

ご自由にお持ち帰り下さい

# なごみのホ 和みの



春江病院広報誌

Vol.48

令和3年1月

医療法人 博愛会 春江病院

年頭のご挨拶 P2

特集 P2

健診・予防医学センター

シリーズ P3

そこが知りたい!「自宅療養\*介護」  
デイサービスセンター「カルミア春江」

トピックス P4

自動精算機増設  
新型コロナウイルス感染防止の取り組み  
腸内環境を整え免疫力アップ!



●趣味訓練

お一人お一人の持っている能力を最大限に活かすことから、より質の高い生活を送れるよう、その方の個性に合った趣味活動や習字のレッスンを行っています。習字は昔ながらの文化として、昔の人の暮らしや心を伝えることにもつながります。また、習字の練習は集中力や忍耐力を鍛えることにもつながります。また、習字の練習は集中力や忍耐力を鍛えることにもつながります。また、習字の練習は集中力や忍耐力を鍛えることにもつながります。



今年お祭りしたい！自由活動紹介  
**デイヤービスセンター  
 カルトリアージュ**



●趣味活動・レクリエーション

個人・1人1人1つ、趣味活動を満喫したい。また、グループでも楽しみたい。在籍者は活躍したい。また、グループでも楽しみたい。在籍者は活躍したい。また、グループでも楽しみたい。在籍者は活躍したい。



～1日の流れ～

8:30	お迎え	営業日
9:00	乗用・備品チェック 施設訓練・入浴	月曜日～金曜日
12:00	昼食	営業時間
13:00	集団体操	8:30～17:30
15:00	おやつ レクリエーション	
16:00	お送り	

～年間行事予定～

- 春：花見・買い物外出
  - 夏：夏祭り・歌謡ショー
  - 秋：運動会・地区文化祭作品展示
  - 冬：クリスマス会・発表会
- 皆様が楽しめるイベントを多数企画しています☆



年頭のご挨拶

あけましておめでとうございます。  
 昨年は世界中がコロナに翻弄され、「善処」の言葉を痛感しながら年を閉じました。善処にご縁を受けて、善処に体事して善処に進んで見て、お返しや質のようでもし、それが一定しました。ニューノーマルです。  
 健康も決して合点で前向きに受け止める時がもしも。2017年に健康経営宣言をした法人は、働く人の健康向上の取り組みを継続的に行い、有給休暇取得、通勤習慣や食生活、高血圧予防、喫煙者など、少しずつ変えられることから改善して「これに頼ればホームベースと足音に聞こえたい」。  
 これからはしばらく続くであろう「Wもれコロナ」も変えることはできませんが、この状況をどう捉えるかは自分次第です。変えられないことは受け入れて、変えられることに注力して、どんな時代にも楽しめる柔軟さがこれから大事なのかもしれません。  
 この1年が私にも人様にあって欲しい1年になりますように心よりお祈り申し上げます。



代表法人 株式会社 永二病院  
 理事 永田 俊之

センター長紹介 深谷 毅 (常勤)



- ◆資格
  - ・日本医師会認定産業医、認定保健スポーツ指導員
  - ・日本医師会・人間ドック学会認定医
  - ・人間ドック学会公認ドック指導員
  - ・日本社会体育学会公認指導員・指導員
  - ・日本社会体育学会公認ドック指導員
  - ・日本社会体育学会公認ドック指導員

セットー

受診者様に対して丁寧・正確なセットーに安心してお受けいただけるよう心がけています。

メッセージ

「精密検査を受けましょう！」  
 健診は受けずにはおられません。その結果によって必要な場合は精密検査を受けてください。特に健康診断の結果検査結果は高い傾向にあります。1回でも健康診断の結果が出た方は消化器科を受診してください。当院では健康診断のフォローを大切に考えております。是非ご相談ください。

健診・予防医学センターの紹介  
 おあなたに合った健診をご案内します。



健診センターでは、女性に配慮した検診を目指しています。  
 4月から女性専用の「レディースデイ」を月2回、設けることにしました。是非、ご利用ください。

お問い合わせ  
 TEL:0776-51-1503 (健診センター直通)

第2・4  
 水曜日

**トピック1** 自動精算機を2台に増設しました

今年6月より会計用の自動精算機を1台から2台に増設しました。場所は正面玄関にある再来受付機の横です。窓口で確認することや、お話しするものがない場合は、自動精算機でお支払いください。ご理解・ご協力の程よろしくお願ひいたします。なお、自動精算機でのお支払いは現金に加えてクレジットカードがご利用可能です。(ICチップがついていないものなど一部利用できないカードもございます。)

操作が不明の場合は最寄りのスタッフ、もしくは精算機近く設置の呼び出しボタンにてお気軽にお問い合わせください。

**トピック2** 新型コロナウイルス感染防止の取り組み

感染外来検査室でクリーンパーフォーマンスを使用しています。

特殊なフィルター2枚の層で空気の吸込・吸引を行っています。空気感染防止と空気清浄に効果があります。

臭気の特徴的なくスムーズに次の患者さんの検査ができます。

**トピック3** 冬の感染症予防のために腸内環境を整え免疫力アップ!!

## ①腸内環境を整えましょう

免疫細胞の「敵」は、「菌」に存在します。腸内に「善玉菌」が多く生息していると免疫力が高まります。



善玉菌の代表…  
ビフィズス菌、乳酸菌

## ②善玉菌を増やす方法

## ①ビフィズス菌を食べる



ヨーグルトは、パッケージを見て「ビフィズス菌」の表示があるものを選ぶ

## ②乳酸菌を食べる



いろいろな発酵食品

## エサとなる食物繊維やオリゴ糖を摂り、善玉菌を増やす



管理栄養士 野村 裕子



春江病院ホームページ  
http://www.h春江.jp/



春江病院  
facebook



春江病院  
Instagram



理念：地域にあって良かった 患者さんがなかって良かった 職員が働いて良かった

編者・発行所 医療法人 株式会社 春江病院 経営企画部 広報委員会  
〒919-0474 福井県坂本町春日町野原95-7  
TEL 0776-51-8020 FAX 0776-51-6980 URL <http://www.h春江.jp/>