



## 新年のご挨拶

院長  
有山 重美



新年あけましておめでとうございます。

昨年は新型コロナウイルスのため1年の大半を院内立ち入り禁止とせざるを得なくなりました。そのため入院患者様の面会も許可できず皆様には多大なご迷惑をおかけしたことを心より申し訳なく思っています。1日も早く面会を再開したいと思っておりますが、なにぶん県内での感染者が散発的にみられておりますのでなかなか難しい状況です。

昨年10月より電子カルテシステムを導入しました。ベテランの職員にとってはストレスでしたが1~2か月過ぎた頃よりほぼ順調に作動するようになりました。今後作業の効率化を図るとともに医療、介護のサービス向上を目指します。

当院はもともと老人医療を中心とした慢性期医療を実践してきました。現在、高齢者や認知症患者の専門的医療・療養にとくに力を入れています。病気や障害を持っている患者さんやそのご家族が地域で生活できるようにしっかり支えることができるようにと考えています。

今後も地域社会に貢献する病院であり続けたいと強く願っています。「患者、家族により良い医療を提供できるように」という理念のもと、皆さまのご期待に添えるように職員一同、努力しようと思っております。

## 新型コロナと迎えた新年のはじめに

看護部長  
西島 陽子

新年あけましておめでとうございます。

昨年は、コロナ感染拡大に伴い多くの皆様にご心配、ご迷惑をおかけしました。インフルエンザとコロナ感染への不安をもって、新年を迎えることになりました。

昨年看護協会では、ナイチンゲール生誕200年としてNursing now「看護の力で健康な社会を」キャンペーンを行いました。看護が社会に対して何ができるのかをコロナ感染拡大で大きく考える年でした。私たちができる事は安全・安心できる患者様への看護介護の提供です。

提供するにあたり知識・技術に責任ある対応と心がとても大切だと感じています。予防・対策・ワクチンとまだまだ安心できない状況の中で、コロナとの向き合い方を模索しながら現場の看護・介護の質を保ち提供したいと思っております。丑年は「我慢（耐える）」「発展の前触れ（芽が出る）」を表すといわれています。きっと対策も変化・進化していくと考えます。今年も引き続き、看護・介護に自信をもって提供できる人材の育成に努めて行きたいと思っております。



## コロナ禍におけるB型機能訓練

介護福祉士 正木久美子

当院では、地域の方々に少しでもお役に立てる活動として5つの教室で、体操・ゲーム・講話など介護予防訓練のお手伝いをさせていただいております。

昨年は、新型コロナウイルスにより中止せざるを得ない教室が度々でした。春夏を過ぎ秋の味覚を楽しめる頃に教室が再開できるようになりました。教室では、3密（密閉・密集・密接）を避けてソーシャルディスタンスを心掛けました。使用する机・椅子の消毒、手指消毒、時間短縮で実施しました。

月に一度ではありますが、「ああ来てよかった、楽しかった、勉強になった、また次も参加したい」と思っていた教室を目標に頑張っていきます。地域の皆さん、お隣さんを誘って教室へいらっしやいませんか、お待ちしております。

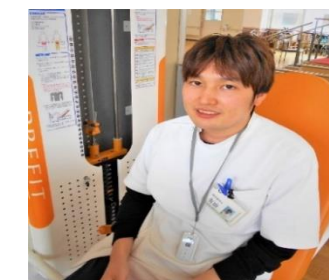


R2年2月の教室の様子



自粛生活の中でも運動習慣を身につけましょう！！

理学療法士  
有田 圭佑



## 簡単にできる効果的な運動

最近、身体を動かす機会は減っていませんか？  
身体を動かす事(運動)は、様々なメリットがあります。しかし、運動は続けないと意味がありません。まずは、続ける事を目標に身体を動かしてみませんか？  
そこで【簡単に出来る効果的な運動】を紹介させていただきます。

○効果的な運動(どれか1つで大丈夫です)

- ① ラジオ体操 →1回で十分な運動量になります
- ② 散歩 →1日何歩という目標は作らず、とりあえず歩いてみましょう
- ③ 昨日より10分多く身体を動かす

【続けられそうな場合】  
運動習慣を目指しましょう！

【それでも難しい場合】  
まずは、昨日より1秒でも多く身体を動かしましょう！

