

# 待合室

No109 2021年12月発行

医療法人社団 井上医院

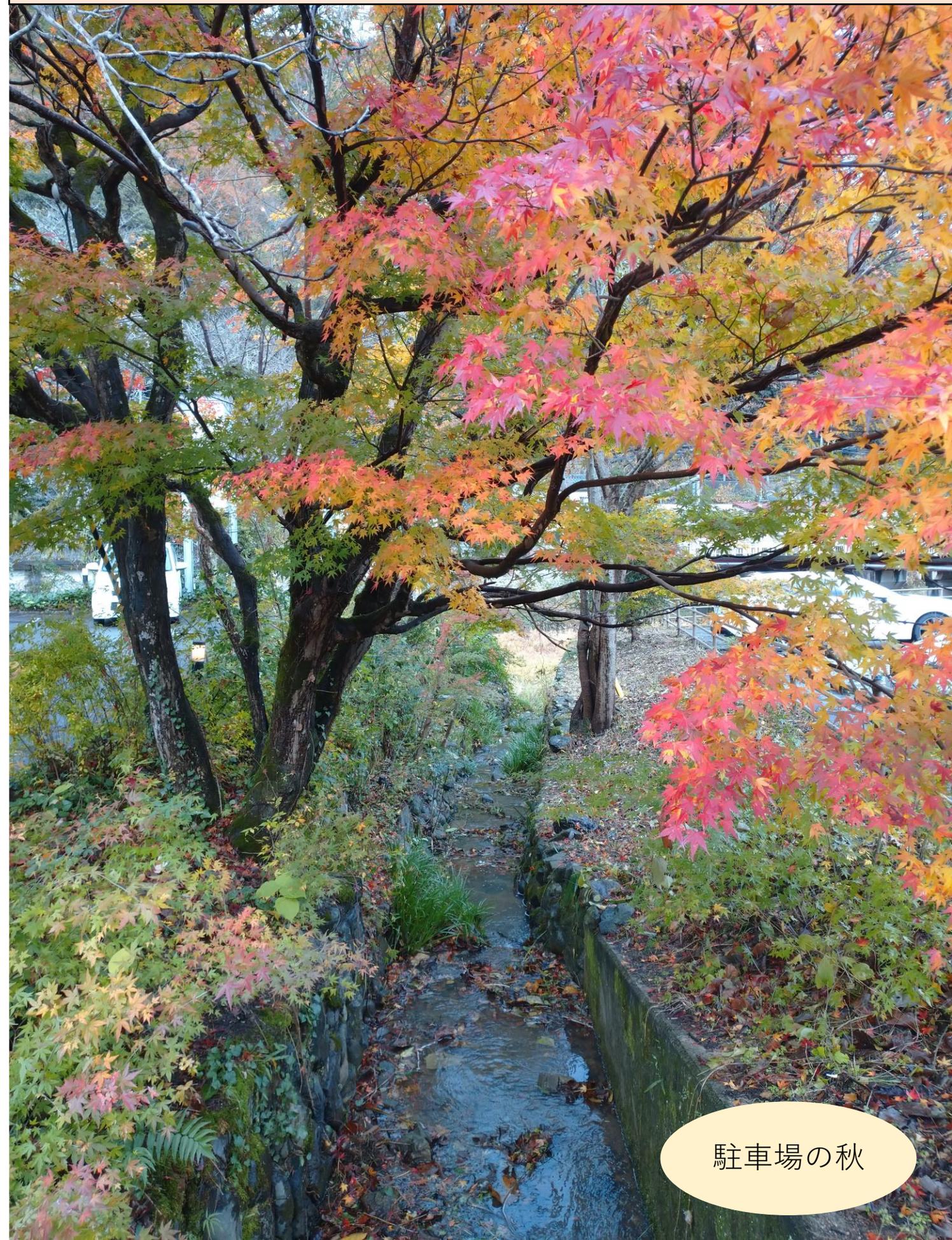
□ 井上医院（訪問診療・訪問看護）

□ 居宅介護支援事業所 井上医院介護支援室

□ 通所・訪問リハビリテーション Casa

養父市浅野368-2 ☎079-664-0051

HP:[www.inoueclinik-yabu.or.jp](http://www.inoueclinik-yabu.or.jp)



駐車場の秋

## ボイラーを交換しました

カーサご利用者様の目には決して触れることがない重要な裏方がボイラーです。当施設では床暖房、お風呂、シャワー、洗面にボイラー室からお湯が供給されています。ボイラー室には2台の業務用ボイラーが設置され、1台でお湯が足りなくなれば2台目が自動で稼働するというハイテクの代物です。

その能力は家庭用湯沸かし器が1分間で8リットルの湯沸かし機能ですが、このボイラーは1分間に80リットルのお湯を吐き出します。2台で160リットルです。

当施設でご利用いただく一般浴槽には3,000リットルのお湯が入りますが、18分間で満水になる能力です。ご家庭の浴槽はお湯が300リットル近く入っています。このボイラーを使用するとなんと1.8分間でお湯が一杯になります！！

創設以来19年間故障もなく休まずに稼働してきました。故障するとたちどころに皆様への入浴サービスが滞ります。冬場では床暖房が止まりエアコンだけのやや寒い日々を過ごして頂くこととなります。

今般故障を待たずにボイラーを更新しました。工事業者の方に無理を言って10月31日から11月2日の3日間お湯を止めて急ピッチの作業を進めて頂きました。

10月31日朝にトラックで新しいボイラーが運ばれてきました。すぐ後ろにクレーン車が続きました。当施設のボイラーは業務用で重量が1台500kgを超えます。まず使用していたボイラーを狭い通路から人力で搬出し、続いて新しいボイラーを人力で搬入し、配管をつなぎます。職人さんが5～6名ほど従事され一気に工事を進めて頂きました。

2日午後2時には工事が無事完了し、新しいボイラーからお湯が供給されるようになりました。19年前と全く同じサイズで井上医院仕様だそうです。形式を変えると配管などを変えなければならず短期間での作業が困難になるとのことでした。

これで寒さを迎えるこれから安心ですが、なんと原油が値上がりして、ガソリンも軽油も灯油も高くなってこちらも頭が痛くなる話です。カーサではピーク時には1日に100リットルの灯油を使います！！

そんなせこい事は考えずとにかくカーサでは快適にお過ごしいただきたいと考えています。



ボイラー室



ボイラー到着



ボイラー搬出



作業風景



新品のボイラー

理事長 井上正司



# 通所・訪問リハビリテーションCasa

～職員紹介～  
新しい職員が入職しました



今年はヴィータ  
玄関前のドングリが豊作です。  
鈴なりですが、  
食べられないのが残念!!



中尾優葵 介護福祉士

私事ですが、11月5日(金)に氷ノ山登山へ行ってきました。  
コロナウイルスによる非常事態宣言等もあり、街中ではなくアウトドア  
人気となり、山へレジャーに行く人が増え、登山客も増えているという  
記事がありました。ただ、低山登山はコロナによる3密回避とは別にし  
ても増加傾向ではありました。なぜ、低山登山が人気なのでしょう？  
色々な解説がありますが・・・

- ◆低山の魅力その①「低い山ならではの植物」
- ◆低山の魅力その②「中腹からの景色」



山頂に登るだけが楽しみではなく、中腹に登れば海が見えたり  
下の街が見えたりして綺麗な景色です。高い山の中腹からは景  
色が見えにくいそうです。



- ◆低山の魅力その③「健康にいい」  
個人によって体力は違うが、個人の最大体力の7割程度の運動を1週間60分することで、  
生活習慣病の症状高血圧・高血糖・肥満20%くらい改善されるそうです。

リハビリも低山登山と同じだと思います。

- ①通所や訪問などにより、サービスを利用したことでしか会えない友人との交流。
- ②大きな目標も大事だが、小さな目標を持ち、以前の自分と比較し成長を実感できます。
- ③Casaのマシンは、重りを利用するのではなく、自分の筋力を利用して抵抗運動を行いますので、強すぎる負荷ではなく、自分で調整して負荷をコントロールできます。また、体操含め60分程度の運動メニューが組み込まれています。

登山を通して、【通所リハビリ】と【低山登山】の共通点について考えてみました。当施設でも登山と同じように、楽しみながら身体面・心理面を高め、人生の景色を楽しめるように努力していきたいと思います。  
《理学療法士 新谷一秋》

## 朝のスープ・お粥でほっこり

カーサでは朝、知覧茶と手作りスープをお出ししています。寒くなってくると体が温まるお粥もたくさん登場します。梅粥や雑穀米のお粥、サツマイモ入りや卵粥など多彩なメニューがあります。ご自宅での朝ごはんが少なくても安心してお越しください。

写真は人参  
スープです。  
人参そのもの  
の甘味が  
美味しい人  
気のスープ  
です



てまえみそ

医院のまわりが雑木林になっていて  
せっかくのもみじが隠れていました。  
今年のもみじは赤と緑のグラデーションが何とも言えず、、、。思い切って雑木を切りました。なんと！！川のせせらぎの横でこんな素敵な場所があったとは、、、。ここに医院があることに幸せに思います。こんな思いになるのも歳のせいでしょうか。いいえ！！精神科医のいう「70歳が老化の分かれ道」を読んで、今の生活をできるだけ持続することを心掛けたいと思うこの頃です。

理事 井上節子



## 引き続き感染症対策を！！

《感染症対策》

- マスクの着用
- うがい、手洗い、手指の消毒
- 密を避ける（部屋の換気、ソーシャルディスタンス等）

### ★発熱時の受診について★

発熱や風邪症状で受診をご希望の患者さまは、必ず事前に電話連絡をしていただくようお願いいたします。来院時間のご案内をさせていただきます。

外来部門：太田垣・上村

## Casa.ふわふわシフォンと生プリン販売中！

シフォンケーキは現在プレーンに加えて紅茶クリーム・抹茶クリーム・抹茶小豆クリームとバリエーションも増えました。

（いずれも1個250円。プレーンは150円）  
尚、シフォンケーキはカット前のホールのもまでも販売日1週間前までのご予約にて承ります。（1ホール1,500円）

お問い合わせはカーサTEL：079-664-0124までどうぞ。販売日はホームページまた医院玄関前でご確認いただけます。

12月はココアのシフォンケーキを販売予定です。乞うご期待！！

## お知らせ

医院とCasaは2021年12月30日(木)～2022年1月3日(月)はお休みさせていただきます。

休診中にお薬が切れることがないように、残薬をご確認ください。

追伸：雪の神様へ どうぞ山だけに雪をとどめてください！