# 



基本理念 ~家庭的な環境の中で、いやしとやすらぎを追求し、自立への移行を支援します。~

第2号 平成23年8月

# 本館

# 耐震工事完了しました

タキオ保養院本館の耐震工事がH23 年3月に無事完了しました。工事の内容として、建物の柱を補強すると同時に、必要な個所にブレス(斜めに柱を入れ強度を強くするもの)を設置しました。

この補強により、今まで震度○までの 地震にしか対応していなかった建物で したが、震度○までの地震に対応でき るようになりました。

また、耐震工事終了間際の3月11日 に東日本で2万人を超える被害者が出 るという、マグニチュード9クラスの 想像もつかない大地震・大津波が発生 しました。

この地震を教訓にして、今後も防災に 対する取組を強化していきたいと思い ます。

#### 東日本大震災義援金について

タキオ保養院職員一同より、大分 合同新聞経由で、日本赤十字社へ 6万8214円の寄付をさせてい ただきました。

職員一同、お亡くなりになられた 方のご冥福と、早期復興を心より お祈りいたします。







(耐震ブレス設置の様子)

# 8月4日 供養盆踊り大会





今年も供養祭と、盆踊り大会が行いました。台風の影響なども心配されましたが、心地よい風がありとても気持のよい夜空の下、無事に行うことが出来ました。盆踊りでは、頑張って練習してきた成果を発揮し、患者様と職員が輪になって一緒に楽しく踊りました。

# 各部署での創意工夫 さて、今回は

# 2病棟男子の~リンゴ酢を用いた痒み対策~

夜中に不意に体の痒みを感じることはありませんか?毎日、 お風呂に入っている私達でもそんな事があるのですから、 入院中で入浴日が限られている患者様はもっとそれが強い のではないでしょうか?

痒みを少しでも改善したい、和らげてあげたい、そう思案する中、先日、山口県立大学大学院 健康福祉学研究科教授「田中 マキ子」先生の研修の中でリンゴ酢を用いた痒み対策の研修が別府ビーコンプラザにて行われました。



その研修内容にもとづき2病棟男子で実践した「リンゴ酢を用いた痒み対策」をお伝えしたいと 思います。

実際に使用したリンゴ酢は市販されている物で、原液にあたります。そのため、まずは4倍に薄め、薄めた量と同等の水を加えることで使用可能になります。(結果的に8倍に薄めています。)



それを強い痒みのある患者さん、落屑(皮膚の剥がれ)が見られる患者さんに対して入浴後、よく体を乾かした状態で肌に塗り込みます。その後それが取れないようにさらに上からワセリンを塗り保護して完了です。

2病棟男子ではH23年の2月終わりから実践してきましたが、 今まで痒みを訴えてきた患者様や、落屑が見られた患者様に改善がみられています。

今後も続けて痒み防止に努めていきたいと思います。

## 節電に対する取組み(勉強会)

御協力:日本テクノ



東日本大震災による原子 力発電所の停止問題から、 節電に対する関心が非常 に高まる中、節電に対す る勉強会を行いました。

日本テクノ(株)の白石さんより、病院だけでなく、家庭でも出来る節電対策のお話を頂きました。また、当院ではH23年5月より病院全体の電気の使用状況を管理する機械(下写真)

を導入し、消費電力 10%削減を目標に節 電の取組を開始してい ます。



#### 編集後記

今年の夏も暑い日が続きますが、皆さん疲れは 溜まっていませんか?

疲れがたまってる~。というあなたに、疲れにくい体作りの方法を紹介したいと思います。疲れにくい健康的な人はミトコンドリア(エネルギーを作り出す細胞小器官)が多いことが知られています。つまりミトコンドリアを増やすことができれば、疲れにくい体になれるわけです。ではどうすればミトコンドリアを増やすことが出来るのでしょうか? 答えは「運動」です。中でも手軽で、お勧めなのがウォーキングです。ミトコンドリアは背筋や脚の筋肉中に多く存在するためこの部位を使った運動が効果的だそうです。時間がない人は、日頃からピンと背筋を伸ばすだけでも背筋を刺激し効果があるそうです。 ぜひお試しください。

### 外来のご案内



月・火・木・金曜日

午前8:30~12:00

水・土曜日

午後1:00~ 5:00午前8:30~12:00

休診日

日曜日・祝祭日

\*初めて受診される方はあらかじめお電話でご予約ください。

#### タキオ保養院 外来診療体制

H23年 6月15日現在

	月	火	水	木	金	±
午前	古賀笠置	古賀	新井山本	新井稗田	河村 <b>笠置</b>	河村稗田
午後	古賀	古賀		新井稗田	河村	



#### (連絡先)

大分市大字片島1355番地 TEL 097-569-0870 FAX 097-567-1797 診療科目 精神科・神経科