

湖畔

Vol.2 平成24年 7 月

医療法人 十全会

発行：医療法人十全会広報委員会

所在地：高知県土佐郡土佐町田井1372

電話：0887-82-0456（代表） FAX：0887-82-0459

ホームページ <http://juzen-kai.or.jp>



▲正面玄関前の花壇を整備しました。

十全会では、施設ご利用者及び職員を取り巻く環境を総合的に評価し、改善する活動組織として環境改善委員会を設置し、平成二四年四月一日より活動しています。

主な活動内容は、外来、入院および入所環境の改善、そしていやしの環境づくりとして、花壇等の整備を行っています。

季節の花や樹木を順次、植えていく予定です。

「こんな花を植えてみては？」などご意見があれば、どんどんお寄せください。

また、毎月、第一水曜日には勤務終了後、施設周辺のごみ拾い（施設から半径二〇〇m）を三か所に分けて実施しています。もし私たちをみかけたら、是非、お声をかけてください。



▲中庭の緑のカーテン(ゴーヤ)です。夏の節電対策にも効果があり、実際に涼しく感じます。

環境改善委員会 医療法人 十全会

土佐町宮古野「虫送り」

日本の伝統行事の一つで今は数少なくなった「虫送り」が六月二〇日、早明浦病院のすぐ近くの宮古野地区で行われました。

稲の虫除けと豊作を祈願して、ほら貝や太鼓の音に合わせて地元土佐町小学校の児童らの「サイトコベットコサイノモリ稲の虫じゃ西へ行け」の掛け声が響く中、一メートルもの大わらじを担いで、田んぼのあぜ道を練り歩き、最後に産土の神「白髪神社」に参拝しました。



▲毎年6月20日は梅雨の時期にもかかわらず、不思議と雨が降ることはいわれています。ここ土佐町では虫送りの行事が数集落で残り、夏の始まりの風物詩となっています。

今月のさめうらぎギャラリー



▲高知市のギャラリーでも個展を開催するなど、精力的な活動をされています。

今月のさめうらぎギャラリーは「信清淑子様作品展」を開催しております。

も差し上げております。数に限りがありますので、お早めにご来院ください。

高知市在住の信清淑子様の作品展は今回で三回目となり、さめうらぎギャラリーでもおなじみになりました。

野山を散策し、花や鳥たちと戯れ、四季を楽しむながら描く信清様。とても素敵な四季の植物やかわいらしい草花を、丹念に味わい深く描いて、見る人の心が癒される色紙展となっています。

前回大好評だった、手書きのしおりを今回



居宅サービス事業所の紹介

居宅介護支援事業所 嶺北総合介護サービス

私たちの居宅介護支援事業所「嶺北総合介護サービス」は早明浦病院の六階にあります。ケアマネジャーが介護サービスの紹介から、調整までさせていただいております。

介護保険の大きな特徴は自身の健康状態を申請し、認定されれば介護サービスが利用できます。

今回は認定までの流れを紹介いたします。いつでもお気軽にご相談ください。

申請の準備(左記の5つが必要)

- ① 申請の準備(左記の5つが必要)
 - 要介護・要支援認定申請書(役所でもらう)
 - 介護保険被保険者証
 - 健康保険被保険者証
 - 認印
 - 主治医の連絡先
- ② 認定調査
- ③ ケアマネジャーと面接しケアプランを作成
- ④ 介護サービス事業所の担当者との打ち合わせ
- ⑤ サービスの利用開始

7月の診療ご案内

診療医が変更になっています。ご来院の際はご確認をお願いいたします。

お電話でのご予約 (0887-82-0456) も承っております。

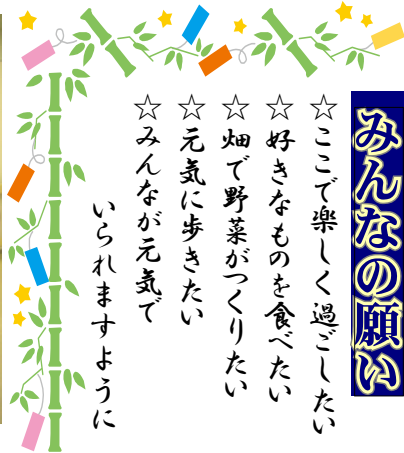
診療科	時間帯	月	火	水	木	金	土
内科	午 前	島村(医大)	上田	八木	木岐(医大)	八木・新居	新居
	午 後	島村(医大)	上田	上田	八木	井上・新居	
小児科	午 前	古賀	井上	古賀	古賀	佐藤・堂野	古賀
	午 後	井上	古賀	井上	古賀	佐藤・堂野	

皮膚科(隔週木曜日午前): 7月5日・19日 佐野医師(医大)の診療予定です。

泌尿器科・耳鼻科(毎週土曜日午前): 7月7日・14日・21日・28日 医大医師の診療予定です。



▲みんなで七夕飾りの前で記念撮影しました。



☆ここで楽しく過ごしたい
☆好きなものを食べたい
☆畑で野菜が作りきたい
☆元気に歩きたい
☆みんなが元気で
いられますように

「レイクビューさめうら」では七夕の飾りつけをしました。六月末、利用者の方々が思いおみの願いを込めた短冊や色とりどりの飾りで笹の枝をうめつくしました。

七夕の飾りつけをしました

七夕祭り開催予定

七月一三日には七夕祭りを予定しています。土佐みずきライオンズクラブ・アヴァプロ、本山保育所の園児達の訪問があります。ご家族・地域の皆様、お誘い合わせてのご来訪お待ちしております。



▲永野春さん(102歳)も短冊に願いを込めました。

通所リハビリ 大きな梅が届きました

先月、通所リハビリに大きな梅の実が届きました。さっそく利用者の皆様に梅の帯^{へた}を取る作業をしていただきました。普段は「ちよつと横になりたいな…」と言われる利用者様も椅子に腰掛け作業をしてくださいました。皆様慣れた手つきで作業が進み、あつという間に作業は終了。利用者様からは「もうないの?」という声まで聞こえました。慣れ親し

うす紫

後期高齢者医療の被保険者証が変わります

平成24年8月1日より、後期高齢者医療の被保険者証の色が茶色から、**うす紫**に変わりますので、お手元の保険証のご確認をお願いします。

限度額適用・標準負担額減額認定証も更新されます。

詳しいことは、お住まいの市町村または高知県高齢者医療広域連合(088-821-4526)までお問い合わせください。

んだ作業は、手や脳のいい運動になっています。梅雨の語源には諸説あるようですが「梅の熟する時期の雨」という由来もあるそうです。ジメジメしたこの時期は体調を崩しやすい「気が付くと脱水」ということも。水分と一緒に適度な塩分も必要。そんなとき「梅干し」などはいかがでしょう?



想い出のアルバム

第二回

渡邊嘉代子様 老健入所利用者
大正一〇年二月二日九〇歳



▲嶺北ハイヤーに初めて無線が入った時

主人は嶺北ハイヤー、嶺北興業(修理工場、ガソリンスタンド)、嶺一興産(修理工場、ガソリンスタンド)、協和オート(修理工場)、民間車検場と、事業を興すのが好きな人でした。私は昭和三十三年から嶺北ハイヤーで夜は配車や集金係をして昼間はタバコ屋をして休みなしで働きました。昭和六三年には初めて無線が入りました。無線で連絡を取れるようになって、効率よく配車

が出来るようになりました。苦勞もしましたが、長年、運送事業に従事、尽力したことで「黄綬褒章」を受けました。平成九年、主人は他界しましたが、皆にささえられてこれからも頑張りたいです。

健康づくりは幸せづくり

あなたの健康が家族の幸せ～受けよう健診

早明浦病院がお手伝いします

特定健診は早明浦病院で!

特定健診の主な検査項目		がん検診
■腹囲…内臓脂肪の量を判定	■HDL(善玉)コレステロール…高い→動脈硬化の予防	■胃がん健診(有料)
■BMI…適正体重を判定、25以上で肥満	■LDL(悪玉)コレステロール…高い→動脈硬化の進行	■胸部健診
■血圧…高血圧が続くと動脈硬化を招く	■AST(GOT) 肝臓の障害の程度を示す。2つの数値を比較し病気の種類を推測	■大腸がん検診(容器代300円)
■空腹時血糖…高血糖の判定	■ALT(GPT)	■前立腺がん検診
■ヘモグロビンA1c…1～2か月の血糖状態を調べる	■γ-GT…肝臓障害の発見につながる	肝炎ウイルス検査
■中性脂肪…高い→動脈硬化の発症・進行	■尿糖…血糖値が高くなると尿に糖が出る	過去肝機能異常の指摘を受けた40歳以上の方対象(有料)
	■尿たんぱく…腎臓の異常を発見	

職員紹介

上村 信夫
かみむら
7月1日よりレイクビューさめうら6階入所を任せて頂くことになりました。こちらで勤務するのは約11年ぶりです。地域や多職種との連携を密にして、利用者様が施設や在宅での日々を生き生きと過ごして頂けるよう、微力ではありますがサポートさせていただきますと思います。

中山 美月
なかやま みつき
6月18日より6Fにて介護職の仕事をしていただいています。東日本大震災以降に生活に大きな不安を感じ、安心して暮らせる土地への移住を見据えて介護の資格を取得し、夫と5歳の娘と家族3人で東京から土佐町にやってきました。穏やかに老後を過ごされている利用者様と接していると嶺北地方の土地柄と人柄の良さを日々感じています。

中西 智子
なかにし ともこ
7月1日より2階病棟に看護師として勤務することになりました。楽しみは寝ること、食べること、後はプチ旅行で今はアルカリ温泉にはまっています。まだ、勤め始めたばかりで右も左もわかりませんが、一から指導頂きながら頑張りたいと思います。よろしくお願いします。

高橋 賀陽子
たかはし かよう
7月から託児所に勤務させて頂くことになりました。託児所での勤務は未経験ですので、皆様にご迷惑をおかけすることが多々あるかもしれませんが、託児所の先輩方に習って早く子供たちとも仲良くなれるように努力して参ります。皆様方からのご指導ご鞭撻のほど宜しくお願い致します。

川田 恵朗
かわだ けいろう
7月より5階で介護職員として勤務させていただいております。介護職は未経験で皆さんにご迷惑をおかけする事もありますが、1日も早く皆さんのお役に立てるように日々努力と勉強、そして笑顔を保ち患者様に接する事を心がけて頑張りたいと思います。ご指導のほどよろしくお願いします。

五〇肩エクスサイズ
いわゆる五〇肩とは、肩関節周囲炎の俗称で、原因は解明されていませんが、加齢に伴う筋肉、腱の老化や血行障害、肩の筋肉や腱の使い過ぎなどが原因となり、肩の痛みや動きの制限をもたらすものと言われています。

痛みが無い範囲で行うこと！
痛みが強くなる場合は中止



壁に手をのりつけて
ゆっくりと
背筋も伸ばす



台拭き運動
力まないこと

▲布で壁を拭き上げる動作によって肩を挙げる運動

▲脇をしめて布で台を拭く動作による肩のワイパー運動

検査室紹介～私たちが検査しています～

医療スタッフの一員として、検査結果を迅速かつ正確に提供することにより、診療に役立てられるよう心がけています。



左から、戸田検査技師 大石主任
検査技師 西村検査技師