

大磯の町で

医療・福祉と

仏教という一見不思議な組合せ。

生活・医療・介護が相談できる

暮らしの保健室

はじまります。

夜の保健室

もあります。



共催

合同会社地域包括ケアステーション / 宗教法人 東光院

安養にという思い

健康とは、病気でないとか、弱っていない
ということではなく、肉体的にも、
精神的にも、そして社会的にも、
すべてが満たされた状態 (well-being)
にあることをいいます WHO 憲章 前文から

様々な領域においてウェルビーイングという言葉を見かけることが増えました。
身体的・精神的・社会的に良好な状態にあることを意味する概念で、
「幸福」や「健康」と翻訳されることも多い言葉です。

明治期から、海洋性気候により過ごしやすく転地療養地としての歴史のある大磯は、
ある意味でウェルビーイング指向の土地柄だといえます。

そんな大磯の寺院 東光院でウェルビーイングに資する場として、
医療・福祉 × 仏教の「暮らしの保健室 - 安養 -」を8月より開催しております。
心安らかとなり、身が養われるという意味の「安養」は、まさに仏教用語での
ウェルビーイングであり、地域の安養の場となるようにとの思いを込めて。



べつにたいしたことではない
ちょっと不安になっているだけ
でもほんのちょっと話したい
そんなときにふと思い出してほしい
医療・福祉のプロ達と
僧侶がダベっている
場所があることを

保健室ほけんしつがある暮らし

「学校の保健室のように、ちょっと具合が悪い時、悩みや心配ごとがある時、
何もなくても誰かと話したい時に、気軽に立ち寄れる場があれば」

ある看護師さんのそんな思いから始まった「暮らしの保健室」。

誰でも予約なしに無料で、健康や介護や暮らしの中でのさまざまな困りごとの相談が
できる場は、様々なかたちで日本全国に広がっています。

いつ誰が行っても歓迎してくれる場所。

どんな自分も受け止めてくれる場所。

「休んでもいいよ」と言ってくれる場所。

僧侶だからできること

世界幸福度ランキングでは、年々順位を落とし続ける日本。経済の長期低迷と少子高齢社会。過去のロールモデルが役に立たない激しい変化の時代。「働き方改革」ならぬ「生き方改革」が必要となってきている様に感じます。病気になるって医療にたよる時代から、元気なうちから自分の身体との付き合い方をみつける時代に。介護が必要になってから介護保険制度を調べる時代から、若いうちから介護保険制度を活用する地域の先輩達とともに歩み、生き様から学ばせてもらう時代に。個々の個性と選択を尊重しつつも、皆で大きなお世話をかけあう時代に。核家族が深化し孤立傾向にある家族の枠を新しい枠組みに広げてゆく時代。そうした「生き方改革」のその先に私達のウェルビーイングがあるように思います。医療をもっと私達自身が積極的に使いこなし、自分流の生き方を模索するその一助にこの「暮らしの保健室 安養」がなれば幸いです。

東光院住職

おののち ぎんぎん
大澤 暁空

誰にでも開放された場所

小さなお子さんから年配者まで心地よく

車いすやオストメイトにも
使いやすい冷暖房完備した
ユニバーサルトイレあります。



貸出車いすあり。
土足で利用しやすく
エレベーターも完備



オムツ替えや
授乳室もあり。

みんなの
居場所に

寺には福祉車両あり。
お迎えに伺うことも
できます！



大磯の真言宗 東光院
船附山 葉王寺

保健室を一緒に盛り上げてくださる
看護師さんや、PT・OT・STさんを
大募集しています！

2300冊の本があるお寺フリースペース

東光院住職 大澤 暁空

BAR ANYOU

医療・介護職が集まるバー

夜の保健室

毎月 第4土曜日
17:00～21:00

医療・福祉職と共に

お酒を片手に語り合う時間

第4土曜日の夕方からは、ちょっと

趣向を変え、気軽な語り合いの場を。

普段は真面目なプロ達のおフタイム

の語らいの場に皆様をご招待します。

この時間帯は食べ物や飲物の持ち込

が可能になりますが、飲酒は目的で

はなく、お酒は軽やかな気持ちで語

り合うためのスパイスです。

日頃の子育てで少し疲れたお母さん。

介護者と被介護者ふたりでの参加や

平日にはなかなか参加

できない現役世代の方など、

多様な方々の来訪を

お待ちしております。



自分の身体と向き合う

誰でもいつかは車いすが必要になり、認知症になります。

私達の体は常に変化を繰り返す。まさに諸行無常です。

しかし、私達は身体に不調がおきたり、病になって初めて

病院に受診して自らの身体を客観的に知ることとなります。

そうなる前に、身体と向き合い病気を予防するアプローチ

があればきっと、もっともっと豊かな人生になるはず。

暮らしの保健室 安養では、身長計や体成分分析装置、骨密

度測定器、握力計、血圧計など医療にも利用できる高精度

機器で身体を数値で捉えられるお手伝いをいたします。

ヘルスリテラシー向上に寄与する拠点として地域のなかで

ご活用下さい。スポーツを

するお子様の身体把握や

若年者のダイエットにも

ご活用いただけます。

こちらの体成分分析装置は、暮らしの保健室の日程以外でも東光院でご自由にご利用頂くことができます。健康増進にご活用下さい。

InBody570 体成分分析装置

身長
体重
筋肉量
体脂肪
水分量
内臓脂肪
ミネラル
基礎代謝
栄養状態
むくみ



医療用機器に匹敵する高い精度で
ご自分の身体の内側を知ることができます。

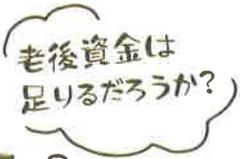
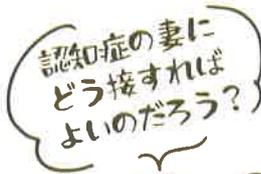
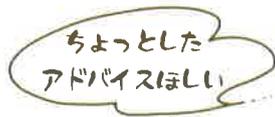
ヘルスリテラシー

健康情報を手し、理解し、評価し、活用するための知識、意欲、能力であり、それによって日常におけるヘルスケア、疾病予防、ヘルスプロモーションを判断、意思決定をし、生涯を通じ生活の質を維持・向上させる事ができるもの

安養

暮らしの保健室

相談できる大磯のたまり場



暮らしの保健室

毎月2回 第2火曜日 第4土曜日

10:00～17:00

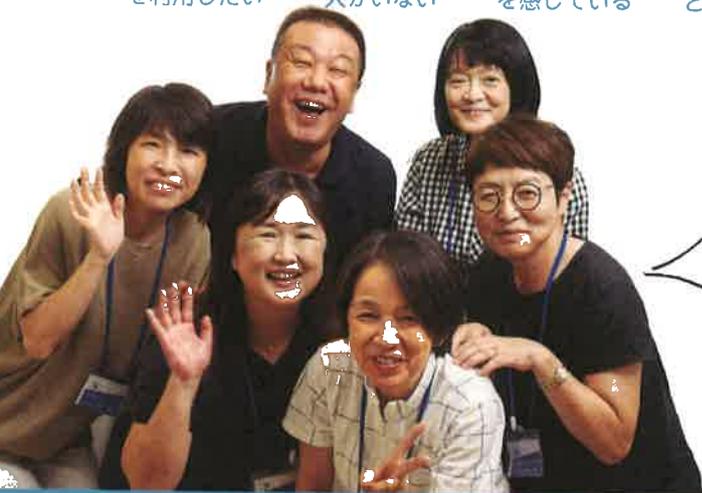
相談は無料！
お茶だけでも！

医療・福祉職と僧侶がお待ちしております

- **医療相談**
薬のことが分からない。主治医に聴いた内容が理解できない。病院に受診する程ではないが気になることがあるなど。
 - **介護相談**
将来の介護の事で話をしたい。介護保険制度がわからない。認知症のことを相談したい。施設選びがわからない。
 - **生活相談**
ちょっとした気持ちが落ち込んでいる。漠然とした悩みを聞いてほしい。地域生活で困っていることがあるなど。
- ちょっとした相談をするのもよし。
僧侶や看護師と世間話をするのもよし。
お茶を飲みながらくつろぐもよし。
併設された図書館の本を読むもよし。
自分の身体を知るもよし。
おもいおもいのお時間を過ごして下さい。

医療 ・ 福祉職だからこそ

私たち**合同会社地域包括ケアステーション**は、皆様の生活をお手伝いさせて頂くために令和3年に誕生した若い組織ですが、スタッフは長年大磯の社会福祉に関わってきたベテラン揃いです。気軽に相談して頂ける拠点を国府新宿の**箕島医院**2階にオープンしました。呼んで頂ければどこへでも駆けつけます！



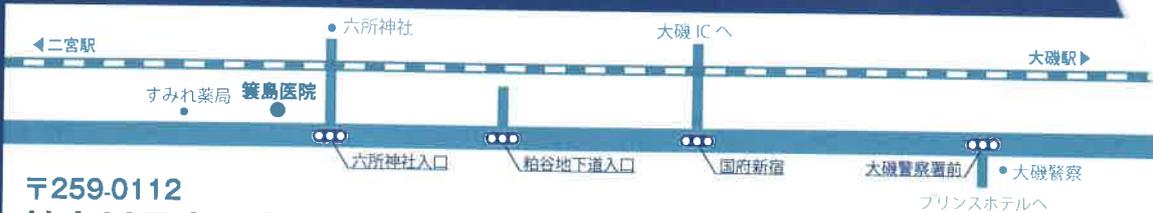
みなさんお気軽に
ご相談下さい!!
代表 木内健太郎



医療・福祉の専門スタッフが高齢の方などの地域での暮らしの様々なことをお手伝いいたします。

介護に関する全てを 電話 **0463-73-7522**

指定居宅介護支援事業所
くらしの相談ステーション おおいそ



〒259-0112

神奈川県中郡大磯町国府新宿 402 箕島医院 2階

お車でご来訪の方は、すみれ薬局となりの箕島医院駐車場へ駐車下さい。

くらしの相談ステーション



大磯の真言宗 船附山 薬王寺 東光院

〒255-0003 神奈川県中郡大磯町大磯1525

0463-63-0099

☎ 0463-61-2121 [FAX]

✉ info@toukou.in

🌐 http://toukou.in/

📘 facebook.com/ toukouin

暮らしの保健室 安養は

合同会社地域包括ケアステーションと
宗教法人 東光院が共催し、月に2回
開催される地域の中の保健室です。
問合せは左記の東光院までどうぞ！

