



井上病院 伝言板

第282号 2021年5月

さわやかな5月の風が心地よく感じられる季節になり、外で散歩をしたくなるような穏やかな気温が続くようになりましたが、皆さまいかがお過ごしですか。なかなか旅行もいけないと思われますので今回は「家での過ごし方」について話したいと思います。

おうち時間過ごし方

【2021】ゴールデンウィークは何する？おうち時間を楽しむ10の方法」から引用。）

1. テレビや映画、動画配信サービスを楽しむ。
気になっていた作品や忙しくて見られなかった作品をまとめて鑑賞。
2. いつもより贅沢やデリバリーやテイクアウトで外食気分を味わう。
3. エクササイズや軽い運動をすること。
自宅でできる適度な運動で心も体もリフレッシュさせましょう。
4. 子供や孫と一緒にゲームで遊ぶ。
テレビゲーム以外の遊びではボードゲームがおすすめです。
ドイツで生まれた「カタン」は大人から子供まで夢中になって遊べるのが魅力のようです。
5. 料理を楽しむ。
普段は作らない手の込んだ料理や子供が喜ぶお菓子作りはいかがでしょう。
6. 読書をしてリラックスする。
本屋に足を運ばなくても電子書籍等でご自宅で読書が楽しめます。
7. おうちの大掃除や模様替えをする。
せいかくの連休のため、物を片付けて部屋を綺麗にするチャンスです
のでこの期間を活用して一気に片付けるのもいいかもしれません。
8. おうちキャンプをしてみる。
テントの中でお菓子をたべたり手軽にアウトドア気分を味わってみては
いかがでしょうか。
9. 勉強をしてスキルアップをする。
最近は自宅で学習できるオンライン動画もありますので、
ゴールデンウィークを利用して英語やプログラミングなどのスキルを
あげるのもいいかもしれません。
10. ネットショッピングを楽しむ。
旅行やお出かけを我慢する分、地方の美味しいグルメを取り寄せて
旅行気分を味わうのもいいのではないのでしょうか。

< 井上病院 理念 >

医療を通じ 地域の方へ
安心を提供すること

絶え間ない質の改善を行うこと

自分や自分の家族が受けたい
医療を行うこと

働きがいのある
明るい職場をつくること

Information

news

面会 制限 について

当院では、患者様への新型コロナウイルス感染症対策として**面会を禁止**とさせて頂いており、**病棟での病状説明を中止**しております。

【面会について】

対面での面会は禁止しております。

オンライン面会も可能ですので当院HPよりお申込み下さい。

【病状説明について】

病棟での説明は行っておりません。

オンラインもしくは、外来診察室での説明となります。

【手術の際の待合について】

1階受付前のスペースでお待ちください。手術の説明に関しても外来で行います。

受付 について

《外来完全予約制》午前9:00～13:00 午後14:00～17:30

《休日》土曜日 13:00以降 / 日曜日・祝日・年末年始

※外来リハビリテーションは火、水、木の09:00～10:30の予約制となっております。

感染しない！させない！を目的として当院受診をされる方は、症状のある・なしに関わらず、**必ずマスクを着用して来院してください。**

手指消毒にご協力ください。



院内に消毒用のオートディスペンサーが設置されました。
手をかざすと、泡状の手指消毒液が自動で出てきます。
正面入り口や診察室前等、院内各所にございますのでご利用ください。

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、
ご協力をお願い致します。

駐車場のご案内(30台)



最初の40分 100円
以降30分毎 100円

外来診療を受けられた、
患者様は駐車料金が無料になります。
入院患者様・お見舞い・
ご家族の駐車は有料となっております。



社会医療法人 春回会

〒850-0045

長崎県長崎市宝町6番12号

TEL 095-844-1281

FAX 095-813-0303

<http://www.shunkaikai.jp/inoue/>



「医療を通じて 安心を提供する」