

湖畔

vol.21 平成26年2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/>

新年会開催

レイクビューさめうら



1月17日(金)레이크ビューさめうらで新年会を行いました。

まず開会にあたり

古賀施設長が挨拶を行い、続いて本山町獅子舞保存会の皆様による獅子舞を披露して頂きました。

新年のお祝いにふさわしい躍動感あふれる獅子舞の演舞に利用者の皆様は元気をいただいたようです。そして、魔除けとなることで、獅子に頭を咬んでいただきました。

次の職員による剣舞では、いつもの笑顔とは異なるりりしい姿に皆さん見とれていました。

最後に各部署に分かれて行った福笑いも皆さんの笑につつまれ、楽しい1年の始まりができました。

今年も利用者の方々に楽しい生活を送っていただけるよう、職員一同がんばります。

どうぞよろしくお願いいたします。



本山町獅子舞保存会について

本山町獅子舞保存会は主に十二所神社秋の大祭で獅子舞を披露しています。十二所神社については、鎌倉時代の長徳寺文書に「十二所社」という文字がたびたび出てきているので、創建は鎌倉時代ぐらいにさかのぼるかもしれません。

獅子舞いは、平安時代、遣唐使により唐から伎楽として伝わり、獅子頭を頂いて舞うのでそのように呼ばれ、後に神楽として祭礼などで行われているようです。

また獅子舞いは人間の生活をおびやかす悪霊を払い、獅子はそれを鎮める威力のある霊獣として崇められています。



本山町獅子舞の起源はよくわかっていませんが、五穀豊穡の祈禱や厄払いとして、昔から地域の青年たちによって郷土芸能として定着し伝承され今日に至っています。

診療科紹介

皮膚科



▲佐野ほづみ先生
早明浦病院皮膚科担当

■早明浦病院の皮膚科外来は毎週木曜日の午前中に診療を行っています。

湿疹？水虫？



皆さんの中で、今まで一度も「かゆい」と感じたことのない方は殆どいらっしゃらないのでは
ないでしょうか。また、一日に一度も自分の皮膚を見ないで過ごす日も、殆どないことでしょう。皮膚は、私達人間の体の中で、恐らく最も身近で、また、最も大きな臓器です。

そのような皮膚を扱う皮膚科が関係する病気は実に様々なものがあります。湿疹やかぶれ、蕁麻疹、虫さされといった日常生活で比較的多く見られるかゆい病気もあれば、にきび、おでき、腫れ物のような痛みが大きいもの、また、自覚できる症状が乏しいことが多い皮膚の腫瘍もありますし、カビの感染である水虫、たむしやウィルスの感染であるイボ、全身的な病気の中の症状として出て来る病気などです。

皮膚は他の多くの臓器と違って直接目で見えることが多いので、観察しやすい反面、間違った判断で適切な治療を施してしまいがちな臓器とも言えます。

湿疹は、皮膚の乾燥や、ムレ、物理的な刺激や、アレルギーなど、様々な原因で起こってくる最もポピュラーな皮膚疾患で、治療は基本的にステロイドホルモン剤の塗り薬や、かゆみ止めの飲み薬で行います。

これに対しカビの皮膚感染が原因である水虫、たむしは、ホルモン剤の塗り薬では悪化することが多く、抗真菌剤というカビにのみ効く塗り薬を使います。

ところがこの湿疹と水虫は非常に似た症状であることが多く、顕微鏡検査でないと見分けがつかないこともあります。間違った薬で症状を悪化させるケースも珍しくありません。

ウオノメ？イボ？



ウオノメ、タコと思っていたら、イボだった、というケースも少なくありません。前者二つは、体重がかかる部分の防御反応として起こってくる皮膚の硬化ですが、後者、イボは、れっきとしたウィルス感染症です。単なる皮膚の硬化は、皮膚を柔らかく

する外用剤の使用と、どうしても痛い時には一部を削るという処置を行います。イボは液体窒素という大変低い温度の液体で凍らせて治療します。そして感染症ですから、他の部分にもうつって拡大してゆきますし、皮膚の深くに潜り込んで行くこともあります。できるだけ早い治療開始が第一です。

シミ？ガク？良性のでも？

顔にシミがあると思ったら、皮膚の癌だった、という話をお聞きになったことはあるでしょうか。単なるシミなのか、できものなのか、できものであれば良性なのか悪性なのか？皮膚科医が診察しても肉眼では区別がつかないことも多くあり、皮疹の一部を切り取って顕微鏡で見る検査をさせて頂くこともあります。皮膚癌と一口に言っても色々な種類があり、多くの皮膚癌は他の内臓癌と違って命に関わる危険性は低いものです。また、最近では塗ることで治療が見込める外用剤も開発されています。気になるシミがある場合は、怖がらずに是非受診して下さい。

上記の他にも、皮膚には沢山の病気があります。皮膚症状から隠れている他の病気が見つかることも少なくありません。少しでも気になることがあれば、いつでも診察を受けにおいで下さい。

想い出のアルバム

あの日のあの時

20



溝淵 浩様 4階入院
昭和10年11月25日生 78歳

浩さんは、昭和10年、旧西豊永村庵谷で、2男2女の長男として生まれ、大田口小学校、豊永中学校で学びました。卒業後は自衛隊に入隊、5年間勤めました。除隊後林業に従事、昭和30年代半ばに結婚、2男1女の父親となりました。その頃時代は高度成長期、東京オリンピックに列島改造論で建設ブーム到来。浩さんも建設会社に就職、県外の高速道路建設現場でも働きました。若い頃は重機を駆使してバリバリ働きお酒もよく飲んだものでした。

60歳頃からは地元にとどまり、自宅周辺の道路や田畑の補修をしたり、妻や家族の為にこまごまと働く人でした。また家の周囲に桜の木を植え、その成長を楽しみにしています。



家族で日和佐へ回除けに



浩さんが植えた桜並木

平成21年に一度病気で倒れ以後、入退院生活となりましたが、リハビリにも熱心に頑張る、季節の良い時期には、庵谷の風景と、成長した桜の姿を見に帰るのが一番の楽しみです。

リハビリテーション言語聴覚療法開始

言語聴覚士とは？

早明浦病院では1月から言語聴覚士（ST）を新たに採用し、言語聴覚療法を始めました。そこで、言語聴覚療法士の仕事の内容について、柿本STに聞きました。

まわりにこんな方はいませんか？

- ことが出にくい
- ろれつが回らない
- 人の話が聞き取れない
- 食べ物飲み込みにくい
- うまく噛めない
- お茶などの水分でむせやすくなった。



STの仕事とは、簡単に言うると「コミュニケーション」と「食事」に障害のある方のリハビリテーションを行い、自立や社会復帰をサポートする仕事です。

具体的には、脳卒中などでことばを思い出しにくくなる「失語症」、脳機能の障害により唇や舌の筋肉が動かしくくなり、ろれつが回らなくなる「運動障害性構音障害」、先天性の障害によって発達に遅れが生じる「言語発達遅滞」を中心に、吃音や音声障害、老人性難聴、小児

聴覚障害、食物をうまく飲み込めなくなる「嚥下障害」など、幅広い障害を対象としています。

STは、こうした障害の改善のために検査や練習をしたり、ご本人やご家族に指導や助言を行うことによって改善を図る専門職です。

STの有資格者数は現在約2万2千人。その7割がリハビリテーション科や耳鼻咽喉科、口腔外科・小児科などの科を持つ病院で働いています。また、障害者福祉センターや小児療育センターといった福祉施設や老人保健施設、学校や保健所にも在籍しています。

「話す」「聴く」「食べる」といったこれらの行為は、日常生活に欠かせない、人間が生きていく上で必要不可欠な機能でもあります。コミュニケーション機能の回復を図り、人と関わる喜びや、患者さん自身の人間性や自信を取り戻すことを目指しています。

障害や症状によってリハビリの内容も変わってきます。STはご本人やご家族の意見、希望を聞きながら、医師をはじめとした多職種と連携をとり、最も適したリハビリを考え提供していきます。いつでもお気軽にご相談ください。

リハビリテーション

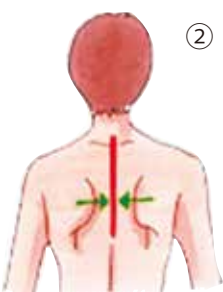
ワンポイント講座 肩こりの予防と体操②

今回から肩こりの要因となる悪い姿勢を改善する運動を紹介していきます。

今回は背骨をまっすぐにする運動を紹介します。

1つ目は①「背筋を伸ばすストレッチ」です。背中の下にストレッチボール（ラップ等の芯にタオルなどを巻いたもので代用してもよい）を入れ、背筋を伸ばすように手を上下させます。

もう1つは②「背筋を伸ばすトレーニング」です。肩甲骨を背骨の方に寄せ2〜3秒保持します。



これを30回程繰り返します。



地産地消レシピ

いちご大福

米粉入りのもちもちのいちご大福がレンジで簡単に作れます。

<材料>

米粉……………30g
白玉粉…………90g
砂糖……………20g
水……………180cc
あんこ…………100g
いちご…………10個

1. ヘタを取ったいちごをあん10gで1個ずつ包む。いちごの頭にはあんを付けずに出す。
2. ボールに米粉・白玉粉・砂糖を入れ、水を3回に分けて加えて混ぜ合わせる。
3. 2をレンジ500Wで2分加熱し取り出してから手早くかき混ぜ、再度2分加熱する。
4. 打ち粉をした台に3の生地を取り出し、10等分にする。
5. 生地を薄くのばし、いちごのヘタ側で閉じるように包む。



イチゴはバラ科の多年草。食用の部分は実は果実ではなく、花弁やめしべをつける花床（かたど）と呼ばれる部分。イチゴの果実は瘦果（そうこ）という果肉のない硬いものを指し、表面のつぶつぶが果実になる。ビタミンCを豊富に含み、抗酸化物質ポリフェノールの一種であるアントシアニンを含む。



近藤 厚子 リハビリ助手

昨年12月21日より勤務させていたでいます。医療関係の仕事は始めてで学び覚える事が沢山あり、大変ですが一生懸命頑張っていきたいと思っています。皆様には、まだまだご迷惑をお掛けする事があるかと思いますが、よろしくお願いいたします。

職員紹介

柿本 美和 言語聴覚士

1月4日からの勤務で、現在4階の介護病棟を中心に動いています。言語聴覚士（ST）は「ことば」や「食べる」ことのリハビリをしますが、実際には認知度も低くイメージが付きにくい職種かと思っています。みなさまとコミュニケーションを取りながら楽しく仕事をする中で、少しずつ知っていただければいいと思います。どうぞよろしくお願いいたします。

小学校入学前のお子様の保護者の皆様
お喜びですか？
麻疹・風疹混合ワクチン
麻疹・風疹混合ワクチンは、麻疹と風疹を同時に予防することができ、定期予防接種の一つです。
接種は2回に分けて行いますが、時期が決まっており、1期は生後1歳～2歳に1回、2期は小学校就学前の1年間（4月1日～3月31日）

である5～6歳に1回行います。
1歳と、小学校入学前の1年間は、予防接種法に基づき接種費用の全額が公費で助成されますので、この時期を逃さないようにワクチン接種を済ませるようにしてください。
詳しいことはお住まいの地域の役場等にお問い合わせください。
ワクチンの接種を希望される方は、前日までにご連絡の上で来院をお願いします。

早明浦病院チーム7位 土佐町駅伝大会出場

1月19日
(日) 40回目的



節目を迎える土佐町駅伝大会が開催され、早明浦病院でも地域の行事に参加し盛り上げようと「Team早明浦」を結成し出場しました。

5区間を走る



大会のうち特に4区は女性または40歳以上という条件があり、大野医師が力強い走りを見せてくれました。大会結果は初出場ながら一般男子約20チーム中、第7位という好成績を収める事が出来ました。来年はもっと上位を目指すよう頑張ります。



三谷幸正様 俳句作品

峠より峠が見える 福寿草

老木が発火しそうな 冬夕焼け

白梅の高さ 屋根師の土佐弁飛ぶ



福寿草：新春を祝う意味を持つこの名は、春を告げる花の代表。根にはアドニンという成分が強心作用、利尿作用などの民間薬として使われることがある。一方毒性も強いため素人の利用は危険を伴う。

さめうらギャラリー 溝渕様母子作品展

大豊町在住の溝渕様は母子3人が写真を共通の趣味にしています。嶺北総合美術展にも数多く出品されており、今回はその一部をお借りして展示させていただきました。 2月末まで開催

