

“簡単な手作業で脳を活性化！”

～つたがたけの取り組み～

つたがたけ（認知症デイサービス）では、簡単にできるさまざまな手作業で作品作りに取り組み、「脳の活性化」を促しています。

利用者の皆様とケアスタッフが協力して仕上げた作品の一部をご紹介します。

12月はクリスマスリース（写真左）やクリスマスツリー（写真中央）の作成に挑戦しました。細かい作業ですが、利用者の皆様が丁寧に少しずつ時間をかけて作られています。

また、秋の花の菊の立体的な壁掛け（写真右）も作りました。これらの作品は、デイケアセンター内に掲示し、行事終了後は各自お持ち帰りになりご自宅の飾りとして楽しんでもらっています。



つたがたけ（認知症デイサービス）の利用者募集

- つたがたけは、少人数で、個人の嚥下機能に合わせた昼食の提供や、医療的ケアの必要な場合にも対応します。必要時をご本人またはご家族と相談して、併設の赤間病院に受診相談できます。
 - 入浴サービスは状況に合わせてスタッフがお手伝いいたします。
- ぜひ、一日無料体験をご利用ください。ご相談は下記担当者へご連絡ください。

連絡先：つたがたけ（認知症対応型通所介護）

管理者 石橋弘子 Tel：0940-32-2261

当院で診療を行っています



整形外科



《診療日》 土曜日の午前（午前11時30分受付終了）
※都合により、休診や変更することがあります。



《担当医師》 産業医科大学整形外科 やまなか よしあき 山中 芳亮

《専門資格》 日本整形外科学会専門医
日本整形外科学会認定リウマチ医

循環器・呼吸器疾患等を合併していらっしゃる方も、お気軽にご相談ください。

赤間病院スマートフォン用QRコード→



腰痛の予防や改善のための「腰痛体操」

腰痛症の予防には、腰回りの筋肉を柔らかくしておくことが大切です。腰痛体操には、いろいろな種類があるため、自分が気持ちいいと感じる体操を無理なく取り入れましょう。

★お腹のストレッチ



うつ伏せになり、手のひらを床に向けて、両腕を頭のほうに伸ばす



腕が90度くらいになるまで両肘を曲げながら、ゆっくりと上半身を起こす

★背中・腰のストレッチ



あおむけになり、両膝を曲げて両手で抱える。



両膝を胸に引き寄せながら、背中を丸めるようにして上半身をゆっくりと起こす。

★腰～お尻のストレッチ



あおむけになり、両膝をたてる。



頭や背中が床についたまま、両膝を両手で抱え込む。

※腰痛体操は、激しい痛みのある方は行わないでください。すべての体操を行う必要はありません。5回を目安に無理のない範囲で行いましょう。普段から予防を心がけることは大切です。



医療法人光洋会 **赤間病院** TEL (0940) 32-2206 FAX (0940) 33-5957

★診療科目 呼吸器内科 循環器内科 消化器内科 糖尿病内科 内科 心療内科 整形外科
皮膚科 放射線科 リハビリテーション科

★診療時間 月曜～土曜 午前9時～12時 午後1時～5時 (日祝日は休診) ❷ 当院は敷地内禁煙です

★受付時間 午前8時40分～11時45分 午後1時～5時

※急患の方は、夜間や日祝日も受け付けいたします。どうぞ、お電話のうえご来院ください。

		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前	内科	○	○	○	○	○	○
	循環器内科	三宅 陽		三宅 陽	三宅 陽		△三宅 陽
	呼吸器内科	城戸優光	城戸優光	吉井千春	畑 亮輔	城戸優光	□週毎に交替
	消化器内科		松永高志 竹山泰守	松元慶亮	松永高志		高松祐治
	糖尿病内科	姫野利隆				姫野利隆	
	心療内科 整形外科 皮膚科 ペースメーカー外来		末松孝文 (心療内科)		安部治彦 (ペースメーカー外来)		△山中芳亮 ◇宇都 麗
午後	浦野 久	常勤医師 山尾有加	松元慶亮	姫野利隆	中原大樹	*三宅 陽 ☆松永高志	

○印は当日の診療科担当医師で行ないます。

ピンク色は女性医師です。 予約制

《診療日》 □⇒第1・2・3・5週

*⇒第1・3・5週 ☆⇒第2・4週

□⇒畑・根本・千葉

△⇒整形外科午前11時半受付終了

◇⇒皮膚科第4土曜午前9時半～

地域医療連携室 TEL (0940) 32-2304

居宅介護支援センター TEL (0940) 32-5224

デイケアセンター TEL (0940) 38-0590

訪問看護ステーション TEL (0940) 32-3600

吉武・赤間・赤間西
地域包括支援センター TEL (0940) 32-2235

《関連施設》

城山庵 TEL (0940) 33-8966

つたがたけ TEL (0940) 32-2261

城山之荘 TEL (0940) 36-9004

