

おふくろ便り



第1号

2025年1月号

社会福祉法人 淳涌界

あいち診療所おふくろ

愛知県弥富市又八2丁目128-2

TEL 0567-67-7202

おふくろの家

愛知県弥富市又八2丁目128-1

TEL 0567-67-7201



新年のご挨拶

理事長 畑 恒土

年頭に当たって

理事長を拝命して初めての正月を迎えます。法人開設以来発行してきた金魚草ですが、私たちよりも前から同じ名前で発行している法人があることを知り、名前を『おふくろ便り』に変えました。この名前は職員の投票で決めた名前です。これから『おふくろ便り』で様々な発信をして、地域の皆様に私たちのことを知っていただき、この地域が住みやすい、働きやすい地域にするために私たちを利用していただければと思います。

認知症

「認知症だけにはなりたくない」という方は少なくありません、しかし90歳以上の女性



の認知症の発症率は70%を超えと言われると聞かれます。今75歳の方の平均余命は14.2年、つまり半数近くの方は90歳まで生きる計算です。

山口晴保*先生は「認知症になるまで生きてよかったね、と言える社会を」と言われまして。長生きをしてみんな認知症でも安心して暮らせる地域なら安心という意味です。

私たちはこの地域がそんな地域であつたらと思ひ、そのために出来ることに取り組みます。

ところで認知症の発症リスクを下げる行動として特に高齢者の場合「人との交流につながる社会的活動に取り組むのが良い」とされています。

社会的活動に参加したいと思つていても「どのような活動が行われているか知らない」「気軽に参加できる活動が少ない」ことでは加できない方がたくさんいるとの調査報告がされています。

ボランティア

地域に開かれた老人ホームでありたいと思ひながら、コロナ禍で入館を制限せざる得ない状況が続きましたが、やっと皆様に自由に施設を利用していただくことが出来るようになりました。

すでにボランティアで、お年寄りとの会話をしてくださる方が活動を始めています。他にも誰にでもできるお仕事があります。「何かしたい」という方はご相談ください。

イベント歓迎

診療所の2階には30人程が入れる会議室があります。私たちが会議で使用していません。利用していただくことが可能です。無料でお使いいただけます。(費用を取つての会合などはご遠慮いただきます)

その他施設玄関前、診療所屋上空間を使つてのイベント開催も歓迎します。地域でイベントなどを企画したいときにはご相談ください。

* 山口晴保先生

日本認知症学会名誉会委員(前副理事長) リハビリテーション専門医、認知症専門医 <https://www.yamaguchi-lab.net/about-5-1>







あいち診療所おふくろ
院長 村岡 敦

皆様、新年あけましておめでとうございます。
2025年の新春を健やかに迎えられたことを心よりお慶び申し上げます。

昨年2024年も、新型コロナウイルスをはじめ感染症の流行が止まらず、マスク着用、手洗い、換気、ワクチン接種など感染予防の重要性を改めて感じた年でした。

一方、病気に負けない身体づくりも健康を守る上で大事なことです。生活習慣病は依然として増加傾向で、地域医療の現場でも深刻な問題となっています。特に糖尿病はサイレントキラーとも呼ばれ、自覚症状が少ないまま進行しがちですが、早期発見と適切な治療、日々の生活習慣の見直しによって病勢を食い止め、健康寿命を延ばすことが十分に可能です。

当診療所でも、糖尿病など生活習慣病予防のため、外来での食事・運動指導を行うことで地域の皆様の健康維持をお手伝いしてまいりました。

2025年も、地域の皆様に寄り添った信頼される診療所を目指して、スタッフ一同ご期待に添えるよう努めてまいります。

皆様のご健康とご多幸を心よりお祈りいたしております。

本年も何卒宜しくお願い申し上げます。

読む栄養

「おいしく風邪予防」



管理栄養士
谷口 英司

寒さも本番となりました。年末年始は何かと忙しく食事も偏りがちになりがちですが、皆さまはお元気でお過ごしでしょうか。

昨年11月には芋煮会を行い、里芋・大根・人参・ネギ・しいたけ・舞茸・油揚げ・豚肉などの具材をふんだんに煮込んだ熱々の芋煮を用意して、入居者の皆様に召し上がっていただき、大変喜んでいただきました。

冬野菜と言えば根野菜ですね。冬の根野菜は体を温める効果があり糖質の多い食材も多く、それに加えて食物繊維・ビタミン・ミネラルが豊富に含まれています。

芋煮や筑前煮などの料理は、様々な食材と一緒に食べることができ、溶けだした栄養もお汁と一緒に摂ることができます。根菜類の料理は食物繊維が多く、腸内環境が整えられて免疫力アップにつながります。

また体が温められることで免疫細胞が活発になり風邪に負けないからだが作られます。更にネギや大根には殺菌作用や消化作用がありますので、喉に違和感などがある際には活用してみてください。

まだまだ寒い日が続きますがおいしく食事をとって健康に過ごしていきましょう。

介護福祉士 フリーパート募集



新しい働き方しませんか

勤務表無し・出退勤自由
(いつ来て、いつ帰ってもOK)

時給1,200円

【お問い合わせ】 平日 9:00~12:00

TEL 090-1565-9020

担当 笹岡 真由美

社会福祉法人 淳涌界 〒498-0004 愛知県弥富市又八2丁目127-2
特別養護老人ホーム TEL : 0567-67-7201 FAX : 0567-67-7203
おふくろの家 HP : <http://jyunyukai.jp>

あいち診療所おふくろ

	月	火	水	木	金	土
午前	畑	村岡	村岡	村岡	畑	村岡
午後	畑	村岡	村岡	村岡	村岡	

診療時間 午前 9:00 ~ 12:00 休診日
午後 4:00 ~ 7:00 土曜日午後・日・祝

【整形外科外来】 毎週金 午前 9:00 ~ 12:00

要予約

【もの忘れ外来】 毎月 第1・3・5金 午後 2:00 ~ 4:30

【精神科】 必ず事前にお問合せください

【在宅医療】 毎週水・金 午後 1:00 ~ 3:00

新生児の予防接種から在宅看取りまで

生活習慣病などの慢性疾患の管理。
発熱・頭痛・腹痛など体の不調への対応を通して、
健康寿命の延長を目指します。

【診療科目】

■ 内科 ■ 小児科 ■ 内分泌科 ■ 循環器内科
■ 在宅医療 ■ 予防接種 ■ 物忘れ外来 ■ 精神科

【主な検査】

入院・専門医受診の必要性の判断は、院内検査などで
当日行います

■ レントゲン検査 ■ 超音波(エコー)検査
■ 心電図、24時間心電図
■ 院内血液検査(血球検査 CRP など)
■ 動脈硬化(脈波)検査
■ 呼吸機能検査 ■ 血液ガス分析

【協力医療機関】 ■ 海南病院

【おもな紹介先病院】

入院治療や精密検査が必要な場合、病院へ紹介いたします。

■ 海南病院 ■ 津島市民病院
■ 名古屋大学医学部付属病院
■ 名古屋第一赤十字病院 ■ 名古屋市立大学病院

TEL 0567-67-7202

時間外診察

電話での相談に24時間対応します。
通院中の方(処方日数内)で、体調に
変化があり相談したい場合は、いつ
でもお電話下さい。

発熱・下痢の時

来院前にお電話下さい。
待ち時間が少なく診察できるよう
に致します。

予防接種

事前予約にて受付していますので
必ずお電話下さい。

「あいち診療所おふくろ」の風景



広報部より

冷たい風が吹き、厳しい寒さを感じる季節ですが、
新しい年を迎え気持ちは新たに、心は温かく感じます。

最近「一日を笑って生きる」ためのヒントが書かれ
た本を読みました。

人生には、泣きたいときもあれば、怒らなければな
らないときもあります。いつも笑顔ではられません。
それでも「笑うこと」でひらける道もあるはずです。

昨日がしかめっ面なら今日、今日が無理なら明日、
笑っていられるように！

笑顔は周りに広がっていきます。相手のことを思っ
て笑顔で接すると、相手はもちろん、周りの人たちも
笑顔になっていく。笑顔が伝染して、その場の雰囲気
が明るく、和やかになります。

皆様も昨年よりも一日でも多く、笑っていられる日
が増えるといいですね。(T)



社会福祉法人
じゅん じゅん かい

淳涌界

http://jyunyukai.jp

おふくろの家

特別養護老人ホーム
短期入所(空床利用型)

〒498-0004

愛知県弥富市又八 2-128-1

TEL <0567> 67-7201
FAX <0567> 67-7203

あいち診療所 おふくろ

〒498-0004

愛知県弥富市又八 2-127-2

TEL <0567> 67-7202
FAX <0567> 69-7202

いも一れ奄美 訪問看護ステーション

〒894-1531

鹿児島県大島郡瀬戸内町
大字手安字瀬戸田原 809-2

TEL <0997> 76-3770
FAX <0997> 76-3771