

みやうち

INDEX

- ◆理事長ごあいさつ…1P ◆ピロリ菌を除菌して胃がんのリスクを減らしましょう! / 健康フェア…2P
- ◆技能実習生通信vol.5 / 「はつかいちこども心身発達クリニック」オープン…3P
- ◆グループホームってどんなところ? / 第1回アーティスト・イン・レジデンス プログラムの展示を開催します…4P
- ◆健康長寿を応援します! / n-cafeひまわり活動紹介…5P ◆診療医担当表 / アクセス…6P



2025
春号

理事長ごあいさつ



医療法人みやうち
理事長

野村 陽平

皆様、いかがお過ごしでしょうか。私は2月下旬に階段ですべて、肋骨を2本折ってしまいました。動くたびに痛い日々からようやく解放されました。スリッパをはいたままの階段昇降は気を付けてくださいね。

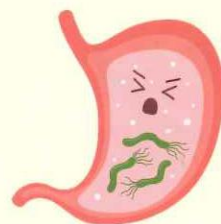
さて、いよいよ6月に廿日市市初の児童精神科クリニックを廿日市駅前に開設いたします。現在バタバタと大詰め段階です。需要が多いにもかかわらず、全国でも圧倒的に数が少ない児童精神科。広島では特に少なく、一人

にかかる診察時間も長いため予約制で、受診までにかなり時間がかかってしまいます。廿日市でそこを少しでも解消したいという思いですが、一つ作るくらいでは解消できないのが現実です。一人の診察に時間がかかり、スタッフも多職種必要にもかかわらず診療報酬が低く、人数もたくさん見れるわけではないため、経営としては成り立ちにくい部門です。こども食堂(ナナラ食堂プラス)や認知症カフェ(n-cafeひまわり)も、全世代のこころの居場所の一つになってもらいたく、地域の方たちに助けていただきながら運営を続けています。上限の見えない物価高騰と人口減少の時代に、これからも継続できていくのが常に不安も抱えつつですが、私たちの法人グループは、地域に必要なと感じるものを皆様に発信していき、共助の輪や生きがいを持てる日々が広がっていけば本望です。引き続きどうかご支援ご協力のほどよろしくお願い申し上げます。

ピロリ菌を除菌して胃がんのリスクを減らしましょう!

ピロリ菌ってなに??

正式名称はヘリコバクター・ピロリという胃の中に生息する細菌です。1982年に発見されました。通常、胃の中は強い酸(胃酸)があるため細菌は生存できませんが、ピロリ菌は特殊な仕組みをもち、胃内でも生き続けることができます。



●ピロリ菌ってどうやって感染するの?どのくらいの人が感染してるの?

主に免疫機能が未熟な5歳頃までに感染するとされています。親から子への口移しや、汚染された水・食べ物を介して感染する可能性が指摘されていますが、詳しいメカニズムは未解明です。日本では65歳以上の半数以上が感染しているとされますが、衛生環境の向上により若年層の感染率は低下しています。

●ピロリ菌が問題になる理由は?

ピロリ菌が長く胃に住み続けると、胃の粘膜に炎症をおこして様々な病気の原因になります。胃炎、胃・十二指腸潰瘍、血液の病気、胃がんのリスクが高まります。ただし、ピロリ菌に感染したすべての人が必ず胃がんになるわけではありません。

●ピロリ菌の検査方法は?

胃カメラで胃に炎症が確認された場合、呼気(息)の検査、血液・尿検査、便の検査などで簡単に調べることができます。

●ピロリ菌の治療は?

1週間、抗生物質+胃酸を抑える薬を飲むことで、治療の成功率は80%以上といわれています。1回目の治療で除菌に失敗した場合は、違う薬で2回目の治療をすることができます。

●ピロリ菌を除菌するとどうなる?

胃がん、胃炎や胃潰瘍などのリスクが減ります。ただし、除菌後に少しずつ胃の状態が改善するので、定期的な胃の検査は続けることをお勧めします。



▲廿日市野村病院 非常勤内科医師 菅野啓司

まとめ

- ◆ピロリ菌は胃の中に住む細菌で、放置すると胃炎・胃潰瘍・胃がんの原因になる。
- ◆子どもの頃に感染することが多く、一度感染すると自然には治らない。
- ◆簡単な検査で診断可能。1週間の薬による除菌治療で80%以上の確率で除菌可能。
- ◆除菌すれば胃がんのリスクを減らせるので、感染がわかったら治療を検討すべき!

今年もやります! 廿日市野村病院 健康フェア

日時

2025年5月11日(日)
10時~13時(予定)

健康チェックや

楽しいイベント盛りだくさん!

幅広い年齢で
楽しめます♪



▲ 昨年の様子

技能実習生通信 vol.5

ショウフィン ウィツ シェ

皆様 こんにちは。私は ショウフィン ウィツ シェ と申します。職場の皆さんには「シェさん」と呼ばれています。今回は日本に来て訪れたところについて話したいと思います。日本に来て最初に訪れたところは宮島です。宮島には野村理事長に連れて行っていただきました。宮島について色々な事を理事長に説明していただきました。そして、おみやげの饅頭も買っていただきました。初めて食べた饅頭です。とても美味しかったです。後、宮島が美味しくて有名な焼肉屋へ行きました。焼肉もとても美味しかったです。イルミネーションも風に行きました。日本に来てイルミネーションを見たのも初めてです。とても楽しかった一日でした。また、大阪と京都にも訪れました。大阪と京都には友達4人で行きました。友達皆私も同じミャンマー人です。その旅行したのは、日本に来てからまだ一年もたっていないです。大阪の色々なところへ行きました。例えば、難波の大阪城とかUSJなどへ行きました。とても楽しかったです。でも、ゴールデンウィークなので人が多かったです。USJの中でアトラクションを待つのも、この時間がかかりました。難波にも人がいっぱいでした。難波には美味しい店がいっぱいありますね。京都にも行きました。京都では伏見稲荷大社と清水寺に行きました。日帰りで、二つのところしか行けなかったです。京都で遊ぶ時は着物も着ました。その旅行も楽しかったです。また、機会があれば、日本の色々な綺麗なところへ旅行したいなあと思っています。また、今度旅行するなら、祝日じゃないほうが良いかなと思います。ここまで書いて、下さってありがとうございます。

シェさん



今回は、シェさんとポーさんに「日本に来て訪れた場所」について書いていただきました！ 同期でプライベートでも仲良しな2人は一緒に旅行へ出かけたみたいですね(´∀`)人(´∀`)

シェ ポー



ポー タダー

皆様、ミンガラバア  私の名前はポータダーと申します。ミャンマーから技能実習生として介護の仕事をするために来ました。今は日本に来て1年半ぐらゐ経ちました。日本に来てから訪れた所についてお話したいと思います。まずは広島について、広島は日本で有名な者市なので、ここに住むことができて幸せです。最初に広島県の原爆ドームです。8月頃、学校の教科書で広島県の原爆ドームについて習いましたが、実際に見ると悲しいことになって、勉強になりました。次は広島県の宮島です。宮島は外国人観光客が多くて賑わっていて、いつ行っても穏やかな気持ちになります。鹿を見たり、モミジ饅頭を食べたり、そのあと水族館へ行ってカワウソのイベントも見ました。広島以外にも大阪と京都へ行きました。大阪に行った時はとても緊張しましたが、大阪の友達が無事に案内してくれたので良かったです。大阪と言えば一番行きたいのはUSJのハリポッターです。バタービールを飲んでみて、シットコースターに乗ったり、おもちゃ取りゲームをしたりしました。梅田スカイビルにも行きました。上からの景色が、凄くキレイになっていました。京都には伏見稲荷大社と清水寺に行きました。清水寺へ行く前に最初に着物を着てからお寺へ行く途中、ハッパ橋黒ソフトクリーム屋さんで、気に入ったので購入して食べてみました。日本には行きたい所が沢山あるので、行けるように頑張ります。お読みいただきありがとうございます。

ポーさん



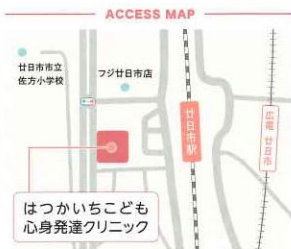
new 「はつかいちこども心身発達クリニック」オープン



2025年6月初旬、廿日市駅北口のテナントビルに医療法人みやうちが運営する「はつかいちこども心身発達クリニック」を開院いたします。診療科目は、小児心療内科、児童精神科、リハビリテーション科として、主に18歳くらいまでの子どもを対象に外来診療を行います。今後、ホームページ開設や開設前の内覧会を予定しております。ホームページなどでお知らせさせていただきますので、ぜひご覧ください。

医療法人みやうち
はつかいちこども心身発達クリニック
2025年6月
新規開院
診療科目 小児心療内科 / 児童精神科 / リハビリテーション科

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00-12:00	●	●	休	●	●	●
13:30-17:00	●	●	休	●	●	●



休日 水・日・祝日・夏季(8/14-16)・年末年始(12/30-1/3)

※完全予約制

グループホームってどんなところ？

少人数の共同生活の場で、食事の支度や掃除・洗濯などの日常生活を入居者様とスタッフが共に行い、家庭的な雰囲気の中で生活を送ることにより、認知症の進行を遅らせたり、やわらげたりすることを目的とした介護サービスです。利用対象者は認知症の症状が比較的安定した要支援2から要介護認定者です。

グループホーム宮内温泉ひまわりは2010年4月に開設されました。「安心して笑顔のある日々を過ごしていただきます」を理念に四季折々のイベントやお誕生日会、ボランティアの方々との交流を図りながら楽しく過ごしていただき、認知症の進行を防ぐよう努力しています。廿日市野村病院のリハビリスタッフが週に1回はグループホームを

訪問し、担当職員をはじめ全職員でカンファレンスを行い少しでも生活機能の低下を防げるよう、お一人おひとりに合った生活リハビリも取り入れています。

また、野菜を育て一緒に収穫をして季節を感じていたり、外出や数々の行事などを計画し、日々、入居者様の笑顔をたくさん引き出せるよう職員一同、明るい笑顔で安心したサービスに努めています。

(グループホーム宮内温泉ひまわり ホーム長)



アートギャラリーミヤウチ

第1回 アーティスト・イン・レジデンス プログラムの展示を開催します

アーティスト・イン・レジデンスは、滞在場所をアーティストに提供し、作品制作や制作に関わる調査活動などを支援する取り組みです。

当館が始めるレジデンスでは、同じアーティストが数年にわたり広島へ訪れ、滞在制作を行います。前身の取り組みである2023年の企画展「あたらしい場所」に参加した西松秀祐氏(大分拠点)と野村由香氏(京都拠点)を第1回にて再び招聘します。2023年では、西松氏は広島の被爆

者から聞いた体験を取り上げ、野村氏は広島の人々の営みに注目した作品を発表しました。今回は、前回の作品を引き継ぎながら、あたらしい調査記録や新作をコレクション作品と交えて展示します。なお、本展は被爆80周年事業【第1部】であり、県内のギャラリーを巡るイベント「Hiroshima Art Galleries Week 2025」の一環として開催します。皆様お気軽にご来館くださいませ。

(アートギャラリーミヤウチ)

アーティスト・イン・レジデンス プログラム 2025「あたらしい場所」

期間	2025年4月29日(火・祝)~7月7日(月)
休館日	火・水曜日(ただし4/29, 5/6は開館)
観覧料	一般600(480)円、学生400(320)円 ※()内は10名以上の団体料金。高校生以下または18歳未満、各種障がい者手帳をお持ちの方と介助者1名は無料
お問い合わせ	0829-30-8511
詳細はHP	https://miyauchiaf.or.jp/



◀▶ 2023年の展示の様子
※実際の展示作品ではありません



健康長寿を応援👏します!



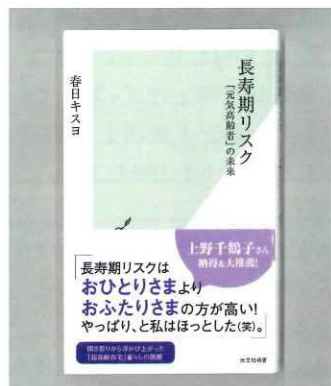
いわゆる「団塊の世代」約800万人全員が75歳以上の後期高齢者となり、日本社会の構造が大きく変化するとされている2025年に突入しました。皆さんの生活の中では物価高騰やトランプ大統領のニュースほどの衝撃はないと思いますが、『2025年問題』として社会保障制度や労働力の確保などの政策を中心に耳にすることもあったかと思われます。かくいう私自身の親もまさに「団塊の世代」であり、個人的にも離れて暮らす親の未来図を描いて不安を抱いているのが現状です。

2024年末、とある新聞記事が目にとまったことを機に『長寿期リスク「元気高齢者」の未来』（春日キスヨ著/光文社新書）を手にとってみました。「なるべく若い世代に迷惑をかけないように生きていきたい高齢者」と「尊厳を保ちながら生活の手助けをしたい家族・医療介護従事者」の双方の心理が考察されており、介護される側、する側、どちらの立場の方が読まれても共感や発見がある内容だと感じました。私が日常診療において、会話の中に感じる漠然とした距離感を言

葉として表現してくださっているようで、共感しながら拝読しました。今後の診療の参考にさせていただこうと思っています。一昔前と比べると元気な高齢者が増え、精力的に活動されている姿を拝見しますが、い

つまでも元気なままで…というわけにいかないのが現実でしょう。個人的な不安はさておき、必要な方に自然な形で手を差し伸べることができる医療者でありたいものです。

廿日市野村病院外来では必要な方に必要な医療・介護をお届けしたいと考えています。廿日市市の各包括支援センターや近隣の居宅支援事業所等とも連携をはかり、その人に合った生活のお手伝いができるよう取り組んでいきたいと思っています。

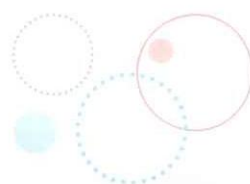


春日キスヨ『長寿期リスク』／光文社新書

ながら生活の手助けをしたい家族・医療介護従事者」の双方の心理が考察されており、介護される側、する側、どちらの立場の方が読まれても共感や発見がある内容だと感じました。私が日常診療において、会話の中に感じる漠然とした距離感を言



（廿日市野村病院
外来医長 福原啓子）



n-cafeひまわり 活動紹介



当法人では毎月第1日曜日14時から16時にデイサービスセンターひまわりにて『n-cafeひまわり（認知症カフェ）』を開催しています。n-cafeは認知症の方、介護者であるご家族、地域住民、介護・医療に携わる方など、大人から子どもまで誰でも参加することができます。毎回、ボランティアにお越しいただき、コンサートの開催、体操、物作りなどを行っています。また、認知症サポーター養成講座や物忘れ相談会も定期的に行っています。季節に合わせた行事も積極的に取り入れており、夏祭りでは浴衣や法被を着たスタッフによる出店を出しました。クリスマス会では、ツリー作りやケーキを召し上がっていただきました。カフェメニューで一番人気なのは鉄瓶で淹れるコーヒーです。ぜひ、ご賞味ください。

午後からのひとときを一緒に過ごしませんか？ 皆様、気軽に立ち寄ってください。

n-cafeスタッフ一同



