

まちだ丘の上病院とヨリドコ小野路宿が
地域の皆様にお届けする健康情報

ヨリドコ新聞

2024年11月
Vol.21



「発行の思い」

いつまでも元気で、住み慣れた場所で暮らす。そんな思いを支えるため、ヨリドコ新聞は作られました。健康・医療・介護について、知って得る情報を分かりやすく伝えて参ります。発行は不定期となりますが、可能な限り多くの情報を発信し、地域の皆様に愛される新聞にしていきたいと思えます。今月のテーマは、当法人スタッフが講師を務め、月に一度ヨリドコ小野路で開催している「丘の上サロン」です。

丘の上サロンとは

まちだ丘の上病院では、「地域を支える」をミッションに掲げています。病院には、入院患者さん・外来患者さん・健康診断を受けに来る人・入院患者さんに会いに来る人などがいらつしゃいますが、私たちは、病院に来る人に対してだけでなく、地域で過ごす人たちの健康を支えることも大切にしたいと考えています。そこで始めたのが「丘の上サロン」です。



丘の上サロンでは、まちだ丘の上病院とヨリドコ小野路宿の医師・看護師・リハビリセラピスト・ケアマネジャー・管理栄養士等が地域の人たちに講座形式で健康情報をお届けしています。

【開催初期の様子】

記念の第一回目は、2018年9月に「ある日突然、車いす生活になっても人生を120%楽しさせるノウハウ」というテーマで、事故により車いす生活を送っている白倉栄一氏をお招きしました。病院のロビーを会場に地域の多くの方にお集まりいただき、障がいのある方の実際の生活についてお話しいただきました。一回目以降は会場を病院の談話室に移し、お茶を飲みながら、毎月和やかな雰囲気で開催しました。しかし、昨今流行した新型コロナウイルス感染症の流行により一時的にサロン中止を余儀なくされました。



第1回目の様子

【丘の上サロンの再開】

新型コロナウイルス感染症の猛威が少しずつ衰え、感染症と共に生活することができるようになっ

た、2022年10月。会場をヨリドコ小野路宿の集会場に移し、丘の上サロンを再開しました。会場を移したのは、ヨリドコ小野路宿は地域の方の拠り所を目指していること、そして、地域の方が病院よりも気軽に参加出来るのではないかとの思いからでした。

再開時のテーマは「コロナ君との付き合い方」。まちだ丘の上病院小森院長が、新型コロナウイルス感染症に対する正しい知識の共有と安全に安心して生活するためのポイントをお話しました。その後は、2024年9月まで36回開催され、延べ参加人数は305名となりました。毎回、多くの地域の皆様にご参加いただき、質問も頂戴しながら楽しい雰囲気で開催されています。裏面に今年度のスケジュールも掲載していますので、ご興味のある方はお気軽にご参加ください。

【参加者のお声を一部ご紹介】

「身近なテーマを分かりやすく説明してくれて勉強になる」「質問の時間もたっぷりあるから疑問を解決できる」「飲み物の提供が嬉しい！」



小森院長の回



一般財団法人ひふみ会

専門職が地域の皆さまにお届けする健康講座

丘の上サロン



どなたでも無料で参加でき予約も不要です

毎月第4木曜日に開催！ kitchenとまりぎのドリンクもサービス！ **2024年度**

| | | | |
|---------------------|---|----------------------|--|
| 4 / 28 終了 | 感染症について知ろう！ ～生活の中の予防策～ (医師) | 10 / 26 終了 | 介護が必要になった!! ～介護保険や社会資源～ (ケアマネジャー) |
| 5 / 23 終了 | 熱中症を予防しよう! ～症状とサインと対策～ (看護師) | 11 / 28 | 高血圧から生じる病気 ～生活の中で気を付けること～ (医師) |
| 6 / 27 終了 | 自宅でできる腰痛対策 ～腰痛予防と日常の注意点～ (理学療法士) | 12 / 26 | 言語聴覚士ってなに? ～話す、聴く、食べるの専門職～ (言語聴覚士) |
| 7 / 27 終了 | 人生会議(ACP)を知ろう! ～どのように生きていこうか～ (家庭医) | 1 / 23 | 花粉症の予防と治療法 ～花粉が飛ぶ前に聴くはなし～ (医師) |
| 8 / 27 終了 | 応急処置入門編 ～怪我や病気に遭遇したら～ (保健師) | 2 / 27 | 介護食を美味しく! ～調理の工夫で食欲アップ～ (管理栄養士) |
| 9 / 27 終了 | 認知症の経過を知ろう! ～家庭や地域でできること～ (鶴川第1高齢者支援センター) | 3 / 27 | 重い障害をもつ方の活動 ～感覚を使って楽しい日常を～ (理学療法士・言語聴覚士) |

内容を変更する場合がありますので、最新情報はまちだ丘の上病院ウェブサイトでご確認ください。



ヨリドコ
小野路宿



会場・ヨリドコ小野路宿 集会所
町田市小野路町892-1

時間・15:00～16:00

主催・まちだ丘の上病院

協賛・町田市小野路町内会

あなたらしい生き方を大切にする
一般財団法人ひふみ会
まちだ丘の上病院 042-735-3731
ヨリドコ小野路宿 042-860-5950
[お問合せ先・ヨリドコ小野路宿 古賀]



自動車で来場の方は小野路公会堂脇
臨時駐車場(無料)をご利用ください。