



特定医療法人 録三会	
美濃加茂市 太田町 2825	
太田病院	Tel 0574-26-1251
クリニック	Tel 0574-26-2220
中部台ケアセンター	Tel 0574-23-1155
更紗	Tel 0574-23-1011
ディサービス 和	Tel 0574-24-0753

★★あゆみ保育所が 地域型保育事業所となって1周年★★

◆ 地域型保育事業所とは？

3歳未満の保育が必要なお子さまを対象とする地域型保育には、「小規模保育」「家庭的保育」「事業所内保育」「居宅訪問型保育」の4つの事業があります。

当保育所は「事業所内保育所」です。録三会職員と利用定員に応じた地域枠を設け、3歳未満の保育が必要な地域のお子さまも受け入れています。

保護者の方が安心して働くことができるようにお子さま一人ひとりの思いやペースを大切に家庭的な雰囲気の中で、心をこめて日々の保育を行っています。保護者の方が安心して就業頂けるようにサポートいたします。

♪ 保育内容 ♪

天気の良い日は保育所の庭で遊んだり、近くの公園や市役所、駅まで散歩に出かけています。自然に触れたり、地域の方との関わりを持ち、楽しくのびのびと過ごしています。

♪ 季節の行事 ♪

夏には泥んこ遊びや水遊び、秋には運動会、冬はクリスマス会や節分などの行事を行っています。

❀ 病児保育室 たんぽぽ ❀



あゆみ保育所では看護師を配置し、病児保育を実施しています。美濃加茂市の病児保育に登録しているお子さまを対象とし、安静に過ごせる環境の中、保育を行っています。



時間	子どもの活動
7:30	順次登所 自由遊び
9:00	片付け 朝の会
9:20	おやつ
10:00	主活動
11:00	昼食
12:00	午睡
15:00	おやつ
	自由遊び 順次降所
18:00	おやつ
18:30	延長保育

・・・メタボリックシンドロームについて・・・

◆ メタボリックシンドロームの基準

「腹囲」 + 「以下の2つが該当した場合」 がメタボリックシンドローム			
腹囲 男性 85cm以上 女性 90cm以上	+	血 圧	収縮期血圧 130mmHg以上 または 拡張期血圧 85mmHg以上
		空腹時血糖	110mg/dl 以上
		中性脂肪 または HDLコレステロール	中性脂肪 150mg/dl 以上 HDLコレステロール 40mg/dl 未満

メタボリックシンドロームの基準値は、健康な人々の検査データを統計学的に算出した数値のことです。そのため、高血圧症や糖尿病の診断基準とは異なっています。個々の病気としては深刻な状態でなくとも、複数の生活習慣病やその予備軍が重複して動脈硬化が進行するので、見逃さないための基準になります。

腹囲は“内臓脂肪蓄積”の指標になります。内臓脂肪が100cm²以上だと100cm²未満と比べ、合併する疾患数が50%も増加します。日本肥満学会が約1,200人の腹部CTで内臓脂肪を測定したところ、内臓脂肪が100cm²以上に相当する腹囲は男性85cm以上、女性90cm以上となりました。

◆ メタボリックシンドロームはなぜ怖い？

メタボリックシンドロームの状態をそのままにしておくと、動脈硬化が年齢相応よりも速く進行します。動脈硬化とは、血管の壁が硬く変化するとともに、血管壁が厚くなり、血液の流れが悪くなる状態です。動脈硬化で血液が途絶えるとそこから先へ酸素や栄養が届かず細胞が死んでしまいます。これが心臓でおこるのが心筋梗塞、脳でおこるのが脳梗塞です。その結果、後遺症が残ったり、最悪、死に至ることもあります。

自覚症状がないからといって、メタボリックシンドロームの状態を放置してはいけません。メタボリックシンドロームの状態が続けば、自覚症状がなくとも動脈硬化がじわじわと進行していることを忘れてはいけません。

◆ 自宅でもできる！腹囲の測り方！

- ① 上半身の服を脱ぎ、まっすぐ立つ。
- ② 軽く呼吸してリラックスする。
(空気を吸ってお腹を膨らませたり、へこませた状態にはしない)
- ③ おへその高さで水平に測りましょう。
(最も細い部分を測るのはNG！)



結果はどうでしたか？

もし、「ちょっとまずいかも・・・」とか「男性85cm以上 女性90cm以上だった！」という方は、今からでも遅くありません。内臓脂肪を減らすために積極的に歩く、階段を使う、食事を適量にするなど、日常生活に運動習慣、食習慣を取り入れていきましょう。

♡クロスワードパズル♡～ちょっと休憩～

クロスワードパズルは
ご存知ですか？

ヒントの文章をもとに、
タテ・ヨコに文字を入れて
表を埋める遊びです。

テーマは「医療・身体」
です！

□の6文字を並べ替えると、ある言葉がでてきます。

頭の体操にもなるので、
ぜひ挑戦してみてください。

①		③		⑥			⑨
①							
		④		⑦		⑧	
	②						
					⑨		
	④			⑦			⑩
②				⑧			
②		⑤					
		⑤					

* ヒント *

タ テ	① せっけんと流水で感染対策。 ② 鼻腔粘膜の炎症です。 ③ こむら返り。足が〇〇。 ④ 感染症の予防に用いる注射薬 ⑤ 粉末状の薬の事、〇〇ぐすり。	⑥ X線で体の断面を撮影する検査です。 ⑦ 気管分岐部から肺門に至る部分。 ⑧ 視力を矯正する道具は？ ⑨ 化膿すると傷口から出てくる液体。 ⑩ 老廃物等を体外へ出すために血液を 濾過してくれる臓器です。
ヨ コ	① 免疫反応が特定のものに対し て過剰に起こること。 ② 当院の皮膚科の医師は 佐々木〇〇〇医師です。 ③ 医師を英語で言うと？ ④ 薬液や栄養等を静脈に一定時 間に一定量投与する注射法は？	⑤ 体の中にある空間を観察する道具。 ⑥ 血液を全身に送り出す器官。 ⑦ 胃の内壁を撮影するための医療器具。 ⑧ 病原体が体内に侵入すること。 ⑨ 膝から足首までの間のこと。

答えは4ページにあります→

☆太田メディカルクリニック休診のお知らせ☆

- ・ 佐々木 英 医師 5/26(土)～5/28(月)
6/9(土)～6/11(月)
- ・ 西村 正明 医師 5/26(土) 午前診療
6/28(木)～6/30(土)
7/3(火) 午前診療
7/5(木) 午前診療
7/6(金) 午前診療





新入職者紹介 ～よろしくお願ひします



<准看護師> 渡邊直美

この春准看護免許を取得しました。これから毎日勉強することばかりですが、一日でも早く仕事を覚えていきたいと思ひます。

<看護学生> 佐々木康日

趣味でバンド活動をしていります。将来、正看護師の資格を取って、看護師として頑張りたいたと思ひていります。

<保育士> 堀輝美

趣味はトールペインティング、布花作り、草花いじりです。最近、韓国語を習ひ始めました。常に目標に向かつて努力していります。

<理学療法士> 矢澤成

長野県岡谷市出身です。美濃加茂市のことをあまり知らないなので、地域のことを色々教えて頂いたり、声をかけて頂けると嬉しいです。

<理学療法士> 土屋早季

夢だった理学療法士として働くことができ、嬉しい気持ちの反面、不安もありますが、精一杯勉強していきたくたいです。

<理学療法士> 杉山祐喜

病院での仕事は初めてなので、少し不安もありますが、笑顔と感謝を忘れず、少しずつでも成長できるように日々努力しますので、よろしくお願ひします。

<クラーク> 長縄美貴子

医療現場で働くことは初めてで、不安もたくさんありますが、今自分に出来ることを考えて、一生懸命頑張りたくたいと思ひます。

<クラーク> 河合紗苗

趣味は音楽を聴くことです。お勧めの音楽がありましたら是非教えて下さい。患者様に寄り添えるクラークになれるよう頑張りたくたい。

<クラーク> 池戸実乃里

メディカルクラークとして毎日勉強の日々です。診察をしっかりとサポートできるように精進していきたくたいので、よろしくお願ひ致します。

<調理師> 大脇麻椰

よくお世話になつているこの病院で働きたいという願ひが叶い、とても嬉しく思ひていります。どうぞよろしくお願ひ致します。

♡クロスワードパズル～答え～♡

お楽しみいただけましたか？

答えは「たんじょうび」♪

ご本人確認のために誕生日(生年月日)の確認をさせて頂くことがありますので、ご協力お願ひ申し上げます。

て		つ		し	ん	ぞ	う
あ	れ	る	ぎ	ー			み
ら				て			
い		わ		い	か	め	ら
	ど	く	た	ー		が	
		ち			す	ね	
	て	ん	て	き			じ
び				か	ん	せ	ん
え	み	こ		ん			ぞ
ん		な	い	し	き	よ	う



あとがき

暖かくなり、身体を動かすには良い季節になりましたね。

次号の発行は、7月5日の予定です。

経営企画部