

ふれあい

51号

平成19年12月

室原会だより



◀ (人吉の紅葉)



▶ (阿蘇の東海大付近の橋)

原 淳 様

絵を描くきっかけは、車の運転等も出来なくなり、家に居ることが多くなり、80歳より絵画を描き始めました。それ迄は、絵画展等あまり行く事はありませんでした。風景画が好きで、何度も阿蘇を訪れていました。

(原 淳様 奥様談)

目次

- ☆職場体験学習 (ナイストライ) 2ページ
- ☆ 菊南病院は、「職場風土改革促進事業」に
取り組んでいます 3ページ
- ☆インフルエンザのお話 4ページ
- ☆「きくなん生き生き健康教室」便り 5ページ
- ☆室原デイサービス活動報告 6ページ
- ☆地域包括支援センターからのお知らせ 7ページ
- ☆スポーツ功労賞受賞 8ページ

室原内科・小児科

〒862-0949 熊本市国府 1-11-9
Tel 096-364-3080 Fax 096-366-4668

菊南病院

〒861-5513 熊本市鶴羽田町 685
Tel 096-344-1711 Fax 096-344-1726

利用者に「健康」・「希望」・「やすらぎ」を、
その家族に「安心」を提供することにより社会に寄与し、
職員は「生きがい」と「誇り」を持ちます。

ホームページ <http://www.kikunan-hospital.com/>

職場体験学習(ナイストライ)



毎年、6月～10月頃に熊本市立中学校の事業として行われている職場体験学習を受け入れる病院として菊南病院も定着してきました。

- 1、働くことの楽しさ、厳しさを体験させてください。
- 2、社会のルールについて教えてください。
- 3、地域に関心を持たせてください。

を目標に、中学2年生の生徒さんたちが4名、3日間の体験学習をします。初日は病院の概要を説明したビデオ鑑賞から始まり、仕事(医師、看護師、リハビリスタッフ、その他)に付くまでの課程や患者様との話し方、(倫理や尊厳など)を講義。その後病棟にて実際患者様と接し様々な体験をします。いつも生徒たちの反省に上がることは、「会話が途中で途切れてしまっ困りました」ということです。いかに病気で入院している方々とのコミュニケーションのとおり方が難しいか、改めて実感するとともに、何気なく会話しているスタッフに頼もしさを感じる時もあります。

2日目は病棟を離れてリハビリ

リテーションを体験しますが、又、目の輝きが違います。車椅子駆動も体験するようです。

3日目は白衣を着用し、かわいいナイチンゲールの誕生です。食堂で食事介助の見学をし、昼は栄養課より豪華な食事を提供していただき病院食の試食会が始まります。

今回の生徒さんで給食をほとんど食べないという子がいましたが、病院食はゆっくり味わいながら食べていました。院長講話も楽しみの一つです。この体験を通じてひとりでも多くの子が、医療従事者になってくれればと思います。

今年、北部中、西合志中、清水中の3校の生徒さんたちでした。

平成19年11月

大森千賀子



菊南病院は、

「職場風土改革促進事業」に取り組んでいます。



■院長メッセージ

菊南病院では、「次世代育成支援対策推進法」に基づき、次世代育成支援について地域に貢献できるべく「一般事業主行動計画」を策定し、目標に向けての取り組みをしています。

また、このたび財団法人21世紀職業財団熊本事務局長より「職場風土改革促進事業実施事業主」の指定を受けました。性別・年齢・社員区分の別なく、職員が仕事と子育てを両立しながらその能力を十分発揮するための環境整備を行うとともに、仕事と生活の調和された「ワークライフバランス」を目指し、職場環境の整備に努めてまいります。

仕事と家庭、仕事と育児を両立させる仕組みを整備し、職員の生活を充実させると同時に、当院にとってさらには社会にとって優秀な人材の確保に努めています。

女性が働き続けることを困難にしている原因の大きなものは育児です。これに対して制度、仕組みを整備し就業を継続できるよう取り組んでまいります。

平成19年11月1日

菊南病院 院長 室原 良治

■2007年菊南病院の職場風土改革促進事業の取り組み内容

①職場風土改革事業の取組について事業主を代表するものによる社内外への公表

(院外)病院運営会議で取り組み姿勢を決定し、ホームページと広報誌等に掲載する。

(院内)病院運営会議で取り組み姿勢を決定し、ポスター掲示と院内ネットワークに掲載する。

②管理職層への研修

運営連絡会議(管理職会議)や役職者研修の中で職業家庭両立推進者や人事担当者等が研修会を行う。また、行政や21世紀職業財団等が開催するセミナーを受講した場合は、会議等で伝達研修を行う。

③両立支援制度の労働者への周知徹底

職員ハンドブック等に職場風土改革についてのトップメッセージ、両立支援制度を利用しやすくするための取組、内容等を掲載し労働者全員に配布する。ポスター、院内ネットワーク等にも掲載し周知を図る。全職員対象の研修会にプログラムを1コマ加える。

④勤務体制や仕事の進め方の見直し

育児休業者が出た場合の業務の進め方を検討し、育児休業者の代替要員の確保方法を明文化する。労働者が相互にカバーできる業務分担の見直し、情報の共有化の仕組みづくりを行う。相談窓口の設置。

⑤勤務時間等の雇用管理の見直し

年次有休休暇の取得促進を図る為に、誕生月休暇や記念日休暇等の制度を導入する。ノー残業デーの実施。相談窓口の設置。

インフルエンザのお話

健康管理に気をつけましょう

医局 大脇 五節

暑かった夏も過ぎ、朝晩の冷え込みと昼夜の温度差が大きいくことで、体調を崩されている方もいらっしゃるのではないのでしょうか。

毎年11月下旬ごろから発生し、春先までみられるインフルエンザに関して、簡単に書かせて頂きます。

1、普通のかぜとの違いは？

普通のかぜの症状は、鼻汁・鼻閉・咽頭痛・くしゃみなどが徐々に出現し、全身症状はあまりみられず、発熱もインフルエンザほど高くはないことが多いです。一方、インフルエンザの場合は、38度以上の発熱・頭痛・全身の倦怠感・関節痛・筋肉痛などが突然現れ、咳・鼻水などがこれに続き、約1週間ほどで軽快していきます。

小児、高齢者、呼吸器や心臓に慢性の病気を持つ人などは重症化することが多く、注意が必要です。

2、インフルエンザの予防法は？

①流行前にワクチン接種を受けましょう。

インフルエンザワクチンは発症を確実に阻止するほどの効果は期待できませんが、高熱などの症状を軽くし、合併症による入院や死亡を減らす



ことが期待できません。個人差はありますが、効果が現れるまでに通常約2週間ほどかかりますので、流行のピークから考えると12月上旬までには接種をすまされることをお勧めします。

②人ごみをさけ、外出時にはマスクの着用を。室内では加湿器などを使用し適度な湿度(50~60%)を保ちましょう。インフルエンザは罹患している人の咳やくしゃみ、つばなどの飛沫と共に放出されたウイルスを吸入することで感染します。また空気が乾燥すると咽頭粘膜の物理的な防御機能が低下するため、インフルエンザに罹患しやすくなります。

③帰宅時のうがい、手洗いを欠かさずに。

3、インフルエンザにかかってしまったら？
早めに治療し、体を休めることが大切です。他の人にうつさないという意味でも単なるかぜと軽く考えず、早めに医療機関を受診しましょう。

現在、インフルエンザに対する治療薬は塩酸アマンタジン(A型に対してのみ)、リン酸オセルタミビル(商品名:タミフル)、ザナミビル(商品名:リレンザ)があります。いずれも発症後48時間以内に服用することにより効果を期待できるため、早めの受診が必要になります。また、内服を開始したからといって通常の生活をおくるのではなく、水分を十分に補給し、十分な睡眠をとりましょう。咳やくしゃみをする際は、必ずハンカチやティッシュで口元を覆う、あるいはマスクをするなど周囲への配慮も必要です。



「きくなん活き活き健康教室」便り

菊南病院では、地域住民の方を対象に毎月1回「きくなん活き活き健康教室」を開催いたしております。

通常は、運動実践、栄養講話、医師講話の3本立ての教室を行っておりますが、年に2回、参加者の皆様と野外教室に出かけています。

今回は栗の特産地である山江村に是非行こう！ということで、去る10月10日(水)に第73回「きくなん活き活き健康教室」の野外活動に参加者40名で行きました。



交通も、「山江温泉ほたる」よりマイクロバスで送迎して頂き、面白いガイド付きで、少し長いかと思われた道中も楽しく、あらかじめ山江村の予習ができました。山江村では、まず「やまえ願掛け巡り」のひとつ「高寺院」へ。国指定重要文化財である毘沙門天立像を拝観し、平安のロマンにふれました。そこの心温まるおもてなしのお茶と、なにより手作りの梅干しとらっきょうのおいしかったこと。その後一路「淡島神社」へ。腰から下の病氣、特に女性に



御利益があるということ、みんなミニ鳥居をくぐって祈願いたしました。「今度はお彼岸行事にいきたい」という声が多く聞かれました。「山江温泉ほたる」では秋の味覚の栗御飯等のご馳走を堪能し、その後やわらかい泉質の温泉に入って、みな大満足でした。そして大好きなシヨツピングへ。ご当地名物「栗饅頭」、これもおとろき「びつくり団子」にみんな殺到し、集合時間が



遅れるほどの大盛況でした。山江村役場の方々にすっかりお世話になり、山江の文化や自然を十分堪能することができました。

春の桜やつつじ、夏のホタルの季節に又、おじやまできればと思いつながら、一行は山江の景色を後にして帰って参りました。

次回の野外は3月です。通常の教室も随時受付中です。皆さん是非ご参加くださいませ。お待ちしております。

室原会

ファイル



秋の行楽でござる

気候もよくなるこの季節。「天草の魚もよかね〜」、「また、お猿さんがみたいね」など皆様のご要望をもとに行ってきました。海コース、天草一弓橋・宇土マリーナでの買い物、山コース、ファームランド・猿まわし、また、



「遠出はきつつか」との方も気軽にしかけて頂けるように、近くでランチコースの3コースより選んでいただきました。

「阿蘇は何十年ぶりかね」、「熊本もよかところがあるね、また連れて行ってよ」、「うまかもんも食うて、また長生きするばい」など話もはずんでいました。

また、今までは外出を懸念されていた方も、遠出ができた自分ちよつと自信がついた外出になったようです。

室原デイサービス

入田 佳代子



菊南デイケア便り

通所リハ屋外活動

さる11月8日と9日の二日間、通所リハビリテーションの恒例になりました秋の屋外活動に行ってきました。通所リハを利用されている約20名の参加がありました。

今年は金峰山中腹にあります、優峰園フルーツランドでのみかん狩りを中心に、天水町の草枕温泉や、熊本新港などをめぐるドライブを楽しみました。少し冷えるのではないかと心配しましたが、幸運なことに両日とも汗ばむほどの好天に恵まれ、利用者の方々からは「気持ちいい、よか景色ね〜。」と、声が上がっていました。

フルーツランドではみかんの他に柿ちぎりも楽しめ、昼食は秋の紅葉を楽しみながら屋外でだご汁、混ぜご飯、お刺身等をいただきました。

昼食を終えると、天水町は草枕温泉、夏目漱石資料館に足を運びました。施設内では笠知衆

の歴史や夏目漱石の歴史について学びました。大型のスクリーンで見る夏目漱石の歴史には感動させられました。1時間余滞在した後は海沿いに車を走らせ熊本港へ向かいました。

日帰りでの活動で、いつもより疲労も大きかったのではないかと思います。普段の通所リハビリの活動では出来ない貴重な時間を過ごすことが出来ました。関係部署の協力を得て大きな事故も無く屋外活動を終えることが出来ました。

次回は6月ごろを予定しています。お楽しみに！



●●地域包括支援センターからのお知らせ●●

～最近良く聞く「口腔ケア」！「なぜ高齢期に「口腔ケア」が必要なのでしょう？～

高齢になり口や歯の状態が悪くなると、食欲がなくなる、食べづらい等栄養状態に影響します。また歯をくいしばれない、発音等コミュニケーションに問題が生じる等、毎日の生活にも不便が生じます。更に口腔内に細菌が多いと誤嚥性肺炎を引き起こし、寝たきりの原因にもなりかねません。その為特に高齢期には「口腔ケア」が重要なかぎとなるようです。

今回の家族介護者教室のテーマは「口腔ケア」

平成19年11月22日北部公民館にて開催いたしました。

1部「介護予防に役立つ口腔ケア」、講師：阿蘇きずな歯科医院 院長 我那覇 生純先生

口腔ケアの様々な道具の紹介や実技も交え、口腔内を清潔にする事や口の働きを良くする事が、介護予防にとっても重要である事を、楽しく分かりやすく教えていただきました。又先生のご出身である沖縄の「長寿の秘密」や「安里屋ユンタ替え歌」などご参加の皆様と一緒に歌い、あっという間の一時間でした。

2部「楽しくチャレンジ！話し言葉体操」中嶋健康運動指導士

楽しく元気に「話し言葉体操」を行いました。いつまでもいきいきと生活できる様に、口腔ケアにとりくみましょう。



次回開催予定

- 日時：平成20年1月23日(水)10～12時
 - 場所：西里コミュニティセンター
 - 内容：国民健康保険・後期高齢者医療制度について 講師：熊本市国民健康保険課主幹
 - 「楽しくはつらつ 健康体操」 講師：西田健康運動実践指導者
- 私たちの医療費の負担は今後どうなるのでしょうか？ 皆様のご参加お待ちしております。

事務からのお知らせ

～平成20年4月から～

「後期高齢者医療制度」がはじまります。これまで「老人保健制度」で医療を受けていた方が新たに独立した「後期高齢者医療制度」で医療を受けることとなります。

詳しくは市政だよりをごらん下さい。





祝

室原亥十二理事長
「スポーツ功労者」受賞

この度、室原会理事長 室原亥十二先生が、熊本県教育委員会の推薦により、平成十九年度文部科学省「生涯スポーツ功労者」を受賞されました。表彰式は10月5日に東京の虎ノ門パステラルで行われ、右の表彰状と記念品が贈られました。おめでとうございます。

編集後記

「師も走る」といわれる師走、慌ただしい年の瀬。

今年の「新語流行語大賞」には、「どげんかせんといかん」東国原宮崎県知事の言葉が年間大賞に選ばれた。耳なれた九州人には、理解しやすい名言!? 熊本も世界の阿蘇も有する所、パワー全開で活性化を希みたい。

相変わらず、今年も暗いニュースが多い年だった。12月12日、京都清水寺で発表された今年の漢字は、「偽」との事。不二家、ミートホープ、白い恋人、赤福、船場吉兆等、食品偽造問題が続いた。

又、政治の世界の「公約の虚偽」も含んでいるのではないだろうか、先日の紙上でも憂いの言葉が目につまった。消えた年金、銃の乱射事件等も胸が痛む。

さて、室原会では、平成19年度「生涯スポーツ功労者賞」を、室原亥十二理事長が、文部科学大臣より表彰状、ならびに、銀杯が送られたのは、嬉しいニュースだった。

ポート狂の二にポート。三、四がなく、五にポートというポートマン。長年のポート協会への貢献がみとめられたご褒美だろう。

又、来年は、室原理事長が、開業して50年という節目の年である。半世紀、継続できたのと、皆さんの病院を愛する真摯な、数々のご活躍のたまものと、感謝で一杯です。

理事長は、生涯現役と、84才でまだ頑張っています。相変わらず、肥後モッコスぶりは健在ですが、人生「努力」「気合」といっても叫んでいます。又、それを実行しています。

先日、目にした本の中に「努力は素質を上回り、気力は実力を越える」という言葉に出会いました。来年は、十二支の第一番「子の年」です。初心にかえって、自分をみつめ、チャレンジ精神を失う事なく、強く生きていきたいものです。メリークリスマス!!

来年こそは、すばらしい年でありませうと、念じております。

編集長 室原 鈴子