

4月に入り暖かい日が増えてまいりました。しかし、暖かい日が続いたと思ったら翌日はグンと冷え込むなど気温の変化に体の機能が追いつかず、体調を崩してしまうこともあります。

春は新しいスタートの季節。しっかりと体調を整え過ごしましょう！

院長挨拶

春陽の候、皆様におかれましては益々ご健勝のこととお慶び申し上げます。

2月末に入院診療を再開し、1か月が経ちました。皆様の温かいご支援もあり、3月末には患者様が退院をし、ご自宅へと戻られました。

横浜はじめ病院からはじめての退院患者様を送り出せたことをスタッフ一同、大変嬉しく思っております。また、皆様のために役立つ医療・看護の提供をしていきたいという思いをスタッフ全員で共有し、より一層、地域の皆様のために尽力していこうと再認識いたしました。

これからもこの思いを忘れず、日々邁進してまいりますので皆様ご協力、ご支援のほどよろしくお願いいたします。



横浜はじめ病院 院長
鈴木 峻

入院診療再開しました

横浜はじめ病院は、2月27日より入院の受け入れを再開いたしました。各病棟には花の名前がつけられており、テーマカラーもそれぞれ決まっています。

今回は、受け入れを再開いたしました4Fの一般病棟をご紹介します。

スイートピー病棟（一般病棟 / 4F）

一般病棟である4F病棟はスイートピー病棟と名付けました。スイートピーの花言葉である「優しさ」「門出」に入院される皆様のこれからの生活が穏やかでありますように、と思いを込めています。

柔らかなピンクを基調とした病棟は、皆様に優しく包んでくれる暖かい雰囲気となっています。



4Fデイルームには、スイートピーの花をモチーフにした切り絵が飾られています。（写真右）

健康コラム

はじめの一步、踏み出しましたか？

皆さん、はじめの一步を踏み出しましたか？

高齢になるとなんだかいろいろな所が不便になると聞きます。どう不便かという、目はかすみ物がはっきり見えない、今まで持っていたものが重くて持てられない、スタスタ歩けていたのになんだか足が思うように前に出ない、食が細くなった・・・などなど。

病院に行けば「歳なんだからしょうがないんだよ」と言われ、はてどうしたものか、と考えてしまいます。そんなときは、少し体を動かしてみてもいいでしょうか。

歩ける方は少し足踏みをしてから、陽にあたり外へ行かれてみてはどうでしょう。

歩けない方はベッドの上で両腕を耳に付くくらい上げてみましょう。

そしてグーパー、グーパー手を開いて・閉じてを5回ずつやる。

そして出来ればテレビを観て面白かったら大きな声で大笑い！

はじめの一步は色々な筋肉を動かしてみようとする事です。

これからの季節、桜も咲き、神奈川区の花であるチューリップ、こぶしの木の花も咲き始めます。

天気の良い日は季節の花を愛でながら、日向ぼっこをしてみてもいいでしょうか。
(看護部 山田)



第8回 市民講座のお知らせ

テーマ：「横浜はじめ病院とリハビリテーション」

日時：2018年4月14日（土） 14：00～15：00（予定）

場所：横浜はじめ病院 1Fロビー

※ご予約は不要です。お気軽にお越しください。



特定医療法人財団 慈啓会
横浜はじめ病院

〒221-0002 横浜市神奈川区大口通 130 番地
TEL：045-402-3333 FAX：045-402-3337
ホームページ <http://www.jikei-o.or.jp>

お身体のことなどで何か気になること、困っていることなどがございましたら、お気軽に当院までご相談ください。

当院では、皆様が住み慣れた地域で安心して生活をできるよう、皆様の生活を支える医療を目指しております。

—診療科目—

内科・神経内科、整形外科、小児科、リハビリテーション科

—外来診療時間 午前 09:00～11:30 午後 13:30～15:30 —

診療科		月	火	水	木	金	土	日				
内科	午前	○	○	○	休診日	○	○	休診日				
	午後	○	○	○		○	×					
整形外科	午前	○	○	○		休診日	○		○	休診日		
	午後	○	○	○			○		×			
小児科	午前	○	○	○			休診日		○		○ (1,3,5)	休診日
	午後	×	×	×					×		×	

※休診日：木、日、土曜 PM、小児科は第2・4土曜休診