



発行所/〒745-1132 山口県周南市大字湯野 4278-1 周南リハビリテーション病院 tel.0834・83・3300 編集者/広報委員会

湯野の散歩 #164



散歩途中に足元を見ると美しいサツキが咲いていました。
 サツキの花言葉は「節制」。
 低い姿勢で自然の厳しさに耐えながら咲くその姿に由来するそうです。

時には温泉で心身ともにリラックス。 正しい入浴方法をご存知ですか？

当 院の所在地、周南市湯野地区には長い歴史を持つ温泉「湯野温泉」があります。含弱放射能・アルカリ性硫酸温泉で関節リウマチや神経痛、筋肉痛などに効能があるとされ、ラジウムを多く含む「美人の湯」としても知られています。なお、当院でもリハビリを通じて同じ泉質の温泉に入ることができます。さて、体に良いとされる温泉ですが、たくさん入れれば



いというわけではありませぬ。初めは1日に1回か2回、慣れてきたら3回から4回ぐらゐの頻度で入るのをおすすめします。また、1回の入浴時間は体を洗う時間を含めて30分〜40分程度が目安です。たまには温泉に入って心と体の疲れを癒しませんか？

託児所ほっぷで子どもたちが 思い思いの鯉のぼりを作成！



託 児所ほっぷでは、今年も子どもたちが鯉のぼりを作りました。画用紙の鯉にシールを貼ったり、指に絵の具をつけて指スタンプを押したり、恒例の手形をとったりと、子どもたちはキラキラと目を輝かせながら夢中になつて取り組んでいました。最後は完成した可愛らしい作品を持って記念撮影！子どもたちが鯉のぼりのように元気いっぱい伸びと成長することを願っています。



趣味や特技に取り組んで 自宅時間を楽しみましょう。

新 型コロナウイルスの影響によりステイホームが推奨される今日この頃、皆さまはどのような過ごし方ですか？ 当院職員も自宅時間を有意義に活用しています。その中の一人、パルンアーティストを趣味とする職員は、黙々とその腕を磨いているようです。細長い風船をひねったり曲げたりしてクマやバラを作るだけでなく、色とりどりの風船を使って装飾を施し一つの作品とし



て完成させていくそうです。その他にもマスク作りや専念したり、1000ピースのパズルに挑戦したりと、それぞれ工夫して毎日を楽しんでいます。せっかくなので、皆様も何か趣味を見つけてみてはいかがでしょうか？

スタッフ紹介



グループホーム和み福谷の森(介護士)
山本 勇吾 (やまもと ゆうご)さん

趣味は読書と海外ドラマの鑑賞です。好きな言葉は「明鏡止水」です。日々勉強させていただいています。まだまだ未熟ですがどうぞよろしくお願ひします！
 次号では、徳山リハビリテーション病院の今住清菜さんを紹介します。

医療法人社団生和会
徳山
 リハビリテーション病院



新入職員が加わりました！

4月より新しいメンバーが加わりました。理学療法士4名、作業療法士5名、言語聴覚士3名、そして、広島尾鍋外科病院より研修生11名です。新型コロナウイルスの影響により入職式は規模を縮小し、一人ひとりの距離を開けて換気をしながら行いました。制限の多い状況ではありますが、スタッフはもちろん病院全体も日々成長できるよう努めます。

イベント情報 6月 ▶ 7月

6月	30日(火)	防府天満宮御田植祭 夏越神事・大祓式
7月	1日(水)~7日(火)	七夕まつり(防府市)
	18日(土)~ 8月29日(土)の毎週土曜	サタフラ (周防大島サタデーフラ)

※2020年5月25日現在の情報です

お 出かけに最適な過ごしやすさの気候に
 編集後記。

になりましたが、まだまだ新型コロナウイルスへの注意が必要です。「新しい生活様式」を意識しつつ、引き続き感染予防に努めましょう。また、マスクによる熱中症も聞かれます。熱を逃す工夫をするなど、対策をお忘れなく。