部門紹介　回復期リハビリテーション病棟

Q：どんなところ？

A：急性期病院からリハビリ目的で入院される患者さんは主に、脳卒中、大腿骨頸部骨折、廃用症候群（肺炎・尿路感染症等）などの疾患が中心となります。患者さんが安心して退院できるように支援する病棟です。

Q：どんなことをしているの？

A：患者さんの自宅復帰に向けサポートしています。例えば『家屋評価』です。これは、実際に患者さんと一緒に職員数名がご自宅へ伺います。そこで、お薬の管理、食事の方法、血圧チェック、手すりの有無等について患者さんとご家族と相談し、退院後も家族全員が安心して生活できるようサポートします。
今後も岩室リハビリテーション病院はチーム一丸となって、地域の皆様に信頼される病院作りに励んでいきます！

入院希望の方は、以下の連絡先に問い合わせ下さい。
TEL：0256－82－4100

SNSやってます！

当院の活動・研修会・イベント・周辺状況等をお届けしています

facebook

URL ▶ https://ja-jp.facebook.com/iwamurohp

Instagram

URL ▶ https://www.instagram.com/iwamuro.reha.4100/

いいあんべスタッフ
永井理沙　稲田征男
後藤智史　鈴木優平
竹内日偉　山田和樹
中村慎之介

岩室リハビリテーション病院　リハビリテーション部　2021年9月発行

い・い・あんべ

第9号

東京五輪に負けないくらいの情熱と情報を詰め込んだ広報誌いいあんべが出来ました。脳トレや体操でアタマとカラダを鍛えて、自分に金メダルを送りましょう（^^♪是非、ご覧ください。
そして次号は、いよいよ１０号です！

職員紹介！　事務長　目﨑 保

1.出身地は？
長岡市(旧越路町)

2.休日の過ごし方は？
ランニング・ドライブ

3.毎日食べるとしたら何？
ゆで卵

4.1つ願いが叶うなら？
コロナウィルス、消えて無くなれ！

5.秋の思い出は？
紅葉めぐり

6.座右の銘は？
後悔しないように、全力で！

7.最後に一言？
『心が動かない時は、体を動かそう。体が動かない時は、心を動かそう』こんな時だから、散歩や映画で体と心を動かしましょう。

次号予告　**歯科衛生士　長谷川 優子**　の紹介をさせていただきます！

今回の脳トレ　謎解き!!

過去の脳トレよりも難易度が高くなっています！ぜひ、チャレンジしてみましょう。
難しい問題は、周りの人とも一緒に相談してやってみてください。

北	＝	1
本	＝	34
九	＝	?
四	＝	4

月	＝	□
金	＝	?
土	＝	△
日	＝	□

稲	＝	5
?	＝	10
菊	＝	50
桜	＝	100

答え）【８】
北海道、本州、九州・沖縄、四国　に属する都道府県数

【八角形】
画数から連想される図形
月＝4画→四角形、金＝8画→八角形、土＝3画→三角形、日＝4画→四角形

【平等院鳳凰堂】
5円玉、10円玉、50円玉、100円玉の表面

猫背解消体操 ～背中を意識してみよう～

最近、肩や腰が痛くなっていませんか？もしかしたら背筋が丸くなっているかもしれません。この体操をすると自然と背筋が伸びやすくなります。
①～④の順番で4セットやってみましょう！

①

背筋を伸ばし、手の平を下にして腕を上げる

腕は肩の高さより下げない

②

腕を左右に広げる

左右の肩甲骨を背中の中央に寄せる

③

手のひらを上に返す

左右の肩甲骨は寄せたままにする

④

腕を下ろす

下ろしたら背中の力を抜く