

# 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  
(HQH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)

2019  
秋号

## INDEX

- ◆ 理事長ごあいさつ
- ◆ 胃腸の疲れ
- ◆ トピックス
- ◆ イベント報告
- ◆ 職場紹介
- ◆ コラム
- ◆ 診療医担当表
- ◆ アクセス



## 理事長ごあいさつ



医療法人みやうち  
理事長

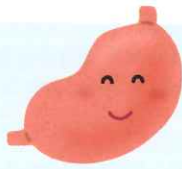
### 野村 陽平

今年の夏はとくに暑かったですね。皆様、ご体調はいかがですか。個人的には地球の温暖化を食い止めているアマゾン熱帯雨林の火災による最大級の焼失を非常に危惧しています。

10月からいよいよ消費税が10%に増税です。それに伴い消費税軽減税率やプレミアム付き商品券、

キャッシュレス・消費者還元事業、自動車新税など新しい制度も入り、さまざまな分野にしばらく動揺がありそうです。同じくして今後キャッシュレス推進が強化されると思われ、個人・事業所すべて対策が必要です。中国や欧米のキャッシュレス化普及率の加速度が半端ないことを踏まえると、時代として慣れざるを得ないでしょうね。また診療報酬や介護報酬、薬価もこの消費税増税に伴い10月から改定があります。

当法人では「n-cafeひまわり」がおかげさまで2周年を迎えます。カーブは目指せ日本一！



## 胃腸の疲れ



夏が終わり胃腸は疲れていませんか。冷たいものを取り過ぎてしまうことや、冷房による室内外の温度差で体温調節が難しくなることなどが原因と思われます。

胃腸薬

このような時、胃腸薬を服用する方もいらっしゃると思いますが、その他の方法として『プチ断食』はいかがでしょうか。漢方では『吸収は排泄を阻害する』という言葉があるそうです。断食中は消化・吸収がストップするので、体のエネルギーを排泄に費やせるといわれています。例えば休日に朝食をジュースだけにし、昼食からは脂肪分や油分が少ない軽めの食事を取るお手軽な方法もあります。胃腸が午前中いっぱい休めるので、おなかスッキリ軽くなります。これまで消化に費やされたビタミン・ミネラルや酵素を体の修復に回せることができるからです。プチ断食のレシピは書籍などで紹介されています。試されてはいかがでしょう。

(廿日市野村病院 院長)



## 行事を通して感じる季節 ～七夕編～



グループホームひまわりでは、春はお花見、夏は七夕やスイカ割り、秋は紅葉狩り、冬はクリスマス会や初詣など、季節を感じていただける行事や、外出を積極的に行っています。

今年の七夕行事では、入居者様と職員が浴衣を着て、職員が準備した笹に皆様が願いを書き記した短冊をつりました。また、職員が趣向を凝らした手作りのご馳走で、特別な雰囲気味わっていただきました。

今年のメニューは、①サーモン・アボカド丼 ②冷やしソーメン ③アナゴ入り茶碗蒸し  
④根菜の煮物 ⑤ヨーグルトパンナコッタ・野菜ジュースのゼリー寄せ でした。



ひまわり柄の浴衣姿の看護部長もお迎えして、全員での記念撮影のあとは、皆様の若いときの七夕の思い出をお話してもらいながら、楽しいお昼ご飯のひとときを過ごしました。ほぼ半日を浴衣で過ごしてもらいましたが、皆様着崩れもなく綺麗に着こなしていらっしゃいました。これからも楽しい行事で入居者の皆様に喜んでいただきたいと思っています。

皆様の短冊に書かれた願いが叶いますように！

(グループホームひまわり ホーム長)





# ギターに合わせて歌おう

with 翔くん



レク委員会では年に3回、レク喫茶を行っています。今年度、1回目のレク喫茶は「歌を通して時代を振り返ろう♪」でした。ボランティアとして来てくれたのは平成生まれの翔くん。「ふるさと」や、昭和の名曲「時代」など全7曲を弾き語りで披露していただきました。ギターを始めて1年、初めて人前で披露するということもあり、最初は緊張していた翔くんでしたが、子どもの頃のエピソードを織り交ぜながら、とても素敵な歌声を届けてくれました。参加者の中には、当時を思い出し涙ぐむ方もいらっしゃいました。私自身もすごく穏やかな気持ちになりました。また、今年は喫茶参加者に一言メッセージを書いていただき、展示もしています。1回目は葉っぱ、2回目、3回目とだんだんメッセージが増え、絵が完成するのが楽しみです。(レク委員会)



老健5階、食堂に展示していますのでぜひ見てくださいね♪

## 職場紹介

### グループホーム宮内温泉ひまわり

当ホームは2010年4月に開所しました。小規模多機能ホームとの複合施設という点を活かし、ボランティアの方が来られた時は合同でイベントを行い、利用者同士の交流を図りながら認知症の進行を防ぐよう努力しています。

「安心して笑顔のある日々を過ごして頂きます」を理念として、外出やさまざまな行事で楽しんでいただいています。庭で野菜を育てて、一緒に収穫をした食材で季節を感じてもらい、日常生活の中で入居者様の笑顔をたくさん引き出せるように、職員一同心掛けています。また入居者様の高齢化に伴いターミナルの機会も多くなりましたが、法人グループとの連携を密にし入居者様ご家族様の希望に添いながら、安心して日々を過ごしていけるよう努めていきたいと思えます。

(グループホーム宮内温泉ひまわり  
ホーム長)



看護師のぶちゃんの

# ホッと読む

## 美しい地球の中の自分に戻ろう

さて今回はまず、信濃川日出雄『山と食欲と私』現在10巻まで。一人で山に登りご飯を食べるといってもシンプルな物語。ただただ、素の自分に戻ることができます。2冊目は芳崎せいむ『金魚屋古書店』現在16巻まで。漫画好きには、たまらない本です。戦後から現在まで幅広く本を紹介してくれます。お好みの一冊に出会えるかもしれませんよ。3冊目は上村五十鈴『星の案内人』全4巻。古びたプラネタリウムの一室で悩みを抱えた人々が案内人のおじいちゃんと星座にまつわる神話を通して、生きる意味を見出していく物語。壮大な星の美しさと、その星の一つに住む自分の存在を想像してください。悩んでいることがつまらなくなります！

私の話も今回で終了となりました。物語は人間の考え出した一番罪のない娯楽であり、よい人生の指針となることもあります。どうか皆さんが素晴らしい一冊に出会えますように!! (のぶちゃん)



山と食欲と私 / ©信濃川日出雄 (新潮社) 金魚屋古書店 / ©芳崎せいむ (小学館) 星の案内人 / ©上村五十鈴 (芳文社)

### 廿日市野村病院 診療医担当表

※2019年5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。 2019年9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)	福原	兒玉	休診	兒玉 菅野 (肩カメラ)	福原	福原
	午後 (14:00~17:00)	好川	関口 長谷川		関口 長谷川	好川	好川
精神科 心療内科 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

## 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)

