

☆☆泉崎南東北診療所 3月診療のご案内☆☆

※3月1日(金)は内藤先生不在のため休診となります。
 ※3月15日(金)、22日(金)は眼科が休診となるため、3月16日(土)に振替診療を行います。

	月	火	水	木	金	土	日
午前	小林利男 整形外科・内科	小林利男 整形外科・内科	内藤 梓 消化器内科・外科	小林利男 整形外科・内科	内藤 梓 消化器内科・外科 3/8,15,22,29診療	総合南東北病院 心臓血管外科	休診
		内藤 梓 消化器内科・外科		内藤 梓 消化器内科・外科	小林奈美江 眼科 3/1,8,29診療	内藤 梓 第2・4土曜日診療	
受付時間							
8:30~ 11:30				八木正樹 小児科 3/14のみ診療		小林 奈美江 眼科 3/16診療	
午後	北原正樹 内科・形成・皮膚・兼煙	小林利男 整形外科・内科	内藤 梓 消化器内科・外科	小林利男 整形外科・内科	内藤 梓 消化器内科・外科 3/8,15,22,29診療	第1・5土曜日診療	休診
	緑川博文 心臓血管外科	内藤 梓 消化器内科・外科		内藤 梓 消化器内科・外科		内藤 梓 第2・4土曜日診療	
受付時間							
13:00~ 16:00		3/4月曜日午後 (14:00~16:30)		八木正樹 小児科 3/14のみ診療		小鹿山博之 内科・脳外科 第3土曜日のみ診療	



※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
 水曜日の受付は14:30までとなります。
 ※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。

< 今年4月以降の眼科診療について >

現時点で診療日時等の予定が決まっておりません。
 決まり次第、掲示等で改めてお知らせいたします。
 なお、不明な点は、窓口でお尋ねください。

○ 花粉症について ○



花粉症が流行する季節となりました。
 代表的なものとして、スギやヒノキなどがありますが、自分がどんなアレルギーなのかは血液検査でも調べる事ができます。
 くしゃみ、鼻水、鼻づまり、目のかゆみ等の花粉症の症状があれば、内服薬、鼻噴霧薬、点眼薬で症状を軽減することができますので、症状が出る前に、医療機関を受診することをお勧めします。
 花粉の飛散情報に注意し、飛散が多い日は外出を控えるとともに、外出時は花粉症用メガネやマスクの着用を心がけましょう。

☆☆編集後記(広報委員のつぶやき)☆☆

暖冬といわれていましたが、寒い日もあり感染症や胃腸炎などに気を付けなければいけない時期でしたね。徐々に気温も上がり春間近な陽気になってきました。春に向けて、しっかりと体調管理していきましょう。(吉田・田邊)

◆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105号 (平成31年3月発行)



<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ケ入56
 電話：0248-53-2415

◆泉崎南東北居宅介護支援事業所
 ◆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ケ入101
 (泉崎村総合保健福祉センター内)
 居宅電話：0248-54-1888
 訪問看護電話：0248-53-3533

認知症とは・・・?!



昔は「痴呆症」と言われていましたが、2004年から「認知症」と言われるようになりました。色々な原因で脳の細胞が死んでしまったり、働きが悪くなった為に様々な障害がおこる状態の事を言います。

主な症状として、大きく二種類に分けられます。一つ目は「行動・心理症状」です。認知症の人に頻りにみられる行動の障害による症状です。家の場所がわからなくなり外を歩き回る行動や、意欲がなくなり何かをするのが苦手になってしまう、見えないものが見えたり聞こえたりする、夜間帯に眠れなくなってしまうなどの症状があります。

二つ目は、認知症の人なら誰にでも現れる「中核症状」です。新しい事を記憶出来ないために、今朝のご飯のおかずなど少し前の記憶を思い出すことが出来ない、同じことを何度も話す、時間・場所・人物などを認識することが出来ない、などの症状が現れます。

さらに、認知症が進行すると、自分で食事を摂ることが困難になり、食べ物などが誤って気管に入ると誤嚥性肺炎になったり、歩行障害、自律神経障害などが起こる場合もあります。厚生労働省の発表によると、2025年には認知症患者数が700万人に達すると推測されています。高齢化に伴い、その数は今後も増え続けると考えられており、家族や個人単位ではなく、社会全体でこの問題に取り組んでいく必要があります。

最近では、認知症サポートキャラバンと言って、認知症サポーターが「オレンジリング」を手首に付けて、街で見かける認知症の人への理解促進や支援の活動をしている地域があるようです。泉崎村にも「認知症カフェ」があるのでぜひご利用ください。地域全体で認知症の人のサポートを全力で行なっていきましょう。



《次回の公開講座のお知らせ》

◆日時 平成31年3月16日(土)

入場無料!!
 たくさんのご参加
 お待ちしております。

◆開場 13:30~ 開演 14:00~15:00

◆会場 泉崎村保健福祉総合センター 集団検診室

◆演題 「外科救急の意外な5つの話」
 ◆講師 総合南東北病院 外科
 佐藤直先生



3月号もくじ

- ①公開講座のお知らせ
- ②通所リハビリ
- ③入所
- ④診療所
- ⑤編集後記



通所



節分・豆まき



いくよ〜！！
鬼は〜外♪

節分の日には、皆で豆まきを行いました。今年も福に恵まれた年になりますように☆



豆まきは盛り上がり
あったよ☆

マシントレーニングクイズ！！

~今までのおさらいをしてみましょう 正解できますか？~

第1問: マシンのフォームについて

頭・体が傾かないように①〇〇〇〇〇に座る。
背もたれにつくまで②〇〇座る。



第2問: マシンのタイミングについて

往復運動を一定の③〇〇〇で行う。
例)「1,2,3,4」と伸ばし「1,2,3,4」と元に戻す。

※①左右対称 ②深さ ③リズム(ペース)

入所

2019年節分



2月3日の節分の日、今年の無病息災を祈って豆まきを行いました。みなさん笑顔で鬼を退治していました！今年も1年間元気に過ごしていきましょう☆



鬼は外！福は内！！

鬼のお面をつけて
豆まきもしたよ♪



鬼がきたー！

