

職員発表・講演会情報

9月12日(水) 第89回おりひめの会 『こころの健康』

● おりひめの会実行委員会

平成30年9月12日に行われた第89回おりひめの会、今回のテーマは「こころの健康」。リラックス効果のあるアロマの香りと「更年期にやさしい音楽」に癒されながら、スタートしました。

まずは院長から、気分障害がおこるメカニズムや対処方法、実際に処方されている薬などについて、データや体験談を交えながらの話がありました。「頑張りすぎない。頼るところは頼る。自分にご褒美をあげる」など、院長先生の言葉ひとつひとつに皆さん大きく頷きながら、熱心に聴講されていました。



続いて寺本管理栄養士が、食事で心と身体を調節するポイントやリラックスホルモンの分泌によいと言われる食材などを紹介。最後に松本理学療法士によるリラックスできる簡単運動(頑張りずに出来る超簡単な運動)の実演があり、参加者みんなで身体を動かしました。

今回は講演前から皆さんの関心が大変高く、これまでで最多の45名もの方が参加され、はるかぜホールは満員御礼の大盛況でした。シリーズ最終回の次回は介護・老後をテーマに11月7日(水)を予定しています。どうぞお楽しみに。



院内研修の風景

食中毒・感染症勉強会

● 看護小規模多機能型居宅介護はるかぜ

春日クリニックグループでは、専門職としての質の向上を目指し、部署毎での勉強会も盛んに行われています。今回は看多機・小規模の研修の様子をお伝えします。

看多機や小規模では、毎月勉強する項目を決めて研修会を開催しています。今回の講師役は、小規模はるかぜの澤田所長、食中毒や感染症をテーマに行いました。

一番大切な基礎的なこと、基本的なことを繰り返し学ぶことも、部署内勉強会の大きな意味です。当たり前の手洗い・うがいの重要性を皆で再確認。一年中、どの季節でも、徹底して感染症対策に取り組んでいきたいと思えます。

