



平成29年4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



Vol 14

# おんじやく



Photo 森

「毎年2月に咲く菜の花。どんなに寒くても、青空にむかって咲く姿は、私の心を和ませてくれます。この菜の花のように、どんなにつらいことがあっても、患者さんのことを第一に考え、患者さんにむかって笑顔の花を咲かせ、少しでも春のような温かさを送ることのできる、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

- スペシャルインタビュー ..... 2
- あれから～地震から1年 ..... 3
- もっくん、ともさんのレッツうんど ..... 4
- 地域連携室 ..... 5
- 仕事ひと ..... 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

## スペシャルインタビュー 平島 光臣 医師

今回は、平島 光臣（ひらしま みつおみ）医師への突撃インタビューを敢行しました。インタビュアーは“笑顔の達人”伊藤副看護部長です！久々の Dr インタビュー復活です。

### プロフィール

昭和47年熊本大学医学部卒業。その後、病理学講座大学院に入り昭和51年卒業。第1病理学講座で助手、講師、助教授を経て、平成6年香川医科大学（現香川大学医学部）の免疫病理学教室に教授として在院。平成24年退官。その後、精神科疾患に興味があり精神科医として働く。香川大学医学部では消化器内科で研究員として診療にあたる。



●突撃インタビュー（笑）ですので早速質問いたします。

★お手柔らかにお願いします（笑）

●Dr になろうと思われたきっかけとかありますか？

★もともと文系志望だったのですが、熊本に残ってくれとの父のたのみで、熊大の医学部を受けることになりました。

●それでは、温石病院の印象をお尋ねします。

★地域の病院として頑張っていらっしゃると思いますが、今後は新患を増やすような仕組みを作る必要があるのではと思います。

●先生の思われる地域医療とは？

★地域医療という言葉が大学病院でもすぐ使いたがるのですが、病院はどこにあっても地域医療ではないかと思います。

●ガラッと変わりますが（笑）、趣味（特技）はなんですか？

★多趣味でなんでもやってきましたが、最近ではパチンコ、園芸が主です。ゴルフや囲碁も復活したいし、魚釣りもまた始めたいものです。

●好きな言葉はありますか？

★“1 回きりのシャバなので後悔しないように”

“人からされて嫌なことはしない、人からされてうれしいことは行う”

●好きな食べ物（おいしいおすすめのお店）などありますか？

★なんでも好きなのですが、海鮮が特に好きです。死ぬまでにもう1回食べたいのはボルチモアのスティームクラブ！

留学中の好物ですか？おいしそうですね。

●休日はどう過ごされますか？

★子供と遊ぶことと、庭いじりです。

●今後の抱負とかお聞かせ願えますか？

★あと10年は元気よく働くことです。

Photo 塚本

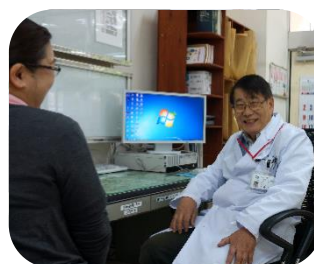


Photo 塚本

貴重な時間をありがとうございました。よろしかったら今度居酒屋でも（ ^ ω ^ ）・・・



あれから1年・・・  
今年も桜はきれいに咲きました。  
まだまだ、  
まだまだ  
でも くまもとんもんは  
前を向いて進んでいます。  
必ず 前より元気になるよ！



Photo ueda



## あれから ～ 熊本大地震 1年を思い・・・



Four-leaf clover

熊本地震から1年経ちますが、長いのか短かったのか、まだ最近のこのようです。益城町の景色は少しずつ変わってきています。更地が増え慣れたはずの道で迷う事がありました。家の周囲の建物が減り、冬は以前より寒く感じました。夜になると怖い気持ちで、胸がザワザワしてきます。あの地震、出来事を忘れることは無いでしょう。その中で、頑張っている人達、応援して下さる人達、その笑顔を目にすると「人って強いな」「どうにかなる」と感じました。私自身、患者様からの言葉や笑顔に助けられたこともありました。あれから1年・・・人とのつながりの大切さと様々な方への感謝を忘れずに、頑張り続けようと思います。 森田めぐみ

地震から1年が経ち現在は以前と変わらない生活に戻っていますが、あの時の恐怖はまだ昨日の事のように思い出されます。今まで経験した事の無い揺れを経験し、その後の余震でも「ゴーン」という音がする度に体がゾットする感覚を覚えています。心が折れそうな日々が続く、今までの人生の中で一日一日あれほど生きる事に必死になった事はないと思います。今になって、何気なく日常を過ごせている事がどれだけ有難い事かと感じます。まだまだ不安を抱えている方は多く、復興にも時間がかかりますが、心を強く持って一歩ずつ進めることを願っています。 佐々木愛美

熊本地震からもう1年が経ちます。思い返すと、あっという間の1年でした。本震後、しばらくは避難所での生活を余儀なくされましたが、幸い自宅に住むことが出来たので、元の生活に戻ることが出来ました。その後、結婚し実家を離れましたが、地震の影響を強く感じたのが新居を探すときでした。なかなか物件がなく、住むまで5ヵ月かかりました。でも、今なお自宅に戻れない人もたくさんいらっしゃいます。その方たちを思うと住む場所があるだけでも幸せなことだと思い、日々の生活に感謝しながら過ごしていきたいと思っています。復興には時間がかかりますが、少しずつでも復興し、より良い熊本になることを願うばかりです。 結城知世

死者（合計）：	225人
直接死：	50人
関連死：	170人
豪雨被害関連死 *1：	5人
行方不明者：	0人
負傷者：	2,753人
避難者数：	183,882人 *2
被害総額：	最大4.6兆円 *3

2017年4月13日現在

- \*1 6月19日から6月25日の豪雨被害で熊本地震との関連が認められた死者
- \*2 熊本県の最大時、4月17日9時
- \*3 推計被害額

## ●いつも いきいきと デイケアセンター

通所リハビリ（デイケア）とは、在宅での自分らしい生活を維持・回復する為、介護保険を利用しながら、セラピストの指導の下に各種運動器具等を使い、機能回復訓練を実施する場所です。また、運動だけではなく食事・排泄・入浴等の日常生活サポートにも努めています。現在1日30名前後の方々にご利用いただき、専従・兼任を含め看護職3名・介護職6名・リハ職4名で日々頑張っています。その結果、利用者の方々がリハビリを真剣に取り組んでいただいた成果もあり、5月からは社会参加支援加算を新たに算定できるようになりました。興味のある方、お近くで困っている方がいらっしゃいましたら、いつでもご相談・見学へおいで下さい。

～社会参加支援加算とは～ デイケアでのリハビリは継続的に実施することを目的としていないため積極的に卒業を促し、日常生活動作などを自己にて維持できるように支援している施設を評価する加算が社会参加支援加算です。（通所介護への移行や自宅での役割の確立など行います）



マシン トレーニング 風景



Photo 塚本

今回は私です！

理学療法士

## もっくん・ともさんのレッツうんどう！⑬ — お家で手軽に続けて —

今回の運動は「有酸素運動」です。自宅で作れる「有酸素運動」を紹介いたします。少しきつい運動になりますが、是非取り入れてみてください。料理の合間やテレビCM中などに行うと無理なく出来ますよ。認知症予防、脳や心臓の病気予防にもなりますよ！！

### 踏み台昇降



1秒ずつ「1段上る、1段降りる」を繰り返しましょう。まずはきつくなるまで行い、少しずつ時間を延ばして行きましょう。

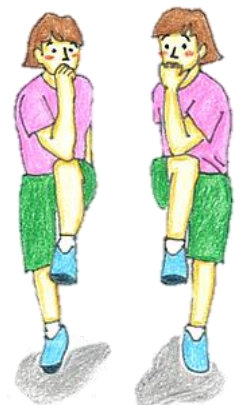
### もも上げ運動



背筋を伸ばして、その場でゆっくり足踏みをしながら、膝を股関節より高く持ち上げましょう。

### ニートゥエルボー

1. まっすぐ立ち、足を腰幅くらいに開く
2. 左ひざをあげ、右ひじを近づけるようにして寄せる。
3. もとの姿勢に戻し、今度は反対側（右ひざと左ひじ）も同様にしっかり体を捻ると効果的ですよ。



挿絵 山口亜希子、渡邊優里子（理学療法士）

熊本地震により被災された方の一部負担金の免除期間が延長されました。

健康保険組合加入者



後期高齢者医療保険  
加入者



介護保険被保険者



**【免除期間】平成28年4月14日 ～ 平成29年9月30日**

現在お持ちの「有効期限が平成29年2月28日までの「後期高齢者医療一部負担金免除証明書」が、そのまま平成29年9月30日まで使用できます。

・シリーズ 一口メモ

- ①後期高齢者医療限度額適用・標準負担額減額認定証
- ②重度心身障害者医療費受給資格者証
- ③後期高齢者医療被保険者証

上記の①～③の証書を所持されている方は有効期限が平成29年7月31日で終了します。新しい証書が手元に届きましたら受付窓口または入院されている病棟のナースステーションに提示をお願いいたします。



このような内容等でお困りでしたら地域連携室にご相談ください。

入院費の支払いが大変！

介護保険や障害者手帳について知りたい。

退院後の生活が心配。

どこに相談したらいいかわからない。



## ザ・仕事ひと 第14回は 篠塚朗子 さん（保育士）の登場です！

桜の花のつぼみも膨らんで・・・もう春ですね～！

（この号が発行時は花吹雪かも・・・）

保育室の篠塚朗子です。私は「大きくなったら保育士さんになりたいなあ！」が小さい頃からの夢でした。その夢が叶って早40年！その内くるみ保育室での生活が26年を過ぎようとしています。毎日の「せんせ〜い」と呼ぶ子供たちの声を聞くと、今まで巣立っていった子供達を思い出します。「這えば立て、立てば歩めの親心」とばかりに毎日の成長を保護者とともに喜んだこと、元気いっぱいの子供たちと一日中駆け廻って遊んだ日々、懐かしい思い出がいっぱいです。そして今、色々な場で活躍していること、母親になり子育てに頑張っていることを幸せに思います。素敵な出会いをありがとう！

素晴らしい感動をありがとう！

これからもよろしくお祈りします！



愛情一杯な仕事美と

Photo 塚本

プロフィール

出身地（生誕地）・・・城南町

好きな花・・・パンジー（小さい花が好き）

趣味・・・編み物など手芸全般・絵手紙

好きな食べ物・・・肉料理（残念ながら好き

嫌いが少々（笑）料理のレパ

トリーを増やして好き嫌いを減らせたらいと思います。）

## 保育室だより！ 今回は特別バージョンでお届けします。

### 今年も卒園児がいっぱい。ちょぴり寂しい・・・

3月31日（金）くるみ保育室で「お別れの会」（卒園式）が開かれました。今年なんと8名の子供たちが卒園です。当日は園児が全員集合し大賑わいでした。“これから、別の保育園に入園し小・中・高・大と大きな波に向かって漕ぎ出す君たち、くるみ保育室での日々は短い期間でも、先生からの愛情いっぱいの時間でした！

“素敵な愛情一杯の大人になってね！”

保育室の廊下の壁の掲示されるユニークな子供達。今回はお別れバージョン「思い出をありがとう」



### ●そつえん式！

記念品をみんなに！ やんちゃ盛りもこの時は「神妙」な面持ちでした。



## ●キンキラ陽子さん 来院!

当院に入院中の患者さんが熊本日日新聞の連載記事「わたしを語る」を読み、キンキラ陽子さんに「ぜひ一度お会いしたい、伺ってもいいですか」と、ファンレターを送った事がきっかけでした。すると、入院中という事情を聞かれたキンキラ陽子さん。「あなたが来るより、私が行ったほうが早い!」と、今回のショー開催の運びとなりました。ショーが始まると、部屋が一瞬にして劇場のような空間に様変わり、トークが始まると会場全体に笑顔が溢れだしました。「おてもやん」の演奏が始まり圧倒的な声量と美しい声が会場全体に響き、全員がその声に魅了され、途中から会場の患者さんも一緒に歌い「黒田節」「牛深ハイヤ」の時は会場の方と職員も一緒に踊り、祭りさながらの賑やかな時間が過ぎていきました。演奏も終わり最後は、患者さん手作りの折り紙の花束もプレゼントされました。ファンレターを送った患者さんから、感激の面持ちで、お礼の言葉を伝えられました。思い出深いショーとなりました。 塚本 Photo 塚本



## 輪って楽しむたまご便



### ●さくら健康フェスタ in 美里

今年も桜のつぼみを眺めながらの開催となりました。本来であれば花見がてらのウォーキングとなるところですが、・・・花の無い風景の中でも秀岳館高校の「雅太鼓」の素晴らしい演奏!盛り上げて、多くの参加者に笑顔を送っていました。来年こそは桜の満開の中でのウォーキングとなることを願っています。



Photo 藤川

### ●遅い私も主役です! 天草パールライン

3月12日(日) 快晴 上天草市



健康マラソン発祥!「遅いあなたが主役です。」をキャッチフレーズに、今回で45回目を迎えた大会に、PT古庄さん親子も参加、普段から「走るのイヤ!」と言っていた彼女。4.2Km 見事完走です! ゲストのらっきょさんとハイタッチも出来て「母娘でなんか チョッとカッコいいですよ!」

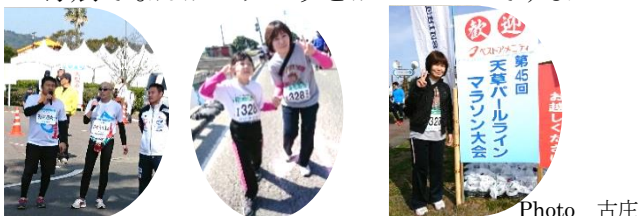


Photo 古庄

### ●熊本城マラソン! 完走(感走)(激走)!

「背後から追って来る悪魔の回収バスの気配に危機を感じながら、なんとか時間内にゴールに辿り着きました(笑)」 そう語るのは、総務課長の黒田さん。悪魔のささやきにも走り勝って、見事にゴールイン!完走です。感激の走りでした。足の痛みは今でも?・・・



Photo えがお



「花と熊本城」震災前のH26年4月の作品を探しました。

#### ●OT 作品 (貼り絵)

リハ室の壁に貼っています。月替わりで

Photo ueda

#### 『おぼろ月夜』

H29 3月の作品

♪菜の花島に入日薄れ 見渡す山の端 (^^♪





### —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（フレイルって何だろう？・インスリンの基本と問題点を考え、実際に触ってみよう）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。様々な施設・職種の方々の参加をお待ちしています。

### ようこそ！ 大園知之Dr

●4月1日より新しく、大園先生がおんじゃく病院に赴任されました。「口下手で皆さんの前で挨拶は苦手なほうです」「不慣れと自分から話しかけないときには皆さんから宜しく」と話され、大柄な体格？とのギャップに好感度が上がりました。

今後、外来担当も含め常勤で勤務されます。



詳しいご紹介は後日「広報誌」Drインタビューにてご期待ください。

Photo 塚本

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

### 外来診療予定表

受付時間 午前 8:30～12:00  
診療時間 午前 9:00～12:30

午後 休診（急患はその限りではありません）  
※歯科は午前・午後とも診療致します。

診療科/曜日	月	火	水	木	金	土
内科（午前）	村井	松永	藤本・岸	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					藤本昭
歯科（午前）	川上	川上	川上	川上	川上	1・3休診
	（午後）	川上	川上	川上	川上	

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

藤本昭：整形外科 岸：消化器内科 川上：歯科

### 編集後記

四つ葉のクローバー。見つけるとラッキー、なんか良い事があると、子供のころから思っていました。三つの葉は「希望」「信仰」「愛情」そして、残る一枚は「幸福」のシンボル と言い伝えがあるそうです。また、「勇気」「愛情」「信頼」「希望」全部 そろえば、幸せになれるそうです。その言い伝えを信じ明日へ。 うえだ



〒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