

新年明けましておめでとございます。

今年一年も「地域に寄り添い」「地域に根ざした医療と福祉サービスの提供」に邁進して参ります。

昨年を振り返ると依然猛威を振うコロナウイルスの脅威に加え、ロシアのウクライナへの侵攻による世界情勢の不安（ガスやエネルギーの不足・円高・物資の不足等）など歴史に残る苦難の一年でした。

本年は「苦難を克服して幸ある一年」であることを願い、SDGsな取り組みを展開していきたいと思ひます。

1. 長久の安全…皆様にはこれからも長く健康でいていただく為に、健康診査やがん検診など各種検診の意義を理解してしっかり受けていただきたいと思ひます。そのために我々も診査・検診の必要性や内容についてわかりやすく丁寧に説明して参ります。
2. 百万一心……コロナ感染や円安・物価上昇など日本の社会情勢は厳しさを増しておりますが、日本の国民が一致団結すればこの苦難は乗り越えていけると信じております。特にコロナ感染拡大については、ワクチン接種や検査、健康相談など地域医療の支えとして引き続き使命を全うしていきたいと思ひます。
3. 悠々自適の追求…激動の時代ではありますが、皆さんお一人お一人が思う人生を生きて、安らかに暮らせるようにクリニック・デイサービスともに皆様の思いに寄り添い耳を傾けて医療サービス・福祉サービスを行っていきたくと思ひます。



健やかコーナー

不整脈

不整脈とは心臓の拍動（ドクン ドクン）のリズムが乱れた状態のことをいいます。不整脈には頻脈と徐脈および期外収縮などがあります。

頻脈	脈拍が1分間に約100回以上で、症状では胸が苦しくなったり動悸を感じたりします。
徐脈	脈拍が1分間約60回以下で、一時的に気を失うこともあります。
期外収縮	体の中で起こる余分な電気刺激で脈拍のリズムを狂わすものです。脈が飛んだように感じたり、のどや胸に不快感を覚えたりします。
原因	先天性の病気の他、心筋梗塞、心筋症、心不全、弁膜症といった心臓病やリウマチ熱、高血圧などが原因で起こる場合もあります。さらに、加齢や極度のストレス、睡眠不足や疲労によっても起こることがあります。
治療	一般には薬物療法を行います。また状態が進行した場合はペースメーカー等の埋め込みを行います。
予防	日頃から過労や睡眠不足に注意し、強い不安やストレスを軽減回避するよう努めましょう。また、カフェインが多く含まれている飲み物や酒類を控え、禁煙を徹底して下さい。



この人紹介！

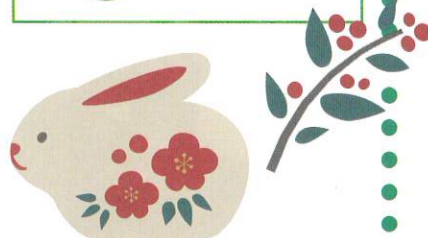


藤肥 イデさん 穏やかで静かな方です

Q 今年望むことは
A 病気にならないように

Q ご趣味は
A 家の掃除！

Q 行きたい所はありますか
A 故郷の田舎（秋田）



山崎文子さんが熱心に手入れしたご自宅の庭園 美しい！

デイサービス あゆみ・梨の花のお便りコーナー

行ってきました！
見て来ました

6月

頼成山 花菖蒲園

お祝いしました

18日 20日



5月生まれ



7月 12日 13日 富山県水墨美術館



8月 9日 10日 海王丸パーク



6月生まれ



12月 8日 9日 三上山 紅葉狩り



美しくなりました

メイクアップデー

きれいでしょう～



7月生まれ



帰依しました 6月15日・8月17日
9月21日・12月15日

ビハーラ様のご厚意により
帰依することができました。 法話会



技を
磨きました。

貼り絵

思い切りはしゃぎました

8月生まれ



ワクワクしました。

ビンゴ



真剣！

おやつ作り

10月12日

あゆみ・梨の花
秋まつり



9月生まれ



10月生まれ



満腹中枢を満足させました。毎月1～2回機能訓練を目的として実施しています

12月7日

11月2日

11月18日

12月2日

10月19日

10月21日

11月16日

うまいだろ～

9月30日

皆でやれば
恐くない！

10月5日

8月3日

かき氷冷たいよ～

10月19日

10月21日

9月14日

9月30日

11月生まれ

