

室原会だより

Vol. **94**

秋号
平成30年10月

ふれあい

(題字 室原亥十二)

室原亥十二会長/体(形質)の進化と心(意識)の進化

Docter's File

「ISO9001:2025」認証取得しました!!

第1回 カフェ・デ・モンクを開催して

第41回 火の国まつり総踊り

Dr.古庄のサイクリング紀行／Dr.赤星のスポーツと私

出張こらよか体操

うりほう／グループホームきくなんだより

...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

医療法人室原会 理事

子育て奮闘！女医ママ 前田衣里

皆様、初めまして、前田衣里（旧姓：室原）と申します。室原亥十二会長の孫、室原良治理事長の娘です。

私は東京女子医科大学を卒業し、現在、順天堂医院の整形外科医として働いています。また、昨年9月に息子を出産し、1児の母親でもあります。今年の4月より職場復帰し、仕事と子育ての両立に奮闘中です。



昨今、共働き家庭が増え、私も当たり前のように産後7か月で仕事復帰しました。ところが、育児と仕事の両立は想像以上に大変でした。時間的、体力的、精神的にもぎりぎりになり、夫や家族の協力、公共のサポート等利用しながらなんとか生活している状態です。

最近、東京医科大学の女子合格率を低くしていた問題が話題となり、気になるところです。産後の女医の離職率が高いため操作していたという話もありますが、実際、私も女医が復帰しにくい環境であると感じます。女性の働き方は見直されていくと思いますが、同時に男性の働き方も改革する必要があると感じています。

何はともあれ、子供の笑顔を見ると元気になりますね！

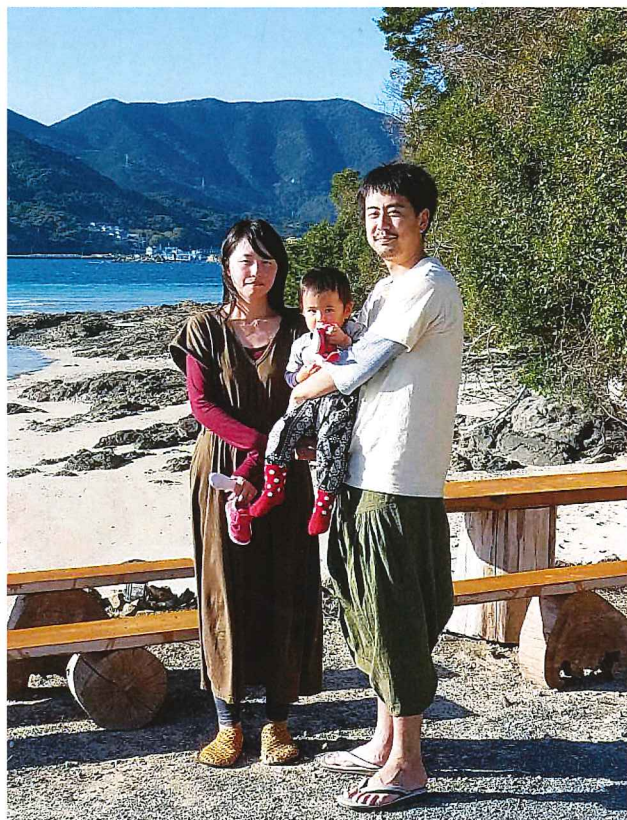


医療法人室原会 理事

むろ はら ほま れ 室原 誉伶

ただいま離島医療、修行中

皆さんこんにちは、室原誉伶と申します。僕は室原亥十二の孫で室原良治の息子です。医学部を卒業後、3年間の東京での初期研修という修業期間を経て今は長崎県の五島列島にいます。人口2万人、周りは空のように透き通った海に囲まれた上五島で、島唯一の病院で日々診療を行っています。開業医院も現在は島内に文字通り「0」。そんな医療過疎地域です。限られた医療資源、医療スタッフで島民の健康を守るため勉強中です。もう少し色々な場所で勉強したら、2020年度には熊本に帰りたいと考えています。県内で更なる研鑽を積み、祖父、父の手伝いをしながら少しずつ皆さんと共に健康を守るスタッフの一員になればと考えています。これからもどうぞよろしくお願いたします。



『ISO9001...2015』認証 取得しました!!

ISO9001とは、国際標準化機構（ISO）により定められた品質マネジメントシステムの国際規格です。品質マネジメントシステムとは、患者（利用者）さんやご家族へどのような医療・介護サービスを提供していくのか、組織としての方針を定め、患者（利用者）さんやご家族からの要望を満たし、品質を確保した医療・介護サービスを提供し続けるために継続的に改善していく仕組みを構築することをいいます。

2018年3月および5月に『ISO9001...2015』の登録審査を受け、同年7月26日付けで認証を取得することができました。

今後も、当院の品質マネジメントシステムは維持向上されているかをチェックする内部監査と外部機関によるサーベイランス審査を年1回受け、また3年に1回の更新審査を受けていきます。

引き続き当院の品質方針であります「理念」「共有する価値」の実現を目指すべく、医療・介護の質とサービスの向上に一層努力して参ります。

ISO9001では、品質保証のための規格要求事項があり、業務を棚卸して標準化し、マニュアルなどで文書化。それに基づいて各職員がルールを守り、確実に実行しているかを検証、記録、できていなければ改善して仕組みを再構築します。

当院は、医療・介護サービスの質と患者（利用者）さんやご家族の満足度の一層の向上を図ることを目的として、2016年12月7日、ISO9001受審に向けキックオフ宣言をいたしました。その後ISO準備委員を中心に勉強会や研修会を実施し、品質マネジメントシステム『きくなんブランド』の構築に日々努力して参りました。



第1回 カフェ・デ・モンクを開催して

菊南病院では室原理事長の方針により、認定を受けた臨床宗教師2名が心のケアチームの一員として、非常勤で勤務をされています。（H28・4月より開始）現在は週3回14～16時まで、1人は牧師、1人は僧侶が来られます。入院及び外来患者様、そのご家族の「心の声」をゆつくりと聴き、寄り添いながらお話ししていきます。

また、職員は、奥にかかえているダークゾーンを語ることで「ホッとする」瞬間を共有します。その両者からカウンセリングのタイミングをキャッチし、セッティングするのが私、コーディネーターの役目です。

H30・8・25（土）11～13時、これまでの形式とは別に、オープンカフェ形式にして、誰でも気軽に臨床宗教師を囲んで、お茶を飲みながら「あれこれ」

語り合う場を作ってみたくと、『第1回カフェ・デ・モンク in 菊南病院』を開催しました。（カフェ・デ・モンクは、移動傾聴喫茶・お坊さんが文句を聴きますよ。の意味）

「1対1では垣根が高い...でも、話してみたい」と感じてる方々に、来ていただく事を目的にしました。当日は参加者15名、あちこちに2～3人の語らいの輪ができていました。

その時参加されたご家族（長女様）より「良かったら入院中の父の所に行って話を聴いて下さい」と、ご縁の声も。第2回目も検討中です。また、お待ちしております。

臨床宗教師 窓口

田口 由利子



菊南病院 行事食献立



2018 敬老の日 お品書き

- ・栗おこわ
- ・海老と蓮根のつくね
- ・天ぷら盛り合わせ
- ・白和え
- ・じゅんさいと生麩のおすまし
- ・祝饅頭

第47回 火の国まつり総おどり

8月4日(土)火の国まつり総おどりに出場しました。

室原会は今年で4回目の出場になります。毎年、『室原内科・小児科』『菊南病院』『水前寺高齢者複合施設』『グループホームきくなん』から100名前後で総おどっています。亥十二会長の言われた『踊る阿呆に見る阿呆同じ阿呆なら踊らにや損々』 Dancing fool, watching fool: all fools, so let's all dance!の精神をモットーに出場しています。今回は初めて『こどもハッピー隊』を募集し、15名集まりました。3歳~8歳くらいの子供たちのハッピーを着て踊る姿は非常に可愛いく楽しそうに踊っていました。1回の練習で振り付けを覚えていました。子供たちの将来有望です。

昨年は台風接近の為、非常に強い風が吹いていました。今年は猛暑で暑いだろうと高を括っていました。

時刻は18:45。良治理事長の勝鬨とともに出場者に一体感が生まれました。おてもやんメイクの団長。出場者はサンバおてもやんのリズムで楽しそうに踊ります。当日は曇っていて良かったと話していたのも束の間、時刻は19:30頃。一番の見せ場、棧敷席の前！団長のインタビューの途中で…ここでまさかのゲリラ豪雨。まさにバケツの水を返したような雨の中、団長の声が雨にかき消されます。インタビューが終わり、また踊り続けます。途中で抜ける団体もありましたが、室原会は最後まで踊り続けました。踊る阿呆になれました。火の国まつり史上初のゲリラ豪雨。暑くて疲れていた子供たちもびしょ濡れになり元気にはしゃいでいました。大人もはしゃいでいました。最高の思い出ができました。



体(形質)の進化と心(意識)の進化

ふれあい93号「こころ」シリーズ続き

室原会会長 室原 亥十二



形質の進化は今更フランケンシュタイン的進化は有り得ない。

さて、古き良き時代のアメリカは全てがファストであった。今またトランプ大統領が「アメリカファスト」と言い出した。焦りが見える。又他国からみると利己的なアメリカともとれる。

有名な「利己的な遺伝子」という学説もある。それによると、生物学的進化には目的なしに、理由なしに半面利他的な進化が互恵的に行われてきたと言われている。今(小さなロケットマン)(オイボレ)と口汚く罵り合いながらも、同じテーブルに2018年6月に世界の注視の中で着いた。これは御兩人、互恵的な進化の原則にかなっているので、先ず安堵した。

席をけて戦えばヒトが死ぬ。このような事態にならないことを全人類は望んでいた。貿易戦争被害位ならなんとかなる。彼等の行動を決定するのは彼等の意識です。それは頭蓋骨内の大凡1500g程のブヨブヨした手のひらに乗る程の脂肪っぽい脳(視床・大脳皮質)(脳幹)にある。ニューロンは1000億、それを繋ぐ回路は100兆とも言われている。意識は視床-大脳皮質(ニューロン200億)に深い関連があり、脳幹(ニューロン800億)とは直接の関係はないらしい。ニューロンの“オン”“オフ”についてのメカニズムは科学的に分かっている。イオンチャンネルの流れの結果活動電位が励起される。それまでの意志決定のプロセスが権力者により左右される。

古今東西多くの利己的な大王・皇帝・独裁者の支配した国家はいつかは亡んでいる。現在の国家権力者は皆学んでいるはず。ヒトは何百万年にも及ぶ自然淘汰という学習を経て、今の世界の文明がある。一瞬の判断ミスで一発の原爆で、このかけがえのない地球を葬りさる程、最低でないことを祈るばかりです。(世界に原爆約2万個あり100個で生物は破滅と言われている。)

ヒトはまだホモ・サピエンスとは言えない。

科学の進歩と競うように膨大な予算を使い、それでヒト殺しをするのが如何にバカげているか悟った時が、本当のホモ・サピエンスです。


参考:

- ・心の進化を解明する ダニエル・C・デネット 2018
- ・わたしは不思議の環 ダグラス・ホフスタッター 2018
- ・種の起源 長谷川真理子 NHK 2015
- ・意識はいつ生まれるのか ジュリオ・トノーニ 2015
- ・利己的な遺伝子 リチャード・ドーキンス 2006
- ・ミームマシンとしての私 スーザン・ブラックモア 2000
- ・意識の探求 クリストフ・コッホ 2006
- ・こころの免疫学 藤田紘一郎 2011
- ・分かちあう心の進化 松沢哲郎 2018
- ・VRは脳をどう変えるか ジェレミー・ベイレンリン 2018

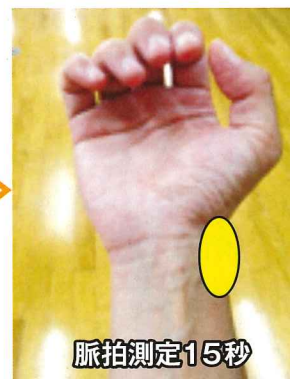
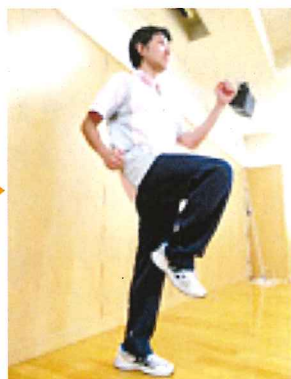
出張こらよか体操

番外編PART2 体力チェック!!「1分間その場足踏み」

体力チェック第二回は全身の持久力をチェックする一分間その場足踏みです。日常生活で疲れやすい、長く速く歩いただけで息切れがするという方は全身持久力が低下している兆候です。又、全身持久力が低い方は高い方に比べて生活習慣病の発症リスクが高いといわれています。

- ① 安静に立った状態で親指の付け根のあたり  の部分を反対の人差し指、中指、薬指3本で押さえ脈拍を15秒測定し、4倍して1分間の脈拍を出す。
- ② 脚を、股関節を直角又はそれに近い程度に曲がるように上げ、1分間その場で足踏みを行う。

- ④ 1分経過したら5秒以内に再び15秒脈拍を測定して4倍する。
- ⑤ 足踏み実施前との脈拍の差を確認!!



測定実施後に上記の目安より上の脈拍数なら持久力が低下している可能性があります。3ヶ月～半年毎に測定し足踏み後の脈拍が多くなっていかないかを計測して行って下さい。

増えた脈の目安

	男性	女性
20歳台	15回以内	15回以内
30歳台	15回以内	15回以内
40歳台	18回以内	20回以内
50歳台	20回以内	22回以内
60歳台	25回以内	30回以内
70歳台	26回以内	30回以内
80歳台	28回以内	32回以内
90歳台	28回以内	32回以内

健康体力づくり事業財団HPより引用

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

35.熊本初の環状交差点

環状交差点というのは、その名の通り、道路がリング状（環状）になっている交差点で、しかも信号機がないのが特徴です。ある程度の交通量のある交差点では環状交差点にすることにより、信号待ちの時間がなくなって、交通渋滞の緩和ができるということで、1960年台にイギリスで走行規則が制定され、ヨーロッパでは広く利用されています。世界で一番有名な環状交差点は、フランスはパリの、あの凱旋門を中心とする交差点だそうです。

日本でも道路交通法で環状交差点の定義と交通方法が定められ、2014年9月1日から施行され現在、全国で約60箇所の環状交差点が施行されています。

熊本県内では合志市の竹迫（たかば：JTの工場の東側）に来年春に全面オープン予定の商業集積施設「アンビー熊本」の敷地内中心部交差点に設置されました。環状交差点に入る時は、必ず左回り（時計の針と同じ方向）に入るなどいくつかのルールがあり、注意が必要です。現在、運転免許更新時に環状交差点での交通方法についての講習が行われています。

先日、休日に自転車でサイクリングに合志方面へ出かけた際に、その環状交差点を訪れましたが、そこでは、

まだ住宅展示場だけが開業している状態で、自動車はまったく走っておらず、県下で最初の環状交差点をグルグル回ることができました。皆さんも来年春のアンビー熊本の全面開業の前に一度、環状交差点を体験してみてくださいはいかがでしょうか？



(この日は朝早かったこともあり自転車で交差点内を回り放題でした)

DO
SPORTS

スポーツと私 山女魚釣り：1



副院長 循環器科
赤星 隆一郎

これまでスポーツ活動中に経験した事故は2件あります。骨折と遭難ですが何れも登山ではなくヤマメ釣りによるものです。今でもヤマメ釣りを続けていますが、年々一緒に行ってくれる仲間が減っていき近年は単独行を余儀なくされるようになりました。これからは一緒に行ってくれるような若い人を見つける必要があります。渓流釣りは体力が必要で、危険も伴います。しかし魚釣りの中でヤマメ釣りほど楽しいものはありません。山女魚はサケ科の魚で、渓流の上流域で産卵し幼魚は成長すると海に降るのです。降海して成魚になると60cm以上になります。日本海側に降るのがサクラマス、太平洋側に降るのがサツキマスで、前者は富山のマスの鮭として、後者は長良川のものが有名です。海に降れず陸封されたのが山女魚です。成魚になっても最大30~40cmくらいです。銀白色の地に薄いピンク色を帯びパーマークと呼ばれる幼魚紋が体側に並んでおり息を呑むほど美しいです。山女魚は、同じ渓流に棲むイwanaやマスに比べて遊泳力が強く激流でも餌を捉えます。針掛かりすると強烈に引き、手応えは十分です。食べても美味しく渓流の女王とも呼ばれます。しかし非常に敏感で人影や物音がすると警戒して釣れません。釣りの好条件は台風や雨の後の増水時の薄濁り、曇りや小雨でやや薄暗い時です。明け方や日没時の薄暗がりも狙い時です。清澄な空気と美しい渓流の中で釣りに没頭するのは最高の楽しみです。しかし危険も大です。濡れた岩や崖を遡上しますので転落や滑落、溺水の危険があり、マムシや蜂にも気をつけねばなりません。夕方夢中になって釣っていたら、真っ暗になり川から上がれなくなったり、大雨の中、急に増水し流されそうになったこともあります。それを補って余りあるほど楽しいのがヤマメ釣りです。日頃のトレーニングの目的の一つはヤマメ釣りの出来るような体力をつけることなのです。



うりぼう



uribou

～ 施設の楽しい行事を紹介～

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

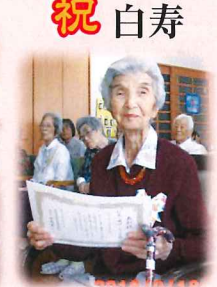
膝

夏の恒例行事！夏祭り&流しそうめん

敬老会

今年も地域の保育園児の歌や踊りに元気をもらいました

祝 白寿



ほらほら、
流れて
来たよ！



園児さん
からの
贈り物！

＊ グループホーム きくなん だより ＊

おやつ作り



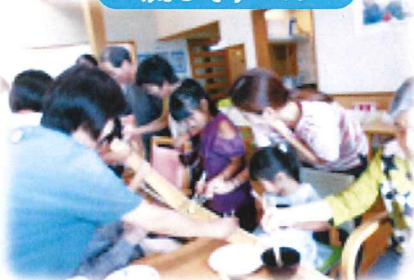
まるでカフェのような出来栄え♡

自衛隊花火鑑賞



今年も良く見えました！

流しそうめん



お孫さん、曾孫さんまで
沢山の参加がありました♪

敬老の日



ボランティアによる踊り鑑賞、病院からも患者様の
参加がありました。手作りのおはぎも好評でした。

◆外来担当医当番表◆

●急患の方以外全て予約制です

平成30年9月～

菊南病院

		月	火	水	木	金	土	
午前	1診	室原	赤星	室原	梅田	赤星	室原	
	9:00 }	2診	古庄	加古	古庄	加古	吉村	
	12:00	3診	うねだ 采田	整形外科 前田	吉村	南 じょうだい 城墓	前田(第1・3・5) 南(第2・4)	
午後	1診	—	—	室原	室原	—	—	
	13:00 }	2診	中島	中島	うねだ 采田	吉村	禁煙外来 古庄	休診
	17:00	3診	南	南	神経内科 14時～17時 守屋(隔週)	—	禁煙外来 赤星	

○受付時間：月～金（午前）8:30～11:30まで（午後）12:30～16:30まで
土（午前のみ）8:30～11:30まで

○休診日：日曜・祝祭日・年末年始等 但し、急患の場合はお電話でご相談ください。

—診療情報—

じょうだい
城墓

呼吸器内科 ※要予約

守屋

神経内科 ※隔週（事前にご確認下さい）

禁煙外来

毎週金曜日の午後 ※要予約

★都合により受付終了時間が早まる場合がございます。ご了承くださいませ★

平成30年4月現在

室原内科・小児科

	月	火	水	木	金	土
午前	室原亥十二	室原亥十二	室原亥十二	休診	室原亥十二	室原亥十二
	梅田Dr	梅田Dr	室原亥十二		梅田Dr	糖尿病外来 (後藤Dr)
午後	室原亥十二	室原亥十二	室原亥十二	休診	室原亥十二	室原亥十二
	梅田Dr	梅田Dr	喘息外来 (藤井Dr)		心臓外来 (室原良治Dr)	心臓外来 (室原良治Dr)

★午前8:30～12:00 午後1:30～3:00

●診察日・時間：月～土曜日（木曜日を除く） 午前8:30～午後6:00

●休診日・時間：木曜日・日曜日・祝祭日・年末年始等

編集後記

編集長 室原 鈴子

今年の暑さは異常で、燃える様な炎暑が続いたが熱中症にもかからず一安心。やっとさわやかな秋風が到来した。今回は孫の初便り、お届けしてみました。会長は満身創痍ながら、ひい孫らのスナップだけが唯一生きる力、というのが口癖です。

「ISO9001:2015」認証取得の朗報、皆さんも熟読して「理念」「共有する価値」の実現を目指して下さい。「第一回カフェ・デ・モンク」の開催は、ユニークな新企画の誕生。「心の声をきく」とは今求められている貴重なテーマだと思えます。いたずらに年を重ねていく我が身をふり返り、遅ればせながらチャレンジャーになって奥深い心の在り方を探求してみたいと思う。阿川さんのベストセラートの「聞く力」も大きな反響を呼びました。

また、お互いがリスpektしあう関係作りのため、恒例となった火の国まつり総踊りへの参加。猛暑の中、やる気！元氣！根氣！とパワー炸裂！沢山のスナップで見ると素晴らしいスマイルの一大イベントに乾杯！

活字中毒の会長は、何やら難しい小論文の執筆、95才の年に免じてご容赦下さい。「出張こらよか体操」やさしく、担当者の方の思いやりに感謝しつつ、実行してみして下さい。

「Dr古庄のサイクリング紀行」回が重なる毎にプロ級の記事、スナップと奥深い歴史、優れた筆力、まとめてすばらしい本になさってはいかがですか？ベストセラー間違いなしです。

「赤星Drのスポーツと私」美しく力強い山女魚と、過酷な大自然の中で戦う先生の姿が目につかぶようです。好きな事を全力で楽しむためにも、日頃の体力作りは大切です。

「うりぼう」グループホームきくんだより」の楽しそうなお年寄りの笑顔。担当の方々の愛情一杯の精神に、頭が下がります。

先日、名優樹々希林さんの旅立ちには残念でしたが、「おごらず、人と比べず、面白がって平気に生きればよい」見事な人生哲学の極限に感動しきりでした。