

# ふれあい

(題字 室原亥十二)

## 謹賀新年

新しい年が幸多き年となりますようお祈り申し上げます。  
本年もどうぞ宜しくお願い致します。

### Contents

理事長「勝つか 負けるか」…………… P2	職員紹介・ヘルパー 2 級養成研修…………… P5
病院食の紹介…………… P2	水前寺高齢者複合施設便り「うりぼう」…………… P6
ノロウイルス 感染症・食中毒にご注意!! …… P3	ドクター古庄のサイクリング紀行(No12)…………… P7
冬のイベント紹介…………… P4	ドクター赤星のスポーツと私(第2回)…………… P7

#### 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 096-368-4668

#### 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

# 『勝つか 負けるか』

理事長 室原 亥十二

生物は子孫の存続の為に戦うのは悲しい掟です。人間世界でも戦は国内・国外・民族又は宗教間のいたるところで、絡み合っ絶えることなく日夜続いています。勝利を目指して…

国内では国民と直接係わりある戦いは政党間の争いです。谷垣さんが野田さんの「近いうちに」を一瞬信じた為に総裁を退き野田さんは「嘘つき」の言葉を真に受けて突然11月14日に他に原因もあったかもしれないが解散を宣言した。

有名な「千夜一夜物語」はアラビアのシャハリヤール王様のあの一夜妻の物語です（一夜あけたら殺す）。ある夜の妻、シャラーザッドの話が面白かったので、千夜に亙り夜を共にして色々な物語を聞いた中に「日頃仲の悪い狼が狐の言ったことを一瞬信じた為に落とし穴に閉じ込められて殺された寓話」があります。敵に何等かの期待を持ち、少しでも信じたならその瞬間にすでに負けである、という話です。

史上五人の名将智将の1人、といわれた中国の「孫子」（二人の孫子がいて「孫子」はその書物の名前）に「戦わずして人の兵を屈するは善の善なるものなり」（謀攻篇）と言う言葉があります。私如きは思考の及ばざるところです。この兵法を学んだといわれる毛沢東は支那13億の統治を成し遂げ、今そのしたたかな後継を相手に戦うだけの胆力と叡智のある政治家が日本にいるか、案ぜずにはられません。毅然としているだけで良いでしょうか。

直接日本には戦禍の及ばない中東地域ではなりふりかまわない死闘が続いています。定めなき戦いの行く末はどんなになるのでしょうか。

病院食のご紹介



お正月料理  
お品書き

＊お雑煮  
＊巻き寿司  
＊おせち料理  
＊祝い肴3種

（黒豆・数の子・ピーナツ田作り）

- ・栗きんとん
- ・帆立のバター焼き
- ・海老のつや煮
- ・スモークサーモンの大根巻き
- ・如意巻き
- ・竜眼巻き
- ・だし巻き卵
- ・紅白かまぼこ
- ・梅花りんご寒
- ・泡雪寒
- ・たたき牛蒡
- ・紅白生酢
- ・旨煮（里芋・椎茸・人参・コンニャク・鯛の旨煮）





# ノロウイルス 感染症・食中毒にご注意!!

菊南病院 2病棟師長 徳永 由美子

ノロウイルスは強い感染力を持つウイルスで、ヒトの身体に入ると、**下痢やおう吐、発熱**等を起こします。普通は1~2日程度で治りますが、脱水症状を起こしたりする為、注意が必要です。

## ◆ 予防のポイント ◆

### ① とにかく石鹸で手をよく洗いましょう!!

外出後・トイレ後・お料理の前・食事の前、必ずよく洗うこと。  
ウイルスは、石鹸による手洗いで落とせます。



### ② 便やおう吐物には直接触れないようにしましょう!!

手、等を介して感染してしまう可能性があります。  
使い捨ての手袋やマスク、ティッシュペーパー等を使って処分しましょう。



### ③ 牡蠣（カキ）などの二枚貝は、よく加熱しましょう!!

牡蠣などの二枚貝は、ノロウイルスに汚染されていることがあるので、  
十分加熱して食べましょう。調理器具も清潔に。



**ノロウイルス対策**  
**手洗いで感染防止**

 調理の前	 食事の前
 トイレ後	 汚物処理後
 爪を短く 指輪等を はずす	

参考 「厚生労働省ホームページ ノロウイルスに感染するおとも」より

潜伏期間  
24~48時間  
(食べてから発症するまで)

手洗いは  
流水で30秒だよ!





# ふれあいアレコレ

## 通所リハビリテーション

### 冬のイベント紹介（クリスマス会・もちつき）

当通所リハビリテーションでは、昨年の十二月に二つの行事を行いました。

一つ目の行事はクリスマス会！会の初めに、ゲストのくまモン（？）が登場し、くまモン体操と一緒に踊りました。くまモンは、握手や写真にひっぱりだこでした。続いてはレクダンスのボランティアの方々によるダンス披露。懐かしい曲ときらびやかな衣装でのダンスに皆様大盛り上がり！曲に合わせて手を動かしたり、歌を口ずさむご利用者様の姿があちこちで見られました。そして会の最後には、お待ちかねのサンタクロースが登場し、お一人ずつにサンタクロースからプレゼントが配られました。

クリスマス会の翌週には、もちつきを行いました。もちをつく音に、「懐かしい」との声がきかれました。ついたお餅はアキロ、これは今までで最大の量でした！皆様頑張って丸めてくださいました。鏡餅はデイス室に飾り、丸餅はお土産に、さらにぜんざいにも入れて美味しくいただきました！

皆様に年末らしさを感じていただけたかなとスタッフ一同嬉しく思っています。



## 菊南病院

### 菊南病院ボウリング大会

安全衛生委員会事務局 荒木靖隆

安全衛生委員会では病院職員の健康づくり及び親睦を目的としボウリング大会を例年開催しております。

今年度は、10月27日に行われ、職員家族含め34名の参加がありました。各部署混成チームで和気あいあいと楽しくゲームすることができました。ちなみに、優勝者はリハビリテーション部言語聴覚科、高峰佑貴さんでした。



### クリスマス会（平成24年度）での思い

吉澤 裕美子

＊年間行事のひとつであるクリスマス会を12月20日に開催しましたのでここに報告をさせていただきます。

と思います。参加された方は、病棟とデイケアを合わせて65名でした。スタッフが、直前まで「ちゃんと司会ができるかな...」「音を間違えないかな」「楽しんでもらえるのかな...」などと心配していましたが、患者様とのじゃんけんゲームやボランティアの方々の日舞などを楽しむこ

とができました。踊りや演奏の少々間違いはご愛嬌で、患者様に笑っていただいた事が一番だったと思います。

＊毎回、病棟のケアワーカースタッフが中心となり内容を考えてくれています。いつも心配しながら準備をしています。

なぜかという、患者様の体の状態は様々であるため、疲れさせてはいけないだろう。たいくつさせてはいけないうららう。同じものばかりではつまらないだろう。と考へ、また、スタッフの勤務も合わずなかなか一緒に練習が出来ない。など、どうしても心配になり壁にぶち当たっているようです。

でも、私たちは、自分たちにできることで、少しの楽しい時間を作ればよいのかな、と思うのです。

「大事なこと、どんなに、たくさんか、ではなく、どんなに心をこめたか、です」というマザーテレサのことばが頭に浮かびました。

患者様の笑顔を見て、小さなことでも、心をこめることが大切なんだ。ということをスタッフ一人、一人が感じてくれて、患者様や御家族、そしてスタッフが一緒に楽しく楽しめるイベントに繋げていけたらと思います。

### 平成24年度 菊南病院忘年会

平成24年12月21日（金）に菊南ユウベルホテルにて菊南病院の忘年会を開催し、当日は189名の職員が参加しました。

会では各種表彰が行われ、中でも今年度は永年勤続者（15年勤続の職員）が11名おり、15年間菊南病院を支えて頂いた感謝の意を込めて、表彰と記念品の贈呈が行われました。

余興は今回5演目行われ、歌あり、踊りあり、劇ありと会場を大いに盛り上げました。

普段は真剣に業務をこなしている職員も、この日は真剣に料理を食べると、語らい、笑い、親睦を深めることができた素敵な会となりました。





# 一 職員紹介一

室原会に平成24年10月1日以降入職した職員をご紹介します。

## 菊南病院

○看護部 看護師○



一般病棟  
中野 幸恵



一般病棟  
中村 祐美

○訪問介護○



永山 安美

○通所リハ○



送迎ドライバー  
木村 正道

## 水前寺複合施設

○小規模多機能型居宅介護いとし○



黒川 典子



山田 静美

○看護部 ケアワーカー○



一病棟  
坂本 翔吾



一般病棟  
薩山 慧依莉



一病棟  
森田 夕子

○事務部○



医事課  
宮崎 藍



医事課  
富永 さおり



医事課  
光成 めぐみ

よろしくお願  
いたします



平成24年10月13日より菊南病院内にて第3回目ヘルパー2級養成研修を開講しています。質の高い介護員の養成を目標に、これまで多くの受講者を養成し、修了者は介護の現場で活躍しています。平成24年は8名の受講されており、資格取得とそれぞれの目標の為に講義と実習を頑張っています。



ヘルパー2級養成研修



菊南病院の玄関に飾ってあります

「ひでみ保育園の園児が慰労訪問」平成24年11月22日(木)、勤労感謝の日を前に、菊南病院の隣にある「ひでみ保育園」の2歳児クラスのご様子もスタッフが訪問してくれました。「お仕事ががんばってください」と職員代表に手作りのカレンダーをプレゼントして頂き、かわいい激励にとっても励まされました。

勤労感謝の日



# 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

## 大運動会

10月30日 大運動会を開催!パン食い競争・風船バレー・借り物競走どがあり、最後まで盛り上がりました。来年も頑張りましょう☆

選手宣誓!!

借り物競走、職員も  
頑張りました!

風船バレー勝負☆

頑張れ〜〇!!

パン食い競争  
よ〜い、どん!

## クリスマス会

今年のクリスマスは、3階焼肉パーティー、2階ビーフシチューとおやつ作り、1階は貼り絵で大きなツリーを作りました〇

かんぱ〜い☆☆

おいしいよ〜w





# 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

## 12. 鉄道を利用してサイクリング

自転車で行くには限界があります。朝出発して、行った先であちこち回り、夕方に帰るとなると片道40~50kmくらいまでが限度です。でも、公共交通機関を使えばもっと遠くでサイクリングすることもできます。だからといって、自転車をそのまま車内に持ち込むことは原則できません。最近のスポーツ自転車は車輪を簡単に外すことができます。車体と外した車輪を大きな袋に詰めれば、手荷物として列車に乗ることができます。そうして、遠方の観光地でも自分の自転車で回ることができるのです。数年前からNHKのBSで放送されている火野正平さん出演の『日本縦断こころ旅』でご覧になったことがある方もおられるかもしれません。

昨秋、病院の職員とその関係者6名で豊肥線の下り列車に乗って阿蘇をサイクリングしてきました。宮路駅で降り、自転車を組み立て、箱石峠を越えて波野方面へ曲がります。屋根付木造橋の「阿蘇望橋」

や巨大な杉を中心にした「ツリーハウス」などを見て、高森を經由して久木野で昼食を摂り、長陽大橋を渡って自転車で帰ってきました。こうした列車やバスなどを使ったサイクリングの事を「輪行(りんこう)」と呼ぶのです。



阿蘇の宮路駅前で自転車を組み立ててサイクリングの準備

DO  
SPORTS

## スポーツと私

(第2回 高校山岳部)



院長補佐  
赤星 隆一郎

高校に入学して迷わず山岳部に入部しました。全く何の当ても無かったのですが、何時かは自分もヒマラヤに登りたいと漠然と考えていました。山岳部に入部してからは文字通り山に没頭しました。おかげで成績は急降下し、夏の合宿前に顧問の先生に注意を受けました。これ以上成績が悪化するなら、夏山には連れて行けないので真剣に勉強するようにと言われたのです。何とか最低限のラインに達して夏山合宿には行けましたが、その後も成績不振は続きました。今から考えると当時はかなり危険な訓練を受けました。当時はトレーニングの途中で水を飲むとバテると信じられていました。夏の合宿前には大学生の先輩に連れられて訓練登山に行き、途中で水分補給が許されず、唾液も出なくなるような酷い口渴を経験しました。この後数日体調が悪く、脱水症だったものと思われま

す。阿蘇、九重、祖母傾山群五家荘等、九州の主だった山には殆ど登りました。冬には鳥取県の大山にスキーに行くことになりました。当時、熊本県でスキーをする人は少なく、スキーの道具も原始的な物でした。山岳部にスキーの板が数人分あるのみで、大牟田の東洋高圧の山岳部に不足分を貸して頂きました。JR(当時は国鉄)の鈍行で、夕方熊本駅を出発し下関で山陰線に乗り換え、翌日の午後米子駅に到着。元谷という所にテントを張り、翌日からここでスキーを始めました。昼間は夢中になってスキーを楽しんだのですが、雪上のテントの中で食事を作るので湿気がこもり、夜は猛烈な寒さで熟睡出来ませんでした。以後スキーに取りつかれ、冬には校庭から阿蘇を眺め、



写真説明：高校1年冬 阿蘇草千里

左から2番目が筆者、右端は三池輝久氏

(前熊本大学医学部付属病院院長)

雪が積もっているのを確かめると阿蘇に出かけました。バスは積雪で運休しており、阿蘇駅からスキーを担いで草千里まで歩きました。スキーは上手下手に関係なく誰にでも楽しめる素晴らしいスポーツです。場所や季節の制約はありますが、今でも無理に機会を作っても楽しんでいます。

高校2年の5月、高体連の県予選に出場し何とか3位に入りました。夏は霧島山群での九州大会及び愛媛県石槌山系での全国大会に出場したのも良い思い出です。高校3年の5月まで週末と休日はほとんど山で過ごしました。山登りを通じて持久力が付き、また生涯を通じての友達が得られたことには非常に幸せだったと思います。



# ◆外来担当医当番表◆

平成24年5月7日～

菊南病院

		月	火	水	木	金	土
午前 診療 (9時～12時) 受付 (9時～11時)	1診	室原	赤星	室原	梅田	赤星	室原
	2診	古庄	加古	古庄	加古	加古	赤星
	3診	整形外科 前田(予約)	整形外科 前田(予約)	吉村	寺田	整形外科 前田(予約)	☆梅田(第2,4週) ☆吉村(第1,3,5週)
午後 診療・受付 (13時～17時)	1診	梅田 (予約)	梅田 (予約)	室原 (予約)	室原 (予約)	梅田 (予約)	休診
	2診	大脇	中島	当番医	吉村	禁煙外来 古庄(予約)	
	3診	呼吸器 14時～16時 松岡(予約)	—	☆神経内科 14時～17時 守屋(隔週)	—	—	

☆隔週で担当が異なりますのでご注意ください。  
事前にお問い合わせ下さい。

●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。

〈その他の教室〉 毎月第4水曜日 午前11:00～午後2:00「きくなん生き生き健康教室」

## —医師情報—

松岡	呼吸器 ※要予約
守屋	神経内科 ※隔週：第1・第3・第5水曜日

★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25年1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	休診	室原亥十二	室原亥十二
		☆第4火曜日 動脈硬化検査	高血圧外来 (Dr.梅田)			毎月第2・第4金曜日 腹部エコー検査	糖尿病外来 (Dr.後藤)
午後	室原亥十二	室原亥十二	室原亥十二	休診	休診	室原亥十二	室原亥十二
		☆第4火曜日 動脈硬化検査	喘息外来 (Dr.藤井)			心臓外来 (Dr.室原良治)	心臓外来 (Dr.室原良治)

☆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

〈その他の教室〉 毎月第2火曜日 午後2:00より「生きがい塾」

毎週月・水曜日・午前 / 月曜日・午後 「ハツラツ健康運動教室」



毎号編集後記は室原鈴子が担当してきましたが、都合により今回に限り室原亥十二が代筆します。

ふれあいは、医療法人室原会の歴史です。毎号の記事の量は必ずしも多くはありませんが、歴代の院長・職員の業績が連続として凝縮されています。

職員の方さんにも他の部署の記事にも十分目を通して、室原会の組織をよく理解して、今後の更なる御協力をいただきたく存じます。

新年あけましておめでとうございませう。

室原 亥十二

## 編集後記

