

こぶしの花だより



去る5月14日（月）、デイケア「クローバー」では荒尾市おもやい市民花壇のバラ園へバラ見学に行きました。今年はバラの開花が例年より早く、全体的にピークを迎えた開花状況で、バラ園全体が華やかでとてもきれいでした。



たくさんの種類のバラが咲いていました。それぞれのバラの前でメンバーさんは写真を撮るのに忙しかったようです。



お知らせ

『ゆうゆう倶楽部』を新設しました！！

のんびりとした雰囲気の中で、気軽に認知機能のトレーニングが可能！

「ゆうゆう倶楽部」では、最近物忘れが気になっている方、普段の生活のしづらさを抱えている方、日中の過ごし方を工夫したいと考えている方をサポートします。

のんびりとした雰囲気の中で、気軽に認知機能のトレーニングやスタッフとの相談が可能な、楽しみながら行う外来作業療法（通院リハビリテーション）です。

《問い合わせ先》

大牟田保養院：黄金町 1 丁目 178

電話番号：0944-52-3012

担当スタッフ

作業療法士：平野 巧真

精神保健福祉士：今岡 恭子

主催：大牟田保養院

対象者：当院外来患者様

開催場所：大牟田保養院
1 階会議室

開催日：毎週金曜日

時間：10:00～11:00



☆ 何歳になっても、安心して地域で暮らし続けていけるようにサポートします ☆



←間違い探しや、
迷路、
計算問題、
（パソコン）などを
準備しています。

「心と体の健康教室」 行事開催のご報告



身体測定



マッサージ



脳トレ



5月12日、当院にて第11回「心と体の健康教室」を開催。今年も天候に恵まれて、多くの方がご来場されましたが、今回は新たに25名の方にご参加いただきました。毎年来て頂いている方からも、「開催されたので、よかった」とのお言葉を頂いて、スタッフ一同感謝しております。

恒例の院長講演（左写真）ですが、今年は「健康寿命と暮らし方」についてのお話でした。

以下、講演内容の一部をご紹介します。

健康寿命とは…

2000年にWHO（世界保健機関）が健康寿命を提唱しました。「健康上の問題で日常生活が制限されることなく、生活できる期間」と定義されています。

平均寿命と健康寿命との差は、日常生活に制限のある「健康ではない期間」を意味します。

また、健康寿命は、平均寿命より男性は約9年、女性では約12年ほど短いとされています。

ということは、日常生活に支援や介護を必要とする期間が平均で9～12年あることになります。

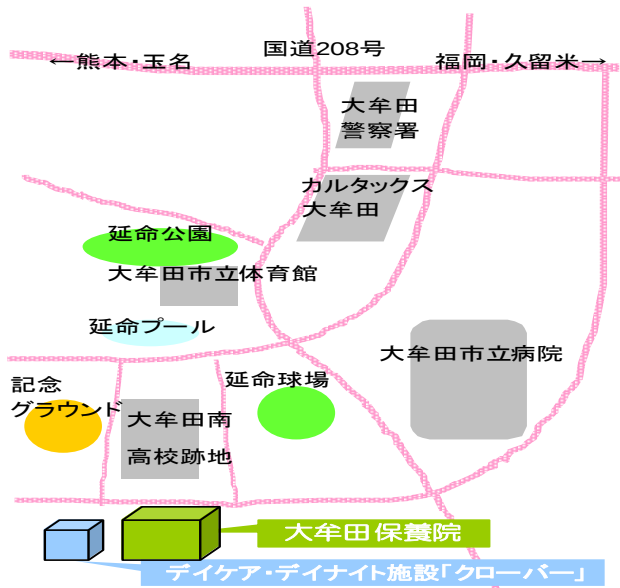
自分の力で元気で過ごせる寿命＝健康寿命を延ばすにはどうすればよいのでしょうか？

- 体を動かす → 無理なく楽しく、毎日続ける
- 食べることを大切に → よく噛んで、ゆっくり、楽しんで
- 感性を豊かに → 社会参加、生涯学習、つながりを大切に
- 環境に配慮して → 住居の住みやすさ（ケガをしない）や、乗り物の使用を考える



以上のポイントを踏まえて、ご自身の健康寿命について考え、日常生活を今一度振り返ってみてはいかがでしょうか？(^o^)

当院までのアクセス



- * 無料駐車場あり。
- * 西鉄バスで大牟田市立病院下車し、徒歩で約 5 分。
- * JR、西鉄「大牟田駅」より徒歩で約 15 分。車で約 5 分。

信和会関連施設



大牟田保養院（精神科・心療内科・老年精神科・内科）

認知症治療病棟 けやき

精神科訪問看護

精神科デイケア・デナイト施設 クローバー

介護老人保健施設 はなぞの

居宅介護支援事業所 はなぞの

訪問介護事業所 はなぞの

訪問看護ステーション はなぞの

通所リハビリテーション はなぞの

訪問リハビリテーション はなぞの

小規模多機能型居宅介護 花ごよみ

介護予防拠点地域交流施設 いこい

外来担当医

平成 30 年 7 月現在

	精神科	内科
月	村 田・犬 塚	
火	蓮澤・三重野・安東	久保田
水	蓮 澤・村 田	久保田
木	蓮 澤・村 田	
金	三重野・犬 塚	久保田
土	横 山	久保田

※初めて受診される方は、事前に当院外来までお電話下さい。
（受付時間、診療時間、その他各種検査の実施日が、曜日によって異なります）

大牟田保養院理念

「私たちは、医療の質の向上と信頼される病院づくりを目指しています」

— 7 つの基本方針 —

1. 誠実、共感、信頼を基本に、心の通うあたたかい病院を目指します。
2. 地域住民の「こころの健康」を守ることにより、心豊かに安心して暮らすことのできる社会づくりに貢献します。
3. 高い技術力と高品質の医療を提供します。
4. わかりやすい説明と同意のもと、安全で効率的な医療を提供します。
5. 関係機関との連携を深め、地域医療の向上に努めます。
6. 職員の教育・研修を積極的に行い、資質の向上に努めます。
7. 職員が十分に能力を発揮でき、充実した人生が送れる職場環境づくりに努めます。

— 7 つの行動指針 —

1. 患者さんの喜びを自分の喜びとします。
2. 患者さんの問題を自分のものとして受け止め、真摯に対応します。
3. 地域の方に支えられてこそ、病院が存続すると考えます。
4. 患者さんのプライバシーとセキュリティを守ります。
5. 清潔さを保ち、安全で事故のない環境を築きます。
6. 新しいことへチャレンジし、仕事を通して自分を高めます。
7. 絶えず学び、成長し続けます。

編集後記

暑い日が続いておりますが、皆様お元気でお過ごしでしょうか。夏場は体が水分不足となりやすく、熱中症や脱水を起こしやすい季節です。血管が詰まりやすい時期とも言えます。一般的に総称で「脳卒中」と言われている中の、脳梗塞（＝脳の血管が詰まる）が起こりやすく、統計的に見ても 6-8 月の夏場は脳梗塞が一番多く発生しているそうです。やはり病気は予防が肝要です。皆さんもこまめに水分を摂って、この夏も健康にお過ごし下さい。（健康寿命を伸ばしましょう!）（広報委員 城戸 康夫）