

## ジャガイモ観察日記



令和3年3月～6月

小集団プログラムの“あおぞら同好会”では季節に沿ったプログラムを中心に行なっています。

今回は新しくできた畑にジャガイモを植えました！

農業経験者や初めての方も一緒に雑草取りや土寄せをして大切に育てました。収穫できたジャガイモはバターや味噌をつけて美味しく頂きました。

3月 畝作り、植え付け



4月 芽が出てくる



5月上旬 20cmに育つ



5月下旬 花が咲く



6月 収穫祭



収穫当日の採りたてを  
ふかして試食しました！



## 行事食(6/1 開院記念)

## 編集後記



7月3日はソフトクリームの日です。

1951年に日本初のソフトクリームが販売されました。

食べられるコーンに盛りつけてあるのが珍しく、大好評だったそうです。

広報委員 渡



一、天ぷら盛り合わせ  
一、ささみの梅肉和え  
一、擬製豆腐のかにあんかけ  
一、ご飯  
一、すまし汁  
一、あじさいゼリー



医療法人昭友会 埼玉森林病院



埼玉森林病院のホームページ <https://www.kokoro.or.jp/saitama/>

〒355-0807 埼玉県比企郡滑川町和泉 704  
TEL0493-56-3191 FAX0493-56-4831

## 新型コロナワクチン接種開始

埼玉森林病院では滑川町、嵐山町から新型コロナワクチン接種券を送付された方のワクチン接種を行えるよう、5月31日(月)より接種会場として協力させて頂くこととなりました。当院での接種会場の運用についてご紹介致します。

## 【受付・予診票確認】

大型アクリルパテーションを設置し飛沫防止対策を設置しております。お声が聞こえにくい場合もございますがご理解、ご協力の程、お願い致します。

また、会場内が密にならないよう5名程度を目安に受付を行っておりますので、お車や、外でお待ち頂く場合がございます。

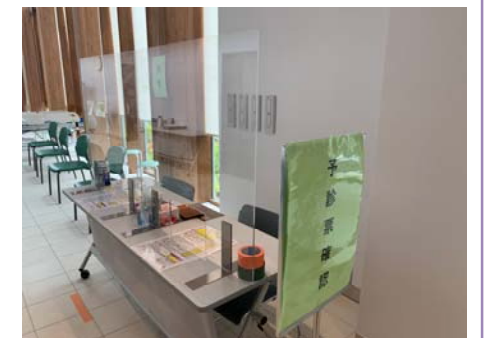
## 【待合・診察・接種】

受付・予診票確認後、待合にてお待ち頂きます。予診票の確認ができた方から診察室へお呼びし、診察後に接種を行います。

## 【観察室】

接種後、アナフィラキシーショックや重い副反応が出た場合に備えて観察室にて15分程お待ち頂きます。近くに観察担当の看護師がおりますので体調に変化があった方はお申し出ください。

観察室には緊急対応用の医療器具もございますので、ご安心ください。



その他、会場内で使用している備品や医療器具などはアルコールにて清掃作業を行い、感染対策も万全な状況で運営を行っております。

# ☆新型コロナワクチン接種について☆

## 【埼玉森林病院での接種について】

- ・必ず、マスク着用の上、お越してください。
- ・接種は予約制です。予約日時以外のご対応はできません。
- ・13時15分ごろより番号札を配布しておりますので、受付にお越してください。
- ・接種会場の混雑を考慮し番号でお呼びしております。番号札に記載されている時間を目安に会場付近でお待ちください。

## 【接種時の注意事項】

- 1) 当日は会場では手指の消毒と検温を実施します。
- 2) 検温で発熱などの体調不良が認められる場合は、接種が受けられません。
- 3) 接種は肩口に行いますので、肩が出やすい服装でお越してください。
- 4) 副反応を見るため、接種後15分程度会場に待機していただきます。

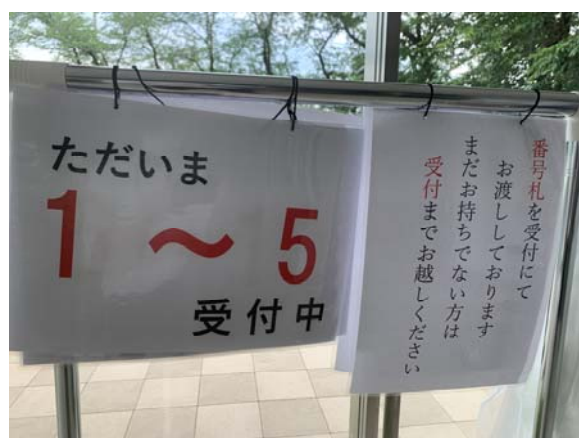
## 【接種後の重篤な副反応が出た場合】

埼玉県新型コロナワクチン専門相談窓口（コールセンター）

接種の副反応や基礎疾患（持病）との関連などの医学的、専門的な相談はこちら

電話 0570-033-226

受付時間 24時間（土日・祝日も実施）



- ・今後、夏日や雨天などの状況に応じて病院送迎バスを会場前に駐車致しますので仮設待機所としてご利用ください。



# オレンジカフェなめがわ



今年度も毎月第4金曜日の13:00～15:00にオレンジカフェなめがわを開催しています。

コロナ禍で人と関わる機会が少ない中感染対策をしっかりとした上で認知症の方やご家族、地域住民、医療専門職が集い交流できる貴重な機会となっております。

オレンジカフェなめがわでは茶話会だけでなく各専門職のミニ講座もあります。

6月は看護師の「家庭でできるケガや病気の対処法」というテーマで講座を行いました。

次回のオレンジカフェなめがわは7月30日（金）に行います。

またミニ講座として薬剤師による「お薬の管理方法」というテーマを予定しています。途中参加、途中退場も出来ますので興味のある方、お悩みのある方等たくさんのご参加を心よりお待ちしております。

# ストレスケアユニット プログラム紹介

当院ストレスケアユニットでは、「心理教育プログラム」を実施しています。心理教育プログラムの中にはいくつか種類があり、当院で実施しているうちのひとつをご紹介します。

## ・マインドフルネス

マインドフルネスは、最近ではGoogleやFacebookなど海外の大手企業が社内研修に取り入れ始めた取り組みです。簡単に言うと、「いま、ここ」の自分の気持ちや考えに気づき、それを価値判断することなく受け入れていく練習をします。

うつ病の特徴として「否定的・悲観的な考え方」をしてしまいがちです。そうした考えが起きていると、脳はそればかり考えて疲れてしまいます。自分の状態や考えにタイムリーに気づくこと、気づいたときに「いま、ここ」に注意を戻して脳を休めることで、「リラックスできる」「集中できる」などの効果が得られると言われています。

ストレスケアユニットでは、実際のワークを体験しながらマインドフルネスを学び、日々の生活の中で一瞬でも「いま、ここ」に注意を向け、安らかに過ごせることを目標に、プログラムを行っています。

