

湖畔



心もおなかも大満足!! 春の遠足

3月29日、レイクビューさめうら一行は香美市土佐山の八王子公園の花見物へとバスで出かけました。数日前から着ていく洋服を選んだり、散髪をしたり、心うきうきで準備をしておりました。参加した利用者様の顔は、にこやかに晴ればれとして「楽しむぞ!」と、顔に現われていました。車窓から見る桜も青空に薄桃色の花を咲かせ、美しい景色でしたが、八王子公園の桜も鳥居をくぐると両脇に咲き、我々一行を出迎えてくれました。花はどんな花も美しく心を和ませてくれますが、桜の美しさは日本一かもしれせん。花見を堪能した後は、やはり楽しみの一つであ



る食事へとバスに乗り南国市のサニークスへ移動しました。各自、自分の食べた物へと一目散!!お寿司にうどんにお肉などなど、普段は少し制限のある利用者様も、今日は大目に見てくれるということで、食後のデザートはサーティーワンのアイスクリーム、マクドナルドのフライドポテトにナゲット、しめは和菓子まで揃っていました。心もおなかも満足で帰路につきました。

早明浦文芸へのご投稿をお待ちしています。(電話 0887-82-0456 事務局広報担当まで)

嶺北高校インターンシップ生受け入れ

高知県看護職員就職説明会に参加
3月19日(土)高知市文化プラザかるぽーとで高知県看護職員就職説明会が開催されました。県内68施設が一同に会し、早明浦病院も就職説明会に参加しました。当日は、看護学生や再就職を希望する看護職員など、たくさんの方と面談をさせていただきました。



職員紹介

杉本 紫 (ゆかり) 介護福祉士
3月から4階介護病棟で勤務しております。介護福祉士として、仕事を全う出来ますよう、努力していきたいと思っております。宜しくお願い致します。

近藤輝子 介護福祉士

3月1日から4階介護病棟に勤務しています。病院の理念に基づき、職場の皆様と力を合わせ頑張りたいと思っております。患者様、利用者様、お一人おひとりが笑顔で過ごしていただけるケアを目指します。宜しくお願い致します。

医療関係の仕事を目指す高校生の職場体験受け入れを、3月23~24日の2日間の日程で行いました。各々が目標にしている職種が体験できるようプログラムを組み、入院患者様の体温・血圧等の測定や車椅子・ストレッチャーの試乗体験、また、院内の各部署の見学を行いました。参加した学生さんからは、「現場でしか学べないことを丁寧に教えてもらい、大変なこともあったが、たくさんの人を笑顔にできる介護士になりたい。」「看護師がどんな仕事をしているかを明確に知り、いやな面も

見えたが、自分の職に自信が持てる看護師になりたいと改めて思った。」「保健師になるための仕事の具体的な内容が体験とおしてわかった。」など感想が聞かれ、全員が、明るく前向きに体験してもらえました。先輩看護師から「医療従事者は、観察力が大事なプロの仕事、それが利用者様や患者様に還元され、達成感を感じられる仕事です。」というメッセージを受け、ただ漠然と憧れるだけでなく、厳しい面も体験を通じて感じ、その上で将来への目標を得てもらえたのではないのでしょうか。



国民健康保険証が年度で変更になります。各医療費受給者証の有効期限にご注意ください。

花粉症 No.2

春の風 強く吹きたる 音のしびれ
桜花 まだかまだかと 皆待つ
大久保 幸子様

春愁や ことば少な 八十路かな
本蓮の 花こぼれつゝ たそがれる
朝月の かりて丸し 桜花
石川 純子様

早明浦のライトアップにも利用できま
まばい
土佐町 明る町 土佐町
そんなときも 薬飲みやね

作：ゆずボンかけ太郎



レイクビューさめうらでは毎月第2火曜日に、大豊町柚木の正地悦子さんが大正琴の訪問演奏で、お楽しみ合っています。上地さんは大正琴の演奏に合わせて、歌と一緒に歌ってくださり利用者の方々はこの日を大変楽しみにされています。歌詞カードは低い声から順番に高い声が出せるよう工夫しています。入所者の皆様も懐かしいメロディーに合わせて一緒に歌います。「枯れススキ」「ふるさと」「北国の春」など元気が出る曲・懐かしい曲がいろいろ織り交ざり、あっという間に1時間が経ってしまいます。最後には「むすんで開いて」の体操をします。

上地さんご自身もレイクビューさめうらの利用者さんは、大きな声で真剣に歌ってくれれば、この日を楽しくみしてくださっているそうです。

**レイクビューさめうら
大正琴演奏会**



検査室ってどんなところ？

検査室では、臨床検査技師が患者様から採取された血液や尿などの検体を分析器等で検査し、病気の診断や治療の方針を決める情報提供をするため日々様々な検査業務を行っています。

主な検査内容は、
尿検査：尿中成分の量を調べたり、顕微鏡で細胞を見たりすることで、腎臓や尿路系の異常だけでなく、色々な病気の発見を行います。
血液検査：赤血球、白血球、ヘモグロビン、血小板の数や形に異常がないかも調べます。



西村 雅代 検査技師



和田 秀華 検査技師

生化学検査：肝機能や腎機能、脂質、糖尿などの検査を自動分析器で測定します。
感染症迅速検査：外来では、インフルエンザをはじめ溶連菌、RSウイルス、マイコプラズマ、hMPV、アデノ、便ノロ、便ロタアデノ等のウイルスのキットを導入し、診察の場にて迅速に診断の補助ができるよう配置しています。

今の時期は、小児科や耳鼻科などを受診された方の鼻水から花粉症やアレルギー等の検査もしています。また、そのほか院内で実施できない検査に関しては、外注検査により対応しています。

生理検査では、心電図、聴力検査、肺機能検査、脳波検査を、また、耳鼻科領域では聴力検査のほかに、睡眠時無呼吸症候群のSAS検査や補聴器外来での言葉の聞き取り（語音聴力）



検査も行っています。生理検査では直接患者様とかかわりますので、特に思いやりを心掛けています。そのほか、週に1回振動病の検査も行っています。

検査室では、患者様がより良い診察が受けられるために、データーを迅速に臨床現場に提供し、診断や治療に貢献できるよう日々機器のメンテナンスや精度管理も実行しています。私たち臨床検査技師は、病気の兆候や体の異常などを、様々な機器を使って検査し、正確で、迅速な検査結果を患者様の病気の診断や治療、病状の回復に役立てるよう努めています。



検査室室長 大石 洋子 検査技師

**お誕生日おめでとう
最高齢は茶寿108歳!!**



4階病棟では、1〜3月生まれ、19名の患者様がお誕生日を迎えました。米寿、白寿とお目出度い節目を迎えられた方の中で、とり分けてのご長寿は明治41年生まれの中ノ内好春様（大川村）この春、茶寿108歳を迎えました。中ノ内様は若い頃

より勤勉で村会議員も勤め、村の生き字引のような存在でした。今でもご自分で食事を摂り、意見もはっきり主張でき、明治生まれの気骨を持ち続けており、長寿記録でギネスに載るのだと笑っておられました。お誕生日を迎えられた皆様には、およろこびの言葉を添えて、記念写真と色紙を贈り、ささやかなお祝いとしました。

**リハビリテーションファンポイント講座
膝関節のコンピュータシミュレーション®**

筋トレや関節可動域訓練などの保存療法では効果が見られない場合に、手術が必要となります。関節水腫が強い場合は、関節鏡を用いて、水を造る滑膜が過剰に増生している部分を掃除する手術（滑膜切除術）が行われます。また、変



形が強いが、年齢が若くて活動性の高い方には、自分の膝を温存できる高位脛骨骨切り術が実施されます。ただし、内側型では大腿・脛骨関節の外側部の関節軟骨と半月板が正常であることが前提になります。この場合は、自分の膝を温存できているので、スポーツも可能です。

リハビリについて聞いてみたいことはありませんか？理学療法士がご質問にお答えします。

【リハビリテーション科】

地産地消 レシピ

きのこ類は、新不飽和脂肪酸や食物繊維を多く含む、血中コレステロール値を抑える働きがある。食物繊維の一種であるβ-グルカンと呼ばれる多糖類は免疫力を高め、アレルギーの予防や改善効果、抗腫瘍効果がある。他にも食物繊維、ビタミンB類、ビタミンB1、ビタミンB2、ナイアシン、抗酸化成分などの健康成分が含まれる。



- <材料 2人分>**
- しめじ……………50g
 - 生しいたけ……5枚
 - エリンギ……………1本
 - 細ねぎ……………2本
 - たまご……………2個+2個
 - 焼肉のたれ……大2
 - 牛乳……………大1+2
 - バター……………10g×3
 - クレソン（飾り）

きのこのオムレツ

- <作り方>**
- きのこ類はすべて石づきを除き、しめじは小房に分け、生しいたけは薄切り、エリンギは縦に薄く切る。細ねぎは小口切りにする。
 - フライパンにバター10gを熱し、強火できのこ類を炒める。ややしんなりしたら焼肉のたれを入れて炒め合わせ、細ねぎを混ぜて器に取り出す。
 - ポウルに1人分のたまご2個を割りほぐし、牛乳大さじ1、塩・こしょうを加えて、軽く混ぜる。
 - 小さめのフライパンにバター10gを強火で熱し、泡が立ったらたまごを一度に入れ、箸で大きくかき混ぜる。半熟状になったら2の半量を入れ、たまごを木の葉型に整える。同様にもう1人分焼く。

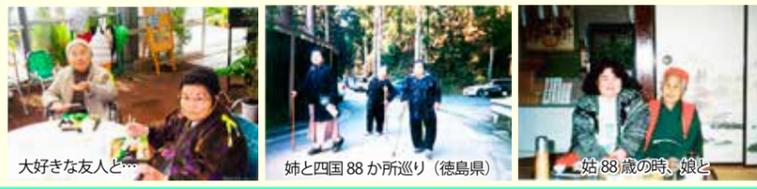
【栄養科】

想い出のアルバム



筒井 八東様 通所リハビリ利用
昭和3年7月31日生 87歳

土佐町南泉に8人兄妹の7番目として生まれました。地元の小学校を卒業して、戦時中、23歳の時に見合いで結婚して地蔵寺に嫁ぎました。二男一女に恵まれ、舅と姑に仕えながら、夫婦で田畑を耕し、一生懸命働きました。家族の死や病気などいろいろと苦労も多かったですが、15年くらい前に娘と姉たちと四国八十八か所巡りをしたのが、一番の楽しかった思い出です。人と話をするのが好きで、友達も多いです。10年程前に夫を看取り、現在は一人暮らし。少しずつ知人や友人も少なくなってきた淋しいですが、通所リハビリや地域の集いに行くと昔の知人や友人に会えて、一時の楽しい時間を過ごしています。これからも一日一日を大切に、元気に暮らし、できる限り地域の人たちと交流したいと思っています。



大好きな友人と… 姉と四国88か所巡り（徳島県） 姉88歳の時、娘と