



暦上は春ですが、まだまだ寒いですね。3月9日は「サンキュー」で、「ありがとうの日」だそうです。ご存知でしたか？本当は言いたいの、普段は照れくさくて素直に言えないことってありますよね。いい機会ですので、言葉に出してみたいはいかがでしょうか。



スギ花粉症シーズンが今年も間もなくやってきます。



2017年春のスギ花粉の飛散開始は例年並みで、関東は2月中旬から飛び、ピークは3月中旬頃になりそうです。(ただ、飛散開始と認められる前から、わずかな量は飛び始めています。)

花粉飛散数は九州・四国・近畿・東海地方では、前年の夏の高温・多照などで、花芽が多く形成される気象条件が揃うため飛散数は例年を上回りそうですが、東北・関東甲信越地方では例年より少なくなるとのことです。

花粉症症状はくしゃみ・鼻水・鼻づまり・目のかゆみが4大症状ですが、咳や皮膚のかゆみ、消化器症状(下痢・嘔気・腹痛など)が認められることもあります。また、スギ・ヒノキ花粉症の人は特にトマトを、また、同じ春の花粉のハンノキ・シラカンバでは、リンゴ・モモ・サクランボ・アーモンドなどを摂取して花粉食物アレルギー症候群(近年増加)を起こすことがあり、口腔内のかゆみ・痛みや消化器症状(嘔気・下痢)やひどいと喘息症状・呼吸困難を起こすことがありますので、注意が必要です。

治療には抗アレルギー剤の内服・点眼・ステロイド点鼻薬などがありますが、つらい症状が出てからではなく、花粉が飛び始める前、もしくは、症状の軽いうちに治療を始める(初期療法)のが良く、これによって、症状が出るのを遅らせたり軽くできたり、さらに症状の終了を早くできる可能性があります。そしてシーズン中は途中で止めないで、治療を続けることが大切です。

さくらのクリニック耳鼻咽喉科 長江大介



耳鼻咽喉科の診療日は毎週金曜日のみです。

診療時間は午前9:00～12:00 午後2:30～5:30です。



地域交流会を開催しました。



1/20(金)に「いきいきふれあい とよだ」の皆様をお迎えして地域交流会を開催しました。

今回は「呼吸について～腹式呼吸を身につけよう～」
「自宅でできる健康体操」についてお話しさせていただきました。普段、無意識に行っている呼吸ですが、意識して呼吸を整えることで、心身の健康につながります。



その中でも、リラックス効果の高い腹式呼吸を座ったまま練習しました。その後、デイケアでも実施している集団体操をもとに、ストレッチやタオルを使った体操を体験していただきました。

さくら野 理学療法士 鈴木理恵



部門紹介 ~ 施設課 ~



施設課では、送迎車両の運転、施設の清掃、建物・設備の修繕・修理および保安全管理業務を行っております。運転業務では、通所リハビリテーションサービス(デイケア)のご利用者様を中心に送迎を行っており、安全運転を心がけ、乗車中に危険やご不便のないよう、日々、車両管理に努めております。清掃業務では、各館の屋内外の清掃、敷地内の植栽の手入れ等、ご利用者様が快適に過ごせるように環境整備を行っております。

建物・設備においては、各専門の業者にご協力いただき、連携をとりながら調査・診断のもとに修繕・修理を行い、維持管理をしています。

クリニックに来院される患者様、老健・グループホームのご利用者様とご家族様等、さくら会をご利用いただくすべての皆様、また、各現場で業務を行う職員にとっても、安心して安全な環境づくりに努めてまいります。



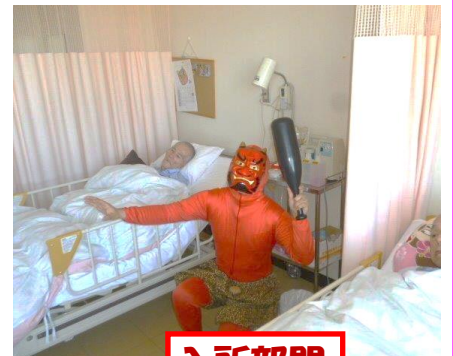
通所部門



入所・通所部門それぞれに節分を行いました。



職員扮する鬼をめがけて、豆に見立てた玉を力いっぱい投げていました。福が訪れるといいですね。



入所部門



医療法人 さくら会

〒323-0061 栃木県小山市大字卒島244番地1

TEL:0285-37-1221 FAX:0285-37-1640

<http://www.sakura-ac.com>

施設利用に関するお問い合わせ : 0285-37-1110 担当 三村・戸澤

採用に関するお問い合わせ : 0285-37-1221 担当 唐沢

さくら会 携帯サイト

