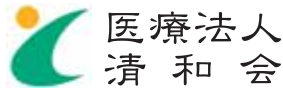


医療法人清和会 地域交流誌

たいざんぼく

泰山木

第26号

平成22年2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>

新年の御挨拶



医療法人清和会 理事長 東野 裕司

あけましておめでとうございます
 本年が皆様にとって、より良い年
 であります様、祈念いたします。

さて、かねてより騒音等で御迷惑
 をおかけしておりました改修工事が
 近く竣工し、四月より2階病棟は回
 復期リハビリテーション病棟に生ま
 れ変わります。リハビリテーション
 の充実は、地域医療向上の為に不可
 避の問題であり、私共清和会ではリ
 ハビリテーションのさらなる質の向
 上に力を注いでまいります。

リハビリテーション部長の草野が
 本院初めての理学療法士として入職
 したのは、1985年の事でした。
 四半世紀を経て、今春の回復期リハ
 ビリテーション病棟開設時には、理
 学・作業・言語の各療法士、助手、

歯科衛生士、そしてリハビリテー
 ション専任医合わせて60名以上とな
 る予定です。リハビリテーション部
 が大所帯になったのは、時代がリハ
 ビリテーションを必要とし、また本
 院がそれに真剣に取り組んでいる証
 でもあります。

私共清和会
 は、地域・時
 代のニーズに
 おこたえする
 よう今年も変
 わらぬ努力を
 していく所存
 であります。
 どうぞ皆様の
 御理解と御指
 導を賜れば幸
 いです。



●基本理念

●基本方針

『IDENTITY (個人) の尊重』 ~ For You あなたの為に~

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。

機能性胃腸症って？

東野病院のたよれるお医者さん



消化器内科医長
前田 圭介

「私は胃がもともと弱いので…」とか「胃がいれんで胃が痛くて…」など日常会話でも胃が強いが弱い話題になりますね。実は胃が弱い・胃痙攣が起こるとするのは機能性胃腸症という病気かもしれない。

機能性胃腸症は機能性ディスペプシアと二通りの呼び名で現在は呼ばれているこの病気ですが、1990年ごろアメリカで提唱された病名です。それまでは、胃痙攣・神経性胃炎・慢性胃炎といわれ、胃力メラや胃の透視をしても病変がみいだせないのが、医者によつては「気のせいですよ、病気はありません」といって薬も無く、食事指導も無く帰されていたなんてこともありました。

- ① 食後の胃もたれ感、② 食後早期の胃の張り・膨満感、③ 胃痛、④ 胸やけ、この①④のどれかが半年以上前からときどきあり困っているが、胃力メラをしてもその症状を説明できるような病気が見つからないこととなつています。原因はさまざまですが、胃を含めた上部消化管の「機能異常」です。

この病気は長い経過をたどる病気ですので、一週間薬を飲んで完治というわけには行きません。この「機能異常」が起こった原因を推定して、ケースバイケースでその人にあつたお薬を処方します。また、食生活の健全化もとても大事になってくる人が多いです。規律正しい食生活（食べる時間・食べる量・食べるもの）に注意をする必要があるかもしれません。睡眠不足も胃腸機能に影響を及ぼします。規律正しい食生活を大きく解釈して、規律正しい生活習慣と言ひ換えることもできるかもしれません。食生活・生活習慣を改善しただけで、飲み薬不要で症状が軽快した方も多くおられます。

「私は胃腸が弱くて…」と思つている方、食生活・生活習慣（リズム）を見直してみたいかがでしょうか？

季節の一品料理

担当 大塚由佳里

～郷土料理～「がね揚げ」

今回は、天草地方でおやつとして食べられている「がね揚げ」を紹介します。

「がね」とは、「かに」のことで、さつま芋を細く切って、小麦粉の衣をつけて油で揚げた姿が、「かに」に似ているということで名前が付いたそうです。がね揚げは、鹿児島、宮崎などでも食べられており、さつま芋だけでなく、ごぼうや人参などを一緒に入れたり、衣に米粉を使ったりと、地域や家庭によって様々です。



エネルギー	726kcal	(1枚分)	145kcal
たんぱく質	14.5g	(1枚分)	2.9g
脂質	5.5g	(1枚分)	1.1g

《材料》(5～6枚)

- さつま芋200g
- 生姜5g
- 小麦粉80g
- 砂糖40g
- ① ピール40cc
- 薄口7cc
- 卵1/2個

※水にはつけません！ 切ったらすぐに調理してください（旨みを逃がさないためのポイントです）

- ① さつま芋は全部皮を剥き、線切りにする。
 - ② 生姜はみじん切りにする。
 - ③ ①の調味料を混ぜ合わせ、さつま芋と生姜を入れて混ぜる。
 - ④ しゃもじの上で一塊ずつのせ、静かに油の中に流し込む。
 - ⑤ 少し揚げ色がつくくらいまで揚げ、油をきり、器にもって出来上がり☆
- ①に甘味料を入れない場合は、醤油や塩などのお好みで…

東野病院 看護部紹介

私たちが看護部では、看護師間のコミュニケーション向上のため、ソフトバレーボールを行っています。

3交代勤務のため、選手みんなが揃っての練習はなかなかできませんが、毎年熊本県看護協会東支部主催の大会に出場しています。今年の大会は、11月29日(日)に開催され、東野病院は2チームがエントリーしました。結果は2チームとも1勝1敗の成績で、決勝リーグ進出は叶いませんですが、職場とは異なる一体感を感じることができ、看護の仕事でのチームワークにも繋がっていると思います。

来年は予選リーグを突破し、決勝リーグ選出の夢を果たすことができるようがんばります。



ありがとうございました

平成22年1月、本院に入院されていた椿シマ子様より、ご寄付をいただきました。深く御礼申し上げます。

本施設では年に2回花壇の花の植えかえを行っています。ご寄付は、その花代にかえさせていただきます。まだ植えただけですので、きれいなお花をつけてからまた紹介させていただきます。



知ってほしいな!

くすりの豆知識

第17回

薬剤部長 益山貞隆

～薬の正しい服用について～

ワクチンの製造方法について

以下の4つの方法があり、より安全な製造技術が今後も求められています。

ふ化鶏卵培養法

※国内産インフルエンザワクチンの製造過程



動物接種法

マウスの脳内や動物の体内にウイルスを接種してウイルスを増やす方法で、大量のウイルスを獲得可能です。

※以前の日本脳炎ワクチンはこの方法で製造。

細胞培養法

栄養液だけで生育させた動物の細胞にウイルスを接種培養して、それを不活化・精製してワクチンを製造

します。細胞成分の混入だけなので上記2法よりも簡単で、卵やマウスなどの供給量に制限されずに短期間で製造できることが長所です。



※新しい日本脳炎ワクチン、麻しん風しん混合ワクチン、新型インフルエンザワクチン(輸入)

遺伝子組換え法

あらかじめ増殖させた特殊な細胞にウイルスの遺伝子を挿入し、ウイルスの抗原性にかかわるタンパクだけをつくらせた後に取り出して精製。製造期間が大幅に短縮でき、感染性のあるウイルスそのものを使用しないので安全に生産・製造できます。



※酵母細胞を使用したB型肝炎ワクチン等

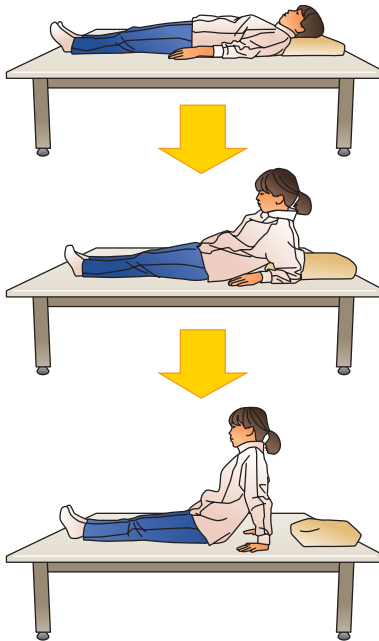
腰痛対策 その②

リハビリテーション部

腰痛の原因はいろいろありますが、腰痛の治療に大切なことは、間違った姿勢を治し『正しい姿勢』をつくることです。前回は腰に負担のかからない姿勢について説明しましたが、今回は腰に負担のかかりにくい動作方法をご紹介します。

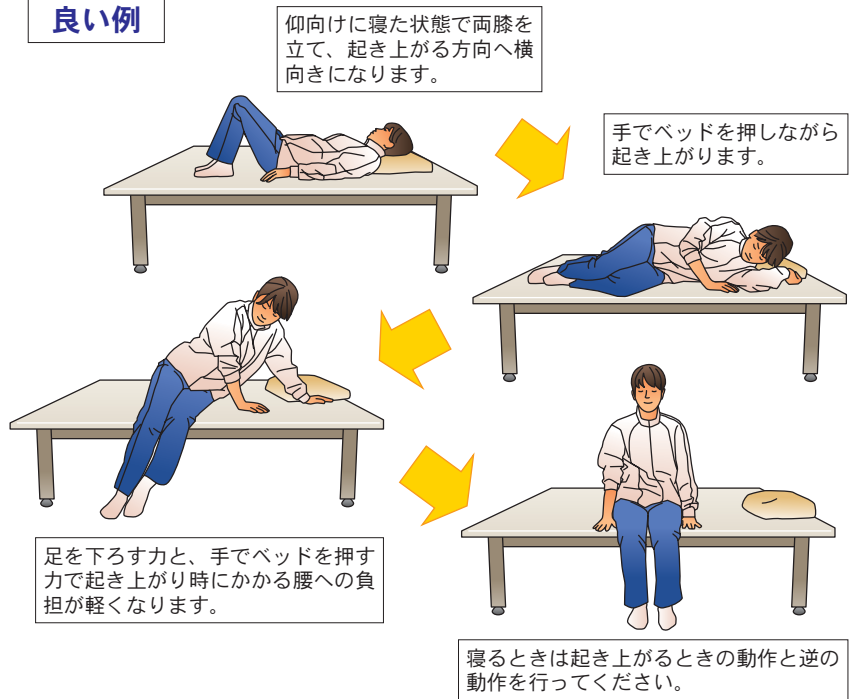
寝返り・起き上がり

悪い例



仰向けに寝た状態から、腹筋を使って上方へまっすぐ起き上がることは、腰に大きな負担がかかるため腰痛の痛みが強くなる可能性があります。

良い例



仰向けに寝た状態で両膝を立て、起き上がる方向へ横向きになります。

手でベッドを押しながら起き上がります。

足を下ろすかと、手でベッドを押し力で起き上がり時にかかる腰への負担が軽くなります。

寝るときは起き上がるときの動作と逆の動作を行ってください。

物の持ち上げ方

悪い例

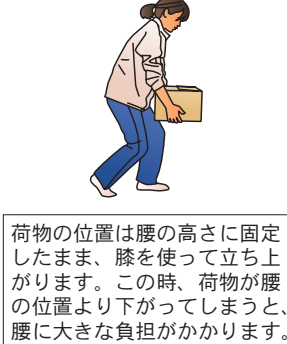


足が伸びたまま、腰が高い状態で、重いものを持ち上げようとすると、腰へととても大きな負担がかかります。

良い例



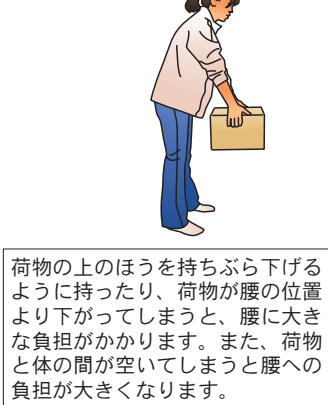
膝を充分に曲げ、荷物と同じ高さまで腰を落とし、荷物の下に手を入れます。荷物と体との距離は出来るだけ近くしておいてください。



荷物の位置は腰の高さに固定したまま、膝を使って立ち上がります。この時、荷物が腰の位置より下がってしまうと、腰に大きな負担がかかります。

荷物の運び方

悪い例



荷物の上のほうを持ちぶら下げるように持ったり、荷物が腰の位置より下がってしまうと、腰に大きな負担がかかります。また、荷物と体の間が空いてしまうと腰への負担が大きくなります。

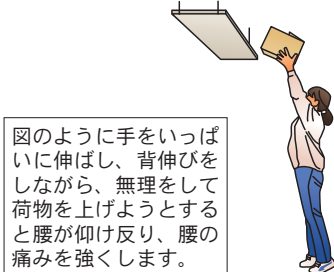
良い例



荷物は下から抱え、荷物の位置は必ず腰の高さで体にしっかりと近づけるように固定してください。

高いところへ荷物を置く(取る)場合

悪い例



図のように手をいっぱい伸ばし、背伸びをしながら、無理をして荷物を上げようとすると腰が仰け反り、腰痛を強くします。

良い例



しっかりと安定した台を使用するなど、無理しないで荷物を置くことができる高さに自分の位置を調節してください。

重い手荷物を持つ場合

悪い例

重い手荷物を一方の手に持つと、荷物と反対側の腰や背中に大きな負担がかかります。



良い例

重い手荷物は2つの同じ重さの荷物に分け、左右の負担が均衡になるようにしてください。



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 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。



ご意見

いつもいつも、2階の廊下は台車が通路の真ん中であって困る。職員が避けてくれないことも、しばしばある。困る。

ご意見

1ヶ月に1回、来院できる事に幸せを感じています。写真が飾ってあるのが、当時の自分と合せ、本当にありがとうございます。

回答

ご指摘ありがとうございます。心遣いが足りず申し訳ありません。今後、皆さまが安全に快適に廊下を通ることが出来るように廊下に物を置かないようにします。スタッフの教育も行っていきます。

2階 看護師長

回答

ご感想ありがとうございます。今後も皆さまに喜んでいただけるような展示をしていきたいと思っています。今後展示して欲しい作品・写真等がございましたら、ご意見をいただければ幸いです。展示物企画部会

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7箇所

東野病院	1階 外来待合室	2階～5階 食堂内公衆電話横
シルバーピア水前寺	1階 公衆電話横	夜間通用口

ベランダで野菜栽培



ところで皆さん2階リハビリ室の広い広～いベランダを見たことありますか？ 今ほうれん草・レタス・白菜・イチゴといろんな野菜が植えてあります。昨年の夏には、パプリカ・ナス・ゴーヤまで収穫出来ました！

入院前まで野菜作りをされていた患者さまが多く、教えていただきながら一緒に楽しんで育てています。残念ながらまだお花まで手が回りませんでした。きっと春には色とりどりの花が咲いていると思います。機会があれば、ぜひベランダを覗いてみてください。



新駐車場のご案内

ご来院・ご来所の皆さまにご利用いただく駐車場を昨年12月より正面駐車場の北側に設けることとなりました。少しでも駐車場混雑の緩和に役立てればと考えております。（新駐車場：正面B駐車場）

運営曜日：月曜日～金曜日（祝日を除く）
日 時：午前9時～午後6時

※午後6時に出入口は封鎖いたします。

※料金システムは従来通りです。

※サービス券・パスカードのご利用は可能です。

※新駐車場出入口の精算所で料金をお支払いください。



新しいドクターの ご紹介

昨年12月よりリハビリテーション科にて勤務しております木村です。

以前は脳神経外科医としての仕事を主体にやっておりましたが、平行して脳神経系のリハビリにも携わることとなりました。今後は本年4月から開設される回復期リハビリ病棟の2F全フロアーを使っての本格的リハビリ病棟が仕事場となり奮起しております。

回復期リハビリを行う上での目標は、病棟全職員が一丸となって、患者さんのまずは衣食住の回復を基本としたリハビリ、そして患者さん自身の持つ生活環境を十分理解した上での社会生活へ復帰、さらには職場環境への復帰をと考えております。このため退院された患者さんとその家族を含めた環境のフォローアップにも外来リハビリ、訪問リハビリおよび通所リハビリを通じて、取り組んでいきたいと思っております。

また高齢化に伴う脳血管障害の増加また再発の増加にも、予防可能な疾患としての啓発活動にも取り組んでいきたいと思っております。よろしくお願致します。



リハビリテーション科長
木村 貴弘先生

研 修 し ポ ー ト Vol.3

来年4月の回復期リハビリテーション（以下回復期リハ）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において、研修させていただきました。研修を終えた看護師4名に報告をしてもらいました。

～近森リハビリテーション病院での研修を終えて～

私たち看護師4名は、8月15日より2ヶ月間ずつ、高知県にある近森リハビリテーション病院へ回復期リハビリテーション病棟についての研修に行ってきました。

実際、病棟に勤務しながらの研修でしたが、いろいろな経験をすることができました。近森リハビリテーション病院では、医師・病棟スタッフ・セラピスト・ソーシャルワーカー、栄養士等の他職種がチームとして1人の患者さんに対し入院から退院までを全員で同じ目標に向かって関わって行くということが明確化されており、コミュニケーションがよく取られていたことが印象的でした。

また、患者さんの一日の流れは、「リハビリをする」ことに重点が置かれ、リハビリの時間をスケジュールボードで把握できるようにしてあり、それ以外の空き時間は各々がお風呂や計算ドリル、歩行訓練を病棟スタッフと行うなど、ほとんどの時間をベッドに横にならずに起きて過ごしていらっしゃいました。

これから、回復期リハビリテーション病棟を開設するにあたり、今回の研修で学んだことを伝えながら職員全員で取り組み、「入院するなら東野病院がいい」と患者さんに思っただけのような病棟、病院を目指していきたいと思っております。

最後に、他県で他病院での長期研修をということで戸惑いもありましたが、貴重な出会いと体験ができたことに感謝いたします。

3病棟 藤嶽美香子 村木ひとみ 黒木麻奈美 上村 涼子

水前寺界限ば さるく

～番外編：三社参り～

お正月に初詣…熊本では三社参りは一般的ですが、他の地域ではそうではないということをご存知ですか？ 三社参りとは、西日本の風習で正月の初詣として3つの神社を詣でることを指します。福岡県を中心として九州地方・中国地方の一部で強く根付いた風習だそうです。

地域によって「一日のうちに」であったり、「三が日の間に」であったりするようです。また、具体的にどの神社に参るのが定まっている地域もあれば、そうではなく好きな三社に参るという地域もありますが、近くに有名な神社があれば、それを含めるというのが普通でしょう。

《由来》

- ・元々朝廷が伊勢神宮、石清水八幡宮、賀茂神社の三社に奉幣し、これが庶民にも三社詣でる風習として広まった、という説。
- ・もともとは先祖代々の守護神である氏神様、出生地の守護神でありその人の一生の守り神である産土神様、現在住んでいる地域の守護神である鎮守神様の三つの神様に挨拶をする意味で三社詣でていた、という説。

というように諸説あり、はっきりしていません。単純に考えると、3つも回っては神様が喧嘩してしまうのではないかとちょっと心配になってしまいます…

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。

お正月、水前寺界限の神社へ初詣に行かれた方も多いことと思います。

今回は番外編ということで、初詣に関連して“三社参り”について取り上げてみました。

また、本施設の入所、通所リハビリをご利用の方々と出かけた初詣も一緒にご紹介します。



健軍神社にて

第21回老健対抗ソフトボール大会 みごと優勝!!

平成21年11月8日(日)雁回公園にて老健対抗ソフトボール大会がありました。

天候もよく、選手達も清しい気持ちで挑みました。

今、選手はギリギリの数13名でやっています。試合は10人制でしたので、負傷など起こった場合はとてもきつくなります。勝ち進んでいくと体力も落ち、疲労困憊していくので、全員野球で挑みました。

結果、

一回戦(対フォレスト熊本)18-1 二回戦(対第2コスモピア熊本)12-1 準決勝(対南楓苑)13-0 決勝(対新清苑)10-1



みごと優勝というものを手に入れる事ができました。本当に皆で頑張ったと思います。3シーズン前に優勝しています。V奪回です。巨人よりも早かったです。

来年4月に新人さんが入社します。運がよければ、チームの補強につながると思います。

来年はまず、二連覇を目標に、清和会というチームの名を残していきたいと思っています。

チームを応援してくださっている皆様に、より一層応援をしてもらえるように頑張りますのでよろしくお願ひします。

清和会 監督 西橋 治孝

地域交流餅つき大会



地域健康増進室



手洗いうがいを
しようね!

感染予防

ちぎるのはまかせてはいよ!



こん餅はうまかば〜い!



パパ
がんばれ!



毎年恒例の「地域交流餅つき大会」が、12月26日(土)に砂取5町内の幼児から老人会の方約50名の参加で行われました。
息の合ったかけ声が響く中、入所の方も餅つきに参加されたり、昔とった杵柄、慣れた手つきでお餅を上手に丸められていました。若い職員も色々教えていただき、勉強になりました。「おいしかね」と、「ニコニコ」笑顔のお餅と一緒に、年末の雰囲気も皆さんで楽しく味わうことができました。



昨年9月に入職しました久保田昭美と申します。

主に皆様の地域で活動しております。くぼちゃんスマイルで町内におじゃまいたしますので、どうぞよろしくお願いいたします。

知ってますか??

家庭ごみの有料化に伴い、次の方には一定枚数の指定袋が配布されます

市政だよりの昨年10月号でも紹介されましたが、平成21年10月1日より「家庭ごみ有料化」が始まり、それに伴う支援措置として、以下の方には一定枚数の燃やすごみ用指定袋が配布されます。

	対象者	配布枚数 (燃やすごみ用指定袋)
①	満3歳未満の乳幼児の養育者 (平成18年10月1日以降に生まれた乳幼児の養育者 (世帯主))	小袋15Lを月齢に応じて10枚~300枚
②	高齢者介護用品支給事業及び重度障害者日常生活用具給付事業の紙おむつ受給者	中袋30Lを年間100枚
③	在宅の生活保護世帯	1人世帯：小袋15L、2人世帯：中袋30L、3人以上世帯：大袋45Lを年間70枚
④	在宅で紙おむつを常時使用している要介護3~5の方	中袋30Lを年間100枚
⑤	在宅で紙おむつを常時使用している身体障害者手帳1・2級、療育手帳A、精神障害者保健福祉手帳1級の交付を受けている方	中袋30Lを年間100枚

在宅で生活しており、紙おむつを常時使用していることが条件。

他にも、在宅でストーマ用装具を使用している方や、腹膜透析を実施している方にも支援措置がとられます。

□配布方法

熊本市から、対象者のご自宅へ指定袋が送られます。

- ①②③に該当する方…申請不要
- ④⑤に該当する方…申請必要

申請方法等の詳細については熊本市役所廃棄物計画課 (電話328-2359) または熊本市のホームページにてご確認ください。(トップ)くらし・環境・経済>ごみ・リサイクル>家庭ごみ有料化)

熊本市東1 地域包括支援センター 101(トウイチ)

担当: 永村・安永・上野・福嶋・窪田



最近、将来の生活に不安を感じ、施設の入居の相談をされる方が増えてきました。今回は、どんな施設があるかを簡単にご説明します。

まず、介護保険を利用できる施設には3施設あります。

◇ 介護老人福祉施設＝特別養護老人ホーム (従来型)

身体上または精神上著しい障害があるため常時の介護を必要としている。

自宅において介護を受けることが困難。

要介護1～5の認定を受けている。

それぞれの施設へ申込みを行う。

基本的に一生居住できる。

◇ 介護老人保健施設

入院後であり病状は安定しているが自宅に帰るには生活リハビリが必要等。その他、状況に応じて一時的に入居が必要な人。

要介護1～5の認定を受けている。

それぞれの施設へ申込みを行う。

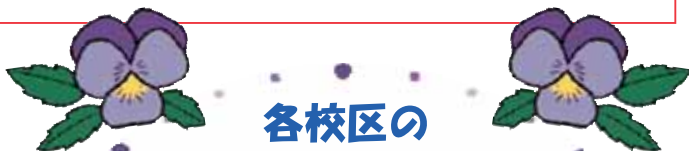
長くても概ね3ヵ月程度が多い。

◇ 介護療養型医療施設

※ 平成23年度末で廃止。現在、減少している。

入居の条件

- ・介護保険(要介護認定)がないと入所できない。
- ・市内・市外関係なく入居できる。



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。

また、平成18年4月から、地域密着型サービス施設ができました。

◇ 認知症高齢者共同生活介護(グループホーム)

認知症がある人。熊本市に居住している。

要支援2～要介護5

それぞれの施設へ申込みを行う。

基本的に一生居住できる。

◇ 地域密着型介護老人福祉施設

＝地域密着型特別養護老人ホーム

身体上または精神上著しい障害があるため常時の介護を必要としている。

自宅において介護を受けることが困難。

熊本市に居住している。

要介護1～5の認定を受けている。

それぞれの施設へ申込みを行う。

基本的に一生居住できる。

入居の条件

- ・介護保険の認定が必要。
- ・原則として市町村の住民のみの入所。

その他介護保険を利用できない施設として、

◇ 養護老人ホーム

65歳以上で、身体上または精神上・環境上の障害があり日常生活を営むのに支障がある。

経済的事情があり他の施設の入所が困難な人。

概ね身の回りのことが自分自身で行える人。

基本的に地域包括支援センターに相談。

身体状態が悪化した場合は次の施設を検討。

◇ 軽費老人ホーム

原則60歳以上。

ある程度、身の回りのことを自分で行える人。

家族による援助を受けることが困難な人。

要介護認定を受けていても受けていなくても可。

それぞれの施設へ申込みを行う。

ある程度、身の回りのことを自分で行えるまで。

※ ケアハウス・A型・B型の3種類あるが、今後はケアハウスに一本化される。

民間の施設

◇ 有料老人ホーム

居住型と介護付きの2種類があり、サービス内容や条件はそれぞれの施設で異なる。

介護保険を利用できる施設と利用できない施設がある。

それぞれの施設へ申込みを行う。

その他

高齢者円滑入居賃貸住宅・高齢者専用賃貸住宅

高齢者向け優良賃貸住宅

など、高齢者専用で作られた賃貸住宅があります。

※ 複数の施設を見学する。

※ 介護保険の施設については、「第三者評価」を受けている施設があるので、熊本県のホームページで確認してみる。

※ 細かいサービス内容と料金の確認は必須です。詳しいことをお聞きになりたい方は、当センターにご連絡ください。





老人保健施設シルバーピア水前寺

入所だより

TEL096-384-3399

〈今年の抱負〉

☆入所者☆

- ・今年も健康で暮らせますように！
- ・今年も、愉快に楽しく過ごせますように！
- ・心孫のために頑張ります！

☆職員☆

- ・今年こそ…一攫千金！
- ・ウオーキングでメタバ解消！
- ・入所者の笑顔を増やすために頑張ります。
- ・絶対試験に合格します！
- ・入所者の方に喜んでいただけるように大正琴の腕を上げます。

新年を迎え、入所者の皆さまに、今年の抱負と、今までの人生の中で心に残る一番嬉しくて楽しかった時をお尋ねしてみました。

〈入生の思い出ベスト3〉

- 1、初孫が生まれた時
- 2、子供が生まれた時
- 3、子供の結婚式

生き生き健康教室

本日の講座 「薬の大切さ」について

☆薬は諸刃の剣であり、作用の強い物は、副作用も強いと考えられます。したがって、薬は正しく使用する必要があります。勘違いしてはいけないのは、薬をたくさん飲むからよく効くということはなく、決められた量を決められた時間に服用することが大切です。

〈内服方法〉

- ・コップ一杯の水か白湯で飲む。(カプセル剤は水分を多めに摂る)
- ・粉薬が飲みにくい場合はオブラートで飲む。
- ・薬の嫌いな方や飲み込みの悪い方には、少量のゼリーやトロミをつけた砂糖水などで口に含んでいただきます。



あなたは上手に薬ば飲みきるな？

あたしゃ上手に飲みきるばいた！

〈薬の代表的副作用〉

- ・鎮痛剤…胃腸障害、腎障害、肝障害、アレルギー
- ・胃腸薬…眠気、のどの渇き
- ・精神安定剤…ふらつき、めまい、妄想
- ・利尿剤…脱水症状、疲労感、起立性低血圧
- ・抗生物質…胃腸障害、腎障害、アレルギー、難聴



薬は、用法・用量をきちんと守り、内服しましょうね！
次回は、「風邪をひかない体づくり」についてです。

明けて

おめでと〜うございます

1年が早足に過ぎ、入所者の皆さまと新年を迎えております。

季節ごと多彩な行事、日々の生活の様子を思い起こしておりますと、私達職員は、本当に長い時間を入所者の皆さまと共に過ごし、親子、孫のような関係性ができ、そのような関わりを大切にしてきたことに改めて気づきました。シルバーピア水前寺の入所者の平均年齢は90歳です。1日1日を大切に、笑顔で長生きをしていただけるように心から願っています。ほんの小さな変化を見逃さず医療やリハビリに繋げていけるように、そして入所者の皆さまにとって居心地の良い環境が提供できるように今年も努力してまいります。



(療養部長 荒平 典子)



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

新年のご挨拶

昨年中は大変お世話になり、ありがとうございます。

みなさまよいお年をおむかえのことと存じます。

今年はどうな年になるでしょうか？ 環境問題・政治・景気が気になるところではありませんが：

シルバーピア水前寺では、新年をむかえ職員一人一人が業務の質の向上に励もうと気持ちを引き締めております。

おかげさまでご利用者さまも増えており、皆さま方にご迷惑をおかけすることもあるかと思いますが、職員一同力を合わせ、出来るだけご要望にそえるよう努力してまいりますのでよろしくお願いいたします。



掲示物作成頑張ってください

デイケアをご利用の池田博夫さんには、年間に3〜4作品ほど大きな絵を描いていただいています。今年最初の絵は「加藤清正の虎退治」です。鮮やかな色の鎧をまとった加藤清正がとても凛々しく描かれています。1作品を仕上げるのに1ヶ月以上かかり、昨年は忠臣蔵・四谷怪談や名月赤城山などの作品を仕上げていただきました。今年も何作品か考えていただいているようですのでとても楽しみです。



ボランティア研修会・交流会

昨年11月20日(金)に、水前寺のホテル熊本テルサに於いて、平成21年度(医)清和会・(福)百八会合同のボランティア研修会及び交流会を開催しました。多くのボランティアの方のご参加があり、研修会では、熊本市社会福祉協議会の今村一八様に「ボランティア活動について」をテーマに講演していただき、「ボランティアの4原則」・「心構えについて」など、日頃活動の中で知っておいてほしいことをお話しされました。その後、施設ごとに活動状況の報告とボランティアの方のご紹介をし、交流会では、歌や踊りのご披露があり、私も職員も楽しませていただきました。本当にありがとうございます。

今年もご協力よろしくお願いいたします。

作品紹介

ボランティア 藤瀬 良子さん

寅は千里の道を走る

私は初志の一步から



●清和会データ●

平成21年10月～11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 (外来, 入院, 入所, 通所, 居宅, 訪問看護, 訪問介護).

東野病院 外来診療担当医師表

平成22年2月1日現在

Table showing on-call doctors by day (月, 火, 水, 木, 金) and time (午前, 午後). Includes names like 中西美智子, 東野 裕司, 松永 敏郎, etc.

※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 medicine, etc.), 受付時間 (8:30-11:30 AM, etc.), 診療時間 (9:00-12:00 PM, etc.), 休診日 (Saturdays, etc.).

- 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。
●産業医お引き受けいたします。

交通アクセス

Table detailing public transport routes: 熊本市電 (10 min), 熊本市営バス (3 min), JR豊肥線 (12 min).



編集後記

新年明けましておめでとうございます。今年も、皆さまの健康と生活に役立つ情報提供が出来るよう"たいざんぼく"を盛り上げていきたいと思っております。

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