



# 清流

〒786-0002  
高知県高岡郡四万十町見付902-1  
TEL 0880-22-1111  
FAX 0880-22-1166  
●発行人 川村 久子  
●編集人 岡村 治郎  
ホームページ  
www.kawamurakai.com

## 年頭所感

くぼかわ病院院長

近井 高志



明けましておめでと〜うございます。

昨年四月に私が院長に就任して早九ヶ月が過ぎましたが、齢を取るにつれ月日の流れの速さを痛感させられます。

昨年医療界は新型コロナウイルスに翻弄され続きました。当院でも療養病棟であった5病棟をコロナ病棟に改変して中等症までの患者の入院を受け入れましたが、杉本副院長始めコロナ対応スタッフの尽力によりクラスターを発生させることなく第五波の収束を迎えられたことに多大な謝意を表したいと思います。しかしまた世界的にオミクロン株感染が拡大し、日本でも第六波の襲来が懸念され(十二月上旬に原稿を書いています)、二息つく間もありません。知人の感染症内科医が「全世界で十年スパンの対応が必須」と言っており、私達医療従事者はその心構えを持つておかねばならないと思います。

コロナ禍のため病院大忘年会は「昨年」に続いて昨年にも開催出来ず、プライベートな旅行や会食も大幅に制限され、皆さんもストレス発散が難しい日々を送られたと思います。スポーツ界では血湧き肉躍る話題が多数ありました。流行語大賞にもなった「二刀流」の大谷翔平選手は投打に渡る大活躍により満票でAリーグのMVPに選ばれましたし、日本のプロ野球でもセパ両リーグで前年ともに最下位だったヤクルトとオリックスがリーグ制覇を果たし、日本シリ

ーズで毎試合接戦の歴史に残る名勝負を演じました。ヤクルト・高津監督の「絶対大丈夫」という言葉は流行語大賞には選ばれませんでした。選手の力を遺憾なく発揮させた魔法の言葉として語り継がれています。

新型コロナ世界的パンデミックの中、奇跡的に開催された東京オリンピックでは、白血病を克服した競泳池江璃花子選手の活躍も素晴らしかったです。卓球混合ダブルスの水谷隼・伊藤美誠ペアには絶大な感動と勇気と希望をもらいました。水谷・伊藤組は準々決勝で最終ゲーム2-1と、後2失点で敗退という絶体絶命のピンチに追い込まれながらも一本一本挽回していき、遂には大逆転勝利を収めました。「もうダメだ。」とあきらめかけていた伊藤選手を「大丈夫、大丈夫」と水谷選手が励まし続けた結果だったそうですが、この苦境を乗り越えたからこそ決勝戦で絶対王者の中国ペアを破ることが出来たのでしよう。

当院の経営状況もコロナ禍により厳しい苦況ではあります。様々な対策を打つことでこの難局を切り抜け、その先に明るい未来を招くことが出来るよう鋭意努力して参る所存です。くぼかわ病院は「絶対大丈夫」です。職員の皆さんのご協力をお願いします。

## 歩行者天国

●布団に包まれていると目覚まし時計の呼ぶ声が。寒い季節はぬくぬくとした布団から出難いですね。▼コロナウイルス感染症対応のステージが下がったものの、特に予定のないときはそのまま二度寝をしてみました。▼冬はつめて雪の降りたるはいふべきにもあらず霜のいと白きも…。有名な「春はあけぼの」で始まる「枕草子」の一節です。冬の早朝は風もなく空気がキリリと澄んでいて、背筋が伸びるような気がします。冬の空気はともかく寒いですが、時間帯によつてその趣は異なつていふと思えます。▼新春とは言えまだ寒い日が続きますが、梅や桜の便りが届き春を感じる季節となります。清少納言は「春は明け方、夏は夜、秋は夕暮れ、冬は早朝」がいい、と言っています。日々の忙しい中でも、四季の移ろいを肌で感じながら「一日一日を過ごしていきたい」と思います。

# 感染症対策について

新型コロナウイルスやインフルエンザなどの感染症対策の基本は、「手洗い」や「マスク着用」です。

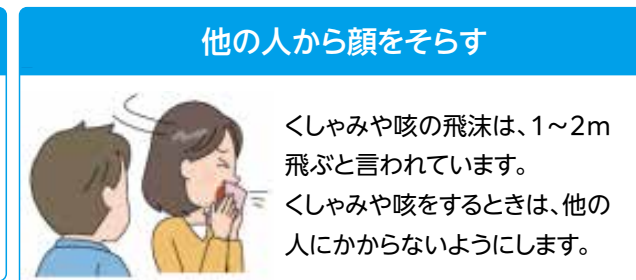
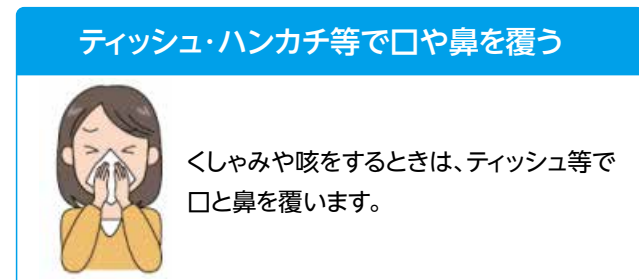
## ○ マスクの着用と咳エチケット

飛沫感染の予防には、マスクの着用が有効です。会話や外出をする際にはマスクを着用しましょう。



ウイルスに感染した人がマスクをせずに咳やくしゃみをする時、ウイルスを含んだ飛まつが1~2mも飛ぶといわれ、この飛まつを周囲の人が吸い込むことで感染が拡大します。病気の有無にかかわらず普段から咳やくしゃみが直接人にかからないように注意しましょう。

## ◎ マスクがない場合



## ○ 「3つの密」の回避

換気の悪い「密閉空間」、大勢が集まる「密集場所」、近い距離で会話をする「密接場面」の3つの条件がそろくと、集団感染が発生するリスクが高まりますので「3つの密」を避けることが重要です。

## ○ 入院患者様との面会について

新型コロナウイルス感染症の県内での発生が落ち着いていることから、入院患者様との面会を再開していますが、新型コロナワクチンの2回接種が済んでいる方が面会可能な条件となります。(面会時間は15分)

面会を希望されるご家族は、病棟の責任者へ連絡して予約してください。

面会時には、新型コロナワクチン接種記録書と身分を証明する保険証・免許証等を必ずご持参下さい。スタッフが確認させていただきます。

## ○ 発熱外来(予約制)について

下記の症状のある方は、予約制で「発熱外来」で診察を致します。

発熱・呼吸器症状(咳)・頭痛・咽頭痛・筋肉痛・味覚障害・嗅覚障害・倦怠感・下痢など

必ず事前に電話連絡のうえ、お越しください。

診察日: 平日14:00~16:00(休診: 土・日・祝日)

電話番号: 22-1111



当院では、患者様が安心して受診できるように発熱外来として、通常診察室とは別の場所での診療を行っております。

## ○ 主な感染経路

飛まつ感染	空気感染	接触感染
感染した人の咳やくしゃみの飛まつに含まれる病原体を吸い込むことで感染	飛まつの中の水分が蒸発して乾燥し、病原体が小さな粒子となって空気中を漂い、離れた場所にいる人がこれを吸い込むことで感染	病原体に汚染された食品を食べたり、病原体が付着した食器やドアノブ、手すりなどに触れた手を介して感染

## ○ 正しい手の洗い方

接触感染の予防には、手洗いが有効です。ドアノブなど様々なものに触れることにより、自分の手にもウイルスが付着する可能性があります。手に付着しただけでは感染することはありません。感染はウイルスの付いた手で、口や鼻などの粘膜に触れることで起こります。帰宅時や食事前など、こまめに手を洗いましょう。アルコールによる消毒も有効です。

☆手洗いの前に→ 爪は短く切り、時計や指輪は外しておきましょう





## 委員会活動 行事・レク・生活リハ委員会

アザレアでは12の委員会があり、各々の活動をしています。今回は「行事・レク・生活リハ委員会」の取組み等を紹介し、委員会は現在5名の多職種で編成されています。

年間行事の予定をたてていますが、コロナの影響により縮小・中止をせざるを得ない状況が続いています。

通所・入所利用者様同士の交流もままならず、ボランティアの方を呼ぶことも出来ない中、委員は様々な工夫を凝らし、利用者様に喜んでもらえるよう取り組んでいます。

また、生活リハの一部として、畑作業をしています。こちらもコロナの影響を受け、利用者様が頻繁に取組まれる機会が少なかったですが、畑作業に詳しい職員の手と知恵を借り、沢山の野菜が収穫できました。収穫した野菜は、お昼の食事の際に天ぷらにして提供したりしていますが、別の活用法（食べること以外）も検討中です。

一日も早く以前の様に年間を通して行事を楽しんでもらえる日が来ることを願っています。

### 行事2021年9月 敬老の日

長寿のシンボルである亀をくるみボタン・ちりめん・フェルトで一つ一つ手作り。

古希～百寿に該当する方にはコメント入りの色紙をお渡ししました。



### 駄菓子流しレク2021年8月

初めての試み。

流しそうめんの要領でゼリーやようかんを流し、取ってもらいました。（その時の様子は行事欄に）



### 生活リハ（畑作業）2021年10月

外にできることが出来たある一日。

夏はトウモロコシ・ピーマン・なす・すいか、秋にはかぼちゃやさつまいろが収穫できました。



### 行事 ～駄菓子流し～

7月16・19・20日に各ホールで流しそうめんならぬ、駄菓子流しを行いました。コロナ禍ということもあり、生ものでの流しは控えて駄菓子で行いました。

よく駄菓子屋に売っている、きなこ棒・うまい棒・ようかん・フルーツゼリー等、流しそうめんと同じように竹で流して菜箸やトングなど、つかみにくそうな道具を使って取りました。

利用者様は我先にと「手」がでるものの、うまくつかめず苦戦していました。皆、必死な顔や笑顔がこぼれていました。

コロナも流れていってほしいものです。



### 入所の娯楽

入所では週に1回、大きなスクリーンでコンサート（歌）や時代劇などのDVDを利用者様に観ていただいています。

三山ひろしや氷川きよしなど、時間を忘れゆっくりと過ごされています。



### 表彰

当施設は、2000年4月1日設立から22年目を迎えました。この度、公益社団法人全国老人保健施設協会より正会員施設として、協会年数が20年以上に達した事により当施設が表彰を受けました。

今後とも引き続き、利用者様・ご家族様に満足していただける施設を目指し、職員一同業務に邁進していきたいと思っております。



### 祝百歳

当施設では、毎年1～2名百歳を迎えられる利用者様がいらっしゃいます。

百歳を迎える高齢者の方には、内閣総理大臣からお祝い状と記念品が贈呈されます。代表して役場の職員さんがお祝いの言葉と共に届けてくださいました。

百歳を迎えられた方は大正10年生まれ。職員より倍以上の年齢を重ねてこられた利用者様には、これからも益々お元気で過ごしていただきたいです。





● 個人の尊厳が保たれる権利

あなたには、人格を持った個人として尊重される権利があります。

● 平等で良質な医療を受ける権利

あなたには、個人的な事情や、病気の違いなどにかかわらず、必要かつ最善の医療を平等に受ける権利があります。

● 知る権利

あなたには、治療・処置・検査・手術・薬の副作用など医療の内容、回復の見込み、必要な費用などについて、納得がいくまで説明を受ける権利があります。

● 自己決定権

あなたには、納得できるまで説明を受けた後、医師の提案する診療計画などに、自分で決定する権利があります。

● プライバシーを保護される権利

あなたの、医療上の個人情報、およびプライバシーは保護されています。

くぼかわ病院 信条

- 私共は、医療奉仕を喜びとし、常に患者本位の最良の医療最高のサービスを提供するよう心掛ける。
- 私共は相互の信頼と調和を礎に医療を通じ、地域、社会の発展に貢献するよう努力する。
- 私共は仕事を通じ、全従業員及びその家族の幸福が成就するべく努力する。

くぼかわ病院 基本方針

● 急性期医療および専門医療の充実

24時間体制で救急患者を受け入れ、先端の医療を提供します。

● リハビリテーションの充実

早期より総合的なリハビリテーションを実施し、在宅への復帰をサポートします。

● 在宅医療の充実

在宅関連機関との連携を強化し、総合的な在宅医療を提供します。

● 予防医学の充実

生活習慣病を中心とした予防医学の重要性を広く啓蒙し、また人間ドックを通じて日常の健康管理にも貢献します。

● 患者様サービスの向上

患者様の権利を尊重し、患者様中心のサービスを提供します。

● 医療の連携

地域の医療機関及び行政機関との連携を密に地域医療・保険・福祉に貢献します。

● 職員教育の充実

医療の進歩に即した技術の取得・向上を目指せる環境を提供し、医療の質の向上に努めます。

季節の料理

栄養科

ブロッコリーの味噌マヨ焼き



材料(1人分)

ツナ缶……………1缶  
ブロッコリー…1/4株(約60g)  
玉ねぎ……………1/2個  
マヨネーズ……………大さじ2  
味噌……………小さじ1  
オリーブオイル……………小さじ1  
粉チーズ適量……………適量  
黒こしょう適量……………適量

作り方

- ①ブロッコリーは一口大に、玉ねぎは薄切りにし、ラップをかけて電子レンジで500wで2分加熱する。
- ②ツナ、マヨネーズ、味噌、オリーブオイルを混ぜ合わせソースを作る。
- ③耐熱容器にブロッコリーと玉ねぎを入れ、上からソースと粉チーズ、黒こしょうをかけて、オーブントースターで約5分加熱する。
- ④いい色に焼けたら完成。

**ポイント!** 野菜は少し歯ごたえがあるほうが美味しく食べれます。トースターによって焼き加減が異なるので、様子をみながら焼いてみてください。他の具材(じゃがいもなど)も入れてボリュームアップし、メイン料理として出すのもおすすめです。

栄養について

年中手に入るブロッコリーですが、おいしい旬は11月から3月にかけての寒い時期なんです。ビタミンCはみかんの約4倍含まれており、皮膚や粘膜を保護するビタミンAも豊富に含まれているので、これからの季節風邪予防や美肌作りに適しています。葉酸も多く含まれ妊娠中の方は摂取すると良いと言われています。また、不足すると貧血や動悸の原因にもなるのでぜひ摂っておきたい栄養です。ビタミンCによって葉酸の吸収も高められるので、葉酸補給に効果的な食品と言えます。

防災訓練行実施

令和3年11月16日(火)に四万十清流消防署の方を迎え、くぼかわ病院内で夜間(深夜)を想定した、「通報・初期消火・避難誘導訓練・散水栓による消火訓練」が実施されました。「深夜に1F放射線科からの出火」という想定で全館に非常ベルが鳴り、緊張した雰囲気の中始まりました。



出火現場の確認、全館への放送、外来看護師と警備員の初期消火、また各病棟看護師による入院患者様の避難誘導など、マニュアルの確認と実際の行動を確認することが出来ました。

この後、参加者による消火器による消火訓練も行われました。日常ではほとんど使用しない散水栓を手に持ち、緊張感を持って取り組むことが出来ました。

火災が起こった現場で、突然のことでパニックになってしまうことのないよう、また、冷静な状況判断ができるように今回のような訓練を受けておく事は大切であると感じました。

皆さん、休日はどのように過ごされていますか？  
私事ではありますが、休日に自宅で過ごす際は、絵を描いていることが多いです。そんな私の日常を聞いて頂けますか？  
絵を描く時、長い場合は八時間から十時間ほど、食事を取ることも忘れ、机に向かっています。中断してしまつて、何を描きたいか忘れてしまつたため、下書きから仕上げまで一気に片付けてしまいます。作業中は、耳触りの優しい昭和歌謡曲やジャズソングのメロディーを流し続けています。  
題材は特になく、思いのままに、描きたい人や物を衝動的に描いています。何も思いつかない時は、ドライブや近所を散歩して、インスピレーションを得ています。  
絵以外にも、写真や陶芸品、演劇等にも興味があり、美術館や展示会へ出掛けることも多いです。様々な作品を見見する度に、到底自分では思いつかないような発想や刺激を頂いています。  
私が絵を描き始めたきっかけは祖父の影響です。両親は共働きのため、幼少の頃より、自宅で祖父と一緒に留守番をしていました。祖父は趣味で、鉛筆や筆を使用し、ウサギや鳥などの動物、植物などをよく描いていました。傍らで「お見せした私は、いつからか「私も描けるようになるかな」と祖父に宣言し、真似ばかりして、寡黙な祖父は穏やかに笑っていました。そんな祖父



は、私が高校生の頃、先に空の向こう側へ旅立ってしまったが、私はしっかりと祖父の遺伝子を受け継ぎ、現在も絵を描き続けています。  
私は最近、作品を製作するにあたり、「味のある面白い人間」になりたいて思つたようになりました。それは作品作りだけでなく、社会人としても大切な事だと思っています。  
それには、人の話を良く聞き、見聞を広めること、様々な話題に興味を持つことも大事かと思えます。社会人として、人として、まだまだ課題点や、成長できる部分が多くあります。これからも人生の勉強に励みつつ、息抜きとともに日々業務に精進していきます。

リハビリテーション部 山内 日菜



		月	火	水	木	金	土
外科	午前	濱田	濱田	濱田	濱田	濱田	
	午後						
内科(1診)	午前	高知大学医学部	大阪医科大	森澤		大阪医科大	
	午後	高知大学医学部		大阪医科大	大阪医科大		
内科(2診)	午前	大阪医科大	近澤	山田	森澤	大阪医科大	
	午後	大阪医科大		山田	森澤		
内科(3診)	午前	近澤				近澤	
	午後				近澤		
総合診療	午前			杉本	杉本		
	午後		杉本(予約のみ)				
肝臓専門外来	午前					大西	
	午後						
循環器科	午前		高知大学医学部		第1・2 高知大学医学部		高知大学医学部
	午後					高知大学医学部	
整形外科(1診)	午前	小松	小松	橋田	川添(不定期)	小松	橋田
	午後						
整形外科(2診)	午前	谷	川添	川添	谷	川添	
	午後						
整形外科(3診)	午前	木田			木田		木田(不定期)
	午後						
脳神経外科	午前	斉藤	斉藤			斉藤	
	午後				斉藤		
乳腺専門外来	午前						
	午後					杉本(月2回)	
泌尿器科	午前	山崎		山崎	山崎	山崎	山崎(第1・3)
	午後	山崎	深田				
麻酔科 (ペインクリニック)	午前	近井		近井	近井	近井	
	午後						
眼科	午前		松下(高知大学)	高知大学医学部	高知大学医学部		
	午後		松下(高知大学)	高知大学医学部	高知大学医学部		
皮膚科	午前	志賀	志賀	志賀	志賀(不定期)	志賀	志賀(月2回)
	午後	志賀		志賀		志賀	
耳鼻科	午前			前田(高知大学)		松本(高知大学)	
	午後			前田(高知大学)		松本(高知大学)	
産婦人科	午前	高知大学医学部					第1・3 高知大学医学部
	午後						
リハビリ科	午前	担当医	担当医	担当医	担当医	担当医	
	午後						

### \* 循環器内科・神経内科

- 予約の方のみの診療となります。
- 神経内科は毎月1回土曜日に診察を行っています。

### \* 肝臓専門外来

- 午前9:30～診療となります。

### \* 整形外科

- 人数制限があります。
- 木曜日の川添 Dr・土曜日の木田 Dr の診察は不定期なので確認をお願いします。

### \* 耳鼻科診察時間

- 午前9:00～午後4:00
- 受付午後3:00まで ● 人数制限があります。

### \* 皮膚科診察時間

- 木曜日・土曜日の診察日は不定期なので確認をお願いします。

### \* 眼科診察時間

- 午前9:00～午後4:00
- 人数制限があります。 ● 受付時間午後3:00まで
- 初めてのコンタクトレンズ処方、診察日の午後より行っています。

### \* 産婦人科

- 土曜日は午前11:00までの受付です。

### \* 乳腺外来

- 診療日は月2回ですが、不定期なので確認をお願いします。
- 予約の方のみの診療です。

### \* リハビリ科

- 月～金 午前9:00～10:00

※【受付時間】 午前7:30～11:30 / 午後2:00～4:00

※ 受付時間は各科によって異なりますので、ご注意ください。

※ ご不明な点は医事課までお問い合わせ下さい。