

広報誌

うえるふえあ

37号

2007.11.1

発行 特別医療法人慈生会広報委員会 鹿児島県枕崎市白沢北町 191 番地 TEL (0993) 72-0055

第9回ウエルフェア秋祭り



出店
やきとり
やきそば
クッキー&ジュース
たこ焼き
ゼリー・ババロア

プログラム

1. はじめの挨拶
2. 太極拳（知覧ジュニア）
3. お遊戯（別府保育園）
4. Oh!!すし
5. 変身してゴール!!
6. 盆踊り
7. おわりの挨拶



10月27日秋晴れの空の下、第9回ウエルフェア秋祭りが開催されました。知覧ジュニア太極拳の披露や別府保育園のお遊戯に、みなさん大喜びでした。出店は、焼き鳥、焼きそば、たこ焼きなど盛りだくさん。片手に焼き鳥、片手にクッキーを握った患者様が「美味しいよ」とにっこり。カラオケ大会や職員による踊りの披露などもあり、賑やかな秋祭りとなりました。ご家族や地域方々には、多数のご参加やご協力を頂き、誠にありがとうございました。

医療法人慈生会 経営理念

- 患者様の健康回復に努め、もって患者様の生活安定と幸福に貢献すること
- 地域住民の健康維持管理に努め、もって地域社会の発展に貢献すること
- 職員の生活向上と幸福をはかること

コスモス会のご案内

コスモス会(認知症家族会)

拝啓、日差しもずいぶんやわらぎ朝夕過ごしやすい時期となりました。皆様、健やかに過ごしていることと存じます。さて第 11 回コスモス会(家族会)の開催が下記のとおり決まりましたのでお知らせいたします。多くの方のご参加をお待ち申し上げております。ぜひお気軽にお越しくださいませ。

記

日時 平成 19 年 11 月 10 日(土) 13:30~15:30
(13 時より受付を行います)

場所 ウエルフェア九州病院内 作業療法室
内容

講演：介護保険制度について

講師：当法人事業所 介護支援専門員

白馬 敬子(指定居宅介護支援事業所うるふえあ)

今東 茜(高齢者グループホーム福祿寿)

座談会：日頃の出来事や思いをみんなで語り合い、学びあい、共に笑いあう場です。

対象となる方：当法人の認知症患者様のご家族

第11回すずらん会のご報告

すずらん会(精神障害者家族会)

9月8日、まだまだ残暑厳しい中、第11回すずらん会を開催させていただきました。今回は「障害者自立支援法と社会資源について」をテーマに、精神疾患を抱える方々を支える法律や社会復帰施設などについて講演がありました。法律というやや堅苦しい話ではありましたが、皆様真剣に耳を傾けてくださいました。特に社会復帰アパートやデイケアなどへの関心が高いようでした。

座談会でもご家族の方々の不安や困っていることなど話を聴かせていただくことができ、スタッフ一同今後も精進していきたいと思っております。ご参加いただきましたご家族の方、当事者の方、本当にありがとうございました。

また今回は、座談会のお菓子をデイケアあおぞらのメンバーに作っていただきました。デイケアあおぞらのみなさん、おいしいクッキーをありがとうございました。



病棟行事



9月19日めぐみ病棟は坊津へドライブに行ってきました。スーパーでアイスクリームを買い込み、途中絶景を眺めようと展望台に寄りました。少し雨がパラつき心配しましたが、どこまでも続く水平線に感動している間に、晴れ間も広がり、最終目的地高太郎公園に着くころには汗ばむ程の陽気でした。

公園内を散策し、アスレチックやキャッチボールなどを楽しみ、ちょっと溶け気味のアイスを食べペロリ・・・帰りのバスは疲れたのか、うたた寝状態。みなさんお疲れ様でした。

(介護福祉士萩原のぞみ)



デイケアあおぞらでは、毎月、行事を行ない、様々な体験をしています。10月には、指宿の足湯に行ってきました。足湯に入るのは初めてというメンバーがほとんどで、行く直前まで、「せっけんは、いるかな?」「体をこするのは、持っていなくていいかな?」と、わくわくしていました。いざ、指宿に着いて、湯船に足をいれてみると、とても気持ちが良い、みんなで「(湯船に)はまっちゃうよー」等、騒ぎながら、楽しみました。

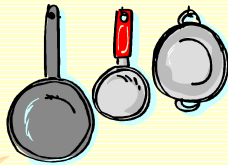


そのあと、いぶすき道の駅でソフトクリームを食べ、おみやげを買って帰りました。

これからも、行事で様々な体験をして、メンバーみんなで楽しんでいきたいと思ひます。



レストラン課



10月の行事食

10月の行事食は胃腸を元気にし、疲労回復に効果的な薬膳料理でした。



【献立】

- 一・季節折 (カニ真丈・紅鮭・秋茄子の田楽・海老の包揚げ・みかん寒天・ししとう)

※食品効能

陳皮

食欲を増進する作用があるとされています。

花椒

健胃整腸作用、消炎作用があり、胃腸を刺激して代謝機能を高める作用があるとされています。

- 一・柿の白和え (松の実・柿・シメジ・人参・竹輪・コンニャク・ほうれん草)

松の実

滋養強壮や便秘に効果があるといわれています。

- 一・お刺身 (マグロ・大根・大葉・菊花)

菊花

高コレステロール症によく目の疲れ、視力回復によいとされています。

- 一・薬膳スープ (鶏肉・山芋・紅ナツメ・ニラ・椎茸)

山芋

ビタミンB1、C、サポニンなどにより、滋養強壮、疲労回復、健胃整腸作用があるといわれています。

紅ナツメ

効ストレス作用があるため精神安定によく、また筋肉の痛みにもよいとされています。滋養、強壮作用があり、貧血や疲労回復によいとされ、また精神の安定にもよいとされています。

- 一・クコ入り芋ご飯

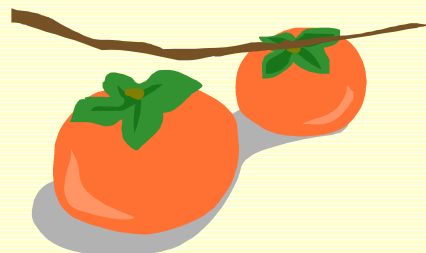
クコの実

クコの実はナス科のクコ・ナカバクコの成熟果実で多くのビタミンやその他の成分が滋養強壮に作用するといわれています。また、肝臓の働きを正常にする作用があるともいわれています。



※食品効能についての参考資料

- ・ 薬用食品学改訂第5版
- ・ 心にやさしい和の薬膳
- ・ 5訂日本食品成分表



10月29日に、山口棒踊りと東鹿籠太鼓踊りの皆さんがウエルフェア九州病院で、踊りを披露して下さいました。ありがとうございました。



社会復帰アパートでは、入居者を募集中です。

入居対象者

- ◆ 社会的自立を目指す方
- ◆ 家庭事情や住宅事情により、住まいの確保が困難な方
- ◆ 家族、社会的理由により、援助が受けられない方
- ◆ 入居判定委員会が承認した方

住所 / 枕崎市白沢北町163番地

建物の構造等 / 鉄筋3階建（平成19年7月：新築）

募集戸数 / 18戸

家賃 / 月25,000円(水道費込)

間取 / 1K（風呂・トイレ別）

敷金 / 家賃の1ヶ月分

設備 / エアコン、洗濯機、IHクッキングヒーター、照明器具、カーテン

入居申込先 / 地域活動支援センター うえるふえあ 12 - 9242 (担当: ^{さかき} 榊)



入居者募集中



ストレスマネジメント
Vol.6
臨床心理室 今村

積極的休養

休養と聞くと、「横になって休んだり、ゆっくりする」ことを思い浮かべる方が多いのではないのでしょうか？積極的休養とは、ストレスが溜まった状態（交感神経が興奮した状態）を運動などによって解消する方法です。血液中のストレス産物を運動によって外へ排出することで疲労回復の効果があります。酸素十分にとりながらゆっくり行うウォーキングや水泳、ジョギングなどがお勧めです。この季節適度な運動をすることはこれからやってくる寒い冬に備えて健康な体を作ることに役立ちます。

トックリキワタ

3年前に中島院長寄贈を受け、病院入り口に根を下ろした“トックリキワタ”の木。今年遂に！！初めての花を咲かせました。ピンク色のかわいい花が咲いています。皆さんも探してみてください。



ちぎりの絵『アトム』
めぐみ病棟作業療法で作成

作品介绍

おはようといつもの笑顔に胸おろす

桜心

看護師の秋を感じるカーデガン

桜心

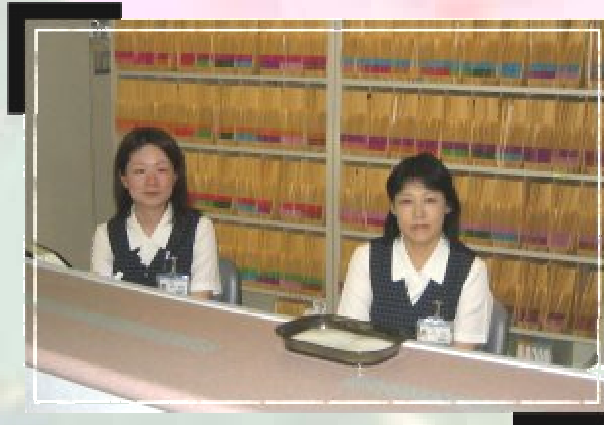
『はなび』
ディケアあおぞら Nさんの作品



部署紹介 医療事務



私たち総務課医療事務係は、女性ばかりの部署です。カルテの準備などの受付業務や窓口会計、月末から月初めに行う保険請求業務（レセプト作成）を主に行なっております。病院にお越しの際に、最初に接するのが私たちですので、いつも明るい挨拶と笑顔で対応するように心掛けています。何かありましたら、どうぞお気軽に声を掛けてください。



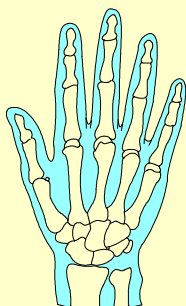
What is ほうしゃせん? ⑧

『骨』

診療放射線技師 前床寿隆

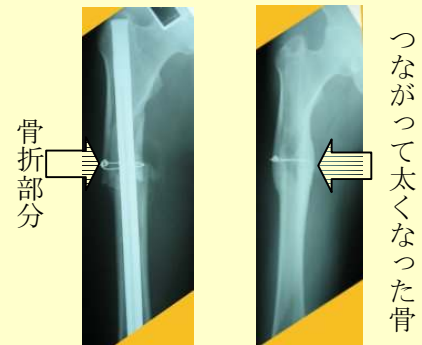
私たち放射線技師は、仕事から画像を通して、色々な骨を見ています。太い骨、細い骨、硬そうな骨、スカスカな骨、折れた骨、ヒビのはいった骨、つながって再生した骨など X 線（レントゲン）を使えば、骨の様子、状態を知ることができます。

ところで、人間の骨の数ご存知ですか。こどもの時期には 300 個以上の骨がありますが、成長とともに、複数の骨がくっついたりして大人では約 206 個の骨になります。字を書いたり、物を握ったり、複雑な動きをする手は、片方だけで 27 個の骨でできています。首の骨（頸椎）は、長い首、短い首どんな人でも 7 個です。首の長いキリンも 7 個の骨で首が形成されています。



骨の役割は、脊椎などの体を支える機能、運動機能、頭蓋骨や肋骨などの内蔵を保護する機能、血液などを造る機能、カルシウム代謝などがあります。

大事な骨を丈夫に保つ為に、牛乳を飲んで（カルシウム摂取）、太陽の下で（ビタミン D 合成）、運動（骨刺激）をしましょう。



つながって太くなった骨

骨折部分

お知らせ

地域総合支援センターから地域医療福祉連携室へ

この度、法人事業所「地域活動支援センターうえるふえあ」との混乱を防ぐ為、院内にあります地域総合支援センターを『地域医療福祉連携室』へ名称変更としました。地域医療福祉連携室内にはこれまで通り、医療福祉相談課・臨床心理室、法人事業所として訪問看護ステーションまくらざき・居宅介護支援事業所うえるふえあ・ヘルパーステーションうえるふえあがあります。お気軽に声をかけてください。



診療時間 月～金曜日 午前9:00～午後5:00まで
土曜日 午前9:00～午後0:30まで

10月より、新患の方(当院が初めての方)の受付が変更になりました。
午前9:00～午前11:00(急患の場合はこの限りではありません)

		月	火	水	木	金	土
午前	精神科	鮫島(拓)	鮫島(秀)	中島	工藤	鮫島(拓)	鮫島(拓)
		工藤	児島	迫口	鷺山	中島	工藤
	内科	児島	児島	宮永	児島	児島	児島
午後	精神科	中島	脳波外来 (要予約)	鮫島(拓)	デイケア パワーリハ外来 (要予約)	工藤	午後休診
	内科	児島	セカンドオピニオン 外来(要予約)	宮永	セカンドオピニオン 外来(要予約)	児島	

※火・木曜日の午後は特殊外来のみとなります(要予約)

精神科救急 11/3 (土)、12/23 (日)、1/3 (木) 内科当番 11/23 (金)、12/29 (土)

うえるふえあ(welfare)は
健康・幸福・福祉・繁栄を意味します

発行人 鮫島秀弥
〒898-0089

医療法人
慈生会

鹿児島県枕崎市白沢北町 191

TEL (0993) 72-0055 FAX72-1199

URL <http://www.welfare-kyusyu.or.jp/>

e-mail jiseikai@welfare-kyusyu.or.jp

編集後記 ようやく秋の気配ですね。やっと秋を感じたら、今年も残す所2ヶ月……。地球温暖化を報じたTVでこのまま温暖化が進むと、お正月に紅葉！？なんてこともあったと言っていました、なんとなく現実味を感じて怖いです。

最近MYバック運動を始めました。できる事からちよつとでも！みなさんもいかがですか？ (とら)