

たいざんぼく

水前寺

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ド通り
在宅ステーション水前寺

Vol. 59 2015.9



- ◇サルコペニアと
ロコモティブシンドローム
- ◇事前指定書への取り組み
- ◇健考茶論 高齢者医療
～病気と老化の狭間で～
- ◇水前寺界限ばさるく ロバのパン屋さん



とうや こうじ
東野 孝治

サルコペニアとは？

加齢により筋肉量（サルコ）が減少（ペニア）することです。それにより握力や歩行スピード、バランス、食べ物を噛む力や飲み込む力などが低下するというような機能的な側面も含まれます。

原因としては、下記のようなものが挙げられます。

- 加齢に伴う生理的な筋肉量の減少
- 栄養状態不良による筋肉量の減少
- 活動性低下による筋肉量の減少
- 手術、病気等の侵襲による筋肉量の減少

ロコモティブシンドローム (locomotive syndrome) とは？

日本語では、運動器症候群と言います。加齢に伴う筋力の低下、関節や脊椎の病気、骨粗鬆症等により、運動器の機能が衰えて、立つ・歩くなどの移動機能が低下することで、要介護・要支援の状態や、そうなるリスクの高い状態を表しています。また、できるだけ早い時期から運動器の機能低下を自覚することで機能低下を自ら予防して、健康寿命を延ばしていきましょうという考え方が含まれています。

具体的な症状として、この7つがあり、このうち1つでも当てはまればロコモかもしれません。

- 片足立ちで靴下が履けない
- 15分続けて歩けない
- 家の中で躓いたり滑ったりする
- 買い物で2kg（牛乳2L）程度の袋を持ち帰るのが困難である
- 横断歩道を青信号のうちに渡りきれない
- 持ち帰るのが困難である
- 階段を上がるのに手すりが必要である
- 布団などの上げ下ろしが困難である

サルコペニアは、ロコモティブシンドロームの前段階とも言えますので、筋肉量の減少を早い段階から予防していくことが重要です。

筋肉量減少を予防するにはどうしたらいいの？

適切な運動と筋肉の材料となる栄養（タンパク質）をしっかり摂取することが重要です。

〈適切な運動〉

体の中で特に大きな筋肉である大胸筋・大腿四頭筋・広背筋や、体幹バランスに関わる体幹筋のトレーニングが重要です。自宅でも簡単にできるトレーニングとして、スクワット、片脚立ち、頭部拳上訓練、お腹をへこませて30秒キープする方法等があります。

スクワット

- ゆっくりと腰を浮かせて元に戻る
- 足の裏に体重がかかるのを意識する



深呼吸するペースで5～6回を1セットとして1日3セット。安全のためにイスやソファの前で行いましょう。

片脚立ち

- 転倒しないよう、つかまるものがある場所で

- 片方の足を少し浮かせる



左右1分間ずつ
1日3回

頭部拳上訓練

四肢体幹の筋肉だけではなく、飲み込むための筋肉もトレーニングすることで、誤嚥性肺炎の予防に繋がります。寝た状態での頭の拳上（右図）や、舌の前後左右上下運動を行いましょう。

- ・頭を上げつま先を見る
- ・できるだけ保持する

1日10秒以上
最低5回



〈十分な栄養摂取〉

筋肉は運動とともにタンパク質（アミノ酸）を摂ることで維持・増加することが知られています。主食（お米や麺類等）に加えて、毎食、主菜（肉・魚・卵・大豆製品のおかず）を1品、副菜（野菜・きのこ類、芋類のおかず）を1品必ず添えるようにし、毎日、牛乳や乳製品及び果物を摂りましょう。タンパク質（アミノ酸）の多い食材としてはマグロ・鶏肉・枝豆等があります。これに、ブロッコリー（ビタミンK、C）、鮭（ビタミンD・タンパク質）、チーズ（カルシウム）、赤ピーマン（ビタミンB6）などを意識して加えるように心がけましょう。

質問特集

皆さんは薬を服用する際に、「これってどうなんだろう？」と思うことはありませんか？今回は、いくつか質問を頂きましたので、患者さん・薬や状況等で違ってきますが、一般論で回答いたします。

水前寺とうや病院 薬剤部長 益山 貞隆



食前や食後など、食事が不規則な時はどうしたらよいのでしょうか？

薬の種類にもよりますが、食前・食後でも効果の変わらないお薬もあります。まず食事が不規則であることを医師・薬剤師に相談し、対処方法を聞いておいてください。

多忙であり食事が不規則になる方は「6時間おき」のように目安となる間隔や時間を決めておく方法があります。その場合は多めの水で飲むと胃腸の負担も軽減されます。



カプセルや錠剤、粉薬、水薬など、形が色々あるけど、効き目が違うんですか？

薬の剤形には、錠剤、カプセル剤、散剤（粉薬）、液剤、点眼剤、軟膏剤、坐剤、注射剤など数多くの種類があります。効果が現れるのが最も速い剤形は注射剤で、次いで吸入剤、舌下剤、液剤、散剤、錠剤の順ですが、個々の製品や成分によっても効果発現時間は多少違います。

内服薬で形を変える理由は

★使いやすくする
味・におい等を改善し飲みやすくする、取扱いをしやすくするため

★効果を早くする、効果時間を長くするなどの時間をコントロールするため。

★副作用を減らす対策

———などがあります。

同じ成分でも散剤と、それをカプセルにつめたものでは一般的には散剤が早く効きます。

だからと言って、薬を速く効かせようとしてカプセルを割ったり、錠剤を噛み砕いたりすると速く溶けすぎたり、腸で溶かしたい薬が胃で溶けることになります。

そうすると、期待する効果が現れないばかりか、胃を荒らす副作用の原因となることもあります。

鎮痛剤は飲みすぎたら効かなくなるってほんとですか？

痛みは体からの警告信号で、大衆薬で安易に取り除いてはいけないこともあります。鎮痛剤はむやみに飲み続けるものではありません。ただし月経痛など短期間の痛みに対して服用する分には、問題はほとんどありません。

長く痛みを我慢すると痛みは増幅してきます。飲むなら早めに、そしてパツとやめるのがコツです。

飲みすぎで効かない例としては、月に10日以上も鎮痛薬を服用して頭痛が治らない人の中には薬物乱用頭痛（MOH:Medication Overuse Headache）になっていることもあります。MOHは薬物の過剰服用が引き金で痛みに対する感受性が過敏になり、少しの刺激でも痛みをより感じてしまい、頭痛を起こしてしまいます。

以前病院で処方され、余ってしまった薬は、いつまで飲めるんですか？

日本では飲み残されている潜在的な薬剤費は年間400億円以上に上る、という推計もあります。

無駄な薬を増やさないためには、医師の指示通りの期間で最後まで飲みきることをまずお願い致します。ただ同様の質問はどこでも多くあり、当然保管状況でも変わってきますが次のような目安を言っている病院施設は多いようです。

錠剤・カプセル・軟膏・坐薬：6ヶ月～1年位
粉薬・顆粒：6ヶ月～1年位
調剤された水薬：冷蔵庫で1週間～10日位

薬自体の有効期限はもっと長いのですが、調剤した時の患者の症状に対する薬の効果まで含めて、調剤年月日から投与日数分として記載された投与日数があり有効期限となっています。薬は湿気と光で化学変化するものや、温度に弱いものもあります。薬をもらう時に保管方法の確認も必要です。

もったいないからと前にもらった薬をとって、今は必要ない薬を飲んでしまった方を多くお見かけします。薬が大量に余ってしまう方は一度相談されてください。

安定した座位姿勢をとるには？

～車椅子選びのポイント～

リハビリ
だより

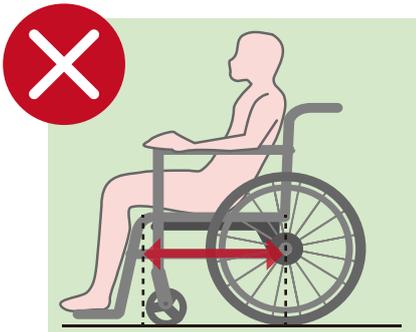
みなさんは車椅子を選ぶポイントをご存知ですか？
歩くことが難しくなってくると、車椅子を利用することがあるかと思います。
そんな時に知っておくと役に立つ情報をお伝えしたいと思います。

車椅子を選ぶ4つのポイント



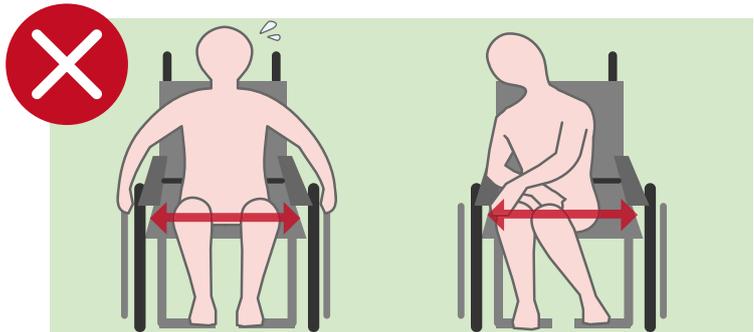
1 座面の奥行き

座面が長過ぎると、お尻が前に滑ったような姿勢（すべり座り）になってしまいます。



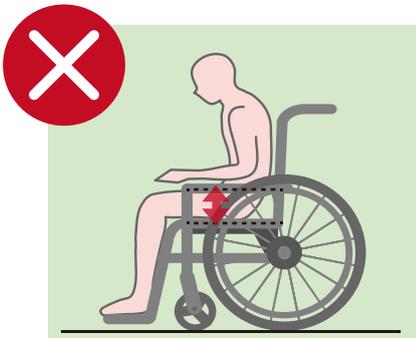
2 座面の幅

座幅が広過ぎると、車いすの操作がしづらくなり、また骨盤が左右に傾き姿勢が崩れやすくなってしまいます。



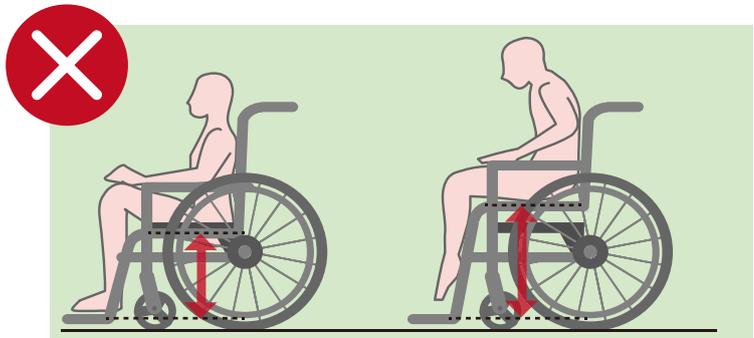
3 肘置きの高さ

肘置きが低過ぎると、前かがみの姿勢になりやすくなってしまいます。



4 座面から足置きの高さ

座面から足置きの高さを足の長さに合わせないと姿勢が崩れやすくなってしまいます。



身体に合っていない車椅子を選んでしまうと、不安定な座位となり、動きにくく、床ずれを引き起こす原因にもなりかねません。姿勢が悪いと、食事も摂りにくくなり誤嚥の可能性も高くなります。せっかく車椅子をレンタルや購入してもかえって苦痛を与えることになってしまいます。

上記のポイントを参考にして身体に合った車椅子を見つけましょう！！

リハビリ勉強会 の様子

私たちリハビリテーション科も株式会社フロンティアの方々から車椅子選びのポイントを教えていただき、車椅子選びの重要性を再確認することができました。



水前寺とうや病院では、 「事前指定書」に取り組んでいます



病気や事故で意思を伝えることが難しくなった時に、状況に応じて施される医療行為を、あらかじめ自分の希望を記載して残しておくものを「事前指定書」と呼んでいます（当院では、「私の意思表示ノート」としました）。まずは、緊急時の医療行為の概念や内容を正確に知ることが必要であり、主治医を始めとした医療従事者とよく話し合っ、自分の考えを家族に伝えておくことが大切です。それにより、不測の急変時に、家族や主治医が、本人の意向を尊重した治療を負担なく選択することが可能になります。なお、事前指定書の内容は随時変更が可能です。記入することを前提にするのではなく、あくまで、事前指定書の存在を通して、家族や主治医と終末期の医療について話し合うきっかけになれば良いと考えています。

水前寺とうや病院 呼吸器内科 医師 立石 秀彦

今年の7月に、「私の意思表示ノート」を作成し、外来待合室、2階入院会計、医療連携室の3カ所に設置しました。ご興味のある方は、ご覧ください。

作成に当たっては、今年の1月から、立石医師をはじめ、スタッフが半年かけて検討しました。説明の語句などの内容は、地域の方々からのご意見を伺う機会を頂きましたので、出来るだけ分かりやすく工夫しました。ご協力いただきました皆さまには、感謝申し上げます。

尚、「私の意思表示ノート」についてご不明な点がございましたら、外来受付スタッフまでご遠慮なくお問い合わせください。

水前寺とうや病院 看護部 病棟師長 藤嶽 美香子



地域の方々とう当院スタッフとの会議



外来待合室

第6回とうや病院グループ医療福祉研究発表会



平成27年7月11日(土)、
済生会熊本病院コンベン
ションホールにて、第6回
とうや病院グループ医療福
祉研究発表会が開催されま
した。
居宅介護支援事業所と地域
交流推進室による活動報

告、そして各病院・施設より取り組みや研究の成果について、
全14演題の発表が行われました。
活発な意見交換が行われ、互いに情報を共有し、刺激し合える
とても有意義な時間となりました。

●最優秀賞

「看取りケアの取り組み
人生の最期に寄り添って」
老人保健施設シルバーピア水前寺 療養部
「褥瘡予防におけるアセスメントの重要性
～3年間の取組みと危険因子の評価～」
水前寺とうや病院 看護部

●優秀賞

「在宅復帰を目指す家族への関わり
～A氏の褥瘡ケアを通して～」
平成とうや病院 看護部

シルバーピア水前寺 入所

シルバーピアだより

シルバーピア水前寺 入所・通所
シルバーピアランド通り 特定施設

食フェアー



8月18日～20日の3日間、老健1階の食堂にて食フェアーを開催しました。今回のテーマはなんと『海の家!!』利用者の皆さまに夏の気分を味わっていただきたいとスタッフが趣向を凝らしました。

まずは、よしずに子供の水着や浮き輪、水鉄砲を飾ります。そして目玉は芦北の白鶴ヶ浜より運び込まれた砂。これらが夏の雰囲気盛り上げ、3日間限定の海の家がオープンしました。

夏野菜カレーとBBQ気分を盛り上げる焼肉の香りがフロア中に広がりました。利用者の皆さまも、肉を何枚食べたなどと自慢し合いながら盛り上がり、大変満足していただけたようでした。



新しいレクリエーション活動

シルバーピア水前寺では、レクリエーション活動の一環としてハンド・フットマッサージを実施しています。

部屋を暗くし、3～5種類ある香りの中から一つ選びアロマを焚きます。全身をリラックスさせ、同時にホットパックを肩に置いて全身温まって頂きます。この準備を行ってから手や脚をを握手するような強さで末梢神経に向けてマッサージしていきます。

この活動は、身体を動かすようなレクリエーションに参加出来ない利用者の方々に対して少しでも参加して頂けるものを模索して実施するようになりました。少しでも気分転換して頂ければと思っています。



シルバーピア グランド通り

家族会・夏祭り開催！

8月2日(日)



家族会では、入居者さまの普段行っているレクリエーション活動や年間行事活動報告と職員紹介を行いました。

今回ご家族には、計算をしながら体操をする「脳トレ体操」に参加していただき、声を出しながら体を動かす難しさを体験され、大きな笑も起こりました。質疑応答ではご家族より災害時の対応について質問もあり、当施設の対応にご理解いただけたかと思えます。

午後はいよいよ夏祭り!! 屋台で定番と言えば、焼きそば・カレー・焼き鳥。他にも栄養科特製の『いきなり団子』等を用意し、皆さまご家族と会話しながら、とてもおいしそうに召し上がっていました。そして、夏祭りを盛り上げるウクレレバンドによる演奏、また百歳・百一歳になる入居者さまには「おてもやん」「千曲川」の歌を職員の踊りを交えて楽しそうに元気よく唄っていただき、例年よりもさらに賑わいのある祭りとなりました。

最後にはくじ引き抽選会!! 当選者からは、「欲しかったのよ」「大事に使います」との声。大盛況のうちに終わることができました。

来年はもっと、もっと喜んでいただけるような祭りにしたいです。



シルバーピア水前寺 デイケア(通所リハ)

園芸活動



おいしい枝豆ができました！

生活リハビリを兼ねて園芸療法に取り組んでいます。プランターで季節の植物を育て、園芸好きの利用者さまが集まる園芸部を中心に収穫・調理まで行なっています。

今回は大事に育てていた枝豆の、待ちに待った収穫です。みんなで協力しながら電子レンジを使って調理し、絶妙な塩加減でおいしく頂きました。

今度は何を育てようか楽しみにしています。



高齢者医療

～病気と老化の狭間で～



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

残暑も一段落し、朝晩の気温差が激しくなり、朝霧に秋を感じる季節となりました。四季のハッキリした豊かな自然は、私たちに秋の実りを届けてくれます。

○超々高齢の「ふじの原木」

リンゴ(林檎)は、九州では馴染み薄ですが、晩夏より色々な品種が順を追って出荷の時期を迎えます。津軽は8月末より出荷が開始され、今年物のリンゴのトップバッターです。続いてジョナゴールドが出る荷の時期を迎え、王林へと続きます。リンゴ界のスーパースター「ふじ」は11月に入ってピークを迎えます。以前は酸味の効いた国光や紅玉がリンゴの主流でしたが、1962年に酸味+甘み+香り+保存性を兼ね備えた「ふじ」が登場してからは、あつという間に主力へ駆け上がり、未だにその座は揺るぎま

せん。

皆さんは「ふじの原木」根から葉つばまですべて「ふじ」が1本しかないのを御存知でしょうか？今出回っているふじは、原木から取った枝を国光などに接ぎ木で得られたクローンです。ふじの名前の由来は発祥の地である青森県藤崎町に由来しますが、「ふじ」の原木はその後移植され、現在も岩手県盛岡市で健在で、今年で75歳になるそうです。普通のリンゴの樹が寿命30年の所、原木は超々高齢ということになります。

高齢と言えば、何かとシルバーウィークとかで、カレンダーの赤字ばかりが気になり、国民の祝日であることを忘れがちですが、9月第3月曜日は敬老の日です(2002年までは9月15日に固定でした)。この祝日は『多年にわたり社会に尽くしてきた老人を敬愛し、長寿を祝う日』として定められました。毎年、国内最高齢者や平均寿命が話題に上る日でもあります。長寿は非常に喜ばしいことですが、少子高齢化、医療費高騰など高齢者医療が我が国の将来の大きな難題となっている現実もあります。

○「病気」と「健康」、「老化」の区別

さて高齢者医療を考える前に、病気と健康の区別は？と聞かれて、答えられるでしょうか？「簡単じゃないですか、病気になっていない人が健康ですよ」と答える方が多いのではないのでしょうか？

では20歳の青年が月1回腰痛で通院しているとしたら、健康と思いますか？健康と思う人は少ないと思います。90歳の御老人が月1回杖もなく普通に歩いて腰痛のために病院に通っている場合はどうでしょうか？多くの人は病気と考える以前に90歳

今年も開催します！！

第20回 医療法人清和会 健康フェスタ

平成27年

10月17日(土)

10時～14時

水前寺とうや病院

シルバーピア水前寺にて

水前寺とうや病院

東野孝治医師による医療講演

骨密度・肺活量・体脂肪などの健康チェック、体力測定や脳トレ、手洗いチェック、栄養相談など

バトンダンス

トワールメイツの皆さんや、
歌手のtomomiさん、
熊本城おもてなし武将隊
もやってくる！！

地域や外部団体の方々、
職員による
たくさんのお店やバザー、
伝承遊びなども
ありますよ！

皆さまのご来場お待ちしております！

にしては極めて元気な方だと思ってしまう。何故でしょうか？腰痛は歳を取れば、誰でも経験する症状だから？…言い換えれば、腰痛は何かしら加齢が関係していると思われるから？

では病気と老化（加齢）の区別は簡単なのでしょうか？腰痛は生命に大きく影響することが少ないから？

それでは「がん」はどうでしょうか？「がん」は明らかに病気の認識ですが、特殊な「がん」（小児がんもあります）が、多くの場合は遺伝子異常やウイルスが原因）を除いて、圧倒的に高齢者に多い病気で、一種の細胞の老化と考えられています。

動脈硬化はどうでしょうか？心筋梗塞や脳梗塞は動脈硬化を代表する病気です。最近では60歳以下の若年層での発症が増えていますが、基本的には高齢層に多い病気です。動脈硬化は血管にプラークと呼ばれるサビが沈着する病態です。水道管も長く使用すると内腔にサビが付着し、流れが悪くなるようにヒトの血管も加齢に伴いプラークが付着します。ただ水道管も水質でサビの付き具合が異なりますが、動脈硬化も血液の質でプラーク形成が左右されます。例えば血圧が高い、LDLコレステロールが高い、糖尿病がある、タバコを吸っている方は血管がサビ易いヒトです。いずれの場合も自覚症状はありませんが、知らない間に動脈硬化は進んで、血管年齢（生活年齢）は暦年齢より早く歳を取り、知らない間に確実に老化が進みます。

このように考えると病気と老化（暦年齢＋生活年齢）の境目を厳格に区別するのも容易ではありません。

○正解のない「高齢者医療」

三角錐（クラッカーのような形）は真横から見れば三角形ですが、真上から見ると円に見えます。高齢者医療もこれに似たような事が言えます。ある状態を正面から見ると病気と捉えられるし、角度を変えて見ると老化（老衰）とも見て取れます。患者・医療サイドともに分かり易い診療、例えば球体のように上からも横からも見え方は円を目指したいのですが、でも球体としてスポットライトの当たり方（マスコミ報道など）で見え方は異なります。月（球体）が良い例で、地球と太陽の位置関係で満月にも三日月にも見えます。



高齢者医療は人生の締め括りを扱っているナイーブ分野で、正解のない領域です。最近では2025年問題を迎えるに当たり、在宅医療（看取り医療）や事前指定書（人生の終わり方は自分で決める）などの議論が活発化しています。倫理的問題など議論の尽きない部分も多々ありますが、僕が考える一番大切なことは、自分自身の人間らしい最後の在り方について家族と話し合っておくことだと思います。

リンゴ（林檎）の意味は木の実に鳥（禽キン…鳥）が集う様に由来するそうです。私達も敬老の日が軽老の日にならないように自覚し、患者さんが集う林檎の樹となるよう精進の日々です。

？ ちゃれんじ! 脳トレーニング

今回はちょっと趣向を変えて、脳トレです。脳を活性化させてスッキリさせましょう。答えは11ページにあります。

Q.1 タテ・ヨコの交差する箇所と同じ1文字が入ります。

①	あ	②	ぶ
あ	□	ぜん	う
	し		□
	ん		ん
			う
	③	ひ	④
	も	□	と
		じ	ま
		つ	□
			や

Q.2 この中に2つの果物が隠れています。何でしょう??

じ ご く い い
ち ん い

私たちは、とうや病院グループの基本方針に基づき、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過ごしていただけるよう、信頼される病院・施設を目指し、活動しています。

地域交流推進室

特定施設シルバーピアグランド通り内

TEL.096-284-1025

砂取校区町内対抗バドミントン大会

6月21日（日）に開催され、水前寺とうや病院から2名参加しました。

砂取第5町内体育会会長 下田 景子
町内有志の皆さんと、水前寺とうや病院さん
2名を含め9名で大会に参加しました。
結果は9位。最下位でしたが、ラリーがよく
続き惜しい試合ばかりでした。みんなで素敵
な汗を流し、参加者からは「楽しかった。来年に向けて練習しよう
かな。」と嬉しい声も聞かれました。
子どもたちも応援を頑張りました。ご協力ありがとうございました。



健軍3町内ふれあいいきいきサロン

7月22日 健軍3町内松尾神社公民館にて

今回、呼吸器内科長 荒川尚子医師による肺についての講話が行われ、肺の働きやすさ・検査内容・治療などの話があり、禁煙はどの年齢からでも禁煙した時点から肺機能の悪化防止につながる、との話がありました。また、身体の中の酸素飽和度の測定も行い、ご自分の測定値が問題ないと分かり、安堵の表情をされていました。誤嚥性肺炎予防の話の中では、嚥下体操もあり、講話終了後にはたくさんの質問が寄せられました。



競輪場通り商栄会夏まつり

7月29日 競輪場東門にて

22回目を迎える、「商栄会夏まつり」が競輪場東門に場所が変わって、行なわれました。大賑わいの中、赤いTシャツ姿の水前寺とうや病院職員8人が出店を手伝い、地域の方々と笑顔で触れ合える時間となりました。



水前寺界隈は さるく

Vol.26
番外編

ロバのパン屋さん

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ます。



shop info

営業日：晴れた日（雨の日は休み）

営業時間：9時～17時

*14時～15時頃に売り切れることが多いです。（1日300個程度）

曜日によって場所が違います。

水前寺界隈には月に2回程度金曜日にまわっています。

ロバのおじさんチンカラリン♪
誰もが耳にしたことがあるこのメロデー。今回は、ビタミンパン（蒸しパン）の移動販売でおなじみの、「ロバのパン屋」谷秀夫さん76歳にお話を伺いました。

熊本で始めたのは昭和33年4月。始めは、兵庫県西宮で親戚が営むロバのパンに働きに出ていたところ、その親戚が「熊本で店をしよう！」と言い出し、熊本へ移ってきました。当初は本物の馬を引いて販売していたので、パン作りだけでなく、馬の飼育も行っていたそう。馬が、リヤカーで販売されている野菜を食べたり、風鈴屋の風鈴を割ったり、弁償することも多かったのだと話されます。馬車での販売は昭和46年まで、そしてその後、車での販売となりました。



メニュー：チョコ・オレンジ・お茶・りんごジャム・あんこ・レーズン・クリーム・黒砂糖、あげぱん（チョコ・クリーム・あんこ） 1個70円
季節によってカライモなども有。



清和会データ

（平成27年5月～平成27年7月）

水前寺とうや病院	外来	延べ患者数	4,684人
		（一日平均）	68.5人
	入院	延べ患者数	11,584人
		（一日平均）	125.9人
		在宅復帰率	88.3%
地域包括ケア病床	70.6%		
一般病棟平均在院日数	14日		
シルバーピア水前寺	入所	延べ利用者数	5,909人
	（一日平均）	64.2人	
在宅ステーション水前寺	通所	延べ利用者数	3,559人
	（一日平均）	45.0人	
在宅ステーション水前寺	居宅	計画件数	540人
		訪問看護	延べ訪問人数
	（一日平均）	延べ訪問人数	2,708人
		（一日平均）	29.4人

在宅復帰率は、平成27年2月～平成27年7月を算定基礎としています

脳トレーニングの答え

Q.1 ①:「ん」 ②:「ど」 ③:「み」 ④:「ん」

Q.2 「りんご」「いちじく」

ありがとうございました

水前寺5丁目の福島やへ様
ご家族より、車いすを寄贈
していただきました。
大切に使用させていただきます。
ありがとうございました。



次号のたいざんぼくは

平成27年11月10日発行予定です。

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〉平成27年9月10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

水前寺とうや病院

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	休診日	土曜午後・日曜・祝日
受付時間	午前 8:30～11:30 午後 13:00～17:30		
診療時間	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】

平成 27 年 9 月 10 日現在

	月	火	水	木	金	土
午前	内科	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	
	東野 裕司 (-H27.9.28)	今村 重洋	松永 敏郎	松ヶ迫 貴	外村 洋一	担当医
	呼吸器内科・内科	呼吸器内科・内科	呼吸器内科・内科	神経内科・内科	呼吸器内科・内科	
	中西 美智子	福田 安嗣	濱本 淳二	長谷川 智子	中西 美智子	
	循環器内科・内科	循環器内科・内科	呼吸器内科・内科	呼吸器内科・内科	呼吸器内科・内科	
松永 敏郎	外村 洋一	彌永 千絵子	立石 秀彦	濱本 淳二		
内視鏡	松ヶ迫 貴		松ヶ迫 貴	山邊 博 (第1・3・5週)		
エコー	松ヶ迫 貴		松ヶ迫 貴			
午後	内科	呼吸器内科・内科	神経内科・内科	呼吸器内科・内科	消化器内科・内科	
	依光 里香	中西 美智子 <small>(午前)</small>	寺本 仁郎	福田 安嗣	松ヶ迫 貴	
	循環器内科	内科	呼吸器内科・内科	呼吸器内科・内科	呼吸器内科・内科	
	熊本大学	依光 里香	中西 美智子	荒川 尚子	立石 秀彦	
		整形外科	内科	内科	整形外科	
	森 修	依光 里香	依光 里香	森 修		

点線で切り取って折りたたむと診察券サイズです

- (禁煙外来) 火曜日・木曜日の午後(予約制)、金曜日の午後
- (睡眠時無呼吸症候群外来) 金曜日の午後
- 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。

*平成 27 年 10 月 5 日より、月曜午前 [東野裕司] の診察は、[東野孝治] に変更となります。



〒862-0950 熊本市中央区水前寺 5 丁目 2-2 2

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

理念

IDENTITY(個人)の尊重
～FOR YOU あなたののために～

基本方針

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・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。
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経営活動を行い、安定した経営基盤を構築します。

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



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	国府電停または水前寺公園電停	徒歩 10分
JR	水前寺駅	徒歩 12分

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

訪問看護支援事業所 ☎ 096-384-5580

訪問介護支援事業所 ☎ 096-384-2771

地域交流推進室 ☎ 096-284-1025

平成とうや病院

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	休診日	土曜・日曜・祝日
受付時間	午前 8:30～11:30 午後 13:00～17:30		
診療時間	午前 9:00～12:00 午後 13:30～18:00		

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 2-1 5