

すこやか

江南病院 院長 内賀嶋英明

熊本市中央区渡鹿5-1-37

TEL.096-375-1112/FAX.096-362-9826

<http://www.kyouninkai.jp/konan/>

[facebook.com/kumamoto.kyouninkai.konanhp](https://www.facebook.com/kumamoto.kyouninkai.konanhp)



新年のご挨拶



謹んで新春のご挨拶を申し上げます。本年もよろしくお願い申し上げます。

熊本地震から2年弱が過ぎようとしていますが、まだ多くの被災者の方が仮設住宅で不自由な生活を強いられています。当院リハビリテーション科でも復興リハビリの一環として仮設住宅での不活発予防に取り組んでいますが、1日でも早い生活再建に向けての支援が望まれるところです。

昨年は様々なジャンルでの若い世代の活躍が目立った年でもありました。将棋では中学生棋士の藤井聡太4段が公式戦29連勝の新記録を樹立しました。卓球では張本智和選手がワールドツアー男子最年少の14才61日で優勝しました。少子化が進む中すばらしい出来事でした。

ノーベル賞は一昨年までは日本人の3年連続受賞があり、今年も期待されましたが日系イギリス人のカズオ・イシグロさんが文学賞を受賞されました。連続受賞のカウントに入れなくても素直に喜びたいと思います。

SNS (social networking service) は人と人をつなぐ一般的なコミュニケーションツールとなってきました。地震の際には早期の支援につながり、国内だけでなくフランスやアメリカからも支援を受けることが出来、世界との絆を実感し深く感動しました。一方座間市の事件を見ても、悪意と背中合わせの怖さが常にあり、一步誤ればあのような惨劇につながってしまうこととなります。社会の変化が生み出した新たな犯罪であり、なんらかの規制が必要となるのではないのでしょうか。

当院では財団法人のCSR (社会貢献) として、また、熊本県内への呼吸リハビリの普及啓発の意味もあり呼吸リハセミナーを平成8年から続けてきており、昨年で20回目を迎えました。受講者の数は延べ1000名ほどに達しており、習得された知識と技術は現場にフィードバックされ熊本の呼吸器患者さんのお役に立っているものと信じています。また、同じく20回目を迎えた事業に文化講演会があります。介護老人保健施設フォレスト熊本開設を記念して平成10年より杏仁会4施設主催で毎年秋に開催してきました。養老孟司先生を皮切りに医療福祉から科学・文化など多彩な講師をお招きしており毎回好評を博しています。また、広報誌「すこやか」も創刊から今年で20年を迎えました。「継続は力なり」という言葉もあります。本年も地域に密着した病院として地域で果たす役割は何かを常に考えながら、更により安全で良質な医療をめざし努力して参ります。今後ともご指導、ご鞭撻を賜りますようお願い申し上げます。



一般財団法人 杏仁会 江南病院
院長 内賀嶋 英明



私と江南病院との **病診連携**

理事長 矢野 まゆみ

佐世保から熊本へ戻り、地域医療への貢献と質の高い糖尿病専門クリニックを目指して長嶺南で開業しております。

ある日のこと、血糖521mg/dl、HbA1c13.2%の患者さんが来院されました。診察所見は特に問題なく、3倍食べられていた食事を適量食べて頂くだけで、血糖は速やかに改善しましたが、3回目の外来で、“咳がでますけど、もう治りかけですから、体重が落ちたのは食事療法をしているからです”と言われる…。

でも、食事療法による痩せ方とはどうも違うものです。何か気になり、胸部レントゲン。そしてそのまま、熊本赤十字病院へ紹介。古くて新しいこの病気、肺結核でした。すぐに貴院へお世話になることになり、これがもりの木クリニックと江南病院との病診連携の始まりでした。

しばらくして、この患者さんがすっかり元気になられて来院され、以後、HbA1cは5%台をずっと維持されておられます。本当にお世話になりました。

開業以来、毎日ただただ木偶の坊のように診療を続け、糖尿病診療は食事療法から、24時間持続血糖測定モニター、インスリンポンプの導入まで全て外来で行なっておりますが、病診連携のおかげで、当院ではできない治療がシームレスで可能となり、当クリニックでの専門性も保持でき、大変感謝しております。

もりの木クリニック

| 診療時間 (★は休診) | | | |
|-------------|----------------------------|------------|----|
| 曜日 | 月・火・水・金 | 木・土 | 日祝 |
| 午前 | 9:00~13:00 (受付12:30まで) | 9:00~13:00 | ★ |
| 午後 | 15:00~19:00 (受付18:30まで) | ★ | ★ |



診療科 内科・消化器科・循環器科

〒861-8039

熊本県熊本市東区長嶺南3丁目8-112
tel:096-387-3212 fax:096-387-3371



「ジェネリック医薬品」を選んでいますか？

薬剤科 須加原 麻子

ジェネリック医薬品は、新薬の特許が切れた後に、別の会社が同じ有効成分を同じ量使って作られているため、後発医薬品とも呼ばれます。国の厳しい審査をクリアしており、効果、有効性、安全性は同じです。開発コストが抑えられている分、価格も3～6割安くなっています。また、飲みやすさや安定性をよくするために、色や形、味、添加物に工夫がなされていますが、効果に差はありません。患者さんの体質によっては、添加物の違いによりアレルギー反応などの副作用が出ることがまれにありますが、これはジェネリック医薬品に限ったことではありません。ジェネリック医薬品は窓口での自己負担だけでなく、医療費を抑えることができるため国も推進しています。ずっと服用していたお薬で症状が安定しているのに、わざわざジェネリック医薬品に変更するの？と思われる方は多いでしょう。まずは、医師・薬剤師に相談してみてもいいでしょうか。



インフルエンザ、ノロウイルス対策

江南病院 呼吸器科医長 吉岡 優一

冬季に流行する代表的なウイルス感染症といったらインフルエンザとノロウイルスでしょう。どちらも飛沫感染や接触感染で伝播し集団感染を起します。インフルエンザはパンチの効いた風邪といったところで、感染してから1～2日で発症し急激な発熱、悪寒、筋肉～関節痛、咽頭痛、鼻漏、咳嗽、頭痛などがみられます。通常1週間ほどで治癒しますが免疫不全の人や高齢者などは時に重症化し生命に関わることもあります。抗インフルエンザ薬は種々あります。ノロウイルスも感染後1～2日で急性胃腸炎を起こし激しい嘔吐、下痢、腹痛などがみられますが2～3日で自然治癒します。嘔吐物が乾燥して舞い上がりそれを吸い込んで感染する（飛沫～空気感染）こともあります。インフルエンザにはアルコール消毒が有効ですがノロウイルスには効果が乏しく、0.05～0.1%次亜塩素酸ナトリウムが有効です。インフルエンザに対してはワクチン接種、こまめな手洗い、アルコール手指消毒、マスク、人混みを避けるなど、ノロウイルスには2枚貝の十分な加熱、調理器具や台所、食器などの衛生管理、トイレ後の手洗い（石鹸使用、20秒以上）などで予防に努めましょう。



最近の話題 地域リハビリテーション広域支援センター便り

リハビリテーション科 野原 慎二

現在、熊本県では、地域住民の介護予防として「いきいき百歳体操」が推奨されています。9月に熊本市青年会館ホールにて、いきいき百歳体操に参加している地域住民の方を集めた交流会が開催されました。当日は、生憎の悪天候にも関わらず、60名を超える住民の方が参加され、一緒に体操を行う事で地域を越えた交流を深められておりました。体操は、継続的に行う事で効果を発揮します。その為には、仲間と一緒に楽しんで行う事が大切だと思います。当院は広域支援センターとして、この体操を中央区の住民の方々に広めておりますが、単に説明を行うだけでなく、参加された方が楽しんで続けて頂けるように、更に工夫してお伝えしていかなければならないと改めて感じました。



「口」は全身の健康の原点

ライフステージに応じた口腔ケアが大切です。

歯科衛生士 中村 加代子

成・壮年期

仕事や家庭の忙しさに、つい歯や歯茎の小さな異常を見逃しやすくなります。40歳以上の場合歯の抜ける原因の多くは**歯周病**です。この年代の約8割が歯周炎の症状があるといわれ、年齢が上がるにつれて症状も進みます。

良く噛むことで肥満を防ぎ、生活習慣病を予防します。また、噛むことで表情がゆたかになり、ストレスをやわらげます。

1. 歯や歯茎の状態を自分で観察しましょう。
2. 歯科医院で定期的に歯石を取るなど、歯のクリーニングをしましょう。
3. 歯やお口の状態にあった歯磨き方法を身につけましょう。

【歯周病をチェックしましょう】

- 歯ぐきが腫れ・発赤・出血していませんか
- 口臭があるといわれたことはありませんか
- お口の中で、変な味がしませんか
- 歯がぐらぐらしませんか
- 冷たい物や熱い物をお口に入れると歯がしみませんか
- 歯ぐきが退縮し、歯の根元が虫歯になりかけていませんか



1月号

簡単レシピ

季節の料理

ミートローフ パウンドケーキ型1本分

一人当たり約188kcal

新年会パーティでの簡単料理です！

管理栄養士 中島 尚子

新年を迎え、おせち料理やお餅など和風なお料理が続いたあとは、簡単な洋風料理を作ってみませんか？

今回は、みんなが大好きなミートローフをご紹介します。真ん中にゆで卵入れてみました。

パウンド型の焼き型がなくてもできますので、挑戦してみましょう！！



作り方

- ① ゆで卵を4個分作っておきます。
- ② 玉ねぎは、みじん切りにします。
- ③ パン粉を牛乳で浸しておきます。
- ④ 合いびき・玉ねぎ・卵・浸したパン粉・塩・こしょう・ナツメグをしっかりと混ぜ合わせてこねます。
- ⑤ パウンドケーキ型に薄く油を塗り、④の半分を敷き詰めます。真ん中を少しへこませ、茹で卵を並べ、残り半分を乗せて卵が見えないように覆い表面を平らにします。
- ⑥ オープンを220℃で予熱し、30分焼きます。竹串を刺して透明な肉汁ならOKです！
- ⑦ そのまま冷まして型から取り出します。
- ⑧ 切り目が卵の真ん中に当たるように切って下さい。
- ⑨ ケチャップソースをかけていただきます。

【材料】(8人分)

- 合いびき肉…………… 350g
- 玉ねぎ…………… 1個
- 卵…………… 1個
- パン粉…………… 40g
- 牛乳…………… 100ml
- 塩・こしょう ……少々
- ナツメグ(あれば) ……少々
- ゆで卵…………… 4個
- ケチャップ…………… 大5
- ソース…………… 大3
- パウンドケーキ型



※冷めてからのほうが、切りやすいです。

※型がない場合は、オープン天板にパウンド型に形成すれば焼けます。

※保存する場合は、アルミホイルにしっかりと包んでおきましょう。

第20回

熊本呼吸リハビリテーションセミナーの開催

リハビリテーション科長 筒井 宏益

平成29年11月12日に第20回熊本呼吸リハビリテーションセミナーを開催しました。

今回は、東京工科大学の高橋哲也教授をお迎えし「急性期から慢性期における呼吸循環の診方と、より安全で効果的なリハビリテーションの進め方」というテーマで講演を頂きました。呼吸リハを進めるうえで必要な呼吸循環の身体評価や病態生理を、実技指導を交えご教授いただきました。県内の医療従事者50名が熱心に受講され、大盛況のうちに閉会いたしました。

今後も地域における呼吸リハビリテーションの啓発活動を行い、呼吸器疾患で苦しんでいる患者様の生活の質向上に貢献できればと思います。



くまもと復興コンサート・秋2017

10月21日(土)「時の響き」によりますコンサートが、1階ロビーにて開催されました。

熊本地震より1年半が経過し、少しずつ復興への兆しが見えてきています。

今回『くまもと復興』と題し、音楽を通して皆さんに元気になって頂きたいとの想いで、4名のプロ奏者のアンサンブルを聴かせて頂きました。演奏に合わせ体でリズムを刻む方や、サクソフォン奏者が演奏しながら、患者様へ歩み寄りねり歩かれた時は、会場が手拍子で一体となり笑顔が溢れていました。

演奏頂きました「時の響き」の方々には感謝申し上げます。



第6回 カンガルーサークル開催



WLB ワーキンググループ 高永 京子

第6回カンガルーサークルを10月7日(土)に開催しました。今回は職員25名、子供21名の46名と昨年より参加人数も増えて賑やかな会となりました。

今回は当院の歯科衛生士より「歯の話♪」と好評につき管理栄養士より産後の食事についての学習会をしていただきました。また健康レシピ紹介と「御姫さん団子汁」と「かぼちゃ丸ごとプリン」の試食があり、内容が盛り沢山でした。今年度はリハビリスタッフのママさんの参加も増え職種を越えてママさん同士がコミュニケーションをとり、アドバイスや情報交換が行われてとても賑やかなひとときとなりました。江南病院の職員の方々もワークライフも楽しみながら生き生きと輝き働き続けられる環境作りのお手伝いが出来ればと思います。



外来担当医紹介

| | | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|----|------|--------------|-----------------|--------------|-------------|--------------|------------------|
| 午前 | 診察室1 | 瀬戸口敬介(呼吸器内科) | 上妻和夫(呼吸器内科) | 瀬戸口敬介(呼吸器内科) | 吉岡優一(呼吸器内科) | 花谷聡子(代謝内科) | 吉岡優一(呼吸器内科) |
| | 診察室2 | 本山剛(循環器内科) | 日野洋健(神経内科) | 本山剛(循環器内科) | 原三郎(麻酔科) | 日野洋健(神経内科) | |
| | 診察室3 | 吉川成章(内科) | 吉川成章(内科) | 吉川成章(内科) | | 吉川成章(内科) | 吉川成章(内科) |
| | 診察室4 | | 高橋康嗣(消化器内科) | 佐藤正弘(消化器内科) | 佐藤正弘(消化器内科) | 林田温夫(消化器内科) | 高橋康嗣(消化器内科) |
| | 診察室5 | 田中宏道(整形外科) | 内賀嶋英明(整形外科) | 内賀嶋英明(整形外科) | 前田純治(整形外科) | 原田香苗(整形外科) | 内賀嶋英明(整形外科) |
| | 診察室6 | | | | | | |
| | 診察室7 | 整形外科予備診 | | | | | 白川妙子(呼吸器内科) |
| 午後 | 診察室1 | | 吉岡優一(呼吸器内科) | 整形外科予備診 | 上妻和夫(呼吸器内科) | 瀬戸口敬介(呼吸器内科) | 原田香苗(整形外科・リウマチ科) |
| | 診察室2 | | 本山剛(循環器内科)※予約のみ | 日野洋健(神経内科) | 原三郎(麻酔科) | 本山剛(循環器内科) | |
| | 診察室3 | 吉川成章(内科) | 吉川成章(内科) | 吉川成章(内科) | | 吉川成章(内科) | 吉川成章(内科) |
| | 診察室4 | 林田温夫(消化器内科) | | 高橋康嗣(消化器内科) | 林田温夫(消化器内科) | | 佐藤正弘(消化器内科) |
| | 診察室5 | 前田純治(整形外科) | 渡辺充伸(整形外科) | 田中宏道(整形外科) | 原田香苗(整形外科) | 渡辺充伸(整形外科) | 田中宏道(整形外科) |
| | 診察室6 | | | | | | |
| | 診察室7 | | | 白川妙子(呼吸器内科) | | | 白川妙子(呼吸器内科) |

- 診察日 … 月曜～土曜
 - 受付時間 … 8:30～17:30
 - 診察時間 … 9:00～12:30 / 13:30～18:00
- ※日曜・祝日は休診いたします。但し、救急については24時間対応

人間ドックの御案内

当院では人間ドックを行っております。
日帰り・1泊2日コース、詳しくは受付にてお問合せ下さい。

予約診療制

再診につきましては患者さまの待ち時間をなくすよう予約診療にしておりますのでご都合にあわせてご予約下さい。

江南病院 憲章

人間の尊厳と生命の尊重

江南病院の理念

私たちは患者さまに「迅速」「正確」に対応し、「人間愛」をこめた医療をモットーとします

基本方針

1. 患者さまの権利を尊重し、質の高い、安全で安心な医療・介護をめざします
2. 地域における保健・医療・福祉の適正な連携を行います
3. 地域住民の健康維持・増進のため予防医療に努めます
4. 365日24時間救急医療で地域住民の健康を守り安心を提供します
5. 職員は患者さまとのパートナーシップを重視します
6. 効率的で効果的な医療サービスをチームで提供します
7. 患者さまに必要な情報を解りやすく説明し、患者さまの意思決定を支援します
8. 健全経営に努め、その成果を社会に還元します
9. 医療に対する信頼を確保する為に職員の資質向上を図ります
10. 職員は職務上知り得た情報を診療目的以外に利用しないことを誓います

患者さまの権利と責務

私たちは、患者さま及びご家族の方々と相互の信頼関係に基づき、患者さまの権利を尊重します。また、より良い医療を実践するために、患者さまの責務についてご理解をお願いいたします。

1. 人格を尊重され、安全で適切な医療を継続的に受ける権利
2. 検査・治療・経過の説明を受け、選択・拒否する権利
3. 診断や治療の内容について、他の医師の意見を聞く権利
4. 診療録の開示を求める権利
5. プライバシーを保護される権利
6. 自己の健康に関する情報提供の責務
7. 医療に主体的に参加する責務
8. お互いに快適な療養生活を送るために、病院の定めた規則を守る責務

編集後記

新年あけましておめでとうございます。昨年上野動物園でパンダが生まれ、「香香」と命名されました。シャンシャン歩く・背筋をシャンと伸ばすなど元気な様子の比喻に使われ、「物事が円満に収まる」という意味をもつ「シャンシャン」。先行き不安になるニュースもたくさん報じられる今、この名前に寄せられた想いが形になると良いなと思います。一日一日を大切に、目の前の日常を健やかに過ごせるよう努力してまいります。本年も宜しくお願いします。

広報レクリエーション委員 村上留美子

広報レクリエーション委員会

- 委員長 前田 純治
 - 副委員長 山名 大樹
 - 委員
- | | |
|-------|-------|
| 高永 京子 | 岩崎 幸 |
| 三倉あゆみ | 森 文江 |
| 椎葉 美穂 | 村上留美子 |
| 成松 佑太 | 宮尾 良和 |
| 山本 勝久 | 濱田 紗千 |
| 森本玲緒奈 | |