

医療法人清和会 地域交流誌

たいざんぼく

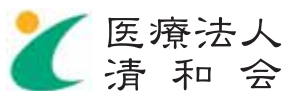
泰

山

木

第24号

平成21年10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>

インフルエンザは、かぜ症候群を構成する感染症の一つで、普通感冒(かぜ)に比べて一般に症状は重く、特に高齢者や心臓病などの基礎疾患がある場合には重症化しやすい傾向があり、肺炎や脳症などの合併症も問題となっています。

厚生労働省は、豚インフルエンザA(H1N1)を感染症法に規定する新型インフルエンザ等感染症に位置づけました。

メキシコで初めて豚インフルエンザウイルスが確認されたのが3月18日でした。以後は、過去の世界的大流行と同様に全世界に広がっていきま

後、国内の感染者は10代の若者を中心に増加し、死亡者も12名確認されており重症患者も多数報告されています。

唯一の救いは、この「新型インフルエンザ」が、当初懸念されていた高病原性鳥インフルエンザA(H5N1)ではなく豚インフルエンザA(H1N1)だということです。しかし、季節性インフルエンザでも年間数百人から1000人台の死亡者が出ており、インフルエンザの流行に関連して生じた超過死亡数でいうと10000人ほどになっています。

豚インフルエンザの毒性が季節性と同等だとしても、国民のほとんどが免疫を保有していない状況下では感染は益々広がっていくものと思われ

ますので、今後死亡数が増加していくことが危惧されます。

熱があつて、咳がでて…というのは豚インフルエンザだけのことでなく、肺炎や肺結核そして季節性インフルエンザでもあるわけで…新型、新型と騒いでいるうちに他の病気に足をすくわれるようなことにならないように注意したいものです。

現時点までのまとめを次頁に掲載致しました。



院長
孝志
森

新型インフルエンザ(豚インフルエンザA(H1N1))が流行しています!

ハイリスクグループ

妊婦、高齢者、乳幼児、慢性呼吸器疾患、慢性心疾患、代謝性疾患(糖尿病など)、腎機能障害、免疫機能不全など重症化のリスクが高いと判断される者

熊本市感染症情報センター <http://www.city-kumamoto-kansen.jp/>
熊本県新型インフルエンザ情報ホームページ <http://www.pref.kumamoto.jp/site/influenzasub/>
厚生労働省 <http://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/kekkaku-kansenshou04/index.html>
国立感染症研究所感染情報センター http://idsc.nih.go.jp/disease/swine_influenza/index.html
米国疾病予防管理センター(CDC) <http://www.cdc.gov/index.htm>
国際保健機関(WHO) <http://www.who.int/csr/disease/swineflu/en/index.html>

●基本理念 ●基本方針

『IDENTITY(個人)の尊重』 ~ For You あなたのために~

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。

インフルエンザについてのまとめ 平成21年9月6日までの情報をもとにまとめました。今後の情報につきましては前記の各ホームページ等で御確認下さい。

ウイルス	原因：新型インフルエンザウイルス AH1pdm, 病原性：中等度（10名死亡）、感染力：ほとんどの世代に免疫がないため感染力は強い、致死率：0.5%程度、潜伏期間：2～7日
症状	38℃以上の発熱または急性呼吸器症状がある 急性呼吸器症状とは、最近になって少なくとも以下の2つ以上の症状を呈した場合をいいます ア) 鼻汁もしくは鼻閉 イ) 咽頭痛 ウ) 咳嗽 エ) 発熱または、熱寒や悪寒 その他の症状：全身倦怠感、頭痛、関節痛、筋肉痛、下痢、腹痛、結膜炎、嘔吐
診断	鼻腔・咽頭をぬぐった液などを用いた 迅速診断キット （8～15分程度）を用いますが、このキットでは豚フルとA型季節性フルとの鑑別は出来ません。ただし、PCRによる豚フルの診断は（原則）実施しません。迅速診断キットもインフルエンザの 病初期では陰性 になることがありますので、上記のような症状があったらインフルエンザと診断しますが、肺炎、結核など他の呼吸器疾患・感染症の鑑別も重要です。
治療	年齢や症例によりタミフルまたはリレンザを使用します（厚生労働省安全対策調査会の見解により、10代へのタミフルの使用制限は本年も継続されます）。ソ連フルウイルスの93%でタミフル耐性遺伝子が見つかっていますが、 タミフルが無効だというわけではありません 。妊婦（かかりつけ産婦人科ではなく一般病院を受診）や授乳婦でも診断後出来る限り早期の使用を勧められています。
予防内服	65歳以上、代謝性疾患（糖尿病など）がある、腎機能障害がある、慢性心疾患がある、慢性呼吸器疾患がある者で同居者がインフルエンザに罹患した場合に限り処方出来るとなっています
予防法	感染経路は、くしゃみやセキなどによる飛沫感染とドアノブ・つり革など主に手を介した接触感染の2通りが考えられます。したがって手洗い・マスク・うがい・咳エチケット・人混みを避けることが予防にとって重要になります。ワクチンの予防接種も大切ですが、接種開始は10月下旬になりそうです。国内で製造されるワクチンの量、安全性の問題もあります。接種対象として先ず医療従事者、持病がある人、妊婦、小児、乳児の両親の1900万人に接種し、その後で小中高校生、高齢者に接種するという案が出ています。
対策	・流行前の予防：ワクチン接種（豚フルの接種開始時期は？ 安全性は？ 高齢者では季節性の方が大切…） ・流行期：手洗い、マスク、うがい、咳エチケット ・大流行期：①外出を控える ②対策として最低でも2週間、万全を期するには約1ヶ月分の食料備蓄が必要 ③その他、日用品、医薬品も

季節性フル：季節性インフルエンザ、豚フル：豚インフルエンザA（H1N1）（森 孝志）

ほ知つててほしいな！

くすりの豆知識

薬剤部長 益山貞隆

薬の正しい服用について

救急箱

けがの際の応急手当や夜間の急病など、いざという時に必要な薬をまとめたものが救急箱（家庭用常備薬）です。家庭用常備薬は病院までの応急手当に使う救急薬、軽い病気などに使う治療薬、健康維持のための保健薬に分けられます。

家庭用常備薬は、薬剤師に相談し家族の年齢や体質にあった薬を揃えるか、使い慣れた薬を揃えるかして、どのような状況で使うのかを家族全員で理解しておきましょう。家族同士の誤用を防ぐために、病院でもらった個人の薬（処方薬）は救急箱にいれずにOTC薬（※1）や大衆薬だけにしてください。また、救急箱は誰でも判るような表示や容器を使用すること、湿気がなく家族が目につくところに置きましょう。

常備薬例

【内服薬】

解熱鎮痛薬、総合感冒薬、総合胃腸薬、整腸薬、下痢止め、下剤等
※感冒薬のピリン等の有無、細菌性下痢（食中毒）の下痢止めの使い方や、処方薬がある方は救

急箱の中身と飲みあわせがないかを確認しておきましょう。

【外用薬】

消毒薬、化膿止め軟膏、痒み止め軟膏、うがい薬、小児解熱用坐薬、湿布薬、目薬等
【処置用品】
体温計、救急絆創膏、滅菌ガーゼ、包帯、綿棒、脱脂綿、はさみ、ピンセット、毛抜き、氷枕（瞬間冷却パック）やペンライト等



一般的に未開封のOTC薬は製造年月日から3年間が有効期限内で、開封後は瓶に入った錠剤類は半年で目薬は1ヶ月くらいが使用目安となります。

9月9日の救急の日など決めた日に年1回は、期限と家族に必要な薬があるかの点検をさせていただきます。

※1.. OTC : Over The Counter

（カウンター越し）の略で医療用医薬品に対して、一般用医薬品（処方箋無しで買える薬）の意味です。

東野病院

看護部紹介

看護部勉強会

私たち看護部では、主体性を持った看護・介護の実践、および質の向上をめざすという教育目標のもと、年間を通して様々な勉強会を実施しています。新人、2～3年、中堅、主任、師長など、段階的な目標を設定し、各段階に応じた取り組みを行っています。

先日7月30日には、新人を対象とした救急蘇生の勉強会が実施されました。人形を使用し、気道確保、人工呼吸、アンビューバック（手動式人工呼吸器）の使い方、心臓マッサージの方法など、先輩看護師の指導の下、みな真剣に取り組んでいました。

医療は日々進歩しています。そのため、私たち看護部一同、最新の知識と技術の習得に努め、看護・介護の実践に生かしていきたいと思えます。



救急蘇生勉強会の様子

一品料理

今回は、暑い夏を終え疲れている体の栄養補給として、納豆料理を紹介します。

担当 大塚 由加里

美肌効果もあります

納豆のこうじ和え



材料（5名分）

- 甘酒こうじ ……………200 g
- うすくち ……………100cc
- みりん……………50cc
- 焼酎 ……………100cc
- はちみつ…………大さじ2～3
- 人参 ……100 g 塩少々
- 生姜……………30 g
- 塩昆布……………20 g
- 納豆……………4パック

- ① 甘酒こうじは細かくバラバラにほぐしAを加えて1晩つける。(冷蔵庫で保存)
- ② 人参は繊維切りにし塩でもみ、生姜は繊維切りにしておく。
- ③ ①に②と塩昆布、納豆を入れ混ぜる。うす味がお好みの方は、納豆の量を増やして調整してください。つけこんで2～3日目に美味しさが増します。

納豆のネバネバのものとナットウキナーゼは、血栓を溶かし、血液をさらさらにします。

甘酒こうじは血圧降下作用があります。

※注意点：栄養素というものはバランスよく摂取することによって体のお互いの栄養素の作用を補助しあって働きます。単品料理だけでなく、他の料理と組み合わせて食べるようにしましょう。

また、納豆にはビタミンKが多く含まれています。抗血液凝固剤（ワーファリン等）を使用されている方は控えてください。

物理療法

リハビリテーション部

本院リハビリでは、痛みに対する物理療法として、主に温熱療法（マイクロ・ホットパック）・電気療法（干渉波・SSP）を実施しています。

これらは、電気刺激や温熱作用により、筋肉の動きや血流の改善を図り、痛みの軽減を促します。

今回は、現在可動している、物理療法機器の紹介をしたいと思います。

干渉電流療法（干渉波）

写真1

《治療効果・目的》

- ・痛みの軽減（腰痛・肩痛・膝痛など）
- ・筋肉の動きを助ける
- ・筋力増強



写真1

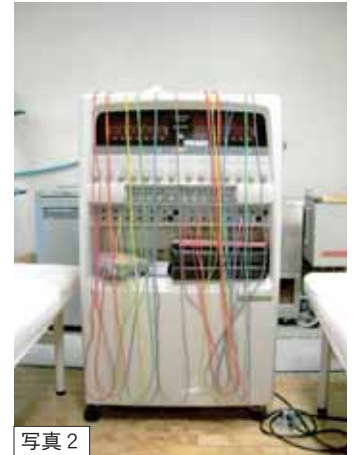


写真2

低周波療法（SSP）

写真2

《治療効果・目的》

- ・痛みの軽減（腰痛・肩痛・膝痛など）
- ・筋肉の動きを助ける
- ・筋力増強

電気治療は、筋肉や関節内に直接的に作用し、痛みを和らげる効果が期待されます。しかし、体に電気を通すため、心臓ペースメーカーを埋め込んでいる方や重篤な心臓の疾患のある方は使用できません。また、人工関節などの金属を挿入した部分には実施できません。

極超短波療法（マイクロ）

写真3

《治療効果・目的》

- ・痛み緩和（打撲、捻挫、骨折、脱臼、腰痛など）
- ・筋肉の緊張を落とす
- ・血液循環改善

患部の深部にまで熱（マイクロ波）を通し、痛みを和らげる効果が期待されます。しかし、深部まで熱を通すため、人工関節を使用している方は火傷の危険性があり、実施できません。



写真3

温熱療法（ホットパック）

写真4

《治療効果・目的》

- ・痛み緩和（肩こり・腰痛・慢性リウマチ）
- ・代謝の亢進
- ・血液循環改善
- ・軟部組織の柔軟性増大

患部を直接温めるので、患者さま自身が効いていると実感しやすいのですが、電気治療に比べると作用深度は浅く、表面の筋肉や皮膚・血管の血流の改善などに効果があります。

湿布をされている箇所にホットパックを実施すると、熱が湿布を張った部分に集中し、火傷の危険性があるため、必ず外して実施します。



写真4

これらの物理療法は、続けることで改善を図ることができる治療方法です。また、痛みの根源を元から治すのではなく、それによって生じる痛みを和らげる作用があります。痛みでお困りの方は、お気軽に医師にご相談下さい。

※注意※

医師の処方がなければ物理療法は受けることができません。

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 流動食の人と普通食の人が同じ部屋で食べていることがあるけど、流動食の人は食べたくても食べれない方がいるので、カーテンを閉めて食べさせることは出来ないでしょうか？
気持的には目の前で食べていたら、食べたり飲んだりしたいと思います。

回答 ご指摘ありがとうございました。配慮に欠けていたことに対し、お詫び申し上げます。今後は、ご家族のご希望やご意見を伺いながら、一緒に対応していけたらと思っています。

ご意見 駐車場の車タイヤ止めについて、駐車場内を歩行するとき、車タイヤ止めにうっかり足がひっかかり、転倒しそうになったことがある。同色だから、色を変えて気付くようにしたらどうか。

回答 正面駐車場の車止めの色を塗り終わりました。駐車場利用の際には、引き続き足元にご注意していただきますようお願いいたします。



ご意見 (前回、「検討中」と掲載したご意見です) 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。きれいにしてほしいです。

回答 大変お待たせいたしました。新しい洗濯機2台、乾燥機2台の設置が完了しました。ご利用ください。

ご意見箱について

日頃施設に対して感じていること(問題点、要望、意見、質問、苦言)を『ご意見カード』に書いて『ご意見箱』にどんどん入れてください。

ご意見箱設置場所 計9箇所

東野病院	1階 外来待合室	2階~4階 食堂内公衆電話横	5階 エレベーター横
シルバーピア水前寺	1階 公衆電話横	2階 食堂談話室	3、4階 エレベーター前

入院窓口が2階になりました。

前号でもお伝えしましたが、これまで1階外来受付奥にありました入院窓口が8月17日(月)より2階へ移動いたしました。

場所は、病院玄関から入って真っ直ぐ進んだ先の階段をのぼってすぐ(老健側エレベーターからおりて左手)となっております。

また、療養生活上の悩み・心配事、退院後の在宅での療養生活や社会生活に対するご相談等の窓口もこちらとなっております。お気軽にお声をおかけください。

改修工事におきましては、騒音等ご迷惑をおかけしており申し訳ございませんが、何卒ご理解のほどよろしくお願いいたします。



研 修 し ポ ー ト Vol.1

～回復期リハビリテーション病棟開設に向けて～

来年4月の回復期リハビリテーション病棟の開設に向けて、リハビリテーションの分野では全国でもトップレベルの近森リハビリテーション病院（高知市）において、回復期リハビリテーション病棟の運営システムを中心として、その中でも特に科長、科長補佐や主任、リーダーなどの役職の役割について研修をしています。8月17日より看護部より看護師4名が2ヶ月、リハビリテーション部より理学療法士2名、作業療法士1名、言語聴覚士1名が2週間という期間を設け、研修に励んでおります。

研修第一陣の看護師2名、理学療法士2名に研修の報告をしてもらいました。

近森リハビリテーション病院に来て2週間目に入りました。病棟のスタッフとして働き始め、少しずつ業務にも慣れ、回復期リハビリテーションで働くスタッフの動きや考え方を聞きながら、各種カンファレンス等へ参加し学んでいます。

2ヶ月という期間があるので、色々なケースに携わり経験していきたいと思っています。

看護部 藤嶽美香子 上村 涼子



近森リハビリテーション病院の基本理念は、本院と同じで、「患者さまのために」ということでした。その理念を中心に、しっかりとしたシステムができています。職員の1日の流れや新人教育カリキュラムなどを例に取っても、統一した成熟したものができています。また、患者さまを中心にサービスを提供するためには、スタッフ自体の数とモチベーションの充実が必要です。多くのスタッフがいても、しっかりと意識統一ができており、システムの中でしっかりと自分の力を発揮する体制を整えています。

今後は本院も同様のシステム化が必要であり、医師をはじめすべてのスタッフが回復期リハビリを意識し、患者さま中心としたサービスを提供することを考え業務にあたる体制を築いていかなければいけません。意識統一、教育システムなど課題はたくさんありますが、患者さまのため、これからがんばっていこうという意思が、より一層芽生えました。

リハビリテーション部 西橋 治孝 西川伸太郎



水前寺界限ば さるく

第5回

水前寺公園入口まで市電が開通したのは、1924（大正13）年。乗客の増加策として1929（昭和4）年7月26日、水前寺成趣園に隣接する出水神社の社有地と市有地を合わせた5000坪に、西日本一の動物園をということで、全国で9番目に開園。

しかし1943（昭和18）年、第二次世界大戦の戦況悪化に伴い、空襲時に猛獣が脱出する恐れがあったため、猛獣に該当する動物は殺処分されるという悲しい出来事もありました。この猛獣処分は1944（昭和19）年まで続き、1945（昭和20）年3月に軍隊の園使用に伴い閉園。

1947（昭和22）年8月に再開園し、その後順次動物を補充し施設を拡げていきましたが、周辺の都市化に伴い敷地拡張が困難となり1969（昭和44）年4月に現在の江津湖畔へ移転しました。今年7月に開園80周年、移転してから40周年の節目を迎えられました。

水前寺動物園があった場所は現在は水前寺成趣園、競輪場用駐車場となっています。

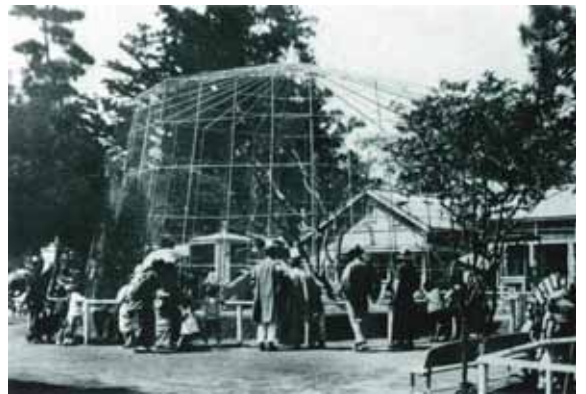
広報部会からのご協力をお願い

水前寺界限の昔の写真（建物等が分かるもの）をお持ちの方、お貸しいただけないでしょうか？ 使用目的はこのコーナーのみとし、責任を持ってお預かりし、お返しいたします。ご協力いただける方は下記までご連絡ください。お待ちしております。

東野病院 TEL 384-2288（担当：立花）

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。

現在は江津湖畔にある動物園が以前は水前寺にあったことはご存知の方も多いかと思いますが、今回はその水前寺界限の昔ということで、熊本動物園（水前寺動物園）についてお伝えしたいと思います。



清和会からの お知らせ

傘の貸し出しを始めました

清和会施設と駐車場間のご利用にと雨傘の貸し出しを始めました。

外来受付、老健受付、夜間通用口と各駐車場精算機に貸し出し傘専用傘立てを設置しております。ご自由にご利用ください。



給茶機を設置しました

外来待合室に給茶機を設置いたしました。お水、お湯、お茶をご用意しております。ご自由にお飲みください。



地域健康増進室は、地域の方々からお声を頂きながら、地域活動に参加しております。

今回は心と体の健康の秘訣等、帯山校区と校区内（六町内）の自主活動をご紹介します。

地域健康増進室

サロンあちら・こちら⑥

帯山校区

帯山校区社会福祉協議会

会長 田中一夫様



帯山校区では、校区社会福祉協議会主催で、毎月第二水曜日に一人暮らしの方々をお招きしてふ

れあいサロンの給食会を行っています。第一部のサロンでは、その都度いろんな方の協力で「健康、長寿」などについてのお話や、体操など楽しく学んだ後、第二部では、和やかな楽しい昼食会をしています。更に各町内においては、高齢者の集いや敬老会などを行っています。また、子育ての集いでは、七月の「たなばたの集い」と十二月の「クリスマスの集い」はそれぞれ趣の違った行事として子供達やお母さん達にも大変喜ばれています。



憩の家ふれあいのご紹介

六町内民生委員 田中 照子様

憩の家活動として毎月第一月曜日を「ふれあいの日」と決め、七十歳以上の一人暮らしの方を対象に十四〜十五名の方が参加されて折り紙で雛人形などを作り、また「東部地域市民の集い」に毎年出品していました。

今は、東野病院の職員さんに来ていただき、血圧測定やラテックスバンドで軽い運動をしていますので、健康状態が分かる大変喜ばれています。当初より参加されている方には九十歳の方がお二人もいらつしやり、皆さん参加されるのが楽しみと言われています。また、民生委員ボランティアが作る手料理を食べながら四方山話に花が咲き、楽しい一日を過ごしています。



ラテックスバンドで貯筋体操

六町内 ホームページ <http://obiama6chonai.com/>

水曜会のご紹介

参加者 六町内 丸田千鶴子様

私達水曜会は、参加者約十五名で毎週水曜日に健康ダンスの経験豊かな方にリーダーをお願いして、二時間程度音楽に合わせた健康ダンスをしています。発足して十六年になりますが、当時七

十四歳で始められた方が九十歳になられた今も続けられています。ほとんどの方が無欠席で参加され、自分の体調に合わせて体を動かしています。東野病院さんと一緒にリハビリ用ゴム（ラテックスバンド）を使つての体操を取り入れており、健康づくりに役立っています。

もう一つの楽しみは、体を動かした後の茶話会で、心も体もリフレッシュしています。

平成18年から始めたリハビリ体操は3年目を迎えました。「うでが上がるようになったー。」等の声をいただいで続けています。



体を動かした後の茶話会。おしゃべりでリフレッシュタイム！

熊本市では、要支援・要介護状態になる前からの介護予防を推進するために、介護保険制度の中に新しく介護予防事業が創設されました。介護予防事業の対象者は、65歳以上の要支援・要介護状態になる恐れのある方で、生活機能評価などによって選定します。

今回はその中の口腔機能の向上について取り上げます。

一生おいしく、楽しく、安全な食生活で毎日過ごすためには…

元気で楽しく生活する為には、口腔の機能を保つ事が大切です。毎日の口の手入れで口臭、低栄養を予防し、病気にならないようにしましょう。また、口腔の体操でかむ(咀嚼)機能、飲み込む(嚥下)機能を保つことも必要です。

次のようなことはありませんか？

- ① 半年前に比べて、固いものが食べにくくなった。
- ② お茶や味噌汁でむせることがある。
- ③ 口の渇きが気になる。



①が「はい」だった。

あごと喉の筋肉が弱まっている可能性があります。あごのどの筋肉が弱まると、咀嚼(食物をかみくだくこと)や嚥下(飲み込む)機能が弱まり、口腔の機能全体が低下してしまいます。

②が「はい」だった。

嚥下機能が弱まっている可能性があります。嚥下機能が弱まると、食べ物を飲み込みにくくなるだけでなく、誤嚥(誤って肺に入ること)や窒息の危険性もあります。

③が「はい」だった。

高齢期には唾液の分泌が減り、口が渇きやすくなります。その結果、食べ物が飲み込みにくくなったり、口内に細菌が繁殖しやすくなり、誤嚥性肺炎などを招く可能性があります。

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 096-328-2311
- にお問い合わせください。



①～③のどれかにチェックが入った人は、今日から下記の口の手入れと口腔体操に取り組んでみてはいかがでしょうか？

毎日実践しよう！ おいしく食べる為の 6つの法則

① しっかりかんで食べましょう

② 食べる姿勢に気をつけましょう

上体を起こし、あごを少し引いた姿勢が誤嚥しにくい姿勢です。テーブルには肘がゆったりとのおるくらいの高さにしましょう。

③ 口腔の体操を習慣にしましょう。



④ 毎日の口の手入れを欠かさずに！

⑤ 家族や友人とのおしゃべりを大切に！

⑥ 歌を歌ったり、早口言葉を言ったりしましょう。

介護予防事業の対象者は、医療機関で行なわれております生活機能評価で選定されます。体の機能が低下しているなあ、と感じられる方は、ぜひ、生活機能評価を受けてください。

また、不明なことがございましたら、左記の地域包括支援センターや、各保健福祉センター、熊本市役所高齢介護福祉課までお尋ねください。

老人保健施設シルバーピア水前寺

入所日より

TEL096-384-3399

祝!! 100歳
おめでとうございます!



当施設に入所されている、「吉村マサエ様」が、8月15日にめでたく100歳の誕生日を迎えられ、益城町役場より表彰状を頂きました。娘さんは、「おかげさまで100歳を迎えることができました。ありがとうございます。」と笑顔。また、吉村様の若い頃のことをお聞きすると、「心配り上手で優しい母でした。そんな母の周りには人が集まり、友人が多かったように思います。」と答えてくださいました。

吉村様は、いつもにこやかな笑顔で、私達職員を和ませてくださいます。これからもますますお元気に、そして笑顔で過ごしていただきたいと思っております。



「いただきます」「ちそうさま」の意味も教えらしたね。

今日、健康教室で魚はDHAがあるて言わしたね。DHAてなんだったかい？

毎回テーマをかえて週一回日曜日に勉強会を行っています。職員も学ぶことが多く、入所者の方々と一緒に勉強をさせてもらっています。

生き生き健康教室

本日の講座

「食事をおいしく食べよう！」

食事の大切さ!

- 「食事のポイント」
- 低塩でおいしく食べる
- 低脂肪でおいしく食べる
- 食物繊維をたっぷり摂る
- 野菜をたっぷり摂る
- ビタミンをたっぷり摂る
- カルシウムは大切

主な食べ物について：

- 玉ねぎ：疲労や不眠症に効
- 果的
- じゃがいも：カリウムの王様
- 豆腐：消化吸収がよく胃腸をサポート
- たまご：脳の血管障害予防
- さば：EPA・DHAが豊富で栄養満点
- とり肉：低カロリー、高たんぱく



「健康を保つ上での基本は毎日の食事です。おいしく食べて健康に過ごしましょう」
次回の「生き生き健康教室」は「自分でトイレに行く大切さ」便からわかる体の健康」です。

たあ～だ食べよったばってん、食べ物栄養は大切とたいなあ…



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

ピアノコンサート
楽しみです

第2・4の月曜日の午前中は、ボランティアの湯本緑さんに来ていただき、ピアノコンサートを開催しています。毎月、童謡を中心に10曲利用者の皆さんと一緒に歌っています。

利用者の皆さんが知っていらつしやる歌を選んで、歌い易いようにと音程を上げたり下げたり調節していただいています。準備していただいた曲は、ピアノコンサートが始まってから、200曲を超えました。

今年に入ってから、歌謡曲も1・2曲加えていただいています。8月は「恋の季節」があり、盛り上がりました。「利用者の皆さんが元気に歌われる姿を見て、元気をもらっています。」と湯本さん。利用者の皆さんも毎月どんな歌があるかと楽しみにされています。



シルバー作品展を
見に行きました

8月23日(日)に、熊本県立美術館で開催されている県のシルバー作品展に、見学に行きました。今回シルバーピアからは、写真一点と、絵手紙数点を展示しましたので、出展された中のお二人と一緒に出かけました。

会場には写真のほかに、書・彫刻・工芸・日本画・洋画と377点もの作品が展示されており、お二人とも見入っていらつしやる様子。来年はもっと大きな作品にしようという意欲的で早速次回作を考えていらつしやいました。



シルバーピア俳壇

昏れなずむ 湖畔をわたる 胡弓の音
ため息も 生きる幸せ あればこそ
真木ミチ子さん
佐藤九州男さん

作品紹介

～絵手紙～ 甲斐 典子さんの作品



●清和会データ●

平成21年6月～7月

Table with 3 columns: Facility (東野病院, シルバーピア水前寺, 在宅ステーション水前寺), Type (外来, 入院, 入所, 通所, 居宅, 訪問看護, 訪問介護), and Statistics (延べ患者数, 延べ利用者数, 延べ訪問人数).

東野病院 外来診療担当医師表

平成21年9月1日現在

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

※担当医・曜日を変更する場合があります。

Table with 3 columns: 診療科目 (Internal medicine, etc.), 受付時間 (Hours), 診療時間 (Hours), and 休診日 (Holidays).

- 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。
●ご質問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 (National Government Station, etc.), 熊本市営バス (North Muraikami, etc.), and JR豊肥線 (Muraikami Station).



編集後記

今年7月、東野病院の南側に管理棟が完成しました。入院支払い窓口も移動し、施設の中が少しずつ変わっていきます。今年には引越が多い夏でした…。新しい建物の中で、新たな気持ちで仕事に励んでまいります。ご迷惑をお掛けしておりますが、もうしばらく、ご協力・ご理解をお願い致します。

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