

湖 畔

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/>

新春のごあいさつ

医療法人十全会 早明浦病院 理事長・院長 古賀 眞紀子



新年あけまして

おめでとございます。

平成 29 年の年頭に当たり新春のお慶びを申し上げます。旧年中は、医療法人十全会に対しまして格別のご厚情を賜り、誠にありがとうございました。

昨年、大きなイベントとしまして、12 月 4 日に第 18 回高知県介護老人保健施設大会（高知県老健施設協主催）が嶺北地域で初めて開催されました。

私は、大会長として、大会の開催運営を担わせていただきましたが、会員施設のほか、地元の 4 ケ町村や、社会福祉協議会、そして、住民の皆様など、幅広くご参加をいただき開催できましたこと、嬉しく思っています。あらためて、多くの皆様のご協力に感謝申し上げます。

さて、県では、「団塊の世代」が 75 歳

以上となる平成 37 年（2025 年）の医療需要を踏まえ、目指すべき医療提供体制や、そのために必要な施策を盛り込んだ「地域医療構想」を策定し、昨年 12 月 9 日に発表しました。同構想により、県全体で平成 37 年（2025 年）における必要病床数は、1 万 1 252 床以上と推計されていま

す。これを平成 27 年（2015 年）における病床数と比較すると 3 8 8 1 床の減少となります。（慢性期病床についてみると、平成 37 年（2025 年）の必要病床数は、4 2 6 6 床以上で、平成 27 年（2015 年）の病床数と比較すると 2 6 1 6 床の減少となります。）

県は、この「必要病床数」について、「将来のあるべき医療提供体制を検討するための方向性を示すもので、病床の削減目標ではない」と説明していますが、病床の減少は、医療機関の経営に直結する大きなテーマとなるものです。

今後、構想区域（二次医療圏）ごとに設けられる調整会議で、地域医療構想の実現に向けた協議が行われることとなります。地域に必要な将来のあるべき医療

提供体制の構築には、

調整会議で、地域の様々な実態と課題について熟考を重ねる必要があります。

私も調整会議の委員として参加させていただく予定ですが、嶺北地域の実情や、課題について、しっかりとアピールしていきたいと思っています。

医療法人十全会では、これからも地域住民の皆様、医療機関・施設の皆様などと協調連携し、医療や介護が必要になっても、できる限り住み慣れた地域で安心して生活ができますよう、この嶺北地域にマッチした地域包括ケアシステムの構築を目指して、努力をまいります。

皆様には、新年も変わらぬご指導ご鞭撻のほどお願い申し上げます、年頭のご挨拶といたします。



恒例の年末行事を開催

レイクビューさめうら



餅つきとおはぎ作り

12月7日、6階入所と通所リハビリの利用者の皆さんに、もちつきを楽しんでいただきました。見ていただけは満足出来ず、昔取った杵柄で、手際よく丸められる方もいらしました。また、5階ではおはぎを作りました。お餅と同様に皆様の御馴染みの好物で満足していただけたようです。

忘年会

12月14日、忘年会を開催しました。お楽しみのお昼食は、栄養科特製の飾り寿司・団子汁、キッシュなどのメニューでした。午後は各部署の職員によるアトラクション、5階のフラダンスは入所者様にも参加していただきました。6階は職員による踊り、通所リハビリは劇で、楽しんでいただきました。



楽しいクリスマス

12月に入り、入所者の方々に手伝っていただき、クリスマスツリーに飾りつけをしました。12月22日には少し早めのクリスマス会を開催しました。ティラミスのクリスマスケーキのおやつと、サ



ンタクロースに扮した職員らがプレゼントを配りました。5階では入所者のみなさんもサンタクロースの服を着て、プレゼントされたお菓子を食べながら、楽しいひとときをすごされました。

節分で余った炒り大豆を使った、香ばしい香りと豆の食感が楽しい炊き込みご飯です。

福豆ごはん

<作り方>

1. 白米は洗米して2合分の水を入れ、炊飯器にセットする。
2. 1から水を大さじ2杯分取って、醤油と酒を入れてよく混ぜ、炊飯する。
3. チリメンジャコは熱湯をかけてザルで水気を切り、フライパンで軽く水分が飛ぶように炒り、炒り豆も入れてさらに炒っておく。
4. ご飯が炊けたら、3を混ぜて、器に盛り付けたら大葉をちらす。

招福

地産地消 レシピ

<材料 2人分>

白米 …………… 1合
 醤油 …………… 大 2/5
 酒 …………… 大 1/2
 チリメンジャコ …… 20g
 炒り大豆 …… 25g
 大葉 …………… 1/2枚

【栄養科】

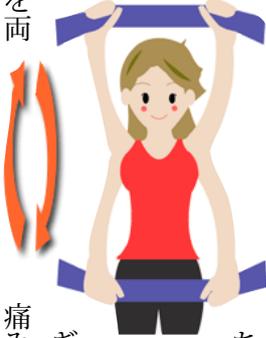
チームさめうら 三谷晶子マラソンに参加

11月27日(日) 第3回 Hi・Si・x リレーマラソンが春野運動公園で開催されました。今回で2度目の出場となる「チームさめうら」は、今年も大野医師を始め、多職種男女混合チームでの参加でした。1コーラス2.4kmの距離ではありませんでしたが、アップダウンの激しい坂道が何か所もあり女子メンバーにはかなりハードなコースでした。また、コースもさることながら、冷たい雨が降る中での大会で、抜群のコンディションとはいきませんでした。全員で力を合わせて42.195kmを3時間17分57秒のタイムで見事完走しました！ 最後は全員でゴールテープを切り、とても楽しい思い出となりました。また今年も、多職種で力を合わせて走り切りたいと思いますっ!!



リハビリテーションワンポイント講座 五十肩のストレッチ

今回は以前に紹介した方法と別の方法について紹介します。この体操は痛みのない腕で肩が痛む方の腕の補助を行い、肩を動かす方法になります。まずはタオルや棒を両手で持ち、痛くないほうの腕で支えて下から上へ動かします。回数は10



今回は以前に紹介した方法と別の方法について紹介します。また、背中側でお尻から背中まで持ち上げます。その他、タオル(棒)を斜めに持ち、痛くない方の手でタオルを引き、痛いほうの腕を動かします。体操を行う際は頑張りすぎ、無理やり動かす等痛みが増さないよう様子を見ながら行うようにしてください。

【リハビリテーション科】

想い出のアルバム



三谷 晶子様 老健6階入所
昭和8年11月9日生 83歳

あの日のあの時

50

昭和8年11月9日 大豊町西峰の山あいでも生まれました。子供の頃の思い出。小学2年生の頃だったと思います。大東亜戦争が始まりました。

B・29が空を飛ばせば降りて来て、アメリカに連れて行かれると思い、林に飛び込んだり、朝礼の時に4〜5機の飛行機に空襲警報と呼ばれたときは、皆校舎に!! 死ぬかと思いました。



ご両親、晶子さんと弟



ご両親の写真

は、すっかり抱いて寝ました。母親がいない生活はとても淋しく不安で…。母が恋しくて、恋しくてたまりませんでした。2年程で、母が戻った時はもう嬉しくて、嬉しくて、飛びつきました。帰国前、腸チフスにかかっていたと見ると影のなやせ細り、別人のようになっていて呆然としました。

時は流れ、女学校を卒業し、家の手伝いをしていた頃、紹介された人には、母を亡くした幼子が2人いました。まさに、あの時の私と弟でした。走馬燈の様に浮かぶ私の心は、子供達の母になる決心をしていました。両親に報告すると、晶子の人生だ、頑張れ、応援する。とだけ言ってくれました。お母さんができた、嬉しい、嬉しいと喜び、子供たちはすぐに、私をお母さんと呼んでくれ、参観日には、友達に私のお母さんと自慢をしてくれました。その後、誕生した子供を含め親子関係を築くことができました。

一生懸命して、出来なかつたらその時はその時と開き直るこの性格。だから、私の人生良かったとしましょう。

早明浦文芸 歌壇・俳壇

綿虫の 逸路の群に 紛れけり

対岸に 時雨 走りて 淡き虹

雪雲の 下に牛飼ふ 夫婦かな

資子様

カーテンを 開ければ 外は初の雪

紅葉の しづかなる 今日の日

大久保 幸子様

お手元の保険証を ご確認ください

平成29年4月1日から国民健康保険被保険者証が変わります。お手元の保険証のご確認をお願いします。詳細は、お住まいの市町村役場まで、お問い合わせください。



作：ゆずボンかけ太郎

曾我部巧様 作品展

12月～1月まで開催しました。



▲「スターブ協会とバイクング」
▲「アムステルダム自転車」

▲「小熊のモーザルト」

職員紹介

石川 茜 薬局助手

昨年10月から薬局で薬局助手として働いています。まだまだ慣れていなくて、ご迷惑をおかけしますが、精一杯頑張りたいと思っています。ですので、ご助言ご指導のほどお願いいたします。

小笠原 幸恵 看護補助者

昨年10月から、こちらの2階病棟で入院患者様の日常生活の介護業務を担当しております。出身は大豊町で前職でも大豊町の社会福祉協議会で昨年までデイサービスに通所されている利用者様の介護をしており、今回はこちらに職を転じることになりました。よろしくお願ひ致します。

河野 美保 事務職員

10月下旬から、早明浦病院地域医療連携室に勤務しております。毎日、覚えることが沢山ありますが、新鮮な気持ちで真摯に取り組んでいます。事務職員として、患者さんと連携室へのスムーズなサポートを務めていきたいと思っております。いつも笑顔です。

忘れずに頑張っていきたいと思っておりますので、よろしくお願ひいたします。

曾我 京子 事務職員

嶺北の美しい山々に迎え入れられて、2か月が経ちました。昨年11月から、この地にご縁をいただき、高知市から通勤しています。日々、移り行く姿を見せてくれる山脈と患者様、利用者様の笑顔に、元気をいっぱいいただいています。この地域に根ざした、こちらの病院で、私も根っ子の一本になりたいです。そして、雄大な山景色同様に、この地になくはならない地域の皆さまの支えとなれましたら幸いです。どうぞ、よろしくお願ひ致します。

西村 彰一 放射線助手

昨年12月1日から勤務させていただいている西村です。医療機関での仕事は初めてなので、学び覚えること、戸惑うことありますが、精一杯従事していきます。皆様何卒、宜しくお願ひ致します。

●次回春号は4月発行です