	
	横山 26日休診		戸上		宮野		宮野 15日休診	30日宮野		堤	堤 17日休診	堤
	26日宮野		西本 ※再診のみ		14日井出		15日井出	30日休診 徳本		17日上野	17日岡田	
					徳本	徳本	15日徳本					
脳神経内科				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		井出		西本	西本	西本			
内視鏡センター			横山 27日休診		横山 28日休診		小田			横山		
産婦人科	荒尾		荒尾			荒尾		荒尾 2日休診	荒尾		荒尾 (10・24日のみ診察)	
受付 8:45～12:00 / 14:00～17:00								受付8:45～12:00 診療8:45～12:30	受付8:45～12:00 診療8:45～12:30			
診療 8:45～12:30 / 14:00～17:30			13日受付 15:30まで									
耳鼻咽喉科												
整形外科	井		井 27日のみ		井 28日休診		井			熊本機能病院 受付7:30～12:00 30日休診		
受付 7:30～11:30 / 13:30～16:30												
小児科			松本				松本					松本
アレルギ科			松本				松本	15日16時までの受付				松本
麻醉科・緩和ケア相談 診療 9:30～12:00			坂梨		坂梨		坂梨	15日16時までの受付				松本
歯科(予約制)	豊福		豊福				豊福					
阿蘇健康管理センター	戸上 12日:横山		坂梨		宮野 14日:徳本		宮野 15日:徳本					
												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

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