



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28年1月発行

しんしゅん
新春色号

おんじゃく

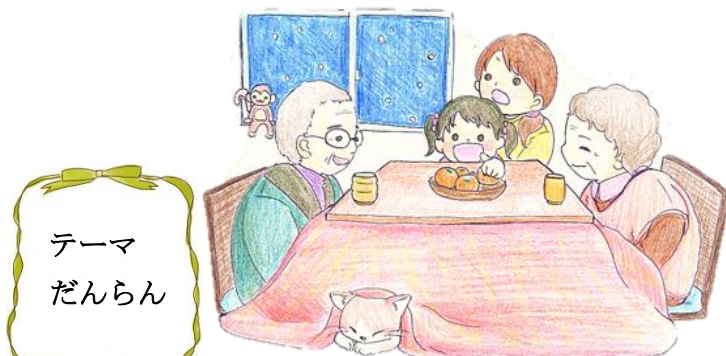
Vol 9



Photo 森

寒い季節につもった雪も太陽の光で少しずつ溶けていき、やがて花が咲く。
患者さんの不安で固まった心を溶かして、そして笑顔の花をさかせてあげられる光のような
そんな病院でありたい。

文 森 薬剤師



テーマ
だんらん

イラスト作 森田めぐみ（作業療法士）

もくじ

- 「新年の挨拶 村井副理事長」 ……2
- 新企画「ひと言リレー」 ……3
- 地域連携室 ……4
- シリーズ 在宅「コミュニティ」 ……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 心あたやかな
医療と福祉のサービスを提供いたします。

新年の挨拶

村井映 副理事長

新年あけましておめでとうございます。

2015年をふり返ると、様々な出来事がありました。

世界に目を向けると、シリアの内戦は混迷を極め、原理主義者によるテロの嵐はやまず、ヨーロッパは押し寄せる難民問題に苦慮し、アメリカは銃による犯罪が後を絶たず、中国の大気汚染は深刻化しています。さらに地球は温暖化が進み、もはや猶予がならない所まできています。

ヨーロッパでは社会から疎外された若者が過激派に取りこまれ、テロに怯えた社会はさらに保守化するという悪循環に陥っています。欧州統合と理想が現実の前に崩れ去る日が来るかも知れません。それでも手を取り合って力を合わせ、知恵を絞り、厳しい現実に対処しようとする多くの人々が頑張っています。

世界では様々な問題が渦巻く一方、我が国では安保関連法案に関して激しい議論とデモが起こりました。私は法案の是非はともかく、現実と本質から目を背けたような、感情的議論に終始してしまつたような印象を持ちました。私は、いざという時に立ち上がるのはそういう議論から遠く離れた所にいる人々、普通の生活を送る寡黙な人達なんじゃないだろうかという気がします。

2011年の大災害には多くの自助、共助の姿を目にしました。それができることが、危機的状況に陥つた際の日本人の強さの理由でもあると思います。議論は下手でも人のために立ち上がる事が出来る人々、そういう人々に我が国は支えられてきたし、これからもうそうだろうと思います。遂に言えば、危機的状況の時にこそ、我々一人一人の真価が問われているのかも知れません。

くまもと温石病院も、厳しい現実への対応がせまられています。現実を見つめ、自分の足で立ち、手を取り合って、知恵を絞り、困難に立ち向かっていきましよう。

今年もよろしく御願い致します。



Photo 塚本



新企画

ひまわり（1）



「医事課」

我々医事課は平成二十七年十二月十六日付けて、医事係・営繕係・在宅部門事務を統合してできた新しい課です。医事課では、医療・介護保険請求、外来受付業務、施設・設備・車両管理、送迎等々多岐にわたって病院業務を行っています。患者様、患者様のご家族、地域住民の皆様が安心してご利用いただける様に、医事課の老若男女が頑張りますので、よろしくお願い致します。



いつも笑顔で仕事しています！

「歯科」

「自分のお口で最後まで食べたい」と願うのは、人として誰でも思うことです。『一生・おいしく・楽しく安全な食生活を送る』為に歯科治療・口腔ケア・口腔機能向上を通して地域住民の皆様や入院患者様のお口の「ケア」と「ケア」を実践してお口の健康維持・回復を支援していきたいと思っております。歯科室をよろしく願います。



しっかりサポートします。

Photo 塚本

「1病棟」

1病棟（介護療養型医療施設）は、疾病や障害を抱えた要介護1～5の方が、病状管理やリハビリ等を行い、自宅や施設などでの生活が出来る様に支援する病棟です。誕生会や季節行事で楽しく寄り添うケアで生活意欲を向上し、一人でも多くの方を自宅や介護施設へと、実を結ぶ支援をめざし、今年もスタッフ一同努めています。



さいきと仕事しています！



作 山下栄子

「薬局」

新年あけましておめでとうございます。今年も薬局一丸となって、患者さんのために一生懸命頑張っています。お薬の事でお困りのことはありませんか？お薬に限らず、気になることがあるときなど、お気軽にお声かけください。

やさしく笑顔も大切な薬です！



Photo 塚本

「栄養科」
 栄養科は季節の行事食を取り入れ
 患者様においしく喜ばれる食事をは
 じめ、病態や嚥下状態に合わせた食
 事づくりを心がけています。
 日頃からバランスの良い健康的な食生
 活を維持することが大切です。
 「健康長寿を目指す」がモットーです。
 これからも栄養科をどうぞ宜しくお
 願いします。



Photo 塚本



「くるみ保育室」
 元氣いっぱいくるみ保育室です。
 泣いたり笑ったり、毎日賑やかに活動し
 ています。「敬老会」、「病棟運動会」、
 「クリスマス会」等の行事に参加して日々
 成長している子供達です。
 みなさん。お顔が見えたら声を掛け
 て下さいね！



Photo 塚本

【 地域連携室 】

今回も難病医療費助成制度の対象疾患の拡大に伴う「助成の内容等」について紹介いたします。

- ・ 指定難病の医療費の自己負担割合が 3 割から 2 割に引き下げられます。
 ※1 割負担の患者さんの負担割合は変わりません。
- ・ 指定難病の特性に配慮して外来・入院の区別を設定せず、世帯の所得に応じた医療費の自己負担上
 限額（月額）を設定。
- ・ 自己負担上限額は、受診した複数の医療機関等の自己負担をすべて合算した上で適用されます。

階層区分	区分の基準 (市町村民税)	自己負担上限額（月額）		
		一般	高額難病治療継続者※1	人工呼吸器等装着者※2
生活保護世帯	—	0 円	0 円	0 円
低所得Ⅰ	非課税世帯（世帯） 本人収入：～80 万円	2500 円	2500 円	1000 円
低所得Ⅱ	非課税世帯（世帯） 本人収入：80 万円超	5000 円	5000 円	
一般所得Ⅰ	課税以上 7.1 万円未満	10000 円	5000 円	
一般所得Ⅱ	7.1 万円～25.1 万円未満	20000 円	10000 円	
上位所得	25.1 万円以上	30000 円	20000 円	

※1→月ごとの指定難病の医療費総額が 5 万円を超える月が年間 6 回以上ある場合です。

※2→人工呼吸器等を装着している方の場合は所得に関係なく一律 1000 円となります。

新年を迎え、気分も新たに基本にもどり、今回は『呼吸法』をご紹介します。

鼻とお腹でゆったり深〜く呼吸することが今回のポイントです。

- 深くゆっくりした呼吸…副交感神経（リラックス時にはたらく）が働きホルモンの分泌や免疫の働きがスムーズになります。
- 浅い呼吸…交感神経（緊張時にはたらく）が働きストレスがたまりやすくなり酸素不足で内臓の機能が低下することもあります。

① 仰向けに寝転ぶ

② ゆっくりと口から息を吐く。
体の中の空気をすべて外に出すつもりで、時間をかけて吐こう。この時、お腹が徐々に引っ込むように気をつける。

ゆっくり
口から息を吐く

「吸って吐く」
ではなく
「吐いて吸う」

鼻から深く
息を吸う

下腹の動きを
意識する



- ③ 鼻から深く息を吸う。舌を上顎につけるようにすると良い。この時、下腹が膨らむように気をつける。
- ④ 再び口から息を吐く。吸った時間よりも1.5倍から2倍かけるつもりで長く、ゆっくりと。

※横になる事が出来ない場合は、椅子に腰かけておこなってもいいです。おへその下に両手をあてて下腹の動きを意識する。

挿絵 山口亜希子（理学療法士）

シリーズ 在宅

私たち「コミュニティハウス
おんじゃく」です！



まごころで お世話します！



Photo 塚本

『コミュニティハウスおんじゃく』（住宅型有料老人ホーム）はデイサービスを併設しており、デイサービスや他の介護サービスを利用しながら生活して頂く、高齢者向けの居住施設です。

温石病院の横の坂道を上り、木々に囲まれた静かな場所です。玄関の扉を開け木のフローアーもさることながら自然の木立が出迎えます。どこか“ほっと”するぬくもりを感じさせられる居場所になると思います。

個々の生活に合った援助をし、安心した生活が出来る様に、24時間スタッフが見守りをさせて頂いています。静かな環境の中、ここで暮らしてみませんか？また、在宅で生活されて居られる方の一時的な宿泊（ショートステイ）の対応も致します。随時、見学も受け付けております。お気軽にお越しください。お電話お待ちしております。

Tel (0964-48-7005)



新卒で、まだ社会を知らないまま入職し12年目になります。当時、私を指導して下さったのは、私の親と同じ年代の方々でした。親のように優しく時に厳しく、仕事の事はもちろんのこと、社会人としても色々な事を教えて下さいました。温石病院を永年支えて来られた先輩方の指導の下、一生懸命に仕事をしている内に、あっという間に勤続10年が経っていました。今はその先輩方が支えてこられた病院を自分が支えられるよう日々頑張っています。私の所属する総務課は、患者様と直接の関わりは少ないですが、病院全体そして職員を精一杯サポートする事で、しいては患者様の為になっている部署だと思います。私は主に職員の給与や税務に関する業務、その他にも職員に関わる様々な業務を担当しています。総務課は、それぞれの業務を各自が受け持っているため一人一人に責任はありますが、それをやりがいに病院の縁の下での力持ちとなるよう、日々の業務に取り組んでいます。

患者様に関わることが少ない部署ですが、患者様への声掛けは常に心がけ、顔を覚えてもらっている患者様に声をかけてもらうととても励みになります。これからも声掛けはもちろんのこと、職員が働きやすいようにサポートをすることで患者様の役に立っていると信じて、頑張っていきたいと思っています。



Photo 塚本

アイドルな仕事美と

プロフィール

出身地・・・熊本市南区富合町

好きな食べ物・・・水炊き

好きな花・・・ガーベラ

好きな色・・・オレンジ色

行ってみたい国・・・イタリア

ヨーロッパ旅行に行くのが夢です♡



●総務の仕事！



総務の善し悪しが、病院の「要（かなめ）」になると思います。

総務は、病院全体の活動を合理性と合意性を追求しながら、より効率的かつ発展的に進める大切な役割を担っているのです。決して「何でも屋」ではありません。

●年末 恒例のもちつき！

12月22日 恒例の「餅つき」が行われました。今年是小春日和の天気の中、約60名の参加が見られ、大きな掛け声とともに、大いに盛り上がった餅つきでした。最初はスタッフが餅をつくのを見て、歓声が上がっていたが、徐々に前のめりとなり、ひとり、またひとり、最後のほうは、並んで待つ程、我も我もと杵を持ち、「よいしょっ！よいしょっ！」の掛け声で、最高の笑顔と共につきあがりました。

餅をまるめるのは女性陣、上手にまるめられ、鏡餅、丸餅にと出来上がり。食べられないのがとっても残念そうでした。



輪って楽しむたまご便



●大雪！ 一面の銀世界！！

1月24日未明より降りだした雪が降り続き、数十年ぶりの？記録的な大雪となりました。私の記憶の中では積雪量と低温が一番ではないかと思います。氷点下8℃？想像を絶する寒さです。多くの道路で積雪と凍結がみられ大混乱でした。でも一面の銀世界はとっても綺麗で、わくわく感いっぱいのも素敵な世界でした。

(大変だった方々ごめんなさい)



Photo ueda

Photo non

●七草粥



1月7日の朝、5節句のひとつ「人日の節句」に食べられている七草粥。正月の御馳走で弱った胃腸を労わる、行事食だそうです。せり、なずな、ごぎょう、はこべら、ほとけのざ、すずな、すずしろ、指折り数えて七種類。古くから伝わる先人の知恵。我が家はおせちの残りの蒲鉾も仲間入りします。

●くるみ保育室だより

今年もサンタがやってきました！手造りのツリーを飾り終えた頃、サンタさん登場！最初はちょっとびっくりしていた子供達も、プレゼントをもらい大はしゃぎ！楽しいクリスマス会になりました。「ありがとう！黒田サンタさん。」サンタを信じているのはいつまでかなあ？

“ピュア”な“こころ”でいつまでも想っていて下さいね！



Photo 塚本



—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（住民税について・CKDとくすり・ジェネリック医薬品について）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。

おんじゃく以外の様々な施設・職種の方々の参加をお待ちしています。

●帰ったら手洗いしましょう！

インフルエンザの予防にはみんなの「かからない」「うつさない」という気持ちがとても大切です！手洗いでインフルエンザを予防して、かかったら、マスク等咳エチケットも忘れないでください！



厚生労働省インフルエンザ啓発ツール

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

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

1月より外来診療体制の変更をしております。午後の診療は急患・健診を除き休止します。

〒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

2016年は申年。年賀はがきの切手部分の絵柄は猿の親子がお湯につかっている様子です。12年前の絵柄は猿一匹の絵柄だったそうで、その下の絵も風呂桶が1個から2個に、12年の月日をさりげなく表している年賀状です。年の初め、なんかいい感じですね。今回の広報誌、やっと9号目となります。まずは12号をめざし、次は12年後？よろしくお願いします。 うえだ