

編集・発行

〒515-0101 松阪市東黒部町835

まとかた大西クリニック 0598-59-0311 老人保健施設まとかた 0598-59-0312

通所リハビリテーション田園くろべ 0598-59-0708

## ☆ サマンサジャパンさん ☆



こんにちは！受付、会計、電話対応業務を行っております、サマンサジャパンのスタッフです。私たちは、トレードマークであるピンクのスカーフと同じくらい明るい笑顔と挨拶を大切にしております。患者様が笑顔で帰られたり、ご利用者様が気さくに声をかけてくださることが多くなり、とっても嬉しく思っています。今後も皆様のお役にたてるよう微力ながら頑張ります。よろしくお願いいたします。

## \*施設紹介\* デイケア田園くろべ

### デイケア主任

### 理学療法士 市川先生



こんにちは！田園くろべの市川です。今、田園くろべでは、スイートピーの花が、きれいに咲いています。この花はガーデニングの好きな利用者様とスタッフが、一緒に鉢植えました。また、中庭にはヒマワリの種を蒔きました。これから成長し大きな花を咲かしてくれることを楽しみにしています。ぜひ一度、見に来てください。



### ちょっと教えて!! ~熱中症~

熱中症は、炎天下特有のものではなく、湿気の多い時期や曇りの日、日中だけでなく夜間、屋内でも起こる可能性があります。適度な気温、湿度を保ち、日頃からこまめな水分補給を心がけましょう。一度に大量の水を摂取すると、かえって体調不良を引き起こすことも…水分補給をする時には、あわせて塩分の補給も行いましょう。緑茶、ウーロン茶、コーヒー、アルコールに含まれるカフェインは、利尿作用があるので、要注意！



## \* 院長のつぶやき \*



尾鷲の不動滝です。滝を見て、少しは涼しい気分になっていただけましたか？二人で天狗倉山に登ったのですが、幸子先生は子供のころみたいに軽やかに登れなかったと嘆いておりました。皆、時の流れとともに体力は落ちるのです。過信は禁物！！暑い夏、野外でも屋内でも仕事はしすぎないように気を付けましょう。

## \*こんなことしてます\* いろんな健診

### クリニックで受けられる健診

- \* 特定健診
- \* がん検診各種
  - ・ 胃（カメラ、バリウム）
  - ・ 肺（レントゲン、喀痰）
  - ・ 大腸（便潜血）
  - ・ 前立腺（血液検査）
- \* 肝炎（血液検査）



- ※ 上記健診は、いずれも受診期間、対象年齢などがあります。受診券をよく確認してください。
- ※ なお、胃カメラ検査は予約が必要です。
- ※ お問い合わせは、まとかた大西クリニックまで、お願いします。

編集後記: 令和が始まりました！いかがですか？令和に慣れてきたころではないでしょうか。私事ですが、祖父が7月で100歳になります。大正・昭和・平成・令和と4時代を過ごすというのは、すごいことだと思います。お肉、炭酸飲料が好きな祖父...長生きの秘訣なのでしょう...これから暑い日が続きますが、健康第一で令和の時代を過ごしましょう！