

ピン・ピン・さろりん

8 August

BrainG
ブレイングループ
BRAIN MEDICAL CORPORATION

Vol.119

令和元年8月1日発行



部門紹介

東濃デイリハビリセンター



責任者 中嶋和夏

東濃デイリハビリセンターの管理責任者をさせて頂いております中嶋和夏です。

今年7月より当事業所に配属となりました。まだ慣れない場面が多くあり、ご迷惑をかけるかもしれませんが、皆様に助けて頂きながら、今後も日々成長して参りたいと思っております。

当事業所はパワーリハビリに特化したデイサービスです。病気や老化から引き起こされる神経や筋肉の不活動な部分に対して、専用のマシントレーニングを用いて刺激を行い、立つ・歩く等の基本的な動きを楽にしていくための運動となっています。

身体が動きやすくなることで、生活に自信が持て、最終的には生活の行動範囲が広げられ、楽しみと生きがいのある生活を送れるようにすることがパワーリハビリの最終目的となっております。

マシンというと「つらい」「重い」「危ない」等のイメージがあるかもしれませんが、高齢者や障害のある方でも楽に使用できるように設計されており、身体への過剰な負担もかかりにくく、安全で効果的に行う事が出来ます。全部で6機種のマシンがあり、腕や脚、お腹周り等、身体の全身の筋肉を動かす事が出来ます。最初は一人一人の状態に合わせて軽い負荷から開始していきますので、無理なく継続して頂けると思います。

現在デイリハビリセンターでは100名以上のお客様がご利用頂いております。どの方も意欲的にリハビリを行って頂けており、笑顔も多く見られています。その笑顔を見られる事がスタッフのモチベーションにも繋がっています。これからも「ずっと我が家で暮らしたい」という思いを大事にし、スタッフ一同微力ながらお手伝いさせていただきます。

今後共東濃デイリハビリセンターを宜しくお願い致します。

岩田 加藤

高橋 中嶋 辻

佐藤 河村 山下



ホムドクスクエア

～クーラー病～

最近の夏の暑さは「真夏日」を越えて「猛暑日」と言われています。人間には、本来、環境適応能力が備わっています。ある程度は自分で体温調節はできますが、今の暑さではとても困難でクーラーが不可欠です。ところが、クーラーによって、その体温調整能力に変調が起こり、自律神経の失調を来して、様々な症状を引き起こすようになりました。このような体の変調を総称して「クーラー病」と呼んでいます。

1.クーラー病の主な症状

体の冷え、倦怠感、食欲不振、頭痛、腹痛、下痢、神経痛、生理不順 など

2.クーラー病の原因

温度を低くしすぎたり、冷風を体に直接受けたり、暑い屋外と冷房の効いた部屋といった温度差の激しいところの出入りを繰り返すことによって、自律神経の失調が起こり、体の不調の原因となります。お年寄りや乳幼児は体温調節が苦手ですので、特に注意が必要です。



3.クーラー病を予防するには

- ・**クーラーの温度は27度前後**:クーラーの温度は、外気温との差が5～7度以内になるように設定し(真夏では27度前後)、体を冷やし過ぎないようにしましょう。エアコンをつけっぱなしにすると、体が慣れて寒さにも鈍感になります。ときどきエアコンをとめ、窓をあけて外気をとり入れることも大切です。夜はずっとかけるのではなく、タイマーを使い、寝る前に寝室を冷やしておいて、寝るときにはクーラーを切るようにしましょう。
- ・**冷風を体に直接当てない**:エアコンの風に直接当たると、体温が急速に奪われます。風向きをコントロールし、吹き出す冷気に当たらないようにしましょう。
- ・**血行を良くする**:一日中、冷房のきいた部屋におらずに、時々外へ出て体を動かしましょう。また、暑いからといってシャワーだけで済ますのではなく、お風呂にゆっくり入ったり、寝る前に体をマッサージしたりするなど、血行を良くすることも有効です
- ・**食事は体を冷やさないものを**:体の芯(中心部)を冷やさないことが大切です。その意味で食べ物や飲み物は、重要な意味をもっています。体を温める食べ物を「温性食物」といいますが、その代表がショウガ、ネギ、ニンニク、タマネギ、カボチャ、チーズなどです。トウガラシやコショウなどの香辛料にも、同じ効果があります。温性食物の入った温かい食べ物を、少量でもいいのでとるようにしましょう。

東濃地方は、猛暑で日本中に有名になりました。この猛暑の地で生き抜くためにも、文明の利器であるクーラーの使い方を理解して、「クーラー病」にならないように注意して下さい。

今月のホムドクの一言
—クーラーを 利口に使って 夏を乗り切るう—

第11回ブレイングループ行動目標発表会

6月30日、第11回ブレイングループ行動目標発表会を行いました。ブレイングループでは毎年各事業所ごとに1年間の目標をたて、それに向けて取り組んでいます。今年も各事業所の代表者が、1年間の取り組みの成果と今期の目標を発表しました。今回は3事業所が優秀賞として表彰されました。他にも10年勤続・20年勤続・おかえりなさいで賞(育児休業復帰)・資格取得の表彰や新入社員の紹介も行いました。



●東濃デイサービスセンター西館



●東濃デイサービスセンター松坂



●東濃介護支援センター



ザイタック勉強会を行いました。

7月17日(水)セラトピア土岐にてザイタック勉強会を行いました。

今回はグループホーム和居和居の遠山様を講師にお迎えし、施設での看取りについてお話して頂きました。昨年お亡くなりになったお客様への学習療法や水分摂取の取り組みについて動画も交えて話していただきました。ベッドサイドでの学習療法は和居和居さんでも初めて行われたそうですが、以前のように学習できなくても少しでも刺激になればというご家族様のご理解があって行うことができたそうです。誰しも歳を重ねていきますが、スマートエイジングの思想(加齢とは何かを得ること・人間の発達・成長すること)を持ち、できないことではなく、できることに目を向けて前向きな気持ちを持つことが大切だと感じました。



介護負担割合証・医療保険証が新しくなりました。

令和元年8月1日から後期高齢者医療制度の保険証が新しくなりました。新しい保険証は薄い紫色に変わります。7月中旬に簡易書留にてお手元に届いているかと思しますので、医療機関にかかられる際はご提示いただきますようお願いいたします。また、介護負担割合証も現在お持ちのものは7月31日までで有効期限が切れますので、8月1日からの新しいものが届き次第、ご利用の介護事業所に提示していただけますようお願いいたします。

介護負担割合証	
交付年月日	年 月 日
番号	
住所	
フリガナ	
氏名	
生年月日	明治・大正・昭和 年 月 日
性別	男・女
利用者負担割合	適用期間
割合	開始年月日 平成 年 月 日 終了年月日 平成 年 月 日
割合	開始年月日 平成 年 月 日 終了年月日 平成 年 月 日
保険者番号並びに保険者の名称及び印	

75歳以上[※]の方へのお知らせ
(後期高齢者医療制度に加入している方のみ対象です。)

令和元年8月から

後期高齢者医療制度の
保険証を更新します!
(被保険者証)

新しい保険証は7月中旬に簡易書留で郵送によりお届けします。これから75歳になる方の保険証は、誕生日の前月に簡易書留で郵送によりお届けします。

【令和元年7月まで】

保険証の
住所
氏名
生年月日
性別
介護負担割合
適用期間

【令和元年8月から】

保険証の
住所
氏名
生年月日
性別
介護負担割合
適用期間

※ 紫色

令和元年8月からは医療機関に新しい保険証を提示してください。

お問い合わせ先 岐阜県後期高齢者医療広域連合 ☎059-387-6368
または、お住まいの市町村担当窓口

東濃デイリハビリセンターを利用し始めて2年半ほどになります。週に3回通ってリハビリを頑張っています。マシンを使ったパワーリハビリでは1つの機種につき30回ずつやっていますが、適度に疲れてちょうどいいです。月に2回くらいやっている歩行訓練は、疲れるけど身体のためにはいいので、頑張っています。マレットゴルフをずっとやっていたこともあり、運動は好きなのでリハビリも苦じゃないし、そのおかげか90歳になる今でも杖なしで歩いています。スタッフもみんな親切でいい人ばかりだし、ここに来てたくさんの人としゃべるもの楽しいです。

これからも
元気に
利用させて
頂きます。



イチョウ葉エキスBr販売しております

医療法人ブレイングループは、「ずっと我が家で暮らしたい」を応援しています。人が介護を必要とする理由、それは、動脈硬化による麻痺と認知症といわれます。イチョウ葉エキスは血液の流れをスムーズにし、動脈硬化を予防します。活性酸素を減少させ、癌やアルツハイマーを予防します。イチョウ葉エキスは、私たちが自信を持ってお勧めしている健康補助食品です。

年齢を感じ始めた
考えることが多い
うっかりが気になる
冷えやコリが気になる

記憶力・思考力の低下などでお悩みの方に

ヨーロッパ、アメリカをはじめ世界55ヶ国以上で広く愛用される

イチョウ葉エキス
サプリメント

イチョウ葉エキスBr 1粒30粒(1日1粒目安・約1か月分)
送料込 **6,000円**

ご注文・お問い合わせ先

TEL 0572-54-0201

FAX 0572-54-0378

〒509-5112
岐阜県土岐市肥田浅野笠神町2-11-1
医療法人ブレイングループ株式会社ザイタック 担当管理部

土岐内科
クリニック内でも
販売しています。

ご注文確認後、1週間程度でお届けします。送料無料で
※30粒(約1ヶ月分)6,480円代金引換にてお支払いください。
※食品のため、不良品以外の返品はご遠慮頂いております。



土岐内科クリニック
岐阜県土岐市肥田浅野笠神町2-12

TEL 受付 0572-53-0656
FAX 受付 0572-53-0658

株式会社ザイタック
岐阜県土岐市肥田浅野笠神町2-11-1

TEL 0572-54-0201
FAX 0572-54-0378

診察時間のご案内

	月	火	水	木	金	土
9:00 ~ 12:00	●	●	●	●	●	●
13:00 ~ 16:00	訪問診療					
16:30 ~ 18:30	●	●	●	●	●	●

交通のご案内

株式会社ザイタック
土岐内科クリニック
土岐内科クリニックデイケアセンター

- 東濃訪問看護ステーション (看護部門・リハビリ部門) ☎ 0572-54-0355
- 東濃デイサービスセンター松坂 ☎ 0572-20-1199
- 東濃介護支援センター ☎ 0572-54-1171
- 東濃デイリハビリセンター ☎ 0572-54-1196
- 土岐内科クリニックデイケアセンター ☎ 0572-53-1101
- 東濃デイサービスセンター元町 ☎ 0572-53-1010
- 東濃デイサービスセンター東館・西館 ☎ 0572-54-1103
- 東濃デイサービスセンター滝呂 ☎ 0572-43-6696