



やわらぎ通信

第2号

発行 / 医療法人興生会 押川病院 〒886-0212 小林市野尻町東麓 1082-1
TEL 0984-44-1005 (代表) FAX 0984-44-3207

理事長あいさつ



先月、女子ゴルフの全英オープン大会が開催されました。この大会は、世界を代表するものの1つで最も権威ある歴史の古い大会です。過去、樋口久子さんが優勝して以来、優勝者が出ていない大会でしたが、42年ぶりに21歳の渋野日向子選手が優勝しました。

深夜の放送でしたので眠さをこらえていましたが、最終日、18番ホールのうち前半9ホールを終わった時はもう優勝はないと諦めかけていましたが、ラスト9番ホールの追い上げがすごく何と言っても最後の18番ホールのロングパットを入れて優勝を決めた瞬間には胸にジーンとくるものがありました。

ゴルフにはサンデーバックナインという言葉があります。4日間続く最終日曜日の最後の9ホールどれだけ追い上げる気力と体力が残っているかが勝敗を決するという事です。この事は、他にも共通するものが様々あるような気がします。何事も最後まで諦めず闘い抜くことが大事だということを21歳の渋野日向子という若きゴルファーに教えられた気持ちになりました。

まだまだ残暑が続いておりますが、今年も熱中症が多く年少者から年配者まで運動中、仕事中、庭の草取り中、家の中でも発症しています。暑気あたりで体がだるく、食欲が無いとの訴えはもう熱中症です。

このような症状は、自分では熱中症とっていない人もおられます。重症の人は腎臓の障害や他の臓器が悪くなって入院になったり、最悪の場合、死に至ることもあり回復しても長く点滴をしなければならない事にもなり体力が低下してしまう患者様もおられます。

多量の汗をかいた時にはただ水を飲んでいれば良いというわけではないので十分に気をつけましょう。

医療法人興生会 理事長 押川達巳

“脳トレーニング”で脳年齢を若く・脳を活性化!

天秤が釣り合うよう数字を入れてください。

左右の天秤の重さ(総数)が同じになるよう、**使える数字**の中から数字を選んで○の中に入れてください。なお、**各数字は1回**しか使えません。

例

使える数字
1 2 4 6

問題1

使える数字
1 3 4 5 6 7

問題2

使える数字
3 3 4 4 5 5

問題3

使える数字
1 2 3 5 10

“解答”は他のページに載っています。答えがわかるまでじっくり考えることが脳の活性化につながります!



医師紹介(内科医師 黒崎 毅)



こんにちは、医師の黒崎です。
押川病院に勤務して、この9月で17年目になります。
温厚な押川院長のもと、野尻の地域医療に携わっています。
出身は埼玉なのですが、宮崎大(旧宮崎医大)に入学し、
宮崎ののんびりした所が気に入って、宮崎に残りました。
体を動かすのが好きなので、水泳などをしています。
皆さんの健康のため、スタッフとともに頑張っていきたいと思っ
ています。
今後もよろしくお願いします。

外来紹介

現在、当院の外来診療は、内科、整形外科を中心に行っています。
このうち、一般内科と消化器内科は、押川院長と黒崎医師が担当し、循環器科は、小山医師と福井医師が水曜日(午前中)と金曜日(終日)に宮崎大学医学部からの派遣により診療を行っています。
また、整形外科は、渡邊医師をはじめ、火曜日(午後)と土曜日(午前)に同じく宮崎大学病院からの派遣により診療を行っています。
医療連携については、小林市立病院や高原町立病院等との連携により患者紹介もスムーズに進めることができしており、充実した医療の提供ができていると考えています。
外来では、一般外来患者様の診療のほか、胃の内視鏡検査や透視などの健診を行うとともに、週2回(月・水の午後)介護施設の巡回往診を行っていますので、院長が不在の時間もあり、患者様にはご不便をおかけしております。



来院の際は、お気軽に外来ナースにお声かけください。

外来師長 泊 咲子



病院で栄養相談を受ける方法



押川病院 栄養課

「グループホーム 和(やわらぎ)」だより

現在、「グループホーム和」には9名の方が入居されています。

少しでも家庭的な環境での生活をしていただけるよう、行事の中に昔から慣れ親しんだ事を多く取り入れ、利用者様の喜びへと繋げています。先日は、隣の「グループホームライフ」の方を招いて、合同でのソーメン流しを行いました。その際、ボランティアで民謡、三味線、尺八演奏も来て下さり、みなさん一緒に歌われたり、大変喜んでおられました。また、8月は施設の畑で収穫した野菜を使って漬物作りをしたり、ぼたもち作り等を行いました。「のじりこ祭り」の夜は、施設駐車場から花火も見ることができました。

これからも、ご家族や地域の方々との繋がりを大切に、利用者様が安心して生活できるよう支援して参ります。



午前9時～17時まで施設見学ができますので
お気軽にお立ち寄りください。



「デイケアやわらぎ」だより

デイケアやわらぎは、介護保険を利用できるリハビリ施設です。医師、看護師、理学療法士や作業療法士が利用者様の健康管理と自立した生活をサポートします！！

4月より新しく筋力トレーニングができるマシンを導入しました！そば打ちや花見短歌会など様々な行事も行っています。見学や体験、その他気になる点がございましたらお気軽にご相談ください！！

～ご利用者様の声～

デイケアのおかげで体の調子がいいです。運動やお友達との交流もできて、一人で家にいるよりいいですね。

足がなんとかこの年まで頑張ってきているのでこれからも頑張れるようにリハビリしていきます。

利用者 O さん 100 歳（平成 24 年からご利用）



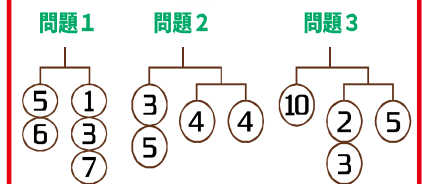
地域の患者さまを

一緒に支えませんか！！

スタッフ募集

- 看護師 3名 ○看護補助者 2名 ○薬剤師 1名
- 介護ヘルパー職 3名 ○グループホーム管理者 1名

「脳トレーニング」解答例



心を元気にする！ ポジティブ名言

今月のテーマ「人間関係に悩んだ人を元気づける名言」

生きているとさまざまな悩みを抱きますが、その中でも特に多いのが人間関係の悩みではないでしょうか？ 一説によると、「人づきあいの悩み」は人間同士の交流が生まれた古代から存在していると言われていています。そこで今回は、「人間関係に悩んだ人を元気づける名言」をご紹介します。

^{ひばんてき}
私に批判的な人たちが私のことを何と言おうと、彼らが真実を語らない限りは気にしない（マーク・トウェイン）

『トム・ソーヤーの冒険』などを著したアメリカの作家、マーク・トウェインの言葉です。本当のことを何も知らないのに、勝手な憶測だけであれこれと言う人がいます。けれども、それが真実でなければ、傷ついたり真に受ける必要はないということです。

自己とは自分にとって最良の友人である（アリストテレス）

古代ギリシアの哲学者として著名なアリストテレスの言葉です。普段、私たちは周囲の顔色ばかりをうかがいがちですが、本当に大切にすべきなのは自分自身です。自分とうまく付き合うことが、周囲との関係もうまくいく秘訣ということを教えてくれる名言です。

^{ついでい}多数に追従すれば必ず自分を見失う。 ^{あんどうただお}孤独を恐れず、したいことを続けるしかない（安藤忠雄）

「表参道ヒルズ」などを設計した日本の建築家、安藤忠雄の言葉です。本音を隠して周りに合わせてばかりでは自分自身を見失います。一人になることを恐れやりたいことをがまんするよりも、自分の進むべき道は自分で選びたいですね。そこで気の合う新しい仲間ができれば最高でしょう。

人間関係に疲れたな…なんてときには、この名言を思い出してくださいね。応援しています！