

たいざんぼく

第40号
平成24年
6月15日発行

医療法人 清和会

・水前寺とうや病院
・平成とうや病院

・老人保健施設シルバーピア水前寺
・在宅ステーション水前寺

・地域交流推進室

URL <http://www.tohya.or.jp>

かねてよりご案内させていただいておりました『特定施設シルバーピアグランド通り』が、いよいよ7月24日（火）にオープンいたします。

この施設は、満60歳以上の方（ご夫婦でご入居の場合、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られている方を入居対象とした賃貸住宅となります。

完成予想図

ご入居申し込み受付中

**特定施設シルバーピアグランド通り
7月24日オープン!**

施設名称	特定施設シルバーピアグランド通り
施設類型	サービス付き高齢者向け住宅
敷地面積	1,075㎡、鉄筋コンクリート造

アクセス
※熊本都市バス「グランド北入口」バス停より徒歩2分
〒862-0951 熊本市中央区 上水前寺1丁目6-5
☎096-386-0020

安心のサポート体制

- ポイント1** 看護師、介護福祉士、管理栄養士、相談員、機能訓練指導員を配置し、24時間介護でサポートします。
- ポイント2** 水前寺とうや病院との連携で、体調が優れない時や、いざという時も安心です。
- ポイント3** 全館バリアフリーの住む人に優しい設計になっています。

清和会 理念 IDENTITY 個人の尊重 ~ FOR YOU あなたのために ~

患者さまの権利

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. プライバシーが保障される権利
5. 個人の尊厳が保障される権利

基本方針

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
地域交流推進室

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、質の高い病院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。

平成とうや病院

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、患者さまへの質の高い医療サービスの提供、職員の職場環境の向上を目指します。
2. 私たちは、地域の皆さまが安心して過ごしていただけという、日々の研鑽に励み技術と知識の習得に努め、信頼される病院作りを目指します。
3. 私たちは、環境に配慮したエコを心がけるとともに、災害時にもハード・ソフトの両面で医療を提供できるように病院機能を維持します。
4. 私たちは、良質な医療サービスを提供するために健全なる経営活動を行い、安定した経営基盤を構築します。

費用について

敷金 180,000円

家賃などの保険外費用
(月額固定料)

	月額 (30日換算)
家賃	60,000円
共益費 (水・光熱費込)	48,000円
食費	42,000円 (朝300円、昼400円、夕700円/回)
合計	150,000円



介護保険 1割負担分

	月額 (30日換算)
要支援 1	5,960円
要支援 2	13,670円
要介護 1	17,180円
要介護 2	19,220円
要介護 3	21,380円
要介護 4	23,420円
要介護 5	25,520円

ご入居申し込み
お問い合わせは

特定施設シルバーピアグランド通り
開設準備室

☎ 096-386-0020

受付

月曜日～金曜日 (祝日を除く)
午前9:00～午後5:00

ご提供できるサービス

安心

- *24時間介護サポート
- *ナースコール対応
- *巡回
- *健康管理
- *毎日のバイタルチェック
- *機能訓練室で
セルフトレーニング

快適

- *ゴミ捨てサービス
- *買物代行 (定期便)
[居室の掃除・買物 (定期便以外) や各種手続き代行等については有料にて承ります]

食事

四季折々の味わいをご提供。
その他セレクトメニューもご用意しています。

レクリエーション

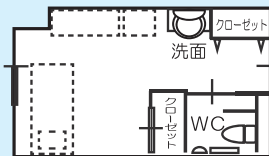
館内でゲームや体操をしたり、お買い物やお花見などの外出も企画していきます。
カラオケ・ミニシアタールームもご用意しております。

介護保険で利用できるサービス

- 左記の*印のサービス
+
- ・食事・入浴・排泄介助
 - ・清拭
 - ・おむつ交換
 - ・居室の掃除
 - ・口腔ケア
 - ・内服管理
 - ・生活の質を考えた生活リハビリ等



全室個室 ワンルームタイプ 21㎡ (全60室)



居室間取り

トイレ・洗面所・ベッド・クローゼット・エアコン・テレビ・冷蔵庫・収納家具・バルコニー付

◇食堂・浴室は共有

≪1階≫

地域交流スペース、機能訓練室、家族宿泊室、居宅介護支援事業所、訪問介護事業所、訪問看護事業所、地域交流推進室

≪2～6階≫

居室12室 (×5) 全60室、
食堂兼談話室 (×5)、
浴室2室 (×5)

事務所移転のお知らせ

下記の4事業所は、特定施設シルバーピアグランド通り内1階へ移転し、7月17日(火)より新事務所にて業務を開始いたします。

新住所 〒862-0951 熊本市中央区上水前寺1丁目6-5

電話 ■地域交流推進室 (前地域健康増進室) ☎096-284-1025

■在宅ステーション水前寺

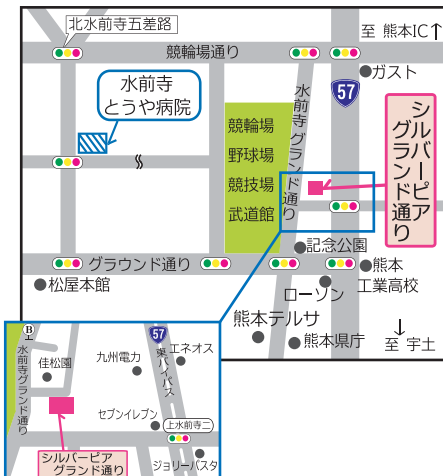
・居宅介護支援事業所 ☎096-384-3119

・訪問介護事業所 ☎096-384-2771

・訪問看護事業所 ☎096-384-5580

※電話番号は、地域交流推進室以外は変更ありません。

気持ち新たに、これまで以上に皆さまのお役に立てるよう努めてまいりますので、どうぞよろしくお願いいたします。



新しい ドクターの ご紹介



水前寺とうや病院
院長代行
外村 洋一



水前寺とうや病院
呼吸器科部長
濱本 淳二

平成24年4月から勤務しています。循環器科が専門です。3月まで、熊本市民病院の副院長兼内科部長をしていました。当院の東野裕司理事長、寺本仁郎院長とは熊本大学付属病院第一内科で、中西美智子副院長、松永敏郎副院長とは市民病院で一緒に仕事をすることがあります。

32年間熊本市民病院に勤務し、いろいろな事をやってきましたが、一番苦しかったのは内科部長を兼任しながら救急診療部を立ち上げ、初代の救急診療部長になったことです。救急はいつでもどんな症例の方が搬送されて来るか予測ができず、重症の内因性疾患で診断がつかないケースも結構あり、夜も昼もなく呼び出され疲労困憊し、もう限界、辞めて開業しようとして、決心したこともありましたが、いろいろな経験も3年で担当替えとなり、次は研修医の指導責任者を仰せつかりました。この時は、救急診療部で色々な症例を経験したことが、逆に研修医の指導教育に大いに役に立ちました。また、研修医の指導には自分も勉強しなければならず、若い人と交わることができ楽しく仕事をさせていただきました。

自宅は国府で、自転車通勤で5分



4月より勤務しております、濱本と申します。専門は呼吸器内科です。ここ数年は熊本大学附属病院、国立病院機構熊本再春荘病院に勤務しております。

これまでの経験を生かし、またこの病院での研鑽によって皆様のお役に立てればと思います。

よろしくお願いいたします。

はじめまして、山下美智子と申します。

平成24年4月1日付で、平成とうや病院看護部長として着任いたしました。

長年、急性期医療の現場で働いておりましたが、このたびご縁がありまして、地域密着型の医療連携を目指す平成とうや病院で勤務することとなり、大変光栄に思っております。

超高齢社会の中、入院早期から在宅への退院、住み慣れた地域に向けての復帰支援ができる病院、地域に密着した病院として、患者様お一人お一人に応じた看護が提供できるようスタッフ一同、看護の質を高めて参りたいと思っております。

これから皆様とのご縁を大事に真の絆を繋いでいけるよう看護部長としての役割を果たしていく所存です。

どうぞよろしくお願ひ申し上げます。



平成とうや病院
看護部長
山下 美智子

平成とうや病院 新しい看護部長の ご紹介

今年、新たに13名のスタッフが 加わりました！



よろしくお祈いします☆

平成とうや病院には、今年度新たに13名のスタッフが加わりましたー！！
理学療法士5名（紺色）、作業療法士6名（水色）、言語聴覚士2名（ピンク色）の合計13名です！※（）は制服の色です。
みんな元気で明るく、若く、個性豊かなメンバーです☆★今後、更に皆様に元気を与えられるよう、一生懸命頑張っていきたいと思っておりますので、宜しくお願い致します！

平成とうや病院は今年4月にアンウェイシステムを導入しました。アンウェイシステムとは、体重を免除し（体重を掛けずに）、起立運動から歩行まで幅広く応用できる装置です。身体から負荷（体重）を軽減し、安定性の高い、免荷状態を設定することで、安全で効果的な部分荷重練習をサポートしてくれます。トレッドミル（ウォーキングマシン）と併用することで、体重移動の仕方や歩行に要する一連の下肢動作の習得が連続して行えるうえ、歩行リズムの回復まで含めた一層の応用練習が可能になります。



リハビリ日より
アンウェイシステム導入しました！

今回は
平成とうや
病院から

知ってほしいな！ くすりの豆知識

水前寺とうや病院 薬剤部長 益山 貞隆

薬の正しい服用について 31

胃腸薬⑧(整腸剤②)

整腸剤とはおなかの調子を整えて便秘や下痢を防ぐ薬です。整腸剤には腸の運動を抑える薬もありますが、前回に引き続き腸内環境を整える生菌薬について記載します。

まず病院からもらう薬の例としてビオフェルミン錠やミヤBM錠などがあります。
ビオフェルミン錠は乳酸菌（ビフィズス菌）、ミヤBM錠は宮入菌という菌から作られていて、薬効はこれらの菌が産生する物質により腸内を酸性側に保ち、アンモニアの生成や有害な菌である大腸菌やウエルシュ菌の増殖を防ぎます。

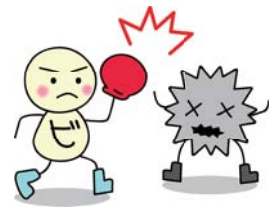
薬局などで購入できる市販薬では、新ビオフェルミンS（錠剤）があります。病院からもらうビオフェルミン製剤との違いは、含まれる菌の種類です。例えば病院のビオフェルミン錠には乳酸菌（ビフィズス菌）が1種類含まれますが、市販の新ビオフェルミンS錠は多くの方が購入することを考えてどの人にも

上記記載菌の特徴

ビフィズス菌	乳酸・酪酸を産生し、整腸効果を高める
フェーカリス菌	素早く増えて腸内細菌のバランスを整える
アシドフィルス菌	乳酸を産生し、有害な菌の増殖を防ぐ

合うように3種類の乳酸菌（ビフィズス菌・フェーカリス菌・アシドフィルス菌）を含有しています。

ビオフェルミン製薬株式会社は、病院の薬も市販薬も治療目的の同等の効果としていますが、乳酸菌の種類によって効果の有無や副作用を生じることがあります。



記載薬（例）の薬効

病院の薬 （ビオフェルミン錠）	腸内菌叢の異常による諸症状の改善
市販薬 （新ビオフェルミンS錠）	便通を整える、軟便、便秘、腹部膨満感

病院には他にビオフェルミンRやミヤBMのように抗菌薬に耐性の薬があり、抗菌薬による下痢などの副作用防止と一緒に投与されることがあります。

薬として服用する場合は一ヶ月使用しても便通に効果がなく、お腹が張ったりするようであれば別の薬に変える等の検討も必要です。

※錠剤（ビオフェルミン）について記載していますが、病院の薬・市販薬ともに剤形やメーカーなど同等の薬が他にもあり、含有菌種と量が違います。



看護部教育委員会を中心に、看護の専門性を深め、知識・技術の向上を目的とし、勉強会を重ねています。

その一環として毎年看護研究に取り組んでおり、平成23年度の研究の発表会が4月4日と11日に行われました。取り組んできた研究の集大成を、患者さまに満足していただけるケアや医療の提供へ活かしてまいります。

水前寺とうや病院
看護部だより

看護研究発表会

	研究テーマ	研究内容・目的
2 病棟	水分摂取量が確保できない患者さまへの有効な水分摂取方法の試み ～嗜好品を取り入れて～	高齢者は体内の水分や電解質のバランスを保ちにくくなることにより、脱水を起こしやすくなります。 1日の食事以外の水分摂取量800ml以下の患者さまに対し、1,000～1,500mlの必要量を確保するため、嗜好品を取り入れるだけでなく時間毎に声掛けする等、スタッフの意識向上を図ります。
3 病棟	ラップ療法の知識と技術の向上 ～アンケートを通して～	平成21年度より褥瘡(じょくそう…床ずれ)に対して食品用ラップを使用したラップ療法(湿潤療法)を取り入れてきました。 アンケートを通してラップ療法の当院の指針の明確化の必要性和知識や理解の共有と向上を目指すための課題を明らかにしました。
4 病棟	転倒・転落予防についての試み ～一般病棟看護師の意識の変化を見る～	入院時に行う「転倒転落アセスメントシート」の評価に加え、看護初期計画の立案とベッドサイドでのシールでの表示によるスタッフ間の意識向上を図ることで、危険リスクの大きい患者さまへの転倒防止策の検討課題を分析しました。



花見会

4月6日(金)に水前寺とうや病院看護部主催の花見会を開催しました。

今回は、看護部とリハビリテーション部・事務部受付・放射線部・医療連携室・平成とうや病院のスタッフが参加しました。

他部署のスタッフと業務以外の話もでき良いコミュニケーションの場となりました。

様々な職種スタッフとの連携をとりながら、患者さまが気持ちよく当院を利用していただけよう努めていきます。



熊本県知事賞受賞
おめでとうございます

熊本県においては、優秀看護師の表彰が看護の日に行われていますが、今年度は平成とうや病院の山下美智子看護部長が県知事賞を受賞いたしました！



看護の日

5月12日(土)はナイチンゲールの誕生日に由来して制定された看護の日です。

ロッキー水前寺店さんの駐車場で、毎年恒例の水前寺とうや病院看護部主催の健康相談が行われました。

看護協会東支部の2名と当院3名の計5名の看護師が、血圧測定・体脂肪測定・健康相談を行い、10時～12時の2時間の間に、30代から90代の延べ32名の方が参加されました。

松永診療部長の



水前寺とうや病院で毎月開催されている土曜健康サロンの内容を連載しています。



えます。

思いますか？
カタツムリは殻を維持するために多くのカルシウム（Ca）を必要とします。陸上でCaを摂るのは結構大変（多くの貝が息をする海では海水にCaが豊富に溶け込んでいる）で生育環境の制限に繋がります。殻を捨てたナメクジはより陸上生活に適応した貝の進化系と言

カルシウム不足への警鐘
〜殻を捨てたカタツムリ〜

梅雨の季節は、毎日降る雨に気分も落ち込みがちになりますが、皆さまは如何お過ごしでしょうか？

私達にとって嫌な季節でも、雨を好む生物もいます。紫陽花にカタツムリは梅雨を連想させる画像の定番です。

○どちらが進化系？

カタツムリは、でんでん虫と唱歌されていますが、虫ではなくサザエなどの巻き貝の仲間です。カタツムリの親戚には嫌われ者『ナメクジ』もいます。カタツムリとナメクジの違いは？殻の有無ですが、どちらが進化系なのでしょう？諸説あるようですが、ナメクジがカタツムリから進化したと

考えられているようです。殻が無いことで、どんな進化（利点）があると

○進化とカルシウム

ヨーロッパではカタツムリをエスカルゴとして食していますが、最近では自然界のカタツムリ生存数は減少傾向にあります。大気汚染↓酸性雨↓Caの溶け出しが影響しているそうです。前置きが長くなりましたが、今回のテーマはカルシウムです。

ヒトが生きていく上でCaは非常に大切で、心臓、筋肉の収縮、免疫・アレルギー、生殖、インスリン分泌などに不可欠です。ヒトの祖先は海で生活していました。海では、Caの調達は容易でしたが、Caが希有な陸上へ生活の場を移すにはCa調達・調整が必要不可欠でした。偏に進化の歴史は素晴らしく、重力に対抗するために発達した骨はCaの貯蔵庫としても好都合でした。血液中のCaが不足すると貯蔵庫である骨からCaが動員されます。カタツムリの例からも判るように陸上で生活する人間にとって、Caは積極的に摂取しないと不足しがちになり、骨強度が低下し（骨軟化症）、



夏バテ予防効果！

すだちなどのかんきつ類は、免疫力を高めるビタミンCと疲労回復効果のあるクエン酸を多く含みます。風邪予防・免疫力アップが図れる、夏にピッタリの食材です。有効成分がたっぷり含まれている果皮を食べると、より効果的です。

管理栄養士のお助けヘルシーレシピ！
長芋とかつおのたたき
さっぱり和え

材料 (2人分)

- かつおのたたき・・・60g
- 長芋・・・・・・・・・・20g
- かいわれ大根・・・適量
- 塩昆布・・・・・・・・・・2g

- A
- すだち・・・・・・・・大さじ2
 - 酢・・・・・・・・小さじ2
 - しょうゆ・・・・大さじ1

★すだちのさわやかな香りと酸味がかつおの臭みを消し、食べやすくなります。すだちはレモンやかぼすなどの柑橘類でも代用できます。

作り方

- ① Aのすだち・酢・しょうゆをあわせておく。
- ② かつおのたたきと昆布をAで和える。
- ③ 長芋は皮をむき、輪の薄いスライスにし、酢水につけ水気を切る。
- ④ かつおのたたきと長芋が重なるように盛り、上にかいわれをあしらう。

【かつおのたたきの作り方】

⑦、かつおは粗塩をふって手で全体にすり込む。フライパンに油大さじ2を熱し、かつおを皮目から入れて強火で焼き、こんがりとし色がついたら転がして全体に焼き色をつける。

⑧、⑦を氷水にとり、熱がとれたらすぐ引き上げて水気を拭く。端から8mm幅に切る。（食べるまで時間がある時はラップに包んで冷蔵庫に入れておく）

骨折を助長します。生体内でのCa代謝調節はビタミンDと副甲状腺ホルモンが担っており、小腸でのCa吸収や骨形成に関与します。最近の疫学調査では、骨折患者の80%以上がビタミンD欠乏状態【25(OH)D3濃度が20 ng/ml以下】にあり、健康成人でも紫外線量の少ない冬場（ビタミンDは紫外線暴露下に皮下でコレステロールより合成される）には約50%が欠乏していると報告されています。今や多くの日本人は、ビタミンD欠乏→Ca代謝障害状態にあり、健康維持に大きな影響として落としています。

○生きるために知恵を使おう

「日本人の食事摂取基準」によるとカルシウム基準値は700 mg/日ですが、国民健康・栄養調査ではカルシウム摂取量の平均値は550 mgに満たない結果となっており、慢性的なCa不足状態にあることが判ります。摂取不足は、肉食が浸透し、日本人のCa補給源であった魚（Ca豊富な海の生き物）の摂取量が減少したことも要因でしょう。また日本の水は軟水（Caが少ない）が基本で、水からのCa摂取が少ないことも関係していると思われる。もしミネラルウォーターを買って飲むのなら硬水がお勧めです。

Ca摂取量以上に問題なのは炭酸清涼飲料水、ラム・ソーセージなどに変色・保存目的に含まれるリン酸塩です。リン酸塩は消化管からのCa吸収を邪魔します。ただでさえ慢性的Ca摂取不足なのにリン酸塩（炭酸水）で留めを刺された格好で

す。最近では、メタボ対策として野菜摂取が推奨されていますが、Ca吸収の面から考えると摂取する上で少し注意が必要です。

生野菜はシユウ酸（アク）を多く含みます。シユウ酸はCaと結合してシユウ酸カルシウムを形成し、折角のCaも吸収が極端に悪くなってしまう。シユウ酸の多い野菜は、少し湯がいてアク抜きして食べる工夫も必要です。

遠い雨のある日、コンクリート塀の上でカタツムリを目にしました。雨の日は楽しくお散歩ですか？と考えていました。でもそんな暢気な話ではなく、生きるためにコンクリートに含まれるCaを求め這い回っているのだとか。我々も、このままではCa不足が深刻化し、カタツムリがそうであったようにナメクジ化への道を選択するのでしょうか？？？人類はカタツムリと異なり、大きな脳を獲得し、知能を身に付けました。脳を有効に活用し、今一度、カルシウム不足を念頭に置いた骨太な食生活の見直しが必要ではないでしょうか？



ちゃれんじ！ 間違い探し

梅雨の合間、きれいな虹が出て動物たちが喜んでます。あれ？左右の絵には違いがあるみたいですよ。7つの違いを探してみましょう。（答えは11ページ目にあります）



老人保健施設
シルバーピア水前寺

入所だより

TEL
096-384-3399

食事

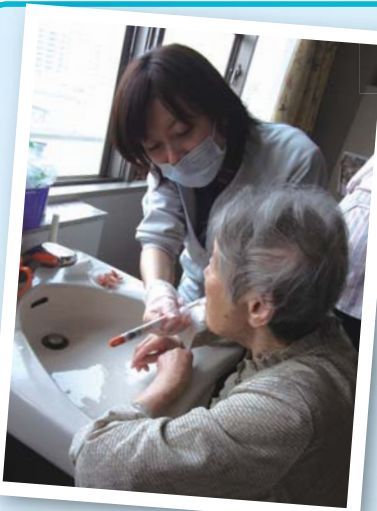
食事介助が必要な方が増えてきていますが、多職種スタッフと連携を取りながら美味しく楽しく食べていただけるよう、食事に合わせた正しい車イスの座位姿勢、テーブルの高さ調整など、環境設定を日々検討しています。



チーム
ケア

療養部には2名の言語聴覚士が専任で入所者の皆さまのケアにあたっています。主に、歯科衛生士と連携して口腔内の環境を整えていくことや、皆さまが安全に美味しく食事を食べていただくための取り組みを行っています。そこで専門職から見た最近の様子をきいてみました。

口腔ケア



やわらかめの歯ブラシで磨いたり、歯のない方でも口の中を傷つけないよう スポンジブラシを使用するなど、1人1人に合ったケア用品を提供できるようになりました。

口の中がきれいになることにより、口臭が減り虫歯や歯周病の予防、誤嚥性肺炎の防止など様々なトラブルの改善につながっています。



「さくらーさくらー」
毎年、お花見の時期になると、この歌を口ずさみたくくなりますね。
今年も天気が良い日も続き、ご近所の水前寺五丁目公園に出かけました。
日本人にとって桜の花は癒しの効果があるそうです。子供の入学や卒業、人生の節目になる出来事を思い出された方もいらっしゃると思います。



近所にお花見に行きました



老人保健施設シルバーピア水前寺
通所リハビリテーション事業所

デイケアだより

TEL
096-384-3399



花見は楽しいな

今年も4月2日から7日の期間、熊本赤十字病院から東へ1kmほど行った所にある長嶺公園に花見にでかけました。

桜の花のきれいさはもちろんのこと、トイレ等の設備も充実しており、利用者さまにも好評です。

4月3日は雨に降られ、残念ながら車からの花見になってしまいました。他の日は天候に恵まれ、日頃外出の機会の少ない利用者さまは、満開に咲いた桜の花を見ながら、ゆったりした時間を過ごされました。

桜の花のほかにチューリップやすみれの花も咲いており、広々とした公園の中で食べた栄養部特製のお弁当、皆さま美味しく楽しそうに召し上がっておられました。また、公園内で遊ぶ子ども達の姿に目を細めていらつしゃいました。

ご協力いただいたボランティアの方々ありがとうございます。

お花見に行かれた利用者さまが詠まれた一句

長嶺の桜満開 花ざかり

風にふかれて 花びら散りゆく

伊藤カズエさん



新人紹介

通所リハビリに新しい仲間が増えました。安全に送迎を行ってもらう運転手3名、清潔保持で気持ちよく入浴してもらおうお手伝いとして、入浴介助に1名。

入浴介助



緒方真弓

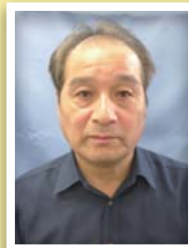
運転手



毛利修治



徳永義美



橋本龍生

1日も早く仕事になれ、皆様に安全で安心なサービスが出来るように頑張っていきたいと思っております。どうぞよろしくお願いたします。

お手玉体操 (脳の活性化・認知症予防)

脳トレのための基本動作から
遊びの体操までをレクチャー



手まりの曲に合わせて
お手玉体操



お手玉作り協力者の皆さん
なんと80個も作りました!

民生委員さんのお手伝い

赤いシャツの方が民生委員
さん。推進室は民生委員
さんと一緒に、健康推進のお
手伝いをしています。



保健センターの 体力測定サポート

握力測定や片足立ち、5m歩
行タイムなどの測定の
サポートを行います。(写真
は5m歩行タイム)

泉ヶ丘校区 サロン



笑いのヨガのルーツ・効果を説明

笑いのヨガ

笑いヨガの呼吸法を取り入れることで、横隔膜を使い自然に
有酸素運動が出来ます。その呼吸法と笑いで脳と体の活性化
につなげようというものです。(つくり笑いも効果あり)
年齢・性別・障害の有無に関係なく参加出来るのが良いです
ね。最初はつくり笑いから始まりますが、目を合わせたりしてい
るうちに伝染し、気が付いたら自然な笑いに生まれ変わります。



わっはっは...
わうはうは...



挨拶から笑いが始まり、
やがて部屋中が大笑いで、
熱気ムンムンになりました!

健軍1町内 サロン

かぶりものじゃんけんリレー

カツラを持っている人がじゃんけん
で勝てば
次の人へカツラを回します



最終ランナーの
役員さん

茶話会

水分補給とリラックス



あくび体操



“隣組”の曲に合わせた替え歌体操
首や肩をほぐしながら体を温め、
最後は本気で大あくび〜
「気持ちいい・・・ですよ！」

若葉校区 サロン

地域交流推進室 健康レクリエーション

地域交流推進室は、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、
信頼される医療法人を目指し活動しています。
地域の行事に参加し自治会・民生委員会・関係機関との連携を図り、当院スタッフやボランティアさんによる、健康
に関するレクリエーション等の出前講座を企画し、地域ニーズに応えるよう日々努力しております。
今回は、健康レクリエーションの様子をご覧ください。

水前寺界隈ばさるく

Vol.19

番外編
～中央区ばさるく～

「ココ知ってる！」と思われた方、中央区マスターになれるかも！?



最北端
黒髪8丁目
立山憩いの森近く



最東端
帯山9丁目
熊本県立大学前



このコーナーでは、清和会周辺のお店や地域のサークルなどをご紹介しています。
今回は番外編。水前寺とうや病院が属する中央区のことを調べるため、東西南北端をさるいてきました。校区で区切りられているところというところもあり、目印となるものがなく、なかなか分かりづらいところでした。「ココ知ってる！」と思われた方、中央区マスターになれるかも!?



最西端
横手2丁目
花岡山近く



最南端
出水7丁目
マリグレイスさん奥



兵庫伊丹市と同じくらい
東京デイズニールランド約49個分

区	人口	面積
北区	145,634人	115.35 km ²
西区	93,805人	89.06 km ²
中央区	184,353人	24.95 km ²
東区	188,082人	50.42 km ²
南区	122,600人	109.76 km ²
合計	734,474人	389.54 km ²

施設名	タイプ	延べ患者数	
		人数	(一日平均)
水前寺とうや病院	外来	15,139人	61.5人
	入院	46,038人	125.8人
シルバーピア水前寺	入所	24,135人	65.9人
	通所	14,280人	39.7人
在宅ステーション水前寺	居宅	2,299人	-
	訪問看護	1,656人	6.1人
平成とうや病院	外来	2,627人	10.7人
	入院	26,240人	71.7人

清和会データ (平成23年度)

第19回 競輪場通り商栄会夏祭り

会場：競輪場通り前バス停上
時間：17時開始

7/18 水曜日

来てはいよ

お子さんから、若者・おじいちゃん・おばあちゃん達のふれあいの場として競輪場通り商店街の繁栄と地域の活性化につなげたいと願っております。屋台とイベントを盛りだくさん用意していますよ。お待ちしております。

商栄会実行委員長 原口 誠一さん

間違い探しの答え

手の手> 'まにまのまに' '母の手' 'まのまのまの' 'まのまのまの' 'まのまのまの' 'まのまのまの' 'まのまのまの' 'まのまのまの'



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 13:30～17:30

診療時間 午前 9:00～12:00
午後 13:30～18:00

水前寺とうや病院 / 清和会本部

お問い合わせ・外来予約は

〒862-0950 熊本市中央区水前寺5丁目2-22

E-mail:seiwakai@tohya.or.jp ホームページ:http://www.tohya.or.jp

▶▶ 096-384-2288

【外来担当医師表】

平成 24 年 6 月 15 日現在

	月	火	水	木	金
午前	内科	呼吸器内科・内科	神経内科・内科	呼吸器内科・内科	循環器内科・内科
	東野 裕司	福田 安嗣	寺本 仁郎	福田 安嗣	外村 洋一
	呼吸器内科・内科	循環器内科・内科	循環器内科・内科	消化器内科・内科	呼吸器内科・内科
	中西 美智子	外村 洋一	松永 敏郎	松ヶ迫 貴	中西 美智子
	循環器内科・内科	消化器内科・内科	呼吸器内科・内科	神経内科・内科	呼吸器内科・内科
松永 敏郎	松ヶ迫 貴	濱本 淳二	長谷川 智子	濱本 淳二	
内視鏡	松ヶ迫 貴		松ヶ迫 貴	山邊 博	松ヶ迫 貴
エコー	松ヶ迫 貴		松ヶ迫 貴		松ヶ迫 貴
午後	内科	呼吸器内科・内科	呼吸器内科	神経内科・内科	消化器内科・内科
	依光 里香	中西 美智子 (予約制)	熊本大学	寺本 仁郎	松ヶ迫 貴
	循環器内科	内科		内科	
熊本大学	依光 里香		依光 里香		
禁煙外来	中西 美智子		松永 敏郎		



最寄のバス停	水前寺本町 (水前寺とうや病院前)	徒歩	0分
	北水前寺 (熊本県青年会館前)	徒歩	3分
	北水前寺 (北水前寺五差路付近)	徒歩	3分
市電	国府電停または水前寺公園電停	徒歩	10分
JR	水前寺駅	徒歩	12分

- 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。



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 13:30～17:30

診療時間 午前 9:00～12:00
午後 13:30～18:00

平成とうや病院

お問い合わせ・外来予約は

〒862-0963 熊本市南区出仲間8丁目2-15

E-mail:heisei@tohya.or.jp ホームページ:http://www.tohya.or.jp

▶▶ 096-379-0108

【外来担当医師表】

平成 24 年 6 月 15 日現在

	月	火	水	木	金
午前	呼吸器内科・内科	呼吸器内科・内科	神経内科	呼吸器内科・内科	呼吸器内科・内科
	増永 愛子	森 孝志	熊本大学	増永 愛子	森 孝志
	循環器内科・内科	リハビリテーション科		代謝内科・内科	リハビリテーション科
	堀尾 英治	依光 茂太		今野 由美	依光 茂太
内視鏡			東 洋一郎		
エコー	堀尾 英治		東 洋一郎		
午後	循環器内科・内科	循環器内科・内科	消化器内科・内科	循環器内科・内科	呼吸器内科
	堀尾 英治	齊藤 忠興	東 洋一郎	齊藤 忠興	熊本大学
				代謝内科・内科	
			今野 由美		



最寄のバス停	田迎小学校前 (旧浜線沿い)	徒歩	5分
	田迎 (東バイパス沿い)	徒歩	1分
	幸田市民センター入口	徒歩	5分
JR	南熊本駅または平成駅	車	10分

- 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。