



Topics

東松島市こころと体に得するお話講座

リハビリテーション室 技士長 小野剛広



健康寿命を延ばすには地域の交流会などの「通いの場」への参加が効果的といわれています。

東松島市では、これまで『こころと体に得するお話講座』として保健師・管理栄養士・薬剤師・認知症地域支援推進員・介護支援専門員など実に多くの専門職が講座を開催してきました。

令和5年度からは新たに『こころと体に得するお話講座』に運動の講座を設け、当院リハビリテーション室からも、理学療法士を派遣することになりました。

テーマは「腰痛とひざ痛予防」です。長年酷使してきた腰とひざの痛みは体の悩みで最も多く聞かれるものの一つです。講座では理学療法士が痛みの原因と、腰痛とひざ痛予防に役立つストレッチや筋力向上のための効果的な運動について説明します。

理学療法士の講座は令和5年6月から令和6年2月まで月一回開催の予定です。

現在、講座の申請受付中ですが、理学療法士の講座はとても好評で、9回ある内の8回分が既に埋まっている状況です。

地域の皆様がいつまでも自分らしく元気に生活していくために私たち地元理学療法士が協力合って、東松島市にお住まいのみなさまの健康増進・介護予防に貢献していきたいと思っております。

ご興味のある方は、東松島市役所のホームページをご覧ください。



昨年度のチラシ
(今年度と講座内容は異なります。)

Information

GW期間の診療について

今年のゴールデンウィーク期間の診療はカレンダー通りです。

- 平日：通常診療
- 土曜日：午前診療（※受付時間にご注意願います）
- 日祝日：休診

お休みの前後は混雑が予想されますので、ご了承願います。

急患はこの限りではありません。まずはお電話下さい。



4月29日(土)	休診
30日(日)	休診
5月1日(月)	通常診療
2日(火)	通常診療
3日(水)	休診
4日(木)	休診
5日(金)	休診
6日(土)	午前診療
7日(日)	休診
8日(月)	通常診療

職員紹介 第200回

今回は看護補助として働きながら看護学校に通い、この春から准看護師として勤務しているスタッフをご紹介します。

小野 千夏 《准看護師》

- ・出身地 石巻市
- ・趣味 子供の野球の追っかけ
- ・好きな食べ物 チーズ、いちご
- ・最近ハマっている事 チンチラやウサギの動画を観て癒されること
- ・最近とても驚いた事 小学生の娘が楽天の選手について詳しく知ったこと

看護補助として勤務しておりましたが、今年准看護学校を卒業し、これからは患者さんやご家族に寄り添える看護が出来るよう日々学んでいきたいと思っております。初心者マークが付いていますが、精一杯頑張りますのでよろしくお願い致します。



村田 由美 《准看護師》

- ・出身地 石巻市
- ・趣味 ドラマを観ること
- ・好きな食べ物 ラーメン、焼肉、寿司
- ・最近ハマっている事 上品の郷で売っているいなり寿司がとてもおいしく月に何回も買いに行きます。
- ・最近とても驚いた事 数十年石巻に住んでいますが、新しい道路がどんどん増え街が変わっていくことに驚きました。

今まで数年間看護補助として勤務しておりましたが、今年度准看護師の資格を取得することができました。今までとは違う患者様との関わりが出来るのと同時に正確な知識・技術も必要になります。日々勉強を積み重ね頑張っておりますので宜しくお願い致します。



■リウマチ・膠原病外来 担当は若林病院(旧NTT病院)名誉院長 佐々木毅先生。5月は13日(土)、27日(土)

