



平成30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

うすもえぎいろ
淡萌黄色号

おんじゃく

Vol 18



Photo 森

昔、肥後の石工がいろいろな形の石を組合わせて作ったとされる橋。一つひとつの石が力を合わせ、地震や台風にもさらされてもたわむことない丈夫で壊れにくい石橋が次の場所へとつないでくれます。こんな石橋のように、患者さんの人生を尊重した温かい想いをもち、それぞれの意思を組合わせ、職員みんなで強固な橋を作り、患者さんを目標とする場所へ繋いで笑顔を咲かせる。そんな病院でありたい。

文 森 薬剤師

はるの
ふれあい



イラスト作 森田めぐみ (作業療法士)

もくじ

- 大園 Dr 内視鏡検査について 2
- さあ！新年度 3
- もっくん、ともさんのレッツうんどう ... 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ことで、国と地域社会に貢献します



大園 Dr の

「内視鏡検査」についてです。

「胃カメラ」についてお話しします。外から見えない体の中を覗く医療器具を内視鏡と言いますが、「胃カメラ」も内視鏡の一つです。内視鏡の起源は、古くは古代ギリシャ・ローマ時代、紀元1世紀の遺跡に見つかっています。胃の内視鏡については、1868年にドイツの医師がまっすぐな金属管を使い、胃の中を覗いたのが最初といわれています。それから80年後の日本で、東大とオリンパスの共同研究により、先端にカメラを装着した軟性管を試作、改良を重ねて、実用に耐える胃内視鏡が開発されました。これが厳密には胃カメラのことです。現在の胃内視鏡は電子スコープというビデオカメラで観察するもので、正確には胃カメラではありませんが、日本で開発された胃カメラの呼称が日本人には馴染みがあり、一般的に今も「胃カメラ」の呼び名を使っております。胃カメラから、ファイバースコープを経て、電子スコープの時代となり、さらにハイビジョンシステムと進化するにつれ、微細な異常も診断できるようになり、光源の研究も進み、極早期の癌も発見出来るようになってきました。胃内視鏡には、口腔から挿入するものと、鼻腔から挿入するものがあります。どちらが良いとは一概には言えません。鼻腔からの検査のほうが楽だという意見が多いとは思いますが、それも人それぞれです。画質や操作性の面から考えると、口腔から挿入するほうが診断や治療に関して現時点ではまだ優位だと思います。



現在の胃内視鏡



日本で開発された胃カメラ

最初の胃内視鏡



検査の進め方について説明します。

- ① 粘液を除去するシロップを飲みます。
- ② スプレーを使って喉の麻酔をします。
- ③ 左横向きに休みます。右足を左足の前に出し、体が少し前に傾くようにします。
- ④ マウスピースをくわえます（歯で噛みます）検査中は鼻から息を吸って、口から吐く呼吸をするとむせにくいです。口の中にたまった唾液は飲み込まずに外に出すようにします。
- ⑤ 緊張をとる静脈注射をします。（希望されなければ行いません）
- ⑥ 内視鏡の管は大きなうどん位の太さです。喉から食道に入るときに違和感を覚えることもありますが、食道に入った後はほぼスムーズに挿入されます。検査が始まったら、首や肩、お尻に力が入らないようにすると挿入がより楽になります。検査時間はおよそ5分～10分くらいです。
- ⑦ 検査が終了したら、しばらく休んでいただきます。はっきりと覚醒されたら、一度水を飲んでいただき、経口摂取を許可します。結果を説明して終了です。

●当院での胃内視鏡の検査日は金曜の午前中になっていますが、臨時で土曜日以外の午前中や午後（昼食抜き、午後3時頃）に検査を入れることがあります。病気は早期発見が大切です。特に診断が難しい食道癌の場合は内視鏡的治療が可能な時期での発見は重要だと思います。また、最近よく耳にする逆流性食道炎や慢性萎縮性胃炎も癌を発生する可能性がある疾患であり、定期的に検査することをお勧めしています。食道、胃、十二指腸に不安を感じておられる方ももちろんですが、検査の経験のない方もお気軽にご相談ください。

さあ！新年度！

4月、新年度最初の全体集会。

今年も1年間、地域とともに 地域に頼られる病院 として

四月二日月曜日 日直



Photo 塚本

平成31年5月1日より新年号！「平成」終了まで約1年。

気持ちも新たに1年間！頑張ります。

春

再会 今年も会えてよかった 満開の桜！

桜満開！

●昭和 55 年の開院当初から見守り続ける、さくら！（最年長はソメイヨシノ 50 本。他、約 40 本）今年も見事に花を咲かせました。開院後まもなく幼木を植樹され早 37 年、人も桜を眺め、さくらも絶えずおんじゃくを見守る、いい関係を築き続けています！

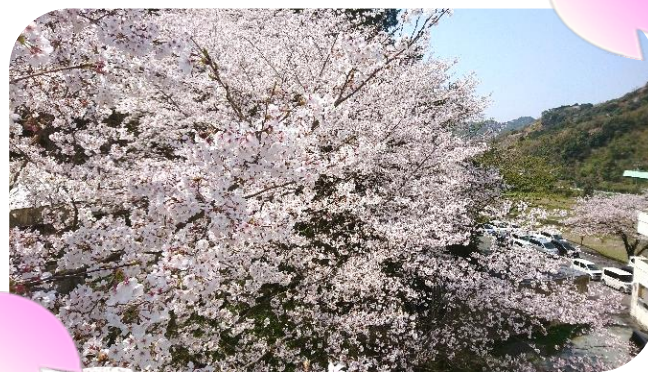


Photo ueda

● 月刊薬事 4月号 “この人に聞く”

「慢性期の入退院支援で求められる薬学的ケアとは？」

月刊薬事に、最近増々全国区になりつつある、当院、森薬局長へのインタビュー記事が掲載されています。

普段身近で接している「森さん」をこんな形で目にとると、誇らしげでもあり、うれしくもあり、「やっぱ、頑張りよらすもん」と尊敬いたします。

内容について、詳しくは薬局長まで・・・

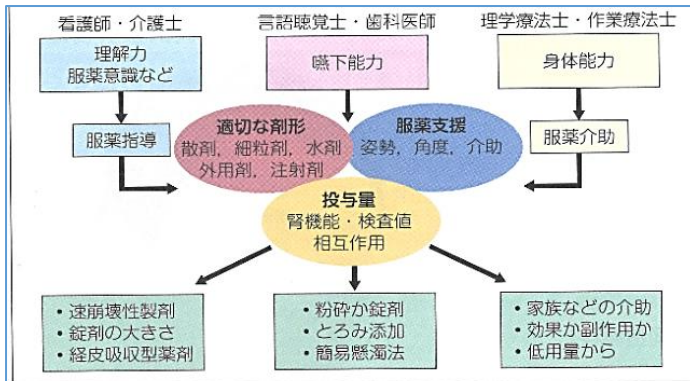


図1 多職種と連携した“薬を飲む機能”の評価と支援



森 直樹

MORI Naoki
くまもと温石病院 薬局長



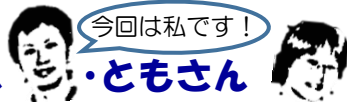
慢性期の入退院支援で求められる薬学的ケアとは？

■在宅を見据え、社会背景を考慮した退院支援を
慢性期の薬学的ケアは、薬剤師の適正処方や投与設計などの基本的な学術に加えて、高齢者特有の合併症やポリファーマシー、生理機能の低下といったさまざまな問題に注意を払う必要があります。例えば薬物療法は薬物動態を考慮して処方設計を行います。これは患者が正確に服薬できることを前提としています。高齢者の場合、加齢や病状などにより認知機能や運動機能、嚥下機能などの機能低下が生じ、その個人差も大きいので、個々の身体特徴や機能レベルを考慮する必要があります。つまり、①薬を見て薬と認識できるか（認知機能）、②薬を包装から取り出して口に運べるか（運動機能）、③飲みこむまでの動作に支障がないか（嚥下機能）——など、薬物を服用して薬効するまでの一連のプロセスを多方面から評価し、退院にあたってどこに課題があるのかを把握する必要があります。さらに慢性期の場合、患者の社会背景が薬師の助けとなっていることも少なくないことから、薬介護士や家族の協力が不可欠な慢性期の薬学的ケアも考慮して薬学支援を計画することが重要です。

■多職種で“薬を飲む機能”を評価し、支援する
慢性期に比べると急性期病院では薬物療法の入院者が少なく、どこも人手不足といえます。そのため当院では、認知機能、運動機能、嚥下機能など、“薬を飲む機能”

月刊薬事 2016.4 (Vol.00 No.05) 17 (7/1)

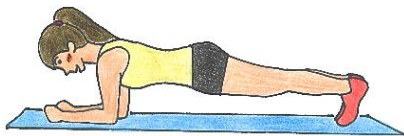
理学療法士



もっくん・ともさんのレッツうんどう! ⑱ - お家で手軽に続けて -

今回は温石病院スタッフからのご質問。腰痛に効く運動は？という質問を頂きました。腰痛を経験する人は全国で約 80%とされていて、多くの方は一度は腰が痛い！と感じたことがあると思います。腰痛に関して大事な筋肉は「腹横筋」「多裂筋」です。今回はこの2つの筋肉の運動とストレッチを紹介します。

プランク



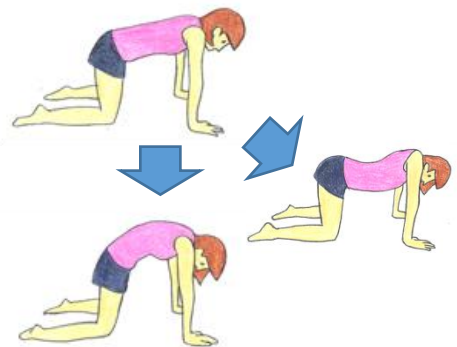
図のような姿勢をとるだけの運動です！
20～60秒くらい、きつさに合わせて行いましょう。お尻が浮かないように注意しましょう。難しい場合は膝をついても良いですよ！

ドローイン



お腹を凹ませながら、息を吐き続けます。きつくなったところから、もう一息吐きましょう！

腰のストレッチ



四つ這いの姿勢から、背中を丸めたり、反らせたりします。ゆっくりと動かして、それぞれの姿勢で10秒ほどキープしてしっかり伸ばしましょう。

挿絵 山口亜希子、渡邊優里子 (理学療法士)

●一般所得の方へ●

平成30年4月から
入院されている方の食費代が変わります。
※指定難病の方は据え置きになります



	平成30年3月まで	平成30年4月から
一般所得の方	360円	460円



担当のケアマネジャー・

居宅介護支援事業名を知っていますか？

医療機関の多職種とケアマネジャーとの連携のため、
入院時に担当ケアマネジャーと居宅介護支援事業所名をお尋ねしています。

●入院中の患者様のご家族様へ

介護保険の更新の案内がありましたら、相談員にお声掛け下さい。

地域医療連携室は1階にあります。受付でお声掛け下さい。



●一口メモ●

後期高齢者医療制度の対象となる方

- ・75歳以上の方(75歳の誕生日から自動的に加入)
- ・65歳から75歳未満の方で一定の障がいがある方(自治体に申請が必要です)



詳しくは 地域医療連携室 までお尋ねください。

ザ・仕事ひと 第18回は 太田 由香里（検査）さんの登場です！

初めまして、臨床検査技師の太田由香里です。

平成23年7月に入職して、早いもので7年目になります。短大を卒業してすぐは検査センターに勤務していました。現在の病院での仕事は、検査センターとは違い、直接患者様と接する機会が多くあります。他のスタッフとのコミュニケーションはもちろん、患者様との関わりも大切にしながら、日々の業務に取り組んでいます。

家庭では7歳と4歳の二児の母です。慌ただしい毎日ですが、夜、子供たちの寝顔を見ると癒されます。明日も頑張ろうと思います。

これからも、患者様の力になれるように毎日頑張っていきます。



Photo 塚本

笑顔の仕事美と

プロフィール

さそり座 血液型 … A型

出身地（生誕地）… 荒尾市

好きな食べ物 … チーズケーキ



焼きいも

★当院では一般健診・企業健診を行っています。検査内容と料金をご紹介します。

検査項目	検査内容	説明	料金(税別)	
医師診察	一般診察・健康相談・指導	医師との面談です		
身体測定	身長・体重・BMI・腹囲			
眼科検査	裸眼矯正視力	視力を調べます	2820 円	
循環器系検査	血圧(最高・最低)	高血圧・低血圧の検査です		
	心電図(安静時)	不整脈・心肥大・心筋障害・心筋梗塞などの検査です	1300 円	
聴力検査	1000Hz・4000Hz(オーディオ)	聴力を調べます	400 円	
尿検査	蛋白・糖・潜血	腎・尿路系・糖尿病を調べます	260 円	
血液検査	肝機能検査	AST(GOT)・ALT(GPT)・γ-GTP	肝炎・アルコール性肝障害などの肝疾患の検査です	
	脂質検査	LDL コレステロール・中性脂肪 HDLコレステロール	高脂血症を調べます	
	糖尿病検査	空腹時血糖	糖尿病の有無を調べます	
	血球検査	赤血球・白血球・ヘモグロビン量・ ヘマトクリット値	貧血・多血症・白血病などの検査です	
呼吸器系検査	胸部X線	正面	呼吸器疾患の検査です	1680 円

* 料金は平成30年4月現在のものです

合計 7600 円(税別)

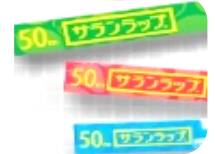
・ 受診は予約制になります。日時はご相談ください。この他にオプション検査もご用意しております。

詳しくは検査室へお問い合わせください。

● “私のふるさと” 自慢 (宮崎県延岡市)

宮崎県といえば何を思い浮かべますか？最初に皆さんに、ご紹介したいものは、有名な神話の高千穂夜神楽まつりです。毎年11月22日に開催されます。式三番と呼ばれる舞を岩戸神楽中心に奉納し、残りは、11月23日の10時から23時まで奉納します。また宮崎市の青島も有名です。青島は水成岩(砂岩と泥岩の累層)が隆起し、長い間の波蝕により出来たもので「青島の隆起海床と奇形波蝕痕」として天然記念物に指定されています。サーファーの聖地としても人気です。宮崎の著名人と言えば東国原さんですよ。元宮崎県知事、元衆議院議員、今もタレントとして活躍されています。宮崎県の食や観光などPR活動に尽力し、マンゴーや冷や汁など広く知られるようになりました。また、日向夏やチキン南蛮も有名です。ですが、延岡といえば「旭化成」発祥の地、企業城下町なのです！また、北方町には日本唯一の特徴があります。それが干支(えと)の町。ほぼ時計回りにぐると十二支で地域が分けられ、住所も十二支で表記しているのです！

とにかく、どぎゃんかしていちど宮崎んきないよ！。



今回のふるさととは
中嶋 伊津美 (Ns)
でした。

輪って楽しむたまご便



●いま見頃「木香バラ」

サ高住「木香館」の名前の由来でもあるモッコウバラ、今年も綺麗に花を咲かせています。



年々、弦の張り出しも多くなり立派になりました。入居者はもとより、通所利用の方々の目も楽しませています。



●熊本県より感謝状！ 復興リハビリ 終了。

平成28年に起きた「熊本地震」。現在も仮設住宅での生活を余儀なくされておられる方々に、リハビリを通じて気持ちも体も元気になってもらおうと、熊本県復興リハビリテーションセンターよりの派遣で、月2回、御船町の高木仮設団地に、当院の仙頭リハビリ課長が参加しました。仮設生活の方々とも色々と絆ができました。事業は一旦終了し、熊本県から感謝状をいただきました。お疲れ様でした。

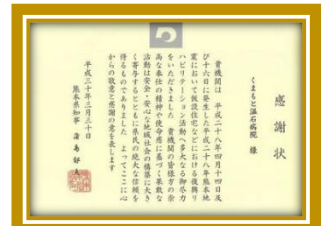


Photo 塚本

●くるみ保育室

旅立ちの時・・・

今年もまた「くるみ保育室」からも3名の園児が旅立ちの時期を迎えました。卒園の記念品を受け取り、ちょっぴりだけ神妙な表情。



Photo 塚本

これからの成長とともに「別れ」はつきものですが最初の旅立ちです。短くも長いような、先生たちと過ごした毎日。大きくなったら必ず遊びにおいで！最初の学び舎ですから



お昼はみんなで、お別れの「ドラえもん・ドラミちゃん弁当」です。この味は思い出いっぱい、いつか記憶の端に・・・





—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（腰痛予防について・防ごう、尿もれ・高齢者の住まいについて）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。様々な施設・職種の方々の参加をお待ちしています。

●国道218沿い 「おしゃれベンチ！」

美里町を通る国道218号の神園バス停脇に、「くまもと温石病院」のロゴが入ったおしゃれなベンチが登場しました。

地域の方々への利便性を考え、まず1台設置しました。



今後も地域に貢献できることを、少しずつ行っていきます。

◀ 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

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	藤本	藤本	村井	松永	松永
	平島	松永	大園	大園	平島	村井
整形外科 (午前)	藤本昭					藤本昭

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

編集後記

今回の広報誌、春の寒暖の差のごとく、なかなか編集作業が思うに任せぬ状況でした。この時期は多くの方が年度終わりと、新たな年度を迎える、多忙の中で、ご協力を頂き感謝するのみです。アイデアの湖が今は水たまり程度ですので、早く、メダカでも飼える水槽程度には戻して、次号につなげたい今日この頃です。今後も広報誌「おんじゃく」をよろしく願います。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