

令和4年2月4日

合同会社メディカルオフィスK

医療法人札幌円山整形外科病院

# サウナがコロナ禍で疲弊する医療従事者を救う

「SAM メディカルフィットネス&サウナ」×「札幌円山整形外科病院」

-睡眠改善・ストレス解消から健康経営へ-

常に新型コロナウイルス感染のリスクと対峙する医療従事者は疲弊しています。特に夜勤看護師の心身の負担は相当なものです。夜勤による睡眠障害に悩む看護師は多く、体調不良から退職に至り、残されたスタッフのさらなる疲弊につながるという現状があります。

この課題を解決すべく、ストレス解消・睡眠改善にサウナを利用して頂こうと考えました。当社が運営する『SAM メディカルフィットネス&サウナ』は、健康経営を重視し職員の健康維持を最優先課題に据える『札幌円山整形外科病院』と、職員の福利厚生としてサウナを利用する法人契約を結びました。職員がサウナやフィットネスを利用する際に病院が福利厚生として負担しています。

当施設は2021年12月の施設移転にともない、血圧・血糖値低下、ストレス解消、睡眠改善などに高い健康効果が認められるフィンランド式サウナを併設しました。開業後多くの方にご利用いただき「朝まで目が覚めなかった」「ストレスが消えた」という声をいただいております。



個別強制排気システム：  
床下の個別排気口から  
呼気がすぐに排気される



サウナ室：隔壁で区切られており、サウナストーブ付近に送られた空気は温められ、頭上から床下の排気口に送られる。



※ロウリュウ：熱せられたサウナストーンに水をかけ水蒸気を発生させると一気に湿度と体感温度が上がる。

当施設は、感染対策のため完全会員制とし、日本で唯一の「個別強制換気システム」を導入したサウナであり、最新の医学知識に基づいた様々なコロナ感染対策をとる施設であることも、利用者や提携する法人にとって安心材料となります。

このような取り組みが各地で広がることにより、コロナ禍で疲弊する多くの医療従事者が健康でいられるよう願っています。

お問い合わせ：SAM メディカルフィットネス&サウナ ☎060-0061 札幌市中央区南1条西19丁目14

【担当】紅露(こうろ) TEL:011-531-5075



E-mail:sam@sam-mok.co.jp

HP:fitness.sam-mok.co.jp

