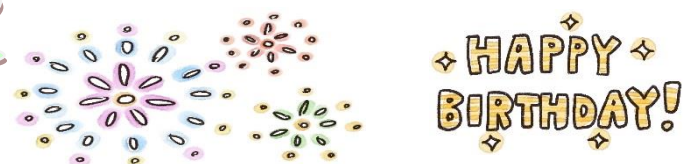


夏祭り&誕生会

8月23日、誕生会を兼ねて夏祭りを開催しました。夕食はお寿司やケーキを食べ、その後、カラオケ、花火を行いました。花火では、通常の3倍もある線香花火やたこの形をした花火などをしましたが、線香花火は大きいだけあって、あたり一面が煙まみれとなり、皆さん驚かれました。お腹も心も満たされ、とても楽しいひと時を過ごせたように感じました。



寿司とケーキ



カラオケ



花火

次のイベント…十五夜、十三夜にはお月見、12月にはクリスマス会を開催予定です。

グループホーム 森の家 見学などお気軽にお問合わせください。

◇お問合せ電話番号◇ 0493-56-4775 (森林公園メンタルクリニック宛)

滑川祭り出店のご案内

平成29年11月3日、森林公園メンタルクリニック、作業所ハーモニー、グループホーム森の家、訪問看護ステーション森林合同で滑川祭りに参加いたします。お出かけの際には、是非ともお立ち寄りください。
(開催場所:滑川町総合運動公園)

医療法人昭友会送迎バス

月・水・土運行 祝祭日運行
運賃:無料 定員:29名

発着所	1便
埼玉森林病院	9:15
いづみケアセンター	9:20
ベシシア・カインズ	9:30
森林公園駅北口(ローター内)	9:35
森林公園メンタルクリニック(駐車場内)	9:40
ベシシア・カインズ	—
いづみケアセンター	9:55
埼玉森林病院	10:00

発着所	2便	3便	停留所
埼玉森林病院	13:00	15:00	本館 玄関前(新館にも停車)
いづみケアセンター	13:05	15:05	玄関前
ベシシア・カインズ	—	—	
森林公園メンタルクリニック	13:15	15:15	駐車場内
森林公園駅北口	13:30	15:30	ローター内 バス専用発着レーン
ベシシア・カインズ	13:40	—	
いづみケアセンター	13:50	15:45	
埼玉森林病院	13:52	15:50	

編集後記

デイケアや森の家では夏祭りを中心とした話題を掲載しました。季節ごとの行事や味覚を楽しむことで、豊かな感覚を養うことが出来ていると感じます。
大野



森林公園メンタルクリニックだより

昭友会のホームページ <http://www.kokoro.or.jp>

森林公園メンタルクリニック



〒355-0811
埼玉県比企郡滑川町大字羽尾 495
TEL 0493-56-4775/FAX 0493-56-4817

外 来

退職にあたって

秋気ようやく深まり、朝晩はしのぎやすくなって参りました。

厳しい社会・医療情勢の中で森林公園メンタルクリニックでは地域の皆様と共に少しでも心が癒され、より良い生活が送れますよう支援、治療に頑張っておりました。ところで私、平成29年9月末で森林公園メンタルクリニックを退職する事となりました。在職中は色々とお世話になり大変ありがとうございました。



医師 稲葉 秀邦

思えば昭和52年6月初代工藤理事長が①地域に広く根差した医療の提供 ②利用者様の為に優しく温もりのある笑顔で、心の支えになれる医療の提供、を基本理念とした理想の病院を設立すべくこの地へ赴き、埼玉森林病院を開院して平成29年6月で41年目を迎える事になりました。

私も当初から病院運営に加わり、お手伝いさせて頂き、埼玉森林病院副院長→同院長→森林公園メンタルクリニック院長を歴任いたしました。この間、けやき寮、むさしの青年寮、療護園「滑川」、東松山特別支援学校の各嘱託医、比企医師会准看護学校講義、東松山市福祉事務所等地域医療の要望に少しでもお役に立てればと協力させて頂き、私も臨床医として色々な経験、勉強をさせて頂いた事をとても有り難く思っております。

私の退職後もクリニックの外来診療、デイケア、訪問看護、作業所、グループホームのスタッフ一同「堅忍不拔」の精神で、チーム医療の充実を図り地域の皆様へのニーズに答え、信頼されるように更に努力していくものと確信しております。今後も、地域の皆様のご支援、ご協力の程宜しくお願い致します。退職の挨拶とさせて頂きます。

平成29年9月 稲葉 秀邦

医師外来担当表 休診日 日曜・祝日 年末年始(12/29~1/3) ※木曜日の担当医が変更となりました。

診療時間	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	第1・3土曜日	第2・4土曜日
(受付開始 8:30)							
9:00 ~ 12:00	稲見 佐々木	稲見 遠藤	井上 水島	稲見 小松	稲見 山田 金澤	山田 清水	田村 清水
13:00 ~ 16:30 (受付終了 15:30)	稲見 佐々木	稲見 遠藤	井上 水島	稲見 福田	稲見 山田 金澤	山田 清水	田村 清水

◇活動日・活動時間 ◇月曜日～土曜日（祝日、年末年始を除く）
9:30～15:30
◇お問合せ電話番号 ◇0493-57-2228（デイケア直通）



8月25日、デイケア夏祭りを開催しました。今回は「利用者様全員に楽しんでもらえる夏祭り」をコンセプトとして、多くの利用者様に参加いただきました。夏祭り実行委員5名が中心となり、利用者様それぞれの意見を基に計画を立て、午前は模擬店、午後はレクリエーションを行いました。夏祭りを盛り上げる飾り付けや模擬店、グループ活動など入念に準備をされたことで利用者様主体の夏祭りとなりました。



ヨーヨー釣りでは風船作りで利用者様のご苦労もありましたが、とても盛り上がりました！



厳選なる審査の結果、模擬店看板賞優勝作品はたこ焼きチームが作成した看板に決定しました！！



フランクフルトでは利用者様の意外な一面や、キラッと光る接客もあり大盛況でした！



チョコバナナでは、輪切りにしたバナナにチョコソースやカラースプレーをかけ、おしゃれに仕上げました。



カフェでは外来患者様を含め、多くの方にご利用いただき大忙しでした。



レクリエーションでは、ルールの工夫やサプライズプレゼントを用意する等、実行委員のアイデアが溢れる内容で行われました。

講師による “健康講座”



新プログラム紹介

生活習慣病や糖尿病を正しく理解し、予防や健康増進に役立たせるための学習プログラム“健康講座”を平成29年7月より外部講師をお迎えして開始しました。7月21日の第1回目は「生活習慣病や糖尿病について」、8月28日の第2回目は、「健康的な食品の選び方について」をテーマとして、カロリーの高い食品の紹介や普段利用者様が飲んでいるドリンクの中に砂糖がどれくらい使用されているか等の講義を行いました。

参加された利用者様からは驚きの声や自らの生活の振り返り等について興味や感心を持たれ、様々な発言をいただきました。また、参加された方の中でカロリーのない飲み物に変えたり、主食の量を減らしたり等、行動にも変化がみられるようになりました。今後も内容を掘り下げて運動、間食、カロリー、健康的な生活スタイル等、様々な方面からアプローチしたプログラム作りをして参ります。

“スマホ講座”



スマホの使い方がわからないと利用者様からの声が多いことをきっかけに平成29年9月より“スマホ講座”を開始しました。第1回目は具体的にスマホの使い方の何が知りたいのか把握するためにアンケート調査を実施し、第2回目からはそのニーズを基にプログラムを進める予定です。

お知らせ

10月25日「ミニ運動会」…滑川町総合体育館で行う予定です。

12月「クリスマス会」…日程は未定ですが、例年通り12月に開催予定です。

デイケアにご興味のある方はお気軽に主治医へご相談ください！

訪問看護ステーション森林

今年の夏は梅雨のように雨が多く晴れの日が少なかったですね。9月になり残暑が続きましたが体調はいかがですか？
気温の変化があり、体調がすぐれない方もいらっしゃいますので、お気を付け下さい。

お問い合わせ電話番号
直通 TEL 0493-56-4876
携帯 TEL ①090-5515-6010
②080-8905-1739
③080-2140-6723
④080-7883-7993

秋の花粉症にご注意

花粉は春だけではなく1年を通して飛散し、アレルギー性鼻炎（花粉症）を引き起こしています。その中でも、秋の花粉症は要注意です。夏から秋にかけて花粉の飛散シーズンを抑える植物にはキク科のブタクサやヨモギなどがあり、全体の15%の人がこの季節に目や鼻の症状を訴えています。

ブタクサ ヨモギ カナムグラ



花粉チェック

- * 透明でサラッとした鼻水が出る。
- * 1週間以上、鼻水やくしゃみが続いている。
- * 目と鼻にかゆみをとまなう。
- * 1日中くしゃみが止まらないことがある。
- * 熱があっても微熱程度で高熱ではない。

花粉症対策

- マスク
- うがい
- 洗顔
- 服をよく払う



免疫力を高めるには十分な睡眠をとる事が大切です！！
みなさんはどんな眠り方をされていますか？
ささいな事でも結構ですので訪問看護師へご相談下さい。
利用者様にとって良いアドバイスが
出来ると思いますので、遠慮なくお話し下さい。

訪問看護ステーション森林スタッフ一同



心音ころね

（利用者様のお便りを紹介させていただきます。）

夏・・・夏の野菜が出来て来ました。トマトやナスが好きで、美味しく食べています。夏野菜はいろんな料理に使えて最高です！
もっと食べて元気になりたいと思います♪

訪問看護ステーション森林 新入職員からのメッセージ

これまで病棟勤務が長く訪問看護は初めてで緊張する事が多々ありますが、訪看スタッフと同行し、利用者様とコミュニケーションを図ることが出来る様になりました。利用者様に寄り添い、想いを汲み取れる支援ができるよう頑張りたいと思います。

入澤 一廣