

# やけやまだより

2019年

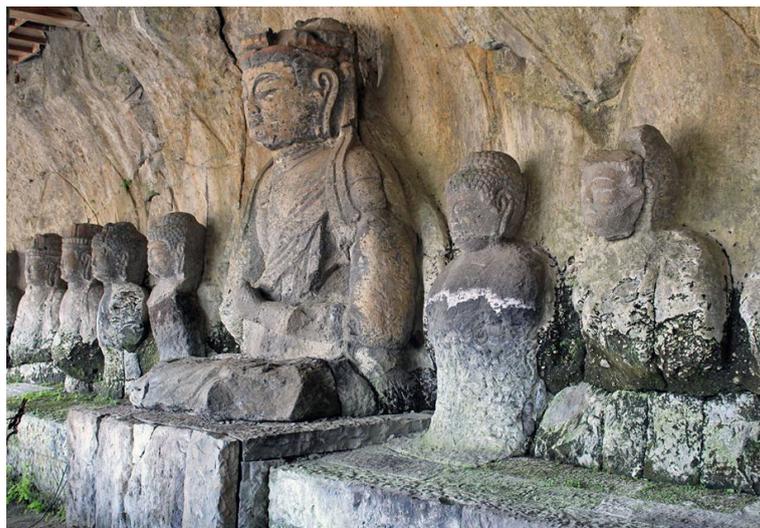
新春号

## やすらぎを与えてくれる臼杵石仏

うすき うすき まがいぶつ  
大分県臼杵市にある臼杵石仏（磨崖仏）

は、そそり立つ岩壁や、岩壁を龕(がん)状に彫った内側に刻まれるなど、自然の岩壁や露岩、あるいは転石に造立された仏像で、平安時代後期から鎌倉時代にかけて彫刻されたと言われています。

表情豊かな御仏の姿は、見る者の心にやすらぎを与えてくれ、静かな周囲の景色と一体になって、すがすがしい神聖な想いを引き起こしてくれます。



文・写真：細川 哲也先生

## 新年のご挨拶 本年も安全な医療・介護を目指した取り組みを



病院長  
森 和彦

明けましておめでとうございます。謹んで年頭のご祝詞を申し上げます。

昨年7月、西日本豪雨災害という大きな災害が起こりました。当院といたしましては直接の被害は受けておりませんが、周辺地域の方に多くの

犠牲者が出たことに心を痛め、改めて自然との共生の難しさ、自助・共助の大切さを感じております。

被災された皆様には、心からお見舞いを申し上げますとともに、被害に遭われた地域の皆様の日も早い復興をお祈りしております。

さて、当院は2020年3月にグループホームの開設を予定しており、グループホームの完成まで約1年を要しますが、患者様・ご家族様・地域の皆様のご理解をいただきながら、進めていきたいと存じます。

最後になりましたが、本年も患者様に安心を提供できるよう、安全な医療・介護を目指して取り組んでまいります。

本年もどうぞ宜しくお願い申し上げます。

2019年1月吉日



## 認知症の人とタスキつなぐ「RUN 伴」に参加

昨年の10月27日 土曜日、呉市で開催された「RUN とも 伴 2018」に当

院から3名参加させていただきました。

当日は晴れてはいたものの、肌寒い一日でしたが、大和ミュージアムから市役所まで走るには、ちょうどよい気候となりました。

「RUN伴」とは、認知症の人とタスキをつなぎ、認知症のイメージを変え、認知症になっても安心して暮らせる地域づくりを推進することを目的として、リレーで全国を縦断するプロジェクトです。

認知症支援の象徴とされるオレンジ色のT

シャツを着て、消防局の方と共に最終ランナーという大役を務めさせていただきました。スタートからつながれたタスキを掛け、たくさんの方が待つゴールへ笑顔で走り抜けることが出来ました。

呉市では初開催でしたが、参加者が一丸となり笑顔に包まれ、大盛況となりました。

また今年も参加し、認知症の方々の一助になればと思います。



## 精神科デイケア 1月4日に初詣 焼山の円福寺でご焼香

精神科デイケアでは1月4日、毎年恒例の初詣に出掛けました。今年は浄土真宗本願寺派の円福寺（焼山西）に行きました。

利用者さまとスタッフを合わせて30人余りが本堂に上がりました。車椅子の利用者さまも車いすのまま上がり、足の不自由な方には椅子席を用意していただき、楽に座ることができました。

まず、多幾山 斯梵（たきやま しぼん）前住職が、お正信偈（しょうしんげ）のおつとめをしてくださり、その間に利用者さまがご焼香をしました。続いてご法話をお聞きしました。

帰る際には「よくお参りに来られました」と前住職から紅白のお餅とカレンダーをいただきました。今年はよい一年になりそうです。円福寺のみなさん、本当にありがとうございました。



㊤円福寺本堂

㊦本堂の中

認知症サポートプレイス  
やまカフェ

毎月第3土曜日 14時～16時頃 参加費 200円

<これからのスケジュール>

- 2/16 精神保健福祉士による「当院の新しい取り組み」
- 3/16 看護師による「認知症の人の気持ちが落ち着くマッサージ講座～タクティールケアの実践を通して 全2回の前篇」
- 4/20 看護師による「認知症の人の気持ちが落ち着くマッサージ講座～タクティールケアの実践を通して 全2回の後篇」



## 行事紹介



㊥2枚 病院行事としてのクリスマス会を開催しました。合唱やカラオケ、くじ引き大会、託児所園児による踊り、職員の出し物と大盛況でした！！

### サンタさんが来ました！ 院内クリスマス会



㊥精神科デイケアは、利用者の方みんなでケーキを作り、プレゼント交換をしました。

㊥2枚 認知症病棟では「年末に笑いを！」をスローガンに、関連部署で様々なかくし芸を披露して、笑いの絶えない催しとなりました。



㊥2枚 認知症デイケアは各部署からの出し物をしたり、ビンゴやサンタの登場等で楽しんで頂きました。

## 医食同源 インフルエンザの予防・改善に効果的な食べ物

インフルエンザが流行しています。

インフルエンザは、日本では12月～3月頃に流行します。ウイルスの潜伏期間は2～3日で突然の高熱、頭痛、喉の痛みがあらわれます。喉の痛みや発熱は、リンパによる防衛機能が働いてウイルスを体の深部に入れまいと闘っている証拠です。

このため、予防や改善には粘膜を強くすることが大切です。粘膜の強化にはビタミンA、Cが効果的と言われており、レバーや、この時期はミカンから摂取すると手軽に補給できます。

また体がウイルスと闘っている状態なので、じっとしていても体力を消耗します。良質の

たんぱく質や糖質を取り、エネルギーを補給しましょう。



ウイルスで胃腸が弱っていることも多いので、温かく消化のよい、お粥やうどん、湯豆腐のようなものが良いでしょう。

そして発熱がある時は、しっかり水分補給をしましょう。十分な睡眠を取り、しっかり栄養補給をして暖を取り、免疫力を向上させて予防・改善をしましょう。

<栄養科・森 麻紀子>

### 当院のフレッシュさん 新入職者紹介



所属・・・精神科デイケア  
好きな食べ物・・・焼き鳥  
好きな音楽・・・デュア・リパ  
よく見るTV番組・・・水曜日のダウンタウン  
マイブーム・・・ゲーム

ほりた けいご  
堀田 圭吾 「よろしくお願いします」



所属・・・総務課  
好きな食べ物・・・蕎麦  
好きな音楽・・・J ポップ  
よく見るTV番組・・・大河ドラマ  
マイブーム・・・青汁

M・C 「よろしくお願いします」

## 患者さまギャラリー



精神科デイケア 壁一面の大作です



⑤⑥2病棟、4病棟の患者さまが製作しました。作業療法室に飾っています



認知症病棟（3病棟）かまくらと火鉢デイルームに飾っています



認知症病棟では電話コーナーに干支を展示



認知症デイケア 縁起のいい一富士二タカ 三ナスビの貼り絵です

## ＜ 外来診療スケジュール・担当医師 ＞

### 【精神科・診療内科】

	月	火	水	木	金	土
午前 1診	細川	森	三神	三神	森	杉
午前 2診			杉	細川		
午後						杉

### 【内科・リハビリテーション科】

	月	火	水	木	金	土
午前				板阪	板阪	板阪
午後				板阪	板阪	

## NEW DOCTOR

すぎ としひで  
**杉 利秀** 先生



出身地: 兵庫県  
出身校: 神戸大学医学部  
専門: 精神科

マイブーム: 運動不足解消のためのウォーキング

好きな食べ物: お肉・乳製品

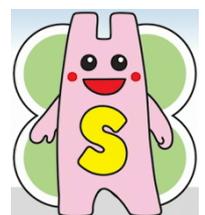
コメント: 「地域に密着した、安全な医療・介護を目指し、頑張ってまいりますので、よろしく願いいたします」

○ 診療時間 <月～金> 9:00～12:00 <土> 9:00～12:00 13:30～17:00 予約制



医療法人健応会  
**呉やけやま病院**

〒 737-0924 広島県呉市焼山南1丁目8番23号  
電話 (0823) 33-0511 (代) FAX (0823) 34-1366  
ホームページでも当院の情報を発信しています。  
呉やけやま病院で検索してください。



医療法人健応会マスコットキャラクター  
ヘルスサポートくん