医療法人社団萌気会
在宅療養支援診療所　（二日町）
在宅療養支援有床診療所（浦佐）

もえぎ

3
Vol 346
2021/3.15

大平政子さん書

三国街道塩沢宿ひな雪見かざり
撮影地：南魚沼市塩沢
撮影者：小林　順正

三国街道塩沢宿「牧之通り」

退任のご挨拶　就任のご挨拶 …… 2
萌気園通所リハビリセンター浦佐 …… 3
漫画　黒岩卓夫一代記 …… 4
フォトギャラリー …… 5
生活のひと工夫して見ませんか？ …… 6
Moegi　100年プロジェクト …… 7
しょうたき萌気たもんの郷 …… 8

退任のご挨拶

医療法人社団萌気会
理事長　黒岩　卓夫

私は今年度をもちまして、医療法人社団萌気会の理事長を辞し、次男の萌気園浦佐診療所院長の黒岩巌志に後任を託すことにしました。地域の皆様、そして全国の皆さま、とりわけ萌気会の職員の皆様に長い年月を共に歩んでいただきまして、心から感謝いたします。

これからは新理事長を支え、コロナ禍という深刻な危機に負けず、意識を変え、新しい地域と医療・福祉・保育を充実させていただきたいと思います。

またわが国の第三の医療である在宅医療の流れをつくり、さらにあらゆる医療に在宅医療の思想が普及したことを、皆様と共に誇りにしたいと思います。

そして私自身は働き方を変えて、もう少し日常の診療を今までのように続けさせていただきます。そのうえで「安心外来」「安心往診」「ワクワクトーク」などを織り交ぜて行くつもりです。

今後とも御支援・御協力を宜しくお願い申し上げます。

就任のご挨拶

萌気園浦佐診療所
院長　黒　岩　巌　志

来年度から父の後任として萌気会理事長に就任いたします。

萌気会は、診療所を3つ、医療・介護・老人福祉関連事業所を計13、病児保育園、認定こども園を運営しており、また、市内五十沢地区でデイサービス、温泉旅館、日帰り入浴を手掛ける萌気医療・介護サポート社の経営も担っており、地域住民にとっては無くてはならない法人であると自負しております。重責を感じると同時に、微力ではありますが生まれ故郷のために尽力できる喜びを改めて感じております。

子どもからお年寄りまで一人一人の「楽しみ」「生きがい」「夢」「誇り」を大切にし、地域の皆様にもっと「ワクワク」を提供したいと思っております。

今後も引き続き地域のニーズに応えながら、地域の皆様から更に信頼される法人として発展させていくために日々精進する所存です。

今まで萌気会を支えてくださった地域の皆様、全国の皆様、そして萌気会職員の皆様、今後とも変わらぬご支援、ご協力を宜しくお願い申し上げます。

萌気園通所リハビリセンター浦佐

リハビリ、運動、気分転換を目的に来られる皆様のお話を聞きながら、目標を共に考え、達成できるようにサポートさせて頂きます。機械運動　(6種)、レッドコードエクササイズ、個別リハビリなど様々なリハビリが行え、午前・午後・1日とニーズに合わせたサービスを提供している通所型の施設です！

顔なじみが出来て会話が弾んだり、変わった行事を開催したりと、利用者様も職員も楽しみながら過ごしています。

1日利用

午前利用

- 9:00　**リハビリセンター浦佐到着**
  バイタル測定、お茶のみ
- 9:30　**運動開始**
  機械運動・レッドコード等　休憩
- 11:45　**昼食**
- 12:35　午前の方は送迎、1日の方は午睡

午後利用

- 13:30　**リハビリセンター浦佐到着**
  バイタル測定、お茶のみ
- 13:30　**運動開始**(1日利用の方は14:00～)
  機械運動・レッドコード等　休憩
- 14:50　**おやつ・お茶のみ**
- 15:35　**送迎**

機器紹介

・セラバイタル(手前)
　座って漕ぐ自転車
・関節可動域360℃(奥)
　手足で漕ぐ自転車

・コグニバイク
　認知予防エクササイズも行え
　頭と体を同時に鍛えられます！

・アシストウォーカー
　速度や時間を個別に設定可能！
　足の運びをアシストしてくれます！

職員よりひと言

理学療法士・作業療法士・言語聴覚士による個別リハビリの他に、看護師・介護福祉士が一人ひとりに適したサポートを行っています。

去年は新型コロナウイルスの影響で毎年続いていたお出かけリハは中止になりましたが、テイクアウトランチ、盆踊りなどの行事で盛り上がりました。これからも利用者さんが楽しく利用できるよう、職員一同日々取り組んでいきます！！

介護福祉士　遠藤純子

機械運動やレッドコードに汗を流す方もいれば、利用を通して顔馴染みになった方との会話を楽しんだり（お茶会!?）とセンター内は明るく、賑やかな雰囲気です。

個別対応では利用者さんの目標を尊重しながらリハビリセンターのモットーである「あなたの笑顔とその一歩を応援します」を実現できるように日々取り組んでいます。

作業療法士　野澤直樹

漫画 黒岩卓夫一代記 第二部 エピソードで描く

画：福留 慶
監修：黒岩卓夫

第6話 羽田空港デモで秩子と出会う

1960年1月15日
学生労働者が前夜から押し掛けた
学生は全学連に結集し、その中心的組織は
社学同（社会主義学生同盟）で、卓夫もそ
のメンバーだった
当時はまだ大戦への恐怖心は強く、安保条
約改正で、日本が再び戦争に進むのでは、
の意識が強かった
デモへの参加は「再び青年の血を流すな」
が合言葉だった
卓夫はその日は夕方から羽田空港の弁天
橋に集まった

日米安保体制で、日本は米国の核の傘に入っているため、核兵器禁止条約も加入しないという惨めなことになっている。1960年の反対運動はこうしたことへの抗議であった。戦争放棄といっても軍備（自衛隊）も立派な軍隊だ。沖縄での米軍基地も自衛隊基地も膨大に金をかけている。

Photo Gallery フォトギャラリー

裸押合い祭り in地蔵の湯

ひな祭り会 inこども園

お取り寄せスイーツ in曼陀羅華

生活のひと工夫してみませんか？

　春一番が吹き暖かくなりつつありますが、朝夕は未だ寒い日が続いています。
新潟の冬は寒く日照時間が短い、また魚沼は雪も多いため、冬場は屋外での活動機会がグンと減ります。
また、新型コロナウイルスの感染予防のため、外出を控える方も多いのではないでしょうか…？
　そんな中、新潟県作業療法士協会から「生活のひと工夫」が届いているので、地域の皆さまにご紹介します！
活動機会が少なくなると、

①寒さ
肩をすくめる
背中が丸まる
→姿勢の悪化・浅い呼吸

②日照不足
・ビタミンDの不足
→骨粗鬆症・免疫低下
・セロトニンの不足
→抑うつ・意欲低下

③屋外活動の減少
・運動不足
→体力低下・足腰の衰え
・外出や交流機会の減少
→認知機能低下

が心配されます。

そ、こ、で…

冬の生活は春に向けて体と心の準備期間！！
すごろく風に生活のひと工夫を実践してみましょう。

スタート

1.毎朝、決まった時間に起きる。
規則正しい生活を。

2.毎日、鏡をみる
身だしなみを整えることで、心身が整い、背筋が伸びます。

3.毎日、着替える
着替えることで気持ちにメリハリが生まれます。

4.入浴する

背中、頭を洗いながら肩周りを動かしましょう。
体を温めリラックス・・・
※ヒートショックに注意！

5.ちょっとひと休み
お気に入りの服をきたり、とっておきのお茶を飲んだり・・・いつもより特別な１日を過ごしてみましょう。

6.洗濯物を干す
洗濯物を干すと肩や指先、足腰を動かします。
干し終えたら気分もスッキリ。

7.買い物ついでにウォーキング
晴天時は日光浴と運動を兼ねて。外出が難しい日も外の空気を吸いましょう。

8.料理をする
栄養をしっかり摂る

ビタミンＤやトリプトファンを含む食事を心がけましょう。献立を考えると、脳活にもなります。

ゴール
春になったらやりたいことはなんですか^^？

引用元：公益社団法人　新潟県作業療法士協会

Moegi100年プロジェクト

萌気 YouTube 参戦！＃1

プロジェクトリーダー
萌気園通所リハビリセンター浦佐
諸橋　滉哉

この度、萌気は YouTube チャンネルを開設しました！

そもそも YouTube とは・・・ユーザーが動画をアップロード、観覧、評価、共有、コメントができる動画共有プラットフォームです。簡単に説明すると、個人が撮影・編集した動画を一か所に集めて誰でも好きなタイミングで好きな動画を見れるというサービスです。2019 年 5 月現在、YouTube には毎分 500 時間以上の動画がアップロードされており、毎日10億時間以上の動画が視聴されています。10代、20代はもちろん、50代、60 代以上の方の利用も多く幅広い世代の方が YouTube を利用しています。様々な企業や芸能人も数多く YouTube に参戦しています。

そこで満を持して！萌気も YouTube に参戦します！！（若干遅い気もするが…）最大のメリットとして文章よりもより深く理解、共感を皆さんに伝えることができることです。萌気では主に萌気新聞、ホームページで情報を発信しています。

誰でも手に取ることができ、自分のペースでいつでも読むことができます。それを動画にすることで、音声や表情、体の動きでより皆さんにメッセージを伝えることができます。

はい！ということで今回は YouTube について軽く説明しました。ちょっと文章が多くなってしまうのでこの辺で終わりにしたいと思います。動画内容や今後についてはまた次回お話します。『魚沼にワクワクを』皆さんにワクワクを発信できるように頑張っていきます！

ではまた次号『萌気チャンネル始動！今後のプランは！？＃2』でお会いしましょう！

【登録お願いします】

今期は3つのプロジェクト進行を行うことが出来ました。

①アスリートクラブ②除雪支援③YouTubeチャンネル。

職員自身が課題や関心をテーマにプロジェクトを立ち上げ、実行し多くの職員が参加したことに100年プロジェクトの意義を大いに感じることが出来、今後の活動に期待が高まりました。

来期も数多くの新規プロジェクトが控えています。萌気会が100年続くための「萌気会のフィロソフィー」を念頭に職員一同力を合わせ、ここ魚沼の地を盛り上げて行きます。

魚沼に、もっとワクワクを。

医療法人社団萌気会広報誌
令和3年3月号
3
Vol346
MOEGI
毎月1回15日発行
表紙題字　大平政子様（通所リハビリテーション萌気園二日町診療所「曼陀羅華」）
ホームページアドレス：https://www.moegien.jp/

しょうたき萌気

たもんの郷

**たもんの郷は２０２０年６月１日に
オープンし８か月が経過しました。**

しょうたき萌気　「たもんの郷」
所長代理　飯塚　晶枝

大和地域の多くの方からご相談いただき、登録者数は現在18名となっております。

新しい事業所のご利用について不安をお持ちであった方も、実際に来所されてみると顔見知りの方と一緒になったり新しい仲間ができたりと笑い声の絶えない毎日です。

座ったままお風呂に入れるシャワーキャリー

今年の1月には、家庭浴槽のお風呂に椅子に座ったまま入ることができるシャワーキャリーを導入することになりました。普段は車椅子で生活されていて家庭浴槽での入浴に不安を感じている方でも、座ったまま入浴できることにより安心して入浴が行えるようになった方もいらっしゃいます。

本来でしたら、地域の皆さんをお招きしてたもんの郷をより知っていただく機会を積極的に設けていきたいところではありますが、コロナウイルスの影響によりなかなか実現に至らず大変残念に感じております。コロナウイルスが落ち着いた折には、あらためて地域の皆さんとのふれあいを深めながら地域に根付いた事業所づくりに取り組んで参りたいと考えております。

これからも、通い・泊り・訪問の3つのサービスを通して地域の皆さんのご要望にお応えできる小規模多機能型居宅介護事業所を目指して参りますので、どうぞよろしくお願いいたします。

編集後記

萌気園大和通所介護「地蔵の湯」　中島　俊明

春の足音が聞こえてきそうな季節になってきましたが、皆様いかがお過ごしでしょうか。

春の陽気に誘われて、お出掛けをしたいと思う今日この頃。しかしながら、未だコロナウイルス問題で平和な日常とは行かない日々が続いています。これから高齢者、医療従事者とワクチン接種が進んでいく予定ですが、ワクチンを接種しどれだけコロナウイルスを抑えられるのか不安がたくさんあるとは思いますが、一刻も早く落ち着き、春の陽気の中で桜鑑賞が出来るようになり、無事にオリンピックが開催されることを願っています。