



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

平成26年7月発行

Vol 3

みず色号

おんじゃく



Photo 森

シバザクラ（芝桜、学名：Phlox subulata）はハナシノブ科の多年草。別名、ハナツメクサ（花詰草、花爪草）**花言葉**は「臆病な心」「合意」「一致」「忍耐」「燃える恋」「華やかな姿」「一筋」
『上を見るとたくさんの桜が満開に咲いていた木の影で、地面にしっかり咲いていた芝桜。病気だけを見るのではなく、患者さんの生活までを見て根強く支援をしていけるそんな病院でありたい』

病院敷地にて 撮影 文 森 薬剤師



イラスト作
森田めぐみ（作業療法士）

テーマは
”やさしさ”

もくじ

- 「スペシャル・インタビュー」 ……2
- 「もっくん・ともさんのレッツうんどう②」…3
- シリーズ在宅②「訪問リハ」 ……4
- 仕事ひと・ワンポイント介護 ……5
- フレッシュDE ……6
- 輪って楽しむたまご便り ……7
- お知らせ、外来診療予定 ……8

愛生会の理念

わたしたち「おんじゃく」では 安心と満足のいく 心あたたかな
医療と福祉のサービスを提供いたします。



理学療法士

もっくん・ともさんの レッツうんどう!② — 家で手軽に続けて —

生活の中で“肩こり”に悩んでいる方も多いのではないのでしょうか？

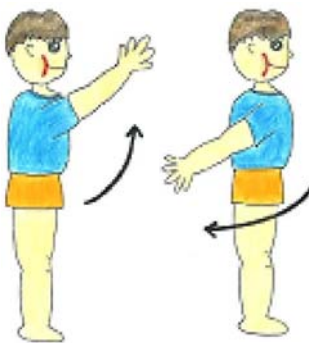
今回は「肩こり解消」のための運動をご紹介します。

一般に肩を大きく動かすことで血行が良くなり肩こりが軽くなります。また、筋肉をつけることも、血行改善につながります。肩こりに悩んでいる方は、ぜひ行ってください。

毎日つづけることが大切です！

注) 無理のない範囲で行ってください！

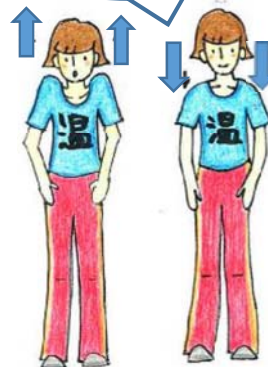
①両腕を前後にふる
5分ぐらい続ける



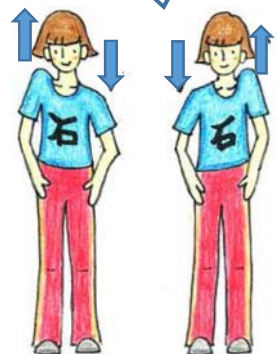
②肘をまげ肩を回す
肘で大きく円を描く



③両肩を上げて
ストンと落とす



④片方ずつ上げる
右上げ 左下げ



挿絵 P T渡邊優里子

①以外は10~20回繰り返す

挿絵 P T山口亜希子



●地域連携室のつぶやき

現在の当院の構成は、障害者施設等一般病棟51床、回復期リハビリテーション病棟22床、医療療養病棟30床、介護療養病棟52床の病床機能の異なる4つの病棟(155床)からなっております。

地域連携室はそれぞれのソーシャルワーカーが各病棟を担当しており、全員の患者様と関わられるようにしています(介護療養病棟は介護支援専門員が担当しています)。入院中の心配事、これからの生活の不安、福祉制度の紹介など、相談ごとがあればどうぞお声かけください。

「家に帰りたいな」「家に連れて帰りたいけどどうしたらいいのだろう」「家では介護する自信がない」などの悩みを抱えておられる方が多くいらっしゃいます。そのような時に私たちがご本人とご家族のお役に立てたらと思っています。現在は介護者を支える様々な公的サービスがあります。それらの機関(公的サービス)への橋渡しとして、私たちは日々奮闘しております。

また、入院相談窓口も担っておりますので、入院を希望される方は地域連携室にご相談ください。
※地域連携室：本館1階 エレベーター奥にあります。少人数の部署ですが明るく楽しい部署ですよ

シリーズ 在宅 ②

私たち 訪問リハビリ



モットーは「やさしくあれ」です！



何事にも一生懸命なのです

訪問リハビリは、障がいがある人や高齢の方及びその家族が住み慣れたところで、「その人らしい」「よりよい生活」ができるように、個々の利用者の生活・人生の質(QOL)の向上を目指したリハビリテーションを提供しています。

現在の利用者は子ども(医療保険)から高齢の方まで幅広い年齢層に対して行っており、活動・実施地域は美里町・宇城市近辺ですが、その他もご相談に応じます。

自由のきかない体でも、やり方や工夫の仕方で大変さが減ったり、できないと思っていたことができたりします。私たちは自分でできることを少しずつ増やしていけるように、そして1日でも長く自宅で自分らしい生活が送れるようにお手伝いします。

Photo 塚本

●あなぐま？ 出現！

なんと！病院裏のリハビリ棟の隅の草むらに、何やらうごめくものが？体長40cm弱、犬、猫とは明らかに違う・・・狸？いやいや！狸より鼻がちょっと長く尻尾も若干細く・・・「結論」“あなぐま”！ですよ！こんなに間近で見れるなんて、最近、摩訶不思議な事多しです。

ためき



あなぐま

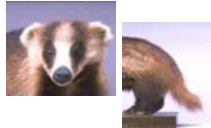


Photo kana



私が当病院に入職したのはピチピチの24歳の時でした。当初は介護の仕事【入浴、食事、排泄】何も分からないまま簡単な気持ちで勤務しだしたのを思い出します。月日が経つにつれて介護の仕事が奥深いものであり、大変な仕事である事に気付き「私にはとても無理かもしれない」何度もやめようと思ったことがあります。

それから33年の月日がたち、その間に大きな病気を患いしばらくお休みを頂き療養いたしました。その間で少し人生観が変わったかもしれません。今では克服し、すっかり元気になり、仕事復帰が出来ました。家族の愛情、当院のやさしいスタッフの支えがあり、本当に感謝の気持ちでいっぱいです。介護の仕事は大変ですが、その時の感謝の気持ちと、患者様の“笑顔”、また「ありがとう」の言葉を聞くと、また“頑張ろう”と元気と勇気が出ます。

この仕事を天職だと思いこれからも頑張っていきたいと思えます。

1病棟介護主任 福島さゆり



やさしき仕事美と

Photo 塚本

プロフィール

S 31. 9.27 てんびん座
出身地： 甲佐町
好きな食べ物： パン 果物

【ストレス解消法は「ゆめタウン」でのお買い物とバイキングでのお食事です】(笑)

介護福祉士 栄ちゃんの お家でできる介護 ワンポイント・アドバイス！



今回は《ベッドの上などで体の位置がずれた方を負担が少なく動かす方法》



①用意するもの
・ビニール袋
(自治体ゴミ出し袋などが良い) 1~2枚



④介護を受ける方の膝を立てます。(難しければ足の下にもビニール袋を敷くといいです) これで準備OKです。



②介護を受ける方の横に立ちご自分の方に横向きにし、用意したビニール袋を介護を受ける方の体の下に敷き込みます。(体重が特にかかっている頭〜肩甲骨とお尻に敷くのがポイント)



⑤あとは介護を受ける方の体をゆっくりと移動させればビニール袋の上を滑って動きます。(膝を立ててお尻を上げられればもっと楽)



③介護を受ける方の体を反対側に向け 体の下の余ったビニール袋を広げます。



⑥体を元の位置に戻せたら体の下に敷いたビニール袋を外し終了です。



Photo 塚本

●フレッシュDE ルーキース

ちょっとだけ自信作!

大の甘党です!



山ガール



Photo 加寿子

● 4月1日付で地域連携室に配属されました。44歳の藤川隆裕（ふじかわ たかひろ）です。趣味は下手の横好きのボーリングです。好きな食べ物はアイスクリーム（特にアイスまんじゅうに目がない）です。

就職面接当日は、社会福祉士試験の合格発表日と重なり、面接担当者の事務部長、看護部長のお話も、しばらく上の空で聴いていたことを覚えています。地域連携室のパソコンで社会福祉士合格を確認させていただき、めでたく採用していただきました。医療、介護制度をまだまだ熟知しておらず、悪戦苦闘の日々を過ごしていますが、少しでも当院に貢献できるよう頑張りますので、よろしく願いいたします。

● 5月から地域連携室に勤務しています、野口加寿子（のぐち かずこ）です。趣味は最近始めた山登りです！爽快な景色を見ながら歩くことが大好きです（^-^）休日は、フラワーアレンジメントやハンドメイドなどのワークショップに参加しています。好きな言葉は『ありがとう』です。いつも感謝の気持ちと笑顔を忘れないよう心掛けています。まだまだ未熟者ですが早くお役に立てるよう努力していきます。

どうぞよろしく願い致します。



PS. 現在、連携室には『野口』が2名おりますので、ご連絡いただいた際には御面倒ですが氏名までいただくと助かります（^-^）

●今、フレッシュいっぱい！"リハビリテーション部"



Photo Ueda

● 当院には年間を通して、20名近くのリハビリ実習生が来ます。今！リハビリテーション部にはPT（理学療法士）、OT（作業療法士）、ST（言語聴覚士）のたまご達が5名実習に励んでいます。それぞれ夢と希望とに満ち溢れた若者たち、いっぱい頑張って、立派な人となり、多くの患者さんの希望となってください！応援しています。医療人を目指す子って"やさしい"子が多いですよ！（たぶん 笑）

●くるみ保育室だより

今回は「くるみ保育室」恒例の七夕飾りをみんなで作りました！何を作るのか“興味津々” いろ紙に 謎の文字が並びます(笑) 楽しそうでした。

最後は皆で”願い事” ゆめは・・・叶うものですよ！

“素敵な願いが叶いますように”



●「泥リンピック」

5月18日(日) 昨年に続き今年も参加しました! 「高森町 泥リンピック」 高森町の特設? 田んぼ。美肌効果は不明ですが、まあ〜見事な全身泥パック

何を求めて?
かはさておき、



皆の、楽しさは十分に伝わります! これぞ「おんじゃく魂!!」チームワーク抜群です。来年は…優勝も



●ボーリング大会

6月13日(金) (ジェイソン!) に「平成26年職員互助会主催・ボーリング大会」が開催されました。このボーリング大会も十年以上続く行事で、年々参加者も増え今年も100名の参加となりました。今回はレーンごとのチーム戦となりチームの平均点(アベレージ)で争いました。(争うより笑いをとる人が多数出現!(笑))



優勝 チーム「連携室」



準優勝 チーム「リハB」



3位 チーム「薬剤部」

3位以下のチームも僅差の勝負でしたよ! また、楽しみましょう!

輪って楽しむたまご便



●消防訓練

5月27日(火) 消防訓練【通報訓練・消火訓練・避難訓練】を行いました。毎年、年3回行われる訓練。今回、昼間の火災を想定し、発見・通報、避難誘導から初期消火・放水訓練と一連の動きの確認し、最後は恒例の新入職者による消化器・消火栓での消火体験を行いました。

ファイアー!



ちびっこ消防士も大活躍です!



Photo 塚本

●AED(自動体外式除細動器)の取り扱い研修を行いました!

4月24日(木)・5月14日(水)の2回にわたって、AEDの取り扱い研修がありました。当日は「フクダ電子」さんよりセットを持ち込んで頂き、丁寧に説明・実技指導!を受けました。皆、真剣に研修していました。いざという時のために、必要かつ重要な研修です!

※余談ですが練習用ダミー人形の名前は「レサシアン」だそうです。



Photo 塚本



—お知らせ—

●「学ぼう会」では毎月第2月曜日、18時～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（診療報酬点数とレセプト・誤嚥性肺炎・患者さんに伝わりにくい医療用語、と、どう説明するかを考えよう）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。

●とうとう「学ぼう会」に潜入しました！

6月の「学ぼう会」にとうとう私、潜入取材です！（学ぶ意欲が芽生えた？）今回、28名（リハ・薬剤部・事務部・歯科・看護・介護・他施設）の参加者を数え、2年目のPT木村君の発表でした。時間の経つのも忘れ？“学びの時間”にどっぷり浸かっていました。自由に発言できる雰囲気の中にも真剣さをひしひしと感じ、皆の頑張りを頼もしく感じるひと時でした。



Photo Ueda

—お願い— 広報誌「おんじゃく」では、皆様の忌憚のないご意見をお待ちしております。合わせて話題の提供等も募集します。よろしくお願ひいたします。 広報委員一同

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


診療時間 午前9:00～12:30 午後13:30～17:00

診療科/曜日		月	火	水	木	金	土
内科	(午前)	片平	藤本	高木	山口	高添	担当医
	(午後)	高木	山口	片平	高添		
神経内科	(午前)		松永	前田			
	(午後)					松永	
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	川上
	(午後)	川上	川上	川上	川上	川上	

*第1・3土曜日 歯科休診

〒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
ホームページもどうぞご覧下さい。

編集後記

虹、最近、にじ見えていますか？子供のころに比べたら見る機会が減ったように感じます。ただ単に虹の出る時間帯とかに外に出な

 かったり、空に興味が薄くなったり、人それぞれ
 だと思うのですが。大人になると見えなくなるもの
 が増えていませんか？もっと素直にひと・物事を見つめていきたい。そうじゃないと見えなくなってしまうようで “やさしさ” が！
 うえだ