

みのやま病院 デイケアセンター

Recent News

May, 2022



梅雨を乗り切りましょう！

いつも、みのやまデイケアセンターをご利用頂きありがとうございます。

新年度を迎え、早いものでもうすぐ2ヶ月が経ちます。今年の春は天候にも恵まれ、桜が長く見れましたね。利用者さんとの会話の中でも、「車からたくさん見れたよ」とお聞きすることが多いように感じました。やはり日本の桜は素晴らしいですね。

さて、もうすぐ6月に入り梅雨の季節になります。この時期になると、天候によって関節痛や頭痛を訴えられる方が多くなってきました。では、なぜそのような現象が起きるのか少しお話ししたいと思います。

梅雨の時期になると気圧変化がよく起こります。そうすると身体はその変化に順応しようとするため、血圧と心拍数が変動します。血圧や心拍数の上昇は交感神経が優位な状態と考えられ、痛覚受容器の反応を高め、痛みが増すと考えられます。

この時期の対策として、入浴やストレッチで血行を良くすることや、適度な運動で気分転換を図り、自律神経を安定させる工夫などが良いと言われています。

リハビリスタッフより自主トレーニングの指導やアドバイスをさせていただきます。

お悩みの方はいつでもご相談ください。



これからも宜しくお願いします！



介護員

しみず まやこ
清水 麻也子

皆さんこんにちは。
昨年11月から入職しました清水麻也子と申します。介護の仕

事は初めてで毎日大変ですが、利用者さんのお名前も少しずつ覚えられ、楽しくお話しさせていただいています。

まだまだ不慣れなこともあり、経験もこれからですが、会話を大事に楽しく仕事していきたいと思っています。

これからもよろしくお祈りします。



美杉会の願い（法人理念）

- 私たちは、患者さんの苦痛をすみやかに和らげることに努めます。
- 利用者さんが心豊かで安心した生活を送れるよう支援します。
- 常に向上への志をもちます。
- 医療・保険・介護を包括的に行い、地域社会へ貢献します。

今年のみこのやま農園 !(^ ^)!

キャベツ収穫しました!



じゃがいも育っています♪