



2021.7月発行

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

おんじゃく

夏号



リハビリ棟裏にて撮影

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



新型コロナワクチン接種 現在進行中！

新型コロナワクチン接種が本院でも始まっています。75才以上（かかりつけ医接種）。現在1日30名～60名の方の接種を行っています。今後、70才～74才、65才～69才、若い世代も順次接種されていきます。



●接種の時期より前に、市町村から「接種券（クーポン券）」と「新型コロナワクチン接種のお知らせ」が届きます。大量のワクチンは、徐々に供給が行われますので、年齢などにより、接種順位を決めて、接種を行います。接種には予約が必要です。「接種のお知らせ」内に記載の番号に電話をするか、各自治体のホームページなどで予約ができます。当日は「予診票」「接種券」と「本人確認書類（保険証・免許証等）」を忘れずに持参してください。



ワクチン接種までの流れ

① 市区町村から接種券が郵送で届く



接種券 と
接種のお知らせ を確認

② 接種日時を予約する



「接種のお知らせ」に記載の電話番号から予約
各自治体のホームページから予約
大規模接種センターの専用サイトから予約

忘れずに

③ 接種会場へ行く



接種券 と 本人確認書類 を忘れず持参
会場では医師による 予診あり

④ 接種



接種後15分は会場で 安静に

参考：厚生労働省 画像制作：Yahoo! JAPAN



【#最前線のあなたへ】熊本県の医療従事者へメッセージや思いを書きませんか？

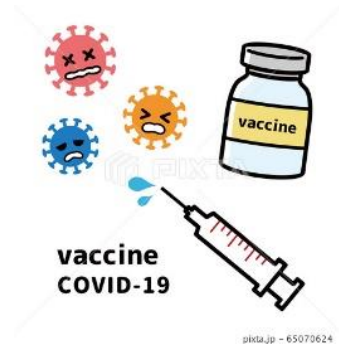
●熊本県では、新型コロナウイルスとの懸命な戦いが続いています。いま医療現場では、コロナ感染者への対応に追われ、通常の急患や手術にも影響が出るなど「医療崩壊が進行している」との指摘もあり、危機感が高まっています。それに加え、医療従事者が差別されたり、偏見を持たれたりする事例も起きています。医療現場で働くさまざまな人々が、この困難に向き合っています。最前線で新型コロナウイルスの対応にあたっている医療従事者に向け、インターネット上で応援したり、思いを共有したりしませんか。



ワクチン接種 現在進行中！

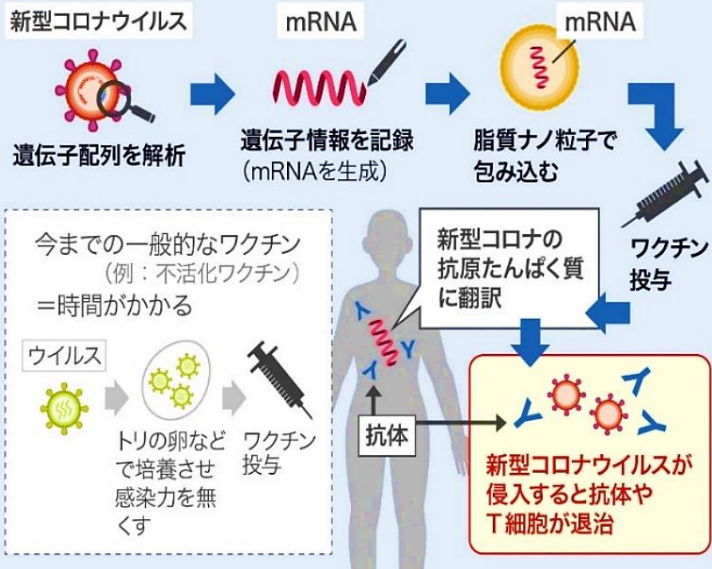


●mRNA（メッセンジャーRNA）ワクチンでは、ウイルスのタンパク質をつくるもとになる情報の一部を注射します。人の身体の中で、この情報をもとに、ウイルスのタンパク質の一部がつくられ、それに対する抗体などができることで、ウイルスに対する免疫ができます。



新型コロナワクチン「mRNAワクチン」の仕組み

新たな技術で開発された新型コロナワクチン=素早く大量生産可能



参考：厚生労働省：Yahoo! JAPAN

なんで 筋肉注射なの？

- 理由1 世界の標準的接種法であり、臨床試験も筋肉注射で行われたため
- 理由2 皮下注射と比べ、抗体ができやすい可能性があるため
- 理由3 皮下注射と比べ、局所反応(赤み、腫れ、痛み)が少ないため

筋肉注射



肩先から指3本ほど下あたりに注射する。筋肉内へ届くように皮下注射よりは深く刺す。

皮下注射

皮膚の表面からななめ方向に浅く皮下組織に向かって刺す。



●皮下注射は、皮膚と筋肉の間にある皮下組織に注射し、一般には吸収がゆっくりで、効果が長く続きます。筋肉注射は筋肉内に注射し、皮下注射より吸収が速く、皮下注射では痛みなどが強い薬の場合にも行われます。海外ではインフルエンザワクチンも皮下注射ではなく筋肉注射です。日本で筋肉注射が避けられているのには、1970年代に抗菌薬やスルピリンなどの鎮痛剤の筋肉注射で「大腿四頭筋拘縮症(だいたいしとうきんこうしゅくしょう)」という副作用が社会問題となった背景があります。筋肉注射によるワクチン投与が世界的に行われている理由は、皮下注射よりも抗体産生が良好で、局所の副反応も小さいため、CDCや諸外国のガイドラインでも推奨されています。

(広島県医師会・香河 和義) 2021年03月

参考：厚生労働省 Yahoo! JAPAN

どうなる？世紀の祭典



アスリートの皆さんには頑張ってほしい！だけど、オリンピック開催でコロナウィルス罹患者が増えることへの不安が大きいです。

無観客でもスポーツの素晴らしさ、感動を伝えてください！

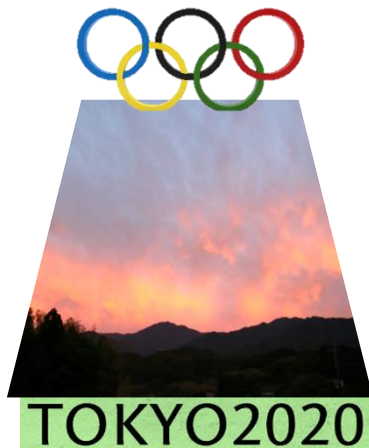


Photo w.honnda

みんな、お家で応援しよう

頂点の先にある挑戦。誇りをまとうために。きっと、今回を教訓にオリンピックの在り方が議論されることを願います。

きっと、涙腺が崩壊する感動が待っていると思います。とにかく頑張れニッポン!!!



なが〜い 梅雨



今年の梅雨入りは5月15日ごろで随分早いと感じました。観測史上2番目に早く、平年より約半月、昨年より約一月早く梅雨入りしています。梅雨明けの日程次第では、“なが〜い”梅雨になりそうです。梅雨明け 平年は7月19日頃 昨年は7月30日頃

残念ながら、今年も大雨の被害が発生してしまいました。被災された方に心よりお見舞い申し上げます。

「梅雨」に「梅」の漢字が使われた由来は、中国にあるといわれています。中国の揚子江周辺では梅の実が熟す頃が雨期にあたり、そのことから「梅」の字を使うようになったとされているのです。ただ、中国から伝わったときは「梅雨(つゆ)」ではなく、「梅雨(ばいう)」として伝わったそうです。雨によって黴(かび)が生えやすくなることがあげられます。そこから「黴雨(ばいう)」という言葉が生まれたというもの。ただ、語感が良くないので「黴」の字ではなく「梅」という字になったということです。

くるみ保育室七夕飾り



どんな素敵な願い事かな〜？



Photo t.yuuki



飲み込み（嚥下）に関して



・言語聴覚士の役割

私たち言語聴覚士は、当院では主に食事のリハビリ・評価を行っています。「言語聴覚士」という文字のため言葉のリハビリや聴力検査がイメージしやすいですが、**食事も言葉と同様で「口と喉」を使った動作なので**、言語聴覚士の果たす大きな役割の一つとなります。

・飲み込み（嚥下）の力の低下と誤嚥に関して

飲み込みのことを、専門用語では嚥下（えんげ）と言います。嚥下力の低下の原因は主に3つで、①疾患から、②寝たきり（廃用）から、③老化から由来するものが挙げられます。嚥下力の低下によって誤嚥（食べ物や飲み物が誤って気管に入りこんでしまうこと）を引き起こし、誤嚥性肺炎に繋がることも多いです。

・誤嚥（誤嚥性肺炎）の徴候

一概に「これだ！」という所見を見つけることは難しいですが、以下の症状が出ると、誤嚥している（または誤嚥性肺炎の）可能性があるので注意してみてください。

- ・ 食事時にムセ込みが増えた
- ・ 唾液でムセ込むことが増えた
- ・ 痰が絡むような咳が出る
- ・ 声の変化（ガラガラ声、かすれ声など）
- ・ 食事に時間がかかる、疲労が強い
- ・ 微熱が続く
- ・ 食欲不振、体重の低下



・誤嚥しているか調べる方法

調べる方法は複数ありますが、最も正確に調べる方法は**嚥下造影検査（VF検査）**です。造影検査によって、普段は見る事が出来ない喉の中を食べ物や飲み物がどのように通過しているかを確認することが出来ます。当院では嚥下造影検査を実施していますので、気になられる方は、当院にご相談ください。



誤嚥の瞬間

当院「外来」では、通常の診療科目以外にも、「フットケア外来」、「睡眠の質外来」、「手足のしびれ外来」、「てんかん外来」等々、特殊な科目も診療中です。




Photo t.yuuki

今回はその一つ  **アロマセラピーについて 紹介します！**



 **アロマセラピーとは・・・**

植物の香りを楽しみ、豊かな生活の為に活用することです。植物の香りは心地よく、心や身体に働きかける力があり、リラクゼーションやリフレッシュ、さらには美や健康管理に役立てることがアロマセラピーです。

 **アロマセラピーの広がり**

アロマセラピーは自然療法であるとともに、楽しみ、癒されるなどの経験を通してQOLを向上させ、私たちの生活を豊かにしてくれるものです。単に心身の不調を和らげるというだけでなく、やる気を起こし、活力を向上させ、日常生活を精神的に豊かにするもので、その有効性と共に、香りに対する関心は高まっています。精油やアロマセラピーの研究が進んだ現在では、美容、健康の増進、リラクゼーション、スポーツ、介護や医療の施設、予防医学などでも活用されています。

 **アロマセラピー利用法**

アロマセラピーには、香りを楽しむ芳香浴法だけでなく、沐浴法や手作り化粧品など、様々な活用方法があります。用途によって材料を組み合わせることで、アロマセラピーの活用の幅がより広がります。

 **アロマセラピーの資格**

AEAJ（日本アロマ環境協会）認定の資格を取得した看護師がおりますので、興味のある方は遠慮なくお尋ねください。

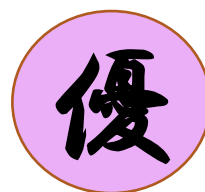


在宅サービス事業所

今回、各事業所に漢字一文字での表現をお願いしました。



訪問看護



デイケア



「住み慣れた地域でその人らしく人生が送れるように」をモットーに

病気や障害をもち介護が必要となっても、ご本人の意思やご家族の思いを尊重しながら、できる限りこれまでの生活や繋がりを継続し、生きがいをもってご自宅で生活できるよう、訪問や通所系サービス、住まいなどの様々なサービスの提供を行っています。

多職種が連携をとり、リハビリや看護・介護、更にはご自宅での看取りまで、トータルなサポートを提供致します。ご本人に合った方法と一緒にお探しします。

在宅総合ケアセンター 次長 佐藤丈夫



訪問介護



居宅支援事業所



デイサービス



サービス付き高齢者向け住宅
木香館

☎0964-46-3001



有料老人ホーム

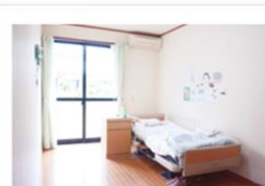
コミュニティハウス おんじゃく

☎0964-48-7005



定員 28 名

対象：自宅では医療・介護に不安を抱えておられる方。



定員 10 名

対象：生活を主に住まいとしてご利用になられる方



画家 太田宏介さんのこと



先日、何気なくテレビを見ていて一人の画家と出会いました。下書きなしで絵の具を塗っていく彼の絵の、色と造形に一目惚れしました。ポジティブなエネルギーに満ちた明るい色彩と力強いタッチは、観る者の心を少し自由にしてくれる気がします。持って生まれた特別な才能のことを英語で「GIFT」と言うらしいのですが、彼の絵を見ているとその言葉を思い浮かべます（もちろん長年の努力もあるのでしょう）。これから当院外来に絵を飾らせていただきます。3か月毎に新しい絵と入れ替わります。是非お楽しみください。

院長



玄関左の
展示コーナー

《 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 13:30～16:30
診療時間 午前 9:00～12:30 午後 13:30～17:00

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
(午後)	平島	平島	大園	大園	藤本	
整形外科 (午前)		藤本昭				
発熱外来 (午後)	大園	藤本	村井	平島	松永	

村井：循環器内科、外科、フットケア外来、睡眠の質外来
松永：脳神経内科、リハビリテーション、手足のしびれ外来、てんかん外来、神経難病外来
藤本：呼吸器内科、老年病内科
大園：消化器内科（上部消化管内視鏡、腹部エコー）
平島：一般内科（免疫アレルギー、認知機能障害）
藤本昭：整形外科

下益城郡医師会 東部地区 2021年 日曜当番医 7/25, 8/29, 10/3, 11/7, 12/12

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

今回の広報誌、コロナ禍のなか、上手く作り上げることができるか心配しました。多くの方が大変な思いをされている中ですが、何とか明るい気持ちになれることを願って、今回の発行といたします。

うえだ