



地域に根ざす医療  
医療法人愛生会 くまもと温石病院の広報誌

2019年7日月発行

ひまわりいろ



向日葵色号

Vol 23

# おんじやく



Photo 森

傷を負った熊本城も、少しずつ少しずつ元に戻ろうと、頑張る立派な姿を見せてくれています。患者さんの人生観を尊重し、病気で傷ついた患者さんに対し、医療や介護の力を結集して元の生活に戻れるよう寄り添っていく、そんな病院でありたい。

文 森 薬剤師



イラスト作 森田めぐみ (作業療法士)

## もくじ

- 病気と検査シリーズ③ ..... 2
- おしごと紹介します! ..... 3
- 私の行ってみたいところ ..... 4
- もっくん、ともさんのレッツうんどう ... 5
- 地域連携室 ..... 6
- たまご便り ..... 7

### 私たちの理念

お互いの人生観を尊重し、人生をより豊かにします

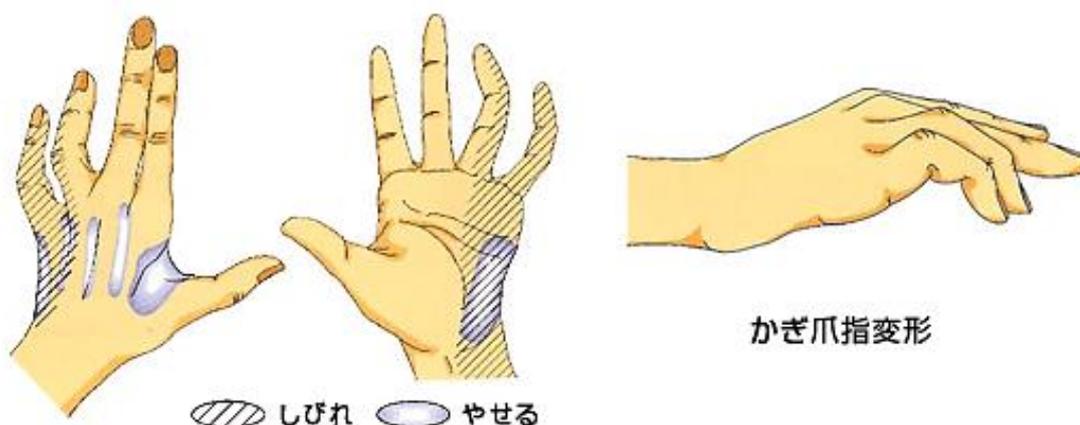
### 私たちの運営方針

利用者第一主義の医療と福祉サービスを提供する事で、国と地域社会に貢献します



## 肘部管症候群 (ちゅうぶかんしょうこうぐん)

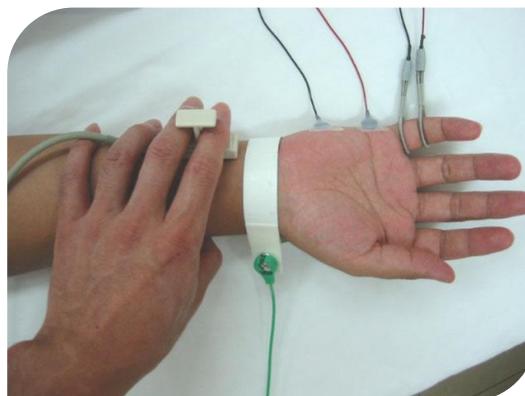
力仕事をする中年以降の男性に多い病気です。初期には小指と環指にしびれが生じます。環指にしびれを自覚する場合は尺側（小指側）のみにしびれが生じます。進行すると力が入りづらくなり、小指の付け根（小指球筋）や手背の骨と骨の間（骨間筋）の筋肉がやせてきます。さらにひどくなると小指と環指の変形（かぎ爪指変形）が生じます。肘部管症候群とは、肘の内側で尺骨神経が慢性的に圧迫されたり、牽引されたりして生じる神経の病気です。神経伝導検査を行うと確定診断ができます。治療は、まずは薬物の投与や肘の安静などの保存療法を行います。それでも改善が見られない場合は、手術が必要となります。



## 神経伝導検査

ベッドに横になって検査を行います。手足の指や筋肉に電極を配置して、神経の電気刺激を行なうことにより、末梢神経に病気があるかどうかを調べることができます。刺激中、びりびり感を感じますが、痛みを伴う検査ではありません。寝ていても検査ができます。

ご希望の方はスタッフまで「しびれの検査」とお尋ねください。



当院では日本臨床神経生理学会の認定技師および認定医が検査を担当します。院外の多くの病院やクリニックからも検査の依頼があり、毎週土曜日午前中に検査を行っています。

担当 脳神経内科医師 松永 薫

# “おしごと” 紹介します！ 『検査科編』



私達、臨床検査技師は、患者さんの体に「今、何が起きているのか？」様々な検査をして医師に報告する仕事です。血液や尿などを調べる検体検査や、心電図やエコー検査など患者さん自身の体を検査する生理学検査があります。より正確なデータを報告し、診断や治療の役に立てればと思い、日々頑張っています。検査は、不安を抱えて受けられる方も多くおられます。患者さん一人一人に安心して受けていただけるように、優しく信頼される検査室を目指します。



・検査機械の立ち上げなど診療の準備



## 一日の仕事の流れ

・検査機械が正常に作動しているかチェック  
(毎日やっています)

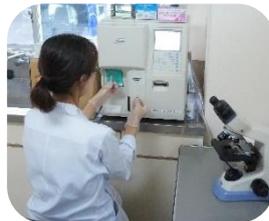
・入院患者の血液や尿などの検体と検査依頼書回収

検査（検体採取含む）  
・報告の繰り返し

・外来・病棟の検査依頼により様々な検査開始



検体検査・・・検体採取、血液検査、生化学検査、尿、便、皮膚、咽頭液、鼻汁などの検査



生理検査・・・筋電図、脳波、心電図、エコー、内視鏡など



もちろん、視力・聴力検査も行います。



・明日の検査準備（採血管作成し各病棟へ配布）  
・試薬補充や試薬発注  
・検査データ集計など  
・検査機器洗浄



Photo 塚本

# コミュニティハウス

何度行ってもいいですね。またバイクで走りたいゆっくりと!



こんにちは。コミュニティハウスおんじゃくは、4月より「在宅総合ケアセンター1課」となりました。デイサービス（通所介護）と住宅型有料老人ホームの2施設です。

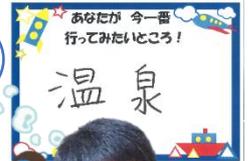
- デイサービスは日帰りで、食事や入浴、日常生活上の介護や機能訓練等を介護保険を使い受けることができます。引きこもりや孤立を防ぎ、また家族の介護負担軽減をすることができます。楽しいレクリエーションも行っています。電話 0964-46-3505
- 住宅型有料老人ホームとは生活支援サービスが付いた高齢者の有料居住施設です。電話 0964-48-7005 毎日、笑顔でお待ちしています。

♪ふじは日本一の山♪一度は行ってみたいですね!

天空の鏡と星空をみてみたい!



ゆっくりしたいから



## ～私の行ってみたいところ～ <<コミュニティハウス編>>

世界最古の温泉旅館のおもてなしを受けてみたい!

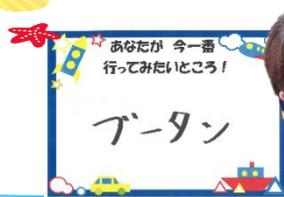
高校球児夢の舞台息子が、連れていってくれたら

最初の職場! 何度行っても当時を思い出して新鮮な気持ちに



有名なF1 GPがあるので。

一番幸せといわれる国へ一人旅ができればいいなあ



おいしいものを食べに行きたい

オーロラを見たい!

みんなで遠出したことがないから

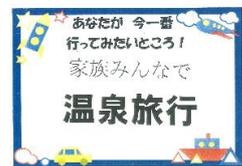
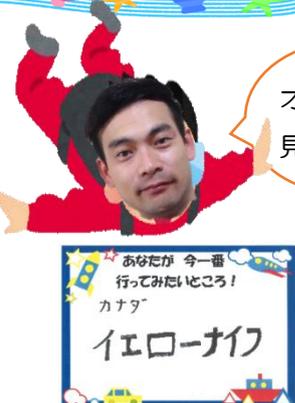
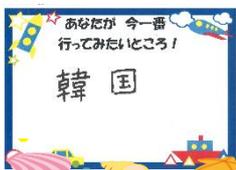


Photo 塚本

## ちょっとだけ頭の体操

漢字と写真をむす  
んでみませんか？



向日葵



葎草



玉蜀黍



千日紅



鶏頭



百日紅

Photo ueda

雑誌取材！

日経DI(ドラッグインフォメーション)。  
8月号



6月27日午後、森薬局長が日経DIの取材を受けました。東京から雑誌の編集者(写真右)が見えられ、「遠くから大変ですね」と聞くと「いやあ、2時間ちょっとで飛んできますから」とさりり。できる編集者の片りんを垣間見ました。それにしても森薬局長、知人ぞ知る・・・なのです。

Photo ueda

理学療法士

今回は私です！

## もっくん・ともさんのレッツうんどう！⑳ — お家で手軽に続けて —

今年もいよいよ梅雨に入りましたね。体の不調を起こすことも多い時期です。原因のひとつは、気圧の変化による『自律神経のみだれ』と言われており、放っておくと、頭痛、疲れが取れない、気持ちが落ち込む…など様々な不調の原因にもなります。そこで、今回は自律神経を整えるため、『代謝up↑ストレッチ』をご紹介します！寝る前や、朝起きた時に行うと効果的ですよ！

足のつけ根部分をほぐすストレッチ

肩甲骨を寄せるストレッチ



膝が床につくくらい

足のつけ根にリンパ管が集中

1. 仰向けに寝て膝を立てる
  2. 足の裏をくっつけるように膝を開きます
- ☆ゆっくり10回



肩甲骨を寄せる感じで…

1. 両手を後ろで組みます。
  2. 肩をグーっと引きます
- ☆ゆっくり10回

挿絵 山口亜希子、渡邊優里子(理学療法士)

## 地域連携室



### 〈施設サービスや短期入所を利用したときの費用〉

施設サービス費の自己負担分（1～3割）に加え、  
 居住費・食費・日常生活費を支払います。  
 居住費・食費については、ご本人による負担が原則ですが、所得の低い方は、手続きをすることで負担が軽くなります。



施設サービス費の  
1～3割



+

★居住費



+

★食費



+

日常生活費



=

自己負担

※通所サービスの食費と、グループホーム・小規模多機能型居宅介護・特定施設入居者生活介護の居住費（滞在費）・食費は、対象になりませんのでご注意ください。

### 負担限度額認定証の申請が必要です。

- 軽減を受けられるのは、次の3つのいずれにも該当する方です。
  - (1) 本人及び同一世帯の方全てが住民税非課税者であること
  - (2) 本人の配偶者（別世帯も含む）が住民税非課税者であること
  - (3) 預貯金等合計額が、単身者は1,000万円以下、配偶者がいる場合は両方で2,000万円以下であること

介護保険負担限度額認定証	
交付年月日 平成 年 月 日	
番 号	
被 住 所	見本 (年収80万未満の方の場合)
フリガナ	
氏 名	
生年月日	年 月 日 性別
通用年月日	平成 年 月 日から
有効期限	平成 年 月 日まで
食費の負担限度額	390 円
居住費または滞在費の負担限度額	ユニット型個室 820 円 ユニット型準個室 490 円 従来型個室(特養等) 420 円 従来型個室(老健・療養等) 490 円 多床室 370 円
保険者番号 ならびに 保険者の名称 および印	健康福祉社のお役立ち通信 https://otakiyama.com/

居住費・食費の自己負担額が表記されています。



### 【申請時に持参していただくもの】

- ・介護保険被保険者証
- ・サービスを利用する方の印鑑  
(配偶者がいる方は配偶者の印鑑も必要です)
- ・預貯金等がわかるもの（通帳の写し）  
※銀行名・支店・口座番号・名義がわかる部分  
※申請日の3ヶ月前からの記帳がある部分  
※配偶者がいる方は、配偶者の分も必要です。



代理人が申請される場合は、身元確認書類が必要です。

※適用年月日が手続きに行かれた月からになりますので、認定証を受け取られたら早めの提示をお願いします。

※有効期限が7月末日までの方は、更新の手続きをお願いします。

ご不明な点がございましたら、地域連携室へお尋ねください。

● “私のふるさと” 自慢 (広島市)

私のふるさととは、広島県です。広島といえば、安芸の宮島、原爆ドーム、呉の大和ミュージアム、大林信彦監督作品の舞台の尾道等、色々あります。私の生まれ育ったところは、広島市と東広島市のほぼ真ん中に位置し、広島市内まで電車で 20 分程度で行けて、住宅密集地で同じ区に駅が三か所もありました。中学校はその当時モデル校で、新しい校舎にアナライザー教室、英語の授業に使用する LL 教室で今ではさほど珍しくありませんが、当時はかなり先進的の教室だったと記憶しています。又、学校の帰り道に巨大パン工場があり、おなかを空かして帰る時の甘い香りは、今でもいい思い出です。自宅の近くに大学のキャンパスがあり学園祭の頃はライブの音が聞こえ(サザンとか)少し得した気分を味わいました。最近、何十年ぶりに帰省しましたが、昔の面影がなくなり少し寂しい気分になりました。でも、ホッとできる“ふるさと”はとても良いものだ改めて感じることができました。広島にぜひおいでください。



原爆ドーム



お好み焼き



厳島神社



もみじ饅頭



大和ミュージアム



尾道の坂道



今回の“ふるさと”は平井恵でした。

輪って楽しむたまご便



●公園化計画はじまる！

宮崎氏・中井氏の両営繕係による、「温石病院」公園化計画、第1弾、アジサイの挿し木をされています。立派に根付いて、アジサイ公園となる日を心待ちにしています。



●公用車 新しく！ なりました！！

ずいぶん走りこんだ、公用車。このほど新しい車と入れ替わりました。ますます「安全運転」で！



Photo 舛田

くるみ保育室

●保育室の花壇では、今ハロウィン用かぼちゃを育てています。なるべく大きな物にしたいので、かぼちゃ作りに詳しい入院中の患者さんに助言を頂きながら秋の実りの日を心待ちにしているところです。



Photo 石本

●みんなで雨だれや傘を作って飾りました。製作が好きでシール貼りやお絵描きも上手になってきましたよ！





### —お知らせ—

●「学ぼう会」では毎月第2月曜日、17時45分～19時30分（予定）に、勉強会を開催しております。各専門職が「テーマ」毎に、他職種にも解り易いようにすすめています。場所は当院多目的ホールにて絶賛開催中です。過去の内容として（移乗・便秘薬について）などです。パワーポイント1枚から質問を受け丁寧にお答えするシステムです。気軽に情報交換できる場になればと思っています。温石以外の様々な施設・職種の方々の参加もお待ちしております。

### ●健康教室のご案内。

**健康教室**

8/3 土曜日

時間 ▶ 10:00～12:00 (受付9:30～)

会場 ▶ パレアホール (くまもと健康交流館1階) 熊本県下益城郡美里町9号 TEL:096-224-4200

参加費 ▶ 無料 先着300名 ※当日参加可能

**特別講演会**

①胃がんについて  
～知れば怖くない胃がんの話～  
講師: 松田 克家 (消化器内科医師) 熊田病院 理事長

②震災と在宅リハビリテーション  
講師: 下本 高平 (理学療法士) くまもと成仁病院 リハビリテーション科 科長

③こころの健康とストレスケア  
講師: 上野 麻美 (臨床心理士/心療内科医師) おおば病院

**心と体の相談会**

こころの健康相談会  
皆さんの心(こころ)は健康ですか? 専門医が特別講座としてご相談受けます。

健康相談・血圧測定  
健康相談で気になる健康についてご相談ください。

お申し込み

電話でご記入の上、**096-224-6771** FAXでお申し込みください。

お問い合わせ  
健康教室事務局 熊田病院 教務課内  
TEL:096-224-6500 mail:kankei@kumamoto-hp.jp

●くまもと健康支援応援グループ復興計画「健康教室」が今年も開催されます。当院も県南担当医療機関として、8月に「健康教室」を開催いたします。

◀ 診療科目 ▶ 内科・呼吸器内科・消化器内科・循環器内科・脳神経内科  
整形外科・リハビリテーション科

受付時間 午前 8:30～12:00 ・午後 休診（急患はその限りではありません）  
診療時間 午前 9:00～12:30 ・午後の診療は時間外診療費が発生します。

### 外来診療担当表

診療科/曜日	月	火	水	木	金	土
内科 (午前)	村井	松永	藤本	村井	松永	松永
	平島	藤本	大園	大園	平島	村井
整形外科 (午前)		藤本昭				

村井：循環器内科 藤本：呼吸器内科 松永：脳神経内科 平島：一般内科 大園：一般内科

藤本昭：整形外科

下益城郡医師会 東部地区 2019年 日曜当番医 当院 担当医 村井 映 院長

7月21日	くまもと温石病院	8月18日	美里リハビリテーション	15日	間部病院
28日	たのうクリニック	25日	くまもと温石病院	22日	美里リハビリテーション
8月4日	狩場医院	9月1日	石井クリニック	29日	くまもと温石病院
11日	間部病院	8日	たのうクリニック	10月6日	狩場医院

〒861-4407

熊本県下益城郡美里町中小路 835

医療法人 愛生会 くまもと温石病院

TEL 0964-46-3000(代)

FAX 0964-46-2464



ホームページもご覧ください。

発行者 くまもと温石病院 広報委員会

### 編集後記

今回の向日葵色号。今年の梅雨入りより早く始めたのですが、梅雨入りが遅くなり、空梅雨かと心配していましたがどっこい、一気に大雨、まだまだ梅雨明けしそうにありません。梅雨が明けたらパーッと暑気払いに行きたいものです。うえだ