

# 広報 桜竹梅

～春号～



〔発行所〕医療法人 仁栄会  
〔発行者〕島津 栄一  
〒780-0066  
高知市比島町4丁目6番 22 号  
TEL 088-823-2285  
FAX 088-824-2363



ホームページ

ご自由にお持ち帰りください。

ごあいさつ

院長

西村 誠明



ようやく、コロナも終息を迎えつつあり、2020年1月以降、行くことのなかった東京への飛行機の旅をしました。高知空港からの出発は20年ぶりなので、新鮮でした。2003年より愛称が高知龍馬空港になり、高知南国道路が開通して、道路事情も変わっていましたが、高知龍馬空港の建物は変わりません。でも、改装はされていたので、思わず展望デッキも行きました。また、3年ぶりの飛行機の旅でしたので、手荷物を預けたり、チケットをもらったり、バタバタしてしまいました。無事、保安検査場も通り、搭乗する予定の航空機を待っている間に、きれいな夕焼けにも出会えました。いつも思う事ですが、短時間で給油から機体の点検などを済ませ、あの大きな航空機を飛ばすことが出来るものだと妙に感心してしまいます。いろいろ考えているうちに搭乗時間になりました。



席についてみると各席にテレビが付いていて、嬉しくなりました。さっそく、カバンからイヤフォンを取り出してスイッチオン。でも、スイッチの入れ方がわからない。いろいろと押して、なんとかスイッチオン。ムービーチャンネルの中に2022年9月上映された東野圭吾の小説が原作になった「沈黙のパレード」を見つけました。放映時間は130分。高知と羽田空港の往復で、管内放送で視聴出来ない時間を考えるとピッタリ。この作品に決定。柴咲コウさんは、『Dr. コトー診療所』以降のファンです。視力が0.1以下でも、コンタクトレンズは着けないので、人物や物を見る時はグッと見開き、にらんでいるようなしぐさもかわいく見えます。退屈することなく、羽田空港に到着しました。

実は、今回の旅行は、昨年生まれた孫に会いに行くことが目的です。東京に住んでいる息子が3年前に結婚しました。しかし、コロナが拡大している間は、私が病院に勤務していることもあり、東京に行く事も、息子たちが会いに来る事も出来ませんでした。ようやく、コロナ規制が大幅に緩和されましたので、お嫁さんやご両親へのあいさつも兼ねた旅行です。

当日、予約したレストランで待っていると息子とお嫁さんが仲良くやって来ました。孫をあやしている姿を見て、息子もお父さんになったのだと安心し、嬉しくなりました。「抱いてみる？」と

聞かれましたが、泣かせてはかわいそうなので、食事会が終わってから、抱かせてもらうことにしました。食事会が終わる頃には、孫はスヤスヤと眠ってしまいました。孫は、ただただ、かわいばかりでした。お嫁さんもお両親も気さくな方で安心し、楽しい食事会でした。

自分へのお土産も購入し、羽田空港に向かいました。空港に着くとまず、電光掲示板を確かめ、どのエレベーターに乗るか決めます。でも、高知行きの掲示はありません。困って手荷物の係員にたずねると「荷物を預けてください」とだけの返事。回答になってないと思いつつ、しかたないので自動手荷物預け機に荷物を入れてみると、受付も完了し、欠航でないことを確認し、ホッとしました。羽田空港で

は、いつも最後に買っている「浅草満願堂の芋きん」2個を買い、ポケットに入れ、保安検査場に向かいました。コートを脱いで、保安検査場を抜けましたが、携帯電話はポケットに入れたままにしていたので失格。再度、保安検査場を抜けることになりました。また、カバンの中にペットボトルを入れたままにしましたが、羽田空港では鑑別が出来るのだと感心しました。高知行きの搭乗口は、運良く目の前にあり、広い空港をさがすこともありませんでした。帰りの機内では、予定通り「沈黙のパレード」の後半を見ることが出来ました。

今回は、3年ぶりの飛行機の旅でした。なんといっても、父となった息子、初孫、お嫁さん、ご両親に会うことが出来て大満足の旅となりました。



## インドネシア技能実習生へのお見舞金のお礼と報告

外国人技能実習生 受入担当 林 紀代 (介護部)

去る令和4年11月21日にジャワ島西ジャワ州で発生した地震で、当院に勤務する2名の技能実習生の自宅が倒壊し、ご家族は現在に至るまでもテント生活が余儀なくされています。

お見舞いを呼びかけましたところ、仁栄会職員の皆さまのご厚意がたくさん集まりました。12月23日に被災した2名の技能実習生にお渡ししたことをご報告いたします。技能実習生に代わりお礼を申し上げます。ありがとうございました。

技能実習生は自宅再建のために一生懸命がんばっています。今後とも温かいご支援を賜りますようよろしくお願いいたします。





## グループホーム やすらぎ

### 秋の食事会 &音楽会



秋の味覚いっぱいのお食事会メニューは『栗ご飯、鮭の西京焼き、キノコと鶏肉のすまし汁、干し柿なます、かぼちゃチーズケーキ』でした。鮭はホットプレートで香ばしく焼きあげました。干し柿は頂いた渋柿から皆で仕込みました。お汁は勿論、炊飯器で作ったかぼちゃチーズケーキも美味しいと好評でした。午後からはリズム体操をしてから、職員2人によるギター演奏で秋の童謡を聴きながら、幼少期を思い出しては口ずさまれ和やかな雰囲気でした。また、11月お誕生日の方が4名おられ、気持ちばかりのプレゼントをお渡しして素敵な笑顔見られた誕生会でした。



### クリスマス会



クリスマス会を開催しました。まず「北国の春」の曲に合わせてリズム体操をして身体をほぐしていただきました。次に紙芝居を見ながら場面にあった童謡を歌ったり、パネルシアター「かさ地蔵」等、入居者様は次々に変わる展開に飽きることなく楽しめました。また「ハンドベル&ギター」ではクリスマスソングを演奏し美しい音色がフロアに響きました。そして12月の誕生会、サンタクロースからのプレゼント、最後に皆で「蛍の光」を歌って閉幕となりました。おやつにはイチゴのショートケーキを召し上がられ、クリスマスの余韻をゆっくり味わっていました。



### 初笑い会



今年初めての行事で集まりました。初めに「草津節体操」で体を温め、事前に書いていただいた絵馬の紹介。その後トランプゲームを行いました。神経衰弱や七並べ等、普段行っていないトランプに大苦戦していました。普段にも脳トレとして取り入れたらいいなと思ったゲーム内容でした。最後におみくじを引いていただき運試しをしました。会の後はお汁粉を食べて温まりました。今年も皆で集まったり美味しいものを囲んで笑顔で過ごしたいものです。



書

森 惟明 編著

籍

『サクセスフルエイジングへと

紹

導く50の答え』

介

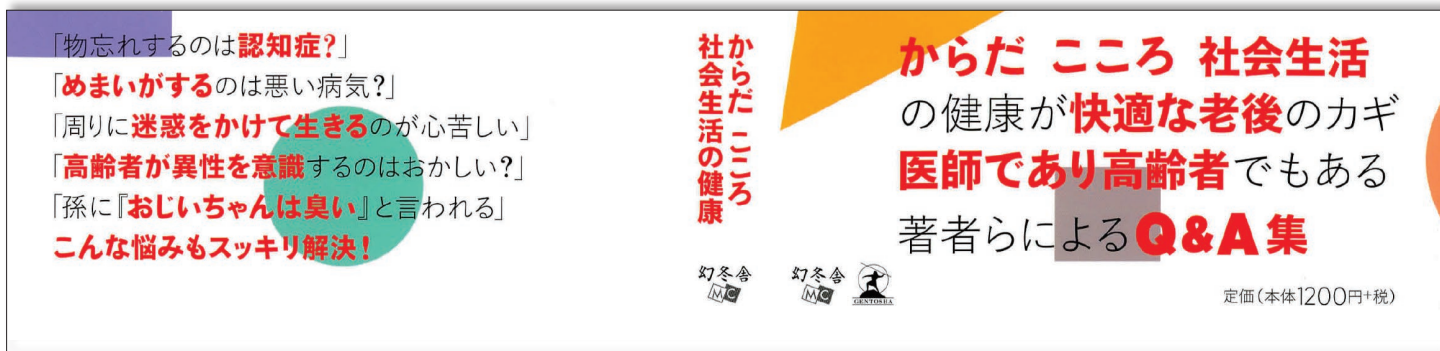
発行：幻冬舎メディアコンサルティング



Facebook  
https://www.facebook.com/morikoreaki?ref=tn\_tnmn



■「サクセスフルエイジングへと導く50の答え」表紙+背+裏表紙



■「サクセスフルエイジングへと導く50の答え」帯(オビ)

# サクセスフル エイジングへと 導く50の答え

**Q 肺炎で亡くなる高齢者が多いと聞きました。家庭内で、または自分でできる予防法はありますか？**

**A 口腔内を清潔に保つことが大切です。口腔体操もお勧めです。**



肺炎は日本人の死亡原因の第3位に位置づけられる病気ですが、高齢者の肺炎の大部分は誤嚥を原因とする誤嚥性肺炎です。多量の植物残渣(かす)の残存、舌苔(食べかすや細菌が集まってできる、舌の白い部分)や虫歯・歯周病の放置、入れ歯の不適合、不潔な入れ歯の放置によって口の中で細菌が増殖します。その大量の細菌が誤嚥により肺に送り込まれ感染することで誤嚥性肺炎となります。



高齢者にとって快適な口腔状態を維持することは、食事をおいしくとるためであるのはもちろん、誤嚥性肺炎のほか多くの病気の予防にもつながります。

細菌による感染症で日本人に最も多いのは、歯周病であると言われています。

実はこの歯周病、口の中の病気というだけでなく、全身の病気の発生原因やもともと存在していた病気を悪化させてしまう原因にもなります。例えば、虫歯菌や歯周病菌などの細菌が口の中の傷口や腫れた歯茎から侵入すると、血流に乗って全身に細菌がちらばり、血液中の栄養素を使って増殖してしまいます。

歯周病が引き起こす病気として「夜の暗殺者」と言われている「誤嚥性肺炎」があります。免疫力が低下している高齢者は、唾と一緒に歯周病菌が肺の中に入ったことで誤嚥性肺炎を起こしやすく、それが死亡の原因となります。

ちなみに歯周病は、肥満、さらには糖尿病の原因になることもありますし、歯周病菌は、動脈硬化性疾患(冠動脈、抹消血管の病気)、脳血管障害(脳梗塞、脳出血、脳微小出血)の発症を促進する重要な因子であることがわかっています。さらに歯周病は肝臓に脂肪を蓄積させるので、高脂血症を生み出します。また、最近アルツハイマー型認知症を悪化させる可能性が高いこともわかっています。

高齢者は口唇周囲や頬の筋肉が弱いため、食事をしたあとに食物残渣が歯の周りにいつまでも残ります。また、舌、咽頭・喉頭の筋肉が弱くなり、飲み込む機能である「嚥下反射」が機能しにくくなると、「口腔ロコモ」と言える状態に陥ります。

さらに、嚥下に必要な筋肉が減少すると、サルコペニアによる嚥下障害を生じることがあります。これは、全身の筋肉と嚥下関連筋の筋肉減少、筋力低下によって生じる嚥下障害です。

このように口腔機能の低下は、フレイルサイクル全体に関与しており、フレイルを悪化させる要因であると位置づけられます。

誤嚥性肺炎になる前は口から食物をとることができていたのに、誤嚥性肺炎の治療後には体力低下が起こり、重度の嚥下障害となるフレイル高齢者がいます。これらの高齢者の治療時には、誤嚥性肺炎の治療に加えて、早い段階から嚥下機能のリハビリテーションと、入院期間中の体力低下を起こさないための十分な栄養補給とを併用することが大切です。



口をしっかりと閉じて、頬や口唇周囲をぷっと膨らませたり、唾を飲み込む練習をしたり、発声練習(カタ・パ・ラ)をしたり、舌を出したり動かしたり、いろいろな口腔体操があります。日頃から「口腔体操」をすることで誤嚥性肺炎の予防や改善ができますので、生活に取り入れてみましょう。食事の前に行うと、より効果的です。今井一彰氏考案の「あいうべ体操」も効果的です(図)。

筆者(森)は毎日3回の歯磨きの継続に加えて、2か月に1回、定期的に歯科を受診し、口腔ケアをしてもらっています。皆さんも口の健康を維持し、食べる楽しみと食物から十分なエネルギーを得られるようにしましょう。「健康」は「健口」から! 「幸福」は「口福」から! です。



## 外来診察表

(令和5年3月31日現在)

午前 (9:00~12:00)						
診療科	月	火	水	木	金	土
内科	三宅 大崎(多)	西村・大崎(史) 大崎(多)	三宅 大崎(史)	西村 伊東	西村 大崎(多)	大崎(史)
消化器内科			内田 (高知大学)	【第1・第3・第5】 岩崎 信二 吉岡(高知大学)		
外科	島津	西家	武田	西家 11:00まで	島津 花崎(高知大学)	武田
整形外科	島津(裕)	島津(裕)	兼松	兼松	兼松	兼松
皮膚科		永野	永野	永野		
泌尿器科 血尿外来					安宅 (高知大学)	井上 (高知大学)
循環器内科					古島 (高知大学)	

午後 (14:00~18:00)						
診療科	月	火	水	木	金	土
内科	三宅・伊東 岩崎泰正17:00まで	大崎(史) 伊東	三宅 大崎(史)	西村 大崎(史)	西村 17:00まで	
外科	瀬尾 (高知大学)	西家 16:00まで	北川 (高知大学)	武田	島津	
整形外科	島津(裕) (島津)	兼松	兼松	兼松	兼松	
皮膚科	永野 17:00まで	永野 17:00まで	永野 17:00まで			
泌尿器科 血尿外来					安宅(高知大学) 17:00まで	

- 三宅名誉院長（内科）は不在の場合がありますので、事前にお電話でご確認をお願いします。
- 担当医が不在の場合がありますので、事前にお電話でご確認をお願いします。
- 休診日は土曜の午後・日曜・祝祭日・年末年始です。

## 病院理念

「病む人への思いやりをもって、安全で安心のできる高度な医療を提供します。」

## 医療方針

- 一、心ある医療を、介護サービスと連携して提供し、地域社会に貢献する。
- 一、生きることへの共感、病む人への思いやりをもって医療に従事する。
- 一、当院の専門としている医療部門においては、医療レベルの向上に努力し、先進的医療を提供する。

## セカンドオピニオンの指針

セカンドオピニオンの前提は、患者様の権利（自己決定と選択自由の権利）の尊重にあり、当院では以下の通りセカンドオピニオンの指針を定めます。

### 1. 当院にセカンドオピニオンを希望される場合

- (1) 担当医の紹介状、検査結果、レントゲン写真、病理診断結果等、診断に必要な資料を持参していただきます。
- (2) 患者様ご本人が受診することが、原則となります。
- (3) セカンドオピニオンの結果は、患者様ご本人に説明するとともに、紹介状の返書として、担当医にお知らせします。
- (4) 検査や治療を行わない、相談のみの場合は自費診療として30分につき11,000円を申し受けます。

### 2. 他の医療機関にセカンドオピニオンを希望される場合

- (1) 受診する医療機関名（できれば医師名）を特定して、紹介状を作成します。
- (2) 検査結果、レントゲン写真、病理組織材料など、診察に必要な資料を提供します。
- (3) 個人情報保護を考慮し、紹介状と資料は、患者様ご本人にお渡しします。
- (4) 紹介先が示したセカンドオピニオンは、当院からの紹介状への返書として受け取り、以降の当院での治療方針や検査の選択については、患者様ご本人の意思を尊重し行います。

## 患者様の権利

- 一、個人として常にその人格を尊重される権利があります。
- 二、安全で良質な医療を平等に受ける権利があります。
- 三、個人のプライバシーが守られる権利および私的なことに干渉されない権利があります。
- 四、自分が受ける治療や検査の効果や危険性、他の治療法の有無などについて、わかりやすい説明を理解できるまで受ける権利があります。
- 五、自分の治療計画を立てる過程に参加し、自分の意思を表明し、自ら決定する権利があります。
- 六、自分が受けている医療について、知る権利があります。
- 七、自らが選んだ医療機関で、セカンドオピニオンを受けることができます。
- 八、患者様自らが、医療従事者と共に力をあわせて、これらの権利を守り発展させる責任があります。

## 患者様および職員などの個人情報保護に関する規程【基本理念】

### (院内規程の目的)

当院の全職員は、この「院内規程」及び「個人情報の保護に関する法律」「同施行令」厚生労働省「医療・介護関係事業者における個人情報の適切な取扱いのためのガイドライン」(平成29年4月14日改定)に基づき、患者様および職員などに関する個人情報を適切に取り扱い、患者様および職員などから信頼される医療機関であるよう、たゆまぬ努力を続けていくものとする。

### (他の院内規程等との関係)

当院における個人情報の取り扱いに際しては、この院内規定のほか、当院の「診療情報の提供に関する規定」も適用されるものとする。診療情報の提供について疑義がある場合には、前段に挙げた規定のほか、日本医師会「診療情報の提供に関する指針」ならびに厚生労働省「診療情報の提供等に関する指針」も参照するものとする。

### (守秘義務)

すべての職員は、その職種の如何を問わず、当院の従業者として、職務上知り得た患者様および職員などの個人情報を、正当な事由なく第三者に漏らしてはならない。当院を退職した後においても同様とする。すべての職員は、この義務を遵守することを書面によって誓約しなくてはならない。



### 診療時間

月～金 9:00～12:00  
 14:00～18:00  
 土 9:00～12:00  
 日・祝祭日 休診

### 診療科目

- ・外科
- ・内科
- ・リウマチ科
- ・糖尿病内科
- ・消化器外科
- ・消化器内科
- ・泌尿器科
- ・人工透析内科
- ・人工透析外科
- ・腎臓内科
- ・肛門外科
- ・皮膚科
- ・整形外科
- ・循環器内科
- ・リハビリテーション科

### 併設事業

- ・通所リハビリテーション
- ・居宅介護支援

### 関連医療・介護機関

医療法人 仁栄会 島津クリニック	〒785-0013	高知県須崎市西古市町3番15号	TEL0889-43-0003
医療法人 島津会 幡多クリニック	〒787-0013	高知県四万十市右山天神町10番12号	TEL0880-34-6211
医療法人 成仁会 快聖クリニック	〒780-8050	高知市鴨部1085番地1	TEL088-850-0038
グループホーム つくしの里	〒780-8050	高知市鴨部1079番地1	TEL088-850-0087
グループホーム やすらぎ	〒780-0065	高知市塩田町19番26号	TEL088-875-3500
グループホーム かがやき	〒787-0014	高知県四万十市駅前町5番20号	TEL0880-31-0607
小規模多機能型居宅介護 ひじま	〒780-0066	高知市比島町2丁目10番31号	TEL088-826-6232
小規模多機能型居宅介護 しおた	〒780-0065	高知市塩田町19番26号	TEL088-875-3718
住宅型有料老人ホーム ひじま	〒780-0066	高知市比島町2丁目10番31号	TEL088-826-6233
特定施設 みやびの里	〒780-0066	高知市比島町4丁目6番9号	TEL088-822-8855
小規模多機能型居宅介護 おおがた	〒789-1931	高知県幡多郡黒潮町入野3017番地2号	TEL0880-43-1023
高齢者専用賃貸住宅 くろしお	〒789-1931	高知県幡多郡黒潮町入野3017番地2号	TEL0880-43-1023



日本医療機能評価機構

医療法人 仁栄会

# 島津病院

院長 西村 誠明

〒780-0066 高知市比島町4丁目6番22号

TEL 088-823-2285 FAX 088-824-2363

