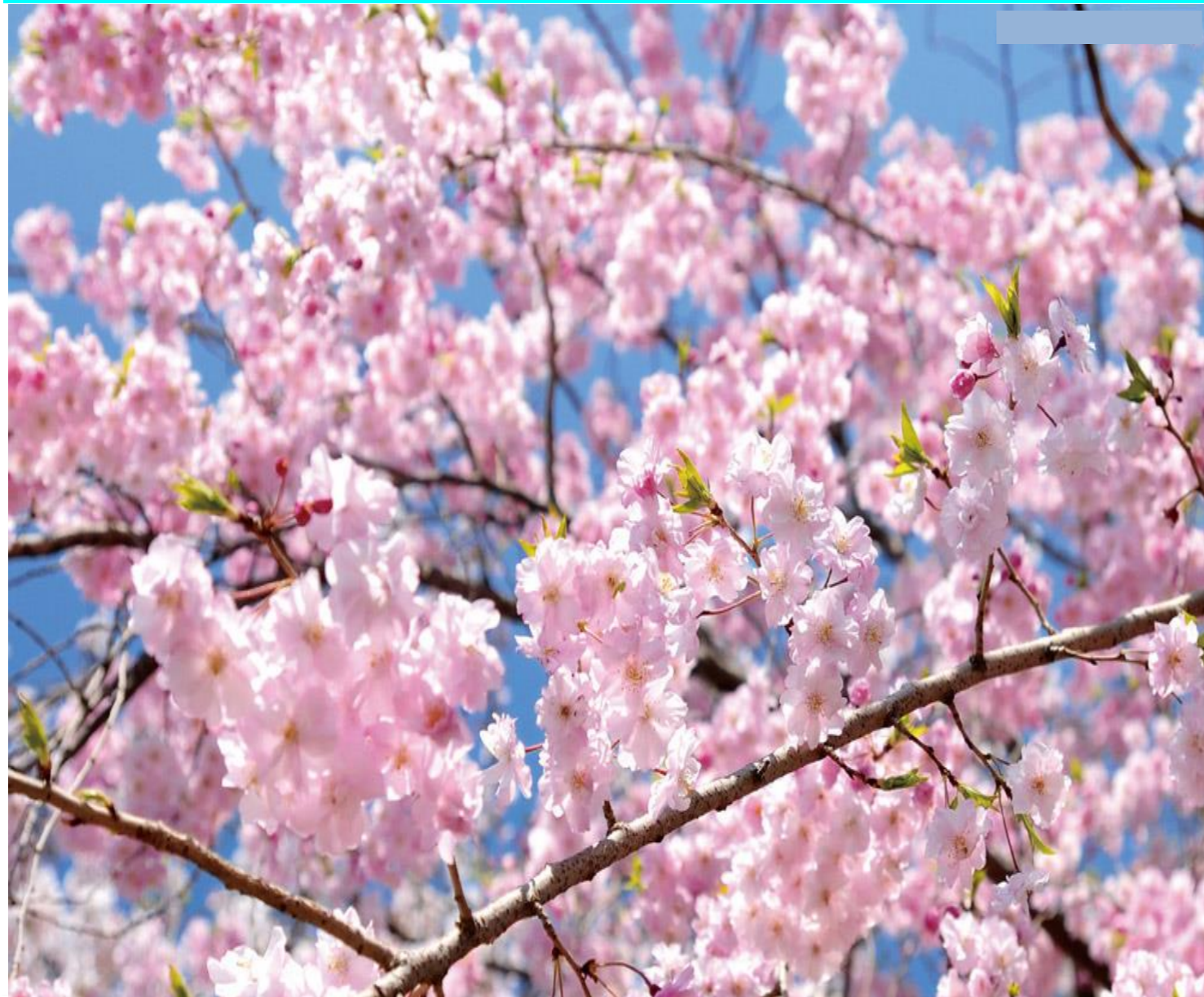


小林病院 広報誌

まきょう



第61号
令和2年4月1日
発行責任者
渡邊 治



contents

- ・花粉症について
- ・地域貢献・サロン活動について
- ・ビハーラボランティア
- ・診療表、検査案内
- ・定年退職者のご挨拶
- ・栄養科日より（病院食のご紹介）
- ・職員紹介
- ・関連施設紹介

小林病院 基本理念 人間尊重の精神と人間平等の思想で、すべての人の健康と幸福を願い、地域医療に貢献する。

方針

- ・患者様の権利とプライバシーを尊重します。
- ・地域の皆さまのニーズに応え、信頼され愛される病院を目指します。
- ・職員は自己研鑽に努め、良質で安全な医療を提供します。
- ・医療機能の整備と、経営の安定に努めます。

診療表

※1 …第1, 3, 5週は坂口医師…第2, 4週は渡辺医師

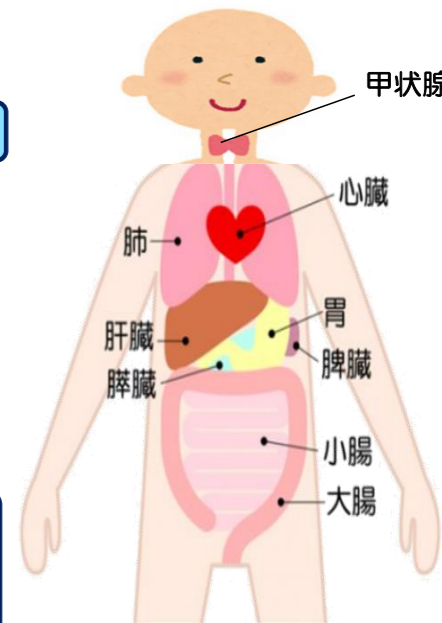
診療科	診療時間	内科 胃腸科 循環器科 外科 整形外科				
		月	火	水	木	金
外来	午前 8:30~12:30	坂口	※1	渡辺	坂口	渡辺
	午後 13:30~17:30	渡辺	渡辺	坂口	渡辺	坂口
訪問診療	毎週火曜日 午前中	第1, 3, 5週 火曜 渡辺		第2, 4週 火曜 坂口		

- ・リハビリ時間は、下記となります。
8:40~12:00、13:40~17:00
- ・訪問診療をご希望の際は、主治医へご相談ください。
- ・往診については、医師の診療状況により、ご対応できない事があります。お問い合わせください。
- ・土日祝祭日は、休診となります。

各種検査のご案内

検査項目

検査 レントゲン	単純 骨密度 CT (頭部・胸部・腹部) 胃透視 大腸透視	内視 鏡	胃 (経口・経鼻) ピロリ菌 大腸
超音 波	腹部超音波 (肝臓・胆のう・膵臓・腎臓 ・脾臓) 乳腺・甲状腺・膀胱・頸部	心電 図	24時間ホルター心電図 負荷心電図
その他	睡眠時無呼吸症候群 肺機能 各種がん検診	糖尿 病	血糖 糖負荷試験



※ **検査は予約が必要になります。**
お気軽にお問い合わせください。小林病院外来 Tel. 0964-28-2025

こばやし医療・福祉グループ

医療法人 小林会

小林病院
居宅介護支援、訪問診療・訪問看護、
通所リハビリ、ショートステイ、健診
熊本市南区城南町隈庄574
☎：0964-28-2025

介護老人保健施設 桔梗苑

通所リハビリ (デイケア)
ショートステイ
熊本市南区城南町沈目1481
☎：0964-28-6811

社会福祉法人 恵春会

障害者支援施設 くまむた荘
相談支援センター絆、ショートステイ
デイサービスセンター春秋館
熊本市南区城南町沈目1502
☎：0964-28-4680

指定介護老人福祉施設 祥麟館

居宅介護支援、通所介護 (デイサービス)、ショートステイ
熊本市南区城南町沈目1513
☎：0964-28-7711

サービス付高齢者向け住宅 くまのしょう
小規模多機能型居宅介護施設 くまのしょう
訪問・通い・宿泊
熊本市南区城南町下宮地722番地6
☎：0964-46-6000

編集後記

今年は新型肺炎が発生し、様々な行事やイベントが中止になるだけでなく、未知の病気に不安な日々をお過ごしと存じます。できるだけ人込みを避け、手洗い・マスク着用をしっかりと行い、この困難をみんなで乗り越えていきましょう。

広報委員：網田・橋・島田・藤本・松田み・下山

ビハーラボランティア

外来玄関から入って、受付のカウンターの上に、季節を感じさせる花が生けてあります。大輪のような華やかさはありませんが、日ごろ見過ごしてしまいそうな花がここにはあります。じっと見ていると気持ちだけでも季節の流れに乗れそうで、一瞬現実を忘れそうです。毎週届けてくださるのは、前月号でもご紹介しました熊本ビハーラの稲臣様です。皆様もぜひご覧ください。

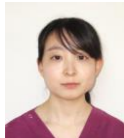


職員紹介



ケアマネジャー
園田 知美

1月より、居宅介護支援事業所でのケアマネジャーとして勤務させていただいております園田です。まだ不慣れではありますが、小林病院の基本理念である『人間尊重の精神と人間平等の思想』で少しでも地域の方々のお役に立てたらと思っています。よろしくお願いいたします。



栄養課
石田 彩希

このたび、栄養科に入職しました石田彩希と申します。初めてのことで皆様にはご迷惑をおかけすると思いますが、精いっぱい頑張りますので、ご指導よろしくお願いいたします。



ケアマネジャー
2病棟
深水 大祐

初めまして、深水大祐と申します。介護施設での経験はあり病院での勤務は初めてですが、色々学びながら頑張りたいと思いますので、どうぞよろしくお願いいたします。



1病棟
介護士
平江 理江

3月11日より、1病棟でお世話になっております、平江理江と申します。マイペースな性格で覚えも悪いのでしばらくはなれないことも多くご迷惑をおかけすることも多いかと思いますが、一日も早く仕事に慣れるよう頑張りたいと思います。どうぞご指導のほどよろしくお願いいたします。

花粉症について

診療部長 坂口 智則

【花粉症とは】

花粉症はアレルギー性疾患で「季節性アレルギー性鼻炎」「季節性アレルギー性結膜炎」などの総称です。花粉を抗原とするI型アレルギーで、一般に春先のスギ花粉によるものが知られていますが、イネ、ヨモギ、ブタクサ、ヒノキなど色々な植物の花粉によっても症状を引き起こすため一年を通して発症する病気となります。

【花粉症のメカニズム・症状】

花粉が体内に入ることによって「感作」という反応がおき花粉を身体が異物として認識するようになります。感作が起きると花粉に対する「特異的IgE抗体」（特定の抗原＝花粉症の場合は特定の花粉にだけ反応する抗体）ができ、抗原が身体の中に入ってきたときにアレルギー反応を起こすようになります。抗原となる花粉が目・鼻・口の粘膜などから身体の中に入ってきたときに、それを身体から排出するために涙や鼻水で花粉を洗い流したり、くしゃみで外に排出したり、鼻閉で入りにくくしたりします。しかしこの反応が過剰に起きてしまうために、日常生活に支障を来してしまうわけです。

【花粉症の対策・治療】

○対策

抗原となる花粉を身体にいれないように、マスクやゴーグルをつけて飛散する花粉をとりこまないようにします。また家の中に花粉を入れないようにするために、洗濯物を外干ししない・帰宅時に玄関で服に附着した花粉をはらうなどの対策を行います。どうしても室内に入る花粉を0にすることは困難ですので、床の花粉を巻き上げないようにするため掃除機を使用せずに拭き掃除にする・空気中の花粉を除去するために空気清浄機を使用するなどの対策もあります。

○治療

・抗アレルギー薬
アレルギー反応を抑える内服薬です。十分な効果が発揮されるのに数日から二週間程度の期間がかかることされており、シーズン前からの内服が推奨されます。また、症状を抑えるために、抗アレルギー薬の内服以外にも点鼻薬・点眼薬・漢方薬などを処方される場合もあります。

・レーザー焼灼

鼻の粘膜でアレルギー反応を起こす部分をレーザー光線で焼いて鼻水・鼻づまりを起こさせないようにする治療です。原則的に鼻づまりの治療になります。効果は永続的ではなく数か月～二年程度になります。

・減感作療法

アレルギーの原因となる物質を少量ずつ投与して身体を慣らして症状を抑えていく治療になります。日本ではスギ花粉エキスを含有治療薬として皮下注射・舌下液・舌下錠があります。毎週～月1回の通院を要し、完全な効果を得るためには数年の治療継続が必要になります。



地域貢献 サロン活動

2020年2月23日、復興祭に当院の看護師2名と理学療法士1名で参加してきました。新型コロナウイルスの影響もあり、開催も危ぶまれましたが、多数の方にお越しいただき、健康チェックや介助方法のアドバイスなどを行いました。血压測定では思ったより血压が高めの方が多く、運動習慣をつけることや、減塩食のアドバイスなども行いました。



2020年2月16日、吉野地区にて2回目のサロン活動にリハビリスタッフ3名で参加してきました。活動内容は、椅子ヨガ体操、体力測定（握力、片足立ち、歩く速さ、柔軟性、生活の広がり）、結果説明をいたしました。半年前と結果の比較ができ、ご自身の体力や健康に対しての意欲向上を感じ取ることができました。今後も定期的に体力測定を行うことで地域に貢献していければと思います。



この度、定年退職を迎えることになりました。
 下の子供が小学校に通うことになったのを機に小林病院に勤めることになりました。
 その子も今年結婚することになり、月日が過ぎる早さと重さを感じています。

私が就職した時には、介護士も20代の方が多く活気にあふれていました。その中に介護の仕事の経験も知識もないおばさんが入っていくにはとても勇気のいるものでしたが、皆さんにとっても優しくご指導いただいて、すぐになじむことができました。今は仕事時、年を取った私を気遣っていただいています。また、看護師の方は、私と変わらない人が多く、子供のこと、学校のこと、その他色々な話ができて、仕事抜きで楽しく過ごすことができました。

多くの患者様との出会いもありました。別れもありました。学ぶことも多く貴重な経験をさせていただきました。

振り返れば、楽しかったことばかりが思い浮かびます。
 皆様のおかげで最後まで勤めることができました。感謝しています。
 ありがとうございました。

介護病棟
 ケアマネジャー
 介護福祉士
 宮本 いつ子

平成21年に49歳で入職して、あっという間に60歳。定年を迎えます。

その間には熊本地震が起こったりで、不安な日々も続きました。自分自身の事を言えば、平成28年に交通事故に遭い休職し、5ヶ月余後に復職しました。しかし、体力は低下し、もう無理かな辞めようかなと思いつつも自分との葛藤が続きました。しかし仕事を続けてきてよかったと今は思えます。

スタッフの皆様へ感謝です。ありがとうございました。

医療病棟
 介護福祉士
 中川 君代

定年退職者ご挨拶

道はつづくよ～ どこまでも。
「小林病院との出会い～学び」

35歳、とある病院に入院して誕生日を迎えました。ウイルス性髄膜炎で意識障害、麻痺で寝たきりを経験、食事介助を受けながらも徐々に回復していきました。病気は重度でもあり、家族には麻痺が残るかもしれないと言われていたようですが、お陰様でみるみる元気となっていきました。

こうした経験を生かし、人に愛や元気を与える介護の仕事に興味を持っていたところ、小林病院の求人募集があり、38歳から職員として働かせていただきました。皆様のお陰で勤続22年。無力の私を育てていただき、又、在宅支援を通して、多くの方の力を頂きながら震災をも乗り越えてこれたこと、今は感謝の気持ちでいっぱいです。

前向きであればマイナスはプラスの方向に転じると、私は信じています。これからは、又新しい道で、のんびりと自分探しの旅を続けていきたいと考えています。今までお世話になりました。誠にありがとうございました。皆様の益々のご多幸、ご活躍を願っております。

小林病院在宅介護支援事業所
主任 林 るみ

月日が経つのも早いもので、もう定年退職となりました。
3人の孫にも恵まれ、しあわせなばあばの生活を送っています。

子育て中に小林病院にお世話になり、困ったときも助けていただきました。本当に感謝の気持ちでいっぱいです。
息子の甲子園出場が決まったときも、自分のことのように喜び応援して下さった皆さま、本当にありがとうございました。

いろいろなことがありましたが、こうやっていつも笑ってこられたのはいつも何事もなくあったかのように言葉をかけ接して下さった皆さまのおかげです。
忙しい毎日ですが、頑張りすぎないように体に気を付けて過ごしてください。
長い間ありがとうございました。

介護病棟
看護師
松本しま子

栄養科だより

病院食のご紹介

現在の食事の形態は常食 一口大 軟菜 ソフト食 ソフト食★ マッシュ食の6種類に分けています

常食

通常の食事よりも柔らかく仕上げています



一口大

常食を一口大に切った状態のものです



軟菜食

普通調理で咀嚼は必要です
圧力鍋や酵素を使用して柔らかく仕上げています



ソフト食

軟菜食を更に食べやすくカットしたり
野菜は喉通りよく滑らかに仕上げています



ソフト★食

ミキサーにかけて再度固めています
とろみのあるソースをかけて飲み込みやすくしています



マッシュ食

咀嚼は不要ですが送り込む力は必要です

