

たいざんぼく

第36号

平成23年
10月1日発行

医療法人 清和会

・水前寺とうや病院
・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

「シルバーピアグランド通り」着工にあたり

医療法人清和会では、介護保険利用施設を『シルバーピア』と冠称しております。老人保健施設は「シルバーピア水前寺」、特別養護老人ホームは「シルバーピアさくら樹」です。

さてこの度、介護付高齢者向け優良賃貸住宅を上水前寺1丁目に建築するにあたり、他と同様に場所を示す「グランド通り」といたしました。

近年「介護難民」という言葉を耳にします。軽・中度の介護度の方は、病医院の退院を余儀なくされ、特別養護老人ホーム、老人保健施設には入所が難しいのが現状です。この方々のために、介護付高齢者向け優良賃貸住宅を来春開設いたします。詳細は下にお示ししますが、本施設は適合理型であり、介護保険を利用しのご入居が主となりますので、安心してご利用いただけるものと考えております。

医療法人清和会 理事長 東野 裕司



完成予想図

ご入居の対象となる方

満60歳以上の方（ご夫婦でご入居の場合は、一方が60歳以上であること）で、自立されている方から要支援・要介護の認定を受けている方

スタッフ配置

看護師、介護福祉士、管理栄養士、ケアマネジャー、相談員、機能訓練指導員

特定施設とは、有料老人ホーム、養護老人ホーム、軽費老人ホーム（ケアハウス等）、適合高齢者専用賃貸住宅等の施設にて、都道府県より「特定施設入居者生活介護」の事業者指定を受けた施設です。入居されている方に介護保険サービス（入浴・排泄・食事等の介護や機能訓練及び療養上の世話など）を提供することができます。

施設概要

施設名称：特定施設シルバーピアグランド通り

施設類型：介護付高齢者向け優良賃貸住宅

特定施設入居者生活介護指定対象事業（熊本県）

所在地：熊本市上水前寺1丁目6-5

敷地面積：1,075㎡ 鉄筋コンクリート造6階建て

1階 地域交流スペース、機能訓練室、家族宿泊室、地域健康増進室、居宅介護支援事業所、訪問介護事業所、訪問看護事業所

2階～6階 居室12室×5〔全60室〕

（ワンルームタイプ 21㎡

食堂・浴室は共有）

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、すべ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見を尊重し、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・施設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・施設を目指します。
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・施設・事業所との連携を図り、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。

なるほど、
ドクター！

「咳喘息を知っていますか？」

呼吸器内科医師
いよなが
彌永千絵子

風邪は治ったのに、咳だけが何週間も残っている、というようないことがあれば、それは「咳喘息（せきぜんそく）」かもしれません。

「喘息」というと、ゼーゼー・ヒューヒューという喘鳴（ぜんめい）や呼吸困難を伴うひどい咳を思い浮かべるかと思いますが、「咳喘息」は少し違います。「咳喘息」は喘鳴がなく、呼吸困難も伴わず、痰もほとんど出ない、いわゆる空咳（からげき）が長期間続くものです。風邪に併発して起こることが多く、就寝時から明け方にかけて激しい咳が出たり、日中でも、寒暖の差やタバコの煙などの刺激で咳が出やすくなるのが特徴です。その他にも、運動、飲酒、ハウスダスト、精神的な緊張などでも咳が出やすくなります。咳の発作が激しい時は、胸の痛みを感じることもあります。このように、「喘息」に比べる

と症状の軽い「咳喘息」ですが、咳のため会話がしづらいい、夜間よく眠れないなど、生活に支障が出ることもあります。また、この咳は一般的な咳止めだけでは止まりません。「咳喘息」は、風邪などの原因で過敏になった気道が、様々な誘因刺激を受けてアレルギー反応による炎症を起こしている状態で、元々アレルギーのある人に起こりやすいとされています。このため、「喘息」と同様、気管支拡張剤（気管支を拡張させて空気の通りを良くする薬）やステロイド剤（アレルギー反応を抑える薬）などで治療を行います。

「咳喘息」の特徴のひとつでもあります。もちろん、長引く咳には「咳喘息」の他にも色々な原因があります。前段階とも言われ、放置していると本格的な「喘息」に移行してしまう場合もあります。その治療を受け、普段から風邪予防などの健康管理を行うことが大切です。

風邪をひいた後で1ヶ月以上経っても咳が治まらない、などの症状がある方は、ぜひ当院呼吸器内科外来までご相談ください。



知ってほしいな！

薬の豆知識

第27回

薬の正しい服用について

胃腸薬④

薬剤部長 益山 貞隆

胃の痛み止め（鎮痛鎮痙薬）

ちんつうちんけいやく



「食あたりや食べすぎでないのに胃がキリキリ痛む！」

このような症状を経験されたことはありますか？

こんな時にアスピリンなどの解熱鎮痛薬を使うと逆に胃を痛めることもあります。

解熱鎮痛薬は×で鎮痛鎮痙薬は○となります。

ここで言う鎮痛鎮痙薬は消化性胃潰瘍治療薬の中の抗コリン薬という分類の薬剤で、代表的な薬にはロートエキスやブチルスコポラミン臭化物などで、市販薬ではブスコパンA錠（ブチルスコポラミン臭化物）などがあります。これらの薬は、胃を支配する自律神経に作用して胃の緊張や痙攣を抑えます。胃痛時に緊張し強く収縮している胃の状態をリラックスさせ、胃酸の分泌も抑える働きがあります。ただ、これらの薬は他の神経系にも働くので、胃液ばかりか唾液も減ってしまい口渇や、胃腸の運動が鎮静化しすぎて便秘を起こすこともあります。

鎮痛鎮痙薬は夜中の発作的な痛みなど、急な場合に頓服で使う薬ですので、1～2回服用しても痛みがおさまらない時は早めに受診して下さい。それから鎮痛鎮痙薬（抗コリン薬系）には、緑内障、心疾患、前立腺肥大の症状がある人や、高温環境下での作業をする人に対する注意点があります。

良いお薬ですが、上記に記載したような口渇、発汗抑制、便秘、眼圧上昇、排尿障害、眠気、動悸など副作用はありますので、自己判断によるお薬の長期連続服用はお控えください。

水前寺とうや病院 看護部通信

～ミ二勉強会～

看護部では、法人全体での勉強会に加え、看護部年間教育に沿って各種勉強会を行っています。そして今年4月より新たに、本田教育師長を中心に新人看護師も含めた勉強会を開いています。

医療の発展とともに技術・質の向上、知識の習得に努め、日々私たちは努力しています。

呼吸器・輸液ポンプの扱いではマニュアルに沿いながらセットの仕方、装着の仕方、器具の名称などのデモン

ストレーションを繰り返し行っています。また、院外研修などに出席し、多くのことを学び実践にあたっています。

新人看護職員にとっては新しく知ることが多く、現場で活かせる内容を学ぶ場となっており、経験年数を重ねた看護師にとっても、振り返り知識の確認の場となり有意義な勉強会となっています。



教育師長 本田綾美

季節の一品料理 揚げかぼちゃのあんかけ

今回は、10月31日のハロウィンにちなんで、かぼちゃを使った料理をご紹介します。



黄色い身はβカロチンで体内に入るとビタミンAに変わり、粘膜を強化し、肌荒れや風邪に対して抵抗力を高める効果があります。
肌寒くなるこれからの季節の食卓に1品いかがでしょうか。

担当：網田 直美 久保奈津子



材料（4人分）

かぼちゃ…240g 鶏ひき肉…60g
片栗粉…適宜 揚げ油…適宜
調味料（かぼちゃ用と鶏ひき肉用を各々準備します）
砂糖…小さじ1 濃い口しょうゆ…小さじ2
みりん…小さじ1/2 だし汁…適宜
あん
だし汁…120cc みりん…小さじ2
薄口しょうゆ…小さじ1.5
濃い口しょうゆ…小さじ1/2
片栗粉…大さじ軽く1
飾り
おろし生姜…少々

作り方

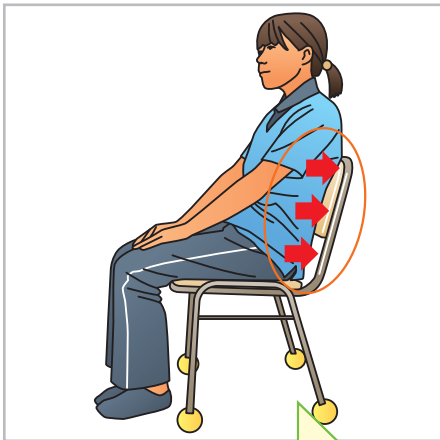
- ①かぼちゃはところどころ皮をむいて小さめの乱切りにする。
- ②かぼちゃと鶏ひき肉を別々に調味料で煮る。
- ③手で握れるくらいまで冷ましてからかぼちゃ60g（約3個分）を手のひらにのせ、鶏ひき肉を中心に丸める。
- ④③の表面に片栗粉をまぶし、油でさっと揚げる。
- ⑤あんをつくる。
- ⑥器に④を入れ、あんをかけたあとにおろし生姜を天盛りにする。

転倒予防体操

高齢になってくると、足の筋力が衰え、長い距離が歩けなくなったり、小さな段差につまずき転倒することが多くなってきます。転倒すると骨折する可能性が高まります。足や腰を骨折すると動けない期間が増え、体力がどんどん落ちて寝たきりになってしまいます。そんな状態にならないためにも腹筋、背筋、足の筋肉を鍛えることはとても大切なことなのです。今回、リハビリテーション部では椅子があれば、誰でも簡単にできる運動を紹介したいと思います。さぁ～みなさんレッツトライ！！

リハビリテーション部

背筋の運動



車輪が付いていない椅子に座り、背もたれを背中全体で押します。
*10秒を1セット

腹筋の運動



背もたれにもたれた状態から、両手を胸の前に組み、息を吐きながら体を起こします。
*10回を1セット

膝伸ばし



膝をゆっくり伸ばし、5秒保持する。足首は自分の方にあげ、膝裏が伸びるのを意識してください。
*左右5回ずつを1セット

もも上げ



立って行う場合

できるだけ高く膝を上げる。
※バランスを崩しやすいため何かを握って行ってください。
*左右10回を1セット



座って行う場合

椅子のふちを掴むと上体が安定して出来ます。
*左右10回を1セット

注)・運動は息を止めず、無理のない範囲で行いましょう。・回数は体調に合わせて行ってください。
・ぐらつきのない安定した椅子をご使用ください。

身近な放射線

放射線部 診療放射線技師 藏原 正裕

今年3月11日の東日本大震災による福島原発の事故以降、放射線による汚染や被曝についてニュースや新聞でさまざまな情報が流されています。そのなかで聞きなれない用語や数値が普通に使われていますが、それが実際どの程度の強さでどのような影響が出てくるのか導き出すのは難しいことです。

まずはどのくらいが安全か知るために私たちの身の回りに存在する放射線についてお話をします。

私たちは有史以前から、常に自然界から放射線を受けて生活してきました。たとえば、大地には、ウランやラジウムをはじめ多くの放射性物質が含まれていて、絶え間なく放射線を放出していますし、空からは絶え間なく宇宙線と呼ばれる放射線が降り注いでいます。また、空気中や食物中にも放射性物質は含まれており、呼吸や食事によってそれらを体内に取り込むことで、体の内部から放射線を受けることになります。このように、もともと自然界に存在している放射線を自然放射線と呼んでいます。

1年間に自然界から受ける放射線量は世界平均で2.4mSvです。ちなみに熊本県の自然放射線の1年平均は0.9mSvで世界平均の約30%になります。そして、人体に影響が出る放射線量の目安が、200mSv/hで、時間単位の統一をすると表のようになります。私たちの身の回りには放射線がとて微量であることがわかります。

放射線を一度に大量に浴びると人体に影響を与えますが、自然放射線と私たちはずっと共存してきました。健康上無視できるものであることは、私たちの経験からも明らかです。また、表より医療検査目的の放射線量なら人体への影響は、問題にならないといえます。

(参考文献：原子力2005)

	放射線量 [mSv/h]
世界平均	約0.00028
熊本	約0.00001
胸部X線検査	0.05以下
腹部X線検査	0.4
胸部CT検査	5～20
人体への影響発生の恐れ	200

シーベルト (Sv/h)：単位について

1時間あたりの放射線の人体への影響を考えると、放射線の量をSv/hという単位で表します。
シーベルトは、1 Sv = 1 J/kgのように熱量に換算できるのですが、自然放射線では熱を感じることはまずありません。

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

おむつ使用の人と、何とかトイレに行ける人も同室で嫌でした。臭いの我慢するのが苦痛でした。大変だろうから黙っていましたが、部屋割りをなんとかして欲しかった。退院前の4～5日は別の階に移動できたので、解放されました。

回答

患者さまの状態により病室を検討し調整しておりますが、配慮が足りず申し訳ありませんでした。
今後、十分に気を付けます。

ご意見

各階に自動販売機と新聞を置いてほしい。

回答

・自動販売機について
以前は1階以外の病棟の談話・食堂にも設置してありましたが、保健所から食堂スペースが確保されていないとの指摘を受けたため、現在の状況になっております。患者さまによっては、飲み物を服用してはいけない方もいらっしゃいますので、ご不便をおかけしますがご了承ください。
・新聞について
お試しで、2階に熊本日日新聞の朝刊を設置いたしました。利用頻度について検証・検討を行い、決定いたします。

ご意見
ありがとうございます
ございます

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、頂いたご意見全てを掲載することができませんが、ご了承ください。尚、このご意見と回答は、施設内の下記掲示板2箇所にも掲示しております。

- ・2階入院会計前
- ・外来待合室



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8箇所

病院 1階外来待合室、2～5階食堂公衆電話横、夜間通用口、5階エレベーター横

老健 1階公衆電話横



松永診療部長の 健考茶論

けんこうざろん



このコーナーでは、地域の方にむけて毎月当院で開催している、松永診療部長による土曜健康サロンの内容を連載しています。



第8回 米は日本人の主食ですか？ 銀しやりと糟糠

虫の音も耳に心地よい季節となりました。秋は、夏場に失われた体力を回復する時期で、自然から多くの恩恵を賜り、実りの秋とも称されます。今年は、3月の東日本大震災、6月の洪水と立て続けに自然災害に見舞われ、米の収穫量の減少が懸念されています。この機会に少し米について考えてみましょう。米には大きく分けて、アッサム地方と雲南省を起源とする赤米と揚子江下流域を起源とする白米があります。教科書的には、白米の日本への伝承は、朝鮮半島経由で弥生時代とされていますが、赤米の歴史は更に古く、南西諸島では縄文時代に稲作が行われていたそうです。稲作が行われている地域は、日本を含めたモンスーンアジアと呼ばれる地域で高温多湿な気候が特徴です。同じ穀類の麦は、寒冷乾燥地域（北米・ヨーロッパ）で栽培されるのと対照的です。稲（米）の食料としての有用性は極めて高く、麦に比較して単位面積当たりの収穫量が多いことです。籾1粒は実って籾2000粒になりますが、麦1粒は麦200粒ほどです。稲の多産性は単純計算で麦の10倍になります。稲作が中心のアジア地域は世界の人口の半分以上を占める地域です。多くの人口は稲の多産性により支えられているのです。また籾として保存・備蓄が利くことも主食料として重要な点です。日本への稲作の伝来は、その多産性と保存性

から貧富の差を生むことになり、後の政治歴史に多大な影響を及ぼすことになりました。食料としての有用性から米は富と見なされるようになり、米を有するものが権力者の構図が出来上がります。時代劇によく登場する石高は、豊臣秀吉が米の出来高でその土地の豊かさや経済性を表す指標として導入したものです。

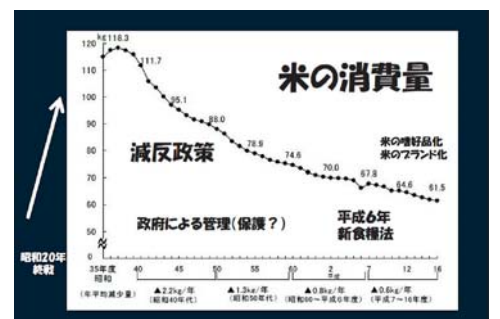
「日本人の主食は何ですか？」と問われると、「米です」と答えますが、一般の人が気軽に白米を口にするようになったのは戦後のことで、それ以前は、粟飯、麦飯、芋飯など雑穀飯が主流でした。日本人は、白飯を「銀しやり」と呼び、白飯に対する強い憧れがあり、戦後の高度経済成長期には、米の消費量は大きく伸びました。しかし戦後の日本に小麦を売り込みたアメリカが動いて、国・栄養学者も一緒になって日本に小麦を普及させようとの運動が進みました（懐かしい学校給食へのパンと牛乳の導入も戦略の一貫でした）。これによりパン食が普及し、食の欧米化が進むことになり、憧れの銀しやり消費量も昭和38年をピークに年々減少し、昨今問題となっているメタボ時代が到来しました。白飯に対して否定的な見方をするに至ったエピソードとして脚気問題もあります。江戸から明治にかけて脚気は風土病と考えられ、恐れられていました。海軍軍医副総監・高木兼寛は西洋で脚気が少な

いことに目を付け、栄養説を唱え、麦飯を推奨し、海軍の脚気は減少しました。

一方、陸軍軍医副総裁・森鷗外は脚気の原因として細菌説を唱え、白飯を続けました。その結果、日露戦争（1904年）での戦死者（陸軍）が47000人だった時に、その内脚気による死亡は27800人に上ったそうです。

その後、1910年に鈴木梅太郎が米糠からオリザニン（ビタミンB₁）を発見し、脚気に効果があることが証明されました。しかし彼が農学者であつたため、世論は「農学者が何を言うか、糠が効くのなら小便でも効くだろう」と揶揄されたようです。脚気問題は、敗戦した日本で、原因が主食の栄養価にあり、「麦が米に勝る」の謝った考え方に一役買う形になってしまいました。

「糟糠の妻は堂より下さず」という言葉があります。苦楽を共にした古女房は死ぬまで大切にしたいという意味です。糟は酒粕のことです。糠は米糠のことです。いずれも白米からの副産物です。糟糠の意味するところは、白飯（銀しやり）は高く買えず、酒粕、



米糠を食べて飢えを凌いだことを意味し、貧しいことの形容として使われています。しかし糟糠は、先のビタミンB群、ミネラル、オリゴ糖、食物繊維など現代人に不足しがちな栄養素に富んでおり、今では決して貧しい食ではありません。飽食の現在では、玄米を含む雑穀（糟糠）が白米（銀しやり）より高いとは時代も変わったものです。米は日本を昔から支えてきた主食料で、日本が元氣だった頃にはどんぶり飯が食卓を賑わしていたものです（親の口癖。食としての糟糠の価値は上がった？ように見えますが、銀しやりの有難味は薄れ、言葉としての糟糠の妻は、古くて要らなくなったものを指す意味へ変化しているように思われるのは、私だけでしょうか？日毎に寒暖差が大きくなりますので、体調管理には留意されて下さい。

競輪場通り商栄会 夏まつり

7月21日(木) 競輪場前バス停の上にて
ふれ太鼓から始まり、マルモリダンスに合わせたバントワリング、恒例のコーラやビールの早飲み競争等で会場は大賑わい♪



バントワリング



すみか割り



清和会からも金魚すくいやフランクフルト、ヨーヨー等の売り子として参加しました。



ふれ太鼓



ひょっとこ踊り



ふれあひ合唱

水前寺界隈ば さるく 第16回

このコーナーでは、水前寺界隈のお店や趣味のサークルなどをご紹介します。今回は、水前寺界隈で行われた夏祭りの様子をどうぞ!!



錦ヶ丘中吹奏楽部演奏

健軍2町内 夏まつり

7月30日(土) 健軍本町公園にて
ラムネの早飲み競争やひょっとこ踊り、地域の生徒さん達による合唱やソーラン踊り、吹奏楽や和太鼓の演奏などたくさんの催し物がありました。

強いぞ 清和会ソフト部!!

8月3日より行われた第35回大江校区職場対抗ソフトボール大会にて、清和会ソフトボール部が3度目の挑戦で見事“優勝”という結果を勝ち取ることができました。これも部員の日々の努力と応援してくださった方々のおかげだと思います。ありがとうございました。

対戦結果

- 1戦目 vs 小竹組さん (17-5)
- 2戦目 vs フォレスト熊本さん (40-6)
- 3戦目 vs 大江消防団さん (22-3)
- 準決勝 vs 大江体育協会さん (15-5)
- 決勝 vs コスギ不動産さん [昨年優勝チーム] (18-15)



私も今後はちゃんとルールを覚え少しでもチームの役に立ち来年、連覇できるよう頑張りますので今後ともソフトボール部をよろしくお願いします。

Captain 林田直也



10月には病院対抗のソフトボール大会があります。前回は悔し涙を流してしまいましたが、今回は良い結果を報告できる様頑張りたいと思いますので、応援宜しくお願い致します。

監督 吉村哲朗



唯一の女性部員♥
月待Ns

貫禄抜群!
西橋名誉監督



ママチャリで己の体力と氣力を信じて...

9月11日(日)、HSR九州(本田技研熊本)にてママチャリ耐久2時間レースに水前寺とうや病院チームが参加しました。その名の通り、1周2,350mのコースを2時間、ママチャリでひたすら走り続けます。

リハビリテーション部より理学療法士5名、必死でこぎました。

結果は21チーム中8位!当日は本当に良いお天気で、ジリジリ太陽が照りつける中、24インチのタイヤで走り続けるのは水前寺とうや病院チームだけ…。そんな中で22周走り抜けての8位入賞は、素晴らしいことです。

次はもう少し大きなタイヤの自転車を準備してまた挑みたいと思います。



It's so cool!!

西橋PT

片岡PT

岩崎PT

大平PT

志賀PT



楽しいサロンに

参加してストレス解消、元気に過ごしましょう！

地域健康増進室



帯山6町内 ふれあい会
H23. 6. 6
折り紙で色とりどりの
アジサイ完成！



託麻原10町内 さつき会
H23. 6. 19
熱中症講話・健康体操・ゲーム
楽しいですよ～



泉ヶ丘校区サロン
H23. 6. 24
一人一本の七夕を作成
願いが叶いますように…

健康応援ナビ 休養・こころの健康

健康で生き生きとした生活を送るには、身体的な健康と、こころの健康が大切です。

日常生活では、疲労回復やストレス解消をして「心身のゆとり」を持ち、十分な睡眠・休養をとり、ストレスとうまく付き合う力を持つことがこころの健康への第一歩。

あなたは大丈夫ですか？ まずは自分のストレスに気付くことが大事

- ・心の疲れがたまっていないですか？
- ・無理を重ねていませんか？
- ・急ぎすぎているいませんか？
- ・息抜きはできていますか？



↓
1日のこころの疲れはその日のうちにとりましょう

・ぐっすり眠る

睡眠不足は、疲労を翌日に残し、頭と体の働きを弱めるもので、心身の健康の大敵です。1日の疲れは、ぐっすり眠ってさっぱりとりましょう。深い眠りを得るためには深夜0時前に床につく「シンデレラ睡眠」が効果的です。

・お風呂でホッとひと息…

38～40℃位の体温に近いぬるめのお湯は、こころを落ち着かせ、睡眠を助けます。入浴剤を使ったり、音楽を聴いたり、観葉植物を置いたりするのも効果的。
朝だるい体を目覚めさせるには、42℃位の熱めの風呂にサッとつかるか、シャワーを浴びましょう。高温の刺激で心身を引き締めてくれ、やる気・意欲もでできます。

「休養」とは疲労を解消する「休む」と、健康増進を図っていく「養う」の2つの意味が！
上手に取り入れ、毎日を元気に過ごしましょう！

例えば…

- ・スポーツ（自分に合った長く続けられるものを）
- ・温泉（近くの温泉でOK）
- ・音楽（聴く、歌う、演奏などお好みで）
- ・ガーデニング
- ・ボランティア（自分のできる範囲を少しだけでOK）
- ・おしゃれ
- ・読書
- ・映画鑑賞など



栄養・休養・趣味・睡眠を心がけて、ストレス解消！身体とこころの健康増進を！！

**熊本市東1
地域包括支援センター
101(トウイチ)**

健軍・砂取・泉ヶ丘 校区
096-384-0022



担当: 永村・上野・磯道・窪田・濱中・甲斐・岡田

地域包括支援センターは、介護、健康、福祉、虐待防止、権利擁護など、高齢者の暮らしにかかわるあらゆる相談や問題に対応する「ワンストップ相談窓口」です。

※ 校区によって担当する地域包括支援センターが異なりますのでご注意ください。

熊本市中央 3 地域包括支援センター

白川・出水・出水南 校区 **096-362-0065**

熊本市中央 4 地域包括支援センターやすらぎの森

託麻原・帯山西 校区 **096-375-1412**

熊本市中央 5 地域包括支援センター和の華

西原・帯山 校区 **096-387-8201**

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 にお問い合わせを。

“水道に関するお困りごと”はありませんか？

- 水道に関する不具合(例)蛇口のポタポタが止まらない
トイレがチョロチョロ流れている状態
- 検針員に「漏水している可能性がある」と言われている
- 漏水しているのは知っているがどうすれば良いかわからない
- 水道の修理をしたいが安心して相談できる業者を知らない
- 水道工事業業者に相談しにくい簡易な修繕 …など



気軽に相談できる高齢者世帯無料水道相談窓口があります！

財団法人熊本市水道サービス公社 (熊本市池上町901-1)

電 話: **096-227-6282**

FAX: **096-227-6284**

※熊本市の外郭団体です。



シルバー見守りネット が開始されました！

(平成23年7月1日～)



- 高齢者等の交通安全や犯罪抑止に関する情報
- 徘徊高齢者や障害者等の行方不明事案の手配等、高齢者等の安全、安心に関する情報を、警察から登録をした携帯電話にメールで配信されます。

登録方法

- ① ケータイから net110@ansin.police.pref.kumamoto.jp (右のQRコードを携帯カメラのバーコードリーダーで読みとると簡単です) に件名、本文など何も書かずに空メールを送信します。
- ② 登録フォームが返信されてくるので、メール記載のURLをクリック後
本登録画面へ を押し、登録画面へ進みます。
- ③ 表示された画面の登録項目を入力し最後に **登録** を押して下さい。



QRコード



◎県内のドコモ・au・ソフトバンクショップで登録操作のサポートをしてもらえますので不明な点は各ショップにご相談下さい。



老人保健施設 シルバーピア水前寺

入所だより

TEL 096-384-3399



当法人営繕隊特製の
そうめん流し装置で
角度も流れもバッチリ!!

夏の風物詩
「そうめん流し」

今年も恒例のそうめん流しを行い、みなさん「おいしい」「めずらしか〜」と流れてくるそうめんをすくい、日頃は2割〜3割しか食べられない方が、「まだまだ足りない!」と何杯もおかわりして召

す。
屋内にいても熱中症には注意が必要です。
夏の定番かき氷で、おやつタイムは水分補給をしています。フロアには「氷」の旗も出され雰囲気づくりに一役かっています。いちご味、メロン味、みかん味にハワイアンブルー味と、それぞれの味を選ぶ楽しみが広がります。今年103

ひんやり冷たい!! かき氷

し上がられていたのが印象的で、とっても嬉しく感じました。施設で生活される中で、少しでも季節感を味わってもらえるよう、これからも工夫してまいりたいと思います。

いただき
まーす!



夏はやっぱり
かき氷♪



もう一杯
おかわりちょーだい



私の大好物は
イチゴシロップ

歳を迎えられた山田さんは、「子どもの頃にはこんなの食べたことなかったけど、今はおいしいものがたくさんあるね」と笑顔で話して下さいました。

老人保健施設 シルバーピア水前寺

デイケアだより

TEL 096-384-3399



ビアガーデン開催

今回は暑い夏を元氣になつていただこうと、ビアガーデンを開催いたしました。お部屋にちょうちんを飾り、普段と違う雰囲気です。食事をしていただくとうとメニューも焼き鳥・焼きそば・枝豆など準備しました。

暑さを吹っ飛ばしてもらつたために、冷たく冷やしたノンアルコールビールやジュースも用意しました。利用者様からは「今日は何ごとですか?」「美味しい」



「ビールがうまい」など会話がはずみ、いつも食の進まない利用者様もおかわりをされ、にぎやかな食フェアとなりました。元氣に夏を乗り切り、実りの秋を迎えましょう。

私たちもサポートします!!

通所リハビリテーション事業所には、8名の療法師士（理学療法士5名、作業療法士2名、言語聴覚士1名）が専任で勤務しており、ご自宅での生活の安定・継続を目標に心身機能や生活動作の向上のためのリハビリテーションを提供します。また、送迎の際にご自宅へ伺い、家の移動方法や入浴方法、送迎車の乗り降りの方法などを一緒に考えていくことに力を入れています。利用者さまやご家族さまが楽しく元氣に安全に過ごしてい

作品紹介

絵手紙

西原テル子さん

熱中症に気を
つけてね

福田 房子さん

ただけるよう、スタッフ一同力を合わせて取り組んでいきたいと思っておりますので、何でもご相談ください。



佐田



主任 染田



藤永



日田



高村



工藤愛



石田



恵

●清和会データ●

平成23年6～7月

水前寺とうや病院	外来	延べ患者数 2,636人 (1日平均 63.0人)
	入院	延べ患者数 7,709人 (1日平均 126.5人) 平均在院日数 (一般病棟) (平成23年6～8月) 18日
シルバーピア水前寺	入所	延べ利用者数 4,085人 (1日平均 67.0人)
	通所	延べ利用者数 2,377人 (1日平均 39.0人)
在宅ステーション水前寺	居宅	延べ計画件数 392件
	訪問看護	延べ訪問人数 257人 (1日平均 5.6人)
	訪問介護	延べ訪問人数 2,105人 (1日平均 34.5人)

水前寺とうや病院 外来担当医師表

平成23年10月1日現在

		月	火	水	木	金
午前	午前	神経内科・内科 寺本 仁郎	内科 東野 裕司	循環器内科・内科 松永 敏郎	呼吸器内科・内科 福田 安嗣	神経内科・内科 寺本 仁郎
		呼吸器内科・内科 中西 美智子	呼吸器内科・内科 福田 安嗣	消化器内科・内科 徳永 智子	消化器内科・内科 松ヶ迫 貴	呼吸器内科・内科 中西 美智子
		循環器内科・内科 松永 敏郎	消化器内科・内科 松ヶ迫 貴	呼吸器内科・内科 彌永 千絵子	神経内科・内科 長谷川 智子	消化器内科・内科 徳永 智子
			内科 依光 里香	内科 依光 里香		内科 依光 里香
		内視鏡 徳永 智子		徳永 智子		
午後	午後	エコー 松ヶ迫 貴		松ヶ迫 貴		
		神経内科・内科 寺本 仁郎	呼吸器内科・内科 中西 美智子 (予約制)	呼吸器内科 熊本大学	神経内科・内科 寺本 仁郎	消化器内科・内科 松ヶ迫 貴
		内科 依光 里香	内科 依光 里香		内科 依光 里香	リハビリテーション科 木村 貴弘
			禁煙外来 中西 美智子		禁煙外来 松永 敏郎	

※担当医・曜日を変更する場合があります。

診療案内

診療科目	内科・呼吸器内科・循環器内科・消化器内科・神経内科・リハビリテーション科	
受付時間	午前 8:30～11:30	午後 1:00～5:30
診療時間	午前 9:00～12:00	午後 1:30～6:00
休診日	土曜日・日曜日・祝日 (但し、急患の場合はこの限りではありません)	

- 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。

- 企業の健診も行っております。
- 産業医お引き受けいたします。

交通アクセス

熊本市営バス			
バス停	行先	系統番号	
水前寺本町 (水前寺とうや病院前)	交通センター	子2、子3	徒歩0分
北水前寺 (熊本県青年会館前)	上熊本駅	子2、子3	
北水前寺 (北水前寺五差路付近)	昭和町	上4、上5	徒歩3分
北水前寺 (北水前寺五差路付近)	小峯営業所	子5	徒歩3分
北水前寺 (北水前寺五差路付近)	小峯営業所	味4	徒歩3分
熊本市営バス			
バス停	行先	系統番号	
北水前寺 (北水前寺五差路付近)	小峯・三山荘	味4、味5	徒歩3分
北水前寺 (北水前寺五差路付近)	交通センター・蓮台寺	西1、味4	徒歩3分
熊本市電			
国府電停または水前寺公園電停			徒歩10分
JR豊肥線			
水前寺駅			徒歩12分



編集後記

10月1日は「メガネの日」だそうです。1をメガネのつる、0をレンズとしたら「1001」でメガネの形になることから日本眼鏡関連団体協議会が平成9年に制定しています。中学2年生から近視を矯正するために愛用し始めてから33年が経ちました。最近では遠視(?)いや老眼なのか近くの文字が見えづらくなり苦勞しています。早めに眼科受診をしなければと思うつつ、ルーペで小さな文字を追っている日々です。(KJ)

発行 医療法人 清和会
(水前寺とうや病院内)
〒862-0950
熊本市水前寺5丁目2-22
Tel096-384-2288
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
患者さまの経済的・社会的地位、年齢、性別、疾患の種類にかかわらず、平等で適切な医療を受ける権利があります。
2. 医療上の情報、説明を受ける権利
患者さまが診療録の開示を求める権利、検査や治療の目的・方法・内容・危険性・予後および症状の経過に関して説明を受ける権利があります。
3. 十分な説明のもと自分自身の治療を決定する権利
患者さまの自由な意思により、治療や検査を選択または拒否する権利があります。また、患者さまや家族の方が医師や病院を選び、セカンドオピニオン(主治医以外の医師に相談すること)を受ける権利を尊重しています。
4. プライバシーが保障される権利
患者さまの承諾なくして、患者さまに関する情報を診療に關与する医療従事者以外の第三者に開示されない権利があります。
5. 個人の尊厳が保障される権利
患者さまの個人としての人格、価値観は尊重され、その尊厳をもってその生をまっとうする権利があります。

水前寺とうや病院
患者さまの権利