

室原会だより

Vol.111

菊の花まつり

新春号

令和5年2月

(題字 室原亥十二)



第2回「菊の花」まつり開催

起床後補水のススメ

室原亥十三会長 百寿の内祝いのおつどい

第27回 菊南病院 院内各部署発表会

ちょっとひといき「ハーブで健やかライフ」

ドクター古庄のサイクリング紀行

城野憲三Dr.の「徒然の記」

うりぼう/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

第二回「菊の花」まつり開催

令和四年十一月



令和三年度の初開催に続き、令和四年も「菊の花まつり」を敢行することができました。この催しは、「不自由な生活が続く昨今、花を育て四季を楽しみ、家族や職員との交流を深める機会にもなれば」という室原亥十二会長の鶴の一声から始まりました。今年も三十九名の職員有志が春から育て始めた菊の花が、開催期間の十一月に絢爛に咲き誇りました。菊の花の育成は難しく、素人が多い中でも経験者にアドバイスを求めながら試行錯誤し、ご覧の開花に成功しました。特に二回目の参加者は昨年に比べ、より美しく大きく咲かせてくれたように感じます。

昨年は品評会を行いました。参加者の環境がそれぞれ異なり、開花の時期がまちまちだったことから評価が難しく、今年は正面玄関に飾り「展覧会」として開催しました。色や形、高さなど個性豊かな作品に、職員やご利用者様の目にも鮮やかに楽しんでいただけようです。

長期間に渡り花を育てていただいた参加者の皆さまには、会長より素敵な一輪挿しの参加賞が贈られました。



起床後補水のススメ

医)室原会 菊南病院

梅田 照久 副院長

陸上生物にとって保水機能は最も重要な生理機能であり、その衰えは寿命を縮めます。

我々も50歳頃から保水機能が衰え始め、皮膚にシワが増え、気力・体力が減弱してきます。さらに夜間就寝中は絶飲食のため、起床直後の脱水は高度となり、倦怠感・めまい・立ちくらみなどを来します。ここを無事生き抜くためには、起床直後に水・湯500ml以上を補給することです。

私の外来では、尿比重(USG) < 1.020の薄黄色尿を目標に起床時補水の量を調節しています。

この際、薬も一包化して一緒にのめば、のみ忘れが減り、塩分排泄も促進されます。これを毎朝実行することで、高血圧をはじめ熱中症・脳梗塞・心筋梗塞・腎不全、さらには認知機能低下も予防できるかもしれません。早速明日から実践し、健やかで快適な毎日をお過ごしください。



室原亥十二会長 百寿の内祝いのつどい



医療法人室原会の室原亥十二会長の百寿のお祝いに、ささやかな会を開催いたしました。

会長は体調不良により残念ながら欠席されましたが、『ここまで医業を続け、百寿を迎えられたことは職員の皆さまのおかげです』という感謝の意をぜひ伝えて欲しいというお気持ちから、法人内で25年以上の永年勤続の方への表彰と全職員分の百寿記念の記念品を室原良治理事長より代表者へ贈呈されました。会では会長のインタビュー映像が流れ、これまで歩んできた法人経営に対する心構えや菊南病院創立について、諸先輩方や職員の皆さまへの感謝の言葉が語られました。

私たち職員一同も、感謝をもって亥十二会長の賀寿をお祝い申し上げるとともに、良治理事長が閉会の辞のご挨拶で「亥十二会長はずっと活火山のように燃え滾っている」と言われたように、いつでも熱をもってお進みになる姿を励みにし、今後ますますの室原会の発展に寄与していきたいと思っております。



記念品 紀州塗りのお盆



第27回 菊南病院 院内各部署発表会

開催日：令和4年11月30日(水)

令和4年11月に院内各部署発表会を開催しました。菊南病院では、院内各部署発表会を通じて、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、新型コロナウイルス感染症対策の為、集まるとの開催ではなく、事前に発表の収録を行い、各自で発表の動画を閲覧していただきました。

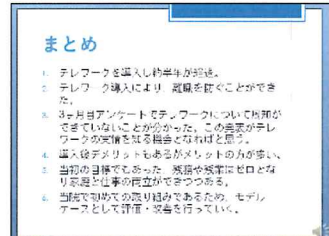
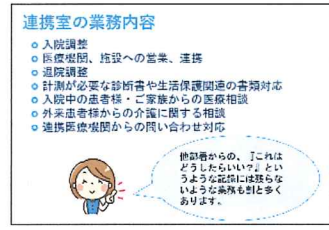
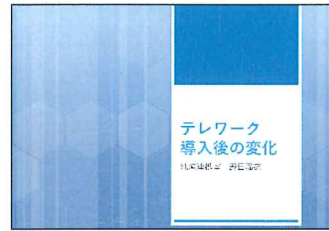
今後も感染状況にあわせて発表会の形を変更する等、工夫して取り組んでいきたいと思っております。

菊南病院 教育研修管理委員会

プログラム		
動画番号	演題	発表者
①	「テレワーク導入後の変化」	地域連携室 野田主任
②	「コロナ病床稼働」	包括病棟 上田主任
③	「テンプレートをを用いたハイリスク薬の副作用モニタリング」	薬剤部 神西絵里
④	「在宅ネーザルハイフロー療法を導入した COPD 呼吸不全患者の一例」	医局 福島先生

演題① 「テレワーク導入後の変化」

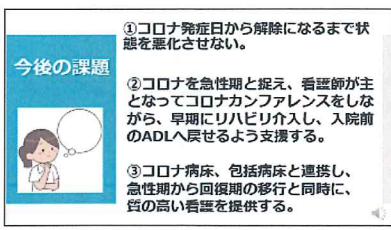
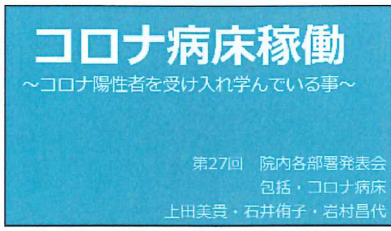
地域連携室 野田主任



菊南病院での初めてのテレワークを、開始6か月の時点で振り返ったもので、解りやすく、興味深く視聴しました。何といつても「片道約20分の時間削減」は大きいですね。一般社会では多方面でテレワーク化が進むことが予想される中、医療機関でテレワークが可能な部署は限られているとは思いますが、今後もテレワークにもなる問題点について継続的に検討しながら、新たな業務形態を、より良いものにしてくださるよう、願っています。(総評 古庄副院長)

演題② 「コロナ病床稼働」

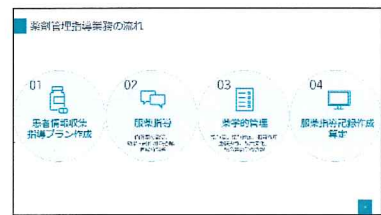
包括病棟 上田主任



今年9月1日に当院で開始したコロナ病床を解りやすく紹介していただきました。その間、看護師として感じたことや、問題点などもご紹介いただいたが、「患者様に近づけない葛藤」もあり、最初はマイナスイメージだったが、少数の患者様のすべての世話をすることで、「やりがいを感じる」までになったことなど、大変印象に残りました。(総評 古庄副院長)

演題③ 「テンプレートをを用いたハイリスク薬の副作用モニタリング」

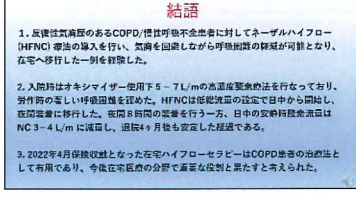
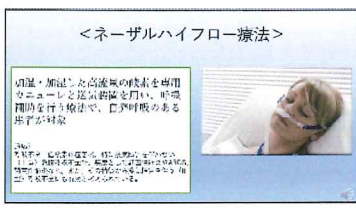
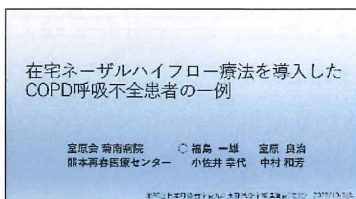
薬剤部 神西絵里



入院患者様に対する薬剤管理指導業務の中でも煩雑な、ハイリスク薬の副作用モニタリングを、テンプレートをを作成することにより短時間で効率よく行えるようになった事例を発表していただきました。薬剤部側だけでなく、患者様のベネフィットにも大きく寄与することであり、大変価値のあることだと思います。今後も同じような業務改善を図っていただくよう、期待します。(総評 古庄副院長)

演題④ 「在宅ネーザルハイフロー療法を導入した COPD 呼吸不全患者の一例」

医局 福島先生



反復性気胸歴のある COPD / 慢性呼吸不全の 60 才の男性患者様に対してネーザルハイフロー療法を在宅でおこなった症例を報告していただきました。福島先生によれば、この患者様では呼吸不全の治療効果に加え、ネーザルハイフローにより、強く咳き込むことがなくなり、気胸の再発も減ったと考えられるとのことです。(総評 古庄副院長)

ちょっとひといき

<ハーブで健やかライフ> Vol.2

メディカルハーブコーディネーター 室原敬子

地球規模で伝播するウイルスの猛威に困惑する日常が3年以上に渡り続いています。一方で人類の知恵や科学的な研究によりワクチン開発が進み、治療薬も期待される所です。太古の昔から人類は、未知なるウイルスや病原体と戦い、時に共生し、平衡状態を保ちながら生き抜いてきました。

はるか昔の先人の知恵とハーブの世界を少しひも解いてみましょう。今回、ご紹介するハーブは、「エルダーフラワー」と「エキナセア」です。「エルダーフラワー」は抗アレルギー作用をもち、カタル症状を鎮めるため、欧米では「インフルエンザの特効薬」と呼ばれています。また花粉症などのアレルギーの症状を軽減する働きもあります。紀元前5世紀には既にヒポクラテスもエルダーフラワーについて記述しています。英国ではコーディアルと呼ばれる伝統的な自然飲料としても楽しまれています。

「エキナセア」は北米の先住民が最も大切にしていたハーブで、伝染病や毒蛇に咬まれたときなどに用いました。また科学的な研究が進み「免疫力を高めるハーブ」として広く知られるようになり、風邪、インフルエンザ、カンジタや尿道炎などの感染症の予防にも用いられています。



メディカルハーブは1種類でも数えきれない程の機能成分を含みますが、作用の現れ方はとても多様です。その多様性こそが魅力の源ですが、数種類のハーブをブレンドすると相乗効果がより期待でき、飲みやすくもなります。エルダーフラワー、エキナセアに加えて前回ご紹介した抗炎症作用のあるジャーマンカモミールもブレンドすると良いでしょう。

今年の花粉の飛散量は、例年より多い予想です。シーズン到来に備えて、また感染症対策の一助として、治療力を高めていきましょう。



エルダーフラワー

抗アレルギー作用から、インフルエンザの特効薬とも呼ばれる



エキナセア

免疫力を高めるハーブ

CHRISTMAS



バターピラフ
クリスマスフライドチキン
(付) ポテトサラダ、ブロッコリー、マカロニソテー
サーモンのサラダ/オニオンスープ
クリスマスケーキ/シャンメリー

おせち料理



・雑煮
・祝折
お赤飯/黒豆/数の子/祝海老/酒蒸し/紅白かまぼこ
寿錦たまご/サイコロステーキ
炊き合わせ (寿高野豆腐、昆布巻き、花人参、椎茸、絹さや)
大根なます/栗きんとん/苺

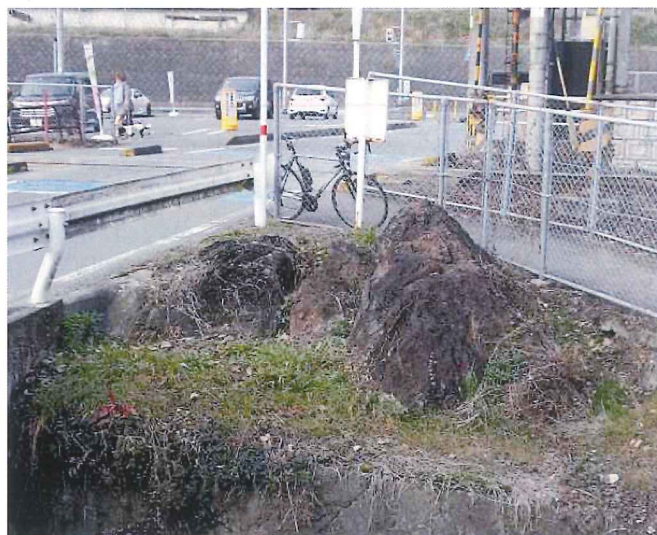
52. 「兎谷」の伝説

今年がウサギ年なので、ウサギに所縁のある土地をサイクリングしてきました。菊南病院からは陸上自衛隊清水駐屯地の向こう側の、立田山と岩倉山の間の「兎谷」、それに合志市須屋の熊本電鉄三ツ石駅です。そこには、こんな伝承があるのです。

平安後期の武将、源為朝（みなもとのためとも）は幼少の頃から勇猛で、弓の名人でした。あまりの暴れん坊のために十三歳の時に都から追放され、九州に来てからは「鎮西八郎」と称し、各地で武勇伝を残しました。肥後の国では、宇土の木原山を拠点に置き、山の上を飛ぶ雁を為朝が弓矢で撃ち落とすため、雁が木原山を迂回して飛ぶようになったことから木原山に「雁回山」との別称が付けられたことでも有名です。その源為朝が現在の合志市須屋あたりに狩りに来た時のことです。一羽の兎を見つけ、矢を射ましたが、どういう訳か、矢は近くの大きな石に当たってしまいました。その石が、現在の熊本電鉄三ツ石駅の横にある「三ツ石」で、的に当たらなかった矢の事を「素矢（そや）」と呼び、それが転じて、周辺を「須屋」と呼ぶようになったのだそうです。そして、狙われたウサギが驚いて一目散に逃げ込んだ立田山の麓の谷を「兎谷」と呼ぶように

なった、とのことなのです。

今の兎谷は岩倉山の斜面の宅地開発が進んでしまい、ウサギの隠れる場所が少ない環境になっていますが、「兎谷」の伝説を思い出しながら、ゆっくりと自転車で谷の小径を下ってきました。



為朝の矢が当たった「三ツ石」

徒然の記

菊南病院
城野 憲二

徒然の記《その七》他にも安い方法があった。だけど・・・の段。

他にも安い方法があった。だけど・・・の段。

徒然の記（その六）に書いたように、思いを伝える際に長距離電話に比べて格段に安く上がる方法が手紙であった。しかしその他にも手紙ほどではないが、何とかバイト代で可能な方法があった。

学生の頃の話である。「スカイメート」という言葉をご存知だろうか。航空運賃の学生割引のようなものである。今もあるのかもしれないが、45年前は以下のようなものであった。まずは空港のカウンターに行き、学生証で身分を確認される。搭乗順は要するにキャンセル待ちであるが、一般キャンセル待ちが優先される。だから、正規の搭乗者や一般キャンセル待ちの客で満席になってしまうと、搭乗できないことになる。だが、当時は今ほど飛行機の利用者が多くなかったのだろう、スカイメートのキャンセル待ちで搭乗できなかったという記憶はない。因みに運賃は正規運賃の半額であった。

私の父も彼女の父も立派な人物であったが、公務員であり、それぞれ兄弟もいたので決して裕福な家庭ではなかった。私はバイトをして中古車を買ったしガソリン代や飲み代などもバイトで稼いだ。たまにする長距離電話の電話代やスカイメートの運賃もバイトで賄った。

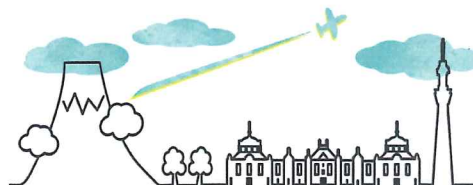
私はそれまで東京に行った事がなかった。私の出身高校の修学旅行は京都、奈良、大阪であった。東京という所に対する興味もあった。勿論、彼女にも会いたかった。何はともあれまずは一度

行ってみないと始まらない。スカイメートを利用し朝9時頃の便で熊本を発ち、数時間デートして夕方5時頃の便で日帰りした。これが私の初めての東京旅行であり、飛行機に乗ったのも初めてだった。因みに親には学校に行くと言って出てきた。

この日のことは鮮明に憶えている。と言うと嘘になる。何月何日だったかも憶えていない。ただ半袖シャツを着ていたので夏だったと思う。どこで待ち合わせをし、どこで昼食を食べたかも憶えていない。唯一、出来たばかりの池袋サンシャイン60に上がり、展望室から東京を眺めたことは憶えている。何となく押し黙ってしまった。これから先のことに対する漠然とした不安を感じていたのかもしれない。夕方になり羽田空港で分かれて飛行機が誘導路に向かう時、彼女が送迎デッキに立っていた姿を憶えている。

その後も何度か東京デートを企てたが、流石に日帰りは最初の時だけだった。とは言え東京に行ってもホテルなどに泊まる余裕はない。彼女の下宿は父親も含めて男子禁制であったので泊めてもらえるはずもない。私は高校時代の友人の下宿に転がり込んだり、深夜喫茶にオレンジジュース一杯だけ頼んで夜を明かしたこともあった。

若いということは素晴らしいことだった。



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
グループホーム 鈴の音
水前寺有料老人ホーム



新年、あけましておめでとうございます。
本年もよろしくお願いいたします。



元日の朝食にお雑煮、お昼にお屠蘇にお節をいただきました

【総括マネージャー 大森作】

ありがとう～



中央区大江にある是法神社や白山神社に行ってきました。



グループホーム きくなん だより

紅葉狩りを兼ねて桜町へお出かけ



ホットサンドを食べました!

11月の日和の良い日、コロナも少し落ち着いた頃、人混みのない時間を見計らい、桜町までお出かけ。熊本城も鑑賞出来ました。

皆さん楽しそうでした!

菊南病院の菊の花まつり鑑賞



ゆず湯



餃子作り：好評にて今年2回目!!

クリスマス：マスクのプレゼント



とても上手に出来ました
味も最高



◆外来担当医当番表◆

●急患の方以外全て予約制です

2022年8月8日～

菊南病院

診察時間	診察日	月	火	水	木	金	土
午前 9:00 } 12:00		室原	赤星	室原	梅田	赤星	室原
		古庄	加古	鈴木	加古	加古	城野(第4以外) 福嶋(第4)
		南	鈴木	久重	南	福島	南(第2・4)
午後 (2診は院内検診含む) 13:00 } 17:00		—	赤星	室原誉伶(第1)	室原	禁煙外来 赤星	
		城野	城野 (褥瘡回診)	城野	—	禁煙外来 古庄	休診
		南	鈴木	久重	福島	室原誉伶(第1)	
発熱外来		城野	南	城野・南	室原・福島	福島	

○受付時間：月～金 9:00～12:00(受付8:30～11:30まで) 13:00～17:00(受付12:30～16:30まで)
土 9:00～12:00(受付8:30～11:30まで)

○休診日：日曜・祝日・年末年始等 ※但し、急患の場合はこの限りではありません。
(急患の場合はお電話でご相談ください。)

★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★

◆外来担当医当番表◆

令和4年10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			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		心臓外来 (室原良治Dr)	心臓外来 (室原良治Dr)

★動脈硬化検査：随時

- 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

大輪の菊から令和五年がはじまりました。色とりどりの菊をエントランスに並べると、大きさも形も色もまちまちなのに一体感があって、パツと華やかに。亥十二会長が「菊の花まつり」という横断幕を作ってくださったので、見てより楽しい展示会になりました。

「起床後補水のススメ」は梅田副院長より寄稿いただきました。今年も健やかな毎日をご過ごすには？という一問へのヒントが。また、亥十二会長「百寿の内祝いのつどい」のレポートも。会場の横断幕を飾ったお花飾りは、菊南病院のダイケアに作っていたいただきました。

「第二七回院内各部署発表会」は、集まって研究発表を聴講する形から、コロナ禍を経て事前収録した動画視聴という新しい形を取り入れています。今回は、各演題に教育研修管理委員会の古庄副院長からの講評を掲載しております。

「ちょっとひととき(ハープで健やかライフ)」が、連載になりました！メデイカル・ハープコーディネーターの資格を持つ室原敬子さんによる、めくるめくハープの世界。未知のハープとその効能が読み易く豊かな文章で綴られ、どんな香りだろう、どんな風味だろう、と想像がふくらみます。これからの出合いがとっても楽しみです。

私事ですが、小さい頃からバスで市内に行く際に「兎谷」を通っており、アナウンスを聞きながら「昔は兎がいっぱいいたのかな」とメルヘンチックに思っていました。まさかそんな豪快な由来があったとは。サイクリング紀行を読みながら、地域を飛び回る武将の姿と歴史を感じました。

現代に戻り、城野先生の徒然の記、自分が初めての東京に行った時を思い出しました。どこまで歩くの羽田空港、どれに乗るの地下鉄、どこから来るの人の波。TVで見ていた場所に実際に立った時の不思議な感じ、今も昔も、こわくて魅力的な都です。先生の青春時代を覗きながら、改めて若いって素敵です。

終息を見ぬまま社会もまた変わっていきます。でも人は、ずっと未知を切り開いてきた弱くて強い生き物です。春にまた、明るく紙面を広げられますように。

編集後記

編集委員長 高栢 良子

