



医療法人社団湘南健友会 介護医療院

長岡病院/湘南の丘 ニュースレター

住民向けセミナーのご案内

湘南の丘3Fにある『ふじみカフェ』(地域交流スペース)で住民向けセミナーを開催します。この機会に是非ご参加いただき、皆さまのご意見をお聞かせください。

※感染状況により中止する場合がございます



ふじみカフェ
お天気の良い日は
富士山や海が見える
気持ちの良い空間です

定員
20名

セミナー参加お申し込み方法

セミナー① 2023年11月11日 (土)
14:00～15:30
申込締切日 2023年11月2日(木)

- ・くすりと上手に付き合うために
- ・「人生100年」を輝かせる〈食事〉

セミナー② 2024年3月16日 (土)
14:00～15:30
申込締切日 2024年3月7日(木)

- ・一瞬の油断！ 自宅で起きやすい転倒
- ・「人生100年」を輝かせる〈体操〉

- ◆ セミナーに参加ご希望の方は、下記①②③を明記し、FAXまたはメールでお申し込みください。
- ◆ 定員に達した場合は、ご参加いただけない方のみご連絡いたします。

- ①希望されるセミナー番号 (開催日)
- ②氏名 ③連絡先電話番号

FAX : 0467-53-5687

mail : seminar@nagaoka-hp.com

担当：長岡病院 地域連携室

ワンポイントレッスン ～転倒予防のための運動～



転倒予防につながる簡単な運動をご紹介します。各運動は1セット5～10回、2～3セット行って下さい。普段から歩く時はいつもよりも少し歩幅を大きくすることを意識しましょう！



①お尻のトレーニング
何かにつかまり、立った状態で片方ずつ膝を伸ばし足を浮かせて太ももを後ろに動かします。

②ふくらはぎのトレーニング
何かにつかまり、立った状態で両方の踵を持ち上げます。つま先立ちになったら息を吐きながらゆっくりと踵を降ろして下さい

③太もものトレーニング
胸の前で腕を組んで椅子から立ち上がります(何かにつかまっても構いません)座るときは息を吐きながらゆっくり座って下さい

看護部のご紹介

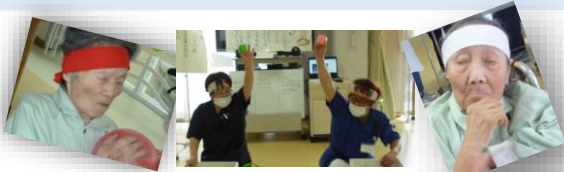
看護部理念

地域連携の促進を図り、安心安全な看護・介護を提供していきます

看護部長メッセージ

私たちは、高齢者ケアに40年に渡って携わり、患者さま・利用者さまに寄り添った看護を提供して参りました。また、茅ヶ崎市内で初となる介護医療院を開設し、医療と生活を支える介護の実践に尽力しております。

看護部では、看護や介護を必要としている方に対し「その人らしさ」を大切に、その方の意思を尊重した思いやりのある看護・介護を提供したいと考えております。そして、それぞれが影響し合い、支え合い循環していくチームを目指しております。



K棟大運動会で盛り上がりました！



【N病棟】長岡病院

患者さまの日常生活の状態や病状に合わせて医師やリハビリ師との連携をとり、療養環境がより良くなるように関わらせていただいています。

お天気の良い日には海側の烏帽子岩も見え、患者さま・職員もその眺めに癒される環境です。

【G病棟】長岡病院

茅ヶ崎の海から富士山まで一望できるデイルームでは、患者さまやご家族が、お食事や面会の際に景色を楽しみながら過ごしていらっしゃいます。「ここで療養してよかった」と思っていただけるように看護・介護に取り組んでいます。

【O病棟】長岡病院

比較的医療依存度が高い患者さまが多くいらっしゃいます。中でも患者さまに安心してケアを受けていただけるようにスタッフ一同笑顔で関わっています。

【K棟】介護医療院湘南の丘

介護医療院として1年が経ちました。入所者さまが心穏やかに過ごせる生活空間を提供し、経管栄養や痰の吸引が必要な寝たきりの方でも季節を感じていただけるよう、スタッフ一同笑顔で手作り感満載のイベント企画を頑張っています。

5月のイベント食

5月のイベント食は栃木が舞台です。あしかがフラワーパークの藤に見立てた藤ご飯、宇都宮餃子やしもつかれなど栃木らしさを詰め込みました。



長岡病院と湘南の丘をつなぐ渡り廊下では、出窓を利用して季節に合わせた飾りつけをしています。

通りすがりに覗いて喜んでくださる姿を見ると、飾りつけにも力が入ります。

