

なでしこ新聞 Nadeshiko NEWS PAPER

NADESHIKO NEWS PAPER

はじめに

2019年末に新型コロナウイルス感染症が報告されてから早2年が経とうかとしています。11月末日で新型「コロナウイルスワクチン第2回目の接種がほぼ完了し、インフルエンザのワクチン接種を行っていますが、これから新型「コロナウイルスワクチン第3回目の接種が始まろうかとしています。これまでの日常生活をとり戻すためには、新型コロナウイルス感染症に対する内服薬の登場が待たれていた」とあります。

ようやく飽き?!の緊急事態宣言やまん延防止措置から離れられるかもつて、思い始められるようになつてきました。種々の院内感染予防対策を行つてきた我々医療者だけでなく、眞面目にソーシャルディスタンスを守つてきた方々にどうつては、間違いなく大変な期間だったと思います。

2016年の熊本地震と、この「コロナ禍はこれまで経験したことがない大災害だったわけですが、我々はこれからも未経験の非常事態に遭遇し、乗り越えていかねばならないと感じています。そのためには、できる限りの備えをし、これまでの経験をもとに想像力を最大限に働かせなければなりません。

医療法人も企業の一つであり、企業として継続的に社会の一員であり続けなければなりませんが、社会の目標の一つとして、昨今「SDGs（エス・ディー・ジーズ）」が提唱されております。じ存じでない方のために、説明しますと、2000年国連のサミットで「SDGs（エス・ディー・ジーズ／ミレニアム開発目標）」が採択され、8つのゴールを掲げていましたが、この内容は先進国が決めており、途上国から反発もあり、2015年に達成期限を迎えました。2015年の月の国連のサミットでは、MDGsに代わる新たな世界の目標として、2015年から2030年までの長期的な開発の指針とした、「持続可能な開発のための2030アジェンダ」が採択され、この文書の中核を成す持続可能な開発目標を「SDGs：Sustainable Development Goals」と呼んでいます。

2015年に新たに策定されたのSDGsは、世界のリーダーによつて決められた、国際社会共通の目標であり、誰ひとり取り残さないことを目指し、先進国と途上国が一丸となつて達成すべき目標で構成されているのが特徴となつてゐ、「17の目標」と¹⁹のターゲット（具

今後の目標

働きがいも経済成長もを達成目標の一つとして目指していきたいと思っております。まず、安
全な職場として持続的に提供するための第一
歩として、職員の働きがいを促進するために
賃金改定に取り組み始めています。そのため
には、医療法人の経済成長も達成しなければ
なりません。その経済成長を達成するた
めには、□ボットやAーなどの先進技術を活
用すべきだと考えます。

ひとつの医療法人も企業の一つであり、企業として継続的に社会の一員であり続けなければ、目標達成することはかないませんが、医療法人として、當利だけを追求して行うべきではありません。患者さんの健康と安全の上に幸運を願い、そして職員とその家族の健康と安全と幸せを願い、地域医療へ貢献していくことを強く心に刻んで精進していくことを思っていますので、これからも皆さんとのご協力を頂きたく思います。

SDGsについて



理事長就任

A portrait photograph of Dr. Li Jun, a middle-aged man with dark hair, wearing a white shirt and a blue striped tie.

理事長 兼 院長
吉田 元樹 よしだもとき
略歴

碩台小学校、白川中学校、熊本高校、福岡大学医学部卒、1993年熊本大学第一内科入局、熊本市医師会病院、熊本市民病院、上天草総合病院、済生会熊本病院、熊本労災病院、国立がん研究センター東病院、国立がん研究センター中央病院、熊本地域医療センター医師会病院消化器内科医長、大阪医科大学附属病院化学療法センター副センター長を経て、2014年4月～表参道吉田病院副院長、2018年4月～同院長、2021年8月～同理事長 兼 院長

専門分野

学位
「切除不能・進行再発大腸がんにおける、耐用性の低い症例に対する一次化学療法としてのフッ化ピリミジン系薬剤と抗VEGFR抗体療法」のテーマにて医学博士取得

専門医等
日本内科学会認定内科医、日本消化器内視鏡学会専門医&指導医、日本消化管学会 胃腸科専門医、堺城大学医学部臨床教授

SDGs「17の目標」

- 目標1 貧困をなくそう**
 - 目標2 飢餓をゼロに**
 - 目標3 すべての人に健康と福祉を**
 - 目標4 質の高い教育をみんなに**
 - 目標5 ジェンダー平等を実現しよう**
 - 目標6 安全な水とトイレを世界中に**
 - 目標7 エネルギーをみんなにそしてクリーンに**
 - 目標8 働きがいも経済成長も**
 - 目標9 産業と技術革新の基盤をつくろう**
 - 目標10 人や国の不平等をなくそう**
 - 目標11 住み続けられるまちづくりを**
 - 目標12 つくる責任つかう責任**
 - 目標13 気候変動に具体的な対策を**
 - 目標14 海の豊かさを守ろう**
 - 目標15 陸の豊かさを守ろう**
 - 目標16 平和と公正をすべての人に**
 - 目標17 パートナーシップで目標を達成しよう**

コロナ禍で運動不足になつていませんか?

リハビリテーション科 山本 将弥

新型コロナウイルスによってこれまでの生活が大きく変化しました。自粛を行うことで外出機会が減り、これまで行っていたウォーキングやジム通いを辞めたといった方も多いと思います。身体活動が減少すると筋力低下や持久力の低下はもちろん、生活習慣病の発症や悪化を招いたり、認知機能の低下・うつ病の発症に繋がるリスクもあります。そこで今回は、「自宅で行える、ちょっときつい」運動を紹介したいと思います。

自宅で行える運動紹介

1 プランク



負荷が強い場合は両膝を着いた姿勢で

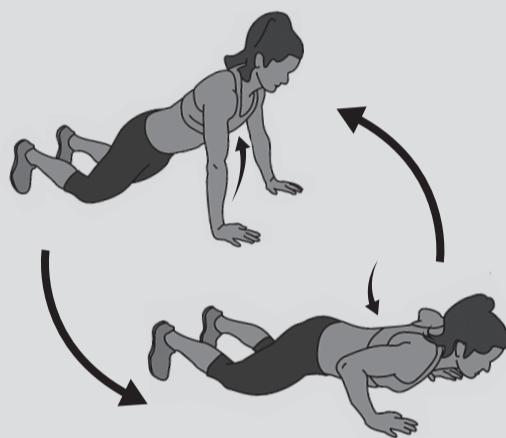
20秒キープ

10秒休憩

3セット

前腕と肘・足のつま先を地面につき、その姿勢をキープします。負荷が強い場合は両膝を着いた姿勢で挑戦してみましょう。20秒間姿勢をキープし10秒間休憩を3セット行います。

2 膝着き腕立て伏せ



10回

2セット

両膝を床について腕立て伏せをします。両手は肩幅より少し広い位置につきましょう。10回を2セット行います。

3 ランジ

大きく一步出して
一歩で戻る

左右交互に

5回ずつ

立った姿勢から片脚を大きく一步踏み出し腰を落とします。戻る時も一步で戻りましょう。背中は真っ直ぐ伸ばし、前かがみにならないよう気を付けます。負荷が強い場合や、バランスが不安定な場合は何かに掴まりながら行いましょう。左右交互に5回ずつ行います。

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・吉田仁

外来診察について

外来診療は全て予約制になっております。
前日までの予約をお願いします。
尚、体調不良での来院の方は、
状況に応じて対応致しますので、
ご遠慮なくお声掛け下さい。

水曜日午後の消化器内科の診察について

予約制となっておりますので
お電話での予約をお願い致します。

お問い合わせ先：TEL.096-343-6161

	時間	月	火	水	木	金	土
呼吸器内科 睡眠時無呼吸症候群 禁煙外来	午前	安藤	安藤 田中	安藤 田中		安藤	
	午後	田中			坂上 (第1・3週)	田中	
代謝内科	午前	吉田仁			吉田仁		吉田仁
							岡川(第2週) 板井(第4週)
消化器内科	午前	吉田元			吉田元	山之内	
	午後						
循環器内科	午前		吉田俊			吉田俊	吉田俊
	午後			吉田俊			
内科	午前						
	午後		小島		小島		

FAX.096-343-7626

●2021年6月7日より

表参道吉田病院の理念

思いやりの心と
良質で安全な医療と職場を提供し
選ばれる病院をめざします。

基本方針

- 患者さまの人格と権利を尊重し、患者さま中心の医療を提供します。
- 職員はここと技術の研鑽をつみ、良質で安全、安心な医療の提供に努めます。
- 地域において、高齢者に質の高い医療とケアを展開し、他の医療機関、介護福祉施設との連携を図ります。
- 予防医学から治療まで包括的な医療を提供します。
- 健全な病院運営をめざします。

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。

～職員の趣味紹介コーナー！～

■ 船津潤 (総務課)

写真が趣味と言えるほど、知識も技術もないのですが、撮ること自体は好きで、コロナ禍に見舞われるまでは、暇を見つけては被写体を探して小旅行やドライブをしていたものでした。旅の感動は心に残すもので、写真是その補完でしかないとは思いますが、その時々に抱いた感動を最大限留めておきたいという思いは写真好きに共通のものですよね。

そんな私のこだわりは、できるだけ手軽に、でも少しだけ本格的に楽しめたらという(きちんとしたカメラ愛好家からすると怒られそうな...)スタンスで撮影することです。カメラ本体は、光学ファインダーであり、またレンズ交換ができるから、技術がなくてもそれなりの写真が撮れる一眼レフカメラを使用しています。ごくごく一般的な初心者向けの一眼レフカメラなのですが、レンズは標準仕様のズームレンズに加えて、手軽さと本格派を兼ね備えた単焦点レンズを数種類購入しています。単焦点レンズは、面倒なところもありますが、ズームがない分比較的安価ですし、望遠でないからこそ自分自身で考え動いて被写体との距離を図る必要のあるアナログ的なところや、明るい写真を容易に撮れるところが気に入っています。その中でも手軽さ重視で25mmの広角単焦点レンズを愛用しています。これは広角もマクロもこなせる優れもので、ルックスもパンケーキレンズと言われるほどにスリムなので、装着すると、いかつい一眼レフカメラもミラーレスカメラのようにコンパクトで可愛いらしくなるので気に入っています。

コロナ禍が小康状態で、観光地も賑わいを見せつつあります。しかしながら、まだまだ気軽に撮影にいけるような状況ではありません。早く皆で安全に気軽に撮影会ができるような日々に戻ることを願うばかりです。

単焦点レンズで
撮影しました!



入賞
しました!

■ 嶋崎千紗 (介護病棟)

こんにちは、介護病棟の嶋崎です。

私は多趣味でいろんなことに挑戦してきました。カラオケ、アニメ(コスプレやアニメのダンスマ)、御朱印集め、ドライブ、園芸など。それらたくさんの趣味の中でも、今いちばんハマっているのは「写真」。使用機材はNikonのD5500という一眼レフカメラで、まだ始めて2年ほどです。

きっかけは、幼少期に祖父が空港に連れて行ってくれたこと。大好きになった飛行機を、自分でも毎日のようにスマートフォンで撮影したり、さらに、友人が私のポートレートを撮ってくれるようになって、本格的にカメラにハマりました。皆様お察しの通り、私は主に飛行機の写真を撮影しています。熊本空港は阿蘇の俵山の風力発電や夕陽とのショットが撮れたりします。デートスポットでもありますね!嬉しいことに、昨年の熊本空港のフォトコンテストで入賞できました。キャラクターや芸能人がプリントされた特別塗装の機体や、天草エアラインの「みぞか号」というイルカの飛行機が飛んでいて、撮っていても魅力的で楽しくなります。

そのほか花も好きなので、育てたり、見に行ったり、さらに写真も撮ります。種から上手く育った花を写真におさめられたときは嬉しくなりました。ちなみに、景色や人物、夜間の撮影は苦手なので目下勉強中です。友人と撮りに行くと設定や構図を教えてもらえ、勉強になります。夜間の景色だと、天の川がお気に入りですが、カメラの設定が難しくてまだ使いこなせていません。レンズも色々な種類のものが欲しくなりました。早くコロナが収束して、ゆっくりいい写真が撮れるようになったらいいなあ~。

最後に、コロナ禍で人が多い場所など行きにくい日々が続きますが、出来る範囲で趣味の活動を行い、体調に気を付けて楽しくお過ごしください。最後まで読んでいただき、ありがとうございました。



今回も職員たちの素敵な趣味を紹介させていただきました。
皆さんも何か趣味をお持ちの方はぜひお話を聞かせてください!



介護保険で何が利用できるの?

訪問看護

居宅介護支援事業所 なでしこ

武田 リナ



今回は介護保険サービスの訪問看護について説明します。

訪問看護

訪問看護とは、医学的な管理が必要な要介護者等が、安心して在宅での療養生活が送れるように、訪問看護ステーションや病院・診療所の看護師などが家庭を訪問して、主治医と連携を取りながら病状観察や服薬の管理、床ずれの手当などの療養上の世話をを行うほか、疾患を抱えた本人やその家族の心のケアなどの医学的な専門技術を要す支援を行います。



病状観察

服薬の管理

床ずれの手当

疾患を抱えた患者の心のケア

患者の家族の心のケア

サービス費用

● 介護予防訪問看護(自己負担額1回につき)

	訪問看護ステーション	病院・診療所
20分未満 (早朝や夜間・深夜のみ)	302円	255円
30分未満	450円	381円
30分以上1時間未満	792円	552円
1時間以上1時間30分未満	1,087円	812円

● 訪問看護(自己負担額1回につき)

	訪問看護ステーション	病院・診療所
20分未満 (早朝や夜間・深夜のみ)	313円	265円
30分未満	470円	398円
30分以上1時間未満	821円	573円
1時間以上1時間30分未満	1,125円	842円

※次の場合は別に料金がかかることがあります。

1.特別な管理が必要な人が、夜間に計画外の訪問看護を受けた場合 2.サービス利用者が亡くなる前、24時間以内にターミナルケアを行った場合
※2割負担の方・3割負担の方は上記利用料の2倍・3倍となります。

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、
居宅介護支援事業所 なでしこまで、ご連絡ください。

tel 096-343-7458

お気軽に
ご相談ください!

vol.22

部署紹介

各部署で活躍するスタッフや日々の業務をご紹介いたします!

なでしこガーデン上熊本

当住宅は平成27年にサービス付き高齢者向け住宅として開設。ご入居者の安心した暮らしを支える為、看護・介護職員等による安否確認や健康チェック、生活相談サービスを提供し、居室の広さや設備、バリアフリー構造といったハード面の条件を備えております。現在、入浴や排泄・食事等の介護や日常生活のお世話、機能訓練及び療養のお世話等を行い、可能な限り自立した日常生活を営むことができるよう24時間体制で支援する事が可能となる特定施設入居者生活介護の指定も受けております(要支援・要介護認定が必要)。また、同法人の表参道吉田病院や介護グループとも連携し、ご入居者の生活をバックアップする事にも繋がっております。なお、各職員は専門職としての自覚を持ち、申し送り時のご入居者の情報共有や定期的な勉強会等へも参加し、資質向上にも努めております。



表参道吉田病院や
介護グループと連携して
ご入居者をバックアップ

資質向上のため
定期的な勉強会に参加



(なでしこガーデン上熊本・高村淳司)



「医療法人起生会スタッフブログ」開設のお知らせ

当法人の雰囲気を感じて頂ければ幸いです!

URL <https://yoshida-h.net/blog/>



QRコード

介護の知恵袋

高齢者に増えている「てんかん」



「てんかん」という言葉は、子どもの病気と思われがちですが、実はそうではありません。最近では超高齢化社会に伴い、歳を重ねてから初めて「てんかん」を発症する人が増えてきています。

そこで今回は「大人のてんかん」についてご紹介いたします。

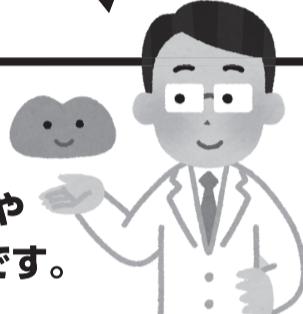
介護老人保健施設
なでしこ

NADESHIKO
NEWS

「てんかん」は
脳の病気です。

そもそも「てんかん」って何でしょう？

大脑皮質の神経細胞の多くに、いっせいにスイッチが入ってしまい、情報のやりとりや体を動かす命令のバランスがとれなくなり、様々な症状を引き起こしてしまう病気です。



高齢者のてんかんの原因は何でしょう？

脳梗塞や脳出血などの脳卒中(脳血管障害)で血管が詰まつたり破れたりすることで、脳の電気回路に障害が起こるためだと考えられています。

アルツハイマー型認知症やレビー小体型認知症など脳の神経に変性が起こる病気、或いは頭のけがや脳腫瘍などの病気でも、てんかん発作が起こる場合があります。

高齢者の発作のほとんどが「焦点発作」

てんかん発作は「全般発作」と「焦点発作」の2つのタイプに分けられます。

てんかんの症状として多くの人がイメージする「全身けいれん」は「全般発作」の代表的な症状です。しかし、高齢者のてんかんでは、「焦点発作」の方が多いことが知られています。

「焦点発作」の症状は？

脳の特定の領域で興奮が起り、その脳の部位に応じた「小さな発作」が現れます。

例えば、運動をつかさどる部位で興奮が起ると急に「口をモゴモゴ、手をモゾモゾ」のような症状が現れます。また、感覚や意識をつかさどる部位では、「1点を見つめてボーッとしている」「問い合わせても返答がない」などの症状が現れます。いずれも、てんかん発作による症状とは思わないため気づきにくいのです。

更に、「何をしていたか覚えていない」などの認知症の記憶障害と誤解されることもあります。てんかんの場合は、発作が起った時だけの一時的な記憶消失なので見分けることができます。しかし、てんかんと認知症が合併するケースもありますので要チェックです。

あなたは
大丈夫？

焦点発作 チェックシート

- 興奮すると急に口をモゴモゴ、手をモゾモゾのような症状が現れる
- 1点を見つめてボーッとしている時がある
- 問いかけても気づかないときがある
- 何をしていたか覚えていない時がある

専門医の
診断を！

てんかんが疑われる場合は、専門医を受診して下さい。

問診や脳波検査・画像検査などでてんかん発作につながる脳の領域などを調べます。

治療法は抗てんかん薬による薬物療法が基本です。発作タイプに合った薬を服用し続けることで9割の人は改善します。専門医とよく相談されることをお勧めします。

八所トピックス

敬老のお祝い

入 所では9月に敬老のお祝いとして敬老会を行いました。昨年と同様、新型コロナウイルス感染防止の為日々的には行えず、米寿・卒寿・白寿の方に賞状をお渡ししお祝いさせて頂くのみの質素なものとなりました。

お祝いをすると普段表情に乏しい方が笑顔になって下さったり、以前教師をされていた方が上手にスピーチをして下さったり、「まだまだ長生きせんね」と言って下さったり、皆さんの反応にもその人らしさが出ていて良いお祝いが出来たと思います。皆さんこれからもお元気で過ごして下さいね。



祝
敬老の日
おめでとう
ございます



これからも元気に
お過ごしください!

(なでしこ・木通)

こ・こ(Co-Co)トピックス

かき氷パーティー



これからも一緒に
楽しんでいきましょうね!



グ ループホームこ・こでは夏を終える前に、かき氷パーティーを開催しました。メロンやイチゴ等お好きな味を選んで頂き、盛り付けも一緒に行なながら、ちょっぴり豪勢にしました。皆様久しぶりのお味に満面の笑顔で完食されましたよ。

今後もたこ焼きパーティーやクリスマス会等、年末年始までイベントを盛りだくさんにお予定しております。「これからも一緒に楽しんでいきましょう!」



フルーツ・あずき・白玉を
お好みでトッピング



(こ・こ・甲斐野)

なでしこガーデン上熊本

買い物リハビリ

デ イサービスかみくまは地域密着型の機能訓練に特化した半日型のデイサービスです。サービスの一つとして隣接するスーパーへの『買い物リハビリ』があります。コロナ感染症拡大予防のために中止していましたが再開を望む声が多く、ワクチンの普及等に伴い9月より『買い物リハビリ』を再開致しました。

利用者様からは、「自分の目で見て商品が選べるのが良い。」「セルフレジが不安だった。一緒に歩いて良かった。」と好評を得ています。

今後も感染症予防に努めながら、デイサービスかみくまならではの機能訓練を提供してまいります!

買い物リハビリ

実際にスーパーに行き買い物を通して、運動機能や認知機能（レジでの支払い・商品の選択・献立の考案等）の維持・向上を目的としたプログラム



買い物で楽しく
リハビリしましょう!



(なでしこガーデン上熊本・石橋)

なでしこ基本理念

個人として、家族・社会の一員として自分らしい生活を、生きがいのある生活を共に考え、共に歩んでいきたい。

なでしこ
ワクワク
その74 調査隊
ちょうさたい

寺古天

覚王山フルーツ 大福弁才天

今回の調査隊は、南坪井の3号線沿いにございます「覚王山フルーツ大福弁才天」様にお伺いしました。名古屋市に本店があり全国に60店以上出店されている高級大福のお店で熊本初出店となります。8月31日にオープンしたお店ですが、人目に付きやすいためこの場所を選ばれたそうです。そばを通るたび毎回行列が出来ているのを見ておりましたので、個人的にすごく気になっていました。

店名の由来について、名古屋の高級住宅街で気品や由緒正しさを感じさせる「覚王山」、そして七福神の弁天、正式名称「弁財(才)天」より命名されたとの事でした。また、世の中で使われていない店名も意識されたそうです。

店内に入るとディスプレイに並ぶ色とりどりの大福、そしてその断面達。見ているだけでワクワクしてしまいますね。

おすすめメニューは「いちご」、「マスカット」、「いちじく」との事で、この時期限定の季節メニューとして「柿」、「梨」も販売されていました。その中で、今回は夏いちご、シャインマスカット、そして今が旬の果物、柿のフルーツ大福を頂きました。

「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!
今回は南坪井町にある覚王山フルーツ大福弁才天さんをご紹介します。

「いちじく」
もオススメ



柿



夏いちご

シャインマスカット

- ◎住所／熊本県熊本市中央区南坪井町4-16
- ◎TEL／096-342-4777
- ◎営業時間／10:00～19:00(完売次第閉店)
- ◎休日／不定休

贈答用化粧箱
もあるので、
お土産にも!



まず食べる前に大福を餅切り糸で切るのですが、上手く真っ直ぐに切れるだろか…と不安になりつつ、いざ糸を交差させ、ぐっと力を入れると、意外にも中身の果物まで真っ直ぐに切れ、綺麗な断面を見る事が出来たので、とても感動しました。

白餡は、白豆本来の風味を感じて頂けるように甘さを最小限にされており、果物との相性もすごく良く感じられました。夏イチゴ、シャインマスカット、柿、などの果物もみずみずしくフレッシュであり、その果物本来の味を楽しむ事ができました。

季節毎に旬の大福がメニューに加わりますので、訪れる度に新しい発見があると思います。

1組ずつの入場制限がされており、コロナ対策もしっかりとされています。贈答用の保冷バッグや桐箱も用意されておりましたので、お土産に購入されてみても良いかと思います。

この度は、お忙しい中取材にご協力頂きありがとうございました。

(病院・増永/井下)

スマイルクラブ

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、なでしこ通所リハをご利用の
『石橋 光男 様』をご紹介いたします。



73歳までグラフィックデザイナーとして
活躍していた石橋さんってどんな人?

現在95歳の石橋さんは毎週水曜日のみご利用中です。

お仕事は73歳まで「グラフィックデザイナー」として頑張っていたそうです。今でもご趣味の絵画などお時間のある時に描かれているそうです。

写真はその作品の一部ですが、皆さんもご存じの「加藤清正」の絵を紹介します。黒いペンだけで描かれていますが、85歳で描かれたとは思えないほど、何とも力強いタッチで描かれていると思いませんか?

あと、他のご利用者の方々や私たち職員にも柔らかい口調でお話をされるなどして優しく接してください。

これからも益々お元気でご利用いただければと思います。

とても上手です!

絵画が趣味の石橋さんに
スケッチの腕前を披露していただきました!



(なでしこ・敷下)

編集室から

次号(76号)の発行は2022年2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。