

2026年度 医療法人社団坂梨会



新入職員紹介



※「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
キャッチフレーズ

発行

医療法人社団
坂梨会 広報課

4月号
Contents

- ◆新入職員紹介◆第29回TQC活動成果発表会
- ◆睡眠時無呼吸症候群
- ◆阿蘇温泉病院消防訓練◆職員のコラム
- ◆茶寿苑通信◆栄養科だより◆わくわく健康講座
- ◆診療日程

臨床工学技師 佐渡 勇斗 新しい環境に早く慣れて、仕事を早く覚えるように頑張る、多くの方々に親しまれる人になりたいです。	理学療法士 鳥居 勇斗 新しい環境に早く慣れて、仕事を早く覚えるように頑張る、多くの方々に親しまれる人になりたいです。	理学療法士 高田 真依加 新社会人として学ぶ事が多いですが、地域の生活を支え信頼される理学療法士を目指し、日々努力していきます。
臨床検査技師 宮本 彩花 新しい環境で慣れない事も多いですが、分からない事は聞きながら少しでも早く戦力になれるように頑張ります。	理学療法士 洞田 貫 裕人 今年度から理学療法士としてお世話になります。初心を忘れず一生懸命頑張ります。	理学療法士 洞田 貫 伊央里 慣れない環境で不安もありますが、1日でも早く仕事を覚えて患者様・利用者様のために頑張りたいです。



耳鼻咽喉科

耳・鼻・喉の病気や、耳鼻咽喉科に関するアレルギー疾患等の診察を致します。

月曜 水曜 金曜 土曜

気になる
診療日程はコチラ

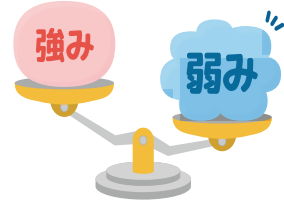


医療法人社団 坂梨会 阿蘇温泉病院
【☎0967-32-0881】

2025年度

第29回TQC活動成果発表会

坂梨会では、医療・介護サービスの質向上を目的にTQC活動へ継続的に取り組んでいます。今年で29回目を迎え、坂梨会全体で17チームを編成し、「強み深



化・弱み改革」をテーマに活動を行いました。各チームでは定期的にミーティングを実施し、意見交換や課題の共有を通じて、コミュニケーションの強化を図り、その結果、患者満足度の向上や医療の質の改善、さらにはスタッフの働きやすさの向上につながる有意義な取り組みとなりました。今年も発表はZOOMによるオンライン形式で実施されましたが、発表技術は年々向上しており、話すテンポの工夫や原稿に頼らない発表、カメラ目線を意識した伝え方など、質の高い発表が数多く見られました。今後も17チームの取り組みを職員全体で共有し、患者様・利用者様により一層ご満足いただけるサービスの提供に努めてまいります。



睡眠時無呼吸症候群 (SAS)

SASの定義は、7時間の睡眠中に10秒以上無呼吸が30回以上起こるか、睡眠1時間あたりの無呼吸や低呼吸が5回以上の場合を言います。

次のような症状があったら、SASかも…

●眠っているとき…

- ・いびきをかく
- ・息が止まる
- ・呼吸が乱れる
- ・息が苦しくて目が覚める
- ・何度も目を覚まし、トイレに行く
- 日中、起きているとき…
- ・強い眠気を感じる
- ・しばしば居眠りする
- ・午前中に頭痛を感じる
- ・記憶力や集中力が低下する
- ・全身倦怠感、疲れが取れない



SASの合併症には、高血圧・多血症・不整脈・虚血性心疾患・心不全・脳血管障害・糖尿病・性機能障害などの生活習慣病を引き起こすリスクが、SASでない人に比べ増大すると言われています。

阿蘇温泉病院でも、SAS検査を実施しています。早期発見・早期治療が重要になります。「もしや？」と気になる方は、まずはお気軽ににご相談下さい。

※参考：フクダ電子株式会社「睡眠時無呼吸症候群の検査から治療まで」より

阿蘇温泉病院消防訓練実施

3月30日、阿蘇温泉病院で夜間想定消防訓練を行いました。今回は3階東病棟からの出火想定で、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知らせたのち、リーダーの指示により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。海外職員も消火訓練に参加し、有意義な時間を過ごしました。



職員の

コラム

第35話

ある時、賢者がコップに水を半分入れて皆に尋ねました。「これは半分あるか、半分しかないか」。人々は「ある」「ない」かで議論しました。賢者は笑って「どちらも正解だが、もっと大事なのは、このコップをずっと持ち続けると、腕がしびれて動かなくなるといことだ。水の量より、持ち続ける時間が問題なのだ」と言いました。悩みやストレスも同じです。抱え続けず、時には机に置く（手放す）勇気が、心身の健康には不可欠です。



阿蘇温泉病院【0967-32-0881】

詳しくは
右のQRコードから
ご確認下さい

電話でのお問い合わせが
に変わりました

自動音声案内



茶寿苑通信「歯科健康教室」

3月18日、入居者を対象にした阿蘇温泉病院歯科衛生士による『歯科健康教室』を開催しました。はじめに、岩見歯科衛生士より食事の際に食べ物をしっかりと噛んで顎の筋肉を動かすことで顎動脈から脳への血流が約3.5cc増え、酸素と栄養を供給し脳を活性化、集中力と記憶力が向上して認知症予防になるとお話がありました。

その後講義が行われ、①『身体のバランスと脳活』では、口の中の仕組みや口腔基礎知識とその働き②『噛むための口の機能』では、唾液の重要性と唾液腺マッサージの仕方③『噛むための口の運動』では、口腔体操を実演、『早口言葉』をはっきりゆっくり大きな口で発声しました。また、童謡『うさぎとかめ』の替え歌合唱で大いに盛り上がりしました。最後に、『よく噛んで食べることで脳活や身体のバランスが保たれ、更に毎日口腔体操に取り組むことでその効果が上がる』と締めく



五月病に負けない生活を

この春、新しい生活を迎えられた方

も多いのではないのでしょうか。環境の変化から、不安や緊張、疲労を感じ、「笑顔になれない」「眠れない」などの症状が出はじけたらうつ病のサインです。来たる5月に備え、五月病に負けないからだをつくりましょう。

①睡眠をしっかりとりましょう。

②運動習慣を身につけましょう。まずは自分が続けられそうなことから始めてみましょう。例えばスーパードライから一番遠いところに車を駐車する、エレベーターでなく階段を使う、

などちよつとした工夫が活動量の増加につながります。

③バランスのとれた食事に近づけましょう。主食・メインのおかず・野菜のおかずを組み合わせましょう。たとえばお昼ご飯を選ぶときも：

菓子パンのみ→野菜サンドイッチ+ヨーグルト、おにぎり2個→幕の内弁当など単品だけで食べるのではなく、肉・魚・卵・豆腐などのおかずや野菜のおかずと一緒に食べてバランスのよい食事を目指しましょう！

食事



運動



睡眠



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…13:30～15:00

○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

4月

27日(火)健康講座

『はたらく筋肉』

担当：リハビリテーション科



【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。

【阿蘇温泉病院】☎0967・32・0881

【受付時間】平日13時～16時(窓口…担当藤田)

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。

※令和8年3月31日現在

第381号 令和8年4月号(4)

令和8年4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
内科	戸上	泊	戸上	泊	泊	22日のみ 泊	戸上 16日休診	河内	横山 受付7:30～10:00	尾崎	4・18日のみ 瀧本	4・18日のみ 瀧本
	尾崎		河内		徳本 8日16:45迄 22日休診	徳本 8日16:45迄 22日休診	徳本 9・23・30日休診 16日のみ 9・23・30日休診	徳本 9・23・30日休診 10・24日休診	徳本		11・25日のみ 堤	11・25日のみ 堤
					8日のみ16:45迄 河内	8日のみ16:45迄 河内	9・23・30日のみ 泊	尾崎	河内			
糖尿病代謝内科		泊		泊	泊	22日のみ 泊	泊					
脳神経内科						徳本 8日16:45迄 22日休診	徳本 9・23・30日休診		徳本 10・24日休診			
脳神経外科			河内				16日のみ 河内	河内	河内			
耳鼻咽喉科	谷				谷	15日休診 診察9:00～12:30/14:00～17:00	谷 30日のみ 診察9:00～12:30/14:00～17:00	谷	谷			
内視鏡センター			尾崎		尾崎			小田			横山	
腎・泌尿器科							熊本大学病院 受付7:30～11:30				非常勤医師 受付7:30～12:00 診療10:00～12:30	非常勤医師 受付7:30～12:00 診療10:00～12:30
産婦人科	荒尾			荒尾				荒尾	荒尾		荒尾	
受付 8:45～12:00 / 14:00～17:00	受付8:45～11:30			14日：受付15:30まで								
消化器内科	尾崎	尾崎		尾崎				尾崎	横山 診療8:30～10:30	尾崎		
整形外科								2日休診				
受付 7:30～11:30/13:30～16:30												
小児科							松本 7・14日午後訪問診療 外来診療15:30～				小林 11日休診	西日本病院 受付7:30～12:00/13:30～16:30
アレルギー科							松本 7・14日午後訪問診療 外来診療15:30～				松本	松本
麻酔科・緩和ケア 診療 9:30～12:00			坂梨		坂梨				坂梨			
歯科（予約制）				齋流馬				宇治	奥田			
阿蘇健康管理センター	河内 20日：泊		坂梨		徳本 22日：河内		尾崎 2日：泊		戸上 10日：上寿園	戸上	横山	
透析センター	横山	横山	横山		横山		横山		横山		非常勤医師 回診 9:00～14:00	

阿蘇温泉病院では、骨粗鬆症の
早期発見・早期予防のために
骨の**正確な**状態を知ることがで
きる骨密度検査装置を新規導入
しました。
（詳細はコチラ）
お気軽にご相談下さい！
阿蘇温泉病院[0967-32-0881]

で大丈夫
ですか？

転倒し
手首を
骨折

転倒し
腰部・臀部を
骨折

あなた
の

背髄
圧迫
骨折

転倒し
肘・肩を
骨折

阿蘇温泉病院
LINE
はじめました

QRコード

外来診療日程やイベント情報、依頼
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。