

支えあいの心で  
「介護の日」は、厚生労働省が定めた11月11日の記念日です。「いい日、いい日、毎日、あつたか介護ありがとう」といういい日、毎日、あつたか介護ありがとうございます。介護職員や家族介護者など、介護に関わるすべての人々への感謝を表す日です。介護の大切さを社会全体で考え、介護する人もされる人も笑顔で過ごせる社会を目指すきっかけとなります。この日には、日々の介護に携わる方々へ「ありがとう」を伝えましょう。



【申込み方法】直接お電話にてお申し込みください。  
【阿蘇温泉病院】☎ 0967・32・0881  
【受付時間】平日13時～16時（窓口・担当林）



※ ま0な金額までお電話下さい。※ お接種回数、注意事項などや問い合わせは、注意事項であります。

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】
4,810円／回	1,200円／回	65歳以上
4,810円／回	1,200円／回	3歳～64歳



11月11日は

## 介護の日



やりがいのある職場



※「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  
キヤックフレーズ  
あなたの健康が大好きです

発行  
医療法人社団坂梨会 広報課

## 11月号 Contents

- ◆介護の日について ◆認知症カフェ ◆インフルエンザ診療日程
- ◆TQC活動 ◆グラウンドゴルフ大会 ◆坂梨会リハ学会
- ◆茶寿苑通信 ◆職員のコラム
- ◆栄養科だより ◆わくわく健康講座

## 12月の予定

1日 (月)

- ・認知症と薬
- ・クリスマスツリー作り～当院薬剤師からのお話～

◆接種期間  
1410月6日(月)～12月30日(火)  
16時～16時

## 予約方法

来院時でもお電話でも、ご予約できます。



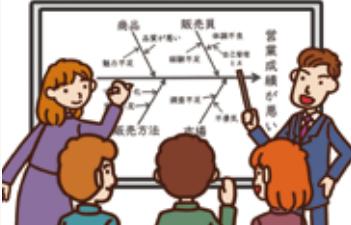
インフルエンザの予防接種始めました



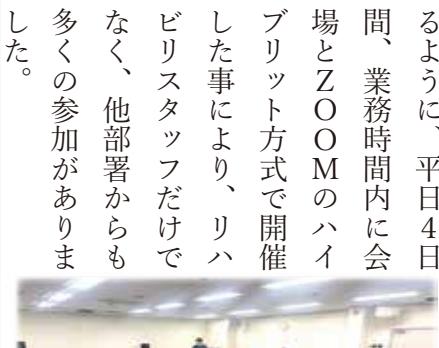
## TQC活動勉強会

毎年恒例のTQC活動がスタートしました。TQC運営チームも発足して6年目。左記のメンバー7名で進めていく運びとなります。よりよいTQC活動になるよう頑張ります。

メンバー紹介	佐藤和宏(リーダー)
総務課	橋本誠
看護部	菊本美咲
栄養科	坂本詩絵
看護部	坂梨前原
愛・ライフ	菅谷廉
リハビリ	
サポート役	
職員指導部	藤田チヅル



10月14日(火)に「リーダーを対象とした勉強会」を実施しました。TQCの趣旨説明やTQCのやり方などTQC運営メンバーが発表しました。今年のテーマは「強みの深化 弱みの改善」です。チーム医療を高め業務の効率を上げて患者様・利用者様のサービス向上に努めていきたいと思います。



10月14日(火)に「リーダーを対象とした勉強会」を実施しました。TQCの趣旨説明やTQCのやり方などTQC運営メンバーが発表しました。今年のテーマは「強みの深化 弱みの改善」です。チーム医療を高め業務の効率を上げて患者様・利用者様のサービス向上に努めていきたいと思います。

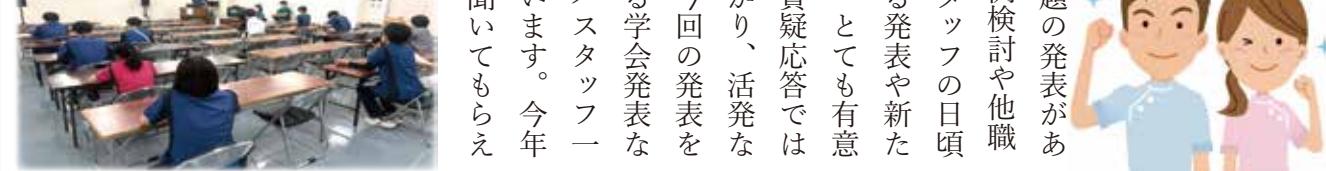


多くの参加がありました。

## 第14回坂梨会リハビリ学会

毎年開催しているリハビリテーション科の活動報告会も14回目を迎え、今年は温泉病院から8演題、阿梨花病院

+大津から2演題、計10演題の発表がありました。



発表内容は症例検討や他職種連携など様々で、各スタッフの日々の取り組みや成果が分かる発表や新たな課題が見えた発表など、とても有意義なものでした。また、質疑応答では様々な視点から質問があがり、活発な意見交換が出来ました。今回の発表を通して、次のステップである学会発表などに繋げられるよう、リハスタッフ一同精進して参りたいと思います。今年はより多くのスタッフに聞いてもらえるよう、平日4時間、業務時間内に会場とZOOMのハイブリット方式で開催した事により、リハビリスタッフだけでなく、他部署から多くの参加がありました。



多くの参加がありました。

## 天然芝の上で大熱戦! グラウンドゴルフ大会

10月30日、内牧地区で74名が参加し「阿蘇オーブン 阿蘇温泉病院杯」を開催しました。この大会は年2回(春・秋)の恒例大会として地域に定着しつつありますので、開催地区の拡大を進める所です。

開催ご希望の方は、ぜひ左記の連絡先までご連絡ください。

阿蘇温泉病院は医療・介護・福祉を通じ地域に貢献し、大会をより地域密着型に発展させてまいります。



職員のコラム 第31話  
10月30日、福岡の糸島まで旅行してきました。普段は阿蘇の自然で生活していますが、時には海を見に行き心癒されるのもいいものです。そこで二見ヶ浦の夫婦岩という所があり、夫婦円満のご利益があるとの事でお参りしました。いつまでも夫婦仲良く暮らせると良いなど願うばかりです。ちなみに近くには櫻井神社という神社があり、アイドルグループ「嵐」のファンの聖地になっているようです。ちなみに近くには櫻井神社という神社があり、アイドルグループ「嵐」のファンの聖地になっているようです。嵐ファンの妻もコンサートのチケットが当たるようになると絵馬書きました。ファンの方はぜひ行ってみられてはいかがでしょうか。

詳しいは右のQRコードからご確認下さい

令和7年9月1日より  
阿蘇温泉病院【0967-32-0881】

電話でのお問い合わせが自動音声案内に変わりました



# 茶寿苑通信 「自衛消防訓練」

第376号 令和7年 11月号(3)



十月十五日「自衛消防訓練（昼間想定）」を行いました。今回は、阿蘇広域消防本部中部消防署より消防隊、救助隊の方々に立ち会って頂き、けたたましいサイレン音や非常放送のアナウンスが流れる中、火災発生を想定した緊張感をもつた訓練が出来ました。職員は全員参加で、通報、発見、初期消火、避難誘導の役割分担により入居者の方々の安全確保を第一に、迅速かつ確実に各自が連携して行えるように真剣に取り組みました。避難訓練後は、「はしご車を使った救出訓練」「消火器を使用した消火訓練」を行いました。はしご車は、はしごの長さが最長二十五m、地上七階まで届くスカイアームZ（屈折はしご付消防ポンプ車）を使用し、屋上に避難した女性職員を救助隊員が安全かつ迅速に救助を行いました。迫力ある救助風景に、入居者の皆様も窓越しに見ながら自然と拍手が湧き上がり、中身の詰まつた自衛消防訓練でした。

スが流れる中、火災発生を想定した緊張感をもつた訓練が出来ました。職員は全員参加で、通報、発見、初期消火、避難誘導の役割分担により入居者の方々の安全確保を第一に、迅速かつ確実に各自が連携して行えるように真剣に取り組みました。避難訓練後は、「はしご車を使った救出訓練」「消火器を使用した消火訓練」を行いました。はしご車は、はしごの長さが最長二十五m、地上七階まで届くスカイアームZ（屈折はしご付消防ポンプ車）を使用し、屋上に避難した女性職員を救助隊員が安全かつ迅速に救助を行いました。迫力ある救助風景に、入居者の皆様も窓越しに見ながら自然と拍手が湧き上がり、中身の詰まつた自衛消防訓練でした。

栄養科  
だより

## 寒さに備えて 温活を始めよう！

温活とは、体を温めて適切な体温を保つことです。体が冷えると血管が収縮し、血流が悪くなります。血流が悪くなると代謝が低下し、老廃物が溜まりやすくなります。また、免疫力も低下し、疲れやすくなったり、風邪をひきやすくなったりと冷えはさまざまな体の不調を招きます。今回は、食事での冷え対策、体を温める食材を紹介します。

### カラダを温める食材の代表選手といえば、発酵食品、根菜類、香味野菜などです。

発酵食品→酵素が新陳代謝を高め、体温を上げる働きがある。

例；味噌、納豆、キムチ、甘酒



根菜類→水分を多く含む夏野菜とくらべて、カラダを冷やしにくい。また、冷えの予防・改善効果が期待されるビタミン類を豊富に含む。

例・生姜、人参、ごぼう、蓮根、南瓜



香味野菜・スパイス→血流を促進させる働きがある。

例・生姜、にんにく、ねぎ、シナモン、唐辛子



## 医療法人社団坂梨会 わくわく健康教室

○場所..コミュニティセンター  
わくわく（阿蘇温泉病院敷地内）

○開催日..月に1回程度

○時間..13時~15時~00

○定員..20名

○受講料..無料

○必需品..動きやすい服装

40歳以上を対象にした健康教室です。医師や専門的な知識をもつ医療スタッフが、あなたの健康へのアドバイスを送ります。

※予約制になります

11月

17日(月) 健康講座  
『病と共にによりよく生きる』  
～緩和ケア病棟への理解～』

緩和ケア病棟スタッフ

【申込方法】直接お電話にてお申し込み下さい。  
【受付時間】平日13時~16時（窓口..担当藤田）

●今回ご紹介した食材を食事にぜひ取り入れてみてはいかがでしょうか？温活で体を温めれば、これまで感じていた冷えだけでなくさまざまな不調を改善できるかもしれません。温活は何よりも続けることが大切です。温活を習慣化して、健康な毎日を送りましょう。

【テーマ】人生100年時代、加齢に華麗に立ち向かいましょう。

【申込方法】直接お電話にてお申し込み下さい。

【受付時間】平日13時~16時（窓口..担当藤田）

令和7年11月		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	午前	午後	午前	午後		
内科	戸上	泊 10日15:00~	戸上	平田	泊	徳本	戸上 13日休診	河内	河内	横山	尾崎	横山	尾崎	8・22日のみ	8・22日のみ	堤	8・22日のみ		
	尾崎	10日のみ	河内	泊		徳本	徳本	平田	平田	徳本	21日休診	徳本	21日休診	1・29日のみ	1・29日のみ	坂田	1・29日のみ		
	渡部	10日のみ	渡部		泊	泊		13日のみ	河内	河内	河内	河内	河内	15日のみ	15日のみ	坂田	15日のみ		
	糖尿病代謝内科	泊												瀧本	瀧本	瀧本	瀧本		
	脳神経内科																		
	脳神経外科			河内															
耳鼻咽喉科		谷		谷	4・25日のみ	谷	4・25日のみ	谷	尾崎	尾崎	尾崎	尾崎	尾崎	13日のみ	13日のみ	谷	谷		
		診察9:00~12:30/14:00~17:00		診察9:00~12:30/14:00~17:00		診察9:00~12:30/14:00~17:00		診察9:00~12:30/14:00~17:00		診察9:00~12:30/14:00~17:00		診察9:00~12:30/14:00~17:00		診察9:00~12:30/14:00~17:00		診察9:00~12:30/14:00~17:00			
内視鏡センター				尾崎															
腎・泌尿器科																			
産婦人科	荒尾	荒尾		荒尾		11日:受付15:30まで													
受付	8:45~12:00/14:00~17:00	受付8:45~11:30																	
消化器内科		尾崎																	
受付	7:30~12:00/13:30~17:00																		
整形外科		井																	
受付	7:30~11:30/13:30~16:30																		
小児科																			
アレルギー科																			
麻酔科・緩和ケア																			
診療	9:30~12:00																		
歯科(予約制)	豊福			豊福															
阿蘇健康管理センター		河内		坂梨		徳本													
透析センター	横山			横山															

# 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・  
当お問い合わせは  
**0967(32)0881**  
まで遠慮なく  
お電話下さい。

阿蘇温泉病院では、骨粗鬆症の  
早期発見・早期予防の為に  
骨の正確な状態を知るこかべで  
ある骨密度検査装置を新規導入  
しました。  
詳細はコチラ  
[www.aso-on.com](http://www.aso-on.com)  
お気軽にお相談下さい!

阿蘇温泉病院  
LINEはじめました



阿蘇温泉病院  
LINEはじめました



外来診療日程やイベント情報、休診  
の案内等最新情報をお届けします!  
右のQRコードをLINEから読み込む  
か、ID[@644wqdey]を検索して、  
友達登録をお願いします。

8:30~12:30  
14:00~17:30

8:30~12:30  
14:00~17:30

8:30~12:30  
14:00~17:30

8:30~12:30  
14:00~17:30

8:30~12:30  
14:00~17:30

8:30~12:30  
14:00~17:30

8:30~12:30  
14:00~17:30

8:30~12:30  
14:00~17:30

8:30~12:30  
14:00~17:30

8:30~12:30  
14:00~17:30

8:30~12:30  
14:00~17:30

8:30~12:30  
14:00~17:30

8:30~12:30  
14:00~17:30

8:30~12:30  
14:00~17:30

8:30~12:30  
14:00~17:30

8:30~12:30  
14:00~17:30

8:30~12:30  
14:00~17:30

8:30~12:30  
14:00~17:30

8:30~12:30  
14:00~17:30

8:30~12:30  
14:00~17:30

8:30~12:30  
14:00~17:30

8:30~12:30  
14:00~17:30

8:30~12:30  
14:00~17:30

8:30~12:30  
14:00~17:30

8:30~12:30  
14:00~17:30

8:30~12:30  
14:00~17:30

8:30~12:30  
14:00~17:30

8:30~12:30  
14:00~17:30

8:30~12:30  
14:00~17:30

8:30~12:30  
14:00~17:30

8:30~12:30  
14:00~17:30