

医療法人清和会 地域交流誌

# たいざんぼく

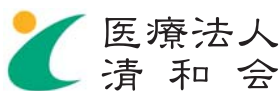
泰

山

木

第23号

平成21年8月1日  
発行



医療法人  
清和会

・東野病院      ・シルバーピア水前寺      ・在宅ステーション水前寺  
・熊本市東1地域包括支援センター101 (トウイチ)      ・地域健康増進室  
URL <http://www.tohya.or.jp>

## 来春、『回復期リハビリテーション病棟』 を新設



リハビリテーション部  
部長  
草野 隆夫

厚生労働省の研究によると、脳卒中や骨折等が起きた場合、出来るだけ早い時期から集中的にリハビリテーションを行うことにより、治癒率が高まる傾向があるそうです。そのために、医師や看護師、理学療法士等が集中的に配置された、回復期リハビリテーション病棟が2000年4月に創設されました。

本院でも『回復期リハビリテーション病棟』を来年4月に開設し、地域の皆さまのお役に立ちたいと考えております。これまで以上に、リハビリテーションの必要な患者さまに効果的なりハビリテーションを提供し、「楽しみが持てる生活」が送れるようなお手伝いができることを確信しております。

医師・看護師・介護士・薬剤師・管理栄養士・検査技師・ソーシャルワーカー・リハビリテーションスタッフなどがチーム一丸となって、患者さまやご家族の思いを尊重し、住み慣れた地域で安心して日常生活を送ることができるよう、計画的で最適なリハビリテーションを提供いたします。



今後、本院が『回復期リハビリテーション病棟』の設置により、今まで以上に皆さまから信頼され、期待されるような存在になるように、日々頑張っております。

### 『私たちが目指すもの』

- ・患者さまやご家族の皆さまに一番近い存在でありたい
  - ・常に良いものを取り入れ、常に前向きに変化できる私たちでありたい
  - ・皆さまに元気を提供できる私たちでありたい
  - ・いつも明るい笑顔の私たちでありたい
- これからもどうぞよろしくお願いたします。

### ●基本理念

『IDENTITY (個人) の尊重』 ~ For You あなたのために~

### ●基本方針

1. 私たちは、全ての職種において基本理念の理解と実践に情熱を持って取り組み、患者さまの権利と意思を尊重し、真の利用者中心のチーム医療およびケアを提供します。
2. 私たちは、保健・医療・福祉が一体となった、質の高い医療および介護サービスを提供し、開かれた病院として地域の皆さまが高齢になっても安心して地域で過ごしていただけるよう、信頼される病院を目指します。
3. 私たちは、常に日々の研修、研鑽に励み、技術と知識の習得に努めるとともに、地域の医療機関との連携を図り、地域の皆さまに密着した安全で質の高い保健・医療・福祉サービスを提供します。

# 夏バテには負けないぞ！

## 東野病院の たよれるお医者さん



診療部長  
松永 敏郎

夏バテとは、夏に起きるカラダの不調のことです。冷房機器が揃っていない時代の夏バテの原因は夏の暑さによる食欲の低下、食事の偏り、大量の発汗、睡眠不足でした。夏バテも時代の変化で様変わりしてきており、現代の夏バテの大きな原因は「冷房」と言われています。暑さを凌ぐための道具が、夏バテを助長しているとは皮肉なものです。冷房の効いた室内と暑い外との温度差にうまく対処できず、カラダが混乱して自律神経失調状態になり、夏バテの諸症状を引き起こすと言われています。

現代の夏バテの対策として、

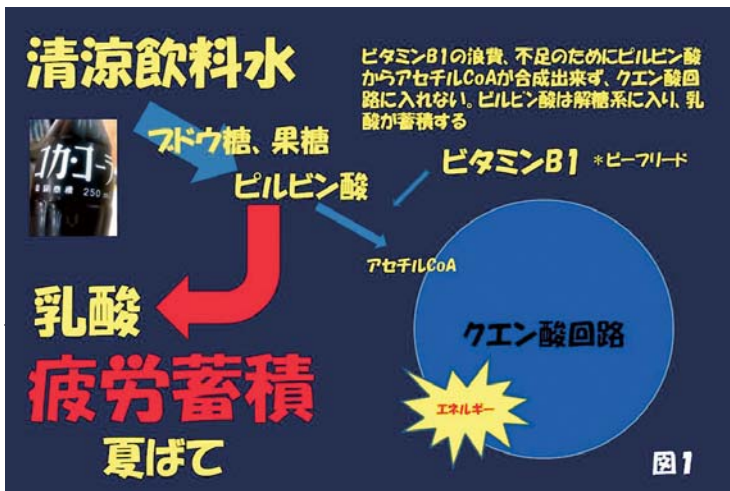
- ① 冷房温度をうまく調節：こまめに上着を脱ぎ着する、冷房よりも除湿、扇風機をうまく使う、寝る前にタイマーをかける。
- ② 休む時には頭を冷やす↓冷たい枕など。
- ③ 冷たい飲み物（清涼飲料水）の“がぶ飲み”は避ける↓偏った糖分の摂りすぎに注意（後述）。
- ④ 冷たい食べ物だけでなく、むしろ温かい食べ

物も摂るように心がける。

- ⑤ 良質のタンパク質、ビタミン、ミネラルを摂る。水のみでの補給では汗で喪失したミネラル分を補充出来ません。
- ⑥ 辛みの食べ物を味方にする。辛み成分による発汗作用で自律神経系が活性化されます。
- ⑦ 上手に汗をかく。適切な運動（あまり暑くない朝方や夕方方を利用する）で汗をかくことで自律神経系が正常化します。

次に夏バテ防止の例を見てみましょう。夏はのどが渇き、清涼飲料水が欲しくなります。しかし、規則的な食生活を行わずに清涼飲料水を飲み続けると糖分の過剰摂取に伴いビタミンB<sub>1</sub>の浪費↓減少を招き、糖代謝が円滑に進まなくなり、疲労物質である乳酸を溜め込むことになり、疲労感を増大させます（図1、糖は脳神経系の重要な栄養源です。ビタミンB<sub>1</sub>の欠乏は脳にもダメージを与えます。清涼飲料水の摂取が多い人はビタミンB<sub>1</sub>の摂取に心がける必要があります。沖縄の伝統料理であるゴーヤチャンプルは夏バテ防止に適した料理です。豚肉からビタ

ミンB<sub>1</sub>、ゴーヤからビタ



ミンC(紫外線予防に良い)、豆腐、卵から良質のタンパク質が摂取できます(図2)。また唐辛子の成分であるカプサイシンは、自律神経系を刺激し、冷房による自律神経系の失調を改善する作用があります。唐辛子を用いた豚キムチや夏野菜のカレーなどは、夏バテ防止に最適の料理と思われる。最後に余談になりますが、甘酒の季語が、「夏だ」ということをご存じでしょうか？江戸時代には滋養強壮目的に夏場に甘酒が飲まれていたようです。現在のリポビタミンDと言ったところでしょうか。食を良く理解し、夏バテをやっつけましょう。



# 東野病院

# 看護部紹介

## 看護の日

5月12日は、近代看護の創始者であるフローレンス・ナイチンゲールの誕生日です。その日にちなんで厚生労働省と日本看護協会では「看護の日」としています。看護の日には、全国各地様々なイベントが開催されます。



ロッキースーパードラッグストア水前寺店にて

今年、本院の看護部では熊本県看護協会の主催で株式会社ロッキー様のご協力を得て、地域の皆さまの健康チェックを行いました。当日は、血圧・体脂肪・腹囲・呼気中の一酸化炭素濃度（タバコの依存度）の測定や健康相談などを行い、お店のお客様や卸業者の方、子育て中のヤングママなど約90名が訪れ、賑わいました。中には、薬の飲み方や、体脂肪の落とし方などを相談される方もいらっしゃり、やはり自分の健康については気にされている方が多かったように思います。

来年もまたこのイベントは行う予定ですので、ぜひ参加してみませんか？

知ってほしいな！

# くすりの豆知識

## 薬の正しい服用について

薬剤部長 益山貞隆

### 塗り薬

塗り薬には皮膚を保護するもの、痛みや炎症を抑えるもの、水虫やばい菌等の菌やカビに対するもの等があります。塗り薬は直接簡単に患部に薬を投与することができますが、使用部位によっては衣服につき薬の効果が減弱し、汚れやべたつき等の不快感を生じることがあります。

#### 代表的な塗り薬

軟膏・乾いた湿疹にも、ジュクジュクした湿疹にも使えます。油分の多い基剤のため保湿性が高く、一番刺激が少なく患部を保護します。

クリーム・患部が乾いている場合に使います。水分の多い基剤のため、のびがよいのが特徴です。

ローション・液状でさらっとして毛髪のある頭皮の湿疹等にも使いやすいのですが、軟膏・クリームよりも効果が劣ることがあります。

いずれの場合でも患部を清潔にした後、汚染防止のためチューブから直接患部に薬をつけないように清潔な手で塗ります。

また軟膏の厚塗りや重ね塗りしても効果は変わりませんし、強く擦り込むと摩擦で患部

に刺激を与えてしまうので、力を入れ過ぎないようにまんべんなく患部に薄くのばすように塗ってください。



「擦り込むように塗る」が全ての場合にはあてはまるわけではないのでご注意ください。

多くの薬は1日数回（2〜3回）塗るようになっていますが、患部の状態や薬の種類によっても使用回数は変わるので、医師・薬剤師等の指示や説明書に従って御使用ください。

当然、病院の薬は来院時の患者さんの症状に合わせていますので、他の症状や他人が使用しても効果がなく、逆に悪化する場合があります。もありますので他の人が病院からもらった薬を安易に使うのは避けてください。

大部分の塗り薬は室温保存で大丈夫ですが、長期の使用や夏場の保存には注意してください。また使用しない時は容器の蓋をしっかりと閉めておくことも大切です。

長期間保存した軟膏で外観が変化しているものは使用しないでください。

# 嚥下体操

リハビリテーション部

嚥下体操の“嚥下”とは“飲み込むこと”をいいます。加齢とともに足腰が弱くなっていくように特に病気がなくても“嚥下の力=飲み込む力”は弱っていきます。それは食べることに関わる器官も筋肉が動かしているからです。逆に言うと、筋肉なので鍛えれば身体と同じようにその力を維持・向上させることができます。その一つの方法が『嚥下体操』です。

特に「食事の際にむせる」、「食べ物のがどに残った感じがする」などが気になる方は飲み込む力が弱くなっている可能性があるため、食べる前にこの体操を行うことで食べることに関わる筋肉の動きがよくなったり、唾液の分泌を促したりするので、安全に食べることに繋がります。また、日常のリハビリとしても有効です。身体にマヒなどがあり思うように動かせない方は、介助や補助を入れ、無理のない範囲で行うようにしてください。

## ①姿勢

リラックスして腰をかけた姿勢をとります。



## ②深呼吸

お腹に手をあててゆっくり深呼吸します。

## ③首の体操

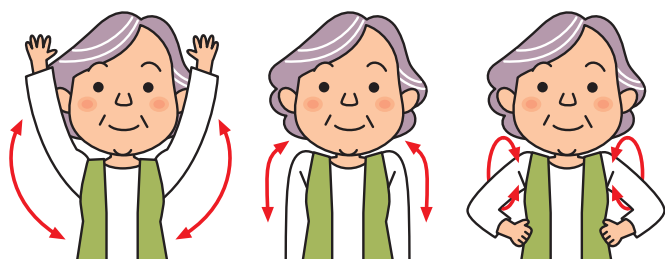


ゆっくり後ろを振り返る。左右とも行う。

首を左右にゆっくりと1回ずつ回す。

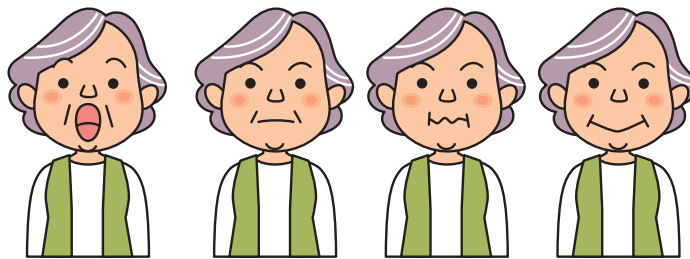
耳が肩につくようにゆっくりと首を左右に倒す。

## ④肩の体操



両手を頭上に挙げ、左右にゆっくりとおろす。肩をゆっくりと上げてからストンと落とす。肩を前から後ろ、後ろから前へ2回ずつ回す。

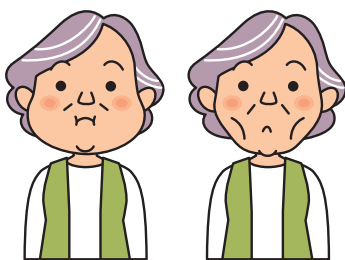
## ⑤口の体操



口を大きく開ける。口をとじて歯をしっかりと噛みあわせるを繰り返す。

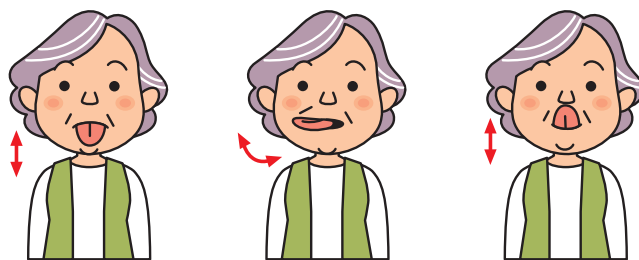
口をすぼめたり、横に引いたりする。

## ⑥頬の体操



頬をふくらませたりすぼめたりする。

## ⑦舌の体操



舌をべーと出す。舌を喉の奥のほうへ引く。

口の両端をなめる。

鼻の下、顎の先をさわるようにする。

## ⑧その他の方法

- 声を出す(人と話す、本や新聞の文章を声に出して読む等)
- 歌を歌う(特に裏声を出すと良い)
- よくかんで食べる(かむ筋肉を使う)
- 口の中の環境を整える(歯や義歯の調整、口腔内の清掃を保つ)等があります。

参考文献 デンタルサポート

<http://www.dentalsupport.co.jp/oral-care/>

# 一品料理 介護食

見た目は普通の献立と変わりませんが、ひと工夫して、軟らかく食べやすく仕上がっています。介護食はつつい出来上がった献立を刻んでしまいがちですが、目で見て食べる意欲を引き出すことも大切かと思ます。

栄養部 網田 直美

## ハンバーグ



【エネルギー：130kcal・塩分0.9g・たんぱく質：11.8g・脂質：3.7g】

### 材料（1名分）

- 牛豚ひき肉……………40g
- とき卵・**ごはん**……………各10g
- A** 木綿豆腐・パン粉・水……………各5g
- オリーブ油……………4g（小さじ1/2）
- 塩……………0.4g
- サラダ油……………0.5g
- ピーマン……………10g
- パプリカ（黄・赤）……………各5g
- B** トマトケチャップ……………6g（小さじ1）
- 中濃ソース……………3g（小さじ1/2）
- 水……………2g（小さじ1/2）

- ① フードプロセッサーに**A**を入れて、なめらかになるまで攪拌し、手に油少々（分量外）をつけてハンバーグ形にまとめる。
- ② フライパンにサラダ油を入れて中火で熱し、①を入れ、ふたをして4分焼き、裏返して4分焼く。
- ③ ピーマン・パプリカは小さく刻み、さっとゆでる（又は揚げる）。※いんげん、アスパラなどでもよい。
- ④ 器に③を敷いて②を盛り、混ぜ合わせた**B**をかける。

## ヒレカツ



【エネルギー：214kcal・塩分0.7g・たんぱく質：13.1g・脂質：12.5g】

### 材料（1名分）

- 豚ヒレ肉（かたまり）……………50g
- じゃがいも……………25g
- オリーブ油……………2g（小さじ1/2）
- 塩……………0.2g
- 小麦粉……………0.5g
- とき卵……………5g（小さじ1）
- A** 牛乳……………3g（小さじ1/2）
- 小麦粉……………少々
- パン粉（細かい目のもの）……………2g
- 揚げ油……………適量
- トマトケチャップ……………6g（小さじ1）
- 水……………5g（小さじ1）
- B** 中濃ソース……………2g（小さじ1/3）
- 砂糖……………1g（小さじ1/3）
- キャベツ……………10g
- マヨネーズ……………4g（小さじ1）

- ① じゃがいもは耐熱ボウルに入れ、蒸気の上がっている蒸し器でやわらかくなるまで3～4分蒸す。
- ② 豚ヒレ肉は一口大に切り、①とともにフードプロセッサーに入れる。オリーブ油を入れ、なめらかになるまで攪拌する。
- ③ ②をまな板に取り出し、3等分して、ヒレカツ状に形を整える。塩をふり、小麦粉、混ぜ合わせた**A**、パン粉の順にまぶす。
- ④ 170℃に熱した揚げ油に3を入れ、きつね色になるまで揚げ、中まで火を通す。
- ⑤ キャベツは沸騰した重曹水（水200g（1カップ）に重曹1g（小さじ1/3）の割合）でやわらかくゆでる。ざるに上げて水気をきり、2cm長さの細切りにする。
- ⑥ 器に④を盛り、混ぜ合わせた**B**をかける。⑤とマヨネーズを添える。

※〇〇はポイントです。

## 施設の取り組み

～利用される方の安心・安全のために～

東野病院には、事務部総務課営繕係という部署があります。

東野病院を利用される方が安心して、気持ちよく過ごしていただけるよう、安全確保のための定期点検や療養環境の整備等を行っています。

■ 主な内容としては、下記の通りです。

- 定期点検・整備
  - ・ 椅子
  - ・ テーブル
  - ・ ベッド
  - ・ 車椅子
  - ・ 手すり
  - ・ ポータブルトイレ
  - ・ 自動水栓
  - ・ 病室の扉
  - ・ 窓ガラス
  - ・ 車両
- 療養環境の整備
  - ・ 施設内の壁の塗り替え
  - ・ ベッドフレームの清掃・塗り替え等

患者様の送迎の合間の作業とはなりますが、病院内の壁の塗り替え作業は概ね終了しました。施設設備等に関して、お気づきの点がございましたらお申し付けください。



施設内の壁の塗り替え（外来受付前）



ベッドフレームの清掃





# ご意見 ありがとうございます ございます

ここでは、清和会施設内に設置している『ご意見箱』にいただいたご意見と回答を紹介します。



今後とも、より一層のサービスの充実を図って参りたいと思います。紙面の都合上、いただいたご意見全てを掲載することはできませんが、ご了承ください。

**ご意見** 洗濯機の容量が小さくて、3回に分けて洗いました。入院の方が自分で洗濯される場合はこれでいいと思います。相当、古いようですが…。汚れが目立ちます。きれいにしたいです。

**回答** 貴重なご意見ありがとうございます。ただいま改善部会にて検討させていただきます。回答が遅れており、申し訳ございません。

**ご意見** 看護師さんへ。夜のオムツ交換がある時は昼間と夜の声の大きさを教えてください。患者さんは皆同じではないので、配慮してほしい。

**回答** 配慮が足りなかったことを深くお詫びいたします。このことを真摯に受け止め、今後同じことがないようにいたします。勉強会を行い看護職員に周知徹底し、細心の注意を払いながら業務に励んでいきたいと思えます。

**ご意見** 部屋の温度がいつも低すぎる様に思います。年寄りには風邪をひきやすいので、温度調節ができないのでしょうか。□の中や唇も乾ききっています。宜しくお願いします。

**回答** 当院では、学校環境の判定基準、ビル管理法、日本福祉協会の基準および厚生労働省が発行した「インフルエンザの基礎知識」等を参考にして、下記のようにエアコンの設定を調整しております。  
温度 冬：18～23℃ 夏：25～28℃  
湿度 30～70% (インフルエンザ流行期 50～60%)  
又、訪室時に温・湿度計の確認をするように致します。

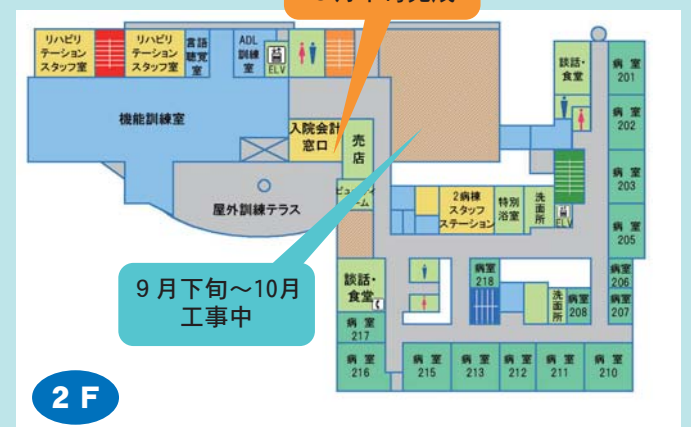
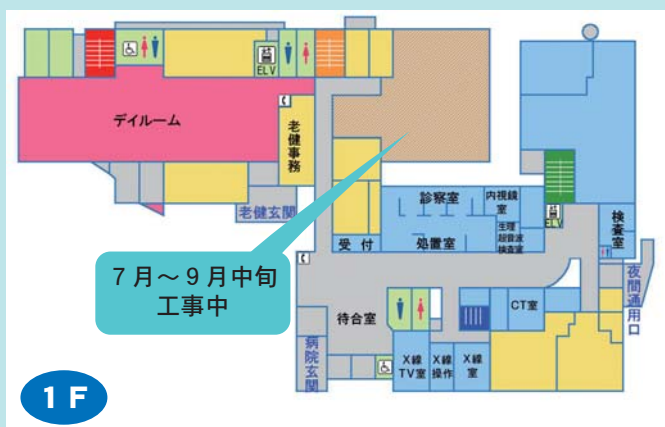
**ご意見** 看護師さんへ、忙しそうで、無表情に感じます。笑顔が良いです。

**回答** ご指摘ありがとうございます。接遇の勉強会を繰り返し行い、忙しい中でも笑顔を忘れないように仕事に努めたいと思えます。

## 工事及び入院会計窓口移動のご案内

たいざんぼく前号でもご案内しましたが、東野病院では回復期リハビリテーション病棟の新設に伴い、病院及び老健施設内の改修工事を行っております。これまで東野病院入院会計窓口は1階にありましたが、8

月下旬より2階に移動いたしますのでお間違いのないようお願いいたします。(場所は下図の通りです)。ご迷惑をお掛けいたしますが、ご理解の程宜しくお願い致します。



# 水前寺界限ば さるく

第4回

### Q. どんな活動をされているのですか？

帯山西3町内婦人会のサークル活動として行っており、現在50代から70代の方が7名程参加されています。

和紙ちぎり絵は、染分けの何十種類もの和紙を手でちぎりながら絵を描いていきます。指先を使うので、認知症予防にもいいのではないのでしょうか。

### Q. 何かお伝えしたいことやエピソードなど

東野病院とは地域活動がご縁で、現在年に4回作品の入れ替えをしながら展示しております。利用される方の癒しになればと作るほうも張合いが出ます。

### その他の展示

8月 水前寺3町内地蔵まつり（東水前寺公民館）

10月 帯西祭り（帯西コミュニティーセンター）

2月 鶴屋東館8階ギャラリー作品展

### 「全国和紙ちぎり絵サークル」

（帯山西3町内婦人会サークル）

東水前寺公民館教室

毎月2回 第2・4水曜日

午後13時30分より2時間程度

このコーナーでは、水前寺界限のお店や趣味のサークルなどをご紹介します。

第4回は、東野病院内に作品を展示させていただいている「全国和紙ちぎり絵サークル」の福山祥子さんにお話を伺いました。



前列中央が福山祥子さん



まずは連敗を阻止することにチーム一丸となって頑張ります。連勝街道をひた走って「たいざんぼく」に特集してもらえよう、皆さまのあたたかい声援、応援よろしくお願いたします。

去る6月7日（日）に老健対抗ソフトボール大会がありました。目標を2回目の優勝（夏季2連覇）として東野グールソフトボール部「清和会」が試合に挑みました。しかし：初戦は6-5で敗退、続く2回戦も4-2で敗退してしまいました。結果2連敗で予選リーグ敗退という散々な試合での夏は終了してしまいました。現在「清和会」は他のリーグ戦あわせて5連敗中です。「勝てるのかなあ」と心細いことを言う選手もいますが、一人ひとりの力はあると思います。まだ個々の力が結集していない状態です。

ソフトボール部部长 西橋 治孝

清和会  
5連敗!!!



# 地域健康増進室

今回の地域健康増進室は  
土曜健康サロンを  
ご紹介いたします。

## 土曜健康サロン



平成19年から、本院の地元(砂取5町内)の方々に健康になっていただきたいという思いからスタートしました、『土曜健康サロン』(毎月一回、本院内で開催)が、おかげさまで3年目を迎えることになりました。その間「食と健康」をテーマに、本院の松永診療部長の講話を座談会形式で開催してまいりました。

この度、これまでの2年間サロンに参加されている方々から、「松永先生の楽しくためになる話を自分たちだけでなく、もっとたくさんの人達に聞いてもらいたい」等のご意見をいただきました。早々6月13日(土)開催のサロンでは、地元の方々のほか、本院近く(他町内)の方々の参加のもと、「ビタミン・ミネラルなど」をテーマに開催いたしましたところ、大変好評でした。今度は、参加される方々の輪を広げ、どなたでも気軽に参加できるサロンとして、また、参加者の方々の交流の場としても活用していただけるようなサロンにしていけたらと考えております。スタッフ一同、松永診療部長を中心に、今後も地域に開かれたサロンをめざして、皆さま方の健康生活のお手伝いができますよう工夫しながら取り組んで参りたいと思っております。

### 21年度土曜健康サロン年間計画

開催日	テーマ
平成21年 6月13日	ビタミン・ミネラルなど
7月11日	人は肉食が好き?
8月8日	夏ばて?
9月12日	老化とは(歯、皮膚、目など)
10月10日	酸素呼吸が酸化ストレスを生む!
11月14日	栄養としての炭水化物、タンパク質、脂肪を考える
12月12日	栄養と免疫
平成22年 1月9日	サル→ヒトの進化と食の変遷
2月13日	アレルギー 食事との関係
3月13日	ストレスと脳(抑鬱、不眠もふくめて)



講師 松永敏郎医師



※講話の内容に変更がある場合がございますので、事前にお問い合わせ下さい。お待ちしております。

**開催日** 毎月第二土曜日  
**時間** 午前11時~12時  
**場所** 東野病院



お問い合わせ先 TEL 096-384-3399 地域健康増進室  
担当 徳永・村上





### 認知症サポーターになりましょう!

「認知症サポーター」って、知っていますか？

**何か特別なことをする人ではありません。**認知症を正しく理解し、認知症の人や家族を温かく見守る応援者として、できる範囲で活動する人たちを、「認知症サポーター」といいます。

平成 17 年度から厚生労働省では「認知症を知り、地域を作る 10 カ年」キャンペーンを開始しました。これは、「認知症サポーター」を多数養成することにより、認知症になっても安心して暮らせるまちを市民の手によってつくっていくことを目指しています。

「サポーター養成講座」を受講した人が、「認知症サポーター」となり、目印の「オレンジリング」が渡されます。(下写真)

高齢化が進むにつれて、認知症の人も増えてくると予想されます。身近な人が認知症になった時に、早期に適切な対応をとることで、在宅生活が可能となる事もあります。

機会がありましたら、ぜひ認知症サポーター養成講座を受講してください。



### 各校区の地域包括支援センター

- 健軍・砂取・泉ヶ丘 校区 096-384-0022  
熊本市東1 地域包括支援センター101(トウイチ)
- 白川・出水・出水南 校区 096-362-0065  
熊本市中央3 地域包括支援センター
- 託麻原・帯山西 校区 096-375-1412  
熊本市中央4 地域包括支援センターやすらぎの森
- 西原・帯山 校区 096-387-8180  
熊本市中央5 地域包括支援センター和の華

そのほかの校区については、熊本市高齢介護福祉課  
にお問い合わせください。096-328-2311



### 火災報知機をつけましたか？

住宅用火災報知機の設置が法律により義務付けられているのを知っていますか？

**A いつから必要ですか？**

新築の住宅は平成 18 年 6 月 1 日から  
既存住宅については遅くとも平成 23 年 5 月 31 日までに  
設置することになってます。

**A 設置する住宅は？**

**全ての住宅が対象です。**ただし、スプリンクラー設備が設置されている場合は、警報機の設置が免除される場合があります。

**A どんな機器を付けたらいいですか**

煙式警報機・熱式警報器など。

※ 乾電池タイプと家庭用電源タイプがあります。

※ 感度や警報音量などが基準に合格したものは、日本マークが付いてますので購入の目安としてください。



**A 設置場所は？**

- ①寝室: 普通就寝している場所。子供部屋などでも就寝に利用している場合は設置します。
- ②階段: 就寝に使用する部屋のある階段の踊場に設置します。
- ③台所

**A 料金の補助はありますか？**

耳の不自由な方で

- ① 身体障害者手帳 2 級以上を保持している。
- ② 障害者のみの世帯など

認知症などでボヤを起こす可能性のある方には現物支給がありますが火の元を絶つなどの手段がとれない場合など、ケースによって異なりますので、詳しくは熊本市に問い合わせてください。



### 老人保健施設シルバーピア水前寺

# 入所日より

TEL096-384-3399

## 水虫対策

水虫は、夏場に発生しやすい、高齢者の4人に1人が発症していると言われています。

シルバーピア水前寺でも入浴や爪切り等、日常ケアの際に色々なタイプの水虫を発見します。中でも多いのが趾間型と言って指の間が白くふやけたり、浸出液が出たりします。

すぐに診察を受け、「白癬」であれば、塗り薬や内服薬で治療をしています。

※びらん、発赤、炎症等、2次感染があれば早急に皮膚科を受診していただくこととなります。



### シルバーピア水前寺 対策のポイント

- ①居室の乾燥に心がけます。吸収性、通気性のあるくつ下の着用と交換をしましょう。
- ②靴は、清潔で通気性のあるものを選んでいただき、何足かを交互にはきましょう。
- ③浴室の共有マットは使用せず、自分のタオルでこまめに拭きましょう。
- ④床や車椅子のフットレストはいつも衛生的に清掃しましょう。
- ⑤体のすみずみまで観察し、病変は早く見つけましょう。

## 作品紹介

クラブ活動や余暇活動に作った入所者の方々の作品です。折り紙や切り絵を用紙にのりづけしたのですが、楽しみながら身近なリハビリに取り組んでいらっしやいます。



## 誕生者インタビュー

誕生者のお1人である、正木トシ様に、インタビューしてみました。

〔6月生まれ〕  
正木 トシ様  
入江 タ工様  
〔7月生まれ〕  
村田 初枝様



お誕生日、おめでとうございます☆

## 誕生者紹介

職員…お誕生日おめでとうございます。誕生日を迎えられるの思いを聞かせてください。

正木氏…ありがとうございます。

職員…年取ったな〜と思います。みんなに祝ってもらって嬉しか〜。

職員…もし、5年、10年若かったら何をしたかったですか？

正木氏…もつと若かったら、英語とか勉強をいっぱいしたかったな〜。

職員…今までの人生を振り返っていかがでしたか？

正木氏…若い頃は、色々苦労しましたもんな〜。戦争があつて青春もなかったですよ。結婚してから5人の子供を授かり、大学までいかせました。今、こうして生活できるのが一番幸せたい。

これからも笑顔で、施設での生活を過ごしていただきたいと思います。



老人保健施設シルバーピア水前寺

デイケアだより

TEL096-384-3399



かわいい歌声楽しみです  
園児訪問

利用者の皆さんが楽しみにされている行事のひとつに園児訪問があります。毎月近くの水前寺保育園から来ていただいています。

6月10日は、3歳児クラスの子供たちが来て、歌やお遊戯を元気に発表したり、肩たたきやじゃんけんなどで利用者の皆さんと楽しく過ごしてくれました。園児を見る利用者の皆さんは、とてもやさしい表情をされ、中には涙を流される方もいらっしゃいます。ご自分のお孫さんや曾孫さんと重ねあわせていらっしゃる様です。

この日は、日頃の感謝の意味を込めて、絵本をプレゼントしました。利用者のお一人にお手伝いいただき、渡すことができました。園に帰ったら先生が読んでくださるとのことです。子供たちも喜んでくれた様でした。また来月も、元気に来てくれることを楽しみにしています。

旬を食す  
「食フエアー」開催

4月より、「旬を食す」と題し、毎月食フエアーを開催しています。週に3日ずつ行っています。

食事形態はもちろんのこと、嗜好なども考慮し、栄養部・療養部（入所）と合同で献立作り、雰囲気作りを行っていきます。

利用者の皆さんに楽しく、おいしく召し上がっていただける様努力していきたいと思っております。旬の食材やおすすりメニューがありましたらスタッフに教えていただけたら幸いです。



4月 松花堂弁当で、山菜おこわ・春野菜のてんぷらなど、県内の桜の名所を紹介しました。



5月 かつおのたたき・新じゃがとホタテの煮物など、目の前でかつおのたたきを作ってもらいました。



6月 洋食メニューにして、タイとマグロのカルパッチョ・ピシソワーズ（ジャガイモの冷製スープ）など、テーブルにはあじさいの花を飾りました。

シルバーピア俳壇

城を背に

武将の像や おそ桜

幸せは 紫蘇の香りと 真木ミチ子さん

笑い声

佐藤九州男さん

作品紹介

～絵手紙～ 酒井セツ子さんの作品



●清和会データ●

平成21年4月～5月

Table with 2 columns: Location (東野病院, シルバーピア水前寺, 在宅ステーション水前寺) and Statistics (延べ患者数, 延べ利用者数, etc.).

東野病院 外来診療担当医師表

平成21年7月1日現在

Table showing outpatient clinic schedules by day (月, 火, 水, 木, 金) and time (午前, 午後) with doctor names and specialties.

※担当医・曜日を変更する場合があります。

Table with 4 columns: 診療科目 (Internal, Respiratory, etc.), 受付時間 (Hours), 診療時間 (Hours), 休診日 (Days off).

- 診察券に記載されている予約日をご確認の上、ご来院ください。
●ご購入や気になることはお気軽にご相談ください。

- 企業の検診、人間ドックも行っております。
●産業界お引き受けいたします。

交通アクセス

Table detailing transportation routes: 熊本市電, 熊本市営バス, J R豊肥線, and 水前寺駅.



編集後記

毎日暑い日が続いていますが、いかがお過ごしでしょうか？
子供の頃は夏休みが来るのが待ち遠しかったのですが、暑さが
こたえるようになりました。夏バテ予防のためにも、食事、水分
補給、睡眠をしっかりとりましょう。私たち職員も体調管理を行
い、毎日の業務に取り組んでいきたいと思ひます。

発行 医療法人 清和会
〒862-0950
熊本市水前寺5丁目2-22
TEL096-384-2288(東野病院内)
E-mail: seiwakai@tohya.or.jp
URL: http://www.tohya.or.jp



- 1. 公平で適正な医療を受ける権利
2. 医療上の情報、説明を受ける権利
3. 十分な説明のもと自分自身の治療を決定する権利
4. プライバシーが保証される権利
5. 個人の尊厳が保証される権利

東野病院
患者さまの権利