

お知らせ

■発行：医療法人青木会 ■発行人：青木悟
 ■編集者：臼杵壮志 ■編集：広報委員会
 ■内容に関するお問い合わせは地域連携室まで
 TEL:048-423-0293

医療法人 青木会

平成29年7月、青木会が運営しております各リハビリの家の入居者様、通所施設のご利用者様と桃狩りに行ってきました。天候にも恵まれ、皆様楽しそうに桃にかぶりついていらっしゃいました。



← 行きのバスの中でバシャリ！桃狩りへの期待がお顔に表れています。

→スタッフと一緒に桃の皮むき！剥きながら食べ、食べながら剥く！桃狩りの醍醐味かもしませんか！



←大きな桃を豪快にかぶりついてムシャリ！バスの旅の疲れも吹っ飛びます！



青木中央クリニック（川口市）

【健康教室】

青木中央クリニックでは毎月テーマを変えて健康教室を開催しています。参加費は無料で運動不足や体力に不安を感じていらっしゃる方を対象にしておりますので、ぜひお越しください。

実施期間：随時
 定員：20名程度
 内容、開催日等は TEL048-260-1213
 青木中央クリニック リハビリテーション科まで



医療法人青木会第1回合同就職説明会を開催しました！

6月25日（日）、青木中央クリニックで就職説明会を開催しました。当日は看護師、介護職、相談員の方を対象に、法人説明、個別相談を行いました。今後も定期的に開催しますので、ぜひお越しください！



現在募集中
 ……看護師（在宅診療、訪問看護、施設等）、介護職、理学療法士、作業療法士、言語聴覚士、社会福祉士、精神保健福祉士、介護支援専門員、医療事務等 ※いづれも勤務地はさいたま市・川口市内。
 ご興味をお持ちの方はお気軽にお問い合わせください！ TEL048-423-0631 担当…事務次長 中原

認知症マメ知識 その七

認知症を患ってあまり話をしなくなった、お父さんやお母さんとゆっくり話す機会を作ってみましょう。

昔のアルバムや、娘さん・息子さんが子供のころ大事にしていたおもちゃなどを手掛かりにして、ゆっくり話す機会をつくれれば、お父さんやお母さんにとっても、娘さんや息子さんにとっても、良い時間になるでしょう。音楽や美術も、良いきっかけになるかもしれません。

このような試みが、言葉の表現を失った方とのコミュニケーションを深め、穏やかな毎日を過ごせる手立てになるようです。



青木リハビリセンター東浦和
 センター長 山本洋子

「膝の専門外来」を始めました！

青木中央クリニック（川口市）

6月より膝の専門外来診療を開始しました。痛みや違和感・不安定感など、お悩みの方はお気軽にご利用ください。

診療日：第1・第3金曜日 15:00～18:00

※8月は第1・第4金曜日となります。

第1金曜日 西原信博（帝京大学整形外科）
 第3金曜日 中川匠（帝京大学整形外科 教授）
 ※予約制ではありません。



私たちは 地域のみなさまの 良質で安心・安全な 医療・介護への求めに「技」と「心」で応え 全ての人が満足し納得できる 医療・介護を提供いたします。

あおきだより

Vol. 12

2017.8月発行（隔月発行）

新たな居宅介護支援事業所

「さいたま青木」を開設いたしました！



8月1日、さいたま市に新規の居宅介護支援事業所を開設することとなりました。青木会としては3つ目の居宅介護支援事業所となります。現在、スタッフは5名で、介護福祉士、歯科衛生士、看護師と多様な職種が揃っていますので、様々なケースにすぐ対応できると思っています。地域の皆様に頼られる事業所となるよう日々努力してまいりますので、ぜひよろしくお願いたします。

事業所名：居宅介護支援事業所 さいたま青木
 所在地：さいたま市緑区道祖土2-12-10 サンハイツサイド202
 TEL：048-762-3025 FAX：048-762-3023

今号の内容

- ・診療案内 …… 青木中央クリニック 脳神経外科
- ・あおきスタッフ紹介 …… リハビリの家 北浦和より
- ・現語 ”知ってほしいこの言葉” …… その6 「2040年問題」
- ・かがや理学療法士のミニ健康教室 …… 「体幹筋を鍛えましょう！～第4弾～」
- ・お知らせ
- ・表紙 …… 居宅支援事業所「さいたま青木」 開設のご挨拶

診療案内(脳神経外科)

	月	火	水	木	金	土	日
午前	—	○	—	—	—	—	—
午後	—	○	—	—	—	—	—

青木中央クリニック
脳神経外科
医師 加藤 晶人

休診していた脳神経外科が、この6月に週1日の頻度で再開することになりました。
青木中央クリニックはCT、MRIを完備しており、頭痛・転倒などの際に初期診断を早急に行うことができます。検査の結果、救急処置が必要な場合には、連携病院をご紹介させていただきます。

めまいについて、耳鼻科での診療が必要な方だけでなく脳の影響を受けている方もいらっしゃる、鑑別診断を行うことが可能です。認知症についても鑑別診断を行うことができます。
また脳卒中後、定期的な診察をお受けにならず、悪化させてしまう方がいらっしゃいます。日々の変化に合わせたフォローをいたしますので、お気軽にご相談ください。
皆様に寄り添う診療をいたします。どうぞよろしくお願ひいたします。

あおきスタッフ紹介

今号では サービス付き高齢者住宅【リハビリの家 北浦和】
(埼玉県さいたま市浦和区木崎2-25-20)の職員をご紹介します！

医療法人青木会では海外出身の方も職員として活躍しています。
今回ご紹介するのはリハビリの家北浦和で活躍している2人です！！
(施設からの紹介文)
リハビリの家北浦和ではフィリピンとベトナム出身の介護職員2名が活躍しています。いろいろな面で施設職員が学ばせてもらうことが多く、目配りや気配りは日本人にはないものがあ



佐藤 エミラソンさん
(エミさん)
・出身国:フィリピン
・来日10年目
・介護の仕事をして感じる
こと
仕事は面白くて楽しいです。入居者様をいとおしく感じています。
・今後の自分について
体力が落ちないように気をつけながら(笑)楽しく頑張っていきたいです。



トラン・アン・ドンさん
(ドンさん)
・出身国:ベトナム
・来日10年目
・介護の仕事をして感じる
こと
仕事は大変ですが、人とのコミュニケーションを取ることができて楽しいです。
・今後の自分について
より安全と技を身に付けていきながら、楽しくしていきたいと思っています。

現語

その六

” 2040年問題 ” 支え合える地域をつくりましょう！

… 日本の総人口が1億人を切り、現在の自治体の約半数が消滅してしまうかもしれない時期。
「2025年問題」という言葉を耳にしたことはありますか？それは団塊の世代が75歳になり、後期高齢者に達する年になりますので、それにともない社会保障費が膨大になること、一方それに対して働き手が減少するため、その膨大な社会保障費を生み出す支え手が不足することが懸念される年を指します。対策として国は地域ごとに効率よく医療・介護を提供し、社会資源を積極的に取り入れる「地域包括ケアシステム」の構築を急務としています。
最近ではその先の「2040年問題」という言葉が聞かれるようになってきました。少子高齢化がさらに進行し、社会保障は一層深刻化してきます。例として、今まで個人に支払われていた年金などの給付が、「地面」に給付されるようになるのではないかとの話があります。つまり地域間で医療・介護・年金などに差が生じるということです。国から都道府県が主体となり、消滅し統合される自治体が出てきます。私たちは自身の将来について、「国が保証してくれる」という意識から「自分たちで守る」という意識に切り替えるべきなのかもしれません。健康、経済等課題は様々ですが、その中でも社会面の充実が今まで以上に重要になるはず。ご近所の繋がりはもちろん、地域の中でできること、支え合うことを今から意識的に取り組むべきです。未来に希望を持つために一緒に取り組んでいきましょう！

事務次長 中原大輔

かがや理学療法士の ミニ健康教室

体幹筋
を鍛えましょう！
～第4弾～

毎日少しずつでも
続けることが大切です！

『キャット&ドック』 (猫と犬の体操) ～背中と股関節の柔軟性UP + 腹筋の筋力UP～

【やり方】

- ① く スタートポジション)
四つ這い(両手足が床と垂直になるように)
頭・肩甲骨・骨盤を一直線にして、息を吸う
- ② 息を吐きながら手で床を押し
お腹を引っ込めながら背中を丸くしていく
- ③ 更に背中を丸め、おへそを覗き込む
- ④ 息を吸いながら①に戻し、背中を反らしていく
- ⑤ 息を吐きながらスタートポジションへ戻る



『Book Opening(本の体操)』 ～胸椎の柔軟性向上 + 斜めの腹筋の筋力UP～

【やり方】

- ① スタートポジション
頭の後ろ・骨盤・踵を一直線にし、両手は前へ
- ② 大きく息を吸いながら手は天井へ
- ③ 息を吐きながら胸を天井に開いていく
(目線は上げた方の指先へ)
その際、おへそは前へ向けたまま
- ④ ③の状態のまま大きく息を吸う
- ⑤ 吐きながらスタートポジションへ戻る



青木医院
理学療法士 加賀屋 奈緒

