

ピン・ピン・ころりん

6 June 

BrainG
ブレイングループ
BRAIN MEDICAL CORPORATION

Vol.141

令和3年6月1日発行



責任者 佐藤 秀美

部門紹介

東濃デイサービスセンター滝呂

6月に入り、心なしか湿っぽい風の吹く日も増えてきましたが、皆様におかれましてはお変わりなく過ごされてみえるでしょうか。今年4月より東濃デイサービスセンター滝呂の管理責任者を務めることになりました、佐藤秀美と申します。まだ不勉強なところも多く、ご迷惑をおかけしてしまうかもしれませんが、周りのスタッフやお客様に支えてもらいながら、精一杯務めてまいりますので、ご指導・ご鞭撻の程、宜しくお願い致します。東濃デイサービスセンター滝呂は平成22年12月に開所して、昨年の12月に無事に10年目を迎えることができました。これもいままで支えて下さった皆様のおかげであると感謝し、心よりお礼を申し上げます。

家族との会話で「たくさん」のことを「ぎょうさん」と話したところ、「久しぶりに聞いた」と大笑いされました。お客様と会話をしている時、東濃弁をしゃべったり、聞いたりする場面がたくさんあるので、プライベートな会話で思わず言葉が出てしまったようです。思わぬところでお客様との繋がりを感じることができ、とても嬉しくなりました。新型コロナウイルスにより、お客様への対応も変えざるをえなくなりました。マスクやアクリル板越しの会話で声が聞き取りにくくなってしまったことや、何度も手指消毒や換気を行わせて頂くなど、慣れない環境でご不便をおかけしていて、大変申し訳なく思っております。ご負担をおかけしておりますが、これまでのご協力に感謝し、引き続きご協力をお願いしたいと思います。新型コロナウイルスで私たちの生活様式は変わってしまいましたが、「目配り・気配り・心配り」を忘れず、お客様に寄り添っていききたいと思います。

これからも東濃デイサービスセンター滝呂を宜しくお願い致します。



長澤

石原

堀尾

速水

柳瀬

間宮

切島

西尾

丸山

水野

大瀧

佐藤

川本

畝原

上川

ホムドクスクエア

～新型コロナワクチン～

新型コロナは、1年以上たった今でも大きな問題となっています。それを解決する大きな手段は、新型コロナウイルスのワクチン接種です。5月末からやっと接種が開始しました。

今回はそのワクチンについて解説をしていきたいと思います。

①どんなワクチンなの？

従来の生ワクチンや不活化ワクチンとは大きく異なる機序のメッセンジャーRNAという遺伝子を人体へ注入して、体内の細胞にウイルスの一部を作り、体の中に免疫を作ることができます。



②ワクチンの接種部位について

インフルエンザワクチンのような皮下注射と異なり、筋肉注射で接種を行います。筋肉注射は肩の近くの三角筋という部分に接種します。針をより深くに刺しますが、痛みが特別に強いということはなく、接種方法の違いによる心配は不要です。

③接種回数について

2回接種が必要です。1回のみでは効果が不十分とされていますので、必ず2回接種します。現在使われているファイザー製は、21日以上の間隔が勧められています。

④新しいワクチンは有効なのか？

臨床試験において、有効率は95%と非常に高い発症予防効果が確認されています。インフルエンザワクチンの有効率は70-90%程度ですので、単純比較するとコロナワクチンの有効性はとても高いことがわかります。

⑤受けることができない人は？

明らかに発熱している人・重い急性疾患にかかっている人・本ワクチンの成分に対し重度の過敏症の既往歴のある人は打てません

⑥副反応・副作用はどうですか？

皆さんが心配する事ですが、副反応である局所反応(接種部位の腫れや痛み)は比較的出やすく、倦怠感や発熱は接種者の約10%に出現していますが、ほとんど問題はありません。

⑦接種すべきですか？

専門家の意見としては、接種を受けた本人のメリットは発症予防効果として大きく、特に高齢者や基礎疾患を有するハイリスク者は接種メリットがさらに大きいと考えられるとのこと。

現段階での感染防止の有効な手段はワクチンのみですので、接種することをお勧めします。

今月のホムドクの一言

—新型コロナワクチンを打ちましょう—

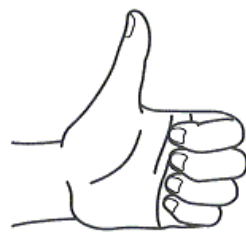
土岐内科クリニックも かかりつけの方は接種できます

親ゆび刺激法で脳を若返らせましょう！

今回からは、土岐内科クリニック 長谷川嘉哉の著書「親ゆびを刺激すると脳がたちまち若返りです！」の中から、基本の親ゆび刺激法をご紹介します。この体操は、土岐内科クリニックデイケアセンターでもお客様と一緒にしています。「指は第2の脳である」とも言われ、指を刺激することこそが、脳を刺激することになるのです。1日1分、イスに座ったままで簡単にできますので、ぜひ挑戦してみてください。



親ゆび曲げ刺激法



①イスに座って、背すじを伸ばし、わきを締め、ひじをわき腹につけて、小さく前ならえのポーズをする。続いて、両手ともにじゃんけんのグーの形を作ってから、親ゆびだけをピンと伸ばす。



②息を吐きながら、親ゆびの第1関節を曲げられるところまで、ゆっくりと曲げる。



③次に、息を吸いながらゆっくり伸ばす。これを両手同時に10回くり返す。

①親ゆび曲げ刺激法…親ゆびの第1関節だけを曲げ伸ばしする体操です。大切なのは第1関節が曲がっている感覚をしっかり意識すること。それが感覚野への刺激となり、脳の血流を高めてくれます。いつでもできる体操なので、朝晩はもちろん、時間のあいたすきにやってみてください。

お客様の声 天春 眞子様

東濃デイサービスセンター滝呂を利用し始めて半年ほどたちます。週に2回利用していますが、滝呂デイでは楽しく過ごさせてもらって、いつも帰ると家族にその日の事を話しています。スタッフのみなさんがよく声掛けしてくれるのがとても嬉しいです。食事も美味しくいただいており、メニュー表の献立を参考にさせてもらったりもしています。歌うことや字を書いたり苦手だけど、レクリエーションなどにもいつも楽しく参加しています。パワーリハビリは、全身の運動になるので気分的にいいです。前より足の痛みが気にならなくなってきたので、これからも続けていきたいです。



これからも元気に利用させていただきます。

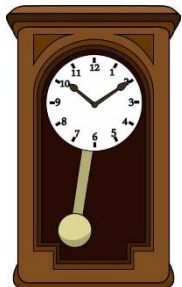


今月の知恵袋

時の記念日



私たちが生活していくうえで欠かせないものの一つに「時」があります。毎年6月10日は「時の記念日」です。「時の記念日」は、大正9年(1920年)に東京天文台(現在の国立天文台)と財団法人の生活改善同盟会によって「時間をきちんと守り、欧米並みに生活の改善・合理化を図ろう」という呼びかけとともに制定された記念日です。現在の日本人は時間にとっても正確であると、世界中から評価されていますが、明治時代ごろまでは日本人は時間にルーズだったそうです。時の記念日が制定され、日本人は時間を正確に守るようになり、現在のようになったのだそうです。671年6月10に、日本で初めて設置した漏刻(水時計のこと)が時を刻み鐘を打ち鳴らしたことを記念して、6月10日を「時の記念日」に制定したそうです。漏刻の前には日時計がありましたが、夜の間や日が射さない時は時間を知ることができませんでした。漏刻は天候に左右されず、一日中時間を知ることができるため、大変重宝されたと言われていました。時の記念日は国民の祝日ではありませんので、名前すら知らなかった…という人もいらっしゃるかもしれませんが、時間というのは二度と戻すことはできない、とても大切なものだということを、時の記念日をきっかけに改めて考えるもいいかもしれませんね。



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Brは、私たちが自信を持ってお勧めする健康食品です。

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



パッケージが変更となりました！

医療法人ブレイングループ監修

BrainG

認知機能の一部である
記憶力を維持

*日常生活で見聞きした言葉や図形などを見え、思い出す力

機能性関与成分

イチョウ葉由来フラボノイド配糖体
イチョウ葉由来テルペンラクトン

30粒 (機能性表示食品)

食生活は、主食、主菜、副菜を基本に、食事のバランスを。

1日摂取目安量
1粒

この度イチョウ葉エキスBrは、「機能性表示食品」になりました。機能性表示食品とは、科学的根拠を基にした機能性について、消費者庁に届け出た内容をみなさまに分かりやすく表示できるようになったものです。商品の内容はこれまで通りで変更はありませんが、パッケージが変更となりました。

機能性関与成分：イチョウ葉エキス由来フラボノイド配糖体、イチョウ葉エキス由来テルペンラクトンは、加齢によって低下した脳の血流を改善し、

認知機能の一部である

*記憶力を維持 することが報告されています。

(*記録力=日常生活で見聞きした言葉や図形などを覚え、思い出す力)

ご注文・お問い合わせ先

TEL 0572-54-0201

FAX 0572-54-0378

土岐内科
クリニック内でも
販売しています。

〒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

ご注文確認後、1週間程度でお届けします。送料無料

※30粒(約1ヶ月分) 6,480円(税込)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。

BrainG
ブレイングループ
BRAIN MEDICAL CORPORATION
<https://brain-gr.com>

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	●	●	●	●	●	●

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

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

東濃介護支援センター

☎ 0572-54-1171

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東館・西館

☎ 0572-54-1103

東濃デイサービスセンター松坂

☎ 0572-20-1199

東濃デイリハビリセンター

☎ 0572-54-1196

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滝呂

☎ 0572-43-6696