

み お うた 水脈の詩 31号

2015年9月発行

発行人 センター長 武田年晴
 発行所 南島メディカルセンター
 編集 広報委員会
 編集協力 TOK Nagoya, Inc.

南島メディカルニュース



水脈の郷では、毎年7月に夏祭りを開催しています。今年は南島中学校「吹奏楽部」の部員9名をお招きし、懐かしの名曲やテレビでよく耳にする最新曲など、さまざまな曲を演奏していただきました。水戸黄門のテーマソング『ジャンジャジャジャン』が流れると、自然に手拍子で音頭をとり、入所者さんもとでも楽しそうでした。また演奏後は、スタッフ手作りのかき氷を食べながら、入所者さんと部員



南島中学校「吹奏楽部」の皆さん

TOPICS 南島中学校「吹奏楽部」コンサートIN 「水脈の郷」夏祭り!

の皆さんが触れ合う時間を過ごしました。祭りが終わってから部屋を訪ねると、「今日はありがとう。とっても楽しかったわ。私の隣に座ってくれた学生さんが、また来ますと約束してくれた」と涙を拭いながら話してくださいました。単調になりがちなかの中、ほんの少しの夏気分と感動を感じていただけたと実感しました。

吹奏楽部の皆さん、素敵な演奏と心温まる時間をありがとうございました。



診療科目		月	火	水	木	金
内科1診	午前	伊藤	伊藤	伊藤	伊藤	伊藤
	午後	伊藤				伊藤
内科2診 (訪問診療を含む)	午前のみ		大西	(第2・第4火曜日のみ)		
整形外科	午前のみ	式田	式田	式田	手術・検査	式田
眼科	午前のみ	(受付は11:00まで)		代務医		

月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日	
道行・阿曾・東宮方面		棚橋・古和・神前方面		阿曾浦・古和方面		東宮・阿曾方面		棚橋・古和・神前方面	
時間	地区名	時間	地区名	時間	地区名	時間	地区名	時間	地区名
8:35	道行竈 (スクールバス乗場)	8:50	棚橋 (農協前)	8:15	阿曾浦 (バス停前)	8:35	東宮 (JA倉庫前)	8:50	棚橋 (農協前)
8:40	大江 (農協大江支店前)	8:55	棚橋 (憩いの森)	8:20	阿曾浦 (合同ビル前)	8:35	奈屋浦 (バス停前)	8:55	棚橋 (憩いの森)
8:45	道方 (南カリアンスタ)	9:00	古和浦 (役場前)	8:30	センター 玄関	8:40	贄浦 (バス停前)	9:00	古和浦 (役場前)
8:55	阿曾浦 (バス停前)	9:10	方座 (漁協市場前)	9:00	古和浦 (役場前)	8:45	センター 玄関	9:10	方座 (漁協市場前)
9:00	阿曾浦 (合同ビル前)	9:15	村山 (農協前)	9:10	方座 (漁協市場前)	8:55	阿曾浦 (バス停前)	9:15	村山 (農協前)
9:10	センター 玄関	9:20	神前 (バス停前)	9:15	村山 (農協前)	9:00	阿曾浦 (合同ビル前)	9:20	神前 (バス停前)
9:15	東宮 (JA倉庫前)	9:25	河内 (農協前)	9:20	神前 (バス停前)	9:10	センター 玄関	9:25	河内 (農協前)
9:15	奈屋浦 (バス停前)	9:35	東宮・奈屋浦 (バス停前)	9:25	河内 (農協前)			9:35	東宮奈屋浦 (バス停前)
9:20	贄浦 (バス停前)	9:40	贄浦 (バス停前)	9:35	東宮・奈屋浦 (バス停前)			9:40	贄浦 (バス停前)
9:25	慥柄浦 (バス停前)	9:45	センター 玄関	9:40	贄浦 (バス停前)			9:45	センター 玄関
9:25	センター 玄関			9:45	慥柄浦 (バス停前)				
				9:45	センター 玄関				
11:30頃 13:00頃	1回目送り 2回目送り	11:30頃 13:00頃	1回目送り 2回目送り	11:30頃 13:00頃	1回目送り 2回目送り	11:30頃 13:00頃	1回目送り 2回目送り	11:30頃 13:00頃	1回目送り 2回目送り

編集後記 健康診断は受けた後が大切。心配なことがあれば放っておかず受診しましょう。



NANTOU MEDICAL NEWS

南島メディカルセンター

医療機関併設型 小規模老人保健施設 水脈の郷

三重県度会郡南伊勢町慥柄浦1番地1

南島メディカルセンター 検索 http://www.miekosei.or.jp/6_nah/

Tel :0596-72-0001 Fax :0596-72-2312

訪問看護ステーション あじさい / 居宅介護支援事業所

Tel :0596-72-4000 Fax :0596-72-4001

各種検診のお知らせ

今を生きていくために一番大事な健康。身体の異常サインがでていないかちゃんと自分の身体と向き合いコミュニケーションをとっていくことが大切です。当センターでは、各種検診・予防接種を実施しております。

● 一般検診・特定健診

- 肺がん検診
 - * 胸部エックス線撮影
 - * 喀痰細胞検査

- 大腸がん検診
 - * 便潜血検査

- 前立腺がん検診
 - * PSA法

- 肝炎ウイルス検診
 - * HBs抗原・HCV抗体

- 骨粗しょう症検診
 - * 骨密度測定

- 各種予防接種
 - * 肺炎球菌
 - * インフルエンザ・風疹等

ご案内

* 時期・年齢によって、町内の方は南伊勢町役場より検診にかかる費用が助成されることもあります。
 * 時期により、検診・予防接種が実施できないこともあります。わからないこと、ご相談等あれば事務所窓口までお気軽にお問い合わせください。

通所リハビリセンターより

通所リハビリセンター

(デイ・ケア)を開設しました



▲リハビリテーション室

ビリ、腰痛・膝の痛みなどに対して温熱や電気などを用いた物理療法、管理栄養士による栄養改善サービスなども行っています。

1回のご利用時間は、1.5時間〜2時間程度となり、要支援1〜2、要介護1〜5の介護認定を受けている方が対象となります。

ご利用方法やご利用料金、送迎サービスなど詳しくは、担当ケアマネジャーまたは当通所リハビリセンターへお問い合わせください。



訪問看護あじさいより

ご自宅にいなながら安心の看護

訪問看護あじさいでは「病气や障害を持つていても住み慣れた我が家で安心して療養したい」と希望される皆さんの自宅に伺い、利用者さんやご家族の思いを大切にしながら医療のサポートを行っています。

最近では人生の終末期をその人らしく自宅で過ごしたいと望まれる方も多く、「自宅看取り」が多くなつてきています。

24時間連絡体制で利用者さんとご家族の不安を減らし、より安心できる在宅療養を提供しています。



訪問看護 サービス内容

かかりつけ医の指示に基づいて必要な看護を提供します

- 療養上のケア(健康上の観察・排泄援助・食事援助・栄養管理・清潔援助)
- リハビリテーション
- 褥瘡(床ずれ)、創傷の処置
- 服薬指導、管理
- 認知症・精神疾患の看護
- ご家族からの介護相談、精神的サポート
- 医療機器の管理
- 各種在宅サービスの相談
- かかりつけの医師への連絡及び報告 等

詳しくはお気軽に訪問看護ステーションあじさい、居宅支援事業所にお問い合わせください

地域連携室設置のお知らせ

地域包括ケアシステムの推進を目指して

老人保健施設「水脈の郷」では通所リハビリテーション(デイケア)を5月から開始しました。リハビリテーションに重点を置いた短時間通所リハビリテーションサービ

理学療法士による個別リハビリや、ご自宅で安全快適に過ごすための日常生活動作の指導を行います。また、運動器具を使用した身体機能向上訓練、簡単な頭の体操や運動などの認知症リハ

南島メディカルセンターでは、本年4月に地域連携室を設置しました。近隣の医療機関や介護・福祉関連施設と顔の見える関係作りや、スムーズな連絡体制に取り組んでいます。

我が国では、高齢化社会を迎える2025年に向け『地域包括ケアシステム(包

括的な地域支援と医療・介護サービスの一体的提供)』の構築が進められており、既に高齢化社会を迎えている南伊勢町においても、それを充実するための取り組みが行われています。当センターでも南島地区で唯一、入院施設・老健を有する医療機関として、地域での役割を



果したいと考えています。

地域連携室では、包括的な医療・介護サービスが提供できるよう、日常介護の相談や診療所(入院)・老健(デイケア)・訪問看護の受け入れ体制の充実などにも取り組んでいます。不慣れな点もあるかと思いますが、今後ともご支援・ご協力の程よろしくお願いいたします。



Let's Cooking

季節の食材で

秋の味覚レシピ

南瓜をじゃが芋やさつまいもに変えても芋もちができますよー!



簡単に作れて、こどもも大好き♡
10月31日のハロウインの1品に〜♪

南瓜の

食べごろ♪

南瓜は7〜8月に収穫しますが、収穫後2〜3ヶ月貯蔵したほうが、水分が抜けて美味しく、夏野菜ですが、秋から冬にかけて食べごろです(∩_∩)／

ハロウィン用に海苔で顔を付けてみました。そのままでも美味しいですが…砂糖と醤油の甘辛たれにからめるとおかずの1品に、チーズを入れても(∩_∩)bメイプルシロップやはちみつをかけるとおやつに最適です(∩_∩)／
残った南瓜の煮つけで作って、アレンジ料理としても☆



南瓜もち 10個分

< 1個 40kcal >

- 南瓜 ----- 250g
- 片栗粉 ----- 25g (約大さじ3杯)
- 砂糖 ----- 5g
- 油 ----- 少々

※砂糖はお好みで入れてください。入れなくても南瓜の甘味だけでも美味しいですよ!

作り方

- ①南瓜を適当な大きさに切り、茹でる(レンジで加熱でも良い)。熱いうちに潰しておく。
- ②潰した南瓜に片栗粉、砂糖をよく混ぜ、食べやすい大きさに形を作る。
- ③フライパンに油をひき、焼いたらできあがり!