





# 「平成28年 熊本地震」での 各部署の対応

表参道  
**吉田病院**  
Yoshida hospital  
NEWS

## 医事課 熊本地震の行動と医事課としての対応 医事課 課長 福原 修一

平成28年4月14日21時26分 前震が発生し、私は、自宅に居て、玄関にあった置物等が倒れガラスが散乱した。それを片付けて、ただちに車で病院へ向かった。早くも近隣の方が避難して来られていた。その方々に対応しつつ、医事課の部門の様子を見ましたが、3年以内に来院されている外来カルテの棚や医事コンピューターにはその時点では異常は見られなかった。しかし、それ以前の外来カルテや退院された方の入院カルテを保管している保管庫は棚が倒れ、カルテが散乱していました。15日の外来診療は通常どおり行なわれる中、私は、カルテ保管庫の整理等を手伝える職員で行った。

まだ、余震が予想されるので、事務部の職員3人で3日間を交代で当直をする事に決め、翌土曜日、私が週休で休みの為、15日の夜に当直に入りました。警備の当直の方が1人いますので、私は、避難して来られる方の対応を中心に行なうことになりました。

4月16日の1時25分に本震が発生して、予想以上の激震に、何からどうすればいいのか一瞬固まりました。停電が起き、非常警報が鳴ったので、1階に行き警備の職員と一緒に警報を止め、私は、ガス等の設備のある厨房や食堂を点検に行きました。火災などの発生は無く、停電はすぐ復旧できました。

1階の医事課のカルテ棚も本震では倒れ、医事コンピューター等にも、棚が

倒れ掛かっていました。カルテも散乱して、医事コンも使用できません。

避難の方や患者様も来院されるので、分かる範囲でカルテを出し、探せないカルテは新たに作成して、診療をしてもらうなどの対応を行いました。後日、計算できる状態になってから精算できる様にしました。次の日に棚が倒れ掛かっている医事コンをよく見ると、奇跡的に医事コン本体には影響していないよう見えたので、棚の下に潜り込み、復旧動作をすると使用出来る様になりました。カルテは散乱したままなので、連結しているカルテ棚を分解して、カルテをダンボール箱に詰めて数週間はその状態で診療を行いました。

その間、厚生労働省や熊本県等から災害時の診療の対応についての通達や、FAX等が次々に送られて来ました。「熊本地震で住家の全半壊、全半焼又はこれに準ずる被災をした旨を申し出られた方については、一部負担金を頂かないで全額保険請求して下さい」等の通達でした。それ以後は、最初は頂いていた負担金も申し出があった場合は、返金して国や県の方針に沿った対応を行いました。

これからは、医事課としては、カルテ棚を補強して倒れない様にして、色々な状況を想定して、万が一の災害に対処できる様な準備をしておく事が必要だと思いました。

## 栄養科 震災の中で見た真の誠実さ

栄養科 科長 山脇 淑美

今回の熊本地震で被害を受けられた皆様に心よりお見舞い申し上げます。

今まで研修会等で、幾度となく病院管理栄養士の、大規模災害体験談を聞き、「大変なのだろうな」と思いつつ、他人事のようにしていました。今回まさか自分の身に起こるとは夢にも思はずにいました。

4月14日の前震では幸いにも、調理室は特に被害もなく、翌日も通常通りの業務、献立で患者様に病院食を提供することが出来ました。ところが、本震後、事態は一変しました。

水道、電気は通るもの、エレベーターは運転中止になり、ガスは使用できず、普段食材を仕入れている業者さんからも、「流通がストップしているため、食材を提供することができません」と連絡があり、行政に支援物資を依頼しても「熊本県全体が物資提供の余裕はありませんので、約束はできません、当面自分たちで乗り切ってください」との返事。非常事態で、どこも初めての体験に余裕などあるはずもなく、当然と言えばそうなのですが、呆然としたのを覚えています。

本震後の朝食のみ、1回だけ非常食(α米という水を加えるだけで、御飯が出来上がる)を提供しました。エレベーターはストップしていますので、職員のみなさんの協力により人海戦術で、3階から7階にいらっしゃる皆様に提供しました。(もちろん、ドクターも。)その後の食材の調達や、カセットコンロなど必要

備品類は、ハウディさん、子飼商店街の方々、事務長はじめ職員の皆様が東奔西走してくださり、なんとか3度の食事を提供する事が出来ました。

(品数や、量は通常よりも少なかったのですが……)

主食(御飯やお粥)は、ガスが来なかつたので、地域の方々や職員に家庭用電気ジャーをお借りして、10台ほどで毎食炊きました。この紙面をお借りして、お礼を申し上げます。本当にありがとうございました。

副食(おかず)は、家庭用のカセットコンロを10台近く購入して、ありつけのカセットコンロを使用して作りました。入院患者様や、ご家族の方からは、「こんな時に温かいご飯や、おかずが食べられるなんて、夢にも思いませんでした、汁物がこんなに嬉しい美味しいなんて、ありがとう」という言葉を沢山いただき、心が折れてしまいそうな我々を奮い立たせてくれました。

今回の震災はこれまでの業務の中で、間違いなく1番苦しく辛かったのですが、休みを返上して頑張ってくれたベテラン調理師を筆頭に栄養科スタッフ、皆様のご協力により、何とか乗り切ることが出来たように思います。この経験は必ず今後の業務にプラスになると信じています。今回の震災の中に「真の誠実」を見ることが出来ました。

## 施設課 平成28年 熊本地震を経験して

施設管理課 課長 橋本 修一

今回の熊本地震を経験し、改めて災害の怖さを痛感しました。

最初の地震については、特に異常は見られませんでしたが、4月16日の本震についてはこれまでとはまったく違った揺れであり、本当に恐怖を感じました。

私としては、すぐに服を着替え病院に駆けつけましたが、まずは器材及び建物の異常の有無の点検を実施しなければと思い、早急に見回り点検、器材点検、業者連絡等を実施しました。

配膳エレベーターのワイヤー切れ、スプリンクラーの異常、外壁クラック、内壁クラック、市水停止、都市ガス停止、ボイラー、酸素ボンベ等色々ありました。唯一助かったのは、ライフラインである電気・地下水プラントに異常が無く、病院内の給水、入浴、トイレ、近隣住民及び近隣病院への給水支援等が出来た事は本当に幸運でありよかったです。

熊本にお住まいの方は、私も含め大半の方が熊本では大きな災害はないと言ったのではないでしょうか、実際に災害が起きた時に冷静な判断行動がとれない、また訓練を実施していても本番では対処出来ないなど、実際に身近に起きたら冷静な行動がとれないと痛感しました。

現在、世界各地で異常気象や災害が発生している中、日本全域で何時災害が発生するか分かりません。私たち一人一人が人事ではなく自覚を持って災害防止に努めなければなりません、またそれなりの情報・知識を身に付け日頃の訓練等に真剣に取り組み、少しでも災害発生時に自分自身の身を守り、他の人々を救助できるぐらいの物心両面の備えと心構えが必要ではないかと思います。

最後になりましたが、今回被災された方々の早急の復興を心よりお祈り申しあげます。

**看護部****～熊本地震その時病棟では～**

一般病棟 師長 藤本 真智子

4月14日午後9時26分、M6.5の地震発生、「震度5以上は職場に集合」という病院災害対策で病院へ駆けつけた。1、2階は近隣住民の方の避難場所となっていた。また、病棟では各階の夜勤者と準夜帯で帰る予定のスタッフが協力し、駆けつけた師長やスタッフ共に患者さんの安否確認とナースコール対応に追われた。幸いにして入院患者さんに負傷者はなかった。初めての体験で、不安なまま夜が明けたが、診療は通常体制で行う事が出来た。「もう大丈夫かな?」と不安ながらも頭の中は「これ以上の地震は来ないだろう」と誰もが思い散乱した部屋を片付けその日の業務を終え帰宅した。

4月16日午前1時25分M7.3、2回目の地震発生。夜勤看護師達は机につかり動くことが出来なかつた。棚が倒れ書類が散乱しナースステーション内は足の踏み場もない状態となり停電した。ステーション内のモニター類も消えた。揺れが治まり床に散乱されたものを乗り越え、最初に人工呼吸器患者の病室へ駆けつけ、生存を確認した。呼吸器は自家発電に切り替わり作動していることを確認。次の余震に備えて呼吸器を安定した床に設置した。その後懐中電灯で照らしながら、当直医と共に部屋を回った。部屋は全てのドアが閉まり、開けても余震のたびにドアが閉まる状態だった。点滴スタンドは倒れていたが、患者さんたちはパニックを起こすことなく落ち着かれていた。夜勤者と患者さんにケガが無かった。

本震後、20分程で電気が回復、勤務外の看護師が次々到着し周囲の片づけ、断水に備え水を浴槽に準備するなどした。1、2階のフロアは避難してきた近隣住民の方でいっぱいだった。夜が明けるとともに被害状況も見えてきた。耐震構造の当院でも、院内の壁の亀裂や、5階階段踊り場のコンクリート壁の崩落など

地震のすごさを強く感じた。いったん集まったスタッフも家族や自宅が被災している者がほとんどだった為、交替で帰宅させた。休み中の職員も「人員確保は出来ていますか」と心配し進んで勤務を申し出くれる者もあり、病棟業務を遂行できた。しかし、熊本の被害は想像を絶するもので、TVのニュースで熊本地震の被害状況や余震情報が絶え間なく報道されていた。県内の病院が倒壊し患者の受け入れ要請をしているニュースが飛び込んだ。その後、基幹病院や近隣病院の損壊などで、入院受け入れ要請の電話が殺到していた。更に、避難所、かかりつけの患者さんからも問い合わせが殺到していた。一般、療養、介護病棟の空ベッドで対応していたがすぐに満床となった。緊急会議が執り行われ、病院の方針として一般病棟ホールを解放し、定数より10名までの受け入れが決定した。一般病棟ホールの机、椅子を片付け、床に清潔シートを引きベットマットを引きシーツでカーテンを作り仮設の病室が完成した。避難所から緊急入院する方、被災した自宅へ帰れない方、機関病院から転院してこられた方など、受け入れていった。勤務体制を、夜間は、日勤者の1人が21時まで延長することとし患者の安全確保に努めた。また、大きな余震が続くため、事務の男性職員、師長達の当直が行われた。定員より多い為、通常業より過酷な業務であったスタッフ一丸となって大変な時期を乗り越えることが出来た。5月に入る頃には通常業務に戻ることが出来た。

今回の地震を体験し、看護師はいかなる状況にあっても患者の安全を第一に考え行動できる優しさと、たくましさを兼ね備えていることを改めて実感しました。特に地震におびえながらも少ない人数で業務を全うした夜勤を支える看護師さん達への感謝を込めて感謝します。

**総務課****震災後の対応とライフライン確保**

総務課主任 斎藤 健一

今回の震災対応で、総務課は主に病院内の環境整備とライフラインの確保をメインに活動しました。

前震後の15日は、ライフラインについては通常通り使用できましたが、上層階の各部屋では棚がほとんど倒れてしまい、扉のガラスが割れ、図書やカルテ・書類等が散乱したりしていたので、清掃を行いました。また、不通となったネットワーク回線の復旧もを行い、通常業務が実施できるまで環境整備を行いました。

ところがご承知の通り、その後の本震で水道とガスが使用できなくなるなどライフラインに大きな被害が出たため、翌日の16日はその確保を最優先に対応しました。

幸いにも、病院には災害対策ライフラインの設備が備わっており、地下水で水を確保することができました。ところが、吉田病院から離れている関連施設の高齢者住宅なでしこガーデン上熊本と坪井の地域密着型高齢者支援センター

こ・こ(Co・Co)では、水道が使えない状況が続き、生活用水を確保するため、震災後の数日間は、吉田病院より毎日車両で水の運搬を行いました。

また、震災直後は既定計画通り地域住民の方への避難所として開放され、多くの方々が避難されました。その後、18日の朝には避難所としての開放を終了し、通常通りの診療が行えるよう、片付け・清掃等を行いました。

その他にも院内に掲示されている絵画等の掲示物の撤去、食料や飲料水等の備蓄品の搬入、外来診察に関するお問い合わせなどの電話対応、病院への宿直など、相次ぐ余震に備えた対応も実施しました。

慣れない作業に戸惑いながらも、励まし合い、不十分ながらも表面上は、日常を取り戻せた様に感じております。

余震も少なくなり一段落の気分ですが、今後も患者様、職員の皆様にに対して総務課が出来る事を常に考えながら、日々行動したいと思っています。

**外来担当医師予定表****受付時間**

平 日／午前…8:30～12:00(診療は9:00からとなります)  
午後…13:00～17:00(診療は13:30からとなります)  
土曜日／午前…8:30～12:00(診療は9:00からとなります)

休診日／日曜・祝祭日

※SAS…睡眠時無呼吸外来／田中・安藤・吉田院長

安藤Drの  
診療について

安藤Drの診療は予約制となりますので  
電話等でのご予約をお願い致します。

医師名	月	火	水	木	金	土
院長	午前	●			●	●
安藤	午前	●	●	●	●	
田中	午前		●	●		
吉田元	午前				●	
小島	午前			●	●	
吉田俊	午前	●			●	●
代謝内科						第2週 福田・他 第4週 板井

お問い合わせ先：TEL.096-343-6161 FAX.096-343-7626

●H28年4月1日より

NADESHIKO INFORMATION

# なでしこ広場

「表参道 吉田病院」や「介護老人保健施設 なでしこ」の様々な情報をお届けします。

## 第19回 糖尿病教室



### 「低血糖をおこさない」治療へ

第19回健康教室「糖尿病を学ぼう」を平成28年7月2日(土)に開催しました。

まず、院長より高齢者糖尿病患者を対象とした血糖コントロールの目標値について話がありました。今年発表されたもので、患者の特徴や健康状態、薬物療法の有無、特に認知機能や日常生活動作(ADL)レベルの評価に基づいてHbA1c目標値が策定され、個別に設定することが特徴です。高齢者糖尿病では重症低血糖を来たしやすいという問題点も存在しており、従来の「血糖値を下げる」という治療から「低血糖をおこさない」治療へ移行しているとのことでした。

次に、薬剤師より「お薬手帳と低血糖」について話がありました。お薬手帳には処方された薬剤名や飲用量・回数などが記載されて、処方された薬に追加や変更があったり、他の病院で薬をもらうときにも同じ薬が重なっていないかを知ることができます。安心して服薬するためにもお薬手帳を利用したいものです。また、糖尿病薬の副作用で注意しなければならないのは低血糖で、低血糖を起こした際の対処法はブドウ糖の投与が一番となります。動悸や冷汗等の低血糖症状を知っておき、いつでもブドウ糖を使えるよう用意しておきましょう。

次に、看護師より糖尿病とフットケアについて話がありました。高血糖が続くと神経症が進み、足の感覚が鈍くなったりケガなどに気付かず放置してしまったり、抵抗力が低下して感染症が進んだりします。足は、手などに比べて目にふれる機会が少ないとから糖尿病の患者さんには特に足のケアが必要となるので、足を清潔に保ち、変形やケガが無いかどうかを毎日チェックしましょう。

最後に、管理栄養士より夏に備えての注意点について話がありました。糖尿病の方は慢性的に血糖値が高い為、それを薄めようと血管の外側から水分を取り込み、血管内の水分量が増加します。血管中に増えた水分を排泄するため尿がたくさん出て脱水の危険性が高くなります。そこで、塩分や水分の摂取が大切となります。塩分は食事からの摂取を心がけ、水分はこまめに摂取することが大切です。ビールやコーヒーは利尿作用があるので熱中症対策としてはふさわしくなく、スポーツドリンクや清涼飲料水にも多量の糖分が入っているので、水やお茶などを選ぶようにして下さい。

最後に、夏バテ予防におすすめの食材(豚肉、玉ねぎ、トマト)を使用した3品を試食していただきました。これらの食材を摂取し、暑い夏を乗り切りたいものです。

今年度も定期的に健康教室を開催していくので、たくさんの方の参加をお待ちしております。

第19回健康教室「糖尿病を学ぼう」を平成28年7月2日(土)に開催しました。



第19回

「健康教室」

### 夏バテ予防におすすめのレシピをご紹介!

豚肉、玉ねぎ、トマトを使用した3品のレシピをご紹介します。

- 豚肉／ビタミンB1が豊富で、疲労回復に役立つ。
- 玉ねぎ／ビタミンB1の吸収を助ける。
- トマト／抗酸化作用があり免疫力を高める。



#### 豚肉の卸し焼き (180kcal)

- 材料**
- 豚もも肉…70g
  - 玉ねぎ…30g
  - 酒…5cc
  - みりん…5cc
  - 濃い口しょうゆ…10cc
  - サラダ油…2cc

#### 作り方

- 1 玉ねぎはすりおろすか、調味料を加えてミキサーにかける
- 2 豚肉に1を加えて漬け込む(30分程度)
- 3 サラダ油で焼く

#### ミニトマトのおひたし (15kcal)

- 材料**
- ミニトマト…50g
  - かつおだし…50cc
  - みりん…5cc
  - 淡口醤油…5cc

#### 作り方

- 1 かつおだし、みりん、薄口しょうゆを合わせて、火にかける
- 2 熱いうちにミニトマトを加え、1晩味を馴染ませる。



(病院・竹原)

## なでしこ秋祭り開催のお知らせ



本年は、平成28年熊本地震のため、時期をずらして開催する事となりました。  
多くの皆様のお越しをお待ちしています。

ぜひお越し  
ください!

日 に ち 平成28年10月15日(土)

時 間 16:30~19:30

場 所 病院駐車場及び1F待合ロビー

TEL 096-343-6161

なでしこ秋祭り実行委員長:佐藤



昨年も盛り上がりました!



## 介護保険で何が利用できるの? 【短期入所療養介護(ショートステイ)について】

居宅介護支援事業所  
**武田 リナ**



今回は介護保険のサービスの  
「短期入所療養介護(ショートステイ)」について説明致します。

### 短期入所療養介護(ショートステイ)とは?

介護老人保健施設や病院・診療所等が実施。  
医学的な管理のもとでの介護や機能訓練、その他必要な医療並びに日常生活の世話が受けられます。



#### 自己負担の目安(併設型・多床室の場合)

介護予防短期入所療養介護(従来型)	◎要支援1…608円 ◎要支援2…762円
短期入所療養介護	◎要介護1…823円 ◎要介護2…871円 ◎要介護3…932円 ◎要介護4…983円 ◎要介護5…1036円

※1 食費・滞在費については、別途に自己負担があります。

※2 次の場合は別に料金がかかることがあります。  
◎送迎が必要と認められた利用者を自宅から施設まで送迎する場合  
◎利用者の状態を考慮して管理栄養士・栄養士をつけた場合  
◎利用者の状態を考慮して療養食を提供した場合  
◎個別又は集中的にリハビリテーションをつけた場合  
◎やむをえない理由により、緊急に短期入所を利用した場合

※3 短期入所サービスの利用日数  
継続利用は30日まで。継続して30日を超えない場合であっても、要介護などの有効期間(1年もしくは2年程度)の概ね半分を超えないことが目安となります。

興味があられたり、何か疑問に思われる事がございましたら、  
居宅支援事業所なでしこまで、ご連絡ください。

**tel 096-343-7458**

第38回

## 健康講演会レポート



楽しく運動して脳を刺激!



脳トレで  
認知機能アップ!!

### 年を取るのも怖くない! 頭と体で認知症対策を

平成28年6月25日(土)第38回健康講演会を開催致しました。今回より、H28年度認知症シリーズと称し、当院診療部長の小島彰夫先生より「認知症について」との題目で、認知症の特徴や治療方法、最新の話題について講演させて頂きました。

初めに、物忘れには良性健忘と悪性健忘があり、「忘れた」ということを自覚できるかどうかがカギとなることをお話ししました。加齢による物忘れで一部だけ忘れているが後で思い出すことがあることを良性健忘。認知症による物忘れで体験そのものを思い出せない、特に最近のことを忘れてしまうことを悪性健忘といいます。

現在、日本には450万人くらいの認知症の患者がいて2025年には700万人を超えると予測されています。認知症には遺伝的な要因があるのは確かなことですが、遺伝が関係することはごくわずかで殆どは加齢で起こることです。また、認知症には治る認知症もあり、正常圧水頭症、硬膜下血腫、甲状腺機能障害の場合はそれぞれ治療を行うことで認知症が治るとのお話でした。

認知症対策として「生活習慣病の改善」「認知予防食に変更」「運動で脳を刺激」「脳トレで知識機能アップ」「早めに薬で治療」以上5つのキーワードを中心にお話ししました。まず、「生活習慣病の改善」これは例えば糖尿病になるとインスリンの量が増え、高血糖によって脳の血管がダメージを受け脳血管障害による認知症を引き起こす可能性があるそうです。次の「認知症予防食に変更」とは、バランスの良い食事を心掛け魚介&野菜を中心とすることが大切とのことです。主食のごはんやパンに関しては取りすぎは禁物、飲み物に関してはお酒は赤ワインを適量、緑茶を一日5

杯以上飲むといいそうです。また「運動で脳を刺激」とは1回30分の運動を週3~4回、楽しんで行うと良いそうです。さらに、「脳トレで認知機能のアップ」とは体を動かしながら脳を使うというような二つのことを同時にすると効果があるそうです。例えばウォーキングしながら人と会話する、入浴しながら歌うこと等上げられました。小島先生より「自分で考えることが大事。こたつでボートと情報を受け取るだけではダメですよ」と話された時は皆さん身に覚えがあるのか会場から笑い声が聞こえました。最後の「早めに薬で治療」とは、アルツハイマー型認知症は根本的に治す治療法はありません。しかし、認知症の進行を少しでも遅くする薬物療法があるので出来るだけ早く薬で治療を行うことが大切だとお話しされました。さらに今回の講演でも前回に引き続き、当院の理学療法士、作業療法士による脳の体操とコグニティブを行いました。

脳の体操では、スクリーンを使い縦文字と横文字の中間に共通する一文字を当てはめたり、野菜の名前を探しましようと題し、カタカナでばらばらにした文字をスクリーンに映し出しその中に含まれる野菜の名前を考えて頂きました。一つのお題に2つの野菜の名前があったり、答えに関係ない文字も含まれておりましたが会場の皆さんは苦戦しながらも見事正解していました。他にもスクリーンを利用した様々な脳の体操を行いました。

次に認知(コグニション)と運動(エクササイズ)が融合したコグニティブを行いました。5~6人のグループを作り、足踏みをしながら皆で1から30まで数を数え、3の倍数や4の倍数の時に手を叩きました。1から30まで数える時は皆さんスムーズに手を叩かれていましたが、30から徐々に数字を減らしていく時は、私を含め困惑され手を叩くタイミングを逃される方もいらっしゃいました。しかし、繰り返し行うにつれて皆さんとても上達されていました。今回の脳の体操やコグニティブも前回に引き続き、試行錯誤しながらも楽しんで行っていただけたのではないかと思います。

開催当日は雨にも関わらず、26名の方にご参加頂き誠にありがとうございました。次回も認知症をテーマにした講演と脳と体を使った体操を行いたいと考えております。次回も多くのご参加をお待ちしております。

(病院・内田)

# 介護の知恵袋

## 訪問介護ってなに?

住み慣れたご自宅で安心して生活して頂けるようヘルパー(訪問介護員)がお宅を訪問し家事や介護の援助を行うサービスです。

### 訪問介護を利用できる方は?

介護保険から訪問介護を受ける為には、要介護認定を受ける必要があります。  
要支援1、要支援2、要介護1~5までの認定を受けた方が対象となります。



ヘルパーがお宅に訪問して介護の援助を行います♪

### サービス内容は?

訪問介護サービスには、2つのサービス内容があり、ひとつは「身体介護」もうひとつは「生活援助・支援」です。

#### 身体介護



身体介護とは、事業所のホームヘルパーが家庭を訪問して、日常生活上のお世話をするサービスです。  
(排泄介助、入浴介助、更衣介助、外出介助、食事介助など)

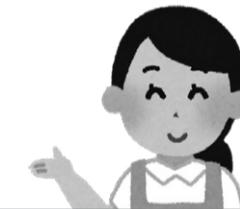
#### 生活援助



生活援助とは、掃除、洗濯、調理などの日常生活における援助・支援のことです。

## ヘルパーができる事・できない事

希望するサービスをケアマネージャーさんに相談し、制度を利用してしましょう。保険制度により訪問してくるヘルパーは、当然家政婦さんとは違います。従って、ヘルパーとして「できること」と「できないこと」があります。



ヘルパーさんが

### できる事

ヘルパーさんが

### できない事

パウチに溜まった排泄物の処理

肌に接着したパウチの取り替え

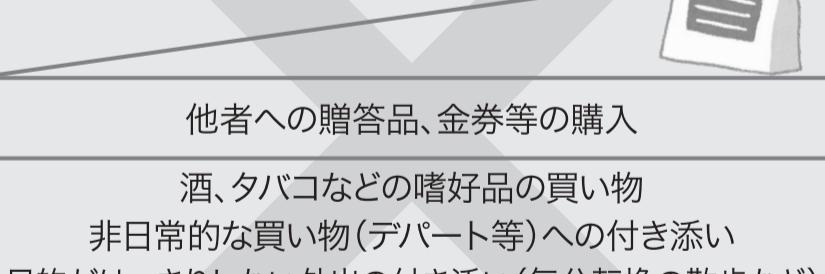
一回分が取り分けてある内服薬の介助

一回分の薬の取り分けや処方された薬の仕分け

服薬を見守る

口を開けてもらって薬を飲ませる

受診の手続き代行、病院での支払い薬を受け取りに行く  
本人の代わりに医師に説明し、説明を受ける



本人の分の日常的な買い物の代行

他者への贈答品、金券等の購入



買い物などの日常的な外出の付き添い

酒、タバコなどの嗜好品の買い物  
非日常的な買い物(デパート等)への付き添い  
目的がはっきりしない外出の付き添い(気分転換の散歩など)

利用者分の日常的な調理

利用者以外の分の調理

本人が過ごす場所の掃除

本人が使わない部屋、ベランダ等室外の掃除

介護技術や介護に関する相談

茶飲み話だけが目的の話相手  
金銭や物の授受、利用者の入院先への見舞い

※要介護度に応じた限度枠の範囲内で、身体介護・生活援助を選択したり組み合わせたりしてご利用いただけます。

(なでしこ 時田)

## デイケアトピックス

## ★なでしこ大運動会★



優勝は金曜日チーム!  
みなさんお疲れ様です!



じゃんけん  
ポンッ!!

6月1日～4日に「なでしこ大運動会」が開催されました!各曜日に分かれ、玉入れとジャンケン兜取りで点数を競い合いました。皆さんの顔は真剣そのもので、ドキドキハラハラな戦いを見ることが出来ました。とてもかっこ良かったです。職員も体を張って競技に参加しました!

そして、勝利を手にしたのは金曜日チームでした!優勝チームには賞状を、上位の方にはメダルを、参加された皆さんには可愛いティッシュケースをプレゼント☆笑顔の絶えない運動会となりました。



職員も奮闘しました!!

(なでしこ・北里)

## こ・こ(Co-Co)トピックス

## 七夕会 ★★

7月7日、デイサービスこ・こでは七夕会を開催いたしました。当日まで、1週間かけ笹に折り紙で飾り付けし、短冊に願い事を書き、つるしておきました。

会が始まり、乙姫に扮した職員と彦星に扮した利用者の方が登場し、七夕のいわれを劇で紹介いたしました。その後、利用者の方や職員が書いた短冊を紹介いたしました。「美人になりたい」「20歳に戻って恋愛したい」などのお願いごとが書かれており、笑い声が巻き起こりました。

この日は家族会も開催しており、見学に来てくださっていたご家族も楽しまれておりました。

皆さん七夕に  
何を願いましたか?(^^)



健康で  
ありますように

美人に  
なりたい

(こ・こ・金子)

## なでしこガーデン上熊本

## 料理教室を開催!

当住宅1階にあるクッキングスタジオで開催した料理教室をご紹介します!今回の料理教室の講師(ボランティア)である平木由香利先生のご指導により、「田舎風 あんこ入り甘酒まんじゅう」を参加したご入居者様と一緒に作りました。

参加した方々は、「昔作った事があるよ!」という方もおり、料理教室が始まると、参加者全員、興味津々でした!

平木先生のご指導がテキパキしており、ワイワイ楽しく作ることができました!出来上がりの後は、楽しみの食事会を行い、会話も弾み、楽しくいただきました!『楽しかった』、『昔作っていたので懐かしかった』、『次回も参加したい』などの感想を聞く事もできました!

楽しかった  
ばい~!!

次回も  
参加したか~!



(なでしこガーデン上熊本・高村)

# なでしこ ワクワク その⑤3調査隊 ちょうさたい



## 鮨 浪花

「表参道 吉田病院・なでしこ」の周辺には、楽しいスポットがたくさん!  
今回は子飼商店街にある「鮨 浪花」さんをご紹介します。



店主の  
小寺 哲雄さん



松前鮨・このしろ・巻き寿司



職人が作る  
本物の鮨を  
ご賞味ください!!



◎営業時間 / 10:00~夕方まで  
◎TEL / 096-344-0179  
◎定休日 / 日曜日  
◎住所 / 熊本市中央区西子飼町10-28

今回なでしこ調査隊は、子飼商店街にある「鮨 浪花」さんへお邪魔しました。ご主人と奥様のお2人で店を切り盛りされています。

まずはお店の名前。熊本のなぜ「浪花」?と思われる方もいらっしゃるのでは。実は京都生まれの先代が関西で修行を始め、職人として各地を廻り、縁あって熊本の地に赴かれ「上通り」「坪井」を経て昭和45年に「子飼商店街」に店を開かれたそうです。というわけで、やはり浪花で修行した事が店名の由来ではないかと思われます。子飼商店街にお店を出して48年という歴史があったのです。2代目になって25年という事ですが、「子飼」を本店として、現在は「下通り」にも支店を出されています。

ご夫婦は夕方には子飼店を閉め、「下通り店」へ移動して店舗を掛け持ち、まさに二足のわらじで日々頑張っていらっしゃいます。下通り店は他のスタッフと共に午前2時まで営業という事ですから、本当にハードな毎日を送られています。

50年近く同じ場所にお店を出していると、当然常連のお客さんの年齢も高齢化してきます。以前は元気にお店に歩いて買いに来られた人が、自分では行けないからとヘルパーさんに依頼されたり、介護者に介助していただきながら来られる方もいらっしゃるそうです。また、当時子供だった人が自分の子供を連れて買いに来られたりということもあるそうです。みなさん浪花の鮨の味を忘れられないで、ふつとした瞬間「あっ、食べたい」と思い足が、心が向いてしまうんでしょうね。

今回の熊本地震の折、ライフラインが復旧しても、店舗には影響があり、なかなか営業再開ができない飲食店はたくさんありました。そんな状況下、「寿司が食べたい!」と思われた方はたくさんいらっしゃったのではないでしょうか?私も熱烈なその1人でしたから。やはり日本人にとって鮨(寿司)は特別なものですよね、今回痛感しました。

ここで「浪花」さんの売れ筋3品をご紹介したいと思います。

1位 松前鮨 2位 このしろ 3位 巾き寿司 です。

売れ筋どおりご主人も酢ものをお勧めされています。この3品おいしく試食させていただきました。正直なところ、最近の回る寿司ブームで、私も本格的な鮨職人さんの作る鮨を食べるのは、かなり久しぶりでした。手軽に買えるスーパーの巻き寿司でもそれなりの満足感を得ていた気でいました。しかし、本物は「全然違う!うまい!」シャリの味は酸味を抑えたほんのり甘味のある味、口の中でとろけるような卵焼き、そこにアクセントをつける干びょう、巻かれた海苔本来の香りと味、すべてが混然一体となって胃袋に落ちていきました。

「このしろ」は関東でいう「こはだ」です。ひかり物の中で、恥かしながら、私はおそらく初めて?の経験ですが、これまた酢のめ具あいが程よく淡白で癖がない魚だと好きになりました。なぜ江戸前鮨で「こはだ」がひかり物の基本として話の端にのぼるのか、わかったような気がします。今は私「このしろ」のファンです。

松前鮨はご存知のとおり鮒がメであります。鮒鮨は私の大好物でよく食べるので、肉厚な鮒はあぶらかのって、それが寿司飯と合わざりなんとも結構な御味!ともあれ「鮨職人が作る鮨とはこういうものなんだ」という当たり前の事を再認識した次第です。「生意気にわかったようなことを」と言われそうですね、すみません。

価格はリーズナブルで決してスーパーで回るお寿司と大差ないお値打ち価格、みなさんは非職人さんが握る本物の「鮨」をご賞味下さい。9月3日は恒例の“100円笑店街”です。浪花さんでは毎回、「ミニカップちらし寿司」を提供されているそうです。行列ができる事は必至ですが、ミニカップと共にお店のお勧め品も一度口にしてみては如何でしょうか。

今回お忙しい中取材に応じていただきました「浪花」さん、本当にありがとうございました。

調査隊  
ちょうさたい  
次回取材先は?

さて、ここはどこでしょう?皆さん解りますか?  
わくわく調査隊の次回取材先は一体??



(病院・古木)

## スマイルクラブ デイサービスこ・このムードメーカーを紹介!

スマイルクラブとは、なでしこ・デイサービスこ・こでイキイキと活動されているご利用者の紹介コーナーです。



今回は、デイサービスこ・こを利用者  
**『小野洋一様』**を紹介いたします。

デイサービスこ・こにお越しの利用者の方で「小野洋一様」を紹介いたします。小野さんは本年5月よりデイサービスこ・この利用を始められました。明るくお話しが上手で、少ない男性利用者の中でムードメーカーとして欠かせない方です。

●小野さんにお聞きします。

Q 多趣味とお聞きしていますが、どのような趣味をお持ちですか。

A 「ちよんかけごま」や「カラオケ」「短歌」などです。  
特にカラオケは好きで「なみだの操」や「さざんかの宿」が得意です。



Q デイサービスこ・こでの暮らしはいかがでしょうか。

A 機能訓練をがんばっています。ひざの痛みがあるのですが、「自宅周辺の散歩ができるようになる」と目標を立てデイサービスでの訓練や自宅での自主訓練を行っています。午前中訓練・入浴と忙しくすぎ、また大勢で食べるお昼ご飯は大変おいしいです。レクレーションも熱中して参加します。利用者の方は明るく楽しい方ばかりで冗談を言ったりして参加するたび元気になります。

●奥様にお聞きします。

Q 小野さんがデイサービスこ・こを利用しての感想はいかがですか。

A もう、慣れたようです。こ・こでの暮らしについて、家でも話してくれます。楽しく外出し笑顔で帰宅してくれる所以家族としてもうれしく思っています。

(こ・こ・金子)

## 編集室

次号(55号)の発行は2016年11月を予定しております。お楽しみに!

当新聞の校正、編集におきまして個人情報の保護に注意を払いながら作成しております。構成上、写真等を掲載する場合がございます。特定の個人を識別できる情報や写真の掲載に関しましては、あらかじめ本人様又はご家族等の同意を頂いております。尚、新聞記事又は個人情報に関するご意見・ご感想がございましたら下記の連絡先までお問い合わせください。