

# みやうち

医療法人みやうち 理念

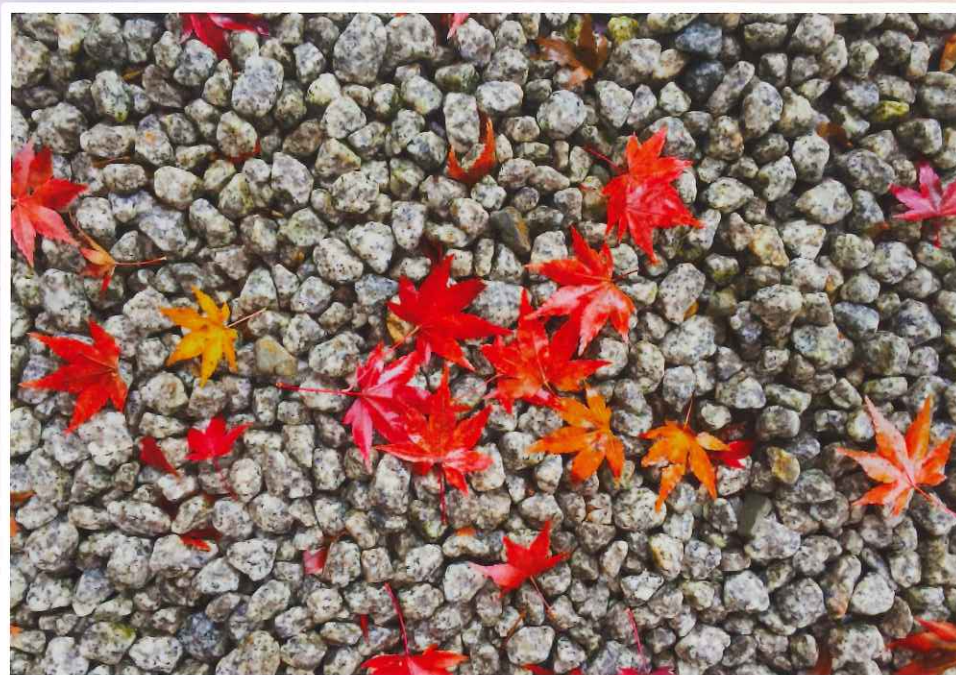
“質の高いやすらぎ”のヘルスケア  
(HQP理念) (High Quality Health Care)

廿日市野村病院 理念

“尊重・信頼・そして安全”  
(RTS理念) (Respect, Trust and Safety)

- INDEX**
- ◆ 理事長ごあいさつ
  - ◆ 豪雨災害支援活動について
  - ◆ 体重増加が気になる!? 秋
  - ◆ 地域活動報告
  - ◆ 職場紹介
  - ◆ コラム
  - ◆ 診療医担当表
  - ◆ アクセス

2018  
秋号



平等院鳳凰堂にて撮影：職員提供

## 理事長ごあいさつ



医療法人みやうち  
理事長

### 野村 陽平

今年の夏は特に暑かったですね。皆様いかがお過ごしでしょうか。また7月豪雨で被災された皆様には心からお見舞い申し上げます。近年、気象の例外が増え、自然災害が多く規模も大きくなったように感じます。大きな災害が身近にあるといろいろな影響がある

ことを学ばせていただきました。一般・高速道路複数閉鎖により物流が滞り、給食材料やオムツなどが届かない、公共交通機関の連休や遅延により職員が出勤できない、食材費の高騰、電波塔の損壊などによる固定・携帯電話の不通、断水・停電長期化問題など。完璧な対策は困難ですが、想定外もある程度想定が必要な時代になりました。だからこそ、各地区で日頃からのコミュニティとの密な交流により助け合いや防災訓練が大切であると身に染みました。

災害で落ち込んだ広島県に、カーブとサンフレッチェのダブル優勝が舞い降りますように。



## 平成30年7月豪雨災害支援活動について

冒頭あいさつでも触れましたが、7月に各地で甚大な災害が起こりました。まさに想定外の事態で、被害状況が段々明らかになるとともに、私たちに寄付金支援以外に何かできないかと思い、私が精神科医であることから、職員の協力を得て災害派遣精神医療チーム（DPAT：Disaster Psychiatric Assistance Team、以下DPATと略）を結成しました。まだ災害派遣医療チーム（DMAT）に比べ、DPATは聞き慣れないと思います。DMAT同様、厚生労働省所管で、2014年8月広島土砂災害から活動を始め、都道府県および指定都市によって組織され、被災地域に入り精神科医療や精神保健活動の支援を行う専門的な新しいチームです。



私たちは広島県からの指示で医療チームがどこも入っていなかった広島市東区馬木、福田地区で活動を行いました。跡形もなくすべて流された家、土砂が1階部分を埋め基礎がずれて住めない家、土砂を掻き出せば何とか住める家、その隣の家は普通と…道が1本違うだけで、避難生活と通常生活とまったく運命が変わる現実に言葉を失いました。今後とも必要とされるとき、活動できるときに支援していきたいと思います。

（医療法人みやうち 理事長）

### 健康のいろは

#### ▶ 今号のテーマ **体重増加が気になる!? 秋**



過ごしやすく食べ物もおいしい季節になりました。そうなる気になってくると、食べ過ぎによる体重増加ですね。食事を摂るときに痩せる効果があるといわれるものの一つにトウガラシがあります。中南米原産でナスの仲間であるトウガラシに関する研究はいろいろありますが、面白いことにトウガラシで痩せる可能性を示唆する研究と、逆にトウガラシで太る可能性を示唆する研究があるのです。一方では食後の満腹感が増え、消費エネルギーも増える。もう一方では毎日辛いものを食べる人ほど肥満度が高いという結果が出ているのです。ダイエットするなら1つの食



品を偏って食べるのではなく、トウガラシも食事に刺激を与えてくれるものの一つと捉え、ちょっとだけ食べ過ぎに気を付けながら食事を楽しみましょう。

トウガラシをちょっと使うなら…

\*スープや油に溶け出した辛味成分を摂るだけでもOK。  
例えば…鍋物に入れる。炒めるときの油に入れて熱して香りを出す。ラー油と粉トウガラシ、白髪ネギを混ぜ冷奴のトッピングに、など。

（廿日市野村病院 栄養科長）



# 「ひまわりテラス」五日市でオープン！！

認知症カフェ「ひまわりテラス」は7月よりグループホーム五日市ひまわり内でオープンしております。月に1度、第3火曜日の13時から16時まで開催しています。毎月、認知症や介護に関係するさまざまなプログラムを予定しています。



このカフェは、グループホームで開くという特性を活かし、培ってきた認知症ケアのノウハウを地域に還元したいとの思いで始めました。地域

の方には主にお客様としてではなく、カフェのスタッフさんとしてボランティアをしていただき、認知症についての勉強、対応方法などを職員を手本として学んでいただきます。

カフェで学んだボランティアの方たちが、地域に帰ったとき、認知症の知識があるボランティアとして活動していけるようにと願っています。プログラムの他に相談会も随時



開催しております。認知症本人の方、認知症の家族の方、認知症についてもっと知りたい方、グループホームの入居者様と一緒にお茶を飲みながら、のんびりとしたひとときを過ごしましょう。また、ひまわりテラスは「広島市高齢者いきいき活動ポイント事業」に参加しております。カフェに参加の際はポイント手帳をお忘れなく！

(グループホーム五日市ひまわり ホーム長)



## 職場紹介

### 廿日市野村病院 薬局

当院の薬局は、病院正面玄関を入れて左手、受付の先にあります。開院以来、場所も広さも変わっていない数少ない部署です。20平方メートルの小さな部屋の中にコンピューター6台、自動分包機、薬品棚、薬品冷蔵庫、調剤台などがあります。以前はこ



中でひたすら患者様の薬を作るという時代もありましたが、ご存じのように近年薬剤師に求められるものは大きく変化しました。街中には「かかりつけ薬局」という制度ができ、私たち病院の薬剤師は薬を作るだけではなく、医薬品の情報収集、患者様や病院スタッフへの医薬品情報の提供、医薬品管理など、より安全で質の高い医療に貢献するチームの一員としての役割を持ち、その活動を地域医療へも広げていきます。

そしてこの春から待望の…しかも若い薬剤師が1名増え、平均年齢は一気に6才若返りました。若い力を得て、雰囲気も和やかに業務もさらに充実させることができようになりました。限られた空間の中で、多いときは5名が

バタバタと動き回っています。それは、まるで水の中を泳ぎ回るおたまじゃくしのよう…。

そつえば先日、院内の誕生日会での合唱を披露しました。井戸の中にとどまらず、大海に泳ぎだしていく「カエル」たちをどうぞよろしく。

(廿日市野村病院 薬局長)







## 迫力満点！ 楽しさいっぱい！ in 大相撲安芸場所

昨年10月に大相撲安芸場所に行ってきました。ずっと観たかった大相撲。会場に「相撲のぼり」という旗が立っており「テレビで観たことがあるやつだ〜」なんて興奮しながら、いざ会場入り。入り口では朝太鼓が鳴っていて、中に入ると朝稽古をやっていました。激しくぶつかり合う力士はカッコいい！ 会場ではちゃんこも販売しており、食べるとあっさりしていて雰囲気とマッチしてこりゃ旨い！

個人的に一番面白かったのは初切(しょっきり)というイベントです。これは現役力士が相撲のルールや反則、珍しい決まり手などをコミカルに説明してくれます。私のような素人でも笑いながら学ぶことができました。ルールなどを知った後で見ると組はまた一段と面白さが増し、加えてテレビで観るような有名力士もだんだん出てきます。最後は横綱登場で会場も大盛り上がり！ 横綱はやっぱりオーラが違うなあ〜(ちなみに写真は白鵬関と稀勢の里関です)。横綱同士の取組は素人目から見てもレベルが違うように感じました。

そんなこんなで朝から夕方まで大変有意義な時間を過ごすことができました。1日中圧倒され、和み、興奮できた場所、大相撲安芸場所。合言葉は笑顔で「ごっつあんです！」(ともちん)



### 廿日市野村病院 診療医担当表

※10月から診療医担当表が変更となっておりますのでご注意ください。

平成30年10月1日現在

診療科	診療時間	月	火	水	木	金	土
内科	午前 ( 9:00~12:00)	好川	兒玉	休診	福原	好川	福原
	午後 (14:00~17:00)	長谷川	関口		菅野	関口	長谷川
精神科 診療内科 神経内科	午前 ( 9:00~12:00)	野村	岩根	休診	岩根	大賀	野村
	午後 (14:00~17:00)	岩根	岩根		野村	大賀	野村

※福原医師の午後の診療は16時までとなり、16時以降は長谷川医師となります。

## 医療法人 みやうち

〒738-0034 広島県廿日市市宮内字佐原田4209-2  
TEL : 0829-38-2111 FAX : 0829-38-2171

#### ① 廿日市野村病院(訪問看護)

- ② 三滝参道クリニック
- ③ 介護老人保健施設ひまわり
  - ショートステイひまわり
  - デイ・ケアひまわり
- ④ 介護老人保健施設三滝ひまわり
  - ショートステイ三滝ひまわり
  - デイ・ケア三滝ひまわり

- ⑤ グループホームひまわり
- ⑥ グループホーム宮内温泉ひまわり
- ⑦ 小規模多機能ホーム宮内温泉湯治の館ひまわり
- ⑧ ケアプランオフィスひまわり
- ⑨ ケアプランオフィス三滝ひまわり
- ⑩ サービス付き高齢者向け住宅ヴィラひまわり
- ⑪ サービス付き高齢者向け住宅ヴィラひまわり廿日市駅前

#### グループ会社

- ⑫ 有限会社メディカルサービス廿日市
- ⑬ ケアショップひまわり
- ⑭ デイサービスセンターひまわり
- ⑮ デイサービスセンター廿日市駅前ひまわり
- ⑯ グループホーム三滝ひまわり
- ⑰ グループホーム五日市ひまわり
- ⑱ グループホーム南観音ひまわり
- ⑲ グループホーム千同ひまわり
- ⑳ 公益財団法人みやうち芸術文化振興財団
- ㉑ アートギャラリーミヤウチ (AGm)

