

すこやか通信 第18号

「すこやか通信」も、お陰様で第18号を
発刊する事ができました。

新年のご挨拶！

新入職員紹介！

年間行事予定！

訪問リハビリ・短時間リハビリ
について！

「メディカルフィットネス信愛」

新サービス案内！

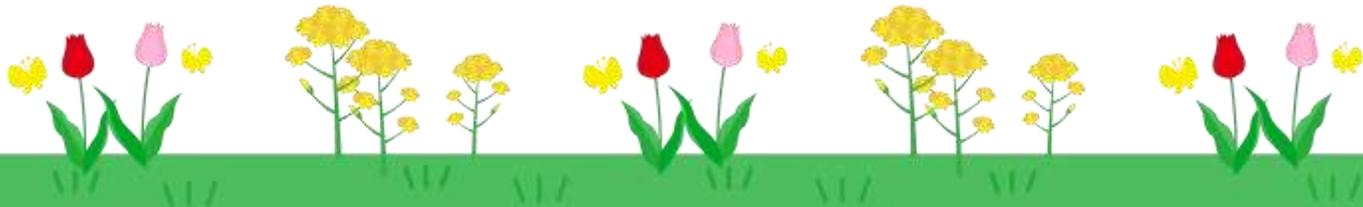
イベント報告！

など...

すこやか通信



平成30年1月
発刊



新年のご挨拶

院長：森永 秀和



新年おめでとうございます。皆様には、心新たに新年をお迎えになられたことと、心からお慶び申し上げます。

今年は「戌年」。私は6回目の「えと」を迎え、5月2日には72歳になります。

医療法人 信愛整形外科医院も、今年4月から32年目。職員も74名となり、医療の質・設備とも少しずつではありますが、充実しつつあります。副院長の穰地先生と一緒に仕事をするようになって4年目にはいります。私も年齢的には高齢者の仲間入りをしましたが、おかげさまで、まだまだ元気です。お互いの長所を活かしながら、二人三脚で診療に励んでいきたいと思っております。

今年の4月から、「地域包括ケアシステム」の構築が推進されます。団塊の世代が全て75歳以上に達し、国民の4人に1人が後期高齢者となる2025年。医療・介護ニーズの急拡大を見据えて、医療・介護提供体制の大再編が進められていきます。

少子高齢社会において、医療法人 信愛整形外科医院も、「活力ある社会づくり」に貢献していきたいと思っております。整形外科医療を中心に、介護予防施設「通所リハビリテーション すこやか」・「居宅介護支援事業所 すこやか」および厚生労働大臣認定 健康増進施設・厚生労働省指定 運動療法施設「メディカルフィットネス 信愛」が、それぞれの特徴を出し合っ、介護予防・自立支援・介護重度化防止などの社会のニーズに応えていくため連携し、質の高い・魅力ある整形外科医療・介護福祉・健康管理サービスを提供して、多くの方々に喜んでいただきたいと思っております。

近い将来増改築を行なって、更なる質の向上をはかり、「地域包括ケアシステム」の中で、地域の方々に信頼され・いつまでも愛される病院づくりのため、副院長・職員とともに努力していきたいと思っております。

今後とも、医療法人 信愛整形外科医院をよろしく願いいたします。

院長の主な活動報告(平成29年)

・佐賀新聞掲載(1月3日)

院長が佐賀新聞社の富吉賢太郎編集主幹からインタビューを受けた内容が、“2017新春経済フォーラム トップインタビュー”として掲載されました。「整形外科医療」「介護・福祉」「疾病・介護予防」の3部門を活用して、予防から手術を含めた整形外科的治療・リハビリテーションまで、運動器の機能回復に取り組んで「地域の健康づくり」に貢献する医療法人 信愛整形外科医院を、一般の人にもわかりやすく広報していただきました。

・サガテレビ出演(2月14日生放送)

かちかちP r e s s 「やってHANAMARU」のコーナー
テーマは、～脱・座りすぎ～

近年の研究で、「座りすぎ」が身体に悪い、ということがいわれています。「座りすぎ」で考えられる健康リスクとその対策・予防法を、気軽に、簡単にできる下肢の体操の実演も取り入れながら、紹介しました。

・さが桜マラソン(3月19日)

佐賀市医師会医療救護医師団の統括医として参加、
出場者の救護とコンディションづくりに活躍しました。
院長は、毎年救護医として参加しています。

当院の理学療法士の皆さんも、出場者の出走前後の
コンディション作りに貢献しました。



ゲストラナーの有森さんと
(平成28年)

・日本臨床整形外科学会の名誉会員に認証されました。

学会理事長にご推挙いただき、5月28日、東京で開催された全国代議員
総会において、表彰を受けました。

学会に対する貢献・功績が認められたもので、大変嬉しく思いました。

・NHKテレビ出演(5月30日佐賀放送局)

テーマ：ロコモティブシンドローム(ロコモ・運動器症候群)について
ロコモの現状、ロコモになると生じるリスク、ロコモを予防するための
方法(簡単なロコチェックによる早期発見やロコモ予防のためのトレー
ニング)などを、わかりやすく解説しました。

佐賀県民に対する「ロコモティブシンドローム」の啓発に、お役に立てた
ものと思います。

NEW

職員紹介 パート①

“信愛”に新しい仲間が増えました♥

看護部門



平成29年6月から勤務している宗田萌(ツタ ヲグミ)です。まだまだ経験が未熟なため、色々ご迷惑をおかけすると思いますが、専門的な知識を身につけ、患者さんに安心感を与えられるような看護師になりたいと思います。笑顔で一生懸命頑張りますので、よろしくお願いいたします。



平成29年6月から勤務している田中美穂(タカ ミホ)です。まだ不慣れでご迷惑をおかけする事が多いですが、一日も早く信愛整形外科医院の一員として、皆様に信頼して頂けるよう、努力していきたいと思っております。よろしくお願いいたします。



平成29年7月から勤務している塚原咲子(ツカハラ サキコ)です。整形外科での仕事は初めてになります。色々な知識を身につけて、成長していきたいと思います。明るく元気に頑張っていこうと思いますので、よろしくお願いいたします。



平成29年7月から勤務している西原千恵(ニシハラ チエ)です。看護師として働くのは初めてのため、一つでも出来る技術が増えるように心がけていきたいです。緊張すると慌てやすいので、落ち着いて行動できるよう丁寧に行っていきたいです。また、患者さんへの対応も笑顔を忘れず、誠実に対応していきたいと思っております。よろしくお願いいたします。

NEW

職員紹介 パート②

“信愛”に新しい仲間が増えました♥

看護部門



平成29年9月よりお世話になっております眞崎珠恵(マサキ タルヒ)です。一日でも早く貢献できるよう努力していきたいと思います。どうぞよろしくお願いいたします。



平成29年3月からお世話になっております。牛津高等学校卒業の岸川綾華(カシガワ リョウカ)です。分からない事ばかりですが、精一杯頑張りたいと思います。よろしくお願いいたします。

運動療法部門



平成29年4月よりお世話になっております。柳川リハビリテーション学院卒業の原若葉(ハラ ワカバ)です。一日でも早く一人前の理学療法士になれるよう、日々勉強し、頑張ります。ご迷惑をおかけする事もあると思いますが、よろしくお願いいたします。

物理療法部門



平成29年1月よりお世話になっております。物理療法部門の高田妙子(タカダ タヨコ)です。自己紹介を「あいうえお作文」で表現したいと思います。た・・・退屈させない会話とえ・・・笑顔が取り柄のこ・・・今年（平成29年）厄年の31歳です。

医療法人 信愛整形外科医院 職員(平成29年12月)

■ 受付医療事務部門



■ リハビリテーション部門



■ 看護部門



■ メディカルフィットネス信愛



■ 介護福祉部門



■ 指定居宅介護支援事業所



■ 物理療法部門



■ 栄養管理部門



■ 診療放射線部門



平成29年度 行事予定



日付	行 事 名	場 所
H29年 5月21日(日)	第11回 すこやか健康フェア	信愛整形外科医院内
6月3日(土)	第9回 信愛なるほど健康塾 テーマ「すこやか食生活！きほんのき」	信愛整形外科医院内
8月19日(土)	第10回 信愛なるほど健康塾 テーマ「体組成を知り、不調の原因を探ろう」	信愛整形外科医院内
9月23日(土)	第4回 信愛秋の健康フェア テーマ「ロコモ予防で健康長寿」	メートプラザ佐賀
11月18(土)	第11回 信愛なるほど健康塾 テーマ「認知症を予防しよう～Let's 脳トレ」	信愛整形外科医院内
H30年 1月6日(土)	メディカルフィットネス信愛 新春ウォーク&ジョギング	信愛整形外科医院周辺
2月24日(土)	第12回 信愛なるほど健康塾 テーマ「骨粗鬆症予防で健康長寿！」	信愛整形外科医院内



イベントの詳細は、院内掲示およびホームページでご案内いたします。
日程・内容等は、変更となる場合もございますので、ご注意ください。
ご不明な点は、職員にお気軽にお問い合わせ下さい。

この他、院内2階に併設の『**メディカルフィットネス信愛**』では、期間限定の
「**ランニング教室**」や「**クッキング教室**」などのイベントを開催予定です。
開催が決まりましたら、随時ご案内いたします。お楽しみに！！

2017年4月より新しく理学療法士が1名入職しました

★外来担当
田中、空閑、中川、片岡
梅崎、樋口、吉村、原

★入院・訪問担当
松尾、野田、村田、森脇

★通所・短時間
リハビリテーション担当
桑原



今後ともよろしくお願ひいたします

※受付時間のご案内

(午前) 9:00 ~ 12:00 受付終了

(午後) 14:30 ~ 18:00 受付終了

※担当残業日は 18:30 受付終了

木曜・土曜の午後は休診
となっております。



当院では、『訪問リハビリテーション』も行っております

リハビリを受けたいけど、
通院は難しい…



当院理学療法士がご自宅を
訪問し、リハビリテーションを
行います

★要介護・要支援認定を受けられている方
★主治医より「訪問リハビリテーションが必要」と
勧められている方に対し…

営業日: 月曜日～金曜日
営業時間: 午前11時～午後6時
サービス提供時間: 午前11時～午後6時
休日: 祝祭日、年末年始、お盆休み



※ご質問・ご相談等ございましたら、
居宅介護支援事業所「すこやか」や、理学療法士へお声かけをお願いいたします。

平成29年4月より

『通所リハビリテーション』 1・2時間コースのご案内

【開所日】 月～土 午前10:00～12:00
月～金 午後14:00～16:00
(土曜日は 午前のみ)

介護保険をお持ちの方がご利用できます♪

※信愛整形外科医院にても申請できます。

送迎あり



足趾の筋肉を
強くする自主訓練

マシン運動



物理療法



個別リハビリテーション



プラス

「1日縛られるのは嫌だが、
短い時間なら・・・」
2時間の短時間リハビリテーションがおすすめ!

人気
No.1

ゴロゴロ運動



タオルギャザー



起立台運動



ビー玉つかみ



ペダルこぎ



すこやか「ちかっと菜園」で
野菜作り



家事動作訓練



ケアプランに沿った
訓練内容の提供を
目指します。

通所リハビリテーション<<定員20名>>

医療法人 信愛整形外科医院
通所リハビリテーションセンター「すこやか」

「メディカルフィットネス信愛」NEWS

好評いただいている
「安全安心サポートコース」リニューアル！
よりニーズに応じたサポートを行います！

月6回コースの新設

安全安心サポートコースは、運動を行うにあたり不安がある方に対して、健康運動指導士が「運動のサポート」を行うコースです。安全に、効果的な運動を行うことができます。



会員種別	料金(税込)	備考
安全安心サポート 月4回コース	6,000円	1回60分・月4回【完全予約制】
安全安心サポート 月6回コース	9,000円	1回60分・月6回【完全予約制】
安全安心サポートチケットコース	15,000円	1回60分・10回分・使用期限3ヶ月間【完全予約制】

・会員限定『フリーウェイト個別指導』導入

メディカルフィットネス会員限定で、「BIG3」などのフリーウェイトトレーニングをマンツーマンで指導します！1回のトレーニング時間は、約30分間です。



コース	料金(税込)
月4回(週1回)コース	2,000円
月6回(2週3回)コース	3,000円
月8回(週2回)コース	4,000円

詳しい内容や入会の方法などは、パンフレットをご覧くださいか、院内2階「メディカルフィットネス信愛」にて、お気軽にお問い合わせ下さい。
無料体験も実施しております！！

2017年 新春三社参り&食事会

2017年1月21日（土）、恒例の「メディカルフィットネス信愛新春イベント」として、「三社参り」と「新年の食事会」を行いました。当日は天候に恵まれ、気持ちの良い青空の下、護国神社、鳩森神社、龍造寺天満宮と、歩いて三社参りを行いました。



元気よく、出発進行！！



一社目は『護国神社』



途中の裏通りで
武家屋敷跡を発見！



二社目の『鳩森神社』では
恵比寿様を発見しました



三社目は『龍造寺天満宮』



童心に返って、顔出し
ボードで記念撮影♥



三社参りの後は、近くのバイキングレストランでランチバイキング！この日ばかりは、スタッフも皆様の食欲に目をつぶりましたよ。(〇^)
食事の後のチーム対抗新春クイズ&ゲーム大会では、皆様が予想以上に真剣で、大いに盛り上がりました。これだけの元気があれば、今年一年を乗り切るなんて訳ないことでしょう！皆様、今年もよろしくお願ひいたします。
(#^^#)

2017 さが桜マラソン

5名がフルマラソンを初完走！ 感動をありがとう！！

3月19日に2017さが桜マラソンが開催されました。信愛整形外科医院からは、2階『メディカルフィットネス信愛』の会員様6名、および今年で3回目の開催となる『信愛ランニング教室』の受講者7名、職員7名がフルマラソンの部とファンラン（9.8km）の部に参加しました。今年から、例年より2週間早く開催されるため、気温が低くなることが予想されましたが、当日は気温が高く、桜も蕾の状態と、心身ともにきついコンディションでした。そんな中、参加者はそれぞれの目標に向かって奮闘されました！そして、今回は5名が初めてフルマラソンを完走されました！！応援していただいた皆様ありがとうございました。

スタート前「完走目指して頑張るぞー！」



信愛ランニング教室受講者 メディカルフィットネス会員様

信愛整形外科医院前交差点



まだまだ序盤。笑顔で声援に答える余裕があります！



信愛アピールも忘れません！！

ゴールはあと少し、ラストスパート！！



ゴール後、最高の仲間とともに！

お見事！
フルマラソン
初完走！



庄分酢倉見学と 大川市小保・榎津藩境の街並みウォーク

2017.3.30

大川市小保・榎津地区は、江戸時代、旧久留米藩と旧柳河藩の藩境に位置し、柳川に向かう街道につながる道筋と、久留米に向かう街道につながる道筋を軸に街並みが広がり、交通の要衝として発展したそうです。



築80年の倉には酢酸菌が住んでいるそうです。その菌がそこでしか出せない酢の味の決め手となっているそうです。



瓶に入った黒酢



試飲&試食タイム♪

庄分酢は創業300年、江戸時代初期に作り酒屋から始まったそうです。時代の流れで大量生産の大手メーカーに席卷された感がありますが、昔ながらの製法を守りここでしか出せない味を長年提供し続けているそうです。



庄分酢の倉内には、製品の販売にあたり、味を知ってもらう為に試飲と試食コーナーが設けられています。試食は調理酢を使って、野菜をマリネしたものが用意されていました。また色々な材料から作られた飲料用お酢は、とてもおいしかったです(^-^)

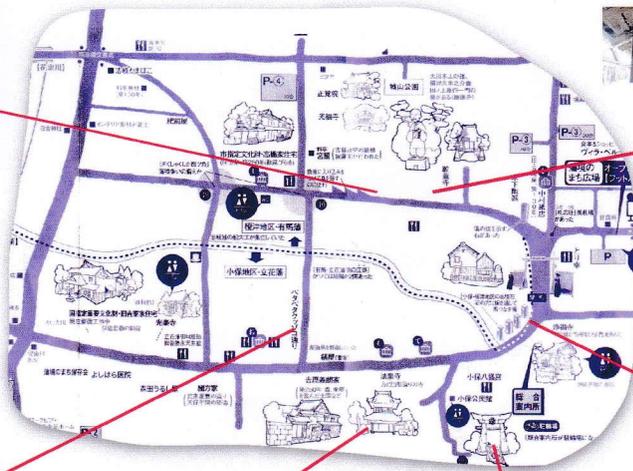
おしゃれなコーヒー屋さんは残念ながらお休みでした・・・(ToT)



景観に合わせた、商店の看板



古い家屋が立ち並ぶ街並み



通りには、くちぞこのオブジェが沢山お出迎えてくれました(°o°)



霧囲気のある小道、クツゾコ通り



お寺の境内の山桜は、満開でした



小保八幡宮



藩の境目にある馬つなぎの石柱跡

肥前狒犬が鎮座していました



春のウォーキング教室

「メディカルフィットネス信愛」では、春と秋に「ウォーキング教室」を開催しております。計8回の教室では、ウォーキングシューズの選び方から、ウォーキングフォーム、歩く時に必要な筋肉の鍛え方や、ストレッチする方法を紹介いたします。普段歩いている速さよりも速く歩けるようになったり、長い距離を無理なく歩けるよう、練習会では徐々に距離を伸ばしていきます。最終回は体力度に応じて、最長約9km歩く遠足ウォークを行います。

遠足ウォーク in 武雄 Report(レポート)

2017.4.22

車で武雄神社へ行き、大楠を拝観



オルレコースをアレンジして歩きました

武雄温泉駅 TAKEOON.



スタートは武雄温泉駅!

スタート!!

オルレコースには、道案内のリボンや木で作られた矢印が要所要所に設置されています。車では通れない細い道や森の中を通り抜けたり、変化に富んだおもしろいコースです!

矢ノ浦古墳展望台



武雄到着1時間でさっそく昼食♪これからの長丁場の為に腹ごしらえです!

貴明寺

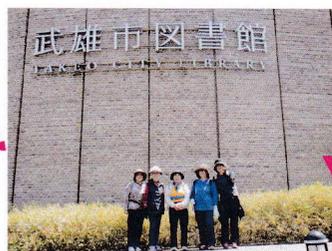


新緑のもみじとしゃくなげが綺麗なお寺でした。境内にはお茶のふるまいがありました。

池ノ内湖入口



塚崎の大楠



森の中を歩ききったら、近代的な建物の市立図書館に到着!

武雄温泉楼門



ゴール!!

登ったり、下ったり起伏の多いコースでしたが、皆さん、楽しんで歩くことが出来ました!

ゆっくり5km



しっかり5km



がっつり9km

