

室原会だより

Vol. 95
新春号
平成31年2月

ふれあい

(題字 室原亥十二)

室原亥十二会長／「知情意」

院長室から……「M(エム)」

第21回院内各部署発表会

こらよか体操 ハツラツ運動教室の運動効果についての報告

新人研修フォローアップ研修

Dr.古庄のサイクリング紀行／Dr.赤星のスポーツと私

ふれあいア・レ・コ・レ

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

M エム

私は、診察室の机の上に置いてある小さな観葉植物のM(エム)です。

実は、何の種類か自分でも知りません。たまに患者さんが私を見て「これ何という植物ですか？」って院長先生に尋ねるんですけど「さあ、知りません」って答えているので、1年前に街の花屋で私を見染めて買った本人も知らないみたいです。つまり動物であればイヌかネコかうサギかも分からないような存在ですが、名前はあってもいいと思ってM(エム)って名乗っています。

さて、毎日たくさんのお患者さんと院長先生の会話をここで聞いています。カゼで1回だけの方もいれば長年通院されている方もおられます。病気の種類もさまざまですが、何といっても皆さんそれぞれの物語を語っていかれるのがおもしろいです。植物の身分でおもしろいというのは深刻な病気の患者さんに申し訳ないのですが、院長先生は物語の引き出し方が上手なので「へー」「たいへんだ」「つらかったろうな」といつも聞き入っています。

それと院長先生は食べ物の話、特にスイーツネタが大好きで糖尿病の患者さんに言わなくてもいいの



にシユークリームのおいしいお店を教えたりするのでもハラハラしちゃいます。逆に患者さんから行列のできるヒレカツの店なんか教えてもらおうと診察中にもかかわらずインターネットで場所を確認しているの、どうも後日行っているみたいです。

そんな院長先生にM(エム)からひとこと言いたいことが……。電子カルテを見るのはたいせつでしょうけど、もうちょっとと患者さんの顔を見てあげて、診察室では左斜め45度じゃなくて正面から「いかがですか？」って笑顔で患者さんに声をかけてあげて下さい。そして、疲れた目を休めるために時々、私M(エム)の新緑のような生き生きとした葉っぱをご覧になって下さい。

それでは院長先生、これからお仕事がんばって下さい。

菊南病院行事食献立

2019 お正月 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、田作り)
- *鰯の照り焼き
- *車海老のつや煮
- *スモークサーモンの奉書巻き
- *豚の角煮
- *だし巻き卵
- *紅白カマボコ

新年あけまして おめでとうございます
今年もよろしく お願いいたします

- *エリンギの天ぷら
- *旨煮
(里芋、椎茸、人参、コンニャク、
絹さや、手まり生麩)
- *たたきゴボウ
- *紅白なます
- *栗きんとん
- *梅花りんごニツケ寒天
- *淡雪柚子寒天
- *金柑甘煮

2019.01.01 菊南病院 栄養部



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

36. 宮本武蔵ゆかりの座禅石



金峰山の南西の麓、熊本市西区谷尾崎町には梅林があり、一月下旬になると梅の蕾がほころび始めます。この谷尾崎では、加藤清正の時代に、戦の時の兵糧のために梅が栽培されていたそうです。現在は「谷尾崎梅林公園」として整備され、約300本の様々な種類の梅の木が植えられ、早春には、カメラを手にした多くの人たちが梅の花の色と香りを楽しみにやって来ます。わたしも例年、サイクリングの途中に立ち寄ることにしています。

公園内を進んで行くと、左手の奥の山懐に「宮本武蔵ゆかりの座禅石」が見えてきます。こー帯は元々、臨済宗のお寺の所領だったそうで、二畳ほどの広さのあるこの座禅石では、あの宮本武蔵も座禅を組んだと伝えられています。武蔵は晩年の5年間を熊本で過ごしましたが、その間に兵法書の「五輪書」を書きあげた霊巖洞は金峰山の丁度反対側です。武蔵はまず、妙解寺（北岡自然公園にある細川家の菩提寺）に詣で、次に、ここ谷尾崎の石の上で座禅を組み、心を無にして松尾の山路を上り、そして岩戸観音が祀られる霊巖洞に籠ったと言われています。さらには、その言い伝えを聞きつけて、

明治初期に西南戦争に際して熊本に赴任した乃木希典（後の陸軍大将）もこの石の上で座禅を組んでいます。

悩みや迷いがある方は、この石の上で宮本武蔵になったつもりで座禅を組んでみてはいかがでしょうか？



（来園者の少ない日に私も座禅を組んでみました）

DO
SPORTS

スポーツと私

山女魚釣り2：骨折



副院長 循環器科
赤星 隆一郎

平成11年、熊本未来国体が開催されました。私は熊本県体育協会の医化学専門委員として各会場の医療体制の構築、救急医薬品や器材の調達、秋季大会（10月22日開会）前日のドクターズミーティングの準備等に忙殺されていました。夏休みの取得期間が9月中旬まででしたので仕事をやりくりして期限間際に3日間の休みを取りました。

初日は台風の直後で山女魚釣りには絶好の条件でしたが、仕事が残っており何とか午前中に片付けて昼から菊池水源に出かけました。水源の中は禁漁になっていますが、それより下流は遊漁可能です。この日はかなり増水してお

り対岸に渡るのに苦労しましたが薄曇りで条件は良く、かなり釣れました。

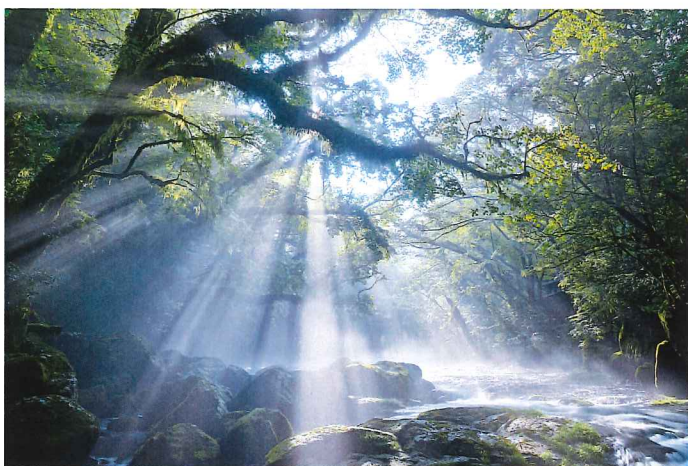
夢中で釣っているうちに暗くなったのに気がきました。対岸に渡るには増水しているので下流に引き返す必要がありましたが、かなり遠いので近くを渡ることになりました。

川に飛び込むと何とか渡れそうな所を見つけ、2mほどの岩の上から眺めると腰まで位の深さがありそうでした。思い切って飛び込み着水した瞬間右足首に強い衝撃を感じ後方に倒れて全身水浸しになりました。水深は膝位までしかなく何とか這い上がって対岸に着きましたが右足首の激しい痛みとしびれ感に気がきました。痛みを我慢して3mほどの崖を登り更に200m程歩いて車に辿り着きました。

車を運転して帰る途中痛みが強くなり我慢できなくなりました。車を止めて足首を見るとパンパンに腫れており骨折を覚悟しました。途中の再春荘病院に寄り外科系の当直医に診察してもらいそのまま入院となりました。

翌日整形外科で診察の結果、関節内脛骨骨折で手術することになりました。術後はリハビリのため入院を続行し、入院患者の診療は免除されましたがそれ以外の診療業務を行いました。外来では右足を椅子に乗せて水平に保ち患者さんを診察しました。

約1か月後に退院しました。ほどなく国体が始まりドクターズミーティングでは松葉杖を突いて講演し、大会期間中は右足挙上でパークドーム内の医務室で診療にあたりました。



「菊池渓谷」撮影：高木幸一郎（菊南病院理学療法士）

第21回院内各部署発表会

平成30年11月21日（水）に院内各部署発表会を開催しました。菊南病院では院内発表会を通じて、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。

第21回 菊南病院 院内各部署発表会

日時：平成30年11月21日（水）17:15～
場所：5階多目的ホール

『こらよか体操・ハツラツ健康運動教室の運動効果についての報告』
小中主任 通所リハビリテーション

『人間ドック受診者アンケートまとめ』
榎寺主任 健康管理部

『当院回復期リハ病棟を退院した脳卒中患者の転帰に関する分析』
北里部長 リハビリテーション部



こらよか体操・ハツラツ健康運動教室の運動効果についての報告

通所リハビリテーション 小中主任

こらよか体操、ハツラツ健康運動教室を週1回以上3ヶ月間行った結果、要介護者は歩行スピードのみが向上。自立者は週1回の運動でも歩行スピード、下肢筋持久力が向上した。

※詳細については別ページに掲載していますのでご覧下さい。

人間ドック受診者アンケートまとめ

健康管理部 榎寺主任

問題ないとの回答が多かったが、待ち時間や今まで聞いていない予約の結果までの満足度等、まだまだ解決しなければならぬ問題があると思われる。これを機に、新たに「顧客満足度に関するアンケート」を利用し、より一層の顧客最優先を目指していきたい。

当院回復期リハ病棟を退院した

脳卒中患者の転帰に関する分析

リハビリテーション部 北里部長

高齢者ほど期待される活動性が高くな、若年者に比べて低い到達レベルでも自宅復帰が可能となりやすいことが推測された。

新人研修 フォローアップ研修

平成30年10月23日（火）に新人研修フォローアップ研修を開催しました。菊南病院では4月の新人研修以降に入職された方を対象にフォローアップ研修を行っており、今年も菊南病院に関する事はもちろん、医薬品の管理や感染対策についての研修を行いました。長時間の研修にも関わらず皆さん真剣に受講されていました。これからの皆さんの活躍が楽しみです。

平成30年新人職員フォローアップ研修

スケジュール

○期日：平成30年10月23日（火） 場所：本館5階多目的ホール

時間	内容	プログラム	講師等
15:00～15:45	ビデオ① (45分)	※「医薬品安全管理について」	永峯 (薬剤師)
15:45～16:20	ビデオ② (35分)	※「菊南病院の理念について」	室原 良治 (院長)
休憩 5分			
16:25～16:55	ビデオ③ (30分)	※「院内感染防止対策について」	加古 博史 (副院長)
		終了	



あい
コレ

こらよか体操 ハツラツ運動教室の運動効果についての報告

通所リハビリテーション 小 中 幸 樹

健康寿命の延長を目指した「菊南病院こらよか体操」「室内内科・小児科ハツラツ健康運動教室」が利用者に与える身体的な能力の向上の観点から、開始時から3ヶ月で体力測定の結果が有意に向上するのかを検証した。

【対象者と運動負荷】

運動教室を利用している70歳から94歳までの75名。要介護認定者と非要介護認定者。

適度な運動強度とされるボルグスケール11~13「ややきつい」を目指してもらい実施。

【体力測定評価】

- ・ Time up & go テスト3m(敏捷性、歩行能力、バランス能力、下肢筋力)
- ・ ファンクショナルリーチテスト(動的バランス能力)
- ・ 30秒起立40cm(下肢筋持久力)
- ・ 開眼片脚立ち(静的バランス能力、平衡性)
- ・ 握力(筋力)
- ・ 10m歩行スピード(歩行能力)

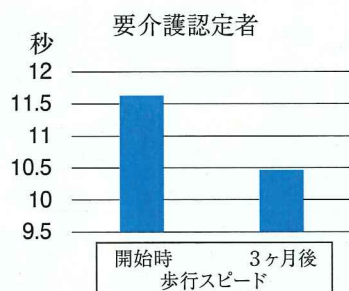
【判定方法】

Student's t-test により判定し比較

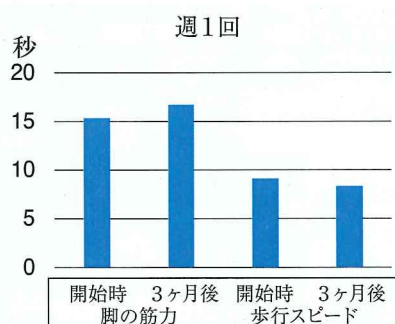
($P < 5\%$ で検定)

【結果】

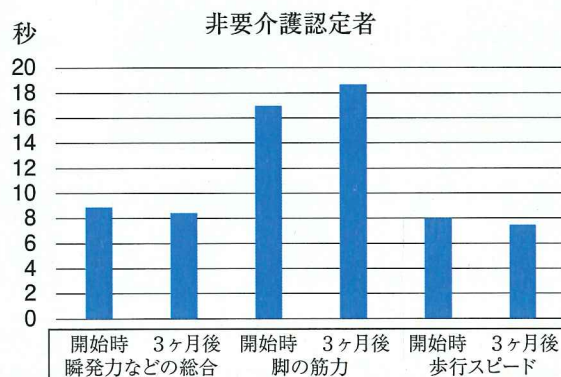
- ・ 要介護認定者は歩行スピードのみが向上する。



要介護認定者を含む週1回利用群では脚の筋力と10m歩行スピードが向上する。



- ・ 非要介護認定者は週1回の運動でも脚の筋力と歩行能力が向上する。



- ・ 3ヶ月ではバランス能力、握力は向上がない。

【考察】

- ・ 潜在的な筋力と運動能力が覚醒したのではないか。
- ・ 健康寿命の延長に必要である下肢筋力、体幹筋力、筋持久力、歩行能力、心肺機能の運動に重点を置いた為。
- ・ 要介護認定者の運動負荷が低かったのではないか。
- ・ 握力のみを重点的に鍛える運動は行わなかった為。
- ・ 転倒のリスクを考慮しバランス運動が少なかった為。
- ・ 個々のボルグスケールが正確であったか。

【今後の課題とまとめ】

- ・ 年代別での体力向上の変化をみること。
- ・ 疾患別の体力向上の経過をみること。
- ・ QOLも向上したのか調査すること。
- ・ 全身持久力の測定項目の導入を検討。

健康寿命の延長の為に適度な運動は必須である。「来た時より元気になって帰る」を日々の目標に今後の地域の健康寿命の延長に貢献していきたいと考える。



運動の様子 (スクワット)

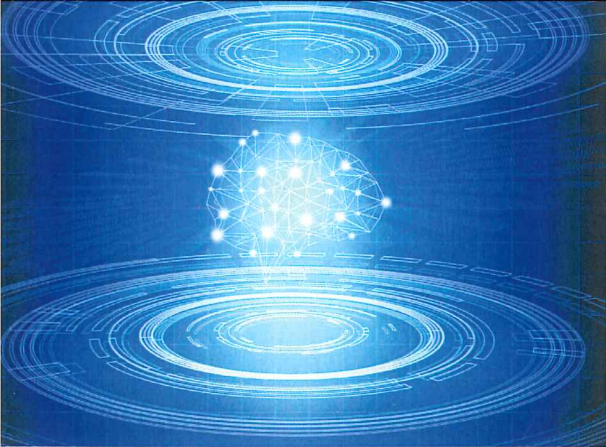


2018年10月26日



2018.10.28

ふれ
ア・レ



知 情 意

ふれあい94号「こころ」シリーズ続き

室原会会長 室原 亥十二

漱石の草枕の冒頭の「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」とにかく人の世は住みにくい。

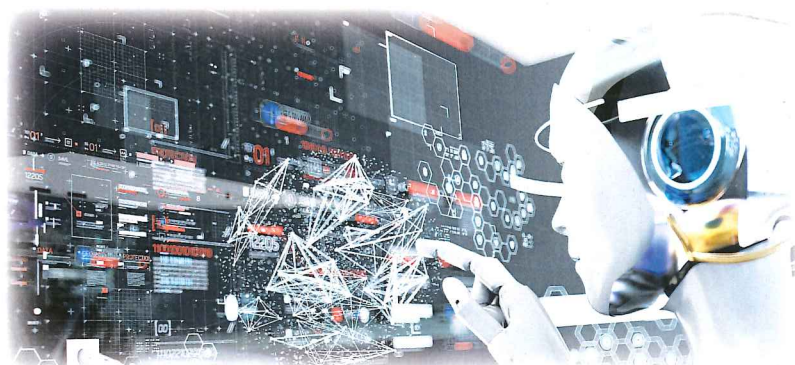
漱石ゆかりの旧制高等学校もストームをやっていた。あの(坊ちゃん)に出てくるストームです。その時は皆して手振り、足を挙げ乱舞、高唱に合わせて歌う「デカンショ節」は青春の意気でした。

(デカンショ デカンショで半年は暮らす あとの半年は寝て暮らす ソレー)

[デカルト(1596生) カント(1724) ショペンハウエル(1788)]

デカルトは「我思うゆえに我あり」があまりにも有名です。世に知悉されたこの兩人の知性は共通するものを感じます。

然し、今二人の人たる本丸があやふい。それは又々ブームとなっている機械の知能です。AI(人工知能)です。20世紀後半の科学の進歩と共に進んだ、デジタルコンピュータです。その特異な機能は説明に及ばないでしょうが、人の知能のある領域をはるかに凌いでいる。未来学者は今世紀中にスーパー AI(超絶人工知能)は自律性を獲得して、アルゴリズム(Algorithm)なしでシングルトン(Singleton)のAIの強力なagency(代理店)の一人占めとなり、他を寄せ付けず知情意の領域迄全て支配する。即ち、21世紀中には完全にこのスーパー AIに人類は隷属を余儀なくされるだろうと言われている。人類滅亡が近い。ホモサピエンスの自然知能を制圧して反撃の余地を与えない。今は思考実験段階ですが、有り得ないことでもない。私には理解困難なことばかりです。それより私には未来がない。いや、もう残りの人生がない。



参考:

- ・脳の意識 機械の意識: 渡辺西峰 (2017)
- ・人工知能と経済の未来: 井上智洋 (2017)
- ・スーパーインテリジェンス(超然AIと人類の運命):
ニック・ポストロム (2017)
- ・心の進化を説明する: ダニエル・C・ベネット (2018)
- ・わたしは不思議の環: ダグラス・ホフスタッツ (2018)

室原内科・水前寺複合施設・ファミリー薬局合同忘年会

平成30年12月13日 菊岡温泉ユウベルホテルにて

忘 年 会



2018年12月12日毎年恒例の室原内科小児科・水前寺高齢者複合施設・ファミリー調剤薬局合同忘年会が開催されました。今年は場所を変えて「熊本テルサ」でおこないました。

飲んで歌って食べて、会長からの豪華景品をかけたゲームで盛り上がり、平成最後の忘年会を皆で楽しみました。

1年間お疲れまでした。2019年も皆で協力して良い1年にしましょう。



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
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

メリークリスマス♡

キッシュやケーキを作ったり、ピザパーティなど
各階、嗜好を凝らしたクリスマス会を行ないました

元日に入居者の皆様へ
お屠蘇がふるまわれました



美味しいの
作るよ

健軍神社へ初詣



今年もみな様にとって
いい年でありますように!



＊ グループホーム きくなん だより ＊

巻きずし作り



美味しく
出来ました



干し柿作り



忘年会



初詣

◆外来担当医当番表◆

●急患の方以外全て予約制です

平成31年2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	堀	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
午後	1診	堀	—	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
	17:00	3診	南	南	神経内科 14時～17時 守屋(隔週)	堀	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

守屋

禁煙外来

呼吸器内科 ※要予約

神経内科 ※隔週（事前にご確認下さい）

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 梅田Dr	室原亥十二 梅田Dr	室原亥十二	休診	室原亥十二 梅田Dr	室原亥十二 糖尿病外来 (後藤Dr)
		★動脈硬化検査 (第1・第3)	高血圧外来 (梅田Dr)		腹部エコー検査 (第4)	腹部エコー検査 (第2)
午後	室原亥十二 梅田Dr	室原亥十二 梅田Dr	室原亥十二	休診	室原亥十二 心臓外来 (室原良治Dr)	室原亥十二 心臓外来 (室原良治Dr)
		★動脈硬化検査 (第1・第3)	喘息外来 (藤井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

今回は編集長が短期入院中ということで、僥倖ながら編集委員である私が筆を取らせて頂きました。インフルエンザが観測史上最大の流行と言われていますが、健やかな新年を迎えられましたでしょうか。「ふれあい」九十五号新春号は、診察室での出来事をユーモアたっぷりに描いた意外な方からの体験談(?)から幕を開けます。

入院中に季節を感じる食事を頂けると好評のおせち料理は、写真を見ながら私も一度は食べてみたいなあと喉を鳴らすほど美味しそうですよ。

古庄Dr、赤星Drの連載は、知らない地域、知らない世界、知らない体験：毎回編集しながら、未知を知る楽しさを感じています。

菊南病院で開催している「院内各部発表会」も、今年で二十一回目となりました。今回は、そこで発表された演題から一題、演者の小中主任に「ふれあい」用に編集して掲載させて頂きました。

室原亥十二会長の「こころ」シリーズ、亥年の年男である会長は、私たちの知らない昔と、私たちの知らない未来を広く深く見つめているようです。

さて、室原会では年間を通して様々な行事や、催しを開催しております。内外問わず、出来るだけ写真に残して記録するように努めています。今回も、たくさんの方の写真を掲載することが出来ました。少しでも明るい雰囲気や伝われば幸いです。また、水前寺複合施設の「うりぼう」と「グループホームきくなんだより」も、日常を切り取ってご利用者様の元気な様子を届けてくれます。優しい笑顔と穏やかな様子に、ぜひ癒されてください。

新しい年をお迎えし、平成が終わりを告げようとしています。昔ではテレビで平成を振り返る番組が増えたり、新しい元号が何になるか興味津々で予想したりと、去る時代を懐かしみ、来たる時代が明るいものであるよう期待するような気運です。皆様にとって、平成はどんな時代だったでしょうか？三十年という月日は、自分の歴史を振り返って恥ずけるには充分すぎる年月です。

新春始めの「ふれあい」は九十五号を数えます。平成四年に創刊されてより、この時代を皆さまと駆け抜け、室原会の日々を写してきました。新しい時代も、支えて下さる皆様と一緒により素敵なものを写し取っていければいいなあと感じています。