Kamma Memorial Hospital

はくあい

第32号
平成30年１月（年２回発行）

社会医療法人　博愛会
菅間記念病院
〒325-0046　那須塩原市大黒町2番5号
☎0287-62-0733(代)
URL:http://www.hakuai.or.jp
那須塩原クリニック･健康増進センター　☎0287-67-1570
在宅総合ケアセンター　☎0287-62-3311
ＮＡＳＰＡ（フィットネス）☎0287-67-1577
那須看護専門学校　☎0287-67-1188

「太陽柱（サンピラー）の現れた乗鞍の夜明け」撮影者　菅間　博

～病院理念～　1. 博愛と信頼　2. 地域と共に　3. 高度な医療

～患者憲章～

患者さまには、以下の権利と義務があります。

1. 思いやりのある医療を平等に受ける権利
2. 一人一人に最適な医療を受ける権利
3. 病状・治療の充分な説明を受ける権利
4. 他の医師や医療機関に相談する権利
5. 治療方針をみずから決定する権利
6. 個人情報や診療の秘密が守られる権利
7. 診療環境の秩序を守る義務

～基本方針～

1. 「いつでも」「どこでも」「だれでも」をモットーに、救急医療から在宅医療まで、包括的な医療サービスを提供します。
2. 近隣の医療保健施設と連携し、地域の医療レベルの向上、人々の健康の増進に貢献します。
3. 常に医療技術の研鑽に努めるとともに、人間性を高め、高度で人間味のあるチーム医療を展開します。
4. 施設と設備の整備に努め、安全で効率的な診療環境をつくります。
5. 健全で透明性の高い経営に努め、活力に満ちた病院機能を維持します。

平成30年 新春を迎えて

社会医療法人博愛会 理事長
山 崎 範 子
同 理事長代行
菅 間 博

謹んで新春のお慶びを申し上げます。

2017年、世界は米国のトランプ政権とともに新たな時代に入りました。中国の覇権拡大、北朝鮮の暴走等々、日本を取りまく状況も危うさを増しています。日本国内は少子高齢化が進行し、国家財政を維持しながら国民の生活を守ることが困難な状況にあります。安倍政権は国難の突破を掲げて衆議院を解散し大勝しました。その結果、消費税の使い道は少子対策に変更され社会保障、医療には向けられないことになりました。それを受けた今年の診療報酬改定率は、全体で－1.19％、本体が0.55％、薬価・材料が－1.74％となり、今年、様々な対策を検討することになります。

博愛会にとって去年は、将来に向けての転換の年でした。私が病院経営をするようになって3人目の事務長を4月に迎えました。藍原新事務長は私の中学、高校の同級生で、足銀の出身です。博愛会に溜まった垢をそぎ落とし、自ら襟を正すための組織整備を進めてくれました。将来の菅間記念病院を担う地元出身の若い医師2人が着任してくれました。福田先生は黒磯育ち自治医大出身の内科医で、大学と連携をとり病院発展に貢献してくれるものと思います。八木先生は白河出身の小児科医で、社会医療法人の要件である小児救急医療の整備に着手してくれるものと思います。

2018年博愛会は、地域に必要な救急医療、周産期医療、災害時医療の整備をさらに進めるとともに、主要な疾患に対応するチーム医療力のアップ、高度な医療を提供する体制整備に努めます。ハード面では、2025年に向けて旧東棟の改修を始める予定です。今年も博愛会は職員一丸となって頑張ります。

本年も、尚一層のご指導ご鞭撻を賜りたく、心からお願い申し上げます。

輝かしい新年をむかえて

社会医療法人博愛会　菅間記念病院　院長
東北大学医学部消化器外科臨床教授
自治医科大学消化器・一般外科非常勤講師
鈴　木　正　徳

平成 30 年という節目の年を迎えました。皆様方にとりましても良き１年になりますことをお祈り申し上げます。われわれ菅間記念病院職員一同は、地域の方々の健康増進のお役に立つように、粉骨砕身、昼夜を分かたず頑張りたいと決意を新たにしております。

さて人工知能 (AI) は車の自動運転を可能にし、自分がしたいことを話しかけるだけで周辺機器を操作する「スマートスピーカー」や中国のプロ囲碁棋士を破った「アルファ碁ゼロ」などを生み出しました。医学の面でも AI が特殊な白血病患者や精神疾患の診断に威力を発揮し、消化器内視鏡画像の自動診断を可能にしています。県下の自治医大では、総合診療支援システム「ホワイト・ジャック」の開発をおこなっています。ドクター X　シーズン５で登場した人工知能診断システム「ヒポクラテス」は架空の代物ですが、そのモデルとなるようなものといえるでしょう。最近、参加した第 30 回日本内視鏡外科学会・京都では、30 年後にはロボットが手術する時代が到来するという発表があり目を引きました。このようなテンポの速い最先端の医療におけるイノベーションに喰らいつきつつ、救急医療や高齢者医療に真摯に向かい合い、新病棟を有効に利用して近隣の病院と競争・協調・共栄に努めてまいりたいと思っております。本年もよろしくお願い申し上げます。

あけましておめでとうございます

社会医療法人博愛会　菅間記念病院
事務長　藍　原　　隆

新棟がオープンし早くも３年が経とうとしています。その間、県北地域で切望されていた産婦人科や小児科等の診療も軌道に乗り順調に推移しております。これも偏に地域の皆様のご支援の賜と深く感謝申し上げます。防災気運の高まりや救急医療への取組み強化が叫ばれる中、民間病院ではありますが、いや民間病院だからこそ、地域の基幹病院たるべく今後も診療体制の維持・充実強化を図ってまいります。

大ヒット映画「シン・ゴジラ」ではゴジラは４段階進化を遂げています。生き残りをかけた劇的な変化と言えるでしょう。病院経営も、診療・介護報酬のダブル改定という経営環境の激変に対応するには、自発的かつ積極果敢な大変化が必須です。「挑戦」と言ってもいいと思います。

博愛会全職員は挑戦者として自らを奮い立たせ一丸となって頑張ってまいりますので、今年もどうぞよろしくお願い致します。

シリーズチーム医療　第１回

ＮＳＴ委員会

▲ 2017 年度　NST 委員会メンバー

NST 委員会を構成する職種

【各職種の役割】

以下の内容について評価・提案を行います。
医　　師：チームの意見を総合的に評価・提案
歯科医師：口の中の環境や入れ歯の状況
薬 剤 師：点滴や食事に影響の出る薬
看 護 師：患者様の最新の状態や食事の摂取量
栄 養 士：食事の量や形
リハビリ：患者様の日常の生活動作や飲み込む力
臨床検査技師：検査値から患者様の状態

NST：栄養サポートチームとは？

「シリーズチーム医療」の栄えある第１回を担当することとなりました。今回は１回目ですので、初めにチーム医療について少しお話したいと思います。チーム医療とは、様々なスタッフが各々の専門性を活かし、情報を共有し連携し合い患者様の状況に的確な医療を提供することです。今回紹介する NST（Nutrition Support Team：栄養サポートチーム）は、1970 年代にアメリカで医師、薬剤師、栄養士、看護師などが集まり、患者様のために“栄養”について話し合ったのが始まりと言われています。日本にはアメリカから遅れること 30 年、2000 年代初めに全国の病院で NST が導入され始めました。2010 年に診療報酬で NST 加算が算定できるようになると、導入する施設が爆発的に増え、現在では NST がある病院は全国で 1000 施設以上と言われています。

当院の NST は 2008 年より活動を行っています。現在は週１回のペースで医師、歯科医師、薬剤師、看護師、栄養士、リハビリ、臨床検査技師などが集まり、病院内の患者様の栄養に関して話し合っています。病院は病気を治療する場ですので、栄養に関して話し合うことは治療を行うこととかけ離れているように聞こえるかもしれません。しかし、栄養は生きるために最も大切な要素です。栄養は治療の補助的な役割というよりは、治療を支える土台といえます。どんなに病気に対する治療や手術を行っても、栄養が悪ければ病気は治りにくくなり、手術からの回復も遅れます。さらに、感染症にかかりやすくなり、床ずれができたりすることもあります。実際、入院患者様の１～３割が栄養に問題があると言われており、そのことが病気の治療を遅らせ、結果的に入院期間を長引かせる原因にもなっています。

栄養と聞くと病院の食事と思われがちですが、口から食事が取れない患者様も多く、専用の管を鼻やお腹から胃や腸へ挿入して栄養剤を補給したり、点滴で栄養を補給したりしている患者様もいます。また、口から食べる場合でも、患者様の噛む力、飲み込む力に適した形で食事を提供したり、１回に少ししか食べられない患者様には食事の回数を増やしたり、少しの量で多くの栄養を得るために食事の工夫をしたりしています。

口から食べる大切さ

今日の朝食は何を食べましたか？　健康なときには不自由なく食べられるので気づきにくいことですが、口から食べることにはたくさんのメリットがあります。目、鼻、口で色彩や香り、食感を味わうことで脳の活性化につながり、消化管を通ることで免疫力も高まります。他にも季節を感じたり、懐かしい味を思い出したりするのではないでしょうか。

入院生活の中で食事は唯一の楽しみと言えますが、普段とは味付けや見た目、環境も違うことから食べられなくなる患者様もいます。「ごはんは食べられるけど、おかずは残してしまう」というケースがよくありますが、低栄養予防・改善のために食べて欲しいのは「おかず」です。肉・魚・大豆・卵など「おかず」の方がたんぱく質やビタミン･ミネラルが豊富に含まれ、筋肉・筋力維持、体の調子を整えるのに役立ちます。栄養を摂ることで病気やけがの回復にもつながります。食べることが億劫にならないように、噛む力や飲み込む力など「食べる力」を維持することが大切です。

もしも食べられなくなったときには、再び食べることを目指して「管から栄養補給しながら食べる訓練をする」という選択肢もあります。ほんの少しの食事摂取が喜びや楽しみとなり、生活の質を改善します。単なる栄養補給にとどまらず、いつまでも食べる喜びを感じてもらえるようにNSTで支援できればと思います。

リハビリと栄養

最近、スポーツ選手の選手寿命が伸びていると思いませんか？　昔は 30 歳代で現役を終える選手が多かったのですが、現在は野球ではイチロー選手、サッカーでは三浦知良選手などが 40 歳を過ぎても現役で活躍しています。これは練習方法や体のケア方法が変わったこともありますが、日々の食事など適切な栄養管理を行なうことで、けがの防止や疲労回復、トレーニング効果が向上し、最高のパフォーマンスを引き出すことができるためと考えられています。

では、病気を抱えた患者様はどうでしょうか？　病気を患ったことで生活に支障が出そうな場合には、リハビリをする患者様が多いです。リハビリとはリハビリテーションの略で、患者様の生活復帰に向けたトレーニングと言えます。スポーツ選手と一緒で栄養が不足したままトレーニングをすれば、トレーニングに使うエネルギーを生み出すことができず、かえって逆効果になることもあります。病気やケガの患者様が適切な栄養管理の下でリハビリを行なうことで、病気やケガの回復を早め、再発を防止することができます。

歯科医師との連携

当院では 2015 年より NST に歯科医師が参加しています。食事は必ず口の中に入り、噛み砕かれ、飲み込まれます。口の中には約 1000 億個もの菌が住んでいると言われており、通常は唾液や口の粘膜などにより、悪い菌が一定以上増えないようになっています。しかし、免疫力が落ちた患者様は口の中が清潔でないと、悪い菌が増え、その菌が肺に入れば肺炎になってしまいます。また、口の中を清潔にしておくことは、肺炎の予防になるばかりでなく、食事を美味しく食べることにも繋がります。

▲ ある日の入院患者様の食事

▲ 週に一度、チームで患者様の様子を確認しています

リハビリテーション科より

那須町・那須塩原市での介護予防

「年をとってもわが家で暮らし続けたい」
「人生の最期まで元気に過ごしたい」

リハビリテーション科では地域の皆さまのそのような声に応え、高齢者が住み慣れた地域で最期まで自分らしい暮らしを続けるための介護予防に協力しています。

那須町では、「元気な方はさらに元気に、体力にちょっと自信がなくなってきた方はもう一度元気に」を合言葉に、高齢者が気軽に取り組めるビデオ体操「アンチフレイル体操」を当リハビリテーション科が中心となって制作し、町役場や地域包括支援センター、民生員さん、介護予防サポーターさんと協力し合いながら、普及・啓発に取り組んでいます。那須塩原市においても、高齢者同士が支え合いながら運動に取り組む「いきいき百歳体操」の団体立ち上げサポートや、介護予防サポーター養成講座・事業所研修会の講師など多岐にわたり協力しています。

みなさんも運動習慣を身につけて、菅間記念病院で入院やリハビリをしなくてもよい健康づくりに励んでみませんか？　那須塩原市、那須町在住の 65 歳以上の方で介護予防運動をしてみたいという方は、中央棟１階　リハビリテーション科　高橋まで気軽にご相談ください。おまちしています。

▲ みんなで楽しく体操を実施しています

▲ アンチフレイル体操制作の様子

野球肘（ひじ）の外来リハビリが増えてきました

▲ リハビリスタッフに講義を行う理学療法士の小原先生

近頃、栃木県内では投球障害の早期発見を目的に小学生から高校生を対象とした野球肘検診が行われています。当院は県北地域における二次検診施設として、怪我をした野球選手のリハビリを行うようになりました。

そこでリハビリテーション科では、スポーツ障害の分野で活躍する宇都宮市の佐藤病院より理学療法士の小原裕次先生を招き、「小・中学生の野球肘に対する理学療法の展開」といった内容でリハビリスタッフ向けの勉強会を開催しました。野球肘とは誤った投球動作や投球過多が要因で起こる障害であり、肘の周囲に痛みを生じることが主な症状です。投球フォームの改良や肘関節にかかる負担を減らすことがリハビリでは重要であり、これにより症状を改善することができます。適切な治療を受けなければ、より痛みが強くなり日常生活に支障をきたすようになることもあります。

リハビリテーション科では、野球選手の野球肘をはじめとして様々なスポーツ障害にも対応できる体制を整えています。スポーツ障害のリハビリは整形外科医の診断と治療方針のもとで行うことができます。怪我や痛みに困っている皆さん、まずは当院整形外科を受診して頂き、治療についてご相談下さい。

▲ 投球動作の評価を実演して頂きました

海外研修報告

博愛会では福利厚生の一環として、勤続 5 年毎に海外研修に参加できる制度があります。
今回はオーストラリアのケアンズにて老健施設の見学や現地の文化を学び、観光・買い物などを楽しみました。

▲ ジャプカイ・アボリジニカルチャーパークにて。先住民族アボリジニのジャプカイ族の歴史と文化を学びました

ケアンズの思い出

オーストラリア・ケアンズ空港に到着したのは早朝4：30 頃。南十字星を楽しみにしていましたが、あいにくの曇り空と日が上り始めて明るかったこともあり、見ることはできませんでした。ホテルのロビーで少し休憩してから朝食を摂り、元気が出たところで老健施設 REGIS AGED CARE の見学へ向かいました。そこは、とても自然豊かな郊外に建てられており、入所されている方々も活気にあふれていました。寝たきりの方が少ないことに驚かされました。施設では毎日様々なイベントが企画され、見学当日は、数人の入所者の方が楽器を演奏し、楽しそうに皆で歌を歌っていました。お部屋も広く、どのお部屋もきれいに整理されていました。入所されている方の様々な情報を絵と色で表示しており、情報の共有方法が工夫されていました。自分もこのような環境で余生を過ごしたいと思いました。

施設見学を終え、昼食を摂った後､ハートレイズ・ワニ園に行きました。カンガルーやワラビーと戯れた後、船に乗ってワニの住処や、餌やりを見学しました。獰猛なワニの迫力に圧倒されました。

2 日目は､スカイレールに乗ってキュランダ村へ行きました。村では、中学で習った簡単な How much・Oh・Yes・No・This One などの英単語を並べ、苦戦しながらお土産を買いました。もっと英語を勉強しておけば良かったと後悔しました。コアラは思っていた以上にふわふわしていて、爪が鋭かったです｡何人にも抱かれたコアラは少し疲れているようで、ちょっぴり目つきもきつくなっていました。毎日の食事はやはりお肉料理がメインでした。カンガルーのお肉は少し硬めで、臭みがありました。改めて日本食はおいしいと思い知りました。

あっという間に楽しい時間が過ぎ、気づくと帰りの飛行機に乗っていました。次の旅行を楽しみに、また 5 年間頑張りたいと思います。このような楽しく貴重な体験の機会を与えて下さった皆様に感謝を申し上げます。ありがとうございました｡(看護部　後藤　廣枝)

▲ スカイレール　キュランダ駅にて

部署紹介 臨床検査科

私達の心得:早く・正確に・笑顔で!

▲ 臨床検査科：スタッフ一同

私たち臨床検査科は臨床検査技師という資格を持つ11 名で日々、精度向上に努力し迅速かつ正確に報告を行い、また緊急検査に対応するために 24 時間体制で 365 日業務を行っています。私たちは、直接患者様と接する機会は少ないですが、限られた時間の中でも医療の原点を再認識し、人としてのやさしさ・思いやり・心遣い等を忘れず接して行きたいと考えており、提出された検体を患者様と向き合う気持ちで検査を実施し報告する事を心がけています。

昨年より臨床検査科が受け持つ検査に、新たに細菌検査が加わり本格稼働し、院内で血液培養検査・結核菌検査などが行えるようになり、以前より短い時間で結果が出せるようになりました。また、耳鼻咽喉科の診療科が増えた事により聴力検査に携わるなど検査技師の専門性を十分に発揮して活躍の場を広げています。

これからも私たち臨床検査科は、少しでも地域医療に貢献できる様に日々努力をして行きたいと思います。

上　細 菌 検 査：感染や炎症の原因を調べています
下左 耳鼻咽喉科：聴力検査を実施中 !!
下右 自動分析器：血液中の成分から体の状態を知ることができます

看　護　部

菅間病院 助産師のお仕事概要

当産科・女性診療科は平成 27 年春にスタートし、昨年 9 月には 200 件目の出産を迎えました。私たちは女性とその家族に寄り添い、心身をより良い状態に整えながら、安心・安全なお産と生涯にわたる心身の健康をトータルにサポートすることを心掛けて助産ケアを実践しております。

妊婦健診時には、妊娠、出産、出産後の育児や生活についての相談や保健指導を行っています。たとえば、体重管理がうまくできない、便秘がひどいと悩む方には普段のお食事や生活、運動についてお話しします。母乳育児にそなえて乳房のお手入れの方法をお話したり、逆子が治らない、帝王切開の可能性がある、職場復帰と母乳に不安があるなど、それぞれの方の状況にあった情報提供をしながらアドバイスをさせていただきます。また、出産を自分らしく、納得のいくものにするために、バースプランをお聞きし、できるだけご希望に添えるよう一緒に考えていきます。妊娠中から出産後の生活を視野にいれて心と身体を整えていくことは、お腹の中の赤ちゃんのお母さんになるために大切なことなので、母親学級や両親学級なども開催し、お父さんの役割についてもお話をしています。

出産では母体・胎児の安全のため、帝王切開や陣痛促進剤等の薬剤や吸引・鉗子分娩等の医療行為を選択する場合があります。刻々と変化をする女性の身体と心の変化にいつでも対応できるよう助産師は常に女性のそばにいて出産の介助をします。出産直後は赤ちゃんとの早期のスキンシップ及び授乳の援助をし、母子同室を行いながら、個々に応じた授乳・育児指導を行い、退院までの間に退院後の生活の指導、産後の体の変化と家族計画指導を行います。

退院後は、2 週間健診や 1 か月健診で継続的に相談や指導、母乳外来をとおして母乳育児の経過、赤ちゃんの健康状態を看たり、乳房トラブル・卒乳などの相談や指導を行っています。

▲ ご家族の安心・安全のため助産師も頑張っています！

これまでは安心安全な産科医療における助産ケアの骨組みを築いてまいりましたが、今後は質の向上をめざし、更には産後ケア事業の展開にとりくんでまいりたいと考えております。

那須看護専門学校

種痘医・桑田立斎（くわだりゅうさい）と北城諒斎（ほうじょうりょうさい）

那須看護専門学校長　上川　雄一郎

新年あけましておめでとうございます。今年は、明治維新から 150 年という節目の年に当たるので、メディアには維新関連情報が溢れることでしょう。しかし、没後 150 年を迎えた種痘医・桑田立斎の活躍がどれだけ取り上げられるかは心もとない限りです。

江戸深川に小児科医院を開業していた桑田立斎は、長崎出島からもたらされたジェンナーの「牛痘接種法」の効能を知り、小児死亡率の大半を占めていた天然痘撲滅のため、10 万人の子供に牛痘を接種するという悲願をたてて実施し始めた。その治療成績に注目した幕府から、天然痘の蔓延していた蝦夷地のアイヌ人に牛痘接種を命ぜられ、2 年近く蝦夷地から国後島までを巡回して 7 千人のアイヌ児童に種痘を施した。その後幕末の動乱の中で無心に子供たちへの接種を続け、7 万人余まで増やしていったのである。しかし、1868 年 7 月 21 日　診察室で種痘針を持ったまま突然倒れ、そのまま息を引き取った。享年 58 歳。そしてこの桑田立斎の悲願を受け継いだのが、大田原藩医・北城諒斎である。天然痘に対する迷信や加持祈祷に頼る風習が残る那須地域で、一人でも多くの子供たちに牛痘接種を行いたいと村々を巡回して母親たちを説得する毎日であったという。子供たちの歓心を買うために懐に入れていた金平糖を配って種痘を受けさせたそうで、那須の村々では「金平糖先生」とあだ名されていた。

彼らの努力により、明治時代まで年間数万人単位の死者数があった天然痘罹患者も大正から昭和の時代になって激減し、日本では 1955 年に最後の一人が亡くなってから、一人の死者も出ていない。WHO は、1980 年に天然痘撲滅宣言を出した。人類史上、病原微生物による感染症を撲滅できたのはこれが初めての例である。医療に携わる私たちは、これら先人たちの無私の活躍を忘れないようにしたいものです。

第5回　看護の誓い　戴帽式典（たいほう）

平成 29 年 10 月 3 日、那須看護専門学校　第 5 回看護の誓い　戴帽式典が、那須塩原市鹿野崎に位置する宇都宮共和大学那須キャンパス記念講堂で執り行われました。

戴帽式典とは、一説には、フローレンス・ナイチンゲールが若き日、社会奉仕活動に共鳴し、女子献身者となるため養成所に入館した際に受けた、着衣式及び祝福式が由来となっていると考えられています。

▲ 式典終了後の集合写真

本校でも、医療機関での臨地実習を前にした学生が、看護師を志す決意を新たにする式典として、毎年 10 月に行っています。

式典では、女子学生はナースキャップ、男子学生は校章のワッペンを授かり、続くキャンドルサービスでは、蝋燭の火が照らす灯りの中で、厳かにナイチンゲール誓詞を斉唱しました。この日立てた誓いを忘れず、実習や国家試験を経て、一人前の看護師に成長してくれることを願っています。

▲ 蝋燭の灯りを手に、整列する戴帽生

平成３０年度　入学生募集

入試区分	試験内容	願書受付期間	試 験 日
第二回 一般 入学試験	学科目試験 ・国語総合 ・数学ⅠA ・英語Ⅰ 面接試験	1月11日(木) ～ 2月2日(金)	平成30年 2月7日(水)
第二回 社会人 入学試験	適性試験 面接試験		

お問い合わせ（募集要項請求）

〒329-3135　栃木県那須塩原市前弥六 54-1
TEL：0287-67-1188
URL：http://www.hakuai.ac.jp/

在宅総合ケアセンター

かんまの通所リハビリテーション（デイケア）ってなにするの？

通所リハビリテーションは、個別リハビリやマシントレーニング、入浴等をしながら通いで 1 日過ごして頂く介護保険のサービスです。昼食前後や帰宅前には、「アンチフレイル体操」、「せいかつ体操」、「食力アップ体操」などの集団体操を行っています。その他にも次のような身体機能や生活機能の向上、楽しみの提供を目的とした様々な取り組みを行っています。

▲ 全員でアンチフレイル体操
（初めは疲れますが、すぐに慣れてきます）

みっちり百歳倶楽部

いつまでも歩き続けられる身体作りを目的として「みっちり百歳倶楽部」という体操倶楽部を立ち上げました。ここでは那須塩原市の公民館やサロンでも行われている「いきいき百歳体操」や、運動効果を引き出すためのミニ講話を行っています。参加者で輪になり楽しく取り組んでいます。

▲ ちょっと高度なみっちり百歳クラブの様子

詩吟と朗読

趣味の詩吟を活かし、呼吸・発声機能の向上を図る「詩吟の会」、発音の改善や脳の老化予防を目的とする「朗読こころの会」も行っています。小グループで実施することで、切磋琢磨し合い、お互いの意識を高めることができ、賑やかで楽しい会になっています。

▲ ハイレベルな知的活動にも挑戦
「朗読こころの会」「詩吟の会」

楽しみながらリハビリテーション

個別リハビリテーション以外に個性に合わせた楽しいレクリエーションも実施しています。8月からは「買い物ツアー」を行っており、日頃の歩行練習の成果を店内で発揮し、好きなものを選び支払いするなど身体も頭も使う最高のリハビリとなっています。また、カラオケ、調理、園芸、手芸、将棋・囲碁なども行っています。利用者様から学ぶ生活の知恵は数えきれません。

▲ 買い物ツアー
「カーちゃんに
プレゼントすんべー」

▲ 奥様方はかぼちゃで何を作るのでしょう！

利用者様の笑顔をたくさん作り出せるよう、一生懸命精進していきます。もし、少しでもデイケアに興味をもって頂けましたら、お気軽に立ち寄り声をかけてください。　（理学療法士　高澤　渡辺）

お問い合わせ先　TEL 0287−62−3311

那須塩原クリニック・健康増進センター

そして医療は、町はどこへ行くのか

非常勤医師　渡部（わたべ）　貫士（たかし）

子供の頃を過ごした黒磯の街並みも大きく変わり、かつて都会の繁華街を思わせるような賑わいを見せた黒磯駅前も今はその面影を追うこともできないくらい閑散としている。宗像、坂田、五味淵、菅間、当時はその名を知らない地元人は皆無であったであろう。病院の代名詞であった先人の諸先生は急速な栄枯盛衰を経たこの町と歩んだ末に他界し、数年が過ぎた。彼らのほとんどは白河の病院を経て、発展途上の黒磯の医療を支えるためにこの町に来た。菅間先生、五味淵先生には子供のころから家族を含め治療してもらう機会があり、40年近くにわたり関わることが出来た。

長く生きていると余計なものがいろいろ見えてくるようになる。目は悪くなっているのに、見えなくていいものが見えてくる。感じなくてもいいものを感じてしまう。おそらく、特別に意識して感じたり見たりしているのではなく、かつて経験したり感じた「いいこと」と現実に自分が見ていることとを比較するだけ長く生きてしまっているのであろう。町の発展は「いい」とは言えないが、医療の発展という点では衛生環境、器具、薬剤、検査機器、どれをとっても発展は一目瞭然であるはずが、なぜか私がかつて経験した「いい」とは違うような方向に行っていると感じざるを得ない。

建物も技術も機材も薬剤もすべてが昔とは比較にならないくらい改善された。しかし、過剰な医療や技術が時には高齢の患者や家族の希望するものとは大きくかけ離れ、望まれていない医療を強要している場面も見かける。必要な分だけを吟味し、良くなった部分を保ちつつ、かつて私が患者として感じた「先人のよかった部分を」日々の診療に残しながら害にならない必要最小限の医療を心がけよう。

▲ 渡部先生（右奥）とクリニックスタッフ

ウェルネスNASPA

あけましておめでとうございます。本年度も皆様がより良いウェルネスライフを過ごせますことを、スタッフ一同心よりお祈り申し上げます。

現在ウェルネスＮＡＳＰＡではパーソナルトレーニングやマラソン・護身術フィットネススクールなどの特別プログラムを行っております。パーソナルトレーニングでは効果的なマンツーマンでの指導・スタジオを貸し切った特別プログラムを行うことができます。

ご希望の方には体組成測定、栄養指導、写真撮影による記録を定期的にすることも可能となっております。週１～２回のペースで行う方がほとんどですが、2016年度には１年間そのペースで頑張り続け約20 kgの減量に成功された方がいらっしゃいました！

マラソンスクールはスタジオ内にて持久力・バランス力の強化トレーニングを行ったり、トレーナーと一緒にタイムやペースを計測しながら外を走る、初心者から中級者まで楽しめるスクールとなっております。

護身術フィットネススクールでは柔道や柔術などの動きを取り入れた初心者の方のためのレッスンを行っております。男性のみならず女性の方も何名か参加しており、実際に役立つ動きをフィットネスとして楽しく学んでいます。

どのレッスンも無理のない運動内容となっております。経験豊富なプロスタッフが対応いたしますので、気になる事などございましたらお気軽にご相談ください。

◀ 護身術フィットネススクールの様子
年齢・性別関係なく、誰でも楽しく基本的な護身術が学べるクラスです。女性の参加者の方々もいらっしゃいます。

▲ パーソナルトレーニングの様子。マンツーマン指導により、普段より効果的に、より早く結果が出せると人気です

mottoはくあい

祝！ 還暦＆日本百名山制覇！

前回の「はくあい」から表紙を飾る山々の写真は菅間理事長代行が日本百名山を巡る中で撮影したものです。平成29年に還暦を迎える記念に、およそ5年前から週末や休暇の大半を費やし、虎視眈々と制覇を目指してきました。雪渓で熊と対峙したり、聖岳山頂の雷鳥の親子に和んだり、斜里岳から流れる川辺で鮭の遡上を眺めたり、時に博愛会職員を巻き込みつつ、学会にも参加しながら各地をまわり、ついに昨年10月、南アルプスの悪沢岳（荒川岳）にて、見事百名山を踏破しました！当日には、竹内副院長や歯科の泉医師をはじめ博愛会スタッフ有志もお祝いに駆けつけました。

悪沢岳山頂　百名山達成!　祝賀会@二軒小屋ロッヂ♪

地域ケア勉強会・市民公開講座「那須地区の災害に備える」

本講座では避難支援者援護も含めた災害時の対応について、那須塩原市や消防署の担当者をはじめ、日頃よりこの地域の災害対策に奔走されている皆様にご講演をいただきます。一般論ではなく、那須地区での具体的な災害対策について学ぶ滅多にない機会です。

併せて会場では避難所体験、災害対策グッズ展示等も予定しています。是非会場に足をお運びください！

場　所：黒磯文化会館　小ホール
日　時：平成30年2月18日（日）
開演13時（会場展示11:30より）
参加費：無　料
主　催：菅間記念病院
那須塩原クリニック

※ 詳細は後日菅間記念病院HPに掲載いたします。

私の好きな風景　Vol.3

実家の作業場

薬剤科　真島　裕一

私の好きな風景は「実家の作業場」です。私の親父は建具家（住宅において部屋の仕切りや外部との仕切りに用いる、開け閉めすることの出来る可動性の障子・襖・窓・戸などを製作する）を営んでいました。当時はまだまだ日本風の住宅が建てられ、和室も多く建具の需要が多かった時代です。

親父はこの作業場で朝早くから夜遅くまで働いていました。自宅の隣に建っていたため、小さい頃から私も親父の背中を見て育ち、朝学校に行く前や帰ってきてから親父の手伝いをすることが日課で、一枚の木材からタンスや戸棚、襖戸などを作り上げる過程に関ることにワクワクしていました。そして、一日の仕事が終わり、自宅のコタツで親父の横に寝転びズボンに付いている檜や杉などのにおいを嗅ぐのが好きでした。また、作業場の前で、自転車の練習をしたり近所の子たちと缶けりや鬼ごっこをしたりして、よく遊んでいました。道路に隣接していますが、今とは違い車の通りが少なく、安心して遊べた時代です。

私が妻との婚約が決まった時、妻への贈り物として親父と二人で夜遅くまで桐たんすを作り始めました。しばらくして、そこにお袋と妻が手伝ってくれ四人で桐たんすを作り上げたことを思い出します。その桐たんすを妻は未だに大切に使ってくれています。

近所の子たちと遊び場にしていた作業場の前

4人で作り上げた桐たんす

現在は親父も亡くなり私の弟が家業を継ぎ、私は実家を出てしまいましたが、私の心にずっと残っている親父との思い出の場所です。