

# 小白川 ケアセンター

医療・介護福祉・児童福祉複合施設

「すべての世代に笑顔と幸せを届けます」



写真：山形大学の学生と利用者・子ども達との制作活動の様子

社会福祉法人 恩賜財団 済生会支部山形県済生会



山形県済生会  
小白川ケアセンター

# 先生にインタビュー

## 山形済生病院附属小白川診療所

### 整形外科医 石垣大介先生



整形外科では腰、膝、肩、頸、手、足の痛みや不具合を診療しています。

小白川、緑町、七日町、東原地区を中心とした市民の皆様が、普段の生活や仕事の中で痛んだり、不安に思ったりしていることがあれば、当診療所にご相談ください。まずは何に困っていらっしゃるのか、話をよく聞くことから始め、患者さんの都合や時間に合わせた検査や治療を提案いたします。

また、済生病院の分院ですので、詳しい検査や手術治療が必要な時は、整形外科はもちろんのこと、それ以外の診療科であっても済生病院へスムーズに紹介することができます。

当診療所の特徴は、小さな診療所には珍しく、DEXA法という骨粗鬆症の検査機械を持っていることです。これは大きな病院が保有している設備と同じで骨の量を調べることができます。

60歳代以降の方は、骨粗鬆症の検査を受けてみませんか？

#### 石垣先生にもうすこし聞いてみました♪

広報：先生の好きなことやリラックス方法を教えてください。

先生：歌うことが好きで、合唱団で歌っています。気分転換ができ、リラックスもできます。先生の歌声、ぜひ聴いてみたいです♪

広報：先生の元気の源は何ですか？

先生：スパゲッティです。スパゲッティを食べることが元気の源で、自分でも作っています。ご自身でも作られるくらいお好きなんですね🍝

石垣先生、インタビューにご協力いただき  
ありがとうございました。

#### 山形済生病院附属小白川診療所

- ・診療科目 内科・整形外科
- ・診療時間 午前9：00～12：00

受付は11時まで。

\* 月曜日のみ診療は9：30開始となります。



# 探訪

小白川ケアセンターの  
通所リハビリ・デイサービス  
ってどんな所？

VOL.1

山形済生病院附属小白川診療所  
通所リハビリテーション

## 半日型・少人数だから利用しやすい！

私たちの通所リハビリ一番の特徴は「半日型」ということ。利用者様は生活スタイルに合わせて、午前の部と午後の部から利用したい時間帯を選べます。また、お風呂と食事のサービスが無いので、「集中的に運動したい」「1日中通いのサービスを使うのは長い」「食事とお風呂のサービスは不要」という方にオススメです！



## マシントレーニングで普段使わない筋肉を活性化！



私たちの通所リハビリは、運動器具が充実しています。特に8種類のマシンを使ったトレーニングは「楽に動かせる」程度の負荷で行うので、どなたでも気軽に始めることができます。低負荷でのマシントレーニングは、普段使わない小さい筋肉を効率よく活性化することができるため、「姿勢改善」「疲れにくい体づくり」に効果的です。

## 1日ゆっくり過ごしたい方にぴったり！

デイサービスセンター小白川では、皆さんが安心して過ごせる場所を提供しています。食事や入浴、運動など、毎日を充実させるプログラムをご用意しています。広々としたお風呂で、リラックスしながら入浴できます。スタッフがしっかりサポートするので、安心です！



## 笑顔あふれるレクリエーション



外出する機会が少なくなっている利用者様も多いので、皆でお出かけしました。今回はぐっと山形までドライブ。冷たいデザートを食べ、皆さんニコニコ顔です。また、カラオケや囲碁など利用者様に合わせたレクリエーションも充実しています。おやつレク（ホットケーキ作り）も楽しいですよ。

デイサービスセンター小白川

# 令和7年度第1回 総合防火防災訓練

7月16日(水)午後1時30分より第1回総合防火防災訓練を行いました。  
全体で館内の防火設備と防災監視盤を確認し、模擬通報訓練を行いました。  
また、利用者の方に協力いただき各事業で避難誘導訓練を行いました。  
消火訓練は7月14日(月)から7月17日(木)まで各グループで実施しました。



訓練を繰り返し、対応力を身につけ、防災意識を高めていきます。

## 寄付・寄贈・ボランティア

伊藤 ふじえ 様      佐藤 恵美子 様  
阿部 昭典 様      加賀 是彦 様  
株式会社ファーストリテイリング 様

ボランティア

7月15日「音の宅配便」 小野 様

他、タオル類、紙おむつ等、  
沢山お持ち頂きありがとうございました。



(令和7年4月1日～令和7年9月30日)

## ご意見・ご要望など

「玄関のテーブルに杖を立て掛ける、  
滑り止めマットがあると良い」と  
ご意見をいただき、滑り止めマットを  
設置しました。  
貴重なご意見ありがとう  
ございました。



令和6年度(令和6年4月1日～令和7年3月31日)  
小白川ケアセンター事業報告及び収支決算について

以下により閲覧いただけます。

場所：小白川ケアセンター1階事務室

時間：平日 午前9時 ～ 午後5時

ご希望の方は、お申し出ください。



## お知らせ

令和7年10月25日(土) 10:00～15:30

『小白川ケアセンターフェア 2025』開催します！

無料体験、芋煮の無料配布、催事、売店等を行います。

小白川ケアセンターでの普段の活動の様子等は、山形県  
済生会のホームページでご覧いただけます。  
「小白川ケアセンターブログ」で検索してみてください。  
右のQRコードからもご覧いただけます。



あ  
と  
が  
き

小白川ケアセンター広報誌7号をお読みいただきありがとうございます。  
今回のお便り、いかがでしたか？少しでも楽しんでいただけたなら幸いです。  
秋の彩りが深まる中、皆様が心豊かにすごせますよう、スタッフ一同精一杯お手伝いさせていただきます。

広報委員 / 山口仁志・佐藤秀也・岩城多香代・今田恭裕・鈴木幸子・横山朋浩・井上美友紀・野口幸歩



編集・発行 社会福祉法人 恩賜 済生会支部 山形県済生会 小白川ケアセンター

〒990-0021 山形市小白川町2丁目3番1号 TEL 023 (616) 5080 FAX 023 (616) 5081

E-mail [kojirakawa@yamagata-saiseikai.org](mailto:kojirakawa@yamagata-saiseikai.org)

発行責任者 / 濱崎 允 発行日 / 令和7年9月30日