

GRATIAS

グラシアス 帯広光南病院広報誌

酉年、今年もよろしくお願ひ致します！



写真の酉たちは、入院患者さんのご家族から寄贈頂きました。

陶芸が趣味でカップやお皿も作っているそうです。

みなさんも酉年だけに、新たな事に『とりくむ』のはいかかがでしょうか？

光南病院職員も患者さんのケアを今まで以上に『チキンと』『とりくんで』参ります。

外来栄養相談を始めました



管理栄養士が一人ひとりの生活に合わせた栄養指導を行います。

気になる方は、来院の際や電話等でお問い合わせください。

電話：47-4811

対象となる疾患

糖尿病・腎臓病、貧血、脂質異常症など

管理栄養士とは

国家資格。栄養・食事の専門家として知識や技術を持ち、健康な方・病気や高齢の方にアドバイスや提供する食事の管理を個々の状態に合わせて行います。



理学療法士がお届けする 疲れのない 除雪方法

冬の風物詩といえば雪かきです。雪かきはほんとキツイ重労働ですよ。今回は、雪かきで腰を痛めないコツをお知らせします。

①雪を持ち上げる

ポイント：身体全体を使う

腕の力だけ頼るのではなく、足や腰も使いましょう。



腰の位置が高いと腰に負担がかかります。



腰を落とし、膝を曲げ身体全体で持ち上げます。

②雪を投げる

ポイント：身体をひねり過ぎない

投げ出したい方向に体の向きを変えて、正面に捨てるように心がけましょう。



スコップの端を持つ重くなり、この状態で捨ると腰を痛めます。



上方に振り上げずに、少し手前を目掛けて投げましょう。

雪かき前の準備体操もお忘れなく！

聖夜は歌でお祝い！ クリスマス会



美味しいと評判の厨房特製クリスマスケーキ♡

どっこいしょ〜♪ちびっこ よさこい



踊りの躍動感に感激♪

12月に職員の歌を披露する等、クリスマス会を実施しました。

1月は、よさこいボランティアの『夢花』の皆さんが来院し、元気な踊りを披露してくださいました。子どもたちのかわいい踊りに患者さんだけでなく、職員も癒されました。

ありがとうございました。

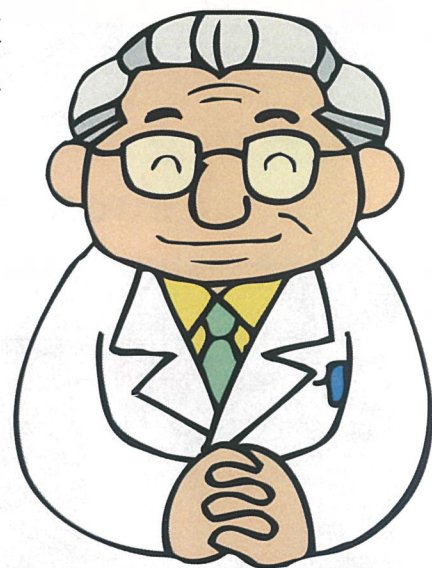
祝 百 寿



2階に入院されている吉澤 チヨさんが100歳になられました。
市町村職員さんから表彰を受けた際の記念写真です。
ご家族にお願いし掲載させて頂きました。
これからもお元気にお過ごしください。

インフルエンザ・ノロウイルスにご注意ください

インフルエンザ・ノロウイルスによる感染は、十勝圏域や北海道だけでなく、全国的に猛威を振るっています。日頃から体の保温や十分な睡眠等の体調管理に努めましょう。
また、感染が疑わしい場合は、早めの受診を心がけてください。



社会福祉法人 真宗協会
帯広光南病院

【発行責任者】

社会福祉法人 真宗協会
帯広光南病院 病院長 鹿野泰邦

〒080-0836

帯広市空港南町303番地7

TEL 0155-47-4811

FAX 0155-47-4812

H P <http://www.shinsyuKyoukai.jp/>