



「ひと」と「こと」と「まち」を繋ぎ支えあえる「みらい」を創る
～誰もが自分らしく生きていけるどこよりも温かな地域へ～



ふるさと会 花壇より

展示スペース

リハビリテーション部と当院の患者様が共同制作した作品を展示しています



秋の味覚 8月25日～

生産者（入院患者様）の想いが込められた、美味しそうなぶどうが飾られています。秋刀魚や新米など食欲の秋に食べたいものがたくさんあり、見ているだけでお腹が空いてきそうです。



お月見 9月27日～

9月27日、院内にも秋の夜空を彩る満月が現れました。入院患者さまの心のこもったお供え物や、綺麗な名月をお楽しみください。



33期の表彰者インタビュー

第33期の職員表彰は法人全体で14の表彰を設け、8つの施設・事業所から推薦を受けた総勢50名が受賞対象となりました。

賞の名前を見るだけで、受賞者がどのような想いで仕事に向き合ってきたかが伝わってきませんか？

個人の地道な工夫、チームが一丸となった業務改善、地域とのつながりづくり、そして人員不足という厳しい状況でも踏ん張り続けた姿です。

① 今回の賞を受賞しての感想

② 業務をするうえで大事にしていることや心がけていることは何ですか？

③ 今後の目標や挑戦したいことがあれば教えてください。

④ 他に一言あればお願いします。



相手の立場に立って行動したで賞

地域連携相談室 松森さん

- ① 受賞に際し、ありがたく存じます。
これからも、賞に恥じないよう邁進していきます。
- ② 相手の立場に立って行動することです。
- ③ 病院のますますの発展に努めていきたいです。
- ④ みんなが生き生きとやりがいをもって働ける職場を作りあげていきましょう。



縁の下での栄養サポーターで賞

リハビリテーション部 室岡さん

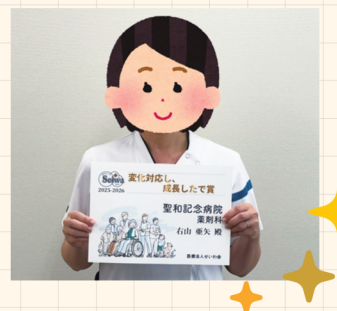
- ① このような賞をいただいたのは、先生をはじめ栄養科や病棟スタッフ、リハビリ内の ST など、多くの方々のご理解とご協力があったからこそだと思っています。
- ② 患者様一人一人に寄り添った "今できること" をつねに考え、行動しています。
- ③ これからも患者様の思いに寄り添い、多職種で協力・連携しながら一人ひとりの「食べる」を支えていければと思います。
- ④ 皆様に感謝 !!!! です。



変化対応し、成長したで賞

薬剤科 右山さん

- ① 成長のチャンスを与えてくださったことに、感謝します。
これを励みに、まだまだ成長できればと思います。ありがとうございます。
- ② 丁寧な対応を心がけています。
人員が少ない部署なので、いかに効率良く業務をこなすか、その中で自分に何ができるかを考えています。



四方良しで行動したで賞

聖和訪問看護ステーション 五孝さん

- ① このような賞をいただき、大変嬉しく思います。
- ② 相手の立場に立って考え、丁寧な対応をすることを大切にしています。
- ③ 今まで以上に知識や経験を増やし、周囲から信頼される存在になることが目標です。



敬老の日

敬老の日にちなみ、患者様のご長寿をお祝いする気持ちを込めて、敬老の日のメニューを提供しました。



9月21日提供

敬老の日メニュー

- ・赤飯
- ・魚の卸かけ(たら)
- ・茶碗蒸し
- ・ジョア

秋を元気に過ごす！食事のひと工夫

夏の疲れが残っていませんか？

① 1日3食、規則正しく食べる

主食 + 主菜 + 副菜の揃った食事を心がけましょう。

- ✧主食：ごはん、パン、麺類
- ✧主菜：肉、魚、卵、大豆製品
- ✧副菜：野菜、きのこ、海藻類



② 「秋の温活」で体を整える

秋は1年の中で、もっとも寒暖差が激しい季節です。身体を内側と外側から温めて、自律神経を整えましょう。

- ☀朝一番の温かい一杯：朝起きたら、まず白湯(さゆ)を飲み、お腹を優しく起こします。
- ☀体を温める薬味・食材：生姜、にんにく、ネギ、大根、かぶ
- ☀おすすめの調理法：うどん、具沢山のスープ、蒸し料理



③ 疲労回復に役立つ栄養素をとる

「しっかり寝たはずなのに、体が重い……」そんなときは、体内の細胞が栄養不足を訴えているサインかもしれません。クエン酸やビタミンB1群などを取り入れて、夏の疲れを回復しましょう。

- ✧クエン酸 …… エネルギーを作る仕組みをスムーズに働かせる成分。
梅干し、レモン、グレープフルーツ、お酢(黒酢など)
- ✧ビタミンB1 …… 玉ねぎやニンニクに含まれる「アリシン」と一緒に摂ると吸収率がアップします。
豚肉と玉ねぎの生姜焼きなど

④ 旬の食材を楽しむ

秋の旬の食材を取り入れて体力を補い、免疫力を高めましょう。

さつまいも、山芋(長芋)、かぼちゃ、れんこん、チンゲン菜、しいたけ、しめじ、マイタケ
サバやサンマなどの青魚、秋鮭
梨・栗・ぶどう・柿



⑤ しっかり休息をとる

38～40℃のぬるめのお湯にゆっくり浸かることで、良質な睡眠につながります。

津古ふるさと会

6月14日 花壇の整備&河川内草刈り

5月に植え替えた花壇の花への水遣りと、草取りを行ないました。
宝珠川 前田橋～内畑橋間の河川内の草刈りも行いましたが、例年にない暑さのため作業時間を短縮し終了。



7月12日 花壇の整備&河川内草刈り

花壇の水遣りと草取り、前田橋～内畑橋間の河川内草刈りを行ないました。連日の暑さで、早めに作業を終えました。



8月9日 コスモスの種蒔き

連日の猛暑による熱中症や疲労を防ぐため、朝6時よりテントを張って作業開始。
種を蒔いて土を掛けたあとは、ローラーで押さえ除草剤を散布しました。
お花を咲かせる秋が楽しみです。



9月6日 花壇、播種地廻り&河川内草刈り

コスモス播種地内の除草と、宝珠川内に茂った草刈りを行ないました。暑さが和らぎ、少し秋の気配を感じる中での作業となりました。



地域のお知らせ10月下旬～2月

小郡市観光協会

城山公園 紅葉



★11月下旬にかけて市内紅葉の見どころ

①かえる寺のモミジ

境内を彩るモミジが美しい。先代のご住職が京都から帰郷された際に自ら植えられたモミジが訪れる方々を魅了します。

②城山公園のメタセコイア

桜の名所として知られる城山公園は、秋の紅葉も魅力。色づいたメタセコイアがしっとりとした風景をつくり出し、まるで映画のワンシーンのような美しさを見せてくれます。

③津古八龍神社の銀杏

落雷の被害にあっても見事に紅葉する銀杏。樹齢300年以上と推定されています。

★牟鷹神社の早馬祭 11月 第3日曜日

五穀豊穡や無病息災を祈る行事。新しい稲穂やワラで馬を模して作られた大きな早馬を祭り当日、牟鷹神社へ奉納し神事の後、早馬を担いで集落を巡ります。

★如意輪寺の火渡り 1/17(日)

新年の無病息災を願う、如意輪寺の「初観音・柴燈護摩供(さいとうごまく)火渡り」。約45年以上にわたり続くこの行事には、一年の健康と幸せを願い、毎年県内外から約2,000人の参拝者が訪れます。

小郡市観光協会 イベント情報

イベント情報の詳細は、右記の二次元コードからご覧ください。Instagram でも情報発信中です。

問 ☎0942-72-4008



ふれあい館三国 地域行事



イベント情報は予定ですので、最新の情報はホームページをご確認ください。

★みくにカフェ 11/10(火)

★こころとからだの健康講習会 11/8(日)、11/19(木)

★フレイル予防講座 11/12、12/10、1/14(木)

★もくもくセミナー 相続準備 11/19(木)

家計のバランス 12/17(木)

年金あれこれ 1/21(木)

★バサラククッキング 11/21、12/26、1/23(土)

★ふれあい館三国 サークル発表会 11/28(土)～29(日)

ふれあい館三国 イベント情報

イベント情報は随時ホームページにアップしておりますのでご興味のある方はご覧ください。

問 ☎0942-75-3392



のぞみがおか生楽館 地域行事



★フレフレ元気アップ教室 毎月第2、4(水) (10:00～11:30)

★みんなでウォーキング 11月～2月 第4木曜日 (9:30～11:30)

★誰でもできるらくらく介護 12/2(水) (13:30～15:30)

★おたのしみカフェ 12/16(水) (13:30～15:30)



地域情報

★ペット防災セミナー 11/29(日)

★どんと焼き 1/10(日)

のぞみがおか生楽館 イベント情報

イベント情報はホームページでご確認いただけます。ご参加お待ちしております。

問 ☎0942-75-6607



※2026年10月時点の情報です。イベントは変更になる可能性がありますのでご了承ください。

一 外来担当表一

令和8年10月現在

診察時間		月	火	水	木	金	土
午前	1診	藤本		蓮尾	森田	岡本 (循環器)	ローテーション
	2診	森田	古野	森田	古野	古野	
	3診		吉峯		坂本 (整形外来)	大塚	
午後		河野	山田	藤本	大塚	徳田	※土曜午後 詳細検査は 実施していません
					坂本 (整形外来)	岡本 (循環器)	

※11月20日(金)より、週によって循環器の担当医師が変更となります。

(医) せいわ会 聖和記念病院

診療科目	内科/胃腸科/呼吸器科/循環器科/リハビリテーション科
診療時間	月曜～土曜 9:00～12:30 13:30～17:00
休 診 日	日曜および祝祭日、年末年始 (12/31～1/3)
関連部門	居宅介護支援事業所 聖和ケアプランサービス 訪問介護せいわ 聖和訪問看護ステーション

HPも
随時更新中!!



医療法人せいわ会
聖和記念病院

〒838-0102 福岡県小郡市津古1470-1
TEL 0942-75-1230 FAX 0942-75-7516
せいわ会HP <https://www.seiwa-kai.com>

本誌に掲載されている患者さんのお写真は、ご本人・ご家族より承諾を得ております。

