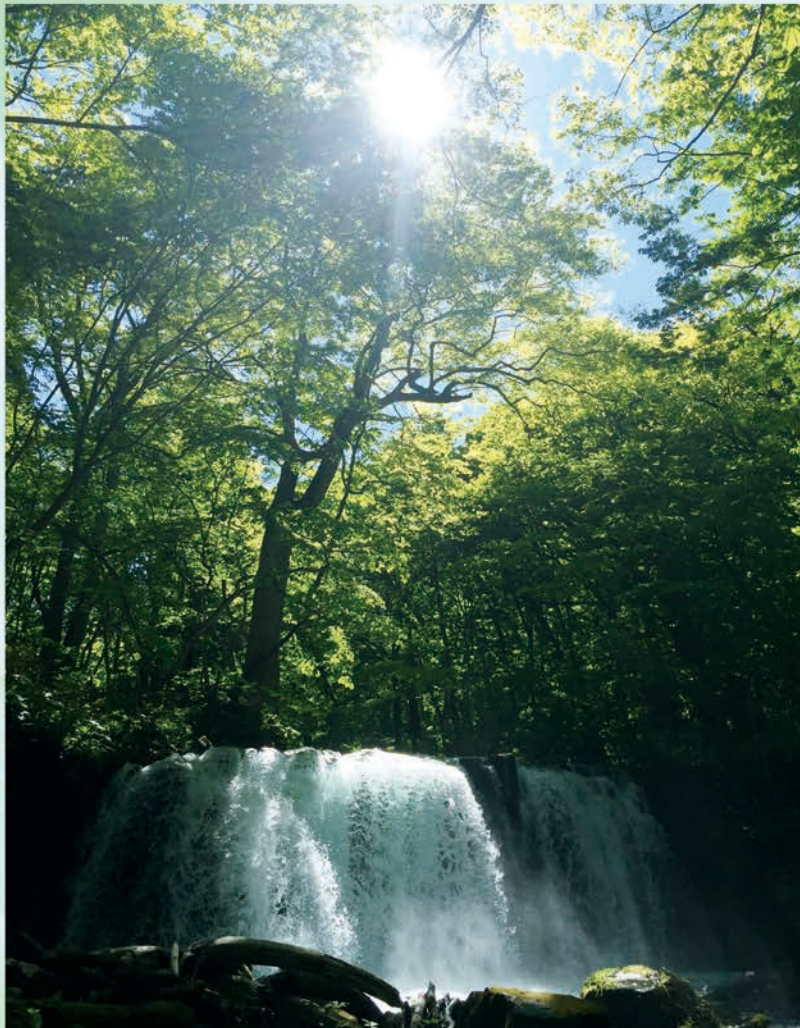


For

Our Policy is “For the Society , For the Patient , For Myself”

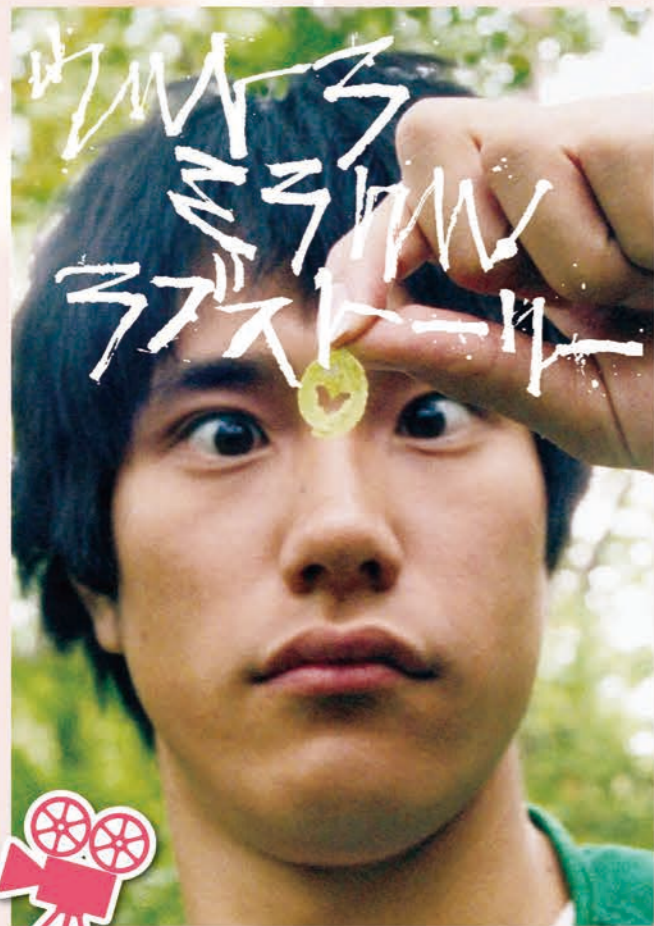


「銚子大滝」 Photo by E.Takanari

CONTENTS

- おすすめシネマ 『ウルトラミラクルラブストーリー』..... 1・2ページ
- 特集 施設紹介 『サービス付き高齢者向け住宅
シニアセイフティマンション 悠楽の里』..... 3・4 ページ
- 病気について 『春のうつ 病』..... 5 ページ
- おすすめの一冊 『うつヌケ うつトンネルを抜けた人たち』..... 6 ページ
- 花言葉 『ハナミズキ』..... 6 ページ

ウルトラミラクルラブストーリー



●ストーリー

事故で恋人を亡くした傷を癒す為、東京から青森に引っ越してきた神泉町子(麻生久美子)。浮気相手と事故にあったという恋人の首は未だ見つからない。彼女が幼稚園の“町子先生”として働き始めてすぐ、トラックで野菜を売っている水木陽人(松山ケンイチ)と彼の祖母に出会う。

幼稚園の芋掘り大会担当になった町子先生は、陽人と関わる事になる。脳の障害を持つ陽人は、町子先生に対して恋心を抱くようになり、祖母からの外出禁止令が出されている中、キャベツ畑に首を残して埋まるという遊びをする。だが、つき合わせた少年が何も知らずに農薬を撒いてしまい、病院に運ばれる。その日を境に、奇妙な行動や言動がなくなった陽人は町子先生に猛アタックするが、「恋人がいるから」と振られてしま

まう。農薬を浴びて数日後、陽人は元に戻りそうになり、また、農薬を浴びれば町子先生に嫌われずにすむと信じて、再び農薬を浴びる。

やがて町子先生と距離が近づいた陽人は、「一生大切にするとプロポーズにも似た告白をするが、農薬を浴び続けた彼の身体は限界を迎えようとしていた。心臓が止まっても陽人は死ななかったが、食事も睡眠も取れずに生活する陽人と暮らし始める事にした町子先生。二人の間には不思議な絆が芽生え始めていたが、それにも終わりが近づいていた…。



●見どころ

恋を知らない変わり者の青年が初めて恋をして、奇跡のような出来事を次々に呼び起こす様を描いたラブストーリー。松山ケンイチが新進気鋭の女性監督・横浜聡子とタッグを組み、彼らの故郷である青森県で全編ロケを敢行しています。



青森県人なら縁のある津軽弁が、独特の笑いを生む恋愛映画です。

- 【監督・脚本】 横浜聡子『ジャーマン+雨』で長編デビュー
- 【原作】 横浜聡子「ウルトラミラクルラブストーリー」(角川書店刊)
- 【キャスト】 松山ケンイチ・麻生久美子・ARATA・ノゾエ征爾・渡辺美佐子・藤田弓子・原田芳雄
- 【配給】 リトルモア
- 【製作】 「ウルトラミラクルラブストーリー」製作委員会
- 【公式HP】 <http://www.vap.co.jp/umls>



映画感想

町子先生役の麻生久美子以外は全員が津軽弁を使用しており、県内の方には親しみ深いと思われる。松山ケンイチの流暢な津軽弁・キャベツ畑に埋まる等の陽人を演じる上での数々の奇行の演技は、ずば抜けています。他のキャストも豪華で、しっかりと松山ケンイチ、麻生久美子ら主演の脇を固めています。

青森の自然溢れる美しい風景でのロケや独特な演出の数々は見応えがあると感じました。

(文/青仁会 松館 優司)

ウルトラミラクルラブストーリー DVD

- 収録時間/120分
- 組数/2枚組
- 販売元/VAP.INC
- 発売中・レンタル中**

サービス付き高齢者向け住宅
シニアセイフティマンション

悠楽の里



悠楽の里は“あなたのため”の安楽な生活の場です。

「サービス付き高齢者向け住宅」は、国土交通省・厚生労働省が所管する「高齢者の居住安定確保に関する法律（高齢者住まい法）」に基づいた自立した高齢者のための住宅ですが、最近「サービス付き高齢者向け住宅」と称して、有料老人ホームなどのように介護保険を過度に使わせるところが多くみられます。（入居費が安くても他に介護保険サービス費がかかります。）このような施設は、一旦介護度が軽くなると退去させるところも少なくはありません。当施設は、そのような心配はなく、楽しく安心して元気に過ごして頂ける施設となっております。

サービス付き高齢者向け住宅 悠楽の里メリット 七ヶ条

- ①入居条件が厳しくない… 60歳以上の方であれば、健康な方から軽度の介護や支援が必要な方まで、基本的にどなたでも入居が可能です。
- ②住み替えが容易… お引越しの世話も致します。また、マイホーム借り上げ制度を利用し、自宅を売却せずに住み替え資金として活用している方もおります。
- ③安否確認、見守り付き… 現在、高齢者の一人暮らしが最も心配されております。当施設では24時間見守り付き、食事、外出等の状況把握や安否確認をさせて頂いております。
- ④外出・外泊は自由… 介護施設と異なり、サービス付高齢者向け住宅は「自宅」となるので外出・外泊の制限等は一切ございません。
- ⑤生活相談・生活支援… 電球の交換からお部屋の掃除まで日常の困りごとは、すべて対応させていただきます。
- ⑥地域医療機関との連携… 地域密着型の施設として、市内外の医療機関と連携体制が整っておりますので緊急時の対応も万全。（あおぞらクリニック隣接）
- ⑦入居費用も安心価格… 入居一時金や追加料金がなく、月々定額で安心して生活できます。

ご相談・見学など、随時受け付けております。お気軽にご連絡ください。



～週1回の太極拳を楽しんでいます～

楽しむ

お風呂は24時間いつでも使用OK、温泉並みの大浴場も完備。
パーク内の芝生広場では、グランドゴルフ、太極拳、室内では粘土教室、各種ゲーム等、暮らしを彩るイベントを多数開催しています。

『こだわりのお食事』
ライフコミュニティパーク内のレストラン「味彩亭」ではプロの管理栄養士、調理師がひとり一人の健康とバランスを考えたお食事を提供いたします。

安心



便利

ライフコミュニティパーク内にあおぞらクリニック、コンビニセブンイレブンも隣接！他にも徒歩圏内に銀行、飲食店、スーパー、ホテル、公共施設等多数あり。

三沢市の中心街にあって緑の芝生に囲まれ、恵まれた環境に広い居住スペース、居心地の良い空間。全室床暖房・バリアフリー・個室シャワー・キッチン・ベランダ・トランクルーム・大浴場完備！

憩い



利用料金

家賃	38,000円～
生活支援サービス	21,600円
管理費	18,000円
月額	77,600円～
※食費・光熱費はご利用になった分、別途精算となります。	

充実の設備と専門のスタッフが常駐。鉄骨構造で気密性に優れており災害にも安心、スプリンクラー全室完備。24時間スタッフ見守り対応、緊急時の対応も万全。
安心・安全の充実サポート！



お問い合わせ：0176-53-5323（代表） 担当：村山

天然温泉のある
サービス付き高齢者向け住宅

悠湯の里



悠湯の里は“あなたのため”の安楽な生活の場です。

「サービス付き高齢者向け住宅」は、国土交通省・厚生労働省が所管する「高齢者の居住安定確保に関する法律（高齢者住まい法）」に基づいた自立した高齢者のための住宅ですが、最近「サービス付き高齢者向け住宅」と称して、有料老人ホームなどのように介護保険を過度に使わせるところが多くみられます。（入居費が安くても他に介護保険サービス費がかかります。）このような施設は、一旦介護度が軽くなると退去させるところも少なくはありません。当施設は、そのような心配はなく、楽しく安心して元気に過ごして頂ける施設となっております。

サービス付き高齢者向け住宅 悠湯の里メリット 七ヶ条

- ①入居条件が厳しくない... 60歳以上の方であれば、健康な方から軽度の介護や支援が必要な方まで、基本的にどなたでも入居が可能です。
- ②住み替えが容易... お引越しのお世話も致します。また、マイホーム借り上げ制度を利用し、自宅を売却せずに住み替え資金として活用している方もおります。
- ③安否確認、見守り付き... 現在、高齢者の一人暮らしが最も心配されております。当施設では24時間見守り付き、食事、外出等の状況把握や安否確認をさせて頂いております。
- ④外出・外泊は自由... 介護施設と異なり、サービス付高齢者向け住宅は「自宅」となるので外出・外泊の制限等は一切ございません。
- ⑤生活相談・生活支援... 電球の交換からお部屋の掃除まで日常の困りごとは、すべて対応させていただきます。
- ⑥地域医療機関との連携... 地域密着型の施設として、市内外の医療機関と連携体制が整っておりますので緊急時の対応も万全。
- ⑦入居費用も安心価格... 入居一時金や追加料金がなく、月々定額で安心して生活できます。

ご相談・見学など、随時受け付けております。お気軽にご連絡ください。



～皆さんで昔の映画を鑑賞しています～

入居3年目 86歳 女性Aさん
以前、関東に住んでいましたが、旦那も亡くなり一人で生活していく事が不安になり、ひとり娘が嫁いだ八戸にある悠湯の里に思い切って引っ越してきました。スタッフの皆さんも親切な方ばかりで、見守り付き、天然かけ流しの温泉付き、食事付きで悠々自適な楽しい生活を毎日送っています。

入居2年目 75歳 男性Bさん
今まで持ち家に一人暮らしでしたが大病を患い、食事の準備、洗濯、掃除等身のまわりの事が煩わしくなったので自宅を処分して悠湯の里にお世話になる事に致しました。洗濯、掃除等はヘルパーさんをお願いをして、私は毎日大好きな温泉に入り、おいしい食事を頂き、湯治に来ているような気分で生活しております。

源泉かけ流し天然温泉



源泉名 八百刈温泉 泉質 ナトリウム-塩化物泉
泉温 47.9度 効能 慢性消化器病・神経痛など

栄養士、調理師が皆さんひとり一人の健康とバランスを考えた食事を提供いたします。
また、充実の設備と専門のスタッフが常駐、24時間スタッフ見守り対応緊急時の対応も万全。
安心・安全の充実サポート！

新幹線を降りて八戸駅から徒歩10分、よこまちスーパーさんの近くに悠湯の里はあります！
高齢者の方が生活する上で最高の立地条件にあり、徒歩圏内にはスーパー、病院、薬局、銀行、バス停等必要な施設が多数あります。

安心
便利



ご利用料金

家賃 32,500円～ 生活支援サービス 20,000円
管理費 14,800円 月額 67,300円～

※食費・光熱費はご利用になった分、別途精算となります。



お問い合わせ：0178-27-8888（代表） 担当：村山

春のうつ病

春はうつ症状が出やすい季節です。自律神経が不安定になりホルモンバランスが崩れる一方、大きな環境の変化でストレスを感じることも多く、精神の問題が表に出やすいからです。



原因①

環境変化によるストレス
入学、転校、クラス替え、入社、異動、転勤、引越し…生活環境の変化はたいてい春に集中します。慣れない環境は精神を不安定にします。

原因②

寒暖差による自律神経の不調
冬から春への季節の変わり際には、朝晩の寒暖差や天候の変化が著しい季節になると、体調を崩すことが多くなります。日光浴不足も、その原因と言われています。

症状

気分が沈む、体が重い(だるい)、つらい、食事がおいしくない、熱っぽい、ストレスで夜に眠れず日中に眠くなる、フラフラする、お腹が痛い等、気分だけではなく身体にも症状が現れます。

脳には「幸福の物質」と呼ばれる脳内物質があり、その物質が分泌されると「心の安定」「満足感」を得られると考えられています。それが**セロトニン**です。逆にセロトニンが不足すると「不安感」や「気分の抑うつ」などのうつ症状が現れるのです。

対策

- 規則正しい生活を送る(睡眠を良くとる)
- 日光を良く浴びる(セロトニン増加!)
- 程度の運動をする
- たんぱく質をよくとる。

※春の季節は自身の心の持ちようで楽しくなったり、ストレスを感じる季節になる物です。できるだけ深く考えずに、おおらかな気持ちで過ごすようにしましょう。

青南病院のご案内

診療科:精神科・神経科・心療内科・内科
外来診療:月～土曜日 9:30～11:30

※待ち時間を少なくするための予約制です。
受診を希望される方は、先ずはお電話下さい。

TEL 0178-27-2016

あおぞらクリニックのご案内

診療科:精神科・心療内科・一般内科
外来診療:月～金曜日 10:00～18:00

※待ち時間を少なくするための予約制です。
受診を希望される方は、先ずはお電話下さい。

TEL 0176-58-0909

おすすめの1冊

うつヌケ

うつトンネルを抜けた人たち

書籍紹介

著者自身がうつのトンネルから脱出した体験や「わたしもこうして“うつ”をぬけました」という方々、17名を取材し、うつのトンネルから脱出できた体験談がまんがで描かれています。繰り返される“うつ”をトンネルと表現されており、まんがで描かれているので、うつのトンネルにいるときの苦しみが伝わってきます。しかし、そのトンネルを抜け出すきっかけは、必ずだれにでもあるということ、それは人それぞれであり、大事なことは、自分を好きになること、客観的にみることにあり感じられました。著者自身の思いである、うつのトンネルで苦しんでいる人たちにとって偶然出会う一冊になってほしいという、気持ちが溢れでています。うつのトンネルで苦しんでいる人が脱出できるきっかけになる1冊であり、また、近くで苦しんでいる人ひとがいるなら、そのひとの気持ちにより添える本となっています。



花ことば

花言葉:「永続性」「返礼」「私の想いを受けてください」

ハナミズキ

科・属名:ミズキ科ミズキ属

2004年2月11日にリリースされた一青窈(ひととよう)の代表曲「ハナミズキ」。「君と好きな人が百年続きますように」の歌詞は、ハナミズキの花言葉である「永続性」、「durability(永続性、耐久性)」にもつながる歌詞です。



青仁会のご利用案内

精神科・神経科・心療内科 **青南病院** TEL 0178-27-2016

- 受付時間/8:30~11:30 午後は予約診療となります。土曜日午後・日曜日休診
- 医療機能評価認定病院です。

通所リハビリテーションセンター **青陽館** TEL 070-6955-5453

- 様々な社会復帰に向けたプログラムを用意しています。

はちのへ認知症疾患医療センター

- 認知症の対応や治療等お気軽にご相談ください。 TEL 0178-27-5977

介護老人保健施設 **南山苑** TEL 0178-27-3027

高齢者通所リハビリテーション施設 **南陽館** TEL 0178-27-3009

- 入所及びショートステイ、デイケアなどお気軽にご相談下さい。

認知症対応型共同生活介護(グループホーム) **南寿の里** TEL 0178-20-9898

- 家庭的な雰囲気を提供いたします。気軽にご相談下さい。

訪問看護・介護ステーション **五福** **看護** TEL 0178-70-1622
介護 TEL 0178-32-0088

- 営業時間/8:30~17:30(月~金曜日)

営業日・営業時間外の訪問についてもお相談に応じます。24時間体制で対応します。

サービス付き高齢者向け住宅 **悠湯の里** 

- 高齢者単身・夫婦世帯が安心して暮らせる住まいです。 TEL 0178-27-8888

ライフコミュニティパーク みさわ

住宅型有料老人ホーム **南風苑** TEL 0176-58-5321

- 高齢者が自分らしく暮らせる、ぬくもりのある施設です。

小規模多機能型居宅介護 **南天の郷** TEL 0176-58-5320

- 住み慣れた自宅で生活したい「思い」を応援します。

サービス付き高齢者向け住宅 **悠楽の里** TEL 0176-58-5323

- 悠々適度な快適生活を楽しめます。

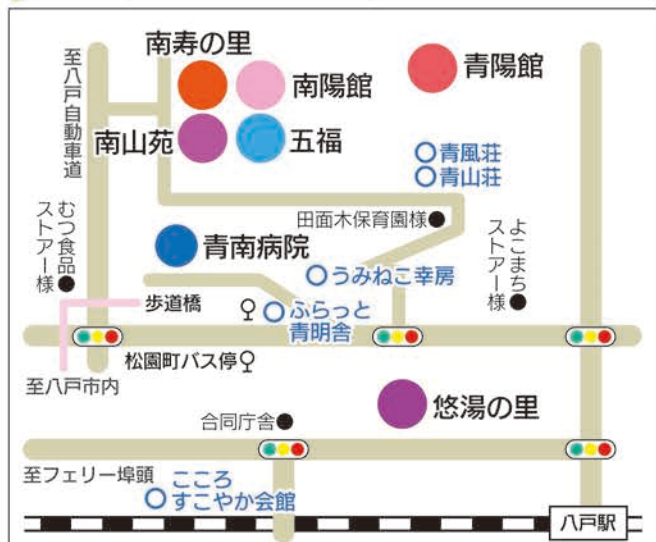
心療内科・精神科・一般内科 **あおぞらクリニック** TEL 0176-58-0909

- 受付時間/9:00~12:30 14:00~17:45

- 診療時間/10:00~(土曜日・日曜日 休診)

- 三沢市と周辺市町村の方々のメンタルヘルスと健康管理に貢献します。

- デイケア/月~金 9:30~16:30(昼食付)



当法人では意欲のある人材を募集しています。

ホームページ <http://www.seijin.or.jp/>

連携施設

公益財団法人 **こころすこやか財団** TEL 0178-27-7094

地域生活支援センター **青明舎** TEL 0178-70-2088
コミュニティスペース **ふらっと**

生活訓練施設 **青山荘** TEL 0178-27-6638

グループホーム **青風荘** TEL 0178-27-7658

グループホーム **あおぞら・あおば・あおめ**

在宅介護支援センター **たえみ(多笑)** TEL 090-1060-7094

若年認知症サポートセンター **ゆえみ(結笑)** TEL 080-2808-3337

若年認知症サロン **ゆうき(結喜)**

障害者就業・生活支援センター **みさわ** TEL 0176-27-6738

認知症対応型通所介護事業所 **結び家** TEL 0178-51-6131

居宅介護支援事業所 **ケアプランセンター まゆすい** TEL 0178-27-7211

青森県

若年性認知症 総合支援センター TEL 0178-38-1360

NPO法人 **ハート・ライフ**

※平成28年6月12日「メンタル・ケア・サポート」から改名

障害者就労支援施設 **うみねこ幸房** TEL 0178-27-7093

家族会 **知恵の輪**



「ひまわり」 Photo by Y.Miyakawa

私達の理念

みんなのために

すべての人達に、分け隔てない最善の医療を提供するよう努め、社会のニーズに応じて、自分達の出来る事を、実直に行っていきます。

あなたのために

利用者本位を基盤とした、こころ暖かな医療環境と安心して受けられる安全な医療の提供に努めます。

わたしのために

自分達の仕事に誇りと責任を持ち、自らに満足のいく仕事内容であるよう専心いたします。

発行者/医療法人青仁会 千葉 潜

発行日/平成29年6月15日 年2回発行

※この冊子はスタッフにより作成されています。