



平成 26 年 5 月 1 日 149 号
 医療法人社団幸信会
 青葉メディカル・青葉病院・ウェル青葉
 滋賀県東近江市青葉町 1-46

皆さんこんにちは早いものでもう5月ですね。いかがお過ごしでしょうか？
 4月が新たなスタートの月ということでそれから一か月。4月から新たなスタートを切られた方々は新しい環境にも少し慣れてホッと一息ついたころでしょうか？
 ここで気を付けなければならないのが「5月病」ですかね？ちょっと調べてみました。

仕事や学校、転居などで環境が変わり、最初のうちは張り切っていたのに、5月の連休明け頃から何となく気分が落ち込んだり、疲れやすかったり、集中力が出ない、眠れないなどの症状、食欲不振、めまい、動悸なども人によっては起こる、これがいわゆる「5月病」というそうです。

原因としては「新しい環境の変化についていけない焦りやストレスが知らず知らずのうちに体の症状となって出てくる」のだそうです。怖いですね。

「5月病」と言っても新入生や5月に限って起きるものではなく、完璧主義者で物事にこだわる人や、内向的で孤立しやすい人、過保護に育てられた人などは「5月病」にかかりやすいらしいです。

たいていの場合は一過性のもので1～2か月で自然と環境に慣れて症状がよくなるそうです。

「5月病」の予防・対策法はとにかくリラックスと気分転換がいいらしいです。趣味やスポーツでストレス解消をし、ゆっくりお風呂につかり、たっぷり睡眠をとるなどをし、日々のストレスをなるべく溜めないようにしたいものですね。

新しい顔



一生懸命頑張るのみです
 よろしくお願ひします。

老健 (ケアワーカー)

副院長就任の挨拶

陽気あふれ、青葉の映える季節となりました。今年はことのほか寒さ厳しく、お天とさんのありがたさには深く感謝しています。

ところでこのたび私は青葉病院の副院長として、皆様の療養のお手伝いをさせていただくことになりました。当病院は、今までもこの東近江の地域医療の要の役割を果たしております。今後この病院に関わる私もいささか責任の重さに緊張を感じています。この地域には以前に行政の医師として関わりましたが、気持ち新たに頑張るつもりです。

ところで当病院は療養病床として、主に慢性期の医療を担っておりますが、この時期ともなると、継続的な医療のみならず、より大切なのが看護、介護、リハビリなどのすべての病院の職員による人的な患者さんへの力添えです。それによって患者さん自身の前向きな気持ちが生まれ、回復への道につながります。ひとりで難しいことも病院のスタッフとの二人三脚で可能となります。しかし回復の難しい患者さんも多数おられ、ご家族の気持ちになって対応させていただいています。

私はかれこれ四十数年医学に関わりました。そして得た結論は、命（いのち）という根本は人知を超えたものです。しかし1人ひとりには天から与えられた寿命があり、日々の生活があります。この各人の天寿の全うと生活の質の改善が叶えられるよう、お助けするのが医療の目的です。私はこの目的のために各人の思いを尊重して治療を進めていきたいと思ひます。とにかくこれからも療養の皆様から教をいただき、理事長、院長の下、すべてのスタッフと気を通ひ合い、自らの経験を深めていきたいと思ひています。

最後に当東近江の地域医療福祉の充実と関係する皆様方のご健勝をご祈念申し上げ、言葉足らずですが就任の挨拶とします。

青葉病院 副院長 大佛正隆



青葉メディカル 通所リハビリセンター オープン!!!!

平成26年4月より、青葉メディカルデイセンターは、青葉メディカル通所リハビリセンターとしてリニューアルいたしました。今までデイサービスをご利用してくださっていた方々の深いご理解により、スムーズに開所できましたことを心より感謝申し上げます。これからも、当法人の理念である、貢献・信頼・満足を柱に地域の皆さまへ少しでも還元できるように努力してまいりますので、今度ともよろしくお願いいたします。

今回は、リニューアルしたリハビリセンターでできることを簡単にQ&A方式で紹介します。

Q. 法人内のウェルリハビリセンターとの違いはなんですか？

A. ウェルリハビリセンターでは、理学療法士が全身の筋力強化練習や歩行練習などを主に行っていますが、当通所リハビリセンターでは、**理学療法士はもちろん作業療法士が中心になり、病気や身体状況に合わせて日常生活に必要な動きをよりスムーズに行えるよう練習したり創作活動を通じて楽しみながら手足の運動を行っています。**専門職の2人がひとりひとりに時間をかけて行っている治療はご利用者さまにも好評で、みなさま無理なく作業を楽しんでおられます。



Q. 病院等の外来リハビリとの違いはなんですか？

A. 外来リハビリは期間がだいたい決まっていますが、通所リハビリの場合は、条件を満たせば介護保険でサービスを受けていただくことが可能で、**サービスを受けていただいている間はリハビリを継続することができます。**

Q. どのような方法で利用したらよいですか？

A. 上記にもすこし出てきましたが、利用するには介護保険を申請し、条件を満たす必要があります。**お近くの市役所の相談窓口や、担当ケアマネージャーにご相談ください。当センターでも、ご相談は受け付けておりますので、お気軽にお電話ください。**ご利用に関してのお問い合わせについては、

青葉メディカル通所リハビリセンター窓口 奥野、松園まで [TEL:0748-22-5077](tel:0748-22-5077)

次回は、青葉メディカル通所リハビリセンターの魅力について紹介いたします。

今年もきれいにさきました



病院では晴れた日に当院隣の文化会館へお花見に行きました。桜を見ながらお茶とケーキを一緒に頂きました。

青葉 お花見



ウェル青葉でも4/2・4/3とお花見に行きました。絶好なお花見日和に恵まれ、桜の花言葉のように皆さんの優しい笑顔が沢山見られて楽しめました。

