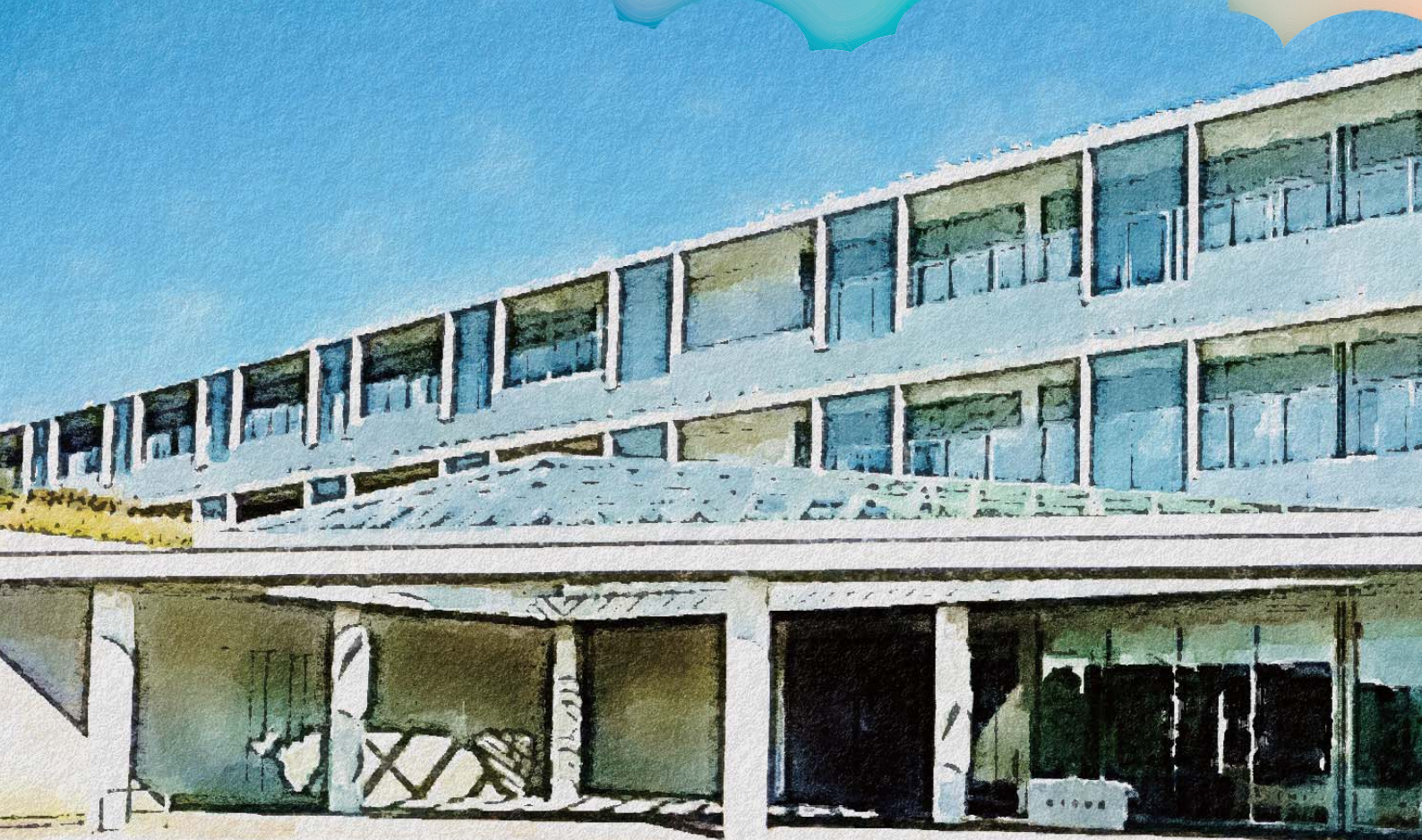


TRIANGLE

米子東病院、ル・サンテリオンよどえ、ガーデンハウスよどえ 合同広報誌



米子東病院（水彩画調）

特集：新たに導入した治療法のご紹介

米子東病院

清掃業者 外国人就労者インタビュー
ハロウィン交流会
水防訓練

米子東病院

ル・サンテリオンよどえ

ガーデンハウスよどえ

Vol. 9

特集

米子東病院

新たに導入した治療法をご紹介します

米子東病院では患者さんの幅広いニーズに応えるため、以下の治療技術を新たに導入しました。

1

椎間板内酵素注入療法

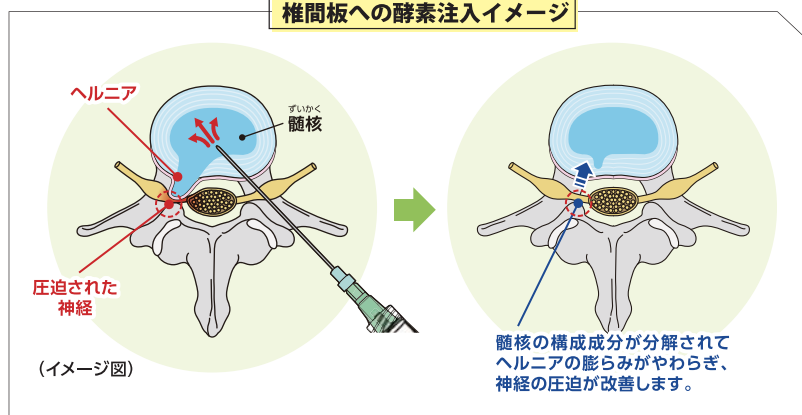
対象：腰椎椎間板ヘルニアでお悩みの方

期間：1泊2日入院

費用：63,890円

※保険診療、3割負担の場合

椎間板への酵素注入イメージ



Q どんな治療法？

A 椎間板内に薬剤を注入し、ヘルニアによる神経圧迫を軽減します

Q 今までと何が違うの？

A 手術より身体的負担は少なく、保存療法より治療効果が見込めます

2

膝関節に対する多血小板血漿 (PRP) 治療

対象：膝関節の疾患や痛みにお悩みの方
(変形性膝関節症 等)

期間：4～8週間程度

費用：150,000円 ※自由診療

その他 初診料、検査費等別途

治療の流れ

1

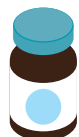
採血約50mL

2

感染症検査
・加工・無菌試験

3

生成された薬剤で治療



Q 何をするの？

A 血小板由来の成長因子を抽出し患部に注入します

Q どんな効果があるの？

A 抗炎症作用や鎮痛作用の継続的效果が期待できます

Q メリットは？

A 入院の必要がないため、身体への負担が少なく済みます

お問い合わせ先：米子東病院外来 0859-56-4071

報告 サンキューフェスタ2024 開催

11月2日、米子東病院、ル・サンテリオンよどえを会場として、「サンキューフェスタ2024」を開催しました。大規模なイベントは実に5年ぶりの開催となります。

当日は午前中悪天候に見舞われましたが、ご利用者やご来場された方に少しでも楽しんでいただけるよう、一部会場の変更などを行い、出来る限りの企画を展開しました。

ステージイベントの出演者、キッチンカーや屋内企画に出店してくださった方、ご利用者やご家族など、多くの方にご協力していただき、無事、盛況のうちに幕を閉じる事ができました。皆様、ご参加、ご協力ありがとうございました。



報告 サンサンウォーキング 開催

通所リハビリでは、11月にサンサンウォーキングを行いました。ご家族をお招きし、コーヒー、ケーキにておもてなしいたしました。

また、ハート型の撮影スポットを設営し、ご利用者同士や、ご家族との記念写真を撮影し楽しんでいただきました。「かわいい」という感想をいただくなど、皆様喜んでおられました。





この度、米子東病院の清掃業務を行っていただいている旭ビル管理株式会社に、インドネシアから2名のスタッフの方が就業されました。

アセプ・シャエプツラーさん

(25歳 インドネシア ボゴール出身)

サエプさん

(23歳 インドネシア スカブミ出身)

お二人に、仕事のことや日本での生活についてお話を伺いました。

まず、インドネシアの事について教えてください

(アセプさん) インドネシアのボゴールでは、雨が降ることが多くて、日本よりも少し暑いですね。

(サエプさん) スカブミも雨がよく降ります。日本と似ているところもあるかもしれませんが。ただ、雨の降り方がもっと激しいんです。

日本での生活についてはいかがですか？

(サエプさん) 雪を見るのが楽しみなので、早く降らないかなとワクワクしています。

(アセプさん) 日本の食べ物はどれも美味しいですね。特にカレー、おにぎり、刺身がお気に入りです。箸の使い方にはまだ苦労しています。

清掃という仕事を選んだきっかけを教えてください。

(サエプさん) クリーニングの仕事の経験を積みかけたので、この仕事を選びました。

(アセプさん) 子供の頃から家事を手伝っていたので、自然とこの仕事に興味を持ちました。

日本で働き始めてから困ったことはありましたか？

(アセプさん) 最初は、Salat（イスラム教のお祈り）をする場所を探すのが大変でしたが、職場の方々が親切に場所を用意してくれました。病院の仕事は、全てがスピーディーで驚きました。医療サービスなど、迅速かつ丁寧にされている印象です。また、スタッフの皆さんはフレンドリーで優しく接してくれるので、とても嬉しいです。

(サエプさん) 病院の清掃は初めてなので、最初は戸惑うこともありました。インドネシアと比べて仕事のスピードが速いですが、少しずつ慣れてきました。みんなが私のことを家族のように気にかけてくれるので、とても感謝しています。

今の仕事を始めて一番嬉しかった事は何ですか？

(サエプさん) 日本はインドネシアと比べて全てが速く、その違いを感じることができて良かったです。

(アセプさん) 病院で働くことで、以前より集中力が高くなりました。綺麗に掃除することが大好きです。今は少しずつですが仕事に慣れてきたように思います。

人間関係はうまく築けていますか？

(アセプさん) 社長をはじめ、職場の方々にはいつもお世話になっています。まるで家族のようです。

休みの日は何をされて過ごしていますか？

(サエプさん) 海を見に行ったり、散歩をしたりして過ごしています。

(アセプさん) アパートから海が近いので、よくジョギングをしています。日本語の勉強も頑張っています。また、ショッピングもしています。スーパーや、服を探してセカンドストリートなどに自転車で行っています。

これからどんな事にチャレンジしたいですか？

(サエプさん) 家族とメッカへ行きたいです。また、インドネシアの文化を日本に広めたいです。

(アセプさん) 日本語をもっと勉強して、N1試験（日本語能力試験の最高レベル）に合格したいです。将来はインドネシアに帰って、日本語を教えたいと思っています。

—今日はありがとうございました。

インタビュー後、スマートフォンで、インドネシアの様々な文化の写真をを見せていただきました。当院と清掃の仕事を通じて、少しでも文化交流ができればと思います。

研修参加報告

米子東病院



2024年度回復期セラピストマネジャーコースへ参加させていただきました、認定を受けました。

回復期セラピストマネジャーは、患者さん及びそのご家族に対する質の高いリハビリテーションサービスの提供は当然のこと、人的・環境的リスクに関するリスク管理及び多職種との協働、さらに病棟運営に寄与し組織管理を実践できる回復期リハビリテーション病棟におけるセラピストマネジャーとしてのPT・OT・STを育成することを目的に、2011年から制度開始になったものです。

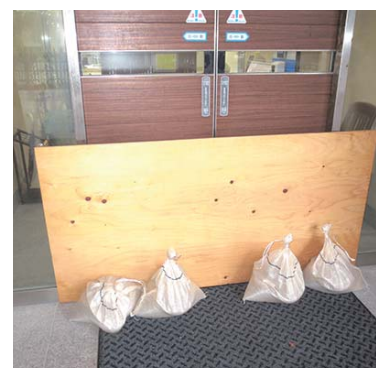
回復期セラピスト10カ条やマネジメント5カ条の実践を中心に、現地受講とZoom受講をあわせて17日間、約6か月の研修を受けました。グループワークも多くあり、日本全国の回復期リハビリテーション病棟のセラピストと情報交換することができました。全国的に有名なリハビリテーション病院では、入院初期にチームで掲げるゴール設定が具体的かつ精度が高く、ゴール達成に向けてチームで何をすべきかを明確にし、取り組んでいました。その結果として、短期間でADL向上し入院期間が短縮できる傾向にあることを学びました。

リハビリテーション科 吉野 清実

水防訓練

ガーデンハウスよどえ

ガーデンハウスよどえで水防訓練を行いました。海や川が間近にある当施設では火災訓練同様大事な訓練となります。今回の訓練は、超大型台風が接近し線状降水帯が発生した想定で行いました。水害時での初動動作訓練、持ち出し物品の移動や備蓄品の確認、福祉避難所の開設などを職員間で連携を取り合いながら実施しました。再確認や新たな発見もあり、また日頃の防災意識を高める上でも大変有意義な時間となりました。



調理レクリエーション

ル・サンテリオンよどえ

長く暑い夏が終わり、いよいよ食欲の秋がやってきました！
秋の調理レクリエーションは旬の食材を使った「さつまいもご飯」と「豚汁」を作りました。

お米研ぎから、包丁さばき、火の入れ加減、盛り付けも流石に手慣れたご様子です。

満足の出来に「美味しい〜♪」と皆様笑顔で召し上がられました。



ハロウィン交流

ル・サンテリオンよどえ予防通所リハビリのご利用者と大和保育園の園児さんでハロウィン交流会を行いました。プレゼントをご利用者の方々と一緒に手作りし、当日は仮装をして参加しました。園児さんもクラスごとに仮装をして歌や踊りを披露してくれました。可愛らしい姿に「元気をもらえた」とご利用者は大喜びの様子でした。プレゼントを手渡すと園児さんもととても喜んでくれました。園児さんからはお礼にとかわいい作品もいただき、楽しい交流会となりました。



フレイルチェック実施中!

ル・サンテリオンよどえでもフレイルチェックを行っています。

65才以上の方は米子市から通知が届いておられると思います。

通知をご持参いただければ、職員がついて一緒に行います。所要時間は15分程度です。

是非ご利用下さい。

《お申込み・お問い合わせ》

ル・サンテリオンよどえ

米子市淀江町佐陀 2169

TEL: 56-4073

担当: 山中、景山、湯澤、安田



ル・サンテリオンよどえ

●栄養士レシピ●

1月は、小寒と大寒の二つの節気があり、日ごとに寒さが増していきます。寒さにより、手足が冷え、胃腸不調を引き起こしたり、免疫力が低下し風邪をひきやすくなったりと、冷えはさまざまな体の不調を招きます。

冷えを防ぐため、「温かい食べ物」や「体を温める食材」をとり、体を内側から温めましょう! 体を温める食材には、寒い環境で育つ食材・地中で育つ食材といった特徴があります。

今回は、その食材の1つである旬の大根を使った主食を紹介します。

『大根の鶏だし炊き込みご飯』



●材料(4人分)●

- 米……………2合
- 鶏ひき肉……………100g
- 大根……………4～5cm

調味料

- 生姜(すりおろし) ……大さじ4
- みりん……………大さじ2
- 薄口しょうゆ……………大さじ2
- 酒…大さじ1
- 塩…小さじ1/4
- ねぎ…少々

●作り方●

- ① 大根は皮をむき、1cmくらいの角切りにする。
- ② 鶏ひき肉をボウルに入れ〈調味料〉を加え、混ぜ合わせる。
- ③ 炊飯器に研いだ米を入れ、大根を上から散らし、その上から②をのせる。
- ④ 2合分の目盛りまで分量外の水を注ぎ、炊飯する。
- ⑤ 炊きあがったら、ねぎをかける。



◆ 診療担当医表 ◆

科名・診療時間／曜日		月	火	水	木	金
整形外科 リウマチ科	9:00 ～12:00	予約のみ 山根貞之 (10:30まで) 鳥大医師 (10:00～)	森尾泰夫	山根貞之	森尾泰夫	山根貞之
	15:00 ～17:00		森尾泰夫	山根貞之 ※予約のみ	森尾泰夫	山根貞之 ※予約のみ
リハビリ テーション科	9:00 ～12:00	各担当医	各担当医	各担当医	各担当医	各担当医
	15:00 ～17:00	各担当医	各担当医	各担当医	各担当医	各担当医
内科 神経内科 循環器内科	9:00 ～12:00	遠藤 哲	鳥大医師 (第1・3・5週)	石田 玄	田中弘道	田中弘道
		堀井俊伸 (感染症)	遠藤 哲 (第2・4週)			
	15:00 ～17:00	遠藤 哲	中下英之助	石田 玄	石田 玄	田中弘道
		堀井俊伸 (感染症)				

* 再来の方は予約制とさせていただきます。

* 受付時間は、どの診療科とも午前中は**11時30分**まで、午後は**16時30分**までとさせていただきます。

* 診療時間は上記時間内とさせていただきますので、ご来院の際はお早めにお越しください。

* 各種お問合せは、TEL. **56-4071** (外来直通) 又は **56-5232** (代表) までお願いします。



令和6年9月27日(金)さわやかな秋晴れのもと、日頃より連携協力をいただいている関係者の方々と『医療と介護の相談会』を開催しました。

予想を上回る参加者にご来場いただき“みて”“さわって”“うごいて”“しゃべって”“ためして”多彩な催しを楽しんでいただきました。

- 健康相談 ●血圧 ●体重 ●体脂肪測定
- 介護相談 ●フレイル度チェック
- リハビリ職員によるミニ体操教室
- 福祉用具展示

《参加協力機関》 淀江包括支援センター様
特別養護老人ホームいずみの苑様
米子市福祉保健部健康対策課様
キンタカふくしサービスセンター様
ル・サンテリオンよどえ 米子東病院



ご協力ありがとうございました

社会医療法人 仁厚会

米子東病院

〒689-3425 鳥取県米子市淀江町佐陀 2169

TEL 0859-56-5232 FAX 0859-56-5233

MAIL y_higasi@med-wel.jp

HP <https://www.med-wel.jp/yonagohi/>



ル・サンテリオンよどえ

〒689-3425 鳥取県米子市淀江町佐陀 2169

TEL 0859-56-4073 FAX 0859-56-4075

MAIL y_sante@med-wel.jp

HP <https://www.med-wel.jp/yodoe/>



ガーデンハウスよどえ

〒689-3425 鳥取県米子市淀江町佐陀 1423

TEL 0859-56-5210 FAX 0859-56-5238

MAIL g-house-y@med-wel.jp

HP <https://www.med-wel.jp/gardenyodoe/>

