# わかみやグループ通信

医療法人 秋水堂　2020年11月1日　発行

2020 11 通算 005号

## 若宮病院

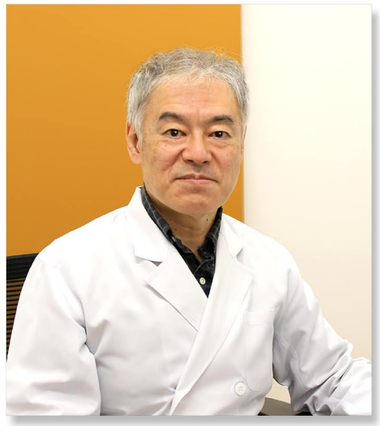
### 11月より内科の常勤医師が2名体制に！

11月1日より、新任の常勤医師が着任いたしまして、内科の常勤医師がDr. 立川とDr. 志田の2名体制での運用を開始することとなりました。

**Dr. Profile**

志田 誠一郎 医師

診療科：内科　診療日：月～金（平日）
※出張等で変更になることもございますご了承ください。



**所属資格**

医学博士
外科専門医
日本大腸肛門病学会専門医・指導医
日本消化器内視鏡学会専門医
日本臨床外科学会
日本臨床肛門病学会

**ご挨拶**

始めまして。大学を卒業しはや30年以上経過しました。外科分野しかも特に大腸を専門としておりました。
現在では内科疾患に注力しております。専門分野としては便通―便秘や下痢、排便障害でお悩みの方は相談してください。
また肛門疾患については手術を含め総合的に診ております。特に痔核（いぼ痔）については切らない日帰り治療で治癒を目指します。よろしくお願いします。

## 有料老人ホーム　蹈青

### 敬老の日

9月21日（月）、蹈青2階食堂にて『敬老会』を行いました。
今年はビンゴゲーム大会を開催しました。スタッフが番号を読み上げる度に「あったあった！」と盛り上がり、上位の方は素敵なメダルをゲットできました。ビンゴゲーム大会の後は、可愛くデコレーションしたプリンを頂きました。

最後に入居者様一人一人にスタッフよりプレゼントを贈りました。
プレゼントにはメッセージカードも添えられており、入居者様より「ありがとう」というお言葉を頂きました。
今後も皆様のご長寿とご多幸をお祈りいたします。

はし袋はスタッフの手作り！皆様でおいしく頂きました

## 若宮病院

### サーマルカメラ導入しました

病院玄関にサーマルカメラを設置しました。カメラの範囲に顔が入ると自動で体温を計測してくれるものです。
マスクをしたまま計測出来ますので、病院へ入る際は計測にご協力をお願いします。

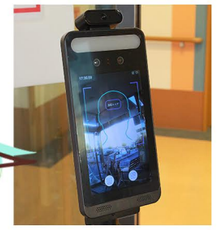
しかし、サーマルカメラは正確には体温ではなく表面温度を計測しているため、実際の体温と違うこともあり体温計での再計測をお願いする場合もあります。ご了承ください。

**①手指消毒をお願いします**

自動で消毒ジェルが出てきます

**②体温を計測してください**

カメラの範囲に立ってください



**③体温を記入した紙を受付に提出してください**

発熱・咳・のどの痛みなどの風邪症状がある場合は、職員にお申し出ください

## リハビリテーション科

～日ごろ役立つリハビリテーション～

### 簡単にできる肩こり体操

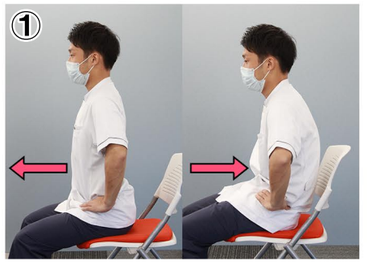
毎日肩がこってつらい……
なんてことはありませんか？
そんな時にいつでも、どこでもできる肩こりを和らげる体操をご紹介！

**肩こり3つの原因**

**①腰の関節の不具合**
**②2番目肋骨と背骨の関節の不具合**
**③1番目肋骨と背骨の関節の不具合**

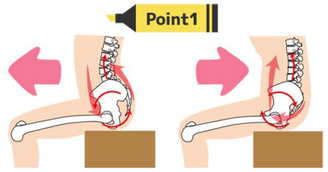
※痛みを感じる場合は無理をせずに病院を受診してください

**①**



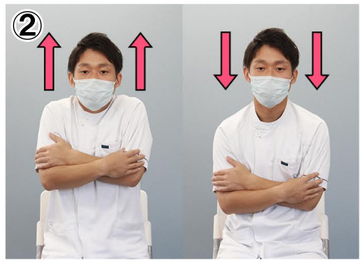
椅子に浅く座り、骨盤を立てて前後に6回動かします

Point1



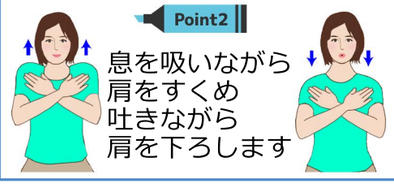
ゆっくり丁寧に動かしましょう

**②**



腕を胸の前でクロスして、両肩をすくめながら深呼吸を3回行います

Point2

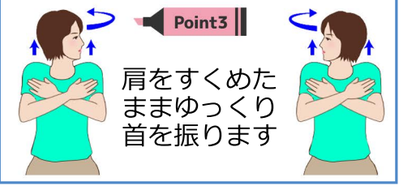


息を吸いながら肩をすくめ
吐きながら肩を下ろします

**③**

②の姿勢で肩をすくめて首を左右に3回動かします

Point3



肩をすくめたままゆっくり首を振ります

Facebook　Instagram
若宮病院 & 地域活動
月末に翌月分の各ドクターの休診情報なども配信いたします。

SHUSUIDO_WAKAMIYAHOSPITAL

FOLLOW ME!!

Instagram
若宮病院
リハビリテーション科

WAKAMIYA_REHA


発行：医療法人　秋水堂
日田市南元町6-41
☎ 0973-22-7171
編集：わかみや
コミュニティケアセンター
日田市南元町24-10
☎ 0973-24-7050
発行日：2020年11月1日