

# 仁厚会だより

2017年  
1月号

社会医療法人 仁厚会 広報誌

平成29年1月1日発行

発行：社会医療法人仁厚会  
〒682-0023 鳥取県倉吉市山根43番地  
TEL (0858) 26-1012  
<https://www.med-wel.jp/>

平成28年度 法人理念 「主役はいつも患者さん」



もちつきをして新年を迎える～ガーデンハウスはまむら～

この度の鳥取県中部地震により被災されました皆様へ心よりお見舞い申し上げます。  
一刻も早い復興をお祈り申し上げます。

## CONTENTS

P.2-3 新年のご挨拶

P.4 医師の明瞭解説  
「ストレスについて」  
医療福祉センター倉吉病院  
小川 寿医師

P.5-6 News Topic

全国老人保健施設協会会長表彰  
"もりのみキャラメル" 準グランプリ  
よどえババール園園内開放 ほか  
JIN'S キッチン

P.7 仁厚会だよりアンケート結果報告  
キラッとフォーカス (新連載)

P.8 健康レシピ  
Photo Report



# 新年のご挨拶



「2017年 酉年に」

藤井 啓子

思いがけぬ地震に襲われて、私たちは大変に怖い思いを経験しました。何事でもわが身に起こって初めて実感するということわけです。予知能力のない普通の人間である我々は、経験から得た知識とか知恵、起こりうる事態への想像力を駆使して前に進んで行くしかありません。

さて、酉年です。鳥ほど世界中に広く生息しているその種類も幅広く多い動物は他にはいないように思う。鳥の中には、他に抜きん出て派手な色柄や型を持つモノがおり、その求愛行動の熱心さ滑稽さにも驚かされる。種族保存へのけなげで尊い

熱意であるならば学ばねばならない。けっして強い生き物ではなさそうなのに、地球上に広く永く生き続けていられる意味合いやコツを何か知って

この、混とんや混迷の連続する世の中を生き抜いていける力の源泉とは果たして何なのか。鳥たちの、淡々として細やかに丁寧な努め続ける姿と能力を見ていると、私にはないだけに、そこそが大事な要素ではないかと思えてくる。「翼をください」とか「この空をとべたら」とか鳥に憧れる唄には良いものがありますね。



「精神医学総論 再考」

医療福祉センター 豊吉病院

院長 前田 和久

新年あけましておめでとうございます。

昨年は震災など様々な事がありました。今年こうして皆様と明るい正月を迎えることが出来た事を、心からお礼申し上げます。

昨年末から看護大学の精神医学の講義をさせていただいていますが、総論のなかで MSE (mental state examination: 精神状態の査定: 皆様ご存知の MSE とは違います) に関する講義をしました。メンタルケアに関連される場合はもちろん、ケアにあたる方全般に大切なことだと思いますのでその内容について書きます。

20年以上前になりましたが、臨床実習で精神科に配属されると一つの白い冊子を渡され、その冊子にはこの内容がほぼ記載されていたことを思い出します。また、当時の精神科の研修医の仕事の一つに、新患の患者さんの予診を取り、教授の診察に陪席し教授の診察の記録をして、午後後に全体的な印象↓症状↓状態像↓診断、特記事項というながれに沿ってまとめを作成し、教授室に添削をしていただくというのを日々繰り返して、患者さんの状態把握の方法を教育していただきました。過年した現在ではかなり省略して記載する場合がありますが、こ

の考え方の流れが頭にしみついております。

MSEにはいくつもの項目がありますが、全ての項目を網羅したわけではありませんが、覚え方に以下の様なものがあります。

Always Send Mail Through the Post Office...

和訳は皆様おわかりかと思いますが、各項目について説明します。A: Appearance: S: Speech: M: Memory/Mood: T: Thoughts: P: Perception: O: Orientationを示します。今回は紙面の都合上いくつかの項目について解説します。

まず、Appearance (外観) については前述の全体的印象の中の一つの重要な項目であり、このなかには、①表情 (悲しげ、過多、無表情、冷たい、明るい、不安など) や、他に教科書的に有名なのはしかめ顔、ひそめ眉など、②姿勢 (うなだれる、胸を張る、常時動かす、無動、カタレプシーなど) ③態度 (転導的、拒絶的、反響症状、プレコックス感、協調的など) と④着衣や結髪⑤体痕などがあります。Mood (気分) については、まず感情という言葉は有機体が認知した対象や表象に抱く主観的な印象のことを言いますが、感情の中で一過性、反応性の激しい感情を情動といい、弱い持

勢 (居城にとどまる) と道中の危険 (焼け跡の中の横断) を指摘し、火の手から遠い西の丸御殿へ移ってもらうことに決定した。正之が安全に徹した的確な判断を下すことができたのは、頭の中に江戸の町の災害地図が明確に描かれていたからだと思われている。

大火は続き、遂には旗本や御家人を養う浅草の米蔵に火が入った。幕閣たちは火消しによる消火を模索したが、火消しは出払っており、もういなかった。そこで、正之は町人に消火させ、運び出した米をその町人に与えることにした。今言う救援米である。そして火の手は江戸城本丸御殿に燃え移った。やがて火の手は遠ざかったが、焼け跡をみると、江戸城は將軍が移った西の丸御殿を残し惨憺たる瓦礫の山となり、江戸の町は焦土と化していた。

將軍の命を守り抜いた正之は、次に江戸町民を飢餓から救うため、幕府の御金蔵が空になるほどの膨大な復興救助金を支出した。さらに、軍事施設の対象である江戸城天守閣の再建のための費用を江戸の町の復興に当てた (將軍・家綱も賛同したという)。そして、洋式の測量技術により明暦江戸実測図を完成させ、これをもとに防火堤や火除け地などを設け江戸の町を整備した。これにより後の江戸百万都市の土台が出来上がったのである。

この大火に対する保科正之主導の施策には、現代に通じる災害時の危機管理と復興政策の

エッセンスや教訓が数多く含まれているように感じられます。右往左往する幕閣たちの狭量な意見を悉く斥け自身の施策を貫くことができたのは、幕府の權威よりも被災者と民衆の生活安定を優先させるという明確な理念があったからだと思われています。

震により、「備えあれば患いなし」を改めて実感した昨年でした。また震災の中で地域の人々の絆を力強く感じた年でもありました。

さて、震度6弱の鳥取中部地震

震により、「備えあれば患いなし」を改めて実感した昨年でした。また震災の中で地域の人々の絆を力強く感じた年でもありました。

あけましておめでとうございます。本年も、皆様のご健勝で、充実した日々を過ごされますよう祈念致します。さて、総務省が2016年10月26日に発表した、2015年10月に実施された国勢調査の確定値によると、外国人を含む日本の総人口は、1億2709万4745人と、2010年の前回調査に比べ、0.8% (96万2607人) 減少しました。総人口が減少したのは、1920年に調査が開始されてから初めてで、出生数が死亡数を下回る自然減が、大きく影響しました。

鳥取県では、65歳以上の高齢者人口が3割に達し、全国平均よりも早く高齢化が進行しています。平成52(2040)年には、人口が45万人以下となり、高齢者人口も4割になると推計されています。このため県では、地域の実情や患者さんの需要に

覚、嗅覚、触覚)とこれ以外に一般感覚、体感とよばれる漠然とした体内の感覚がありこれには平行感覚や臓器の運動感覚などがあります。

知覚を感じる。それぞれ感覚ごとに幻聴(聴覚)、幻視(視覚)、幻嗅(嗅覚)、幻味(味覚)、幻触、体感幻覚(触覚)があります。



「一年の計」

藤井政雄記念病院

院長 池田 正仁

旧年中におけます皆様の震災後のご心労を心からお慰め申し上げ、新年のご多幸をお祈念申し上げます。豊を被うブルーシートを見るたび、一日も早い鳥取県中部の完全復興を願うばかりです。

戦国時代最高の智将・毛利元就は生き残ることが最大の眼目であった戦国の世の言葉として、「元旦は恵方を拝んで屠蘇を飲み、長寿・子孫繁栄を祝って浮かれるような暢気なものではないのだ。年の初めに一年の事をじっくり考える。それが本当の祝いというものである」と述べています。

そこで、本年は防災、減災の一考として、「明暦の大火」で優れたリーダーシップを発揮



## 「仁の心、優秀な技術と秀でた 智恵による地域社会への貢献！」

米子東病院

院長 頼田 孝男

じて、高度急性期から、急性期、回復期、慢性期、在宅医療・介護に至るまで、一連のサービスが切れ目なく、過不足なく提供されるように「鳥取県地域医療構想」がまとめられました。

このような状況の中で、米子東病院は、療養病棟に軸足を置き、急性期病院から転院してこられる方が、在宅へ戻っていかれる過程を、県内一の優秀なリハビリ治療で支える、また、在宅では看取ることが困難な方を支えて、看取らせていただくことを目標に掲げています。この流れの中で、本年は、在宅療養支援機能も展開・発展させる所存です。

米子東病院の職員の方全員が、現在も日夜取り組んでいるように、患者さんの立場を重んじる心と態度、及び優れた技術と秀でた智恵を駆使して、さらに地域社会に貢献できれば、幸いです。

# 医師の明瞭解説

## 「ストレスについて」

医療福祉センター倉吉病院  
小川 寿 医師が  
わかりやすく解説



医療福祉センター倉吉病院 医師  
(認知症疾患医療センター  
センター長)  
日本精神神経学会専門医  
小川 寿

「ストレス」という言葉はすっかり日本語になっていますが、あえて訳してみると「精神的な苦痛と不快感を起すもの」というところでしょうか。ストレスを感じるのには身体的または精神的に苦痛や不快感を一定以上に受けた時で、寒い・暑い・痛い・苦しい・おいしくないというの程度が過ぎればストレスです。ストレスは精神的な苦痛や不快感がその人の許容範囲を超えた時に生じるもので個人差は大きい

です。仕事の主な目的は生活の糧を得るためですが、仕事を継続していくには、報酬・やりがい・居心地の3点がバランスよく満たされていることが望ま

いです。いくら報酬が良くてもやりがいがない、または居心地が悪いとなれば慢性的なストレスとなり続けられま

「現代社会におけるストレス」  
また、現在の私たちはインターネット、GPS、宅配便、クレジットカー

■**仕事のストレス**  
仕事の主な目的は生活の糧を得るためですが、仕事を継続していくには、報酬・やりがい・居心地の3点がバランスよく満たされていることが望ま

■**日常生活のストレス**  
現在、「貧困と格差」が話題となりますが、現在の生活では、暑ければ冷房を、寒ければ暖房を使い、栓をひねれば水やお湯が出て、シャワーを使う

この不満は「他人と比較すること」で生じると考えられ、他人と比較すればきりがありません。私たちは「他人と比較して感じる不満や不快感」により生じるストレスから解放されること



### 全国老人保健施設協会会長表彰

9月15日(木)、これまでの業績が評価され、伊丹祐子介護支援専門員が全国老人保健施設協会より表彰されました。



ル・サンテリオン北条  
伊丹祐子介護支援専門員

ル・サンテリオン北条

仁厚会では3人目の受賞になります。

### 秋まつり〜医療と福祉の連携で笑顔あふれる一日に〜

10月23日(日)に秋まつりを開催しました。入所・通所利用者様やそのご家族のほか、周辺地域の皆様にも多数ご来場いただきました。

トリート」と声をかけ、お菓子を配るイベントもありました。舞台では、たい焼き、ポッツコーン、ジュースのほか、施設裏の畑で利用者様と育てたサツマイモを使ったアツアツの豚汁を出店しました。

ル・サンテリオンよどえの説明を行いました。また、インボディによる筋肉量や体脂肪率などの測定も実施し、多くの方に喜んでいただきました。今後も、医療と福祉が連携し、地域の方に喜んでいただけるイベントを行っていききたいと思います。



魔女とドラキュラの司会者

### もりのみキャラメル 準グランプリに輝く

11月26日(土)、神戸ハーバーランドを会場に「第8回スイーツ甲子園関西大会」が開催されました。あずさパン工房は新たに商品開発した「もりのみキャラメル」を出品し、鳥取県代表としては歴代最高位となる準グランプリを受賞しました。



キャラメルは1月から販売開始しています。ぜひお買い求めください。

キャラメルに関する問い合わせはあずさパン工房まで 電話 0858-26-6960

飾っても「かわいい」と好評で贈り物に喜ばれる逸品となっています。あずさパン工房は、障がいのある方が自信と誇りを持てる「働き方」や「働く場」を作っていきたいと思っています。

### 楽しみながらリハビリを〜療養病棟運動会〜

10月26日(水)療養病棟レクリエーションとして、初めての運動会を開催しました。準備の段階から患者さんにも協力していただき、和気あいあいとした雰囲気の中で行われました。種目として、立位

うなりハビリの要素も多く取り入れられました。普段ベッド上で過ごす時間が長い患者さんにも応援団として参加していただき、たくさん笑顔を見ることができました。「また、みんなで集まって何かしたい」「運動会なんて何十年ぶり!!」など嬉しい感想もいた



お菓子で釣れたぞ〜!!

米子東病院

淀江小学校安達校長講演会

今ごとのためにできること、ごとの対話していますか？ミニ音楽会

11月15日（火）、日頃から校区交流活動を行っている淀江小学校安達校長を講師にお招きし、保護者向けの講演会を開催しました。

「小学校入学前に親としてできること」をテーマに、子どもとの接し方についてお話しいただき、来年の入学を控える保護者の方々は熱心に聞き入っておられました。

講演後には、ミニ音楽会と題して、園児の合唱や演奏を披露し、楽しんでいただきました。



でいただきました。

大和保育園

たくさんの保護者が参加されました

保育園の園内開放をご利用ください

よごえバブル園

子育てをする地域の方に保育園の活動の様子を知っていただいたり、子育てについて気軽に相談できる場を設けることを目的として、毎月1回園内開放を行っています。

園内開放で来園されたお父さん、お母さんや室内で在園児と一緒に活動を楽しみます。その間、保育士に子育てについて相談される保護者も多くおられます。園ではこの子育て相談には特に力を入れており、育児の悩みが少しでもやわらぐよう保育士も一緒に考えていきます。

今年度はこれまでに9回の園内開放を実施しましたが、園の様子を知ったことで入園や一時預かり保育を希望される方も増えています。今年度はあと1月20日、2月22日、3月13日に予定しております。園内開放日以外でも見学や相談は可能ですので、園までご連絡をお願いします。



子育て相談を受ける保育士

(0859-56-5268)

「仁厚会だより」アンケート結果報告

「ご協力ありがとうございました」

平成28年7月号にて、今後のより良い紙面づくりのために地域の読者の皆様を対象にアンケートを実施しました。この度結果がまとまりましたので、一部ですが結果をご報告いたします。

発行頻度や紙面については概ね適当であるとのこと意見をいただきました。内容については、多くの方が医療・介護に関する内容に興味を持たれ、情報

を求めておられることが分かりました。

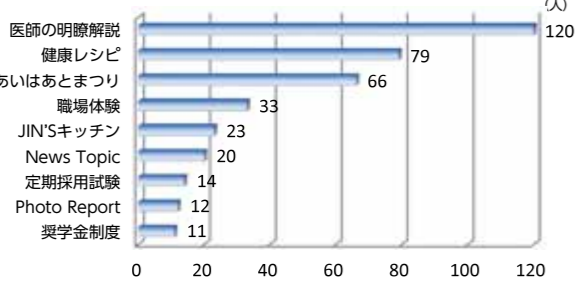
この度のアンケート結果や皆様からのご意見を活かし、今後さらに内容が充実させていきたいと考えておりますのでどうぞご期待ください。ご協力いただきました皆様、ほんとうにありがとうございました。

社会医療法人仁厚会  
広報委員会

回答者数：153名

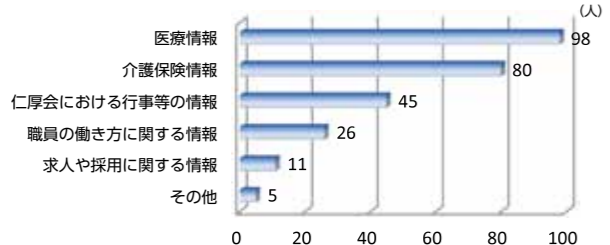
- Q.1 回答者について
- Q.2 発行頻度や興味について
- Q.3 紙面について
- Q.4 記事について

今回の記事の中で興味を惹かれた記事はどれですか？(複数回答可)



Q.5 今後について

次号以降に充実してほしい内容をお答えください。(複数回答可)



Q.6 ご意見(一部掲載)

- 職員さんの紹介や、医療関係のことなど、興味深く、毎回楽しみにしています。季節に合った健康レシピも役立っています。仁厚会広報誌は、全体の色のバランスがとても良いと思います。
- 各施設等で重点的に取り組んでおられる内容をもう少し詳しく。
- 私自身高齢者となり団塊の世代です。10年先の2025年問題のこといろいろ考え、感じています。今一番重要な社会福祉の仕事、この便りを広く周知してほしいと思います。



今回は大和保育園に  
お邪魔しました。

「普段どんな給食作りをされていますか？」

園では離乳食・完了食（大人と同じ食事）を提供します。当園では0歳から6歳の園児さんが利用されており、この短い期間に、園児さんの食事はミルク・離乳食・完了食と大きく変わります。そのため、園児さんの成長に合わせた給食の提供をしています。

「給食でのアレルギー対応はされていますか？」

食物アレルギーを持っている園児さんもおられ、アレルギー食品の除去や代替品を使用した代替食を提供しています。毎月、保護者の方、保育士と除去



たくさん食べておおきな〜れ

する食材を献立と照らし合わせて確認しています。また、提供時にも担任と確認するなど、何重にもチェックし、誤食がないよう連携し、緊張感を持って対応しています。幼児期の食物アレルギーでは、アレルギー反応がなくなり除去していた食品が食べられるようになることもあります。解除になったことを報告してくれたり、今までクラスの子と離れて食べていた給食を皆と同じように食べている姿を見ることは大きな励みになります。

「これから、給食作りで大切にしていきたいことはありますか？」

給食の時間が楽しく喜びのあるものとなるよう、安心・安全な給食を提供していきたいです。



私たちが作っています

キラッとフォーカス

このコーナーでは、キラッと輝く職員をみなさんに紹介します。記念すべき一人目のキラッとさんは…



訪問看護リハビリステーションから  
ステーションからよし  
係長  
松本 由美子

Q 訪問看護の仕事に就くまでの経緯を教えてください。

私が訪問看護と出会ったのは平成9年。まだ介護保険がスタートする前でした。開業医に勤務していた時に訪問看護ステーションが開設されるという話があり、もともと在宅医療に興味があった私はその世界に飛び込んだのです。当時は看護師としての経験も未熟で大失敗も多い中、訪問先々の利用者様やご家族、主治医の先生方に教わる機会が多くありました。

緩和ケア病棟や、他県での経験を積み、平成25年より訪問看護リハビリステーションからよしの管理者として、運営管理、訪問看護を行っています。

Q 訪問看護リハビリステーションからよしの魅力を教えてください。

中部地域では大規模なステーションの一つで24時間365日対応できる体制をとっています。

Q 今後の目標や希望を教えてください。

看護、リハビリが「か所に集まり、神経難病（パーキンソン病、筋萎縮性側索硬化症など）、癌末期の利用者様に多く関わらせて頂いています。また、鳥取県中部地域では唯一、重度心身障がい児の支援も行っています。「〜したい！」「〜に行きたい!!」を叶えるために様々な活動を行っています。スタッフは個性派ぞろいですが（笑）皆、在宅医療が大好きな仲間です。明るく元気、そして何よりも笑顔が素敵♡それが最大級の魅力です。



【お知らせ】新コーナー「キラッとフォーカス」掲載開始に伴い、「私の職場」は掲載を終了させていただきます。ご愛読ありがとうございました。

健康  
レシピ

栄養士が心と体に  
おいしいレシピを紹介します!

やわらかスイーツで  
栄養補給

~いつもの柿にひと手間加えて楽しいおやつ時間~

# とろとろ柿プリン



材料(3個分)

柿(熟したもの) …………… 2個  
牛乳 …… 柿の重量の半分量

【作り方】

- ①柿の皮をむき、種をとる。
- ②ブレンダーでピューレ状にし、重さを測る。
- ③②の柿の分量の半分の牛乳を加え混ぜる。
- ④冷蔵庫で冷やし固める。

ピューレ状にした柿と牛乳を2:1の分量で混ぜ、冷蔵庫で冷やすと、ゼラチンがなくても固まりますので、ご家庭でお手軽に作っていただけます。ムースのようになめらかで噛む力が弱くなった方でも召し上がっていただけます。



今回のレシピ担当

ガーデンハウスはまむら  
栄養士/岩田直子

食事量が少なくなりやすい高齢者の方は栄養不足になりがちです。一度にたくさんの量を食べきれない方はおやつで栄養を補うことをおすすめします。牛乳のカルシウムと柿のビタミンは、骨を強くする作用もあります。おいしく楽しく元気に寒い季節を乗り切りましょう!

### ●柿は栄養が豊富

ペクチン…コレステロールの吸収を抑えます。  
タンニン…血液中の毒素や悪玉菌を減らし、血流をよくして代謝アップ!  
ビタミンC…レモンの3倍!!  
タンニンとビタミンC…アルコール分解作用で2日酔いに効きます!  
その他、美肌効果、疲労回復、風邪予防に効果があります。



文化祭!!「ソーラン節」  
地域小学生による踊り

大和保育園



昨年マーチングバンドを結成。  
今年はもっとうまくなるぞ!

ル・サンテリオン鹿野



久々のドライブに  
喜んでおられました。

ル・サンテリオン北条



Photo  
Report



社会医療法人 仁厚会

〒682-0023 鳥取県倉吉市山根43 TEL.0858-26-1012

病院機能評価認定

医療福祉センター倉吉病院  
TEL.0858-26-1011  
藤井政雄記念病院 TEL.0858-26-2111  
米子東病院 TEL.0859-56-5232

ISO9001取得(JMAQA)

ル・サンテリオン北条 TEL.0858-36-5220 ガーデンハウスよどえ TEL.0859-56-5210  
ル・サンテリオン鹿野 TEL.0857-84-3700 在宅医療福祉センター TEL.0858-26-2346  
ガーデンハウスはまむら TEL.0857-82-6500 よどえババール園 TEL.0859-56-5268  
ル・サンテリオンよどえ TEL.0859-56-4073 法人事業部セントラルキッチンアーク  
TEL.0858-26-1517

ISO9001取得(JSA)

藤井政雄記念病院 TEL.0858-26-2111

藤井政雄記念病院附属歯科クリニック TEL.0858-26-4276  
大和保育園 TEL.0859-56-2203