

【お願い】発熱症状、風邪症状がある方の診療受付は、施設内に入らず、お電話下さい。(0248-53-2415)

	月	火	水	木	金	土	日/祝祭日
午前 受付時間 8:30~	小林利男 8/5.19 診療 整形外科・内科	小林利男 8/6.13.20 診療 整形外科・内科	内藤 梓 消化器内科・外科	小林利男 8/1.8.15 診療 整形外科・内科	小林利男 8/2 診療 整形外科・内科	小林利男 8/3.17 診療 整形外科・内科	休診
	11:30 内藤 梓 8/26 診療 消化器内科・外科	内藤 梓 消化器内科・外科		内藤 梓 消化器内科・外科	内藤 梓 消化器内科・外科	内藤 梓 消化器内科・外科	
午後 受付時間 13:30~	北原正樹 内科・形成・ 皮膚	小林利男 8/6.13.20 診療 整形外科・内科	内藤 梓 消化器内科・外科	小林利男 8/1.8.15 診療 整形外科・内科	小林利男 8/2 診療 整形外科・内科	小林利男 8/3 診療 整形外科・内科	休診
	16:00 緑川博文 8/5のみ診療 心臓血管外科	内藤 梓 消化器内科・外科	水曜 14:30 受付終了	内藤 梓 8/8.15.22.29診療 消化器内科・外科	内藤 梓 8/9.16.23.30診療 消化器内科・外科	内藤 梓 8/10.24.31診療 消化器内科・外科	
(水曜は 14:30まで)	月曜日午後 (14:00~16:30)			八木正樹 8/8のみ診療 小児科		小島山博之 第3土曜のみ診療 内科・脳外科	

※都合により診療時間や医師の変更がある場合がありますので、詳しい診療案内等はお問合せ下さい。  
電話53-2415 電話受付時間 8:30~17:00

※日曜・祝祭日・年末年始の休日の当番医は0248-23-9909 (しらかわ情報センター) で確認いただけます。

※ 眼科は予約制となっております。  
(事前に電話または窓口にてご予約下さい)

※8/22(木)~8/31(土)まで小林利男先生は休診となります

~夏~ 蜂刺されにご注意を!

蜂は春~秋が活動期間でですが、夏のこの時期に最も攻撃性が高まります。アナフィラキシーショックを起こして亡くなる方もいます。巣を見つけたら、蜂を刺激しないようにして、その場から離れてください。もし、刺されてしまったら・

①傷口から毒を手で搾り出し、流水で洗いましょう

アンモニアが効くというのは迷信です。効果がありませんので、必ず流水で洗いましょう。毒が唾液中に溶けて口内がしびれるなどの症状が出る場合がありますので、口で毒を吸い出すこともやめましょう。

②病院を受診しましょう

めまいや、胸が苦しい、息苦しいなどの症状がある場合はアナフィラキシーショックを起こしている可能性があるため早急に受診してください。初めてよりも2回目以降の方が症状が強くなる可能性があります。症状が強い場合はすぐに救急車を呼びましょう。



~編集後記 (広報委員のつぶやき)~

七夕では短冊に願いを書いたり、皆さんで飾りつけを行いました。暑い日が続いていますが、利用者さんは毎日リハビリに励んでいます。利用者さんが豊かな生活を送れるよう、職員も熱中症に気を付けながら元気いっぱい働いています。さあ!夏本番!!これから施設内では夏祭りを予定しています。来月号もお楽しみに~!! 柏村

◆個人情報保護方針に基づき、写真等は了承を得て掲載しています



いずみざき南東北

第 170 号 (令和 6年 8月発行)



No.4282-ISO 9001  
No.E2123-ISO 14001  
ISO9001・ISO14001 認証取得

<http://www.izumizaki-rehabili.com/>

ホームページも随時更新中なので、ぜひご覧ください!

◆泉崎南東北診療所

◆泉崎南東北

リハビリテーション・ケアセンター

住所: 泉崎村大字泉崎字山ヶ入56  
電話: 0248-53-2415

◆泉崎南東北在宅介護支援事業所

◆泉崎南東北訪問看護ステーション

住所: 泉崎村大字泉崎字山ヶ入101  
(泉崎村総合保健福祉センター内)  
住宅電話: 0248-54-1888  
訪問看護電話: 0248-53-3533

○熱中症と対策について

梅雨に入り、本格的な夏がすぐそこまでやってきております。気温が高くなり、段々と夏が近づいてくると、ニュースなどで、熱中症という言葉をよく耳にする方も多いかと思えます。そこで今回は、熱中症についてお話していきたいと思えます。熱中症とは、気温や湿度が高い環境下で体温の調節が上手くいかず、めまいやだるさなど、さまざまな症状が起こる状態をいいます。熱中症が起きる可能性には「環境」「体」「行動」と、三つの面から、考えられる条件があります。「環境」気温や湿度が高い・日差しが強い・閉め切った室内。「体」高齢者や子供・体に障害や持病がある方・体調不良により、脱水状態にある時。「行動」激しい運動・長時間の屋外作業・水分補給がしにくい状況。体温の上昇と調節機能のバランスが崩れると体に熱が溜まってきてしまいます。ここに示した事以外にも、さまざまな環境条件によって発生する可能性が考えられます。

続いて基本的な熱中症対策についてです。規則正しい食生活をする。こまめな水分補給をすること。【のどが渇く前、起床時、入浴前後での水分補給】暑さを避ける 【室外では日傘や帽子の着用、日陰を歩くなど工夫する。室内では冷房や扇風機で温度調節する】衣服【通気性の良いもの、ゆったりしたもの等を着用する】暑さに備えたからだづくり【適度な運動を心がける】暑さの感じ方は人によって異なります。節電を意識するあまり熱中症対策を忘れないようにしてください。気温、湿度が高い日は冷房や、扇風機を使用し調節しましょう。

《8月号もくじ》

- ①コラム
- ②診療所
- ③看護
- ④通所
- ⑤入所
- ⑥リハビリ
- ⑦編集後記
- ⑧お知らせ

《お知らせ》

新型コロナウイルス感染症の拡大を防止するため、次のような取り組みを行っております。ご理解とご協力をお願いいたします。

【診療所】

- 診察を受ける方および付き添いの方全員のマスク着用、手の消毒、検温をお願いしております。
- 診療所内の消毒と換気を毎日実施しております。

【老健施設】

- 原則として、入所者の外泊を禁止しております。
- 通所リハビリ利用者に毎日の体調確認と検温を実施しております。
- 施設内および送迎車両の消毒と換気を毎日実施しております。

※泉崎公開講座の開催は当面見合わせます。何卒ご了承下さい。



# 通所リハビリ



皆さんで短冊に願い事を書きました。皆の願い事が叶いますように

# リハビリテーション

ゆっくり  
はっきり  
大きな声で!

言葉を発する機会が減ると、機能がどんどん低下します。脳卒中などによって脳の言語中枢に障害がおこると、うまく話ができなくなることもあります。舌がうまく動かなくなったり、上あごの筋肉が低下することにより言葉が出にくくなることもあります。舌の動きや唇の動きをよくするための発音訓練は、はっきり言葉を話すことのトレーニングにもなります。

- 「ば」「ま」 ... 唇を閉じたり開いたりする訓練
- 「た」 ... 舌の中央を動かす訓練
- 「か」 ... 舌の奥を動かす訓練
- 「ら」「さ」 ... 舌の先を動かす訓練

※「ば、ば、ば…」のように繰り返して発音しましょう!



# 入所



孫に会いたい♡

健康第一!!

もっと歩けるようになりたい!

皆で仲良く過ごす!

元気で頑張りたい!

1階

3階

2階