



おさじ



薬師台 メディカル TERRACE+

まちにわプロジェクト

「みどりのちから」で地域とみんなを健康に



医療施設の新たなカタチ
泰大会の「医療 × 治療 × 介護」の連携
×
薬師台メディカル TERRACE の「みどりのちから」

プロジェクト・リーダー
たいしょうさん

薬師台メディカル TERRACE は、泰大会が掲げる「医療 × 治療 × 介護」の連携に「歯科 × 薬 × 休憩」を加えた地域密着型医療施設です。そして泰大会からは「薬師台おはなぼっぼクリニック」「薬師台おはな接骨院 & 鍼灸マッサージ院」「薬師台おはな介護相談所・薬師台デイサービスおはな」の3施設が参加し、この医療施設をもちたてています。

この春開設3年目を迎え、新たなプロジェクト「薬師台メディカル TERRACE まちにわプロジェクト～MMG～」がスタートします。これまでの6つの施設の連携に「みどりのちから」を加えて、もっと楽しい、もっと居心地の良い医療施設にしていこう、というプロジェクトです。

ハーブや果樹・野菜を摘んで楽しむ「食べるもり」、地域の植生にあった苗を植えてみんなで育てる「TERRACE のもり」、「循環のちいさなもり」、どなたでも心地よく過ごせる「えんがわテラス」など、薬師台メディカル TERRACE そのものが地域のみなさまにとっての「にわ (= まちにわ)」となって欲しいと願っております。

「みどりのちから」で地域とみんなを健康に！みなさん新しいカタチの医療施設に是非遊びに来てくださいね。

<http://www.machiniwa-mmg.com>

泰大会ニュース

「春巡業・大相撲町田場所 4/23」

今年も町田にやってきた！とにかく大きいお相撲さん!! 4,682 人ものお客様が来場されました。力士たちの大迫力の取組に大きな歓声上がり、笑顔と拍手に包まれました。強さとサービス精神豊富な優しい力士達に、ファンが多いのは納得です。また次の機会があれば、必見ですよ。

昨年同様、泰大会スタッフも医療・一般ボランティアとして参加しました。



「わんぱく相撲 5/13」

薬師台おはなグループで、わんぱく相撲町田場所に救護班とマッサージブース出展で参加しました。救護班は擦り傷が多い中、接骨院スタッフの行うマッサージがご家族の方に大盛況でした。

子供達の負けん気と喜びや悔しそうな感情表現に、明るく豊かな社会を想像しました。私たちも微力ながら地域社会に貢献し、スポーツ文化を応援していきます。



「第14回 認知症カフェ 5/20」

今回は、町田市認知症グループホーム連絡会の皆様にお越しいただき、入居者の皆様の日々の暮らし、グループホームの役割、入居に至るまでをご説明いただきました。また町田鶴川地区にあるグループホーム7施設の代表者の方々に施設の特徴を紹介していただき、身近にある施設をより詳しく知ることができました。

今回ご参加いただいた施設の代表者の皆様、誠にありがとうございました。



「七五三会まつり 5/28」

快晴のもと、七五三会（なごみかい）まつりが開催されました。今年のテーマ「飛躍さらなる一歩へ」を踏み出すために、陽だまり鍼灸マッサージ院（町田市訪問マッサージ連絡会）も初参加しました。

大人から子供までたくさんの方が来場され、歌あり踊りありバザーありと笑顔あふれる賑やかな雰囲気を楽しまれていました。

マッサージの無料体験では、順番待ちが出るほどで、『身体が楽になった』『健康保険の使える訪問マッサージがあるなんて知らなかった』と喜びの声をいただきました。また来年も、なごみに会いに行きたいです。



筋膜治療をご存知ですか？ by とりの木接骨院

筋膜とは、筋肉の周りを覆う薄い膜のことです。この筋膜が、長時間の偏った動作や姿勢・運動不足で癒着すると、血液循環が悪くなり、コリや痛み・身体の歪みの原因となってしまいます。筋膜治療専用の端子で皮膚を直接吸引することにより、痛みを根本的な改善へと導きます。



「ポンポン」とリズムカルな音とともに、施術をしていきます。痛みのない安全な治療です。

利用者様にご感想をいただきました。

Kさん（旭町在住 / 55才 / 女性）

重だるかった腰が、軽くなります。
以前よりは、ひどい痛みが出なくなりました。

Sさん（南大谷在住 / 82才 / 女性）

足のつる回数が減ってきました。

Iさん（森野在住 / 81才 / 男性）

血行がよくなり、その日の夜はよく眠れます。
手のしびれも、大分解消されてきました。

Oさん（旭町在住 / 48才 / 女性）

腰を前にかがめる動作で痛かったのが、数分の筋膜治療で改善しました。気持ちが良いので、もっとやってほしくなります。

Tさん（座間市在住 / 61才 / 女性）

肩のこりやツッパリ感が軽減します。
刺激が少ない治療です。

新しい仲間が増えました！

むらまつ きくえ
村松 きくえ

看護師 / 近藤整形外科

1月より泰大会でお仕事させて頂いています。明るい職場作りを目指します。
宜しくお願いします！！

あかみね いつろう
赤嶺 逸朗（兄）

医師 / 薬師台おはなぽっぽクリニック

皆様の生活が少しでも
健康に楽しく暮らせるよう
全力でサポートさせていただきます。

あかみね かつろう
赤嶺 克朗（弟）

柔道整復師 / 近藤整形外科

泰大会ではルーキーですが
全力で頑張ります！

入社してまもないですが、
赤くならずがんばっていきます。

あかい よしたか
赤井 嘉孝

ケアマネージャー / 薬師台おはな介護相談所

「熱中症とは」

熱中症とは、高温多湿な環境下において身体機能が適応できないこと
によって生じる状態の事です。「体温の上昇」・「汗が急にでなくなる事」
の2つの症状は、特に危険な兆候です。また、人間の身体は暑さを感じ
ると、体表の血管をなるべく広げて熱を逃がそうとします。血流量は変わらず血
管の容積が大きくなるので、結果として血圧が下がります。血圧の極端な低下が
続くと脳への血流が減り、めまいや意識障害などの症状が現れます。**たくさん汗**
をかくようなスポーツをしていなくても、注意が必要です。

おさじ待合室

熱中症予防
さっぱりレモン水

<材料>

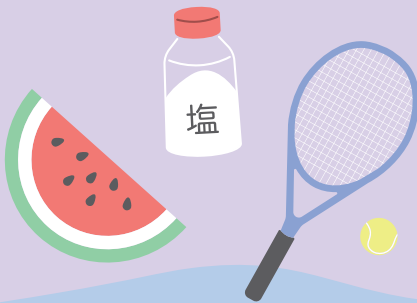
水 1リットル
食塩 1~2グラム
ガムシロップ 1個分
レモンやライム 1/4 個
ミントはお好みで



「水分を摂っていたのに熱中症になる?!」

熱中症の予防として、水分補給が肝心である事は言うまでもありません。ここで気をつけたいのが
補水方法です。まず、お茶はおすすめできません。お茶に含まれているカフェインには利尿作用があ
るからです。また、たくさん汗をかいた際に水ばかりを多く摂取すると、塩分やミネラル濃度が低下
し熱中症を発症します。運動時にはスポーツドリンクがベストですが、甘い飲料に抵抗のある方は、「水

1リットルに対し食塩1~2グラム」を目安にオリジナルドリンクを
作るのもおすすめです。こまめに効率よく摂取しましょう。熱中症
の予防には「高温多湿な環境を
避ける事と水分&塩分補給を！」
と覚えてくださいね。



たいだいかい
医療法人社団 泰大会

町田で
7施設
展開中

薬師台おはなぽっぽクリニック

看護師 募集!!!

(常勤 / 外来・訪問診療)

今までの経験を活かせる“地域密着”総合診療ク
リニック。大切なのは「学びたい」という気持ち。
連絡先: 080-3713-3939 担当: 坂本

開業 29 年、この町とともに



近藤整形外科

中町1-26-17
☎ 042-724-3255

CT・内視鏡などの検査・日帰り手術に訪問診療

内科・整形外科・外科



薬師台おはなぽっぽクリニック

薬師台1-25-12
☎ 042-737-7373

何科にかかればいいのか? そんな時は...



内科・整形外科・外科・皮膚科

松林クリニック

旭町1-4-1
☎ 042-732-5777

心身の健康を支えることでみんなを Happy に!

薬師台おはな接骨院&鍼灸マッサージ院
ホゲレルフィットネス



薬師台1-25-12
☎ 042-737-7375

あなたの治療をオーダーメイドします



とりの木接骨院

旭町1-4-1
☎ 042-732-6620

独りよりみんなで明るく楽しい老後を



薬師台おはな介護相談所・
薬師台デイサービスおはな

薬師台1-25-12
☎ 042-737-5020

在宅療養を支援するマッサージ・機能訓練



陽たまり 鍼灸マッサージ院

中町1-10-15
☎ 042-794-7592

♥この度は、本誌を手にとっていただきありがとうございます。おさじは、江戸時代の大奥などで医師を示す言葉だったそうです。体に栄養を運ぶ「おさじ(スプーン)」のように、皆様の健康に役立つ情報をお届けして参ります。

次号も、どうぞお楽しみに!