

アルファ広場インフォメーション

趣味の時間 — 手芸 本田くみ子さん

手作りの小物や手作業が好きな私は、家事を終えた夜10時ごろになると、しじみ貝での根付け作りを楽しんでいます。出来上がったものをアイアイルーム(通所リハ)の利用者の方々へ差し上げていますが、形も愛らしく縁起の良い「しじみちゃん」は好評で、多くの方に杖やかばんにつけて頂いています。

アイアイルームでは通常のリハビリに加え、折り紙などを用いた色々な手作業も行っています。手に取ったものが少しずつ形となり作品となった時、皆さんの笑顔は私にとって格別の喜びとなります。明日の笑顔を想像しつつ、しじみ貝の根付け作りを楽しむ毎日です。



▼しじみ貝で作った根付け



▲「手作業を通して多くの笑顔に出会いたいです。」と語る本田さん。趣味を活かしたレクリエーションは利用者さんから好評です。

THE CIRCLE ザ・サークル 茶道



おもてなしの心を養う
5年ほど前から始まった茶道教室。古賀院長もそのメンバーの一人です。茶碗に始まる茶道具や茶室にかかる掛け物は個々が美術品であり、茶事として進行するその時間自体が総合芸術とされている茶道。講師は以前、森の木に勤めていた林田美由紀先生。茶道で学ぶその心を患者さんと接する時に活かしてもらいたいと語ります。月に2回、参加者は真剣な眼差しで茶室に集います。



遊歩道を上がると静かに佇む小さな茶室があります。

森の木 朝市
第2・第4土曜日開催
時間/9:00~12:00
毎回、新鮮な野菜や惣菜を出品中。一般の方も来場して購入されています。



出店希望者も募集中。詳しくは ☎095-855-3311まで。

腹式呼吸のすすめ

あん摩マッサージ指圧師 [松尾さん・村井さん]に聞きました。



物理療法室の一角には、マッサージコーナーがあります。全身をほぐし心身の緊張を緩和するマッサージですが、筋肉の過剰な緊張には腹式呼吸も有効だそうです。背筋を伸ばし、鼻からゆっくりと吸って口からフーと吐く。手をお腹の上において行くとわかりやすいとのこと。お腹の筋肉を使うので内臓にも良いそうですから、皆さんも健康法のひとつとして取り入れてみてはいかがでしょうか。治療前の待ち時間や一日の始まりである朝に行うのがおすすめです。

■腹式呼吸



延長リハビリ実施中 水曜日は延長の日!
昼間に来れなかった方、お仕事帰りの方などお気軽にお越し下さい。

- ◎実施日/毎週水曜日
- ◎受付/午後6時40分までにご来院下さい。
- ◎終了/午後7時(必要に応じて延長あり)

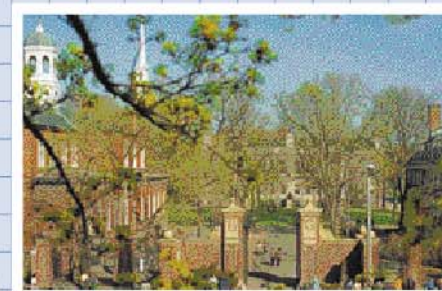
アメリカ合衆国の歴史と文化を体感しました。

～ポストン&ワシントンDC視察～

ポストンはマサチューセッツ州、ワシントンDCはアメリカの首都で50州のどこにも属さない都市です。



第14回世界脳神経外科学会の会場前にて



ハーバード大学



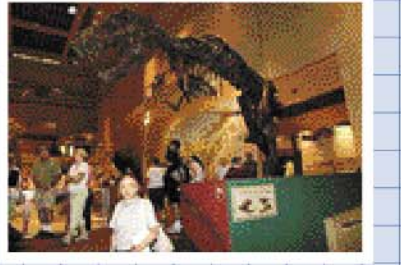
ホワイトハウス(ワシントンDC)



国会議事堂前にて



フェンウェイ・スタジアム
地元ポストン・レッドソックス対トロント・ブルージェイズ
(最終回に斉藤隆投手が登場。)



スミソニアン・ミュージアム(ワシントンDC)



ポストン・ダックツアーに参加
水陸両用の車両で市内観光



ポストンミュージアム



小澤征爾が活躍したポストンシンフォニーホール



意見交換を行う松島先生と梅林先生。

第5回 森の木若葉セミナー

次世代を育てる
10月2日と3日、5回目となる森の木若葉セミナーが開催されました。次世代を担う人材の育成を目的とした当セミナーですが、初日は、新横浜スパインクリニックの梅林猛先生が「当院における小工夫」と題して、頸椎や腰椎の術後管理について講演。その後は佐賀大学(脳神経外科)の松島俊夫教授や古賀院長らによる意見交換が行われました。翌2日目は、梅林先生と古賀院長による手術が行われました。



ツバメの丘

秋の色どりを深める木々を眺めながら
フリースペース“cafeツバメの丘”で
心も身体もひと息いれてみませんか!



営業時間/9:00~18:00
(木曜16:00まで/土曜12:30まで)
定休日/日・祝祭日
カフェ/コーヒー150円
アイスコーヒー200円 他