

東田 武志 副院長 道志社常務理事に就任

令和4年5月31日に開催されました当法人理事会で選任され、6月から常務理事を拝命いたしました。2025年の地域包括システム構築に向け、激動を迎えているこの時世に常務理事の職に就くにあたり、その責務の重さを痛感しております。本年3月にはリハビリテーション大神子病院が中原町余慶に新築移転いたしました。このことは地域の皆様を中心とした当法人独自の在宅医療の展開において大きな節目です。「住み慣れた地域で、いつまでもいきいきとした人生を送りたい」誰もが思うこの願いが少しでもかなえられるよう、医療、介護、リハビリテーションを通じ貢献したいと思います。少子高齢化のわが国においては、社会保障制度改革の方向性は曖昧模糊ですが、緩慢であれ変化していくでしょう。変わることを恐れず、たくさんの縁を大切に、微力ながら職務に邁進し、その使命を果たすべく努力する所存です。今後も更なるご指導ご鞭撻を賜りますようお願い申し上げます。



グループホームだより



今年は短い梅雨でしたね

笹飾りとパシャリ☆

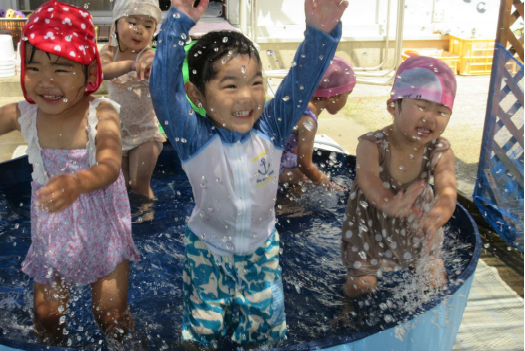


☆玄関には色鮮やかなアジサイが登場！☆

職員で作った壁一面の向日葵！



保育所だより



夏

の青空の下、プールをしたり、カブトムシの観察やセミを捕まえたりと、夏ならではの体験を子ども達は全力で楽しんでいます。

そして、今回夏のイベントとして久しぶりにB&Gプールに行ってきました。感染対策もしっかり行いながら、いざプールへ！！初めて浮き輪を手にした子も多かったのですが、みんな上手に浮き輪で浮き、友達の浮き輪につかまって浮き輪列車で大きなプールを優雅に泳いでいました。コロナ禍で思うように活動が出来ない事もありますが、子ども達のあんなに楽しそうな姿が見られたので良かったです。

今年は不作続きだったキュウリもたくさん実をつけ、子ども達が毎日のように収穫してくれました。自分達が育てた野菜を収穫し、友だちと一緒に食べる事で苦手な野菜にも興味を持ち食べる楽しみを味わっている子ども達です。

骨密度測定装置稼働しています



6月中旬より当院で新しい骨密度測定装置が稼働しています。今回導入した測定装置は以前の手を使った測定法（DIP法）とは異なり、腰椎と大腿骨を撮影して測定するDXA法を採用してします。この方法は「骨粗鬆症の予防と治療ガイドライン」で推奨されている方法であり、より精度の高い検査が可能となっています。

検査時間は10分程度で患者さんには5分程動かず横になっていただきます。撮影台は低反発の柔らかいベッドですが

腰が痛くて仰向けで寝ていられないという患者さんにはクッション等を利用して対応させていただきますので遠慮なくスタッフにお伝えください。

骨粗しょう症と聞くと年配の方の病気のイメージがありますが、近年では食生活の変化や無理なダイエットにより若年の骨密度の減少も取りざたされています。人生100年時代、豊かな生活をより長く送るために定期的な骨密度検査をお勧めします。

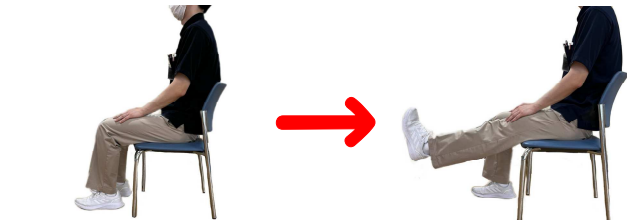
リハビリトピックス

《ホームエクササイズ》

新型コロナウイルスの流行により自宅時間が増え、運動不足を感じていませんか？今回は自宅で簡単に出来るエクササイズをご紹介します。無理せず自分に合った回数や頻度で行ってください。

※何かに捕まって行う際、動くものと危険なため、椅子や机などでできるだけ動かないものに掴まって行ってください。

＊ 膝伸ばし
（太もも前面の筋力アップ）



膝を伸ばしたまま5～10秒止めます。これを10回行います。

【ポイント】太もも前面に力を入れるように意識してつま先も一緒に上げましょう。

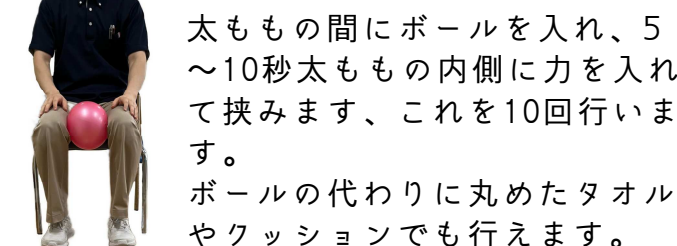
＊ 足上げ
（太ももの筋力アップ）



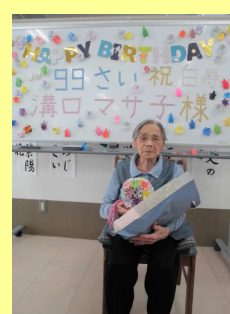
足の付け根からも太ももをしっかり上げます。これを10～20回行います。座って行っても大丈夫です。

【ポイント】体を後ろに反らさないよう注意しましょう。

＊ ボール挟み
（内側の太ももの筋力アップ）



太ももの間にボールを入れ、5～10秒太ももの内側に力を入れて挟みます、これを10回行います。ボールの代わりに丸めたタオルやクッションでも行えます。



ー今号の1コマトピッー

通所を利用されている溝口さんが白寿（99歳）をお迎えになりました！その若々しいお姿にスタッフ一同元気をもらっています！！