

地域交流誌

# たいざんぼく

水前寺

Vol. 77 2019.7



医療法人清和会

水前寺とうや病院  
老人保健施設シルバーピア水前寺

特定施設シルバーピアグラント通り  
在宅ステーション水前寺



写真：リハビリテーション部

## 第10回

# とうや病院グループ 医療福祉研究発表会

7月6日（土）、済生会熊本病院 外来がん治療センター コンベンションホールをお借りし、第10回とうや病院グループ医療福祉研究発表会を開催致しました。この会は1年に1度、当グループ各事業所より研究の成果や症例報告、業務改善・報告等を発表するもので、グループ職員246名が参加しました。

今回は、居宅介護支援事業所の2事業所と地域交流推進室の活動報告、そして各事業所から計10演題の発表がありました。他部署・他事業所の取り組みを知り、互いに刺激し合えるとても有意義な場となっています。



また今回は第10回ということで、特別講演として大阪の社会医療法人ペガサス 理事長 馬場武彦先生（日本医療法人協会副会長・厚生労働省医師の働き方改革の推進に関する検討会 構成員）に「社会医療法人ペガサスにおける地域包括ケアシステムの取り組み」と題してお話ししていただきました。救急医療、地域連携、継続ケアを柱に様々な取り組みをご紹介いただき、とても貴重な時間を過ごすことができました。

発表して終わるのでなく、今後も継続しさらなる進化を目指し、励んでいきたいと思っております。

### 演題

1 個別運動療法と集団運動療法による疾患群別 ADLの改善効果	平成とうや病院 リハビリテーション部 (理学療法士)
2 認知症患者への日中活動強化が睡眠に与える影響	水前寺とうや病院 看護部 (看護師)
3 チーム連携によりポジショニングの統一でシームレスな苦痛緩和が図れた症例	水前寺とうや病院 リハビリテーション部 (作業療法士)
4 回復期病棟における集団レクリエーションの取り組み	平成とうや病院 看護部 (看護師)
5 電子カルテ導入に伴うデータ取り扱いの変化	平成とうや病院 事務部 情報管理課 (情報システム担当)
6 入院中の体重減少が自宅復帰に及ぼす影響と体重減少の一因として考えられたミキサー食の改良について	水前寺とうや病院 栄養部 (管理栄養士)
7 進化する病院食、私たちの3年間	平成とうや病院 栄養部 (管理栄養士)
8 認知症とタッチセラピー	シルバーピア水前寺 療養部 (介護福祉士)
9 自立(律)支援に向けた転倒対策を目指して～安易なセンサー使用による弊害～	シルバーピアグランド通り 入居部 (介護福祉士)
10 みんなで健康になろう～ヘルスアップさくら樹	シルバーピアさくら樹 入居部 (介護福祉士)

## CONTENTS

特集

02 とうや病院グループ  
医療福祉研究発表会

03 教えて！ドクター  
睡眠時無呼吸症候群

04 くすりの豆知識  
夏の不眠と睡眠薬

05 看護部通信  
4病棟活動紹介  
想いに寄り添う  
患者さまの外出同行

06 健考茶論  
ドラキュラ伯爵は  
紫外線に弱い  
栄養士の季節のレシピ  
ズッキーニのステーキ

08 シルバーピアだより  
・利用者の皆さんとの  
手作業  
・タッチセラピー  
・作品展

10 地域交流推進室  
砂取・帯山西・託麻原  
校区の活動紹介

11 訪問介護事業所  
砂取校区町内対抗  
バドミントン大会

教えて!

ドクター

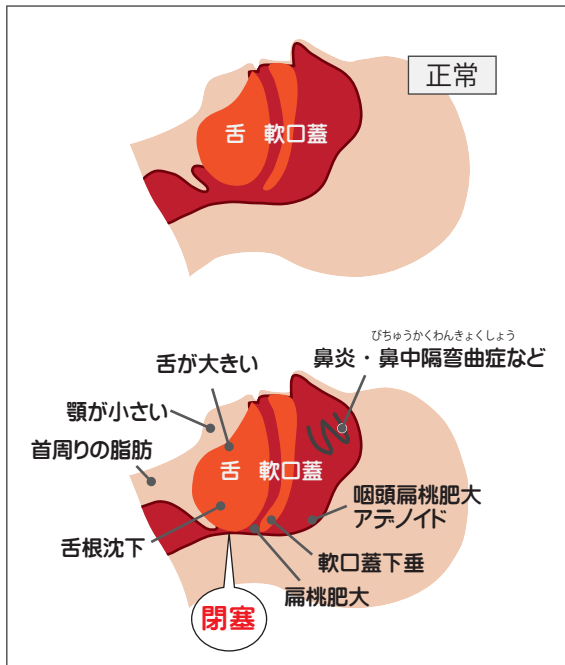
# 睡眠時無呼吸症候群

SAS: Sleep Apnea Syndrome

水前寺とうや病院

呼吸器内科医長兼地域医療連携部副部長

立石 秀彦



## 睡眠時無呼吸症候群とは

肥満、扁桃肥大、巨舌、鼻炎、鼻中隔彎曲、小顎症などが原因で、空気の通り道である上気道が狭くなることにより、睡眠中に無呼吸を繰り返し様々な合併症を起こす病気です。患者様の数は、成人男性の約3〜7%（半数が40〜50歳代の働き盛り）、女性の約2〜5%（閉経後に増加）と言われています。



立石 秀彦

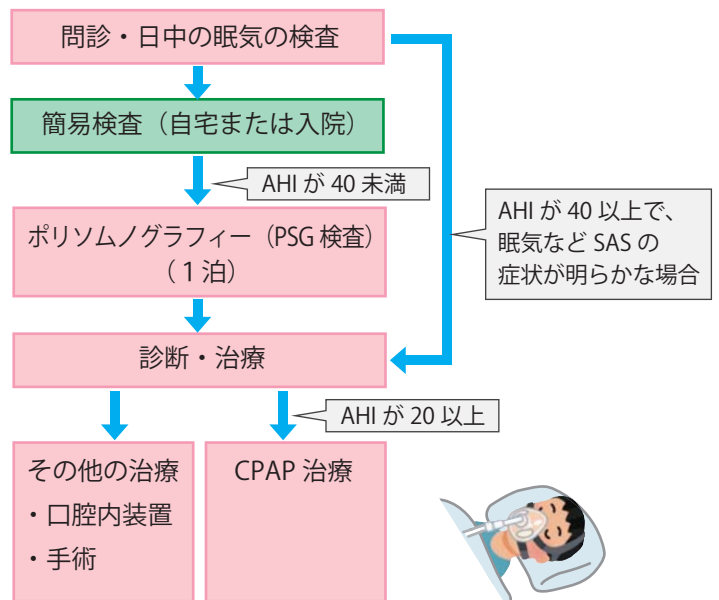
## 検査と治療



最も多い症状は「いびき」であり、その他に、「日中の眠気」、「起床時の頭痛」などを認めます。特に「日中の眠気」は作業効率の低下や居眠り運転に関与し、交通事故や労働災害の原因になっています。

当院では簡易検査を行っており、血液中の酸素状態、脈拍数、呼吸の状態などを測定する機器を自宅に持ち帰って検査して頂きます。装着は非常に簡単で、検査結果はAHI（無呼吸低呼吸指数）という数値で表され、一晩の睡眠を通して1時間あたりの無呼吸や低呼吸の頻度をもとに診断します。AHIが40以上で眠気などの症状が明らかな場合は、CPAP療法（持続陽圧呼吸療法）という、機械で圧力をかけた空気を鼻から気道に送り込み、気道を広げて睡眠中の無呼吸を防止する機械による治療の対象となります。

AHIが40未満で精密検査（PSG検査）が必要と判断すれば、施行可能な医療機関を御紹介致します。睡眠時無呼吸症候群の患者様は、高血圧、脳卒中、心筋梗塞などを引き起こす危険性が健康人と比較し約3〜4倍高くなり、特にAHI30以上の重症例では心血管系疾患発症の危険性が約5倍にもなると言われています。しかし、CPAP治療にて健康人と同等まで死亡率を低下させることが明らかになっており、早めの治療が肝心です。少しでも気になる方は、まずは気軽に相談を。是非とも当院外来を受診して下さい。



# 夏の不眠と睡眠薬

水前寺とうや病院 薬剤師 村越 有祐美

知ってほしいな！  
くすりの豆知識 65

ここ数年、真夏日<sup>最高気温</sup>（30度以上）はもはや当たり前で、猛暑日<sup>最高気温</sup>（35度以上）になることも珍しくありませんね。夜になってもなかなか気温が下がらず熱帯夜<sup>最低気温</sup>（25度以上）となり、寝付けない・途中で目が覚める、という方も多くなる季節です。睡眠不足になると、疲れが取れにくくなり、血圧が上がる・頭痛がするなど、体の不調を感じることも多くなります。エアコンや扇風機を利用したり、寝苦しさを和らげる冷感シーツなどに寝具を変えてみたりなどすると、幾分かよくなることもありますね。それでも改善しない場合、睡眠薬を飲むこともあるかもしれません。普段睡眠薬を飲まない方も、とん服で飲む機会が増えるのもこの季節です。

というわけで、今回は睡眠薬に関してよく聞かれる質問について、簡単にお答えしたいと思います。



**Q** 睡眠薬を飲んでみたいが  
どうすればいい？

**A** 病院を受診すると、医師の判断で、睡眠薬やリラクソスさせることで寝つきを補助してくれるお薬が処方される場合があります。また、一時的な不眠であれば、ドラッグストアで補助的なお薬を購入することもできますので薬剤師や登録販売者に相談するのもいいでしょう。その際には今他に飲んでいるお薬の内容をきちんと伝えましょう。

**Q** 病院でもらえる睡眠薬と  
ドラッグストアで購入できる  
お薬はどう違う？

**A** 風邪薬などで眠気がくる副作用を経験したことはありませんか？その副作用を利用して眠気を誘い、寝つけるようにするのが、一般的にドラッグストアで「睡眠改善薬」と呼ばれるお薬です。純粋な睡眠薬に比べて寝付き作用はマイルドなものになりますが、体のだるさなど翌日に残ることもあります。他に、気持ちをリラックスさせることができる生薬由来のお薬や、眠りを補助するサプリメントなどもあります。最近ではCMや広告で目にすることも多いですが、これらはあくまで補助的なもので体質改善をねらったものです。

**Q** 睡眠薬を一度飲むと  
やめられなくなるの？

**A** 医師が処方したとおりの量を守って必要以上に服用しなければそのような心配はありません。また、最近では依存性のないお薬もありますのでそちらを服用するのもいいでしょう。

**Q** 翌朝に眠気が残ったり  
ふらふらしたりするのは  
ですが…？

**A** お薬が翌日まで体に残っているのかもしれませんが。作用の短いものや、ふらつきの出にくいものに変更するなどできますので、医師に相談してみましょう。

**Q** 睡眠薬を飲む前に  
間食してもいいの？

**A** お薬によつては、間食する果にバラつきが出るものもあります。間食することがある場合は、飲み合わせについて薬剤師に相談してみましょう。

**Q** アルコールと一緒に  
飲んでもいいの？

**A** アルコールとの併用はやめてください。お薬の作用が強くなりすぎることがあります。

**Q** 睡眠薬はいつ飲めばいいの？

**A** 昔からあるスタンダードな睡眠薬は、寝つきを良くする作用があります。効果が速やかなので一般的には寝る直前に飲みます。トイレも済ませて、テレビも消して、服用してすぐ床に就きましょう。他に、眠りを長続きさせて起きないようにするお薬や、ホルモンに作用し体内時計を整えて自然に眠れるようにしてくれるお薬もあります。効果まで時間がかかるので医師と飲むタイミングを相談して決めることもあります。

医師の指示を守って、上手に睡眠薬と付き合ってください。  
わからないことや不安なことはいつでも薬剤師にご相談ください。



# 看護部通信

## 4病棟活動紹介

### 離床レクリエーション始めました

4病棟では、夜間に目覚め、昼間ウトウトされている患者さまがいらつしやるため、「生活のリズムをしつかりと整えたい」という想いがあり、平成31年4月より患者さまの生活リズムを作り、体力の維持向上を行っています。

関わるスタッフは、リハビリセラピスト、看護師、ケアワーカーです。内容は体操、風船バレー、輪投げなどのレクリエーションを毎日15時から行っています。

活動を始めてまだ間もないですが、患者さまやご家族からは好評を頂いており、患者さま同士の交流の場にもなっています。開催時間や内容の充実を図りながら、今後も活動を続けていきたいと思っています。



## 想いに寄り添う

当院に長期的に入院されている患者さまの外出に同行させて頂きました。

ご本人・ご家族ともに「一度家に帰りたい」という想いを持たれており、ずっと外出を希望されていましたが、様々なハードルやリスクがあり、今まで行えていませんでした。

しかし、患者さまの願いを実現させたいというリハビリ魂に後押しされ、今回、多職種で検討を重ね、外出の手段を企画し、松永副院長とリハビリスタッフが実際にご自宅まで同行し、外出をサポートしてきました。

ご自宅に入るまでに3段階程度の階段などのハードルはありましたが、ご本人・ご家族ともに終始笑顔で、曾孫さんを抱っこされたり、目標だった「ご家族で食卓を囲みお寿司を食べることも無事に達成されました。また、外出中は、入院前の趣味だったカメラやプラモデルの作成を再び行いたいなどの新しい目標を話されるなど前向きな発言も多く、ご本人の意欲が大きく向上したことを実感できました。



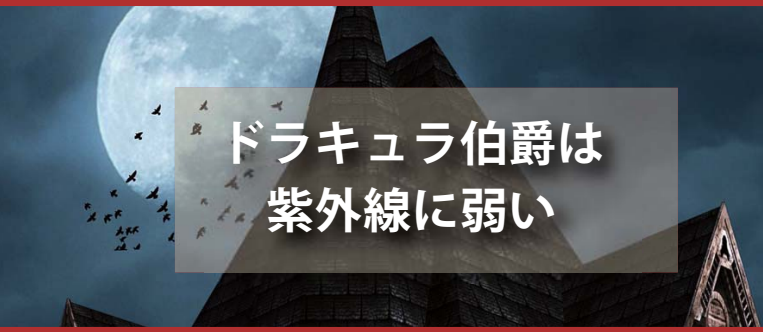
今回、外出を行うまでは、患者さま自身のために外出を行うことがプラスになると思っていました。それ以上に、ご家族が終始ご本人に付き添われており、常に気にかけていらつしやったことや、昔の思い出や今後の目標などをお話しされていたのがとても印象的で、ご家族にとっても今回の外出は、とても良い影響を与える機会になったようでした。今回は、様々な条件が整い自宅に外出を行うことが出来、今後も長期ご入院中でも外出を希望されている方に対しては、可能な限り多職種で協力し手段を検討していきたいと考えています。

水前寺とうや病院

リハビリテーション部 山鹿健司

夏の風物詩と言えば、花火、風鈴、朝顔などでしょうか？僕はどうも苦手ですが、怪談話やお化け屋敷も夏になると話題に上り、小学生時分には肝試しなるものがあり、セピア色の懐かしい記憶でもあります。昨今では安全上の問題か？人間関係が希薄になったためか？あまり耳にしなくなりました。

怪談話と言えば、日本では幽霊を思い浮かべますが、海外スターは吸血鬼ドラキュラ伯爵でしょうか？吸血鬼は英語ではヴァンパイア(Vampire)となり、ドラキュラはアイルランドの作家、ブラム・ストーカーの恐怖小説『吸血鬼ドラキュラ』(1897年)に登場する伯爵の名前です。彼は夜な夜な人の生き血を吸って初老の男性から若返り、生命維持に生き血が必要なことは皆さんも御存知と思います。若返るとは、何とも羨ましいと思う方もいらっしゃるのではないのでしょうか。老化は誰しも悩ましい人生の課題で、始皇帝の時代からドラキュラ伯爵のように若返る術はないかと奔走していますが、未だ妙術は見つかっていません。



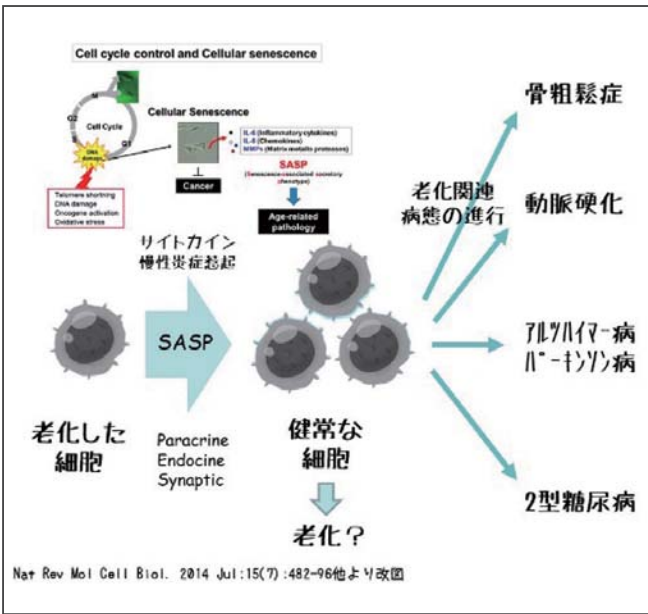
## ドラキュラ伯爵は紫外線に弱い



水前寺とうや病院で毎月開催している土曜健康サロンの内容を連載しています

### ○ドラキュラ伯爵の若返る術

最近の研究によると歳を取るに従って体内に老化細胞が増えて、増えた老化細胞から更に若い細胞を老化させる物質が分泌されて(SASP: senescence-associated secretory phenotype)、老化を進める悪循環に陥るとする説(Nat Rev Mol Cell Biol. 2014 Jul;15(7):482-96 他)が提唱されました。更にこの老化細胞を血液中から取り除き、若い細胞のみを体内に戻すと実験レベルではありますが、若返ることが報告されています。先進的なことを好むアメリカでは、この報告を受けて、小説を地で行くように若者の血液で若返ると謳い輸血商売を始める者が現れ、FDA(日本の厚生労働省に当たる)が効果の程は疑わしいと警鐘を鳴らす事態となりました。ただドラキュラ伯爵の若返る術は小説上の虚構と思われていましたが、近年の研究成果は、まんざら絵空事でないことを示すに至り、近い将来、若返り術が実現するかもしれません。



主役にもなる♪

## ズッキーニのステーキ



1人分

380kcal  
たんぱく質 16.9g 脂質 17.4g 塩分 0.8g

## 栄養士の季節のレシピ

### 最近人気のズッキーニ

ズッキーニは太めの胡瓜のような見た目の野菜ですが、実は南瓜の仲間です。しかし、南瓜と違って糖質は少なくカリウムは低め、カリウムが豊富でナトリウムの排泄を促し、むくみの防止・改善に役立ちます。

料理では、油と相性がよいことから炒めて使われることが多いようです。加熱する場合はそのまま使用しますが、塩水にさらしてあく抜きし、サラダなど生食でもおいしく食べることができます。



水前寺とうや病院

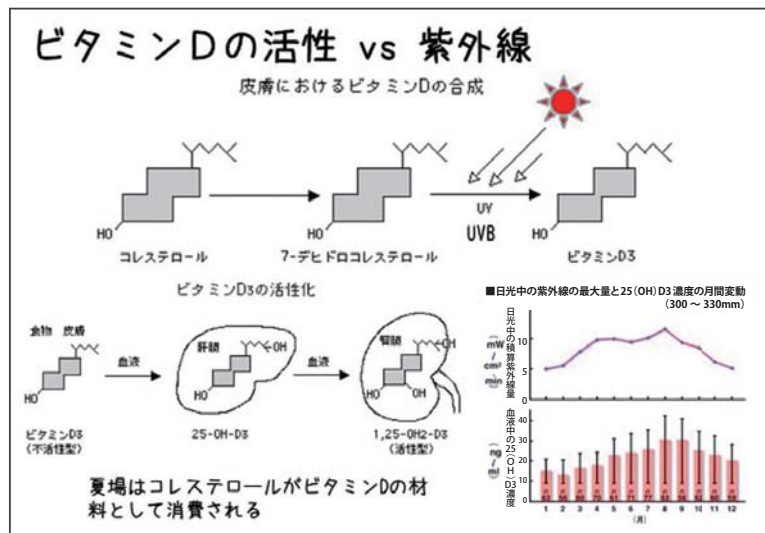
栄養部

松永 亜祐美

## ○嫌われ者の大切な側面

さてドラキュラ伯爵は日光に弱く、昼は棺の中に潜みます。従って日焼けする筈も無く、ドラキュラは心なしか？映画中でも白塗りで美白を強調<sup>(\*)</sup>しているように思われます。美白は老化↓美容・コスメの側面からも注目されている話題で、紫外線(UV)がシミの原因となるメラニンを増やすため美容製品のキヤッチコピーにはUVカットが多く使用されています。UV対策として日傘ならまだしも腕カバー、顔全体を覆うような帽子まで被った御婦人も見受けられ、暑くないのだろうか？と心配になる程の完全防備です。UVカットはシミ↓皮膚の老化予防には重宝なのかもしれませんが、嫌われ者UVもヒトが生命の恒常性を維持する上で、非常に大切な側面もあることを忘れてはいけません。

その代表格がビタミンD (VitD)です。体内のVitDは食品からの摂取が10%程度で、残り90%は生活習慣病で毛嫌いされているコレステロールを材料に皮膚でUVを浴びることで合成されています。従ってコレステロール値はUV量の多い夏場で減少し、逆にVitDは夏場に増加し、季節変動することが知られています。昨今のUVカット製品の普及のためか？日本人の60%以上でVitD不足<sup>(\*)</sup>欠乏状態<sup>(\*)</sup>【血中25(OH)D 30 ng/mL以下】にあると報告されており、美白に熱心な女性でこの傾向は顕著なようです。御存知のようにVitDは骨代謝に関係しており、不足は骨粗鬆症を悪



化させます。女性は閉経後に骨粗鬆症発症が指数関数的に増加します。若い時分からVitD不足は将来の骨強度に多大なる影を落とすことを理解する必要があります。またVitDは骨に留まらず、アレルギー・免疫系や転倒リスクへの関与、ひいては不足状態は生命予後を悪化させると報告されており、シミ対策を取るか？健康を優先するか？考えた方が良さそうなデータは数多く存在しますが、スポンサーに対する忖度なのか？あまりマスコミでは紹介されません。ここである疑問が湧いてきます。ドラキュラ伯爵は日光を浴びませんから、当然VitD欠乏状態にあると思われれます。ただVitDが欠乏すると顎の骨も脆弱化し、自慢の牙も抜け落ちてしまいそうです(歳を取って歯が抜けるのにも少なからず骨粗鬆症が関与しています)。

ではどこからVitDを得ているのでしょうか？僕が考えるに、血を吸うことで若い細胞を得て若返り、一方で血液中のVitDも有効活用して骨を強化しているのではないのでしょうか。僕の説はどうですか、納得頂けますか？「キヤァ怖い、血を吸うなんて、襲われたらどうしよう」とお考えのあなた、大丈夫です。ドラキュラ伯爵も馬鹿ではありませんよ。VitD欠乏のあなたの血液には興味がないようですから安心して下さい<sup>(\*)</sup>。

## 作り方

- セロリは硬い節の部分と葉を除き粗みじん切り、にんにくはみじん切りにする。除いたセロリの節や葉はブーケガルニにしてスープやカレーなどの料理に利用しましょう。
- フライパンにオリーブオイル(大さじ1)を入れ、合挽肉、セロリ、にんにくを炒め、薄力粉(大さじ1)を加えて少し炒め★の調味料で味をつける。
- ズッキーニは縦半分に切り、種の部分をスプーンでこそぎ取る。安定がよいように底になる部分を5mmほど切り取る。
- フライパンにオリーブオイル(大さじ1)を入れて熱し、切り口に薄く薄力粉(大さじ1)を振り、切り口を下にして焼く。蓋をして中火で2分ほど焼く。
- ひっくり返したズッキーニに②の具を入れて、とろけるチーズをのせ蓋をして2分ほど焼く。
- 茹でたとうもろこしを2cmほどの輪切りにし、更に半月に切って好みで表面に焼き色をつける。
- 皿に焼き上がったズッキーニ、とうもろこしを盛り合わせ、食べる時に切り分ける。

## 材料 (4人分)

- 合挽肉……………200g
- セロリ……………1本
- にんにく……………1かけ
- ズッキーニ……………2本
- とろけるチーズ……………2枚
- とうもろこし……………1/2本
- オリーブオイル……………大さじ1+大さじ1
- 薄力粉……………大さじ1+大さじ1
- ケチャップ……………大さじ1(お好みで)
- 砂糖……………小さじ1/2
- ★みりん……………大さじ1
- 塩、コショウ、香辛料……………少々

# シルバーピア水前寺 ～デイケア（通所リハ）～

# シルバーピア だより

## ✂ 利用者の皆さんとの手作業

### まるで秘密の花園です

壁絵を作りました。古布や包装紙・リボンなどを使い、巻いたりひねったりするなかなか根気のいる作業です。1つひとつを見ると、何とも言いえないバラかな？という感じだったのですが、完成作品をみて、“ワーツ！”見事な出来栄えね～！と拍手と歓声があがりました。



↑  
フォトフレームにしました



### 七夕の季節に

色紙を使って、自由に飾りや短冊を段ボール箱いっぱいにつけて頂きました。短冊に書いた願い事が叶うといいですね。

### 吹けば飛ばような～ 空き容器タワー積み上げ大会

おやつ乳酸菌飲料の空き容器をコツコツと集め数百個になり開催しました。集中力と器用さ・バランス感覚を要する活動です。軽いし、息を吹きかければガラガラと倒れてしまつて大爆笑！再度挑戦です。最後は全員でフーツと息を吹きかけ壊して終了しました。





## タッチセラピー始めました！

タッチセラピーという言葉が聞かれたことがありますか？その名の通り、触れる療法です。肌と肌の触れ合いから脳に刺激が伝わり、心地よさや不安の緩和に繋がるホルモン（オキシトシン）が分泌されるそうです。

施設でも不安や焦り、抗鬱、攻撃的言動、不眠といった、いわゆる周辺症状と呼ばれるものが本人を苦しめ、又、介護を拒否される入所者さまがいらっしゃいます。心穏やかに過ごしていただきたいと思い、当施設ではタッチセラピーを始めました。

具体的には静かな環境でスタッフと利用者の方がテーブルを挟んで向き合って座りハンドマッサージを行うものです。このマッサージによるコミュニケーションから、先に挙げたような症状の緩和に繋がります。タッチセラピーの実施後は、入所者さまの笑顔も増えて、認知症の周辺症状の減少や安眠に

## シルバーピア水前寺 ～入所～



少しずつ効果が見られているようです。また、入所者さまだけでなく職員も癒され、ストレスの軽減にも繋がっているようです。

皆さんも幼い頃、「痛い痛い飛んで行けー」と痛い部分を擦ってもらい、癒された経験はないでしょうか？たまには家族の手や背中など擦ってみてはどうですか？

## シルバーピアグランド通り ～特定施設～



## 作品展を開催しました！

6月17日から5日間、1階地域交流スペースにて入居者さま手作りの作品をご紹介します作品展を行いました。皆さん多種多様なご趣味を持っておられ、絵画や書（毛筆）を得意とされる方や、編み物（手編み）、折り紙細工で造花や壁飾りを作られたり、ミシンを使ってバッグや帽子、タペストリー等を生地から作成されたりと本当に多彩です。

5月からは絵手紙教室が始まり、季節の野菜や草花を描かれました。また、一年を通して手芸クラブの皆さまのブローチや手ぬぐい、バッグ等の作品も展示されました。会場に来られた方は「これ全部手作り？」とクオリティーの高さに感心され、出展者は「今後の活力になります」と一年間の取り組みを振り返り新たな作品作りに対する熱い思いと意気込みを感じました。来年の作品展も楽しみにしています。ありがとうございました。

# 地域交流推進室

特定施設シルバーピアグラウンド通り内

TEL.096-284-1025

## 砂取校区5町内

老人クラブ有隣会会長 松本綾子



有隣会では、会員の情報交換、知識の向上と健康の増進等を目的に、奇数月に例会として誕生会、出前講座を中心に活動しております。五月に令和元年度総会を開催し、年間活動を次のように決定しました。五月は熊本市の歯科衛生士の講座、七月はプロのオペラ歌手を招いて歌の会、九月は敬老懇親会で美味しい食事をいただきながら余興で楽しむ会、十一月は特定施設シルバーピアグラウンド通り介護福祉士



自治会合同お花見会の様子

による脳トレ体操、一月はレストランで新年会、三月は自治会と合同でお花見会を計画しております。これらも地域交流推進室を通して会議室の使用と先生方に依頼できるシステムがあるからだと感謝しております。又、松永敏郎先生の土曜健康サロンにも多数参加し、健康増進の指針となっております。

五月の総会にて、有隣会の皆さまより手作りの雑巾を寄贈いただきました。ありがとうございました。大切にさせていただきます。

## 帯山西3町内

老人クラブ明朗会会長 松本昭子



自治会、老人クラブ明朗会会長、婦人会班長として地域で活動しています。明朗会会長として日が浅く二年目で、会員の方たちの助言を支えに進めています。

現在会員数44名。毎月の例会（8月は休み）では、県の老人クラブの会合があれば研修報告、校区の老人クラブの報告、明朗会としての活動は、誕生会では大きな声で歌い、マイクを向け近況報告等話していただいています。誕生者への赤飯のプレゼントは好評です。地域交流推進室より時季に合ったお話を有難くいただいております。グラウンド



例会の様子

ゴルフは10名程の参加で楽しくプレイしています。健康麻雀は6名程。踊りは7名程で、校区の帯西まつり、市老連のレクリエーション大会、3町内の敬老の日の出演をしています。

皆様が現状維持のまま、身体的フレイル、お口のフレイル予防に心掛け、又、いろんな会合へ積極的に参加され、おしゃべりされる事が、今は一番大事かと思えます。

## 活動のご紹介

## 託麻原校区5町内

サロン『すずかけ』代表 下條久美子



サロン『すずかけ』は、2010年に地域にお住いのどなたでも自由に参加し交流できる場としてスタートいたしました。

会場は町内の丁度真ん中、下油田公園内の老人憩の家です。小さな町内ですでお散歩がてら気軽に参加できる恵まれた環境です。毎回10〜15名ほどの方がご参加されています。

発足当初は2カ月に1度の活動でしたが、2年前からは「いきいき100歳体操」を軸に毎月1回の実施となりました。8月の日帰り旅行12月の忘年会が恒例行事となっております。ささえりあ帯山、水前寺とうや病院（地域交流推進室）からは、健康に関するアドバイスや地域の情報、また講師の紹介など、サロンの活動がより豊かなものになるよういつも支えていただいています。

家に籠りがちだった方や引越越しされてきて知り合いがなかった方が楽しそうにサロンに参加してくださるのを見て、人とつながることの大切さを実感しています。



100歳体操の様子

# 在宅ステーション水前寺 訪問介護事業所

特定施設シルバーピアグラウンド通り内



令和元年5月1日よりシルバーピアさくら樹より異動になりました大内です。生まれは長崎県ですが、熊本に嫁ぎ22年が経ちます。熊本では訪問介護一筋でがんばっています。(自分でもびっくりです)

一緒に頑張って下さるヘルパーさん募集中です

介護保険制度は2000年にスタートしましたが、それ以前からヘルパーとしてかかわっていたので、この20年で大幅にかわるサービス内容を目的あたりにしました。在宅ステーション水前寺も在宅介護を支える柱の一つとして、介護保険制度前から地域に根差したサービスを目指して現在まで20年以上の実績があります。在宅生活に関わる私達は本人や家族が在宅生活で過ごしたいという自己実現に向けた支援を一生懸命にさせていただきます。

サービスを通して思うことは時間的、空間的な制約の中でどのような工夫でそれを乗り越え生活を支えてつくっていくかそれをご利用者とともにつくっていくことに訪問介護の魅力があると思います。

現在は常勤3人と登録ヘルパー14名で頑張っています。私達は、当事業所で働く誇りと自覚をもってご利用者さまとともに喜び、悲しみ、苦しさを分かち合えるそんな訪問介護事業所でありたい、と願っています。

訪問介護事業所 所長 大内麻由美

清和会データ		
(2019年3月～5月)		
水前寺 とうや 病院	外来	延べ患者数 5,326人 (一日平均 80.7人)
		延べ患者数 12,162人 (一日平均 132.2人)
	入院	在宅 地域包括ケア病床 93.2% 復帰率 回復期リハ病床 80.4%
		一般病棟平均在院日数 12日
シルバー ピア 水前寺	入所	延べ利用者数 6,038人 (一日平均 65.6人)
	通所	延べ利用者数 3,116人 (一日平均 39.0人)
在宅 ステー ション 水前寺	居宅	計画件数 531件
	訪問 看護	延べ訪問人数 1,016人 (一日平均 15.4人)
	訪問 介護	延べ訪問人数 2,311人 (一日平均 25.1人)

在宅復帰率は、2018年12月～2019年5月を算定基礎としています

令和元年6月30日(日)砂取校区町内対抗バドミントン大会が開催されました。当法人からも砂取5町内の選手として病院から2名、老健から2名参加しました。

昨年は準優勝だったので選手の方々からは「今年こそ優勝」と熱い意気込みを感じました。結果、見事執念の優勝を勝ち取り、令和初の記念優勝となりました。

町内の方々、地域の方々との親しみながらも勝負の楽しさを感じた1日でした。



砂取校区町内対抗バドミントン大会



## 次号のたいざんぼくは

2019年10月発行予定です。

ご意見・ご要望・ご感想などございましたら、どんなことでもお気軽にお寄せください。

〈発行日〉2019年7月20日

〈発行〉医療法人清和会(水前寺)広報部会

TEL:096-384-2288 E-mail:seiwakai@tohya.or.jp

日時 2019.10.19(土)  
10時～14時

場所 水前寺とうや病院  
シルバーピア水前寺

当院医師による講話、ゲストショー

他にも、健康チェック、体力測定や脳トレ、地域や外部団体のの方々、職員による出店やバザーなど、盛りだくさん! 詳細は決まり次第またご案内いたします。ご来場お待ちしております。

第24回 医療法人清和会  
健康  
フェスタ

告知

今年も開催!

# 水前寺とうや病院

<b>診療科目</b>	内科・呼吸器内科・循環器内科・消化器内科・脳神経内科・リハビリテーション科	<b>休診日</b>	土曜午後・日曜・祝日
<b>受付時間</b>	午前 8:30～11:30 午後 13:00～17:30		
<b>診療時間</b>	午前 9:00～12:00 午後 13:30～18:00		

お問い合わせ・外来予約は ▶▶ ☎ 096-384-2288

## 【水前寺とうや病院 外来担当医師表】

2019年7月20日現在

	月	火	水	木	金	土
午前	呼吸器内科・内科	脳神経内科・内科	循環器内科・内科	消化器内科・内科	循環器内科・内科	担当医
	中西 美智子	今村 重洋	松永 敏郎	松ヶ迫 貴	外村 洋一	
	循環器内科・内科	呼吸器内科・内科	整形外科	脳神経内科・内科	1・3・5週 呼吸器内科	
	松永 敏郎	福田 安嗣	有住 裕一	長谷川 智子	中西 美智子	
リハビリテーション科・内科	循環器内科・内科	内科	呼吸器内科・内科	2・4週 頭痛外来	濱本 淳二	
東野 孝治	外村 洋一	依光 里香	立石 秀彦	長谷川 智子		
内視鏡・エコー	松ヶ迫 貴		松ヶ迫 貴			
午後	内科	呼吸器内科・内科	脳神経内科・内科	整形外科	消化器内科・内科	担当医
	依光 里香	中西 美智子	寺本 仁郎	有住 裕一	松ヶ迫 貴	
	循環器内科	内科	内科	内科	呼吸器内科・内科	
	熊本大学	依光 里香	依光 里香	依光 里香	立石 秀彦	
	整形外科				整形外科	
	森 修				森 修	

- (禁煙外来) 金曜の午後(予約制) ※水曜午前 有住医師 10時～
- (睡眠時無呼吸症候群外来) 金曜の午後(予約制)
- 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。
- 企業様の健診も行っております。●産業医お引き受けいたします。

点線で切り取って折りたたむと診察券サイズです

## 理念

IDENTITY(個人)の尊重

～For You あなたののために～

## 基本方針

1. 患者さまの権利と意思を尊重したチーム医療を提供します
2. 保健・医療・福祉が一体となった地域に信頼される病院を目指します
3. 技術知識の習得と質の高い保健・医療・福祉サービスを提供します
4. 健全なる経営活動と安定した経営基盤を構築します

## 患者さまの権利

1. 良質な医療を受ける権利
2. 選択の自由の権利・セカンドオピニオンを求める権利
3. 自己決定の権利
4. 代行者による権利
5. 情報に対する権利
6. 機密保持を得る権利
7. 健康教育を受ける権利
8. 尊厳を得る権利
9. 宗教的支援に対する権利



## 老人保健施設

### シルバーピア水前寺

水前寺とうや病院 併設 ☎ 096-384-3399

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	徒歩 10分
JR	水前寺駅	徒歩 12分



水前寺とうや病院・シルバーピア水前寺は敷地内禁煙です。



〒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 www.tohya.or.jp

## 特定施設 シルバーピアグランド通り(サービス付き高齢者向け住宅)

〒862-0951 熊本市中央区上水前寺1丁目6-5 ☎ 096-386-0020

シルバーピア  
グランド通り  
施設内

在宅  
ステーション  
水前寺

居宅介護支援事業所 ☎ 096-384-3119

訪問看護事業所 ☎ 096-384-5580

訪問介護事業所 ☎ 096-384-2771

地域交流推進室 ☎ 096-284-1025

## 平成とうや病院

<b>診療科目</b>	内科・呼吸器内科・循環器内科・消化器内科・脳神経内科・リハビリテーション科	<b>休診日</b>	土曜午後・日曜・祝日
<b>受付時間</b>	午前 8:30～11:30 午後 13:00～17:00		
<b>診療時間</b>	午前 9:00～12:00 午後 13:30～17:30		

お問い合わせ・外来予約は ▶▶ ☎ 096-379-0108 〒862-0963 熊本市南区出仲間8丁目2-15