

医療法人 正観会 御野場病院 広報誌



なおみ

第32号

令和4年2月発行

信頼され、選ばれる病院を目指して



INDEX

- 第31回 なんケアの会 ● 栄養科だより
- いつでもマスク ● 季節のおはなし
- 理念 ● 診療担当医表 ● アクセス

南部圏域の地域包括ケアを考える会 (なんケアの会)を開催しました。

開催日時:令和3年12月3日(金)18:00~19:15 会場:御野場病院 在宅リハビリテーションセンター2階 研修室

参加者:37名(介護事業所関係者23名、地域包括支援センター3名、医療機関関係者5名、その他6名)

演題

有床診療所の役割と旅立ちのしたく

山王胃腸科 理事長 最上 希一郎 氏

今回のなんケアの会は、10月にオープンした当院の在宅リハビリテーションセンターで開催いたしました。

講演会では、有床診療所の役割について、また、最上先生の訪問診療の事例をもとに、看取り期における身体の変化と対応の仕方について、お話ししていただきました。看取り対応について、日ごろ悩んでいることや不安に感じていることが払拭された講演内容でした。

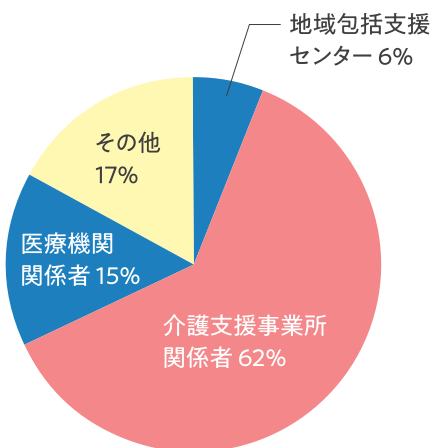
最上先生、貴重なご講演ありがとうございました。



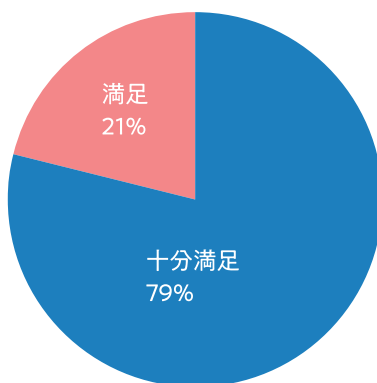
参加者の皆さんにアンケート

回収率:91.9%(アンケート配布:37名、回収:34名)

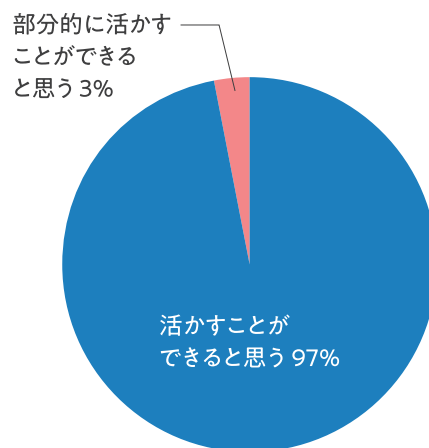
Q1.所属を教えてください



Q2.参加していかがでしたか?



Q3.今後、地域での活動に活かすことができそうですか?



なんケアの会

● 会場の様子と皆さんからのご意見・ご感想



講師の最上氏



会場の様子



質疑応答の様子

大変大変心に残りました。日々の関わりを大切にしていきたいと改めて感じました。ありがとうございました。看取り対応に少し気持ちが楽になりました。家族支援のノウハウも聞けて「なるほど」と同感しました。

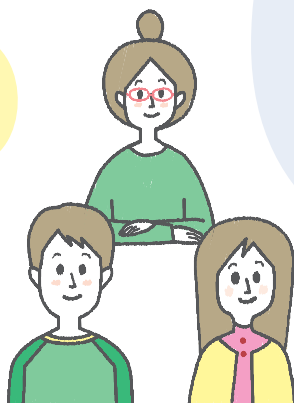
介護支援事業所関係者

とても学びとなったお話でした。最期を迎えることは悲しいことだけではないのだということ、どれだけ関わってその方の意向や希望に沿えるのか、捉え方・関わり方などが、よく理解できました。
貴重なお話ありがとうございました。

介護支援事業所関係者

本当にいいお話を聞け、先生とチームを組み、在宅の患者さんに寄り添った支援をしたい、できたらなと思いました。在宅で最期まで支援をとったとき、やはりバックベッドがあるという有床診療所はとても心強いものと思います。また先生から治療中、看取った後でも「先生の言葉」をかけてもらうだけで救われる気がしました。先生のお話をもっといろいろな人、さまざまな場面で聞いてもらいたいと思いました。

地域包括支援センター



次回予告

開催日時: 令和4年2月4日(金) 18:00~19:15 会場: 未定

栄養科だより

● 12月の行事食 ●

メニュー

12月24日(金)
クリスマスイブ
昼食時に実施



嚥下食



常食

- スパゲティミートソース
- シーザーサラダ
- ポテトグラタン
- りんごのキャラメルケーキ



立春を迎える2月は、暦の上では春の訪れを告げる月ですが、まだまだ寒い時期が続きます。そこで今回は、体を温める食べ物と冷やす食べ物の見分け方についてご紹介します。必ずしもこれが全てに当てはまるというわけではありませんが、参考してみてください。

12月31日(金)
大みそか夕食時に実施



- ごはん
- キングサーモン香味漬け
～大根おろしを添えて～
- 伊達巻き
- 豚の角煮
- 菜の花のおひたし
- 上生菓子～祝い華～



体を温める食べ物と冷やす食べ物の見分け方

1

冬に旬を迎える、
寒い地域でとれる

冬に旬を迎える食材、または寒い地域でとれる食材は、熱を吸収して蓄える必要があるため、体を温める果物や野菜が育ちます。反対に、南国で育つ食材は体内にこもった熱を下げるため、体を冷やす食べ物が育ちます。

2

地面の下で育つものか、
上で育つものかで見分ける

地中で育つものは体を温め、地上で育つものは体を冷やします。冬に地中で育つ根菜類が多いのは、動物も人間も体を温める必要があるからで、夏に地上で育つトマトやキュウリ、スイカなどが多いのは、体を冷やしてくれるからです。

3

食材が「黒や赤、オレンジ色」の食材

黒や赤、オレンジなど濃い色の食材には体を温めるパワーがあります。また魚や肉も同様に色の濃い赤身の方が体を温める働きが強いので、積極的に食べるとよいでしょう。

野菜の一例としては、ニンジン、ゴボウ、山芋、レンコン、ショウガ、カブ、カボチャ、カリフラワー、ネギ、トウガラシなど。

魚も同様で、例えば北の海でよくとれるサケやマグロ、カツオ、サバなども体を温める働きがあります。

これらの食品を積極的に摂って、体の中から温めて、暖かい春を迎えましょう(^^)/

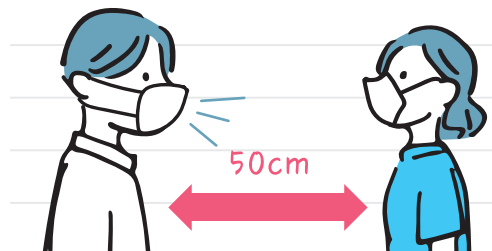
いつでもマスク

マスクは布やウレタンよりも、不織布の方が効果が高いことが示されています。すき間のないよう顔にフィットさせ、正しくご利用ください。

マスク着用の主な目的は、会話や咳による飛沫の飛散や吸い込みを防ぐこと。近年の研究では、飛沫を出す側と吸い込む側、両者の距離感やマスクの着用状況、マスクの素材(性能)によっても、防御効果に大きな違いが生まれることが分かっています。

例えば、スーパーコンピュータ「富岳」によるシミュレーションの結果によれば、マスクの捕集効率は、布製やウレタン製よりも、不織布素材の方が高いことが示されています。また、鼻の部分に金具がある場合は、折り曲げて鼻に沿って着用するなど、すき間のないよう顔にフィットさせた方が効果が高いことが示されています。

両方がマスクを着用



両方が布マスク

70% ↓

両方が
サージカルマスク
(不織布)

75% ↓

出典:内閣官房ホームページ (<https://corona.go.jp/proposal/>)

神社の敷地などでしめ縄を張り、禁足地とされている中、荘厳に佇む樹齢数百年の巨木。お参りなどで神社を訪れた際など、ふとしたときに目にすることも多いかもしれません。巨木は神々のより代といわれ、神木そのものがご神体としてまつられている神社もあります。

近年では有名な神木がパワースポットとして紹介されることもあり、多くの参拝者を迎え入れています。

神のより代である神木は、人々の心のよりどころにもなっているようです。

巨木や荘厳な山々に代表される大自然は、山岳信仰や巨樹信仰として世界中であがめ、まつられてきました。この地方でも鳥海山や朝日岳など信仰の対象となっている自然は多く見られます。

大地にしっかりと根を張る太い幹、うっそうとした枝葉。

静けさと厳かな雰囲気をもとう巨木の前に立つと、

季節のおはなし

神木



その圧倒的な存在感に言葉がつまるほど。人々が畏敬の念を持って接してきたのもうなずけます。

ビルが立ち並ぶ都会にも、ふとしたところに神社があり、神木が常に豊かな緑をたたえています。数百年、数千年と生き続けている神木には、現代の風景や私たちはどのように見えているのでしょうか。

「信頼され、選ばれる病院を目指して」

— 安全・信頼・連携・地域密着 —

私たちは、皆様が住み慣れた地域で人生の最後まで自分らしい生活ができるよう、
地域包括ケアシステムの一環を担う病院として、安全で心の通った医療・保健・福祉サービスを
提供し、患者様や地域の皆様から信頼され選ばれる病院を目指します。

診療担当医表

診療時間	診療科目	月	火	水	木	金
午前 9時～12時	内 科	吉川 晴夫 小田嶋 貢	吉川 晴夫 金谷 有子	皆河 崇志	石黒 英明 金谷 有子	石黒 英明
	神経内科	—	—	—	石黒 英明	石黒 英明
	歯 科	千葉 正明	千葉 正明	—	千葉 正明	千葉 正明
午後 1時30分～3時	内 科	石黒 英明	小林 佳美	大内慎一郎 吉川 晴夫 市原 利晃 (第2)	皆河 崇志	小田嶋 貢 (第2・4) 小林 佳美
	リハビリ	—	小林 佳美	—	—	小林 佳美
	神経内科	石黒 英明	—	—	—	—
	歯 科	千葉 正明	千葉 正明	—	千葉 正明	千葉 正明

※令和4年2月1日以降 ※午前の受付は11時30分までをお願いします。

※出張などにより、担当医が変更になる場合がございます。指定の医師をご希望の場合は、事前にお問い合わせください。

医療法人 正観会 **御野場病院**
〒010-1424 秋田市御野場二丁目14-1
TEL.018-839-6141 FAX.018-839-5025



- JR秋田駅より車で20分
- バス（秋田市営交通）
御野場団地線／御野場病院前下車

