

泉崎南東北診療所 8月 診療のご案内

【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）
（37℃以上）（せき・のどの痛みなど）

	月	火	水	木	金	土	日/祝祭日
午前 受付時間 8:30～ 11:30	小林利男 整形外科・内科	小林利男 8/4.18.25 診療 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	小林利男 8/1.15 診療 整形外科・内科	休診
		内藤 梓		内藤 梓	南東北眼科 クリニック医師	内藤 梓	
		8/4.18.25 診療 消化器内科・外科		消化器内科・外科	8/7.21.28 診療 眼科（予約制）	8/8.22.29 診療 消化器内科・外科	
						総合南東北病院	
						心臓血管外科	
午後 受付時間 13:30～ 16:00 (水曜は 14:30まで)	北原正樹 内科・形成・皮膚	小林利男 8/4.18.25 診療 整形外科・内科	内藤 梓 消化器内科・外科	小林利男 8/6.13.27 診療 整形外科・内科	内藤 梓 消化器内科・外科	小林利男 8/1.15 診療 整形外科・内科	休診
	緑川博文	内藤 梓	水曜 14：30 受付終了	内藤 梓		内藤 梓	
	8/3のみ診療 心臓血管外科	8/4.18.25 診療 消化器内科・外科		消化器内科・外科		8/8.22.29 診療 消化器内科・外科	
		緑川Dr【心臓血管外科】 (14:00～の診察となります)					

※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)
※8/14（金）午前の眼科は休診になります。
※8/20（木）午後の整形外科は休診になります。

休診



この季節！ハチ刺されにご注意ください！

春～秋にかけて、ハチの活動が活発になります。
ハチに刺されたら、速やかな応急処置が必要です。
応急処置のあとは早めに病院を受診しましょう。

また、**冷や汗**や**息苦しさ**、**全身のじんましん**
などが出現した場合は、**アナフィラキシーシ**
ョックを起こしている可能性があります。

アナフィラキシーショックの場合は、
数分～数十分で重篤な状態に陥り、最悪の場合
死亡してしまうケースもあります。
2度目の方が注意が必要です。

症状が強い場合は、
迷わず救急車を呼びましょう！

応急処置の方法

刺されたら早めに病院へ！
※アンモニアは塗っても効果がありません



① 刺された場所から離れる
さらなるハチ刺されを防ぐ



② 刺された場所を水で流す
毒液を絞り出すように



③ 針を抜く
毛抜きか指で弾き飛ばす



④ 患部を冷やす
毒液のめぐりを遅らせる



いずみざき南東北

第 195 号（令和 8 年 8 月発行）

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

ホームページも随時更新中です。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

◆夏を元気に過ごすために ◆

今年も暑い夏がやってきました。年々暑さが厳しくなり、体調を崩しやすい季節でもあります。特に高齢の方は暑さやのどの渇きを感じにくくなることがあり、気づかいうちに脱水や熱中症になる危険性があります。そのため、「まだ大丈夫」と思わず日頃から意識して暑さ対策を行うことが大切です。

熱中症で最も大切なのはこまめな水分補給です。のどが渇いてから飲むのではなく、時間を決めて少しずつ水分を取ることが効果的です。汗を多くかいた時には、水分だけでなく適度な塩分も補給すると安心です。また、食事も体調管理には欠かせません。暑い日が続くと食欲が落ちやすくなりますが、そうめんや冷やしうどんだけで済ませず、肉や魚、卵、大豆製品などのたんぱく質や、夏野菜を取り入れ、栄養バランスの良い食事を取り入れましょう。室内で過ごしていても熱中症になることがあります。「電気代が気になるから」「まだそこまで暑くないから」とエアコンの使用を控えてしまう方もいらっしゃいますが、室温が高くなりすぎる前に適切に冷房を使用し、快適な環境を保つことが大切です。扇風機を使用したり、カーテンで直射日光を遮ったりすることも効果があります。また、夏は生活リズムを整える事も大切です。十分な睡眠をとり、無理のない範囲で体を動かすことで、暑さに負けない体づくりにつながります。朝夕の比較的涼しい時間帯に軽い体操や散歩を取り入れるのもおすすめです。当施設でも、利用者様が安心して夏を過ごせるよう、室温や湿度の管理をはじめ、こまめな水分補給のお声がけや体調確認を行っています。暑さ対策をしながら、皆様に笑顔で楽しい時間を過ごしていただけるよう努めていきます。

暑さはまだしばらく続きますが、日々の小さな心がけが健康につながります。ご家庭でも無理をせず、周囲の方と声を掛け合いながら、元気に夏を乗り切りましょう。皆様が笑顔で健やかな毎日を過ごされることを、職員一同心より願っています。

《お知らせ》

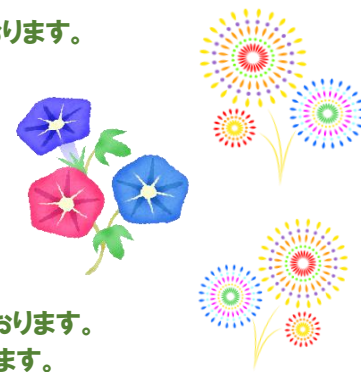
感染症の拡大を防止するため、次のような取り組みを行っています。
ご理解とご協力をお願いいたします。

【診療所】

- 診療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、入所者の外出・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。



◆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

通所リハビリ



通所では、七夕に願い事が届くよう沢山の方が、願い事を楽しんで書かれていました♪

リハビリテーション

「思うように体を動かすことが出来なくなってきた、もう少し動けるようになって畑仕事もしたい」との希望があり通所リハビリの利用を開始されました。利用開始時、歩行は歩幅が狭くゆっくり、方向転換でふらつき、玄関の段差は恐怖心で手すりをしっかり掴みゆっくりと昇降していました。

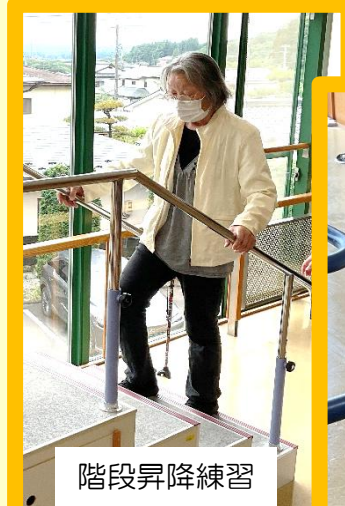


マシントレーニング

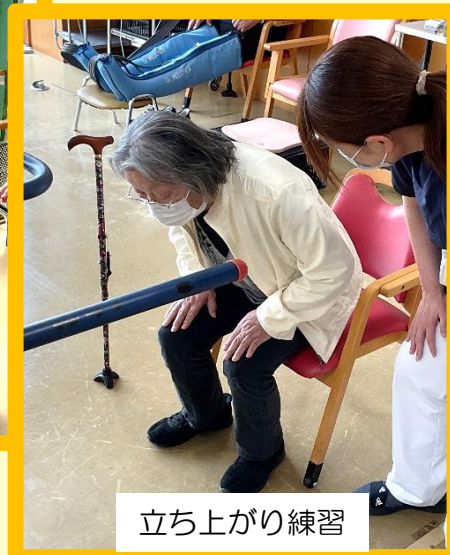
歩行速度（3m往復）
5月 38.6秒→7月 25秒



後ろ歩き練習



階段昇降練習



立ち上がり練習



週1回の運動を続けた結果、歩幅が拡大し、歩くスピードもアップ。今では段差昇降の恐怖心も軽減し、毎日の生活がより快適になっています。

入所

【2025年度 サービス向上委員会 アンケート結果報告】

【アンケート結果・ご意見】

○ご要望

・面会について(面会の時間がもう少し長いといい。会える人数も増やしてほしい。面会の場所が廊下では？本人もリハビリをもっと頑張る等々、意欲を高めることにもつながります)等
10件いただきました。

回答→施設として対応を検討していきます。今後も状況をみながら緩和に向けて検討させていただきます。

・洗濯物について(洗濯物の中に他の人のバスタオルや下着が多々入っています。尿取りパッド、マスク、ティッシュペーパーが交っています。靴下が片方しかないのが何度かあります)以上のご指摘いただきました。

回答→ご迷惑おかけして申し訳ありません。洗濯物が出た際の確認を必ず行うように、職員には改めて文書にて周知しております。

・腰が痛いので腰の運動がしたい・トイレに行きたい・本人が満足していない様子

回答→リハビリメニュー、運動方法等について要望、希望をお話しやすいように、コミュニケーションを取り関係づくりしていきます。

・短時間のマッサージ等があっても良い

回答→体の痛みや筋緊張が高い場合等は利用者に確認しながら実施しています。今後も利用者の要望や体の状態を確認しながら提供していきます。

・体力が無いのでゆっくりさせたい

回答→リハビリ前の体調確認や実施中の疲労状態、体調を確認しながら実施しています。これからもサービス担当者会議等で皆様のご要望を聞いていきます。

・高齢であるため筋力の衰えはあると思うが今の筋力を低下させないようにリハビリの内容が知りたい。

回答→3か月ごとに動画や口頭での説明を行っています。参加できないこともあります。リハビリのスタッフが参加できない場合はケアマネジャーを通して説明させていただきます。

・リハビリのやり方を拒否し、自分なりのやり方をしている

回答→安全面を確認しながら環境調整や自主トレーニング等のアドバイスをしていきます。



回収率77% 満足度84%

*満足度は「満足」「ほぼ満足」合計

感謝:7件 要望:20件 苦情:0件

○感謝

「体調の変化があった時には、すぐに連絡を下さるので、安心してお任せできます。」

アンケート

ありがとう
ございました

沢山のご意見や感謝のお言葉ありがとうございました。利用者様、ご家族様が安心して当施設を利用していただけよう対応してまいります。今年度もたくさんのご意見を、お待ちしております。

七夕に向けて皆さんで飾りを作ったり、短冊に願い事を書いたりしました。健康や幸せを願ったり、好物が食べたいとお願いをする方が多くいらっしゃいました♪

お願い叶うといいな♪

