

室原会だより

Vol. 86

秋号

平成28年10月

ふれあい

(題字 室原亥十二)

「いのち」室原会長

院内各部署発表会

Working Woman

レガッタ

おてもやん総おどり (火の国まつり)

北部東校区ふれあいまつり

出張こらよか体操

サイクリング紀行/スポーツと私

うりほう・グループホームきくなん便り

...and more

室原内科・小児科

〒862-0949
熊本市中央区国府1丁目11番9号
Tel 096-364-3080 Fax 096-366-4668

菊南病院

〒861-5517
熊本市北区鶴羽田3丁目1番53号
Tel 096-344-1711 Fax 096-344-1726

水前寺高齢者複合施設

〒862-0949
熊本市中央区国府1丁目3番15号
Tel 096-364-1210 Fax 096-364-1221

グループホームきくなん

〒861-5517
熊本市北区鶴羽田3丁目11番15号
Tel 096-345-2260 Fax 096-345-2261

第18回 菊南病院
院内各部署発表会
 日時 8月24日(水) 17:15～
 場所 5階多目的ホール

熊本地震後の高齢者の生活機能低下について
 【地域包括支援センター】
 ☆長尾恵子

電子カルテ導入による業務変化
 【リハビリテーション部】
 ☆入江科長

**効果的な全大腸検査(TCS)をめざして
 ～検査食導入前後の比較～**
 【内視鏡】
 ☆池田恵子



第18回 院内各部署発表会開催

8月24日(水)に院内各部署発表会を開催しました。菊南病院では院内発表会を通じて、お互いを知り、認め合い、部署を越えた協力体制の強化を図り、各職種の技術向上を目的として行っています。今回は、リハビリテーション部、ささえりあ北部、内視鏡から発表がありました。多くの職員が発表会に参加し、日頃の研究や実践の成果に耳を傾けていました。

熊本地震による高齢者の生活機能低下について

ささえりあ北部 長尾 恵子

熊本地震以降、生活不活発病チェックリストを実施。生活機能が悪化しても、健康教室の再開等で地震前の生活に戻ったことにより、悪化した割合も減少という結果に。近隣の住民との交流機会や不安を語り、共有することが心身機能に大きな影響を与えるということがわかりました。

電子カルテ導入による業務変化

リハビリテーション部

入江 泰子 科長

電子カルテ導入により業務が簡素化され、情報入手・閲覧が容易になりました。今後は、電子カルテを活用し、より質の高いサービス提供につなげていきたいと思えます。



効果的な全大腸検査をめざして ～検査食導入前後の比較～

内視鏡 池田 恵子

全大腸検査の際、低残渣食と検査食がもたらす効果を調査した結果、検査食は低残渣食に比べ、残渣が少なく追加処置がほとんどなくなるなど、患者の負担軽減につながることがわかりました。



新入職員紹介 H28.8.16～

坂 崎 真 衣 看護部一般病棟 看護師
 坂 田 舞 看護部三病棟 看護師
 西 由 美 子 看護部二病棟 看護師

飯 星 美沙稀 看護部二病棟 准看護師
 土 屋 由 美 看護部三病棟 ケアワーカー
 川 崎 英 恵 看護部二病棟 ケアワーカー

川 内 弘 樹 居宅介護「いとし」 介護支援専門員
 板 崎 亜 耶 ささえりあ北部 事務

よろしくお願ひします

Working Woman

～働く女性へ Q&A～



居宅介護支援事業所
きくなん管理者

田口 由利子
(ケアマネジャー・看護師)

Q 「居宅介護支援事業所きくなん」にてケアマネジャー業務を行っているとの事ですが、具体的にどのようなお仕事の内容ですか？

A ケアマネジャーとは、介護保険制度での介護支援専門員のことで、①居宅と②施設に分類されます。私は①で、ご自宅や有料ホーム＝在宅で生活される方を対象に仕事をしています。具体的には、これまで在宅で行っていた日常生活の動作(立ち上がり・歩行・食事・排泄・入浴など)が病気やケガなどでできなくなり何らかの支援が必要になった方やそのご家族などから相談を受けます。まずご意向を傾聴し、状況を確認させて頂き、必要な支援を見極めて情報を提供します。納得されたサービスが利用できるよう手続きや調整を行いケアプランを作成します。そしてその時々に応じた継続的な支援ができるようお手伝いします。介護保険の申請や更新手続きもご依頼があれば代行致します。

Q ケアマネジャーを志したきっかけは？

A 平成12年6月に菊南病院に入職し、部署は「訪問看護ステーションきくなん」でした。

その年に「介護保険制度」がスタートし、訪看の先輩方が皆ケアマネを受験すると言われていました。

私は最初必要性が実感出来ていませんでしたが、1年経ち看護師だけの資格以上に、介護保険の制度を学び知識を持っていた方が、より深く利用者やご家族と接することが出来ると思うようになり、興味が出て来ました。そして受験した訳です。

Q 菊南病院で働いて良かったこと・思い出は??

A 会長や理事長の理念が菊南病院を築き上げられ、地域に生かされ、私はその「菊南ブランドの看板」を背負って働けることが、そして何より「菊南人*」との出逢いがとても有難く感じています。

思い出は、訪看時代オンコールで夜間在宅を訪問し、ケア、処置、救急搬送など、利用者でご家族と共に時間を過ごした経験です。ケアマネ時代に於いても人生最終段階の利用者様に接する毎に、その方々の人生観・死生観・生感に触れられたことも全て…。

Q 「やりがい」を感じていることは？

A 在宅に訪問し、利用者ご家族と、まるごと会話し、一緒に方向性を考え、一日でも長く穏やかな日々が送られることを願って来ました。「一期一会」その一瞬と向き合いながら、その時々「来てくれて良かった」「ありがとう」「何とかやって行ける」との言葉を頂けることや、私を待っていて下さる方々がいらっしやることに「やりがい」を感じます。

Q 今後挑戦したいことは？

A 昨年度「主任ケアマネ」の資格を取得しました。社会をとりまく状況や制度が大きく変化する中、前向きに、時には立ち止まって寄り添えるハートを持った『熊本市最年長の主任ケアマネジャー』を目指して行けたらなあ～と思っています。

*菊南人：造語。菊南病院を通じてご縁あり、出逢えた方々のこと。

———ありがとうございました!!

レガッタ

平成28年7月18日(月)海の日に、第32回火の国レガッタが開催されました。菊南病院より22名の参加者が、猛暑の中で力いっぱいオールを漕ぎました。結果は混合グループでは菊南事務部チームが2位、女子グループではリハチームが見事1位を獲得!震災後の開催ということで、他のチームの方々和大いに競い、改めて「がんばろう!」と思えた大会となりました。

応援に来ていただいた皆様に、心より御礼申し上げます。



菊南病院行事食献立

2016 敬老の日

菊花ごはん
おさしみ風サラダ青こしょうソース
温泉卵と生ういの冷たいスープ
地鶏の血焼きわさび風味
早生リンゴのシブースト



室原会より総勢約 100 名の参加者で、総おどりに参加しました。

「んぱろう！熊本！」と心を一つに、熊本が元気になるよう楽しく踊る

ことができました。



2人のカメラマン

平成28年8月6日(土)

今年「がこと

くまもと火の国まつり「おてもやん総おどり」



復興への願いを込めて、
開幕式では参加者全員で
風船を飛ばしました



たくさんのご家族も
一緒にお祭りに参加
できました☆



には不可能ではないと言われるまで
 になっている、然し、それに要する
 膨大な時間と費用は、金の時価に比
 較すると高く割に合わない。それと
 同じように、DNAが分子生物学の
 進歩によつては、何時の日にか
 DNAなる物質が知能の領域で第二
 の遺伝子を説明できるかもしれない。

さて「DNA(いのち)のメス」
 と言われている画期的な新しい技術
 が生まれている。これをクリスパー
 技術を使った「ゲノム編集」という。
 従来の1970年代からあった「遺
 伝子組み換え」(遺伝子工学)「ソッ
 クアウトマウス」などと呼ばれた技
 術とは、精度・時間・金の面で格段
 に優れている。この研究の発端は、
 1987年当時の阪大微生物教授
 石野良純が、大腸菌のDNA内にそ
 れまでみたことのない塩基配列を発
 見して報告しているが、ここでス
 トップした

今この分野で、二人の女性の学者
 が登場して活躍する。一人はカリ
 フォルニア大教授のジェニファー・
 ダウドナ氏と、もう一人は、スウェー
 デンのウメオ大学にいったメマド科
 学者(遊牧民的無名の科学者)と言
 われていた、フランス人の4歳若い
 エマニユエル・シャルパンティエで
 ある。2011年に二人は学会で初
 めて会い、ダウドナに勇気を出して
 近づき、共同研究に入る。二人とも
 なかなかの美人で、学会でも注目を

浴びたらしい。もう一人は、中国人
 でアメリカ在住のフェン・チャンで
 クリスパー発明者の一人である。米
 ブロー研究所研究員、その他英国、
 日本等々激しい研究、特許、企業間
 の争いが展開されている。この生々
 しい現況については「ゲノム編集と
 は何か」(2016年8月20日)小
 林雅一著を薦める。内容は、大変イ
 ンテレストで、エキサイティングで
 す。上記の様にDNAーゲノム編集
 の技術が将来のどの様に進歩する
 か分からないが、あくまでも形質形成
 の面で、死と共に灰になっても子孫
 へ引き継がれるが、知能形成につい
 てはどうだろうか。大変興味ある生
 命科学です。

近年GWAS(全ゲノム関連解析)
 の登場で知能に関する遺伝子も判明
 する可能性が言われている。

(2016年10月4日)

参考

- ・利己的な遺伝子 (2015) リチャード・ドーキンス
- ・神は妄想である (2015)
- ・ミーマ・マシン (上下) (2000) スーザン・グラッチャ
- ・人間が神を創りたもうた (2015) 平野由紀夫
- ・意識の探求 (上下) (2015) クリストロフ・コッホ
- ・遺伝医学への招待 (1997) 荒川詔夫外著者
- ・生殖医療の衝撃 (2016) 石原 理
- ・ゲノム編集とは何か (2016) 小林雅一
- ・DNA (上下) (2015) ジェームス・ワトソン共著
- ・iPS細胞が医療をここまで変える (2016)
京大iPS研究所
- ・笑う免疫学 (2016) 藤田紘一郎
- ・あなたの知らない脳 (2016) イーグルマン
- ・人体 (上下) (2015) ダニエル・E・リーバマン
(赤星隆一郎先生御推薦)

北部東校区ふれあいまつりについて

菊南病院では、言語聴覚科を事務局とした言語障害友
 の会「りんどう会」への支援を行っております。りんどう
 会では毎年北部東ふれあい祭りに参加し、リサイクルバ
 ザーを行っております。今年は8月20日(土)に開催されま
 した。りんどう会会員及び菊南病院職員の方々から食器
 や衣類、食料品等を多数持ってきて頂き、計90点ほどを
 出品することができました。

当日は、非常に日差しが強くとても暑かったため、熱中
 症に気をつけながら会員皆で準備・販売を行いました。
 地域の子供たちや住民の方など、たくさんの方が祭りに参

加され、バザーも終始大盛況でした。また、当院のリハビ
 リスタッフによる合唱も披露し、地域の方に大変喜んで頂
 く事が出来ました。今回のバザーで得られた収益は、りん
 どう会の活動費として有意義に使わせていただきたいと思います。

今回ご協力いただいた菊南病院関係者の方々に心から
 御礼申し上げます。

言語聴覚科 福永真紀 坂本 優 小島美郷
 岩崎真彩 近藤彩夏

出張こらよか体操

第1回 その場ウォーキング (自宅で簡単♪有酸素運動)

効 果

有酸素運動は、脂肪を燃焼させるだけではなく継続すれば代謝が良くなり、
 生活習慣病の予防・改善や免疫力向上の効果も期待できます。

- ① 肘を後ろに引くように腕を振る
- ② ももを上げてつま先から着地
- ③ 1回3分、1日合計10分を目指す!

- ・ももを上げる高さや腕を振る大きさを覚えてご自身で負荷を調節しましょう。
- ・初めはテレビを見ながらでも構いません。慣れたら集中して行ってみましょう。
- ・楽しく行いましょう♪



行ってみて身体のどこかに痛みがある場合や、体調の悪い日は避けましょう。
 運動に不安のある方は医師に相談しましょう。

うりぼう



～ 施設の楽しい行事を紹介します。～

水前寺高齢者複合施設
小規模多機能 いとし
グループホーム 鈴の音
水前寺有料老人ホーム

夏祭り



今年の夏祭りは、よつぎ太鼓の皆様の迫力ある演奏や室原内科小児科のいきいき健康教室の皆様の盆踊り・抽選会と大盛り上がりでした。



敬老会

今年もつぼみ保育園の園児さんのダンスや、昔懐かしいおじゃめ・紙風船をしたり楽しい会となりました。



そうめん流し

毎年恒例のソーメン流しを行いました。暑さに負けないようたくさん食べて楽しみました。



グループホームきくなん便り

ボランティア(日本舞踊)

ボランティアの方に訪問して頂き、日本舞踊の鑑賞や、一緒に合唱したり、楽しい時間を持つことができました。



お誕生会

お誕生者の希望で、カレーを皆で作りました。スタッフはジャガイモをピーラーでむくのですが、さすが人生の先輩!入居者様は、サッサと包丁でむかれていました。美味しいカレーが出来ました。



夏祭り

毎年夏にはそうめん流しをするのですが、今年は趣向をかえ、夏祭りを開催しました。ゲームあり、焼きそばあり、かき氷あり、笑い声もたえず、充実した楽しいお祭りでした。



敬老会

敬老の日を祝して、皆さんが日頃食べたいと言われていた、お寿司(手巻き)とおはぎ作りにスタッフが挑戦しました。皆さん大満足だった様で、食が細い入居者の方も、びっくりするほど食べられていました。おはぎはビックサイズのものが出来上がりました!



ドクター古庄のサイクリング紀行

菊南病院 副院長
古庄 伸行

27. 夏でも爽快!白糸の滝

夏場のサイクリングは涼を求めて標高の高いところとか、涼しげな水場に行くことが多くなります。中でもわたしのお気に入りのスポットは西原村にある「白糸の滝」です。

自動車で行く場合は県道28号線の河原小学校からミルク牧場方面へ坂を上って行きますが、自転車ではもう少し北側の細い道を上って行きます。その名も「滝」という名の集落から右に折れると滝の音が聞こえ出し、辺りの空気が一気に「ひんやり」と感じされるようになります。

西原村の、この辺りの地層は、阿蘇のカルデラができる前の溶岩でできていて、その溶岩が冷え固まる過程で柱や板のような壊れやすいブロック状の岩となり、それが長年の水の浸食によって現在のような滝になったとのこと。高さ20mの柱状や板状の岩の固まりの上から、まさに白糸のように水が流れ落ちていて、その滝つぼまで自転車で行くことができます。周辺は公園として整備されており、熊本の名水100選にも選ばれた美味しい水の水場もありますし、夏季限定の流し素麺を楽しめる茶屋もあります。残念ながら、地震の影響で、

現在は滝までのルートは限られていますし、何より被害の大きかった西原村の現状を目の当たりにしながらのサイクリングになるのですが、体中が浄化されるような冷気の中で、蝉時雨を聞きながら一日中でもゆったりして居たくなるような「白糸の滝」なのです。



DO
SPORTS

スポーツと私

ヒマラヤの未踏峰へ:2 高山病



副院長 循環器科
赤星 隆一郎

未踏峰2座目の登頂の翌日の夕方、重症高山病の治療のために全隊の集結地(3800m)に到着しました。診察の結果2名は高地脳浮腫で軽度の運動失調や精神症状が見られたものの病状は改善していました。後の1名は高地肺水腫で重症と診断しました。高山病について簡単に説明しますと、急性高山病はほぼ全員が最初に経験する比較的軽い高山病で頭痛、倦怠感、食思不振等の症状がありそれ以上の高地に登らなければ対症療法で対処できます。更に酸素分圧の低い高所に上ると血管の透過性が亢進して血液の液体成分が血管外に漏れ出てきます。特に問題となるのは脳と肺で高度となるとムクミ(浮腫)を来します。脳では頭痛、運動失調、意識障害を肺ではガス交換が障害されて呼吸困難、低酸素血症を来し重傷となると生命の危険に陥ります。治療の原則はとにかく酸素分圧の高い平地に下すことです。しかし高山では身動きの取れない重症患者を下すこと自体が危険を伴います。

C隊の隊員は重症の3名を背負ったりロープで確保しながら急な雪と氷の斜面を何とか安全な場所まで下したのです。3900mまで降りたことで脳浮腫の2名は自力歩行が可能となりました。肺水腫の1名は利尿剤を使用し起坐呼吸から横臥できる状態になったもののそれ以上の改善はみられず

呼吸困難のため歩行不能でした。全隊の集結が終わりようやく下山開始となりました。毛布と太めの木の枝で担架を作り搬送しました。途中川沿いの急峻な崖路やガレ場を慎重に下り何とかジープの走る地点にたどり着きました。この時の経験は非常に貴重で、高山病の怖さを実感するとともにその病態や予防対策を本格的に勉強するきっかけとなりました。翌年日本登山医学シンポジウムでこの経験を発表しました。生理学的に生存不可能と言われたエベレスト(8848m)に何故無酸素で登れるのか、酸素の少ない高地で生体はどのように反応し順化するのか等々興味深いテーマは山ほどあります。



写真説明: アタックキャンプから未踏峰(5280m)を望む

