



秋の「天然温泉イベント」が開催されました！

◆群馬県の天然温泉「百石温泉」をご堪能いただきました

デイケアセンターの大人気イベント「天然温泉イベント」が開催されました。

今年の湯は群馬県太田市の「百石温泉 月見の湯」をご用意させていただきました。

百石温泉は、肌に良いとされる炭酸水素塩泉と、体が温まる塩化物泉の両方の特徴を持っています。とろみのあるお湯が、湯上がり後も長時間ぽかぽかと身体を温めてくれるため、肌寒い今の時期にぴったりな温泉です。

足湯を体験したご利用者さまも「久しく旅行とか行けていなかったから、こういった機会に温泉に入れるとは思わなかつ

た」と満喫されたようでした。

せっかくのイベントということで、入院患者さまにも足湯をお届けしました。

じっくりと足湯に浸かりながら、温泉で温めたタオルで顔を拭くと、硫黄の香りがふわりと香って、まるで実際に観光地に来ているかのような気持ちになれた、とご好評いただきました。

入院生活やリハビリで疲れた身体をリフレッシュして、また明日からも頑張ろうと思えたなら幸いです。

地域リハビリテーション研修会が実施されました

◆持続可能な「地域支援システム」の構築を目指しています

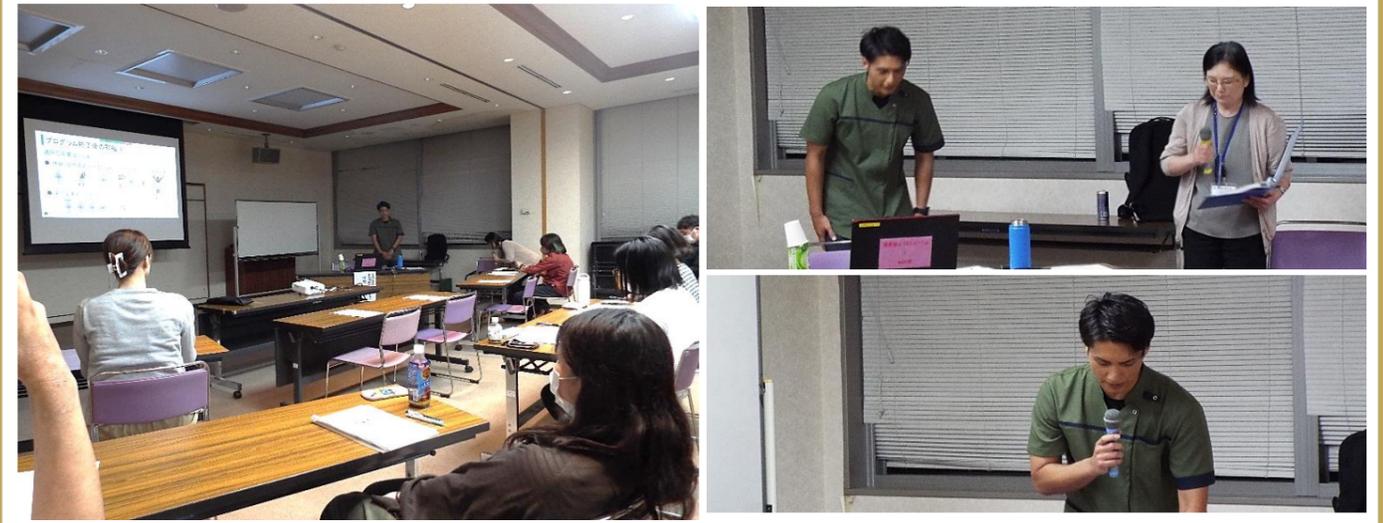
現在八街市は、人口のおよそ33%が65歳以上の高齢者と言われており、その割合は増加傾向にあると言われています。そのため、地域の支援体制を整える必要があります。病院や事業所、ケアマネージャーの提携が必要不可欠です。

当院では、スタッフ派遣や地域リハビリテーションの活動支援、通所型サービスC(短期集中予防サービス)事業に取り

組んでおり、一人ひとりに合わせた適切な介護防止のためのリハビリ提供に努めています。

研修会では、周辺の事業所さまなどをお招きし、過去に対応した事例や現在対応しているものの経過などを紹介しながら、今後の課題点や目標などを共有しました。

地域の皆さまが、持続的に支援が受けられる環境を目指し、今後も努めて参ります。



◆冬の鍋を、もっと効果的に食べる方法をご紹介します

近頃、急に肌寒くなったことで、おでんや鍋を食べる機会が増えた方も多いのではないのでしょうか。食べ物にはそれぞれ「性質」があります。水分が多く、身体を冷やすなど体内の余分な熱を排出する「寒涼性」、血液の流れを促して代謝の促進が期待できる「温熱性」、どちらにも属さない「平性」。鍋の定番食材である白菜や豆腐、大根などは「寒涼性」であり、ねぎや生姜、鶏肉は「温熱性」に分類されますが、調理の仕方などでその性質が変わることがあります。

鍋料理の野菜は根菜類が多く、寒涼性が多くなりがちですが、加熱調理で性質が変化し、身体を冷やす働きが弱まるそうです。さらに、スープに生姜やスパイスなどを混ぜることで、より効果的に身体を温めることもできますので、ぜひお試しください。(事務員R)

入院・転院のご相談

<空所情報>11/10現在
回復期病棟(6床) 療養病棟(0床)
ホームページで確認できます



医療法人社団誠和会長谷川病院
■地域連携部(MSW): 渡邊、山本、安部
TEL:043(444)0137
FAX:043(444)0257
HP:<http://www.hphasegawa.or.jp/wp/>

