

室原会だより

Vol.114

ふれあい

(題字 室原亥十二)

秋号
令和5年11月

Doctor's File / 中川真英 先生
訪問リハビリテーション
栄養の日 / きくなん食品プロジェクトとは?
ナイストライ (職場体験学習)
菊南病院「出前講座」活動報告
ちょっとひといき / お茶で健やかライフ
ドクター古庄のサイクリング紀行
城野憲二Dr.の「徒然の記」
うりぼう / グループホームきくなんだより
別刷・徒然の記 番外編「イタリアふれあい街歩る記」
...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



リハビリテーション科
中川 真英 先生

このたび9月より菊南病院にお世話になることになりました中川真英（なががわまさひで）と申します。平成9年熊本大学医学部卒業で熊本大学附属病院第2外科に入局しました。これまでは主に消化器疾患に対する手術を行っていました。

5年前に頸椎ヘルニアを発症し突然左手が動かなくなりました。中村整形外科で手術を受けましたが最初は握力が8kgまで落ち、手首から先しか動かない状態でした。約3ヶ月リハビリを行ってある程度の回復はしたのですが、長時間の手術執刀が困難となりメスを置くこととなりました。

突然の事態でしたので今も自分に何が出来るかを模索しながら仕事をしているところです。幸い外科的処置が出来るというのはいろんな場面で活躍できるので、なんとか要望に応えながら働いているところです。

今回、前田先生が開業されることで縁があり回復期リハビリテーション病棟の専従医として勤務することとなりました。前田先生とは私がまだ学生時代に同じサッカーチームでプレーしていました。前田先生は私をはじめちゃくちゃ上手だったのを覚えています。今後どのような立ち位置での仕事を求められるのか自分でも分からない部分が多いのですが、病院にそして地域の患者さんに必要とされるような医師でいたいと思います。

入職時の自己紹介なので何かいいことを書くこうかとも思いましたが、思いつきませんのでやめておきます。コミュニケーションは会話が一番と思いますので、お気軽にお声かけ下さい。

訪問リハビリテーション

「訪問リハビリテーション」とは、医師がリハビリテーションを必要と判断した場合に、理学療法士や作業療法士などのリハビリテーション専門職が自宅に訪問し、リハビリテーションを行うことです。

訪問リハビリテーションでは、サービスを利用する高齢者の心身機能の回復や日常生活の自立を目指すだけでなく、健康状態の確認、介助者への介助方法の指導、手すりや歩行器等の福祉用具の検討を行います。



《令和4年度実績》

対象者 47名 / 合計実施日 181日

合計単位数 362 単位

1ヵ月の対象者：5名前後

1名の利用者に週1～2日、

1日1～2単位（20～40分）のリハビリを実施しています。



菊南病院の訪問リハビリテーションは、自宅で活動的に過ごすための支援を行っています。従来のリハビリは寝たきりにならないことを目標としていました。現在では、「料理ができるようになりたい」「買い物に行つて自分で食材を選びたい」など個人の“できるようになりたいこと”を目標に掲げています。

自立支援にとどまらず社会参加を目指しています。

- 対象となる方
 - ・要介護認定を受けられている方（要介護・要支援）
 - ※40～64歳の方でも特定疾病により介護認定を受けられていれば利用可能です
 - ・医師から「訪問リハビリテーションが必要」と認められている方
- 利用するタイミング
 - ・リハビリテーションを受けたいが、寝たきりのため自宅から出ることが難しい
 - ・リハビリテーションを受けさせたいが、本人が通所リハビリテーションを拒否している
 - ・個別のリハビリテーションを受けたい
 - ・リハビリテーションを自宅で安全に行いたい
 - ・介助の方法を教えてほしい
- メリット
 - ・自宅で個別にリハビリテーションを行うため、オーダーメイドのリハビリテーションが受けられる
 - ・個人の日常生活に沿ったリハビリテーションを受けられる
 - ・個人のペースでリハビリテーションを受けることができる

きくなん食品ロスプロジェクトとは？



家庭で余ったり、賞味・消費期限が近い食品を持参してもらい、院内の管理栄養士がアレンジレシピを考案、それを元においしい食事を楽しんで、職員に食品ロスについて考えてもらう取り組みの事です。菊南病院ではSDGsの取り組みとして栄養部がプロジェクト化、今回はその2年目です。

1 食材をご提供いただいた方

猪本伸子さん
坂田直美さん 敬称略

計 16 食材

2 リメイクレシピで調理していただいた方

野村美子さん 松岡英子さん 高栢良子さん
師井綾香さん 藤小奈見さん 敬称略
小田京奈さん 中嶋朋子さん

計 33 レシピ

3 ナムルの素が 仰天チエンジ！

実際の調理ご紹介

簡単ビビンバライス (4人分)
ごはん……………600g
豚ひき肉……………150g
えのき……………1/2 株
小松菜……………2 束
にんじん……………1/3 本
……………大さじ 1

■調味料
ナムルの素……………1/2 袋
塩コショウ……………少量
醤油……………少量
豆板醤……………お好みで

焼き肉のたれが 華麗に変身！

茄子の豚肉巻き (4人分)
茄子……………1~2 本
豚肉薄切り……………8 枚
片栗粉……………大さじ 1
塩コショウ……………少々
サラダ油……………小さじ 1
焼き肉のたれ……………大さじ 3
ごま……………少々
レタス、カイワレ…お好みで

☆豆板醤を入れても ^ ^

4 今年の参加賞

今年も(株)ヤクルトより、ヤクルト商品贈呈

今回のイチオシレシピ！

鮭の粒マスタード焼

【材料】2人分
 鮭……………2 切れ
 塩コショウ……………少々
 小麦粉……………大さじ 2
 粒マスタード……………小さじ 2
 オリーブオイル…小さじ 2

チーズソース
 クリームチーズ…100g
 牛乳……………カップ 1/2
 コショウ……………少々

【作り方】
 1. 鮭に塩コショウを振り小麦粉をはいたら両面に粒マスタードをたっぷりぬる。
 2. フライパンにオリーブオイルを熱し、鮭の両面を焼く。
 3. 牛乳をレンジで1分温め、へらで柔らかく練ったクリームチーズに少しずつ加えて伸ばしていく。
 4. 柔らかくなったら鍋に移し、焦げないようにかき混ぜながら火を通し、コショウを加えて味を調える。
 5. 皿に盛った鮭にかけて完成。

Point 鮭の焼き方
 マスタードをぬった面をあまり動かすとはがれるので、動かさず蒸し焼きにする

2023秋 ふれあいお品書き



敬老の日
2023.9.18

- 松茸炊き込みご飯
- 天ぷら盛り合わせ
- 高野豆腐の含め煮
- すまし汁
- 祝饅頭



土用丑の日
2023.7.25

- 鰻弁当
- オクラとミョウガの和え物
- すまし汁
- 紫芋羊羹

ナイストライ(職場体験学習)



菊南病院では9月の3日間、ナイストライ事業(職場体験学習)にて北部中学校の生徒4名を受け入れました。「ナイストライ」は、様々な職業の体験活動を通して仕事のやりがいや楽しさ、職業観など生きる力を育み、仕事の大変さ厳しさを学ぶ機会です。

今回の体験で何か一つでも学びがあり、学生生活がより有意義なものになれば幸いです。皆さんの学校生活が病気に冒されることなくキラキラと輝いたものになりますよう、医療・介護の現場を守っていきたく思います。

○感想より※一部抜粋

- ・三日間の学習の中で特に印象に残ったことは「患者さんへの接し方」です。いつでも、どの患者さんの前でも笑顔を決やさずはきはきとした声で話す姿がとてまかつこよかったです。
- ・私はこのナイストライでお医者さんや看護師さん、リハビリの先生方から患者さんは、元気をもらっているんだなと思いました。となりで支えることで、不安がとけ少しでも安心できると思うので、私も患者さんに安心してもらえるよう学んだことを生かし夢を叶えたいです。
- ・私は助産師という夢を持っていますが、いろんな方のお話を聞き実際にやったりすると、その仕事のかつこよさがみえ夢を広げることができました。皆さんに教えてもらった「笑顔」「話し方」を将来につなげます。
- ・三日間の学習で私は、キャリアを積まれている方々と自分との差を痛感しました。「この仕事に就きたい」という願望だけでなく、経験を積むことで夢に一步近づいていけるのかなと感じました。



ユニフォーム、防護衣体験



皆さんの健康を守ります♪

菊南病院「出前講座」活動報告

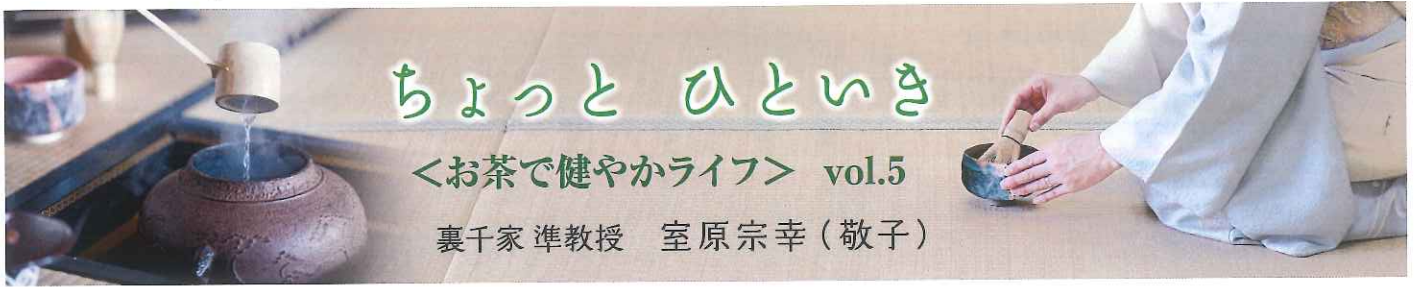
菊南病院では、地域交流の活性化・健康増進のために「出前講座」を行っています。ご依頼があれば、公民館やコミュニティセンターでの地域の集まりにおじゃまして体操や講話などを実施。過去の活動例

- 手軽にできる健康体操 ■栄養士による栄養講話 ■薬剤師による「お薬のはなし」
- 看護師による「高血圧・糖尿病について」 ……などなど

2023年10月開催 北区鹿子木公民館にて

理学療法士、作業療法士(リハビリスタッフ)による『握力測定/手指衛生/歌/脳トレ』なかなか測ることのない握力測定に大盛り上がりでした!





「智に働けば角が立つ。情に棹させば流される。意地を通せば窮屈だ。とかくに人の世は住みにくい。」
 冒頭文のくだりが有名な、熊本にもゆかりのある文豪、夏目漱石の「草枕」です。その作中には、
 「濃く甘く、湯加減に出た、重い露を、舌の先へ、一しずくずつ落として味わってみるのは 閑人敵意の韻事である・・・」と
 お茶好きで知られる漱石の優美で心地よい美文が続きます。
 お茶は日本の文化や人々の生活に密接に関わり、伝統と革新を重ねながら今に息づいています。
 今回は茶の歴史をひも解きながら、その効能や文化的発展にも注目してみましよう。
 茶の木は中国の雲南省からインドのアッサム地方にかかる山地が原産地と言われています。
 日本の喫茶の始まりは、奈良時代にさかのぼりますが、鎌倉時代に、臨済宗の開祖・栄西禅師が献じた書「喫茶養生記」が
 日本における最初の茶書です。栄西の「抹茶法」は、中国宋代による薬効を期待された飲み物として広く普及してゆきます。
 また今日もっとも日常的に用いられている煎茶は、江戸時代中頃に伝えられ、玉露は、煎茶の最高級品として分類されます。
 煎茶道が確立したのもこの時代です。
 緑茶は、カテキン、テアニン、ポリフェノール、ビタミン、葉酸、サポニン、ミネラルなどの成分を含み、効能においても
 肥満予防、抗酸化作用、認知症予防、美肌効果、生活習慣病予防、疲労回復など多くの効果が期待されています。
 昨今、海外でも健康嗜好を背景に注目されていることは喜ばしいことです。
 特に、抹茶は茶葉をまるごと頂くので、煎茶の2倍のカテキン摂取ができると言われています。
 現在は、一年中何時でも粉に挽いてある抹茶を自由に手に入れられる時代になりました。
 本来、抹茶は碾茶（てんちゃ）を茶臼で挽いた茶であり、茶道とは切り離せない関係にあります。



「口切や南天の実の赤き頃」 夏目漱石

往事の茶道で用いる抹茶は、八十八夜前後に摘まれた新茶を茶壺に入れ一夏かけて熟成させます。
 木々の実が色づく初冬の11月頃、心待ちにした茶壺の口封を切ることから、口切（くちきり）と呼ばれます。
 口切りは茶人の正月とも言われ、畳替え、障子の張替え、露地の垣や枝折り戸を青竹に替えるなど新装し、正式な行事とも
 なりますと口切りの茶事で祝います。今もなお、いにしへの習いは連綿と続いています。
 一方10月は残り少なくなった古茶を惜しみ11月の新茶を待つまでの名残の月。また風炉から炉へと移る最後の月で、風情も
 いっそう寂びた趣向となります。このように、抹茶の一碗から作法が生まれ、精神文化にまで発展した茶道は独自の日本文化の
 礎でもありましょう。また一方で、急須で淹れる一杯のお茶は、人々の日常に核として寄り添い、現代では気軽に飲める
 ペットボトルへとお茶の在り方も変容してきました。
 それぞれのお好みや気分に合わせて、お茶の世界を末永く身近に感じていたいものです。
 皆様の健やかな毎日を心からお祈り申し上げます。 ご拝読、ありがとうございました。

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

55. 数奇な運命の「ジェーンズ邸」



熊本地震で倒壊した「ジェーンズ邸」が移設して、9月から一般公開されたので自転車を漕いで見学に行ってきました。

明治4年に熊本洋学校の教師・ジェーンズ氏とその一家を迎えるために現在の第一高校の敷地内に造られた熊本で最初の西洋建築物です。一部の生徒がキリスト教に改宗したのが問題となり、わずか4年で閉校となり、ジェーンズ氏一家は去りました。その後、明治10年に勃発した西南戦争では官軍総督の有栖川宮熾仁（ありすがわのみやたるひと）親王の宿泊所となり、ここで日本赤十字社の前身・博愛社の設立が許可されたため、この建物が「日本赤十字社発祥の地」とされています。その後、白川公園の北側の南千反畑町に移設され、県の物産館となりましたが、ここでは日露戦争や第一次大戦の際にロシア人やドイツ人の捕虜収容所として使用されたこともありました。昭和7年には水道町にあった日赤熊本病院の院内に移築され、日赤事務所、診療所、血液センターとしても使われたそうです。さらに、昭和45年には日赤熊本病院の移転に伴い、記念館

として水前寺公園東隣の熊本市動物園跡地に移築されていましたが、平成28年の熊本地震で全壊してしまいました。そして今回、200メートルほど移転して、市立体育館前電停の北側の公園の一角に移築されたのです。

あなたも数奇な運命をたどったこの洋館を訪ねて、明治以降の熊本の歴史の数頁に触れてみませんか？



電車通りからもよく目立ちます

徒然の記

菊南病院
城野 憲二

徒然の記 《その拾巻》 光は不老不死。だけど・・・の段。

徒然の記（その七）では、アインシュタインの有名な方程式 $E=mc^2$ について触れた。Eはエネルギーのこと、mは物質（の質量）のことである。この全く異なる物理量がイコールで結び付けられている。そこに c^2 という定数が付いているのだが、このcは真空中の光の速度のことである。ただしここで言う質量とは静止質量のことである。後で述べるが、物質は動いていると（正確には加速されると）重くなるのだ。

この式の意味するところは、物質はエネルギーでありエネルギーは物質である、という事実。これが核爆弾の理論的根拠であり、原子力の源である。

さて相対性理論によれば「何物も光の速度を超えることはできない」。正確に言うと「何物も光の速度に達することはできない」。何故なら物質を加速すると、その加速のためのエネルギーが質量に変化し、物質の質量が次第に増加し（わかり易く言うと、どんどん重くなり）、光速に近付く頃には質量が無量大となつて、光速に達するためには無限のエネルギーが必要になってしまうからだ。現在分かっているのは、光速で



移動できるのは光（光子、光量子、フォトンあるいは電磁波とも言う）だけである。光子が光速で移動できるのは光子には質量が無いからである。念のため付け加えておくと、グラヴィトンとグルーオンも質量が無く光速で移動できるのだが、これらにつ

いては素粒子論の理解が必要になるので、ここでは触れない。

もっとも、空間の膨張（我々が住んでいるこの宇宙空間のことである）は、我々から見て遠方になれば、その膨張速度が光速を超えていることが知られている。ただ局所の膨張速度は光速以下であり、それが積み重なって光速を超えているように見えているだけである。

ここで、もう一つ面白い現象が知られている。

相対性理論によると動く物質は時間の流れが遅くなる（厳密に言うと、動く物質を外から見ると、その物質の内部では時間がゆっくり流れているように見える）のだが、光速に達すると時間の流れは無量大に遅くなり、つまり時間の流れは停止してしまうのだ。ただ先に書いたように何物も光の速度に達することはできない。

しかしここにも唯一の例外が有る。それは取りも直さず「光」自身であり（厳密にはグラヴィトンとグルーオンも）、我々から見ると光子の中では時間は停止しているのだ。

つまり光子は発生した瞬間から年を取らないことになる。あなたが今点けた照明の光は、他の何かと相互作用して別の量子やエネルギーに変わらないかぎり、今の時間そのまま「時」は停止しているのだ。例えばビッグバンで生まれた光の中で、今もこの宇宙空間を飛び回っているものは、130数億年前の光そのものなのだ。

残念ながら、光の属性は極言すると振動数のみなので（厳密にはスピンなどの属性も有るが）、仮にそれらの光を捕まえることができたとしても、130数億年前の情報は何も教えてくれない。

イタリアふれあい街歩る記

～徒然の記(番外編)～

城野憲二



今年は結婚40年、交際50年ということもあり、6月下旬から7月にかけて妻と2人でイタリアを旅してきた。主な滞在地はミラノ、ヴェネツィア、フィレンツェ、ピサ、ローマ、ヴァチカン、ポンペイ、ナポリであった。

最後の晚餐、最後の審判、ヴィーナスの誕生、受胎告知、ピエタやダビデ像、ヴェッキオ橋やリアルト橋、トレビの泉やスペイン広場、サン・マルコ寺院、サン・ピエトロ大聖堂、システーナ礼拝堂、ウフィッツィ美術館やヴァチカン美術館、コロッセオ、カラカラ浴場、フォロ・ロマーノ、ポンペイ遺跡などなごちゃごちゃ、名所旧跡は山ほど見る事ができた。ヴェネツィアではゴンドラに乗り、真実の口では手をもぎ取られそうになり、ピサの斜塔では傾きを支えたりもした(写真参照)。イタリアは1メートル毎に名所があるような国である。訪れた史跡、教会、美術館等の名前を挙げただけで紙数が尽きてしまう。ましてやここで全てを詳解しようとすれば、数冊の分厚いガイドブックになってしまうので、それはやめておこう。

さて本誌「ふれあい」に、他人の旅行記ほどつまらないものはない、と書いた事がある。ということで、名所旧跡巡りについては、各自インターネット等で検索して頂くとして、ここでは旅行ガイドにはあまり載っていないイタリア事情について書いてみようと思う。

先ずは日本-イタリア間の航空路について。地球上の2点間の最短経路は、メルカトル図法が使われている一般的な世界地図上を直線で結んだものではなく、球面上の最短経路である大圏航路と言われるものになる。ただ国によっては上空を飛ぶことができない。また軍事施設などがあると迂回しなければならないようだ。さて日本-イタリア間の大圏航路はほとんどがロシア上空となる。日本からヨーロッパに行く場合、以前は日本海を北上しロシア上空に入り北緯75度辺りを掠めて北欧諸国からヨーロッパに入っていた。この経路だと12時間でローマに着いていたそうだが、1人の愚か者が戦争を始めてしまったために現在はこの航路は利用できない。今回の旅ではイタリアの航空会社イタ・エアウェイズで往復したのだが、飛行航路は日本海を西へと向かい朝鮮半島を38度線を掠めて

横断、黄海、中国、カザフスタン、カスピ海、アゼルバイジャン、ジョージア、黒海、ブルガリア、セルビア、モンテネグロ、ボスニア・ヘルツェゴビナ、クロアチア、アドリア海、イタリアという、信じられないような経路であった。この場合だと約15時間の旅であった。帰りはこの経路を逆にたどる。なおアゼルバイジャンではロシアとの国境までほんの数キロの上空を飛んでいた。ただしこの経路も、他の愚か者が馬鹿をしでかすようだと言われている。

無事イタリアに到着。イタリアの街並みを見て気付いたのは、イタリアには至る所に古代の遺跡が有る。というのは大間違いであるということ。そうではなく、広大な古代からの遺跡の中にイタリアが有るのだ。木と紙で出来た日本と違い、石造文化のイタリアでは、2,000年以上前の古代ローマ時代の建造物が今も残っている。加えて新旧のキリスト教会が遺跡に負けないくらい有り、さらにルネサンス時代から近現代までの美術・芸術・建造物が有るのだ。驚くことに巨大な遺跡が至る所に見られるだけでなく、遺跡の一部を利用した建物などはざらで、遺跡そのものが居住空間になっているものもある。多くの遺跡が遺物ではなく生活の場なのだ。レストランの地下がローマ時代の競技場の一部だったり、デパートの壁にローマ時代の水道橋の遺跡が使われていたり、いや、そうではなく、水道橋の遺跡がデパートの壁そのものなのだ。ただし問題もあるようで、例えば地下鉄は随分と深い所を走っている。駅の入口からホームまで、とても長いエスカレーターで降りなければならないので、そうと分かる。

ピサの斜塔にて(筆者夫婦)



イタリアはどこを掘っても、いくら掘っても遺跡が出てくるので、思うように開発できないのだそうだ。だから道路の幅など全くできないらしい。

歴史のある街並みの常として、道路は狭く曲がりくねっており、だからであろうが二輪車がとても多い。また多くの路地は一方通行である。日本と違うのは路面にはうるさい程の白線は引かれておらず、標識や信号機も少ない。そのような道を多くの車とバイクと人が曲芸のようにして行き来している。因みに歩行者信号は日本では赤青の2色だがイタリアは赤黄青の3色で、その意味するところは、青は渡れ、黄色は注意して渡れ、赤は車が来ているが渡れ、だそうである。一つ感心したのは、少なからず信号無視の横断者がいるのだが、必ず車の方が停止して待っている。歩行者保護は徹底しているようであった。もっともそのまま進めば事故になる。

道路といえば、イタリアの高速道路の制限速度は時速130キロだが、みんな160キロで走っており、しばしば180キロ出していた。だからローマからポンペイに向かった時は日本だったら片道3、4時間はかかる距離を1時間半ほどで到着した。バイクでさえも2人乗りで160キロで走って行く。怖いもの知らずなのか、見ているこちらの方が寿命が縮む。またイタリアでは車間距離を取るという発想はかけらも無い。車間というのは事故防止のためには必要なのだろうが、イタリアでは割り込む為にあるようだ。高速道路も含めて車は前を走る車に鼻先をくっつけて走っている。車間が開くと待ってましたとばかりに他の車が割り込んでくる。みんなそういう運転が当たり前と思っているようで、割り込まれたからといって一々腹を立てるような運転手はいなかった。お互い様なのだ。

駐車場というのもほとんど無い。日本で車を所有する際に必要な車庫証明といったものも無いらしい。車は路肩に縦列駐車して停める。だからイタリア人は日本人ドライバーが苦手な縦列駐車がとても上手い。前後の間隔が50センチ程というのもザラで、どうしても出られない時には前後の車をそっとバンパーで押しのけて出るのである。ところでイタリア人には洗車という習慣もないらしい。だから車は汚れている。車はあくまでも移動手段の一つであって、ピカピカに磨いておくものではないということらしい。



食事については、欧米ではいつも驚かされる。それはその量。とにかく量が多い。一人分を夫婦2人で食べても残ってしまう。量を減らすように頼むこともできるのだが、それでも残ってしまう。メニューは豊富で、日本人にも馴染みのパスタ、ピザ、リゾットやリブステーキ、カツレツなどは美味であった。また外国ではほとんど口にできない海鮮料理だが、イタリアでは地中海で獲れる豊富な魚介類を生で味わうことができた。アーティチョークを丸ごと油で揚げたものやオリーブの肉詰めのフライなどの珍味もあった。食前酒のアペロール・スプリッツと多くの種類のワインも気に入った。カプチーノの正しい飲み方も知った。ただし繰り返すが日本人には多過ぎて食べきれない。面白いことに日本ではメロンの上にちょこんと生ハムが載っているが、イタリアでは大量の生ハムの上にメロンが載っていた。



食事をすれば**次はトイレ**。イタリアのトイレにはウォシュレットはない。が、ビデがある。イタリアはビデの国だそうだ。ウォシュレットは明らかに日本人的発想による巧妙精緻な産物で、その水流は目標をピンポイントに狙うことができるが、ビデは水道の蛇口そのものから水流がほとぼり出る。使ってみるとこれがなかなかの優れもの。節水という点では劣るかもしれないが、使い慣れるとウォシュレットにはない心地良さがある。ただ男性の小用便器は爪先立ちが必要になるくらいに位置が高い。

イタリアは観光立国であり、観光業を厚く保護している。その一環であろうが、ツアーには添乗員の他に行く先々で常にその地の観光ガイドが同行する。甚だしいのは、駅で列車から降り駅前まで観光バスに乗るまでの数分の間にも観光ガイドが同行した。それはさて置き、旅行者が日本人の場合、ガイドさんの多くはイタリアで結婚し定住した日本人や、日本留学の経験があり日本語が堪能なイタリア人である。観光ガイドとしての専門的教育を受け、試験に合格し国家資格を持っている。だからとても博識で、中には1時間以上、淀み無く説明してくれる人もいた。因みに資格証明書の所有者は有料観光施設もフリーパスとなる。あれから既に数ヶ月経っており、事情は変わっているかもしれないが、日本人相手の観光ガイドで収入を得ているそれらの人たちは、コロナは落ち着いたのに日本人観光客が戻って来ないので困っているとの事であった。なお、イタリアでも都会では多くの場所で英語が通じるが、偶然かもしれないが、案外日本語が通じるのには驚いた。

イタリアの気候・風土、人々の生活、交通機関やトイレ、レストラン(リストランテ)やBAR(バー)の利用法などなど、まだまだ書きたいことは山ほどあり、書こうと思えば幾らでも書けるのだが、紙数も尽きた。この辺りでやめておこう。

最後に一言。決して安い旅行ではないが、何かの記念日を目標に貯金して、是非一度イタリア旅行を計画される事をお勧めしたい。決して後悔しない、いや、必ず満足される旅となるでしょう。

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
グループホーム 鈴の音
水前寺有料老人ホーム

2023 秋

敬老の日

9月17日各階で敬老会を開催しました。

お寿司や利用者様手作りのいなり寿司に皆様大喜びでした。
お祝いの紅白饅頭と職員手作りの御守りをお渡しさせて
いただきました。

乾杯!

敬老の日!



敬老会のメニュー

敬老の日のメニュー

紅白饅頭と職員手作りの御守り



＊グループホーム きくなん だより＊

今年はホームだけで卓上そうめん流しを楽しみました♪ 笑いあり食欲ありで大変盛り上がりました!



ホームで収穫した野菜も
天ぷらにしました♡

敬老の日:お饅頭のプレゼント🎁

植え付け:じゃがいも収穫が楽しみです😊



◆外来担当医当番表◆

●急患の方以外全て予約制です

2023年11月20日～

菊南病院

診察時間	診察日	月	火	水	木	金	土
午前 9:00～12:00 受付(8:30～11:30)		室原	赤星	室原	梅田	赤星	室原
		古庄	加古	山縣	加古	加古	山縣(第1・3)
		南	長島	久重	南	福島	南(第2・4)
午後 13:00～17:00 受付(12:30～16:30)		—	赤星	室原誉伶 (第1か2)	室原	赤星	—
		長島	山縣	山縣	—	古庄	—
		南	—	久重	福島	長島 室原誉伶(第1か2)	—

○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。

★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5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	高血圧外来 (梅田Dr)		梅田Dr	糖尿病外来 (長島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 (木村Dr)		腹部エコー検査 (第4)	腹部エコー検査 (第2)
					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

編集後記

編集委員長 高栢良子

秋号は新しい先生のご紹介から。ご縁を大切に、寄り添った医療を提供できたらと思います。

在宅医療・介護の増加に伴って、その需要も増えつつある「訪問リハビリ」。「自分らしく」日常生活を送ることを目標に、あきらめないリハビリに励むスタッフの取り組みをご紹介します。

昨年に引き続き「食品ロスプロジェクト」が開催されました。不要な食品を集める「リメイクレシピを創る」、実践して「食べる」という誰かの不要なものが、誰かの笑顔につながる素敵なプロジェクトです。できることを、考えるきっかけになればいいと思います。

ちよつとひといき、今回は私たちに一層なじみの深い「お茶」について。お茶が日本の歴史・文学・生活にいかにか深く根を下ろしているかよく分かりました。昔はきちんと湯冷ましして、と丁寧な緑茶を淹れていたのですが、近ごろはパックなどより手軽になったため出来ていません。また丁寧な淹れた美味しいお茶が飲みたくなりました。

「出前講座」も好評につき、年始まで予定が入っていたるそう。基本的に自治会が主体となり地域の方を対象に開催されます。皆さんの健康意識の高さに嬉しくなり、良いコミュニケーションの場にお役に立てて光栄です。

「サイクリング紀行」は、たくさんの人を内包し、たくさん歴史に内包された不思議な洋館のお話です。移転移築を繰り返してなお存在を望まれる建築物は、それ自体が歴史の語り部として愛され、また新たな営みを見守ってくれているのを感じ、大好きです。

「徒然の記」私たちが見ている光りは普く高速で飛び回り、様々に映りますが、灯ったその刹那から時間的には停止している。文系畑で育ったので、どうしても文字や文章で理解しようとしてしまいますが、もつとスッと解る数学的思考があるのだからとどかしくなりました。ですが、光は不老不死、という言葉はとてもロマンです。

今号は特別版として、城野先生のイタリア旅行記を付録。私たちが何となく知っているステレオタイプな「イタリア」ではなく、生きた日常のイタリアを覗き見てちよつと行った気分になります。

今号は始まる・継続させたいもの、脈々と続くもの、歴史(人と町)のうつろい、途方もない百三十億年の記憶など「つながる・つなげたい」秋号でした。

年末年始へと時間も加速し気もそぞろになる季節。お家で温かくして、お茶を飲みながら「ふれあい」をめぐる、ゆつくり時間を過ごしてみたいかがでしょう。