

ゆふいんだより

第97号

発行/平成21年 1月

湯布院厚生年金病院
「ゆふいんだより」事務局

郵便番号 879-5193
大分県由布市湯布院町川南252
TEL.0977(84)3171
FAX.0977(84)3969
<http://www.yufuin-hp.com>
E-mail:hs_yufuin@kjp.or.jp



私の初夢、「紅かなめの散策路」

私たちの病院では、その発展を裏付けるかのように、患者さんやお見舞いのお客さんが増え、特に職員の数がこの10年間にほぼ倍増したこともあり、病院駐車場が大変手狭になってしまいました。やむを得ず、病院北側に鉄骨2階建の駐車場(153台分)を作らざるを得なくなり、市の許可を得て昨年の夏無事完成させることができました。これでもようやく外来駐車場にもかなり余裕ができ、患者さんにも迷惑をかけることが無くなったようで安心しています。

しかし、この湯布院の景観に、鉄骨はいかにも不細工です。

これを少しでも自然と融和させたいと思い、昨年末、紅かなめの幼木を北側全長にわたり植栽しました。紅かなめにはテッポウムシ(カミキリムシの一種)がつきやすいといわれるので、その駆除と適切な剪定を怠ることはできません。でもそれを守れば、数年後の春先には、きっと真っ赤な新芽に輝く「紅かなめの散策路」が出現し、湯布院名所?の一つになるかもしれません。今から楽しみにしているところです。

その時は、どうぞ院内をふくめての見学と散策に是非おいでください。お待ちしております。

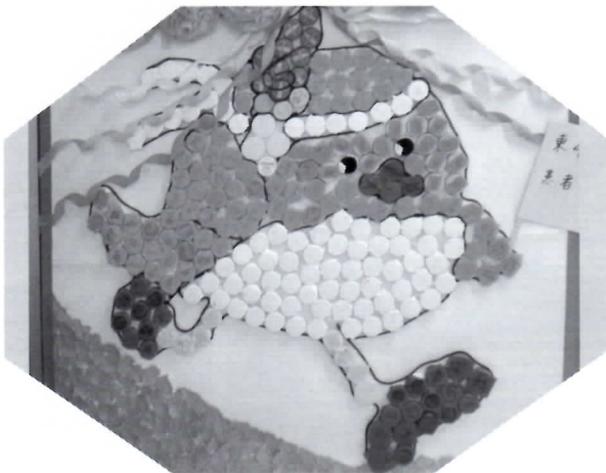
(院長 有田 眞)

～第4回～

あさぎりフェスティバル



10月24日に開催されました今年の「あさぎりフェスティバル」のメインテーマは“げんき”です。今回は、通所リハの皆様が、丹精こめて栽培したサツマイモとかぼちゃを使った石垣餅で出店しました。もちろん売り子も通所リハの皆様です。“げんき”のこもった石垣餅、とっても美味でした。



東4病棟の院内作品展出品作「メジロン」
大分のマスコットキャラクターです。



嚥下食試食コーナーです。



屋台には、焼きそば、豚汁、おにぎり、おでん、綿菓子、
お楽しみがいっぱいです。



毎年人気の「虹の窯」今年も完売!!

健康相談コーナーで血圧をチェック。



何時でもどこでもできる体操です。



* * * * *
* * * * *
* * * * *
* * * * *
* * * * *
* * * * *
* * * * *
* * * * *
* * * * *
* * * * *

舞台では歌・踊り・神楽に会場からは拍手喝采!!



園児のダンスに会場も笑顔の渦です。



フラダンスには当院職員も「ハワイアン」



「三線倶楽部のあさぎりフェスティバルデビュー」



会場の賑わいです。

職場紹介 庶務課

「温故創新」をモットーにして黒子に徹する

厳冬に向かう折、段々と寒さが厳しい季節になりました。

さて、今回の紹介コーナーは庶務課です。庶務課の業務を簡単に説明いたしますと、

1. 庶務係



渡辺



左から田中、佐藤、岩尾

案件の立案、各部署との調整、外部の依頼案件に対する回答、保全管理、産業廃棄物の管理、病院行事の履行、宿舎等の管理、その他他部署に属さない案件等の業務です。

2. 職員係



左から首藤、井上

人事給与、労務に関する業務、福利厚生関連、税務全般等の業務です。

3. コントロール係



志手



左から北野、河野、近藤、上野

電気、ボイラー、水道、温泉等の病院機能のライフラインを維持する重要な業務と施設の修理等を行っています。また、病院敷地、宿舎の清掃等を行っており、まさに縁の下の力持ちで目立たず黒子に徹しています。

4. 電話交換業務



尾野

外部からかかった電話を効率的に丁寧に対応し、各部署に繋ぐ、いわば病院の顔的存在で、常に言葉等に十二分に配慮しながら業務を行っています。

5. 管理棟受付業務



日野

病院四役及び病院のスケジュール管理、外部との取次ぎ調整、医局の対応、会議室管理を行っています。

以上簡単ではございますが、庶務課の業務を紹介させて頂きました。

庶務課の組織は、庶務課長以下事務部門9名と先述した病院機能のライフラインの維持等の業務のコントロール職員7名と併せて16名で業務を行っています。

庶務課は、皆様ご存知のとおり守備範囲が広い業務を行っておりますので、課長以下、前例に捉われず智恵を駆使し、標記テーマ「温故創新」を基本方針にし、患者様に喜ばれる対応、職員に安心して勤務できる環境等を整備し、皆様から喜ばれればそれで良いと考えています。

(庶務係長 田中 克典)

リハビリコーナー

“食事はおいしく食べられていますか?” ～食事形態の工夫～

前は、「摂食・嚥下障害の方の安全な食事方法」について紹介しました。
今回は、「食事形態の工夫」について紹介します。

1. 摂食・嚥下障害の方に適する食材、適さない食材とは?

〈適した食品・料理〉

食べやすい食品・料理の特徴は、①適度なねばりがあり、口の中でまとまりやすい事
②口の中・のどにべたつかない事③のどごしが良い事④なめらかである事です。

- | | |
|------------|------------------------|
| ・ゼリー | ・バナナ・桃(つぶし状) |
| ・ムース | ・粥・パン粥 |
| ・プリン | ・かぼちゃ、じゃがいも、さつまいものマッシュ |
| ・ヨーグルト | ・魚介類のつみれ |
| ・カスタードクリーム | ・マグロのたたき |
| ・アイスクリーム | ・ポタージュ、シチュー(濃厚なもの) など |

〈適さない食品・料理〉

- ①液体の食品……………水、お茶、牛乳、味噌汁など
- ②硬くて食べにくい食品……………りんご、梨、焼肉、塩干物、ごま、ピーナッツ、大豆など
- ③水分の少ない食品……………凍り豆腐、カステラ、もち、食パン、など
- ④繊維の多い食品……………たけのこ、もやし、れんこん、海草、こんにゃくなど
- ⑤練り製品や魚介類……………かまぼこ、ちくわ、はんぺん、いか、たこ、いくらなど
- ⑥口の中に付着しやすい食品……………わかめ、のり、青菜類など
- ⑦酸味の強い食品……………柑橘類、オレンジジュース、梅干、酢の物など

2. 水分がムセる時の対処法

お茶などの水分を飲む時にムセる場合は、水分に市販されています増粘剤を加えてトロミをつけたり、ゼリー状に固めて摂取することで、ムセが軽減でき摂取しやすくなります。

〈お茶ゼリーの作り方〉

作り方

- (1)ゼラチンを大さじ1杯の水で10～15分ふやかしておく。
- (2)煮出した麦茶を計量し、熱いうちに(1)を加え混ぜながら溶かす。
- (3)器に(2)を注ぎ、冷めたら冷蔵庫に入れて冷やし固めれば、できあがりです。

材料

- 煮出した麦茶……………カップ3/4 (150g)
ゼラチン……………小さじ1杯弱 (2.5g)
水……………大さじ1杯 (15g)



「ムセるから飲みたくない」などの理由で水分の摂取量が不足すると、脱水を起こしやすくなり、それがまた嚥下障害を引き起こすという悪循環に陥ることもあります。最近水分にムセやすく摂取量が減っているという方は、ぜひ試してみてください。

生活習慣病の予防

～脳卒中とはどんな病気？～

新年あけましておめでとうございます。今年もゆふいんだよりを通して皆様に病気の予防や生活の智恵となることを一つでもお伝えしていきたいと思えます。

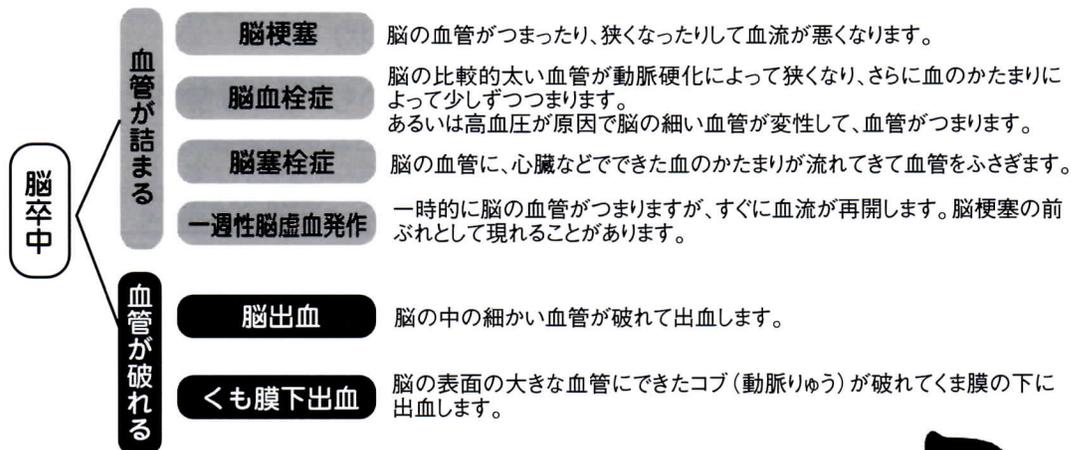
さて、今回より「脳卒中について」4回にわたってご紹介していきます。

日本における脳卒中の現状と患者動向を見てみると現在、脳卒中患者は約150万人、そして毎年25万人以上の人が新たに発症していると記されています。また、寝たきりになる原因の3割が脳卒中などの脳血管疾患によるものと言われてています。

「予防」するために皆さんが行うことはいろいろあると思いますが、まずは、病気について正しく理解することだと思えます。

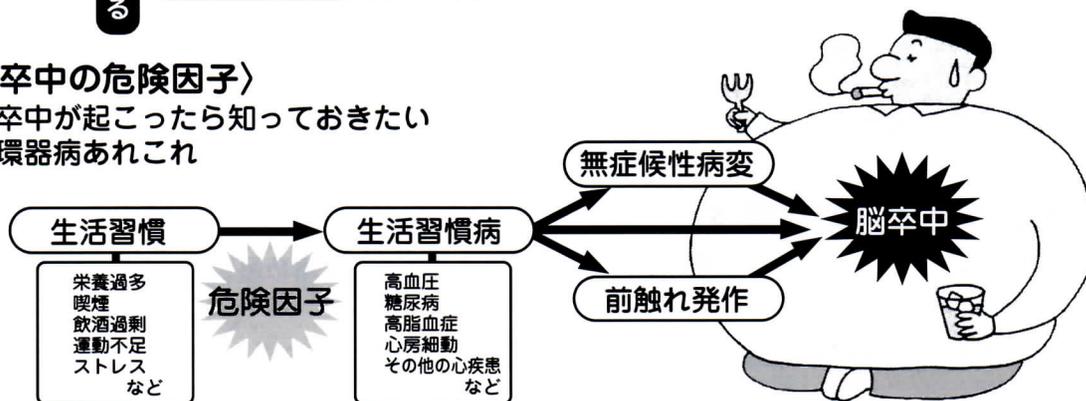
〈脳卒中の分類〉

脳卒中は大きく分けて血管が詰まる脳梗塞と血管が破れる脳出血とに分類されます



〈脳卒中の危険因子〉

脳卒中が起こったら知っておきたい循環器病あれこれ



脳卒中の代表的な症状

- * 頭痛やめまい……突然の激しい頭痛(くも膜下出血)、回転するようめまい
- * 意識の異常……意識がもうろうとし、反応が鈍い、とんちんかん
- * 手足の力の異常……顔面を含む半身の脱力感(口の片側からよだれが出る、食事中に箸を落とす、足の片側でよくつまずくなど)
- * 手足の感覚の異常……唇の周囲と片方の手のひらの感覚が同時におかしくなる
- * 言語の異常……呂律が回らない、言いたいことがうまく言えない、書けない
- * 目の異常……片方の目が突然見えなくなる、ものが二重に見える
- * バランスの異常……力はあるのにうまくものが掴めない、立ったり座ったりするのにバランスがとれない

次回は脳卒中の前触れと対処法についてご紹介します

生活習慣病の予防

外食メニューのカロリー計算 ～脂肪量と塩分量～

よく食べる外食メニューのカロリーを計算してみましょう。
また、肥満の引き金となる脂肪と塩分はそれぞれのメニューにどのくらい入っているのでしょうか。

- ①脂肪量は1日に必要な総カロリーを目安に摂りましょう。
1600 kcalまで……………●●●●● 1食/●●
1800 kcal以上……………●●●●●●● 1食/●●●●
- ②塩分量は、1日に10g以下を目標にしましょう。

料理に含まれる脂肪量と塩分量の目安
【脂肪量】 【塩分量】
●…10g ▲…1g

メインメニュー

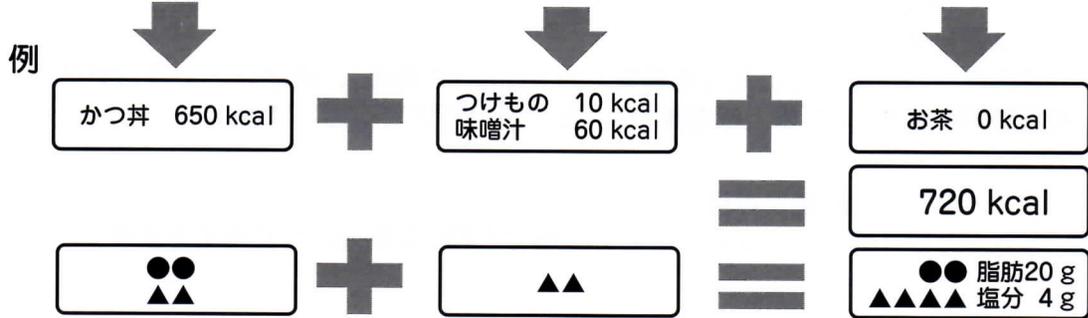
- かつ丼 650 kcal (●●, ▲▲)
- うなぎ丼 710 kcal (●●, ▲▲)
- カレーライス 770 kcal (●●, ▲▲▲▲)
- とんこつラーメン 510 kcal (●●, ▲▲▲▲▲)

サイドメニュー

- ドレッシングサラダ 90 kcal (●, ▲)
- つけもの 10 kcal (▲)
- 味噌汁 60 kcal (▲)
- ぎょうざ 250 kcal (●, ▲▲)
- チャーハン 550 kcal (●●, ▲▲)

ドリンクメニュー

- ビール(大びん) 250 kcal
- 日本酒 1合 290 kcal
- お茶 0 kcal



★ワンポイントアドバイス★

外食メニューは、カロリーや塩分が多くなりがちです。組み合わせるメニューとしてドレッシングサラダは、ノンオイルを選ぶなどカロリーダウンの工夫をしましょう。塩分の調整は、ラーメンなどのスープを残すとよいでしょう。外食した日は、野菜料理も欠かさず食べましょう。





成年後見制度について

新年あけましておめでとうございます。

今号からは、数回にわたり『成年後見制度』についてご説明いたします。

成年後見制度って、なに？

成年後見制度とは、判断能力が不十分なために、財産侵害を受けたり、人間としての尊厳が損なわれたりすることがないように、法律面や生活面で支援する身近な仕組みです。

こんな時に利用できます。

1. 高齢者施設などに入所するための契約及び、入所費用の支払いをしてもらいたい。
2. 使うはずもない高額な健康器具などを頼まれると買ってしまう。
3. 知的障がいを持つ子どものために財産を残す方法やその使い方、施設への入所手続き等を支援してもらいたい。
4. 寝たきりの父の介護と財産管理をしてきたが、他の親族から疑われている。
5. 認知症の母親の不動産を売却して施設入所費にあてたい。
などなど



どのように支援するのでしょうか？

判断能力が不十分な方に代わって商品購入等に関わる契約を行ったり(代理権)、判断能力が不十分な方が一人で商品購入等をした際は取り消す事を伝えたりして(同意権・取り消し権)、判断能力が不十分な方が不利益を被らないように支援します。

この場合は、その方の希望を尊重し(自己決定の尊重)、生活状況、体力や精神状態等を配慮して(身上配慮義務)、最も良い方法で支援します。

上記1・2は「判断能力が衰える前」の為『任意後見制度』が利用できます。

3～5は「判断能力が衰えた後」の為『法定後見制度』が利用できます。

次回からは、それぞれの後見制度内容や利用方法についてご説明いたします。

みなさんこんにちは。人間の世界では世界的な不景気の話ばかりであり愉快な話は聞かれません。不景気に伴う経済活動の縮小は人間による地球の温暖化を緩やかにするはずで、皮肉なことに温暖化の問題は不景気が解決するのかもしれない。そんな人間界の変化をよそに自然は四季を淡々と刻んでいます。湯布院盆地も静かな冬色の山々に囲まれゆくりと時間が流れています。

『中腰』の姿勢は背骨やそれを取り巻く筋肉や腱などに負担を掛けやすく、その姿勢を長く続けるには努力を要しますし、その姿勢で重い物を持ったりするといわゆるギックリ腰になったりします。日本語では人間の態度をよく漢字の『腰』で表現します。『腰をすえる』『腰が低い』『腰が重い』などが良く使われます。評論家の内田樹は著書の中で、『中腰で我慢する』事の重要性を述べています。つらいことではあるけれども、わからないことをわからないと認めつつ、時間の経過にその解決を委ねることが人間の世界では大事なこともあると述べています。

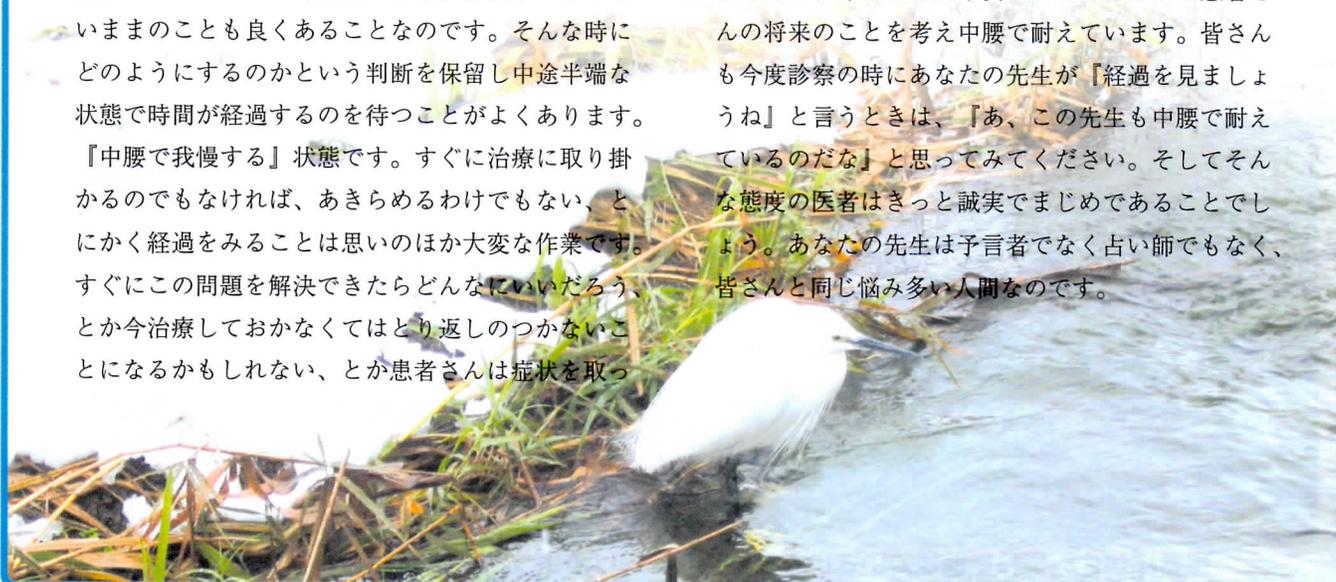
医療の世界では何らかの症状に対してその原因を突き止め、それに対処することで症状をなくそうとします。しかし残念なことに我々の持っている医学的な知識や技術は不完全で、原因が不明のことや治療法もないことによく出会います。診断がわからないままのことも良くあることなのです。そんな時にどのようにするのかという判断を保留し中途半端な状態で時間が経過するのを待つことがよくあります。『中腰で我慢する』状態です。すぐに治療に取り掛かるのでもなければ、あきらめるわけでもない、とにかく経過をみることは思いのほか大変な作業です。すぐにこの問題を解決できたらどんなにいいだろう、とか今治療しておかなくては何と返しのつかないことになるかもしれない、とか患者さんは症状を取っ

て欲しくて病院に来ているのに何もしないなんて藪医者だと思われたいだろうか、などと弱気な事を思いつつ、しかし患者さんには不安を与えないように自信のある態度で経過を見るわけですからストレスが大きいのです。

ストレスに耐えつつ経過を見ているとかなりの例では幸運な事に少しずつ症状がよくなってきます。経過を見ることで自然に良くなったのです。感謝すると共に自分の中腰の姿勢が正しかったのだと安心します。一方で経過を見ていくうちに症状が悪くなっていくことも多くあります。あわてて次の対策を考える一方で判断が間違っていた自分に自信が持たなくなります。そんなことを繰り返しながら医療を行っています。若い頃はどんな病気も正しく診断し、正しい治療を行える医者にあこがれていましたが、そんなことは不可能であるとわかりました。

今はただ、できないことやわからないことが常にたくさんあって不完全な医療しかできないことを謙虚に認めつつ、自分のできることを中腰の姿勢で耐えながらやるしかないと思っています。

テレビなどで占い師の人が、相談者に向かってその人の将来を断言しているシーンを見るたびに、医療でもあんなふうには断言できたらどんなにいいだろうと思うのですが、そんなことは医者にはできるはずもなく、今日もまた不安におののきながら患者さんの将来のことを考え中腰で耐えています。皆さんも今度診察の時にあなたの先生が『経過を見ましようね』と言うときは、『あ、この先生も中腰で耐えているのだな』と思ってみてください。そしてそんな態度の医者はきっと誠実でまじめであることでしょう。あなたの先生は予言者でなく占い師でもなく、皆さんと同じ悩み多い人間なのです。



入院の相談窓口

地域医療・福祉連携室

新年明けましておめでとうございます。

今回は、前回に引き続き「医療の連携」をテーマに、その道具として使用する「地域連携クリティカルパス」をご紹介しますと思います。

クリティカルパスとは？

みなさんが骨折や脳卒中を受傷・発症した場合に、病院で治療を受けるとします。その治療や処置等の医療が効率的にかつ安全、適切に患者様に提供されることを目的とし開発された**診療計画表**がクリティカルパスです。

① 縦軸に治療や処置等の項目、 ② 横軸に時間軸 をとって、医療チーム全員で作成する医療過程の工程表です。医療機関が独自で作成し使用します。

【地域連携パス】 診療科目 氏名 _____

➡ ②期間

①項目 ←

地域連携クリティカルパス

地域連携クリティカルパスは、一人の患者様が疾病を発症後に関わる急性期病院や回復期病院が一緒に作成し使用していくクリティカルパスです。それぞれの医療機関が役割分担を含め、あらかじめ診療内容を患者様に提示・説明することにより、医療機関が変わっても患者様が安心して切れ目のない医療を継続して受けられることを目的としています。

大分県の取り組み

大分県では平成20年3月に大分県回復期リハビリテーション病棟連絡協議会を発会し、大分県共通の地域連携パスも作成しています。

大分県内、何れの回復期リハ病院でも、同じリハビリテーションスケジュールに沿ったリハを提供していくことが目的です。

患者様が住み慣れた地域でいきいきと生活していけるようこれからも様々な取り組みを行っていきいたいと考えています。





外来担当医師一覧表

平成20年12月1日現在

整形外科担当医	月	火	水	木	金
診察室①	赤木 博安	馬場美奈子	加来 信弘	交代診療	赤木 博安
診察室②	針 秀太	針 秀太	—		馬場美奈子

内科担当医	月	火	水	木	金
診察室①	福永 充	中島 美智	森 照明	村上 仁	福永 充
診察室②	大隈 まり	大隈 まり	井上 龍誠	大隈 和喜	野澤 伸禎
診察室③	後藤 洋一	安部 隆子	宮崎 吉孝	安部 芳武	井上 龍誠
診察室④	村上 仁	衛藤 宏	大隈 和喜	井上 清子	桑野慎一郎
診察室⑤	宮崎 吉孝	—	井上 清子	大隈 まり	井上 清子
				(健診担当)	(健診担当)

診療病名	担当医師	診療日・時間
脳神経外科(頭痛など) スポーツ医学	森 照明	水曜日の午前中
リウマチ・膠原病外来	宮崎 吉孝	水曜日の午前中
心身症外来	大隈 和喜	水曜日の午後

検査	月	火	水	木	金
内視鏡	—	大隈 和喜 宮崎 吉孝	—	井上 龍誠 宮崎 吉孝	—
腹部エコー	—	—	桑野慎一郎	桑野慎一郎	—
心エコー	安部 隆子	村上 仁	福永 充	井上 清子	井上 年夫

受付時間

整形外科 毎週月、火、木、金曜日……………午前8時30分～午前11時まで
 毎週水曜日……………午前8時30分～午前10時まで
 内科 毎週月～金曜日……………午前8時30分～午前11時まで

NEWS

新しいCTが入りました。

このたび当院に最新鋭のCTが導入されました。64列MD-CTと呼ばれるものでより精密な画像が得られると共に検査時間が極めて短くなることから患者様の負担もずっと少なくなります。これまで以上に脳血管障害をはじめとして心臓疾患、整形外科疾患の診断および治療に大いに役立つものと期待されます。



〒879-5193 大分県由布市湯布院町川南252番地
 湯布院厚生年金病院 代表TEL 0977-84-3171
<http://www.yufuin-hp.com>

紹介

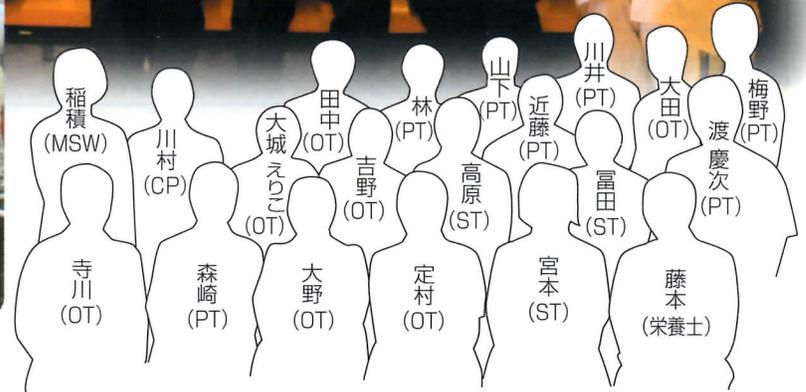
西3病棟担当セラピスト



大城 一樹 (PT)・野田 (PT)



後列 … 志賀 (薬剤師)・井芹 (PT)・日野 (NSW)・三谷 (OT)・西ノ園 (PT)
前列 … 平野 (ST)・成瀬 (PT)・黒島 (OT)・杉山 (OT)



しっちゃんがい!

旬の人 味な顔

骨董にロマンを感じて

リハビリ 総技師長 佐藤浩二

あなたの趣味は何ですか?と問われると「骨董収集」と答えたいが、その域には全然達していません。

小学生の頃、友達とよく神社で缶蹴りなどをして遊びまわっていました。隠れ場所をとめ、縁下にもぐりこみじっと息を潜めているその間、指先で地面をほじくっていると古銭が出てきたりしていました。缶蹴りの楽しさとは別に、新たな興奮を覚えたものです。そのようなことをきっかけに古銭、切手収集など行っていました。湯布院に就職してからは骨董に関心が移って来ました。湯布院は骨董店が多く休みの日などは、こっそり店回りをしては、なんとも知らない皿等を買って喧嘩の素を作っていました。最近は少し、足は遠のいていますが、興味は薄れていません。



写真は長崎を旅したときに購入した江戸末期のジンボトルです。オランダより喜望峰を經由して、はるばる長崎の出島に着いた水夫達がジンボトルを片手に談笑し、空になったボトルをポイと海に投げ捨てたのがこれです。また、写真是有田の血山から出土した?江戸期の徳利の破片です。窯変し窯の土が付着しているところに惹かれました。現在は大量消費時代ですので、こんなガラクタが何に成るかと言う人も多いと思いますが、当時の人がどのような想いで作り、また愛用していたか、その骨董が醸し出す物語を創造すると、とてもロマンを感じます。骨董には「なんでもないものはない」と亡き骨董店店主が言っていました。そのような視点で古き物に目をやる心を持ちたいとも思います。この原稿を書きつつ骨董収集の虫がウズウズしてきました。

湯布院厚生年金病院 大分県リハビリテーション支援センター

日本医療評価機構認定病院(リハビリテーション付加機能) 保健文化賞受賞(平成17年度)

◆表紙撮影: 麻生 孝義

別府・大野印刷