

はるかぜ ネットワーク

8月号

Vol.320

2022年7月28日発行

いつまでも
美しく輝くために

地域の体操教室／楽しい音楽療法	4
脳トレで老化予防／聞きたいQ & A	5
健康サポート隊 106／お薬の話	6～7
第 275 回 春風狂句	8
感謝を込めた花束／お帰りなさい	9
看多機活動日記／サ高住だより	10
ちょっと得する栄養情報	11
心を磨く 美化委員	12



◆ お知らせ・ニュース ◆

※ 受診の際は、マスクを着用・手指消毒を励行し、検温と問診に引き続きご協力をお願い致します。

- ・ 8月13～15日 春日クリニックはお盆休みのため休診となります。お休み前後は混み合うことが予想されますので、計画的な受診をお勧めいたします。
- ・ 9月28日（水） 診療終了後、はるかぜホールにて第31期経営方針発表会が開催されます。

（写真掲載につきましては、ご本人・ご家族のご了承を得ています）

いつまでも

美しく輝くために

7月6日（水）、はるかぜホールで第97回新おりひめの会が開催されました。今回も前回同様、対面・オンラインのハイブリッド開催。7名の方が会場に来られて参加され、3名の方はオンラインで参加されました。

今回のテーマは「正しいホルモンの知識～更年期とコレステロール～」。1時間の講演の様子をお伝えします。

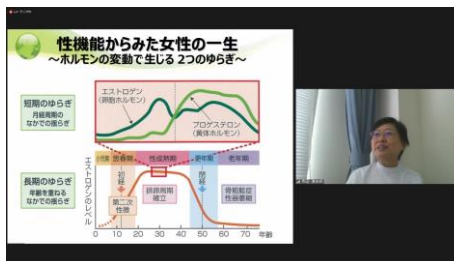
◎ テレビや雑誌でも話題の「ホルモン療法」

若さを保ち、健康を守ってくれるホルモン。男性も女性も加齢に伴いホルモンバランスは変化します。特に女性は、「閉経」を経て大きくホルモンバランスが乱れます。ホルモンバランスの変化は、更年期によくある「のぼせ」「ほてり」だけでなく、脂質異常症や高血圧、骨粗しょう症などさまざまな病気にも繋がっていきます。近年メディアでも大きく取り上げられ注目されているホルモン補充療法は、さまざまなメリットがあることは間違いありません。ただし、同時にリスクが発生することも忘れてはいけません。ホルモンバランスの変化はさまざまな形で体調に影響を及ぼすため、婦人科領域に限らず、トータルのケアをしていく必要があります。参加者の皆さんも、院長の熱のこもった講演に、メモを取りながらうなずいておられました。

「こうやって直接先生から話を聞けるから分かりやすい」「更年期の話題に限らず、老後まで安心して過ごせる気がする」「おりひめの会が今まで通り開催されるようになってとても嬉しい」など、帰り際にはたくさんの感想をいただきました。

◎ 第100回の記念講演まであと少し

1999年7月7日、七夕の日にスタートしたおりひめの会。更年期女性と共に学び、語り合う場としてとても先駆的な会でした。新型コロナウイルスの感染拡大により開催を休止したこともあり先延ばしになっていましたが、いよいよ第100回の記念講演会まであと少しというところに来ています。現時点では、来年3月に記念講演会を開催する予定にしています。今までの集大成として、より良い会になるよう、実行委員を中心に企画をしていきたいと思います。次回第98回開催も含め、詳細が決まりましたら、ホームページやはるかぜネットワークでもお伝えしていきますので、どうぞお楽しみに。



懐かしい
↓おりひめの会開催風景↓



続・あなたはどのような最期を迎えたいですか

春日クリニックグループの安心ネットワーク

先月号でお伝えした記事に大きな反響をいただきました。実際に看取りをしたご家族からのメッセージもあり、「自分のこと」として最期を考えられた方が多かったようです。

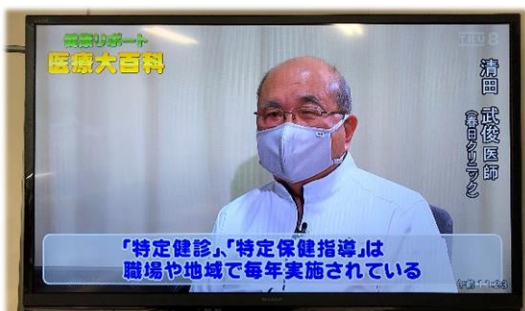
「自分や家族のいざというときに、どうすればいいのか」普段の生活の中ではなかなか考えないかもしれません。また、情報はあちこちにあっても、「自分にはまだ関係ない」と見逃しているケースもたくさんあります。はるかぜネットワークでは毎号各事業所の記事を掲載していますが、何かあった時に「春日クリニックにこんな事業所があったなんて、こんなサービスが受けられたなんて知らなかった」という方は実は意外と多いのです。

これから春日クリニックグループの安心ネットワークについてシリーズとしてお伝えしていきたいと思います。いろいろな場面を想定して、具体的な事例を交えながらお伝えしていきます。「こんな場面はどうすればいいの？」という疑問・質問がありましたら、はるかぜネットワークで解説していきますので、お近くのスタッフまでお声がけください。

元気なときから最期まで。
未来を見据えて
必要なタイミングで
必要なケアを。



2022年7月25日
清田 武俊 理事長
医療大百科出演
「特定保健指導について」



7月25日、10時20分から放送されているTKUテレビ熊本の「健康レポート 医療大百科」という番組に清田理事長が出演しました。

今回のテーマは「特定保健指導」について。40～75歳の医療保険加入者を対象に「特定健診」が行われていますが、その際生活習慣病の発症リスクが高いと判断された方に行うのが「特定保健指導」です。特定健診を受けた後に、該当者には医療保険から案内が届きますので、内容を確認の上、同封の書類を病院に提出し指導を受けましょう。

生活習慣病は予防と早期発見・早期治療が大切です。健診結果はきちんと確認し、もし特定保健指導の対象となった場合は、生活改善の「きっかけ」としてぜひ活用していきましょう。



地域で取り組まれている「体操教室」

はるかぜ通所リハビリテーション

「健康のために運動は大事だとわかっていても続かない」「出かける機会が減っている」などの悩みはありませんか。地域には、仲間と一緒に生き生きと過ごすため「体操教室」の取り組みがあります。今回は、はるかぜリハビリのスタッフも運動機能評価や講話、レクリエーションなどで関わっている「地域での体操教室」について紹介します。



◎ 各体操教室によって異なりますが、例として以下のような形で開催されています。

【場 所】 近くの公民館やコミュニティセンター

【人 数】 10～20 名くらい

【所要時間】 1 時間～1 時間半

【回 数】 週に 1 回 ※曜日を決めておられる所が多いです

【内 容】 体操や外部講師の講話、運動機能評価、
レクリエーションなど



外部から来られる講師の方の話がとてもためになります。次はどこから来られるのかな～と楽しみです。

【70 代/A さん】

参加者の声

【感染対策】 入室前の体温測定、手指消毒、換気、マスク着用の徹底

【効 果】 ・みんなで取り組むことで運動の継続、健康意識が高まる
・定期的に開催することで独居の高齢者の安否確認につながる
・専門職からのアドバイスを聞くことができ、
体の変化への早めの対応ができる



毎週、参加を楽しみにしています。ついおしゃべりの方が長くなることもありますが、おしゃべりも元気の秘訣です。

【90 代/T さん】



※ 開催状況については熊本市高齢者福祉センター「ささえりあ」または、各区役所福祉課へお問い合わせください。



楽しい音楽療法

デイサービスセンターはるかぜ

「音楽療法」という言葉を聞いたことはありませんか。音楽療法とは、音楽を聴く・歌う・奏でる・創るなど様々な手法を用い、身体・精神・社会面に働きかけ、心身機能の維持・改善、生活の質を促進するものです。海外では、医療的な「治療」の一環にもなっています。

デイサービスでは「音楽療法士」の資格を持っている、はるかぜ居宅介護支援事業所の高野ケアマネジャーを月に2回講師に招き、「音楽療法」の時間を設けています。美空ひばりさんの曲や歌に童謡など懐かしい音楽に合わせて歌ったり、体を動かしたり。高野ケアマネジャーの素晴らしいリードのもと、フロアは大賑わい。皆さん、「楽しかったあ」「懐かしなあ」と満面の笑顔で楽しい時間を過ごされています。

これからも定期的に関催予定です。ご興味のある方はぜひご参加ください。





脳トレで老化予防！

脳トレは、難しい問題を解くより、スラスラできる課題を行う方が、左右の脳の多くの部分が活発に活動するそうです。簡単な問題に取り組むことで、脳の前頭葉の血流が増えていきます。脳を元気にしましょう。



問題）太陽が照り付ける暑い夏に関連する、有名なことばです。

【 】の中にあてはまる言葉を入れて、文章を完成させましょう。

- ①飛んで火にいる【 】・・・自ら進んで危険に飛び込むことを例えたことわざ
- ②夏も近づく【 】・・・日本の唱歌「茶摘み」の冒頭の歌詞
- ③暑さ寒さも【 】・・・それまでの暑さや寒さが和らいで過ごしやすくなること

脳トレのこたえはページの下に



～ もしも私が入院になったら ～

在宅と病院をつなぐ役割を担っている「ケアマネジャー」。入退院時の対応についてお話しします。

◎ 介護保険でサービスを受けられている方が入院になった場合には、自宅での様子と支援内容などを病院へ伝えます。また、退院に向けて、在宅での生活がスムーズにできるように、病院側の看護師や相談員と連携を取ります。



（例）脳梗塞で入院。リハビリしたが、半身の麻痺が軽度残り、退院することとなった。

⇒ 入院時には入院前の生活状況・介護状況などを病院に伝え、入院中には本人や家族に今後の意向などを確認し、病院の相談員とも連携をとっておきます。退院の見込みが立ったら、本人や病院スタッフ、訪問看護やリハビリ、福祉用具などの事業所担当者とカンファレンスを行い、自宅状況も確認し、手すりなどの環境を整えたいうで退院となります。

退院後にはかかりつけ医を受診し、再入院にならないようスムーズに在宅生活へ移行するため、医師が必要と認めた場合には、医療保険からの訪問看護が開始となります。状態観察やリハビリのために、2週間程度の訪問を受けることができます。



※ 介護保険サービスの利用や申請などもお気軽にご相談下さい。 （はるかぜ居宅 山田）

ここを聞きたい
ここを知りたい



質問）熱中症対策のためマスクをしなくてもいい、という話を聞きました。訪問サービスを受ける時もマスクをつけなくてよいですか？



厚生労働省
ホームページ



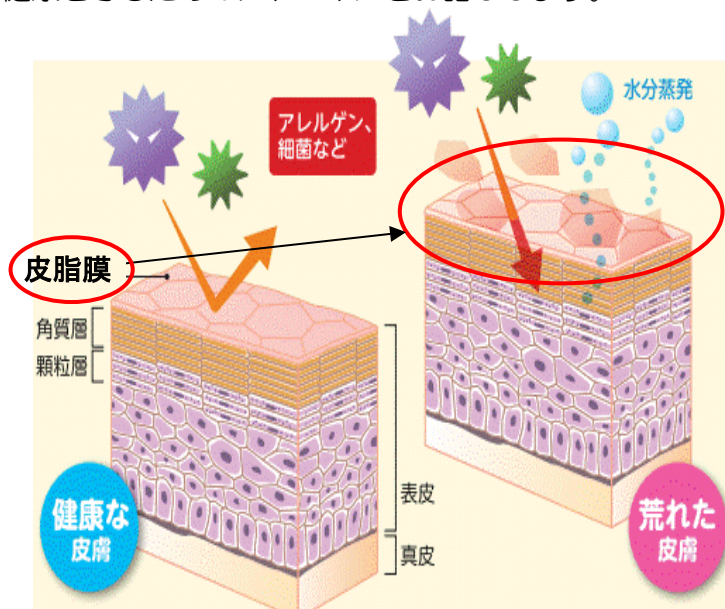
熱中症対策の報道等で「マスクはつけなくていい」と思っておられる方も増えてきたようです。ですが、マスク着用は従来同様、基本的な感染防止対策として重要です。屋外でも屋内でも、人との距離が2m以上離れていて、会話を行わない場合マスクは必要とされていません。逆に、距離が近く、会話をする場合は依然マスク着用が推奨されています。特に高齢者と会う・病院に行くなどの際は必ずマスクを着用しましょう。自宅での訪問サービスでは、訪問スタッフが近距離で支援を行う場合が多く、かつ会話も行いますので、患者さん・利用者さん・ご家族も含め、必ずマスク着用をしていただきますようお願いいたします。



オミクロン株によるコロナウイルス感染が確認されてから、半年以上が経過していますが、7月に入り全国的に再拡大しています。ご家庭や職場、学校などで感染対策を徹底されていると思いますが、「毎回のアルコール消毒で手が荒れて辛い」など、かゆみや湿疹、皮膚のトラブルで悩んでいるという声も聞かれます。今回は、皮膚の健康を守るためのアドバイスをお話しします。

手荒れを起こす原因

皮膚の表面には角質層があり、角質層は、皮脂や汗でできた皮脂膜に覆われています。この皮脂膜は、外から刺激物が侵入するのを防ぎ、水分を保つ“皮膚のバリア機能”を担っていますが、手洗いやアルコール消毒により、菌と一緒に洗い流されてしまう事で、手荒れを招いてしまいます。皮脂膜はしばらくすると回復しますが、頻回に手洗いやアルコール消毒を行っている状況では十分に皮脂膜を回復する事ができず、角質層の中の水分が蒸発し、手洗いやアルコール消毒を繰り返す事で皮膚の乾燥が進んでしまいます。



手荒れを放置するとどうなる？



- ◎ 炎症を招き、その炎症により更に皮膚のバリア機能が低下。感染症を起こす原因になる。
- ◎ 細菌や真菌(カンジダなど)ウイルスへの感染防御力を、弱めてしまう。
- ◎ 「しみるから」と手洗いやアルコール消毒が不十分になると病原体が入り込みやすくなる。
- ◎ ひび割れが起こり、乾燥が慢性化して治りにくくなる。
- ◎ 手にウイルスが残りやすくなり、感染リスクの増大にもつながる。

など・・・

正しい手洗い方法

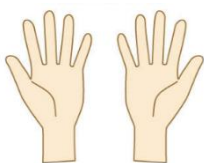


★手洗い後にはしっかり水分を拭き取り、乾燥させましょう。
また、必要時は保湿剤などを塗って、手荒れを防止しましょう。

保湿剤使用方法のアドバイス



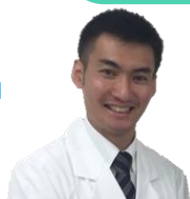
チューブの口径などにもよりますが、それぞれ上記の量でおおよそ手の面積2枚分塗れます。



感染防止対策には手洗いは基本です。痒みや痛み、皮膚がめくれる、ひび割れなどが出来た、なかなか傷が治らない、などありましたらお気軽にご相談下さい。



看護師 山下



甲斐先生のおくすりのほなし。



手荒れに使用する薬

手荒れの症状には主に塗り薬を使用します。

今回は手荒れによく使用される塗り薬についてみていきます。

1 プロペト

「軟膏タイプ」の塗り薬です。軟膏タイプは主成分が油で、皮膚に被膜をつくることで水分の蒸発を防ぎ、皮膚を刺激から守る効果があります。刺激性が低いため目の周りや傷口などにも使用できます。

塗るとベトベトし、塗ったあとがテカテカするため、日中だと手や顔には使用しにくいかもしれません。



2 ステロイド剤

手荒れがひどく発赤やかゆみなど湿疹の症状がある場合は炎症を抑える作用のあるステロイドの塗り薬を使用する場合があります。種類によって強さが異なります。効果がとても高い薬ですが長期間毎日使い続けていると皮膚が薄くなったり、免疫の力を抑えてしまい感染に弱くなる場合があるため、注意しながら使用する必要があります。



3 ヒルドイドソフト軟膏・クリーム・ローション、ヘパリン類似物質外用スプレー

主成分はすべて同じ「ヘパリン類似物質」と呼ばれるもので、皮膚に水分を集め保持する作用があります。また血液量を増加させる作用もあり、皮膚への水分量を増やします。クリームタイプ、ローション、スプレータイプなど種類が多彩でスプレータイプには泡状のものもあります。クリームは軟膏と違い塗ったあとが残りやすく、サラサラしているので使いやすいです。ローション・スプレーになると水のような塗り心地なので夏場などは快適かもしれません。注意点は傷口や粘膜には使用しないこと、またクリームタイプは軟膏に比べて刺激があるため人によっては注意が必要です。



※お薬について分からないことは、気軽にお尋ねください。

第275回 春風狂句

9月号の笠は

「氣を付けて」「待ちぼうけ」です。

お一人三句以内で8月10日(水)までに
受付にお出ください。お待ちしております。



選者 国府 良貝



辛抱ばい 年金日まで あと二日 吉岡 広子



(評釈) 先月からいろいろ 出費の つづいて 財布の残量
あとわずか。おかずも 減らして つないでる。

あー酒も のみたか。ばってん 日頃から
いざという時のために とつとかなんよ。



辛抱ばい コロナはもうすぐ 落ちつくけん

富田 敬子

(評釈) もうすぐ もうすぐ ていうて いちちよん おさまらん。

やりたかこつ の いっぱい あつとに 先延ばし 先延ばし。
私の 元気なうちに どがんかしてよね。頼みます。



辛抱ばい 夏の暑さも 期限付き 杉野 裕志

(評釈) 今年は 早よから 暑して のさん。クーラーの

なかと 命も あぶなかよ。電力不足で いうばってん
みんなで 協力して 乗り切ろね。冬の恋しか。



辛抱ばい コロナで会へず 長電話 令志 タエ子

(評釈) 直接 顔ば 会わせて ゆっくり 食事でも したかよね。

今は かなわんけん せめて 電話で 長話。ようわかる。
今は テレビ電話も あるてよ。

たくさんさんの投稿をありがとうございます。

評釈は勝手なイメージで書かせていただいておりますので、お気に召さない場合があるかもしれません。

お許しください。初めての狂句参加もお待ちしております。



むしゃんよか 姑に味方せん夫 脇田 五典



(評釈) いつも 話にや 筋の 通つとつて ブレのなか。
誰だろうと ダメなもんは ダメていわす。男らしゅうて
そこが魅力。みんな 信頼しとるよ。



むしゃんよか どこから見ても 熊本城 森 益代



(評釈) 熊本地震で 落ちる瓦ば 見るたびに 涙んでた。

やつぱ 堂々たる 熊本城は 熊本の誇り。すばらしか
シンボルよ。



むしゃんよか あとは言葉と まちしぐさ

緒方 達一



(評釈) むしゃんよか ていうとは 外見よりか 中味が問題。

人間 魅力の 備わつてくると 自然と むしゃんようなつとよ。
外見ばつか 気にしとつても だめよ。



くたびれた そろそろ迎え 来てはしか

矢邊 義興

(評釈) 今の時代 ほんなこつ 長生きすつとも

大ごつだもんね。ばってん 一つでん よか みやげ話ば
持つていかるこつ せいせい 毎日ば 楽しみなつせ。





チューリップの花束に 感謝の気持ちを込めて

はるかぜ訪問看護ステーション

杏心の丘に入居中の田中さん。コロナが流行し始めた頃に入居され、なかなかご家族にも直接会えない日が続いています。そんなコロナ禍でも毎週、必要な物を届けてくれる長男のお嫁さんに感謝の気持ちを伝えたいとのことで、一緒に折り紙でチューリップを作成しました。

今回は田中さんが作られたチューリップの花束についてご紹介したいと思います。
(はるかぜ訪問看護ステーション 有江)



田中さんは、毎朝起きるとご主人のご仏前に「今日も一日幸せに過ごせますように」、就寝前は「今日も一日無事に過ごせました」と今日あった出来事などを報告されているそうです。杏心の丘の入居者の方々とも親しくなり、いろいろな方々に感謝して毎日を過ごしておられます。

日頃から、チラシで箱作りをしたり、何でも真面目に一生懸命取り組まれる田中さん。今回のチューリップも、一つ一つ心を込めて丁寧に作成されていました。完成したチューリップの花束は、母の日に感謝の気持ちを綴った手紙と一緒にお嫁さんに渡されたそうです。とても喜ばれたと笑顔でお話してくださいました。

お嫁さんへ感謝の気持ちを伝えるお手伝いが出来て、私達もとても嬉しい気持ちになりました。訪問看護ステーションは皆さんの医療的な体調管理はもちろん、一緒に知恵を出し合いながら、利用者さんの持ついろいろな思いや願い、希望を叶えるサポートも行っています。ただただ医療的な処置をするだけの訪問看護師ではなく、多方面に寄り添える身近な訪問看護師として、これからも皆さんが安心して在宅生活を過ごせるよう、スタッフ一同、頑張っていきたいと思います。

お帰りなさい、井上ヘルパー

はるかぜ介護福祉ステーション

平成16年から令和元年まで、はるかぜ介護福祉ステーションに勤務していた井上邦代ヘルパー。新たなチャレンジのため、一旦は春日クリニックグループから離れましたが、「ずっとみつづける」という思いに共鳴し、離れた後も利用者さんのことが気になっていたそうです。

「最期までみつづけたい」という思いを持って復帰した井上ヘルパー。3年の武者修行後、ますますパワーアップし、明るい笑顔で皆さんのお宅を訪問します。今回は、お久しぶりの井上ヘルパーからメッセージをお届けします。



↑懐かしい
11年前の集合写真



以前は登録ヘルパーとして勤務していましたが、今回は正社員で入職しました。皆さまから「お帰りなさい」や「おめでとう」との言葉をいただき、嬉しかったです。

ご利用者さんの声に耳を傾け、寄り添い、よりよい支援ができるよう頑張ります。

井上 邦代

あ か るく
げ ん きで
い た いから！
う き うき園芸クラブ



看多機はるかぜでは、利用者の皆さんと一緒に季節の花や野菜を育てています。現在はきゅうり、大葉、ゴーヤ、そして杏心の丘にお住まいの竹中さんから頂いた苺の苗を栽培中です。きゅうり、大葉、苺は順調に育ち、利用者さんたちと収穫することが出来ました。特に苺は「甘くて美味しか〜」と皆さんに大好評でした。



竹中さん
苗を
ありがとう
ございました♪



夏といえば…スイカ



今年も毎年恒例のスイカ割りを開催しました。皆さんスイカを見るとテンションが上がるようで、本気で棒を振り下ろしていました。ワイワイしながら、最後はみんなで美味しくいただきました。

サービス付き高齢者向け住宅



杏心の丘

無農薬夏野菜がいっぱい～杏心農園～

杏心農園では、園芸クラブの竹中さんと光田夫妻が、トマト・落花生・カボチャ・キュウリ・ミョウガ・ナス・オクラなど、様々な夏野菜づくりに挑戦されています。台風の強風や、大雨などもありましたが、なんとか被害を免れ、無事に無農薬野菜を収穫することができました。

井手館長はトウモロコシ・枝豆にチャレンジしましたが、小動物による被害を受けてしまい敢え無く不作に終わってしまいました。次回の再挑戦に乞うご期待。

コロナに負けず、暑さに負けず、大雨にも負けず、夏野菜の見事な成長ぶりを見ると、私たちも元気をもらえるような気がします。

一緒に杏心農園にチャレンジしたいという方、杏心の丘2階受付までお声がけください。



栄養たっぷり 旬の野菜を食べよう

糖尿病療養指導士・管理栄養士 渡辺 真理子



本格的な夏の到来で、夏バテを感じている方も多いかもしれません。夏バテ予防には、「旬」の野菜を食べることをお勧めします。旬の野菜は、鮮度が良く、低価格。何より、その時期に体が欲する効能をたくさん持っています。先月に引き続き夏野菜の効能としぴをご紹介します。

ピーマン



ビタミン C とビタミン E が豊富。がんや老化防止に有効。C と E は、一緒に摂ると相乗効果。両方含まれているピーマンは、まさに食べる免疫力。

みょうが



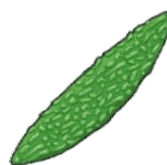
香り成分の α -ピネンは発汗を促し、薬味として使いやすい爽やかな香りは食欲も増進させる。利尿作用のあるカリウムも含む。加熱する場合は短時間で。

なす



夏野菜の中でも、特に身体を冷やすといわれている。他の食材や油との相性がよく、加熱するとトロッと柔らかく食べやすい夏の万能野菜。

ゴーヤ



ビタミン C が豊富。胃の粘膜を保護したり、食欲を増進させたり、神経に働きかけ、気持ちをシャキッとさせる効果もある。加熱しても栄養が壊れにくい。

オクラ



オクラに含まれるぬめりは食物繊維。コレステロールを排出し、便秘を防ぐ作用がある。また、 β カロテンがレタスの 3 倍。免疫力アップにも繋がる。

すいか



90%以上が水分のスイカは、熱中症予防に役立つ夏の風物詩。熊本は生産量日本一。利尿作用もあり、むくみ改善の効果も。

※ きゅうり、トマトは前月号参照

夏野菜レシピ！ ピーマンと鶏むね肉の炒め物

【作り方】

- 1) 鶏肉は、一口大に切って☆の調味料につけ下味をつけておく。
ピーマン・玉ねぎは一口大に切る。
 - 2) 鶏肉に片栗粉をまぶして、
大さじ 1 の油で焼く。皿に取り出しておく。
 - 3) 玉ねぎ、ピーマンを塩コショウと残りの大さじ 1/2 の油で炒める。
 - 4) 皿に取り出しておいた鶏肉を 3) に入れ、オイスターソースと濃口醤油を加え、さらに炒めて完成。
- ★お好みで、豆板醤やラー油、唐辛子をいれても OK



材料（2人分）

- ・鶏むね肉 1 枚
- ☆酒 大さじ 1
- ☆しょうゆ 大さじ 1
- ・片栗粉 適量
- ・油 大さじ 1 と 1/2
- ・ピーマン 大 3 個
- ・玉ねぎ 大 1 個
- ・塩コショウ 適量
- ・オイスターソース 大さじ 1
- ・濃口醤油 大さじ 1



美しい環境を整え、心を磨く。

美化委員



企画担当 看多機はるかぜ

やゴミくずがあったり、なかには霜が大量に溜まっているところもありました。

自宅でも、食品などは冷蔵庫に入れたからといって安心せず、早めに消費することが大切です。共有の冷蔵庫は、職員同士で定期的に呼びかけを行うことで常に整理整頓し、清潔で整った状態を保っていききたいと思います。



8月のテーマは『倉庫整理』担当部署は デイサービスセンターはるかぜ です。

冷蔵庫掃除



じめじめと湿度が高く暑い日が続いています。この時期はカビや細菌も繁殖しやすい時期です。冷蔵庫内の食べ物も傷みやすくなり、食中毒にも要注意です。美化委員会で冷蔵庫掃除を取り上げるのは今回が初めて。職員で共有している冷蔵庫や、各部署で管理している冷蔵庫を改めてチェックし、整理整頓及び清掃を行いました。

共有の冷蔵庫の中には、意外と「誰のものかわからない」ものがあり、勝手に動かしていいか判断ができず、長い間放置しているものがあったようです。また一見綺麗に見える冷蔵庫も、中のものを取り出してみると、底に汚れ



医療法人社団 清心会

〒860-0047 熊本市西区春日3丁目25番1号

URL : <https://seisinkai.or.jp>

1階	春日クリニック (2階 薬局・診察室) TEL096(351)7151 / FAX096(351)7152 診療科目: 内科・小児科・リハビリテーション科・麻酔科(清田 武俊) その他: 女性専用外来(水曜日午後 予約制)、各種健康診断、 相談業務(更年期・禁煙・認知症・肥満・在宅ホスピス) 健康増進事業(産業医・生活習慣病講話・出張指導)
2階	春日クリニック訪問リハビリテーション はるかぜ通所リハビリテーション TEL 096(351)3551 / FAX 096(351)3559
3階	はるかぜ訪問看護ステーション TEL 096(351)6228 / FAX 096(351)6151 はるかぜ居宅介護支援事業所 TEL 096(322)7221 / FAX 096(351)6151
3階	法人本部(経営管理部) TEL 096(351)6225 / FAX 096(351)7154



地域包括ケア 杏心の丘

〒860-0047 熊本市西区春日4丁目18番28号

1階	看護小規模多機能型居宅介護はるかぜ TEL 096(352)1155 / FAX 096(352)2255 はるかぜ介護福祉ステーション TEL 096(323)5520 / FAX 096(352)2255
2階	デイサービスセンターはるかぜ TEL 096(326)1515 / FAX 096(324)5678
2階 3階 4階	サービス付き高齢者向け住宅 杏心の丘 TEL 096(326)2000 / FAX 096(324)5678
5階	杏心の丘書番館