

すいほう



MIMA

令和7年 秋号

病院理念

医療は患者様のために。

地域社会へ貢献できる医療人の育成を計り、医療と福祉の向上に努めます。

◆訪問リハビリテーション紹介

訪問リハビリとは。

介護保険を利用し、当院医師が訪問リハビリテーションが必要と判断した方に対してセラピストがご自宅に訪問し、生活されている場で自分らしく暮らすために行われるリハビリです。「〇〇できるようになりたい」というお気持ちに応じ、目標達成の為にご本人やご家族、ケアマネージャーと一緒に計画を立てリハビリを行います。

こんな場合におすすめです

リハビリを受けたいが寝たきりで通えない。デイサービスは苦手なので自宅に来てほしい。家の周りを安心して歩けるようになりたい。身の回りの事は自分でしたい等々「訪問リハビリ」までお問合せください。

訪問リハビリ室は

平成26年4月に開設され12年目になります。セラピストも増え、利用者様一人ひとりに寄り添ったリハビリを行い、安心してできる在宅生活のサポートを行っていききたいと思います。

スタッフ紹介

理学療法士3名、
作業療法士1名、
言語聴覚士2名が
訪問してリハビリ
を行っています。



デイケア

“Friden”

(フリーデン)

音楽会

コロナが明けてから、
久々過ぎて、
一発音合わせ、
うまくいくかな～

皆さまの笑顔に
助けられましたー



8月16日土曜日、デイケアルームで
“Friden”のメンバーによるサックス演奏の音
楽会が行われました。“Friden”の意味はドイ
ツ語で平和を意味し、有志が集まって関西を中
心に慰問演奏会やチャリティライブを行ない、
皆さまに笑顔と癒しを届けています。

今回の音楽会は季節を感じる四季の曲や利用者
様のお誕生日の演奏、全員で手作りのマラカス
を持ってリズムをとりながらの演奏など、あっ
という間に時間が過ぎていきました。



「富士ドライケムNX700」は最新の臨床検査装置です。今まで使用していた「ドライケム7000」よりトラブルも少なくスピーディーになりました。

血液検査は日常診療に欠かせない重要な項目であり、診察当日にその場で結果をお伝えすることが可能です。より専門的な検査が必要な場合は、外部検査機関とも連携し、幅広い検査体制で診療を行っています。

当院は今後も迅速で正確な検査を通じ、地域の皆さまに安心と信頼の医療を提供してまいります。



◆ 暮らしの医療【vol.9 看護部】

意外と知らない「秋バテ」

今年の夏も毎日猛暑が続き、夏バテを感じる方も多かったと思います。気温も下がり、比較的過ごしやすい季節になってきました。しかし、朝晩の気温差が激しくなり、湿度や台風の発生に伴い気圧の変化も大きくなる秋。右にあるチェックリストの内容に当てはまるものが多ければ、それは「秋バテ」かもしれません。



「秋バテ」のチェックリスト

- 体がだるく、疲れやすい
- やる気が出ない
- 食欲がない
- 肩凝りや頭痛がある
- 寝つきが悪く、朝すっきり起きられない
- 胃腸の不調を感じる
- 頭がボーっとする

※このチェックは症状や結果を保証するものではありません。参考程度にご確認ください。

秋は夏に消耗した体力が回復しきれないまま気温が下がり、自律神経のバランスが乱れやすくなります。

下に予防改善のポイントを挙げていますので参考にしてみてください。

「秋バテ」を予防するポイント	バランスの良い食事	適度な運動	十分な睡眠	その他のポイント
「秋バテ」を予防するポイント	<p>ビタミンやミネラル、水分を積極的に補給する</p>	<p>気湿の低い朝や夕方に20~30分程度のウォーキング</p> <p>涼しい室内でストレッチ</p>	<p>冷房の風が直接当たるのを避け、電灯でもら、7時間程度の睡眠を取る</p>	毎日規則正しい生活を心がける アイスやかき氷など冷たい物を食べ過ぎないようにする 冷房の設定温度を下げ過ぎず、風が直接当たらないようにする 入浴時は37~39度の湯に漬かって体を温める 暑湿しやすい衣服を着て、気温の変化に対応する ストレスをため込まず、趣味などで発散する


「なんとなく続く不調」をそのままにせず、今の季節に合ったコンディションづくりを心掛けてみてください。

午前	科目	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
	内科	豊嶋	出口	美摩	豊嶋	岩崎	城間
	整形外科	横尾	竹内	横尾	中島	藤本	徳大医師
	脳神経外科						高木 予約制 (第四土曜午前)
	内科(循環器)				今西・岩崎・山下		
	外科			神原			
	皮膚科	高橋					

午後	科目	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
	内科	豊嶋	豊嶋	美摩(15時~)	轟	休診	城間
	整形外科	横尾	竹内	横尾	中島	藤本	徳大医師
	脳神経外科				佐原		
皮膚科	高橋						

診療時間 9:00~12:00 14:00~18:00

受付時間 午前は12:00まで、午後は17:00まで 休診日：日、祝日
より詳しい外来診察のご案内に関しては当院ホームページをご覧ください。

すいほう 病院 

関連施設のご案内

居宅介護支援事業所	ふれあい	兵庫県南あわじ市広田広田127	0799-45-0303
認知症高齢者グループホーム	ふれあい		
認知症高齢者グループホーム	フローラ		0799-25-3800
知的障害者グループホーム	レインボー	兵庫県洲本市鮎屋字久シ原636	0799-25-3777
生活介護事業所・地域活動支援センター	フローラすもと		0799-25-5444
生活介護事業所	フローラなんだん	兵庫県南あわじ市賀集福井2051-7	0799-50-2544
身体障害者養護施設・生活介護事業所	フローラほくだん	兵庫県淡路市野島貴船246-1	0799-82-3251
特別養護老人ホーム	フローラせいだん		
認知症対応型グループホーム	フローラせいだん	兵庫県南あわじ市津井1804-2	0799-20-9015
地域密着型デイサービス	フローラせいだん		

ACCESS MAP

医療法人社団 翠鳳会 翠鳳第一病院
〒656-0122 兵庫県南あわじ市広田広田134-1
TEL 0799-45-0099 FAX 0799-45-1922
http://www.mima-gr.jp/
E-mail suihou@mima-gr.jp



編集後記 ~翠の小路~

秋の七草、万葉集で山上憶良が詠んだ歌にちなむハギ、ススキ、クズ、ナデシコ、オミナエシ、フジバカマ、キキョウは観賞用として美しさを楽しむことができます。過ごしやすい季節になってきました。新たな発見が生まれるかも・・・秋を見つけに出掛けてみてはいかがでしょうか？

翠鳳広報誌も年2回の発行から「秋号」が加わり年3回になりました。これからも充実した情報を発信し、少しでも皆様のお役に立てれば幸いです。