

小春日和



☆発行☆
2007年11月
第28号

春日先生がこのたび医療法人社団三成会を離れ、10月1日に新「春日クリニック」を設立されました。我々三成会職員一同、春日クリニック設立に心からお喜びを申し上げ、ますますのご繁栄と職員皆様方のご健勝を祈念いたします。



離職にあたり

須賀川の町から白河、石川の県南にリハビリテーションの拠点がありませんでしたが、今、南東北春日リハビリテーション病院・ケアセンターが設立され、それが満たされて3年の月日が流れました。

国の主導で医療、介護も変化していますが特に慢性期病床は混乱を極めています。その中で回復期リハビリテーションの将来性は確固たるものです。介護予防では、自治体からも依頼を受ける浸透ぶり、運営・経営の健全性は申し分なく、後藤院長先生以下の皆様の努力によるもので深く敬意を表します。

当地に於ける水先案内人の役割（あまり役に立ちませんでした）その必要性はなくなりました。また同時に旧病院も45年の任期を終えて老朽化極まり、自分の行く末を考えて、今回離任を選ばせて頂きました。とは言うても、お許しを頂けるなら、僚友とさせていただき、今迄と変わらぬ御厚誼御協力の程、宜しくお願ひ申し上げます。

ホスピタウムの更なる、創造的御発展を心からお祈り申し上げます。

春日 明



9月25日(火)全体朝礼にて、永年勤続者に対する感謝状の授与がありました。今回の表彰は春日クリニックが医療法人社団三成会から独立するにあたって退職する2名の永年勤続者に授与されたものです。永年勤続者の佐藤操さん、石井順子さんには感謝状と記念品が贈られ、「今まで大変お世話になりました。クリニックは独立しますが、これからも頑張ります」と挨拶がありました。

- 目次： 1 ページ 新春日クリニック
2 ページ リハビリ紹介
お買い物ツアー
3 ページ 施設訪問
通所リハの声
4 ページ 畑作り・編集後記

11月の行事は。。。
外食ツアー!!!

医療法人社団 三成会

南東北春日リハビリテーション病院

介護老人保健施設 春日リハビリテーション・ケアセンター

春日居宅介護支援事業所

春日訪問看護ステーション

住 所：福島県須賀川市南上町123-1

ホームページ <http://www.minamitohoku.or.jp/kasuga/index.htm>

TEL 0248-63-7299

TEL 0248-63-7279

TEL 0248-63-7297

TEL 0248-63-7278





リハビリ紹介！！



リハビリでは簡単な体操やストレッチを紹介しています。そもそも「ストレッチとは何だろう？」という声がきかれましたので今回は「ストレッチ」についてお話ししたいと思います。

☆「ストレッチとは？」

特別な技術を必要とせず、簡単に気軽に個人のリズムでできる筋肉の心地よい刺激とリラクゼーションの方法です。

☆「効果は？」

障害の予防、全身の血流・リンパの流れをよくする、疲労の回復を早め、治癒能力を向上させる。肉体的・精神的な緊張を解消、筋・腱・脳への血流が促進されリラックスする、老化予防などです。

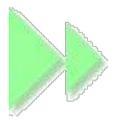
☆「守って頂きたいこと」

- ①体が冷えている時は、温めてから行うこと
- ②反動をつけずに行うこと（筋肉・腱に緊張を感じたらその状態を維持する）
- ③徐々に強さを増して行うこと（10秒保持する）
- ④オーバーストレッチに注意する（痛いのを我慢しない）
- ⑤マイペースで行うこと（気持ちよく行なうこと）
- ⑥自然な呼吸でリラックスして行うこと



☆「いつやればいい？」

朝一番、寝る前、緊張をやわらげる時、長い時間座っていた時、リラックス出来る時など自分の取り組みやすいときでかまいません。



お買い物ツアー



毛糸の帽子の試着中！！



お菓子いっぱい買いました



サングラスをかけてみました

9月は、各ユニットに分かれて、買い物ツアーに出かけました。行き先は、ロックタウン！！主にお菓子類を選ばれていた利用者さんが多く、棚に並べられたたくさんのお菓子を見て、目移りしては悩んでいました。また、行き交う人々にも目がいき、品物を選ぶどころではなかった利用者さんも・・・。「今の世の中は、着る物・食べ物、何でも揃っていてびっくらこいたああ」と。サングラスをかけたり、帽子をかぶったりと楽しいお買い物ツアーになりました。



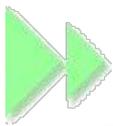
マクドナルドにて



アイスクリーム試食中



みなさんたくさん買いました



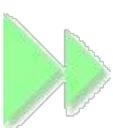
行政調査のための施設訪問



10月4日(木)、須賀川市議会議員の方が行政調査のため、当施設を来訪されました。来訪されたのは須賀川市議会の志清会代表 佐藤瞭二様をはじめとする5名の方々です。今回の視察は、今後ますます進むであろう高齢社会における介護の役割を重要視し、須賀川市民の方々の福祉向上に寄与すべく、今後の議会活動を進めたい、との志清会の意向で行われました。病院・老健施設を視察後は、実際の介護施設の現状、問題点、これからの課題などの意見交換を行いました。

— 当施設を見学ご希望の方、随時受付ております —

医療法人社団 三成会
南東北春日リハビリテーション病院
春日リハビリテーション・ケアセンター
TEL 0248-63-7299



老健通所リハビリテーション

老健通所リハビリテーションでは、午前と午後の半日の通所を行って2年になります。そこで、日頃通所リハビリテーションを利用されている利用者さんの声を紹介します。

1. 当通所を利用してどのくらいですか？

Tさん：半日通所が開設されてからですので、2年になります。

Sさん：3年4ヶ月です。

2. 通所を利用してから自宅での変化などがありましたら教えてください。

Tさん：私の場合脳梗塞のためか朝夕に頭がはっきりせず重い感じは変わりませんが、家の中の歩行は、手すりやその他に掴まり自ら歩けるようになりました。また、麻痺側の手で軽い物など持つ事が出来るようになりました。

Sさん：自宅では日中一人なのでなかなかリハビリに気が入らないが、通所では仲間が居ることで気分がとても明るくなり、自宅に戻ってももう少しと頑張っって色々と動けます。

3. 通所の雰囲気（スタッフを含め）はどうですか？

Tさん：他の利用者さんとの話し合いがリハビリになり、大変良い雰囲気だと思います。私だけでなく、皆さん通所を楽しみにしているようです。

Sさん：いつも明るくて、通所に来るまで憂鬱でも来ればつられて明るくなります。

4. 通所ではどんなことをされていますか？

Tさん：マシンを使ったパワーリハビリはもちろんですが、病院の周りは足場がいい為1～3周ほど歩行したり、階段の昇り降りなど大変体によく、帰宅後も気分がいいです。

Sさん：時間が許す限りパワーリハビリをと心掛けています。たまにマッサージでもいいかと気弱になります。

5. 通所を利用して良い点・悪い点がありましたら教えてください。

Tさん：病院関係者の教育及びご指導の良さもあると思うのですが、スタッフ全員の方々の利用者に対するお世話と介護については、頭が下がり有難いことだと思います。

Sさん：良い点は、いつも明るくすぐに手を差し伸べてくれます。悪い点は、「自立」と言う意味では手を貸しすぎかな？と思うこともあります。



貴重なご意見有難うございました。皆様のご意見を参考に、よりよい通所リハビリテーションを目指していきたいと思ひます。



畑作り

Part 2



夏野菜も終わり、秋に突入しました。さあ、早く秋野菜に種をまきましよう！！と、『白菜・人参・大根・二十日大根・ほうれん草』をまきました。

ジャガイモは、失敗したけれど秋野菜はうまく育つかなあ。。。。楽しみ楽しみ☆



①まずうね作り！本腰を入れてまっすぐ上手に土を耕す。

「いやああ、腰が痛い痛い・・・」



②次に種まき！丈夫に育てええええええええと念をこめながら、丁寧にまいていきます。

③みんなが頑張った結果、こんなに素敵なおねが出来上がりました。



利用者さんに作ってもらったカラスでえーい。俺がこの畑を守るぜえ！！

編集後記

こんにちは★まさに、食欲の秋★
先日10月7日に行われた、南東北グループの運動会（職員のみ参加）において、ここ春日ホスピタウンチーム！！見事、2年連続の『優勝』に輝き、大活躍した！と自負しているミートです。（皆さんにもみて貰いたかった！）残念ながら、後藤院長は、お子様の地区のお祭りで大活躍しなければならぬとのことで、欠席でしたが。。。優勝の報告をすると、本当に自分の事のように喜んでくれました。来年の運動会でも、優勝できるように後藤院長共々、体力作りに、そしてもちろん毎日の業務にも気合の入るミートなのでした★

アクセスマップ



内科外来は、土曜日全日診療（夜6時まで）診察しています。
休診日：日曜日、祝祭日

ホームページ、随時更新しています。



Webから 南東北春日リハビリテーション病院

検索