



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27年1月発行

Vol 5

賀
春

新年色号

おんじゃく

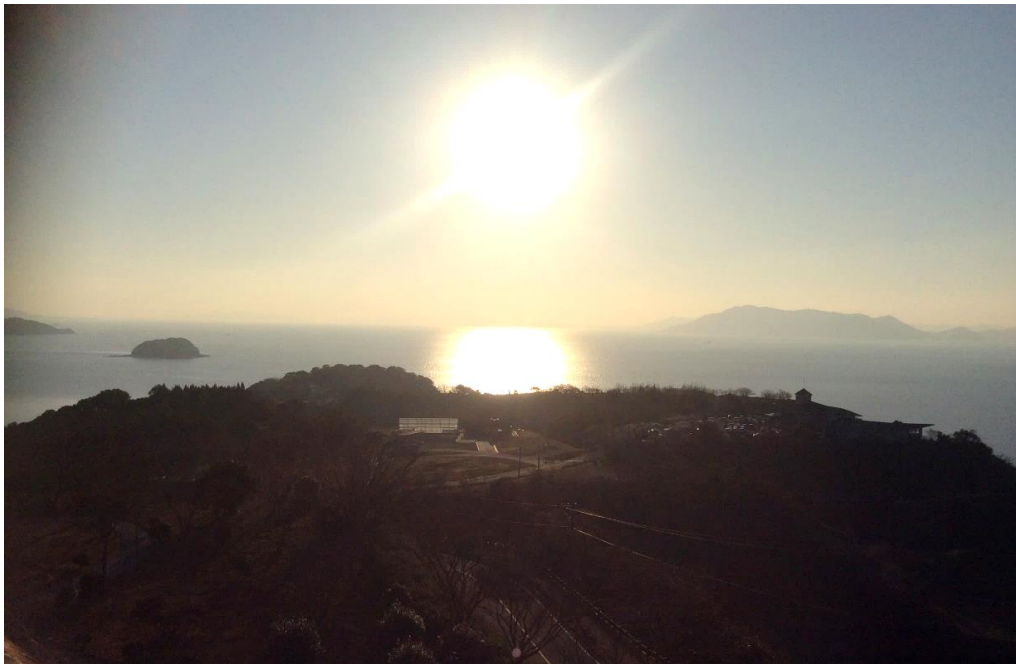
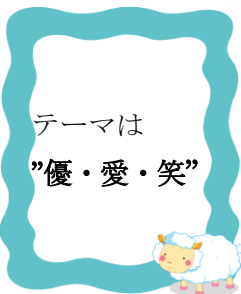


Photo 森

見る人によって、昇る朝日に見えたり、沈む夕日に見えたりする太陽。周りにある風景や影、そして太陽をみて感じる気持ちで悟るしかない。患者さんの色々な背景や患者さんへの温かい想いを持って寄り添っていける、そんな病院でありたい。

文・撮影 森 薬剤師



テーマは
”優・愛・笑”



イラスト作 森田めぐみ (作業療法士)

もくじ

- 新年理事長のご挨拶……………2
- 「スペシャル・インタビュー」……………3
- 連携室からのお知らせ……………4
- シリーズ高添 Dr のエコー検査 ……5
- 仕事ひと ……………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。

年頭のご挨拶



理事長 村井重愛

Photo 塚本

新年あけましておめでとうございませす

昨年は災害日本を象徴する様な一年でございませした

被災された方に心より お見舞い申し上げませす

今年はいよい年になる様祈つておりませす

温石病院も今年で創立三十五周年になります

皆様方のご指導を賜わり大過なく過ごしてまいりませした

今後とも宜しくご指導のほどお願い致しませす

開院以来理事長を務めておりませすが
医師が現場を離れませすと陸に上がった
河童同様で大変でございませす
これから頑張つていませす



スペシャル・インタビュー 藤本久夫 院長

今回は、満を持しての登場 藤本久夫（ふじもと ひさお）院長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！

プロフィール

昭和36年12月30日、父親の勤務地であった天草市牛深町に生まれる。二人兄弟の長男で、弟は当院整形外科（非常勤医）の藤本昭二です。昭和55年熊本高校、昭和62年熊本大学医学部を卒業し、当時の熊本大学第一内科に入局。熊本再春荘病院、国立がんセンター、山鹿市民医療センター等にて主に呼吸器疾患の診療に携わりました。大学病院勤務時代（平成6年から5年間）には、肺癌に関する基礎的研究もさせていただきました。八代敬仁病院に勤務の後、平成16年に当院に入職させていただきました。

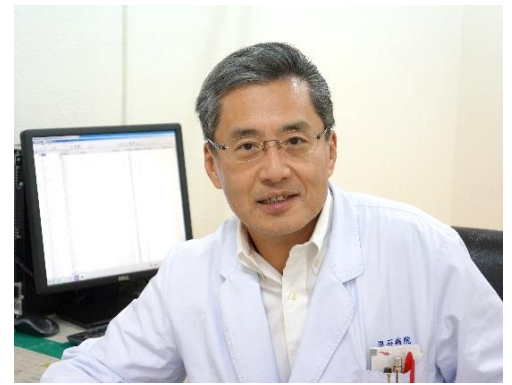


Photo 塚本

●Drになろうと思われたきっかけとかありますか？

★叔父の5人が医師だったこともあり、幼少の頃から医師という職業を身近に感じておりました。高熱で苦しんでいた時に、叔父から受けた往診のありがたさは今でも忘れられません。中学生の時から、へき地や無医村へ行って、患者さんとの医療面だけではない、生活面まで含めた腹を割ったお付き合いにより、心と心の触れ合う喜びを感じながら、豊かな自然の中でのんびりと暮らす町医者になることを夢見ておりました。この思いは私が医師を志す原点となりました。

●それでは、温石病院の印象をお尋ねします。

★赴任した際、病院を取り巻くすばらしい自然環境をみて、さらに、当院が無医地区を解消するために町の強い要望により誕生したことを知り、自分が求めている病院にやっとたどり着いた気がしました。10年以上経った今でもその気持ちに変わりはなく、ご縁に心より感謝しております。また、身体拘束をしないなど“患者さんの尊厳を大切に作る病院”の勤務医であることを誇りに思っております。

●先生の思われる「地域に根ざした病院」とは？

★地域の医療・介護・福祉のニーズを十二分にくみ取り、そのニーズにマッチした良質なサービス、患者さん本位の安心と満足のいくところ温まるサービスを一体的に提供することにより、“地域からの信頼の根”を深めていける病院・“地域居住(Aging in Place)”に貢献できる病院だと思います。

●ガラッと変わりますが、(笑) よければ今の楽しみとかお聞きしていいですか？

★家の中で飼っている2匹の猫を可愛がることです。2人の子供が家を出て、夫婦だけの生活となり4年近くになりますが、帰宅した際に私に抱きついてくる姿は、子供達が小さかった頃を懐かしく思い起こさせます。おんじゃく生まれの猫も早いもので、5歳になりました。 エ〜ッ あの猫ですか！(笑)

●最も好きな言葉はなんですか？

★“感謝”です。詩人須永博士の「すべてに感謝する つらいときも苦しいときも これが自分を大きくさせる試練と思えばこれほど強い心のささえはありません」の言葉は、困難にぶつかった際に、勇気を与えてくれます。放浪の詩人たくさんいいこと書かれていますよね 小国の美術館を訪ねたいです！

●好きなスポーツとかありますか？

★柔道（三段）です。主将を務めた大学4年生の時、医学部団体戦で九州大会、西日本大会、全国大会の3つの大会にて優勝することができたことが、大学生時代の一番の思い出になっております。今でも時々柔道をしたと思うことがありますが、怪我が心配で、OB会（飲み会）には参加しておりますが、柔道場へはなかなか足が向きません。 三段ですか！すごいですね！ おてやわらかに(笑)

●休日はどう過ごされますか？

★健康維持のためジョギングをしており、その後は、家内と近くの温泉へ出かけるようにしております。佐俣の湯にも何度か行った事があり、外来患者さんと一緒になったことがあります。(笑) **まさしく裸の付き合いですね！(笑)**



Photo 塚本

●最後に、今後の抱負とかありましたらお願いします。

★呼吸器疾患に対する専門的診療から、内科・老年病全般を診療するようになり、早いもので15年が経ちましたが、高齢者医療における全人的医療の大切さを日々実感しております。東京慈恵会医科大学の創設者である高木兼寛先生の言葉「病気を診ずして病人を診よ」を肝に銘じ、さらに、常に「病む人に学ぶ」という謙虚な姿勢で今後も日常診療を続けていきたいと思っております。

●貴重な時間を、ありがとうございました。今度、ぜひ居酒屋にでもご一緒させてください！(笑)

★こちらこそ、お忙しいところ、話を聞いていただき大変ありがとうございました。

●地域連携室 おしらせー 【今回の担当は藤川 MSW です】

平成 27 年 1 月より高額療養費制度が改正となりましたので、ご紹介いたします。

所得区分 (国民健康保険該当の方)	自己負担限度額	多数該当 (注)
① 年間所得 901 万円超	252,600 円 + (総医療費 - 842,000 × 1%)	140,100 円
② 年間所得 600 万円超 901 万円以下	167,400 円 + (総医療費 - 558,000 × 1%)	93,000 円
③ 年間所得 210 万円超 600 万円以下	80,100 円 + (総医療費 - 267,000 × 1%)	44,400 円
④ 年間所得 210 円以下	57,600 円	44,400 円
⑤ 住民税非課税の方	35,400 円	24,600 円

改正された項目は①、②、④の項目です。(③、⑤については従前のおりです)

今回は国民健康保険に加入されておられる方について紹介しております。健康保険組合等に加入されておられる方におかれましては現在加入されている健康保険組合へお問い合わせください。

(注)高額療養費を申請される月以前の直近 12 ヶ月の間に高額療養費の支給を受けた月が 3 か月以上ある場合は、4 か月目から「多数該当」という扱いとなり、自己負担限度額が右端の金額となります。

※なお、ご不明な点につきましては、地域連携室までお尋ねください。

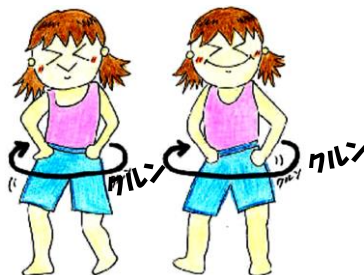
理学療法士 もっくん・ともちゃんの レッツうんどう! ④ 一家で手軽に続けてー

今回は「骨盤のゆがみを調整する体操」をご紹介します！骨盤のゆがみは、肩こり、腰痛、疲れ目など色々な症状につながります。簡単な体操で骨盤のゆがみを改善しましょう！

- 目を閉じて、片脚立ちが 10 秒以上できない (ぐらつかないで)。。。 **骨盤がゆがんでいるかも**
- イスに腰掛けて脚を組み、左右、両方で試し、どちらか一方が組みにくかったり、きつく感じる

1. 骨盤回し運動

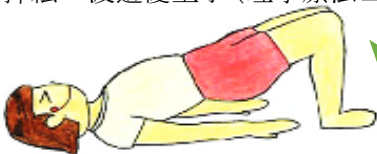
両足を肩幅に開き、(足先はまっすぐ手は腰に) 777-P を回すように腰をゆっくり水平に回す
左右各 30 回×2 セット



3. おしりあげ運動

あおむけに寝て、両手で身体を支えながら腰とおしりをあげる
おしりを 5 秒あげて下ろしてリラックス×10 回

挿絵 渡邊優里子 (理学療法士)



2. おしり歩き運動

膝をできる限りのばして座り、身体を大きくねじりながら左右の骨盤を交互に出す
10 歩前進・後退×3 セット



挿絵 山口亜希子 (理学療法士)

みなさん、深部静脈血栓症をご存知ですか？下肢の静脈に血栓（血液の塊）を生じる病気で、下肢の浮腫や時には痛みを生じます。重大な合併症として急性や慢性の肺血栓症があります。日本のこれまでにいった調査によると結果的に18%から25%程度の深部静脈血栓症の合併と言ってもよい肺血栓症を私たちは持つこととなります。私は心臓病を中心とした心血管病や血栓症を専門として診療をしてきた経歴がありますが、急性期病院にいた8年前当時ですら深部静脈血栓症や肺血栓症は知られているよりも多いと感じ、調査し学会にも発表をしてきました。そして3割近くの方が背景にはもともと血栓を生じる血液因子を持っているのには驚かされました。しかし今、血栓になりやすい血液因子がなくても、深部静脈血栓症は多いと感じています。背景の一つには脚を動かさないことがあります（もちろんそれだけではありませんが）。さて前置きが長くなりましたが当院では深部静脈血栓の診断に前回の号でお話をさせていただきました超音波を用いています。

図 1



図 2

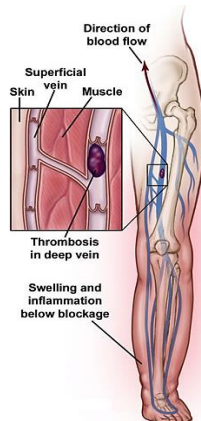
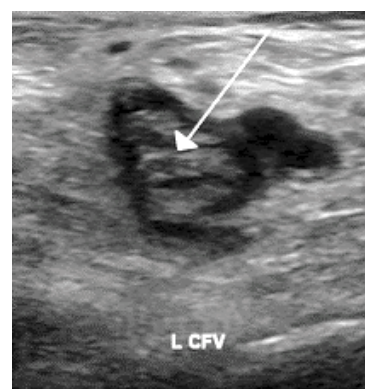


図 3



上記の図のように皮膚に色が付き腫れているのは典型的な深部静脈血栓症の所見です。図2のように足には大きな静脈があり、血栓症は足にできやすい特徴を持っています。図3は超音波で発見された血栓です。当院ではこのように超音波を駆使し血栓症診断を行ってきました。そして治療の方針をきめるのです。

(文責：高添啓二)

シリーズ 在宅 ③

私たち デイケア



看護師 3名、介護士 6名、理学療法士 4名(兼任)

笑顔とチームワークの“デイケア”です

Photo 塚本

スタッフ 13 名にて、「利用者様中心」を心がけ、日々携わっています。要支援 1～要介護 5 までの方、送迎範囲は片道 30 分以内を目安に、日曜日以外毎日受け入れ体制を取っています。いつも“笑顔”と“気くばり”で頑張っています。パワーリハマシーンも多種類、充実しており、理学療法士の指導のもと楽しくトレーニングをされています。お近くでお困りの方が居られたら、是非ご相談下さい。よろしくお願ひ致します。リハビリ・レクリエーション・誕生会・季節行事食、そして敬老会・運動会等楽しい行事が盛り沢山です。12 月は笑顔満載の「クリスマス会」を行いました。帰り際、「今日も楽しかった、又来るなあ～」と声掛けされると、“この仕事を選んでよかったな～”と、感謝、感謝の毎日です。

「今日もご利用ありがとうございます！」

ザ・仕事ひと

第4回は、本田和恵(臨床検査技師)の登場です!

当院に入職して10年近くになります。この10年の間に、検査室の仕事も日々変化してきました。検査機器も新しく入れ替わり、院内で一般的な血液検査はできるようになりました。外来患者さんの検査結果も診療時間内に報告することが出来ています。また、超音波(エコー)検査も、心臓、腹部、血管まで検査の幅が広がっています。

いつも、「早く、正確に!」をモットーに仕事に取り組んでいます。

患者さんの体の状態を検査し、出来るだけ早く、正確に、医師に伝えることで、診断や治療の手助けになればと思いがんばっています。痛みなどで苦しんでいる方の原因や、隠れた病気を持っている方の早期発見に役立てた時は、本当に良かったと思います。検査についての知識は日々新しいことが増え続けています。経験や知識を積み重ねることで、1人でも多くの患者さんのお役に立てればと考えながらの毎日です。



Photo 塚本

笑顔満開 仕事美と

プロフィール

出身地 玉名市
年齢 9.5生 おとめ座
好きな食物 チョコレート
好きな言葉 笑顔



検査あれこれ Q&A



健診編

Q1 健診前日は、夜9時以降に食事をしていけないの?

A 中性脂肪や血糖は、食事をするにより高くなるので、空腹時血糖や中性脂肪が正しく判断できなくなります。食事することにより、糖尿病の検査の一つである空腹時血糖と脂質の検査である中性脂肪が一時的に上昇してしまい、誤った判定となってしまいます。また、健診では前回の健診データと比較して判定しますので、毎回同じ条件で行う必要があります。コーヒー一杯でもNGです。水・お茶以外は注意して下さい。また、前日9時前であっても暴飲暴食はNGです。翌朝まで、影響が残ってしまうので、出来れば和食をお勧めします。



Q2 腹部エコーは、どうして空腹じゃないといけないの?

A 超音波(エコー)検査は、胃の中に食べ物が入っていると、胃が大きくなってしまい、その近くにある膵臓や肝臓の観察が不十分となり、病気を見逃す恐れがあるからです。また、胆のうは食事をするとき食べ物分解しようとして胆汁を出します。それによって胆のうが小さくなってしまい、胆のうの中の病気が見えません。飴玉1つでも影響があるので注意して下さい。

●感動！「認知症フォーラム」in 美里2014

11月29日（土）認知症フォーラム in 美里に参加しました！（約220名の聴衆）今回は温石のケアマネ（岩永、緒方、木戸口）と上田の4人で美里キラリ劇団の認知症啓発劇に参加しました。なごみの里、こもれび、社会福祉協議会、とち未来病院、温石の合同で吉本新喜劇も真っ青！な軽妙な演技で会場を盛り上げました。基調講演は詩人・児童文学作家藤川幸之助氏。認知症の母の看取り体験から『支える側が支えられるとき』と題し講演。自らの体験を基に詩の朗読を交えた話は、非常に感動的でたくさんの涙が零れ落ちました。いま、手元には1冊のサイン入り詩集が・・・



●感動のウェディング！

10月のとある日。入院中のお母さんに感動の対面が！ 難病で入院中のお母さんのもとへご長男がウェディングドレス姿の花嫁を伴って逢いに来られました。タキシード姿の長男さんから「かあちゃん・・・」と花束を渡され、号泣のお母さん！こちら思わずもらい泣きです！とっても素敵な光景を目の当たりにして、人のやさしさ、家族愛って・・・心洗われる素敵なひと時でした。



Photo 塚本

輪って楽しむたまご便



●くるみ保育室だより

12月25日 保育室にもサンタクロースが登場！

今年は「黒田サンタ」が最初、びっくりしていた、プレゼントを持って参加。ちびっ子もプレゼントを受け取ると、もうご機嫌 最後は仲良く記念撮影！



また来年！
待ってま～す（笑）



●1病棟 X'ms

12月25日1病棟でもクリスマス会が行われました。保育室のちびっ子も参加し、いろいろなお出し物で楽しくすごしました。



Photo 塚本

●快挙！九州・山口医師卓球大会 第3位！

11月23日 第29回九州・山口医師卓球大会において高添医師が、並み居る強豪ぞろいのなか、個人戦全年齢の部で第3位となりました。日々鍛錬を重ねられた“熱意”と“努力”の賜物だと思います。

おめでとうございます！

次は“優勝”報告

まっています！



Photo 塚本

●今年も恒例の餅つき！

12月26日年末恒例の「餅つき大会」が行われました。昔ながらの杵と臼を使って、最初はスタッフがいていたのですか、「もう我慢ならん」と数名の患者さん登場！ 今年も大盛り上がりの餅つきが出来ました！

残念ながら今年も口には入りませんが、病棟に飾られます。



Photo 野口



—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（ADLについて・自助具って知っていますか？）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。

●学会発表の巻(ちんちくりん?)

九州・山口薬学大会（長崎）に温石の薬剤師の3人が参加されました。森薬局長曰く、3人で同じ学会に参加、それも、森薬局長がシンポジスト、吉森、有水、薬剤師がポスター発表とそろって発表者で参加するのは初めてだそうです。とても嬉しそうに？話されていました。忙しい中頑張って発表され敬服するばかりです！「お疲れ様でした！」



森薬局長 写真は小さくてもビッグ？です！



愛情込めて『ちんちくりん?』
Photo 森

いつも、広報誌「おんじゃく」をご愛読いただきありがとうございます。今年も、「おんじゃく」を、より皆様の身近な広報誌となり得るように、内容を充実していきたいと思ひます。季節ごとの発行をめざし頑張っていきます。今年もどうぞよろしくお願い致します。 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

くまもと温石病院も昭和55年開院から、はや35年目に突入しました。思い起こせば数々の事を思い浮かべます。(私もふさふさで若かった(笑))病院の周りの桜の木も幼い木でした。今では立派に成長し、春には見事な花を咲かせ多くの人を楽しませてくれます。病院もまたこれから成長を続け、地域に欠かせない、頼られる病院になっていく。「夢にときめけおんじゃく魂よ！」 うえだ