

ちよっこしい話

木島病院報

Vol. 44

平成18年5月発行
発行:木島病院編集委員会



contents

『スポーツリハビリ きじま』

新人紹介 *よろしく
お願いしま〜す*

職員リレー紹介

『地域交流会』
のお知らせ

ちよっこしい話

『スポーツリハビリ きじま』

二月に「健康づくりのためのメディカルフィットネス」をテーマに『健康増進施設スポーツリハビリ きじま』がオープンしました。

窓が広くとられた明るいジムスペースには、赤を基調とした最新式のマシンが6台。有酸素トレーニングマシンが3台設置されています。

フィンランド製の6台のマシンは、空気圧を利用した筋力トレーニング機器で、静かで安全な、トレーニングが可能です。

その6台すべては、一人ひとりのトレーニングメニュー（重さ、回数、セット数など）が記録されたカードに対応しています。一枚のカードを差し込めば、自動的に設定してくれるとても便利なマシンです。

また、運動履歴も記録され、以前の記録と現在の記録の比較が容易にできます。県内はもとより全国的にも珍しいマシンです。

お若い方から高齢者の方まで、医学的チェックと体力測定をした後、健康運動指導士が、一人ひとりの目的と、体力に合わせて運動メニューを作成し、トレーニングをしていただけます。体力アップが目的の方から、中高年の方々の生活習慣病の改善・予防、仕事帰りにちよっこし運動という方まで30人以上の方が利用されています。土日祝日も利用でき、平日は午後8時までオープンしております。一度、見学・体験してみませんか。

利用料金などの詳しいことは、病院1階受付、リハビリスタッフにお問い合わせ下さい。フィットネススタッフ一同、心よりお待ちしております。

健康運動指導士 大崎 正則



職員リレー紹介

さかもと さちよ
▶▶▶ 介護支援専門員 坂本 幸代さん



こんにちは。介護支援専門員の坂本です。
在宅介護センターに就職して2年が経とうとしています。自身の都合で短い時間の勤務なのですが、利用者さんと職場の理解もありこれまで働くことができました。度々、介護保険制度の改正があり忙しい日々ですが、隣のフロア（通所リハビリ）から利用者さんと職員がリハビリに取り組む掛け声・笑い声が聞こえてくると心が和み、活力がわいてきます。
今後も利用者さんが自分らしく自立・生活ができるよう支援し、又言葉・ひと言の重みを感じ大切にすることに心がけたいと思います。
よろしくお願いします。

『地域交流会』のお知らせ

本年度3月より『地域交流会』を木島病院の会議室で開催することになりました。

『地域交流会』とは《健康で快適な生活を過ごせるよう、地域の皆様と一緒に医療・介護・健康・栄養などについて理解を深めていく会》です。

先だって3月25日（土曜日）午後1時より第1回地域交流会「テーマは介護保険・食習慣について」を開催し、参加人数は地域の皆様45名で、予想を大きく上回る方が聴衆しに来て下さいました。

第2回を5月末に予定しておりますので、チラシや院内のポスターを御覧頂いてどうか気軽に足を運んでくださいませ。

地域交流委員会 中西 稔



編集後記

寒かった冬も終わり、待ちに待った春がやっと訪れました。そして、ちよこし44号も春の訪れと共に発行することができました。今年、メディカルフィットネスの開設・診療報酬の改定等がありました。何か分からない事があれば、気軽に職員に声を掛けて聞いて下さい。スポーツリハビリ・新入職員そしてちよこしも含めて、今後も木島病院を宜しくお願いします。

木島病院

TEL (076) 237-9200

FAX (076) 237-9202

きじま在宅介護センター

TEL (076) 237-7111

FAX (076) 237-1199

健康増進施設

スポーツリハビリ きじま

TEL (076) 237-9200

FAX (076) 237-9202

〒920-0011 金沢市松寺町子41番地1 病院ホームページアドレス <http://www.kijima-hp.or.jp/>