

# あなづる

## TOPICS ● 新年のご挨拶



新年明けましておめでとうございませう。

皆様には、穏やかな年明けを迎えられたこととお慶び申し上げます。

さて昨年2023年は、世界を眺めるとウクライナでの戦争の長期化に加え、パレスチナ・ガザ地区での争いも始まってしまいました。当事者のどちらにも言い分はあるのですが、戦争に巻き込まれている双方の市民は、死の恐怖、日常生活の崩壊といった厳しい状況に置かれていて、本当に憂うるべきことだと感じています。

一方、2019年12月中国の武漢市で感染者が出て数か月でパンデミックとなったコロナ(COVID-19)は終息傾向となり、皆さんも今年は4年ぶりに忘年会を楽しまれた方も多いのではないのでしょうか。

ところで、くまもと青明病院

は昨年もおかげさまで大過なく順調に運営することが出来ました。これも病院スタッフ全員が力と心を合わせて、診療にあたる事が出来たからではないかと思えます。今年も患者さまや家族の皆様にも、更に信頼され喜んでもらえる病院になるべく努力するつもりです。また、地域への貢献を目的として毎年開催していた「くまもと青明病院地域シンポジウム」も4年ぶりに再開する予定です。どうか気楽に病院へ遊びに来る感じでご参加いただければと願っております。

こうした流れの中で、コロナ以前の病院に戻るだけでなく、更に今年は新たな挑戦を始めようと考えています。

さて、昨年の世相を表す漢字は「税」だそうです。他に「書」「翔」などが候補に挙がったよう

です。もちろん「翔」は、プロ野球選手大谷翔平氏の事でしょう。アメリカ大リーグでの素晴らしい活躍、そしてドジャース入団の決定、その際の天文学的契約金への驚き、話題にはことかかない本当に幸せな人です。しかし、天性の素質だけではなく、努力の積み重ねもあるでしょうし、誰からも憎めない性格を彼は持ち合わせているのではないかと思います。羨ましい限りです。

昨年は卯年でピョンピョン飛び跳ねるイメージでしたが、今年は辰年、辰は龍でもあり、雲を突き抜けて天に昇るイメージがあります。是非、皆様にも今年は何かを突破する勢いで、躍進の年としていただきたいと願っております。

最後になりましたが、本年が、皆様一人ひとりにとって、実り多き素晴らしい一年となりますよう、心よりお祈り申し上げます。ご挨拶とさせていただきます。







デイサービスセンター―青明

センター長 中山慎二

新年あけましておめでとございませう。昨年は新型コロナウイルスが5月8日に5類へ移行し、少しずつ元の生活に戻っていききました。しかし、その後はインフルエンザが猛威を振るい、罹患した方もいらっしやったのではないのでしょうか。私も7年ぶりにインフルエンザA型になり、自宅療養となりました。熱はそこまで高くはありませんでしたが、倦怠感と時折襲ってくる悪寒の為、ほぼベッドで眠っておりまして。コロナが徐々に落ち着いたことで、今まで張りつめていた気がフツと緩んだのかも知れません。皆様も体調管理にはお気を付け下さい。

「雪とけて 村のつばいの子供かな」  
小林一茶の春を詠んだ俳句です。待ちに待った遅い春が来て、子供たちの明るい笑顔が村中に出てきたことを表現した句です。雪が原因ではありませんでしたが、私たちにもようやく明るい春が来たように感じます。2024年は子供たちだけではなく、全ての方々が心から笑顔で過ごせますように。



熊本市障がい者相談支援センター―ウイズ

センター長 大関宏治

新年あけましておめでとございませう。昨年は、新型コロナウイルスも「5類感染症」に分類されたことで、様々な規制は個人・事業者の判断が基本となり、ウイズの利用者も少しずつですが増加してきております。自粛していた外出活動も再開され、「城彩苑」・「アミュープラザくまもと」などへの地域散策では、久しぶりに参加された皆さんの笑顔を見ることができました。

ウイズでは、障がい者・児やそのご家族、そして支え手である地域の皆さんへの相談支援も行っておりますので、お気軽にご相談ください。お待ちしております。

最後になりますが、皆様にとって本年が良い年となりますことを心より祈念いたしまして、新年のご挨拶とさせていただきます。



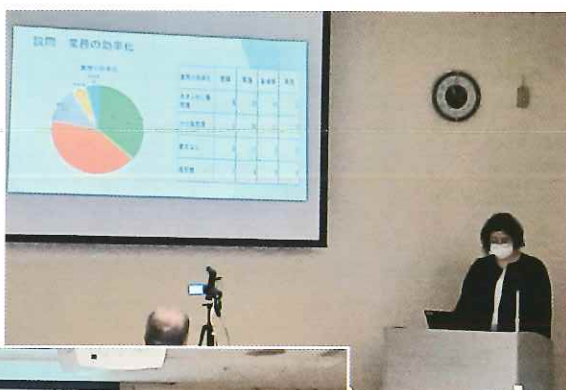
## 第19回くませいシンポジウムを開催しました

令和5年11月11日(土)当院研修室にて第19回くませいシンポジウムを開催しました。今回のテーマは「脱」コロナの中での変わりゆく精神医療」でした。

より4つの演題が発表されました。4年ぶりに対面式での開催だった為、各発表の後には活発な質疑応答が行われとても充実したシンポジウムになりました。院長賞には、隔離対応の患者様との関わりから得た気づきを発表した、第2病棟の安田健三看護師の演題が選ばれました。

濱田智子Dr.の特別講演「そのひとの利益はどこにあるのか？」患者の医療的・経済的利益と経済的利益との「はざま」の後に、栄養科・診療情報管理室・第2病棟・デイサービス

(教育委員会 宇都宮正則)





# 心の健康フェスタ

令和5年11月12日(日)、熊本市下通商店街アーケード2番街にて、第29回心の健康フェスタが開催されました。院内からとデイケアから多数の作品を展示し、市民の方、利用者の方が鑑賞されました。デイケアに通所されている方が見学に来られ、実際に作られた作品がアーケードに飾られていると、「これ、私が作ったの!」と同伴している母親に自慢げに話されていました。社会参加にもつながり、普段の活動のモチベーションにもなると改めて、実感できました。



# くませいのフェスタ

令和5年11月17日、あかね荘他県内4会場にて、第18回くませいフェスタ(主催公益社団法人熊本県精神科協会)が、新型コロナウィルス感染症の対応等により4年ぶりの新たなイベントとして開催されました。当院チームは、予選会第2位の結果でした。以前は春にパルクドームで運動会が開催されていましたが、参加者の高齢化に伴うリスクが課題となっていました。そこで、今回は「UDeersports」を導入した新イベントが計画されました。

「UDeersports」とは、「ユニバーサルデザイン・エレクトロニック・スポーツ」の略で、年齢性別、障害に関係なく誰もが参加できることが出来るeスポーツです。大会当日は、晩秋の肌寒い天候の中でしたが、天候に左右されないのも、「UDeersports」の強みです。当院から、2名の参加者とスタッフが参加しました。県内でも珍しく当院は、すでに「UDeersports」を導入しており、参加者数名の職員は経験があります。

長期入院となっている参加者は二人とも女性で、今回の大会に向けて、院内で選抜された強者です。練習を重ねてきました。会場に練習場が設置されており、普段は比較のおとなしい二人ですが、「練習できるの?やってみたい!」と意気込みが感じら

れました。練習の成果を十分に発揮して、第2位の好成績。惜しくも予選突破とはなりませんでした。が、「また、参加したい!」と意欲的な感想が聞かれました。「コロナ禍で「孤独」を感じやすいですが、「繋がり」を感じられる温かい大会でした。



## リレーマラソン参加

令和5年11月3日(金)祝)に、えがお健康スタジアムで開催された第10回熊本リレーマラソンに参加しました。

これは、1周2キロのコースをタスキリレーで21周し、42・195キロフルマラソンの距離を走るものです。コロナ感染症の影響で、4年ぶりの開催でした。「せいめい

パンダーず」というチーム名のもと、当日は計15名の職員、及び職員の家族が参加し、無事に完走することができました。晴天にも恵まれ(暑すぎるくらいでした)、みんなが応援し合い、楽しんで走ることができました。







栄養科からの  
今季の一品クッキング  
気になる簡単レシピ

## 野菜入りそうめん



### POINT

にゅう麺とはそうめんを温かく煮て食べる料理で、全国的に知られてはいますが、奈良県が発祥の郷土料理です。

そうめん発祥の地とされる奈良県の三輪では夏は冷やし、冬はにゅう麺として一年中食べる習慣があるそうです。

にゅうめんは、漢字で書くと「煮麺」と書き、その漢字の通りそうめんを煮たものです。

そうめんは茹で時間が短く、麺つゆや白だしを使えば簡単に出来るのが魅力です。

夏の風物詩でもあるそうめんを冬でも楽しんでみてはいかがでしょうか。

### 材料(約4人分)

- そうめん……………4束
- 鶏ささみ……………2本
- 白菜……………1/8個
- しいたけ……………2枚
- えのき……………1束
- 人参……………1/8本
- 小ねぎ……………2本
- 白だし……………大さじ1
- めんつゆ……………大さじ1



### 栄養価(一人分)

- エネルギー… 190kcal
- たんぱく質…………… 9.7g
- 脂質…………… 0.9g
- 炭水化物…………… 38g
- 塩分…………… 2g

### 作り方

- ① 沸騰したお湯にそうめんを入れ、固めにゆでてください。お湯を切ったら水洗いし、ぬめりをとってください。
- ② 鶏ささみは一口大に切っておく。白菜はざく切り、しいたけはスライス、人参は細切りに切ってください。えのきは根元を3センチほど切り落とし、半分に切っておく。
- ③ 小ねぎは3センチくらいにカットしておく。
- ④ ②の材料を鍋に入れ、水を500ccほど入れて沸騰させます。
- ⑤ 材料が柔らかくなったらめんつゆと白だしで味付けする。
- ⑥ 最後に茹でたそうめんと小ねぎを入れてひと煮立ちさせ、器に盛り付ける。

### 外来診療表

	月	火	水	木	金	土
午前	再来	再来	再来 認知症専門外来	再来	再来	休診
午後	再来 認知症専門外来	再来 認知症専門外来	再来	再来 認知症専門外来	再来 認知症専門外来	

\*都合により担当医の勤務変更が生じる場合があります。

### 交通のご案内



- ① 江南病院前バス停下車 …… 徒歩2分 (産交バス供合線)
- ② 大江渡鹿バス停下車 …… 徒歩7分 (熊本都市バス第1環状線)
- ③ 大江川鶴バス停下車 …… 徒歩7分 (熊本都市バス第1環状線)
- ④ 黒髪5丁目バス停下車 …… 徒歩7分 (熊本都市バス電田線・産交バス)

### 診療時間

午前 9:00～(受付は11:30まで) (月～金)

午後 14:00～(受付は16:30まで) (月～金)

※初診は予約制になっています。

※再来の方も予約の方優先です。待ち時間を短くする為にも、ぜひ予約をお入れください。

初診受付(月～金) 9:00～16:00 TEL.366-2291

◆ **デイケアセンターあんず** 利用時間 9時～15時30分(月～金)

◆ **関連施設 認知症 デイサービスセンター青明** TEL.096-366-0118  
9時～17時 ※お休みはありません。

◆ **関連施設 地域拠点型認知症疾患医療センター** TEL.096-366-2308  
9時～12時、14時～16時 ※土曜・日曜・祝祭日はお休みです。

◆ **関連施設 熊本市障がい者相談支援センター「ウイズ」**  
〒862-0972 熊本市中央区新大江3丁目20-3-1F TEL.096-200-1571  
月～金 9時～17時 土曜日 9時～12時30分 ※日曜・祝祭日はお休みです。



広報委員会

委員 野口 沼田 赤穂 石橋 市原 甲斐 田中 西村 村上



一般財団法人杏仁会

くまもと青明病院

〒862-0970 熊本市中央区渡鹿5丁目1番37号

TEL.096-366-2291 FAX.096-366-2292

e-mail:kumamotoseimei-hp@kyouninkai.jp hp:www.kyouninkai.jp/seimei-hp/

一般財団法人 杏仁会  
関連施設

熊本内科病院  
江南病院  
介護老人保健施設 フォレスト熊本  
サービス付き高齢者向け住宅 花鏡

熊本市中央区手取本町7番1号  
熊本市中央区渡鹿5丁目1番37号  
熊本市中央区渡鹿5丁目1番37号  
熊本市中央区新大江3丁目13番18号

TEL.096-356-5500 FAX.096-356-5518  
TEL.096-375-1112 FAX.096-362-9826  
TEL.096-363-0101 FAX.096-363-3363  
TEL.096-382-0888 FAX.096-382-0887