

ピン・ピン・ころりん



部門紹介

東濃デイサービスセンター 西館

6 June Vol.57

BrainC
ブレイングループ
BRAIN MEDICAL CORPORATION

平成26年6月1日発行



責任者 中嶋 和夏



初夏のやわらかな日ざしが若葉に降りそそぐ頃となりました。

東濃デイサービスセンター西館の管理責任者をさせて頂いています中嶋和夏と申します。

ザイタックに入社して8年目、当初は、右も左もわからないまま無我夢中に仕事をしてきました。しかし、ここまで続けて来られたのは、利用して下さるお客様の笑顔や暖かい言葉、そして周りのスタッフや上司の協力があるからこそだと思っています。日々感謝の気持ちでいっぱいの中、仕事ができることを幸せに思います。

東濃デイサービス西館では、現在約70名のお客様にご利用頂いています。

認知症のお客様や、何らかの疾患を持ったお客様等様々な方がいらっしゃいます。

お客様同士、コミュニケーションをとる事が難しい時もありますが、皆さまが1日笑顔で過ごし、笑顔で帰って頂く...その為には声のかけ方や話し方、お客様が何を必要とされているのかをくみ取り、相手の立場に立って気配りが出来る...そんな人材になれるよう努めて参りたいと思います。

4月から5月にかけて、新しいスタッフが仲間入りしました。女性ばかりのチームになりましたが、この時だからこそスタッフ皆が心を一つにし、「なでしこ魂」で同じ目標に向かって前進していきたいと思います。

全てのお客様に喜んで利用して頂けるデイサービスを目指します！！

今後共東濃デイサービスセンター西館を宜しくお願い致します。



高橋

竹上



加藤(麻) 加藤(薫) 横田

肥田



加藤(寿)

水野

青山

佐藤

鵜飼



中嶋

松本

鈴木



ホムドクスクエア 頻尿



土岐内科クリニック
橋本院長

外来の患者さんの訴えとして、「尿が近い、尿の回数が多い」という症状を多く聞いています。一般的に、朝起きてから就寝までの排尿回数が8回以上の場合を頻尿といいますが、個人によって排尿回数は様々ですので、一概に排尿回数で頻尿と診断するのではなく、自分で排尿回数が多いと感じる場合には頻尿といえます。

頻尿の原因

- ・過活動膀胱—膀胱に尿が十分に溜まっていないのに、膀胱が自分の意思とは関係なく勝手に収縮するという病気。急に尿意を認め我慢ができなくてトイレに何回も行くようになります。日本で800万人以上の男女がかかる頻度の多い病気です。脳卒中、パーキンソン病、前立腺肥大症による場合や、加齢による老化現象、原因不明も少なくありません。
- ・残尿—排尿後も膀胱内に尿が残る状態。男性の前立腺肥大症、糖尿病、腰部椎間板ヘルニア等が原因となり膀胱を収縮させる神経が障害されて膀胱がうまく収縮できなくなり、排尿障害を引き起こし残尿が発生します。1回の排尿量は少なく、何回もトイレに行くようになります。
- ・心因性頻尿—膀胱・尿道の病気もなく、また尿量も問題ないにも関わらず、トイレのことが気になって何回もトイレに行ってしまう状態です。通常夜間の頻尿はないことが多く、また朝起床時の排尿量は正常です。
- ・その他—膀胱や尿道に問題がなくても、糖尿病や水分の多量摂取、薬剤（尿を出してむくみをとる薬）による尿量増加が頻尿の原因となります。

頻尿になったら・・・

まず第一に下腹部を冷やさないようにして下さい。尿が近いといっても、原因は多彩で、病気でないものから病気に関係するものまであります。明らかに水分を多く飲んでいるならば、水分摂取の調節により改善します。しかし、病気が原因と考えられる場合は、原因を明らかにして原因に対応した適切な治療や対処をする必要があります。原因が思いあたらない場合には、気軽にお尋ねください。



今月のホムドクの一言
—おしっこは 体と心の バロメーター—

健康サポートクラブを行いました。

5月17日、土岐市消防本部にて健康サポートクラブ「自宅で出来る体操」を行いました。講師は東濃訪問看護ステーション、理学療法士の後藤真理子が務めました。まず最初に肩こり予防のための肩や首を動かすストレッチをしました。次に正しい姿勢での座り方を意識して椅子に座ってみました。きちんとした姿勢で座ると、お腹や



背中に力が入り、普段使っていない筋肉を使うことで、常に筋トレをしているような感覚になります。普段、自分自身がいかにか姿勢が悪いかを実感しました。そして最後にゆっくり体操を行いました。ゆっくり体操とは音楽に合わせて8カウントを数えながらゆっくりと行う体操です。動きは4種類あって、みんなで声をそろえて数を数えながら行いました。ゆっくり体操は簡単で、ご自宅でもできるものですので、皆様、ぜひやってみてください。

ゆっくり体操・・・12345678と数えながら行います。
1234で体を前に伸ばす等の運動をし、
5678で元の姿勢に戻ります。

①体を大きく前に伸ばしましょう



②手を挙げて体側伸ばしましょう



③体を左右にひねりましょう



④足の後面を伸ばしましょう



お客様の声 佐々木 靖 様

東濃デイサービスセンター西館を利用し始めて、3年程たちます。最初に来たときは車椅子を使っていたんですが、週に3回通ってリハビリをしているおかげで、今では杖を使いながら歩けるようになりました。家ではなかなかお風呂に入れないけど、ここではスタッフが手伝ってくれてお風呂に入れるのでありがたいです。リハビリは少し疲れるけど、そのおかげで食事が以前より食べられるようになり、健康的な生活が送れています。また、自分より年配の方がリハビリを頑張っている姿を見て、励まされながら頑張っています。スタッフもよく気が付いて親切な人ばかりで、とても楽しく過ごせています。



これからも元気に利用させていただきます。

イチョウ葉エキス GBE-24Dr

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。



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

ご注文確認後、1週間程度でお届けします。

送料無料 ※90粒(約1ヶ月分) 6,480円
代金引換にてお支払いください。

土岐内科クリニック内でも販売しています。

主任研修を行いました。

5月20日、第4回主任研修を行いました。今回は、マナーについて詳しく学びました。日々の業務や日常生活の中で、相手の意見を尊重しながらも、自分の意見をきちんと伝えるアサーティブな関わり方が重要だということがわかりました。その後、良い印象を与える6つのポイントを学び、その6つを10秒以内にグループ全員で唱和しました。みんなで合わせようとするとき、時間内に言い終わらないし、時間内に言い終わろうとすると、なかなか合わせられません。互いに尊重しながらも誰かが引っ張っていかねばうまいきません。そういった視点からもアサーティブの重要性を感じました。そして最後に、今後の目標設定と行動計画書を書き、管理者研修と同じように「決意の一文」を発表しました。管理者さんの「決意の一文」に負けず劣らず、熱い気持ちがこもった素敵な発表でした。



講演・勉強会のご案内

担当者	対象者	日時	場所	内容
理事長 医学博士 長谷川 嘉哉	民生委員	H26.6.18(水)	名古屋市瑞穂区	認知症講話
理事長 医学博士 長谷川 嘉哉	地域の方	H26.6.22(日)	北海道旭川市	認知症講話

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

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・外来ハピリ 0572-53-0656
FAX 受付・外来ハピリ 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



● 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
● ナーシングデイ	☎ 0572-53-1107	● 東濃デイサービスセンター元町	☎ 0572-53-1010
● 東濃デイ脳リハビリセンター	☎ 0572-53-1101	● 東濃デイサービスセンター滝呂	☎ 0572-43-6696
● 東濃デイサービスセンター東館・西館	☎ 0572-54-1103		