



Facebook Instagram
FOLLOW ME!!



SHUSUIDO.WAKAMIYAHOSPITAL

発行：医療法人 秋水堂
☎ 0973-22-7171

編集：わかみや
コミュニティケアセンター
☎ 0973-24-7050

若宮病院

医師事務作業補助者を設置しています

診察室に入ると先生の他に事務職員がいることはありませんか？
これは医師事務作業補助者と言って、医師からの指示のもと診断書や処方せんなどの文書作成や、電子カルテの入力といった事務作業を代行する職員です。
先生が患者さんにしっかり向き合って診療業務に専念できる環境づくりに積極的に取り組んでいます。



若宮病院

マスク着用中の熱中症に注意しましょう

6月になり、だんだん暑くなりましたが、コロナ感染予防のためマスクはまだ手放せそうにありません。
マスク着用中は、喉の渇きを感じづらくなったり、体内に熱がこもりやすくなりますので、普段以上に熱中症に注意しましょう。

マスク着用中は

体内に熱がこもりやすい
喉の渇きを感じづらい



喉が渇いていなくても
こまめな水分補給



2m以上の十分な距離をとって
マスクを外し休憩



室温を適切に保つ



運動は涼しい時間帯に

若宮病院

かかりつけ患者のみなさまへ



スポーツ中のケガ

自宅や外出先で転倒

など

診療時間内であれば **整形外科** に限り
救急車 の受け入れも行っていきます。

救急隊員の方へ
「若宮病院 希望」
とお伝えください。



若宮病院 連絡先

☎ 0973-22-7171

受け入れ可能時間(診療時間)

平日 9:00~12:30/14:00~17:30
土曜 9:00~15:00(昼休みなし)

**救急の処置が必要な
患者さまの受け入れが可能です**

有料老人ホーム 踏青

校区内鼓笛隊パレード

5/17(火)、若宮小学校の4・5・6年生による鼓笛隊が踏青前を通り、入居者さまが沿道に並んで応援しました。
鼓笛隊を待っている間、太鼓の音が聞こえてこないか耳をすませたり、歌を歌いながら楽しみに待っている入居者さまもいらっしゃり、鼓笛隊が近づいてくると笑顔で温かい声援や拍手を送っている姿が見られました。「感動したよ」「親類の子が若宮小学校にいるよ」という声も聞かれました。
小学校の関係の方より「たくさんの方が鼓笛隊を見てくださって、子供達も喜びます」と感謝のお言葉を頂きました。
暑い中頑張って演奏する小学生からたくさん元気をいただきました！



リハビリテーション科

「膝が重だるく感じる」「膝が痛くて階段の上り下りがしにくい」と感じられている方におすすめの体操をご紹介します！
膝を曲げやすくなりますのでお試しください。



日ごろ役立つリハビリテーション

足首を左右に動かすだけ **膝らく体操**



①片方の膝に両手を軽く添え、かかとをあげます。



②かかとをあげたまま、足首を右に動かします。



③今度は左に動かします。これを左右に3回行います。

反対の足も同じようにやってみましょう。

【POINT!】 手を添えている膝はなるべく動かさずに足首だけ動かすようにしましょう。

※急に動かしたり、強く動かしたりすると逆に痛める可能性があります。
無理をせずに、痛みがある場合は病院を受診しましょう。