2021年12月発行

医療法人伴帥会(ばんすい) 広報誌

ガイアの季節

第38号

医療法人　伴帥会
愛野記念病院
〒854-0301 長崎県雲仙市愛野町甲3838-1
TEL (0957) 36-0015　FAX (0957) 36-1027
ホームページ　http://www.ainomhp.jp/

愛野記念病院はおかげさまで 100周年を迎える事ができました!

※参加者は全職員の 1/5 程度、感染対策を十分に行っています。

基本理念

一. 私たちは患者様、利用者様の立場にたち、納得していただける良質な医療・介護サービスを提供します。

一. 私たちは保健・医療・福祉を通じて地域の皆様の安心・信頼・満足のゆく健康で豊かな生活を支援します。

▪医療法人伴帥会開業100周年記念式典 ……2
▪こんな症状にお困りでは?【「肘を壊す」…「子供の野球肘」とは⁉】……3
▪Dr.コラム【糖尿病患者の血管は、こうばしい甘い香り?】……4
▪ワンポイントリハビリ【住みなれた自宅での高齢者の転倒】……5
▪新入職員紹介 ……6
▪ガイアの里が献血功労者表彰されました ……7
▪これまでの経験を生かし運行管理者に見事合格‼ ……7
▪Cookingレシピ／レンジで簡単!小松菜の生姜和え ……7

わたし達の町の ― 医療をサポート　医療法人伴帥会　広報誌　ガイアの季節　第38号　12月発行
発行／医療法人 伴帥会　愛野記念病院

伴帥会グループは地域の医療・介護・福祉をトータルでサポートします!!

愛野記念病院

【受付時間】
月～金　午前 8:00～午前 11:30
　　　　午後 1:00～午後　5:00
土曜　　午前 8:00～午前 11:30
【診療時間】
月～金　午前 9:00～午後 0:30
　　　　午後 2:00～午後 5:00
土曜　　午前 9:00～午後 0:30
【休診】日曜・祝日　第2土曜日

〒854-0301 長崎県雲仙市愛野町甲 3838-1
TEL. 0957-36-0015(代)　FAX. 0957-36-1027

【診療科目】
整形外科、内科、呼吸器内科、循環器内科、消化器内科、糖尿病内科、緩和ケア内科、外科、消化器外科、脳神経外科、形成外科、リハビリテーション科、アレルギー科、リウマチ科、皮膚科、耳鼻いんこう科、心療内科、麻酔科、放射線科

※麻酔科標榜医：前田 滋・原田 沖・高橋 俊次・山下 紀夫
※救急の場合は24時間対応いたします。玄関は、7時30分に開けます。
※当院は、予約制となっております。

愛野記念病院　健診部門「健診プラザ」

- 生活習慣病予防健診
- 雇用時健診
- 企業健診
- 特定健診
- がん検診
- 人間ドック

〒854-0301 長崎県雲仙市愛野町甲 3838-1
TEL. 0957-27-5757　FAX. 0957-36-0070

愛の訪問看護ステーション

- 在宅での看護ケアの提供
- 医師の指示による点滴、医療処置の実施
- 日常生活の介助
- 看護学生の実習受け入れ

〒854-0301 長崎県雲仙市愛野町甲 3838-1
TEL. 0957-36-3370　FAX. 0957-36-3380

愛野記念病院ケアマネジメントセンター
（居宅介護支援事業所）

- 要介護認定申請の代行業務
- 介護プランの作成
- 居宅サービスの調整や施設サービスの紹介
- 介護保険全般に関するご相談

〒854-0301 長崎県雲仙市愛野町甲 3838-1
TEL. 0957-36-3382　FAX. 0957-36-3405

愛野記念病院 訪問リハビリテーション

TEL. 0957-36-1825　FAX. 0957-36-1847

愛野記念病院
ホームページ

介護老人保健施設　ガイアの里
ガイアの里 通所リハビリテーション
ガイアの里 訪問リハビリテーション

- 介護老人保健施設(入所)
- ショートステイ(短期入所)
- 通所リハビリテーション
- 訪問リハビリテーション
- 居宅介護支援事業所

〒854-0301 長崎県雲仙市愛野町乙 2314-1
TEL. 0957-36-3550　FAX. 0957-36-3553

グループホーム　●椿高野　●山椿

- 生活リハビリ
- 認知症の進行緩和
- 認知症デイサービス

〒854-0302 長崎県雲仙市愛野町乙 2314-5
TEL. 0957-36-3558　FAX. 0957-36-2618

岐伯鍼灸院

- はり、灸施術
  頭痛、肩こり、腰痛、ひざ痛、内科的な疾患などの緩和と回復

〒854-0301 長崎県雲仙市愛野町甲 3835-1
TEL. 0957-36-0134

愛野記念病院はおかげさまで100周年を迎える事ができました

10月1日、100周年を迎え、ささやかな式典を開催しました。

コロナ禍であったため院内の多目的ホールで参加者（全職員の約1/5）に十分な感染対策をとり、短時間で行いました。式典では貝田英二理事長より、これまでもそしてこれからも私たち職員が持ち続けるべき理念について挨拶がありました。ここにその全文を紹介致します。

100周年記念式典　理事長挨拶

当院が100周年を迎えることとなり、一言ご挨拶を申し上げます。

大正10年10月に祖父に当たります貝田馬之進が、当時無医村でありましたこの地で医院を開設し、現在に至るまで地域貢献の理念のもと一貫して地域医療に尽力して参りました。

以後、昭和54年8月に医院より病院を開設し、昭和56年に医療法人伴帥会愛野記念病院に改称、平成11年10月に介護老人保健施設ガイアの里、平成12年10月にグループホームを開設、訪問看護ステーション、訪問リハビリ、ケアマネジメントセンターを次々と開設し、平成24年7月には現在の病院棟を新築、健診プラザ棟の増築をもって医療・介護・健診機能を持った伴帥会グループの形が出来あがりました。

近年の地域医療は、医療の高度化と複雑化の傾向にあり、また医師の不足・医師の地域偏在、更に少子高齢化・人口流出など数多くの課題に直面しており、今後も難しい対応が迫られています。

引き続き、職員の英知と地域住民の皆様のご支援を支えとして、創業からの地域貢献・地域密着の姿勢を維持し、常に新しいものへチャレンジする精神を持ち続け、次の100年に向けてスタートしたいと思っております。

どうぞ皆様のご協力、ご支援をお願いいたしまして、簡単ではございますが100周年のご挨拶とさせて頂きます。

100th Anniversary

シリーズ こんな症状にお困りでは？

スポーツ障害からの復帰をサポート!!
「肘を壊す」・・・「子供の野球肘」とは!?

野球は国民的スポーツで、少年から成人まで多くの方が楽しんでいるスポーツの1つです。その一方で「肘を壊す」・「肩を壊す」といった上肢のスポーツ障害を起こしやすいスポーツの1つでもあります。

「肘を壊す」とは肘の痛みのためボールが投げられない、肘の曲げ伸ばしの範囲が狭くなる、手の環指や小指がしびれて力が入りにくくなるといった症状のスポーツ障害で「野球肘」と呼ばれます。

「野球肘」には色々な種類があります。子供と大人では異なる「野球肘」が起こり、また子供と大人の中でも野球肘には様々なものがあります。

「子供の野球肘」は大きくわけて、「内側型」と「外側型」があります。

野球肘の大部分が「内側型」で、内側型は肘の内側の成長軟骨が傷害されます。症状は投球時における肘内側の痛みですが、徐々に痛みが治まりにくくなり、日常生活でも痛みが残るようになります。ほとんどが投球禁止による安静とタイトネス（体の固さ）を改善することで治りますが、成長軟骨が完全に剥がれてしまい、剥離骨折になると手術が必要となることもあります。

「外側型」は離断性骨軟骨炎と呼ばれ、肘の外側の関節軟骨が傷害され、軟骨が剥がれ落ちて関節内遊離体となることや、肘が変形してしまうことがあります。野球肘の中で最も重症になる障害で、ごく初期に見つからない限り、手術になる可能性が高くなります。

当院では野球肘に対してタイトネスの改善を図るリハビリテーションを行い、手術が必要な場合には骨接合術や肋骨肋軟骨を移植して肘関節の再建をはかる肋骨肋軟骨移植術を行い、スポーツ障害からの復帰をサポートしています。

野球をはじめ、スポーツによる肘の痛みがある場合には整形外科外来にご相談ください。

文責：整形外科 医師 本田祐造

日本手外科学会よりご依頼を受け、
第13回手関節外科ワークショップでTFCC損傷〜現状と問題点〜
について講演を行いました。

TFCC損傷は手関節尺側部痛（手首の小指側の痛み）でも最も重要な原因の1つです。

当院では1.9mmの手関節鏡を用いた手術を行っています。

手首の痛みでお悩みの方は当院整形外科にご相談ください。

Dr.コラム

糖尿病患者の血管は、こうばしい甘い香り？

糖尿病内科　吉田　豊

令和3年4月より当院にて主に糖尿病内科を担当しています。

佐賀県唐津市に生まれ、その後は、福岡、京都、神戸と引っ越しを繰り返し、熊本大学医学部を卒業、医師になった後は、熊本、長崎の病院に勤務して現在に至ります。趣味は、乗り鉄とスパイス調合から作るカレー作り、釣りなどです。

先述のとおり、当院では糖尿病内科外来を担当させて頂いておりますので、糖尿病に関する簡単なコラムを少しばかり…

実は、この紹介文の作成締め切りが過ぎてしまったせいで担当者が顔を真っ赤にして激高しており、大変なプレッシャーの中で猛烈な勢いでこの文章を書いています。よって、誤字脱字、意味不明、支離滅裂な内容も一部含まれますが、どうかご容赦を(汗)

ところで、メイラード反応という言葉をご存じでしょうか？

聞いた事がある方は意外といらっしゃると思います。アミノ酸と糖に熱をくわえることで、それら2つの栄養素が結合するという反応です。肉を焼いたときの、食欲をそそる美味しそうな香り、オーブントースターで食パンを焼いたときのこうばしい香り、これらはメイラード反応によるものです。

そして、糖尿病患者様の血管もまさにメイラード反応が起きているのです。

え？と思われたかもしれませんが、糖尿病患者様の血管は食欲をそそるこうばしい香りがするのです！

というのは冗談ですが、血管の壁はコラーゲンなどのタンパク質でできていますが、そのタンパク質はいろんな種類のアミノ酸が数珠状に1本鎖のようにつながってできています。つまりは、血管はアミノ酸でできているのですが、その構成要素であるアミノ酸に、血管内を流れる血液に含まれる糖がメイラード反応により血管壁のアミノ酸に結合すると、こうばしい香りが…いやいや、血管が変性して別の物質へと変化します。そうなると、いろんな反応が連鎖的に生体内で起こり最終的には、活性酸素という体にとっての毒物が生成され、それの毒物が血管やら臓器を傷つけます。その結果動脈硬化を起こします。その結果、血管が硬くなったり、破けやすくなったり、血栓が詰まりやすくなります。そういう状態になるというまでもなく、脳卒中や心筋梗塞になりやすい体へと変化するのです。

糖は体のエネルギー源として必要不可欠なものです。しかし今まで述べてきたメイラード反応の話を踏まえれば、糖はときには悪さをすることがおわかりかと思います。

それはまるで、どんな成績優秀な優等生でも、時には、学校帰りに買い食いしたり、授業を抜け出して豚骨ラーメンを食べに行ったりして、背徳感を味わいながら悪事を働く事と似ているのかもしれません…(笑)

メイラード反応なんてこの世になければよいのに…そうすればお菓子やコーラを心ゆくまで食べられるのに!!と思う糖尿病患者様もいらっしゃると思います。(私もその一人ですが…)。

だけど、もしメイラード反応がなければ、肉を焼いても、食パンを焼いてもこうばしい香りがないので、おいしく感じないかもしれません。これ即ち、メイラード反応がこの世からなくなれば、酒池肉林の世界で暴飲暴食できる体にめでたくなったけど、この世からおいしいものがすべて消えてしまい、酒池肉林の世界と対極な修験道な世界になってしまいます。やはり、そんな世の中はつまらないですよね。

やはり、豊かな人生送るには、メイラード反応は必要不可欠です。

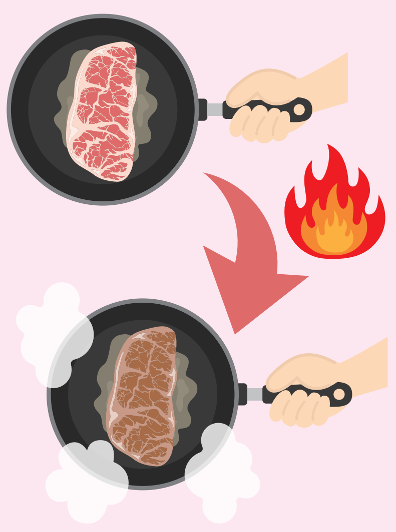
そして、人生を謳歌するには、糖尿病患者様は、食を楽しみつつ、節度のある食生活運動習慣を送らねばならない、という結論に至ります。

なんか損しているなと糖尿病患者様は思うかもしれません。

でも、よく考えてください。糖尿病になるということは、飽食の時代を生きているという証明なのです。昔は、藤原摂関家などお公家様しか糖尿病にはかからなかったといいます。つまりは、贅沢三昧しているからこそ糖尿病になるのです。(もちろん、この理屈は1型糖尿病でインスリンが全く作る事が出来ない患者様については この限りではないですが。)

なので、糖尿病患者様は、今自分たちは平和な飽食の時代を生きているんだ！と捉え、人生を謳歌して下さい。(とはいっても暴飲暴食してください！ポテトチップスやハンバーガーをつまみにコーラをがぶのみしてください！と言っているわけではないので悪しからず。)

というわけで、糖尿病患者様へ。プラス思考で人生を楽しみましょう！



ワンポイント リハビリ

意外と知られていない

住みなれた自宅での高齢者の転倒事故

年齢を重ねるにつれ、転倒が増えてきます。高齢者の1年間の転倒率は、約12%と言われています。65歳以上の介護が必要となった原因で見ると、13%（4位）が骨折・転倒によるものです（図1）。

転倒というと、危険な場所を思い浮かべがちですが、屋外よりも住宅での転倒が圧倒的に多く、65歳以上では49%と約半数を占めています（図2）。

住宅内での転倒場所で見ると、1位 居室・寝室、2位 玄関・勝手口、3位 廊下・縁側と続きます（図3）。

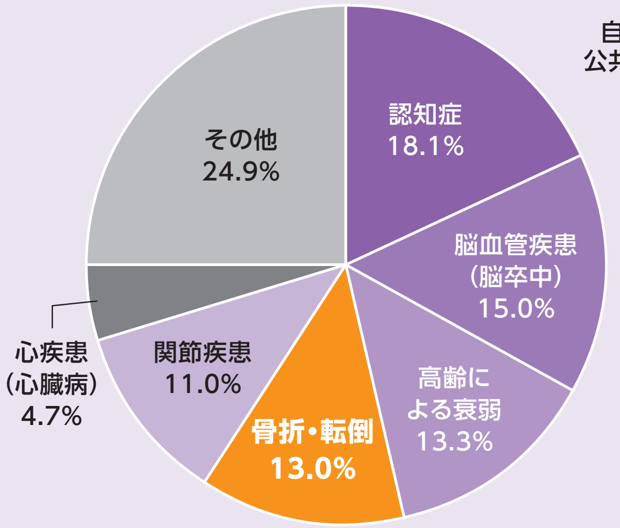


図1　65歳以上の介護が必要となった原因
（厚生労働省「国民生活基礎調査」（令和元年）より）

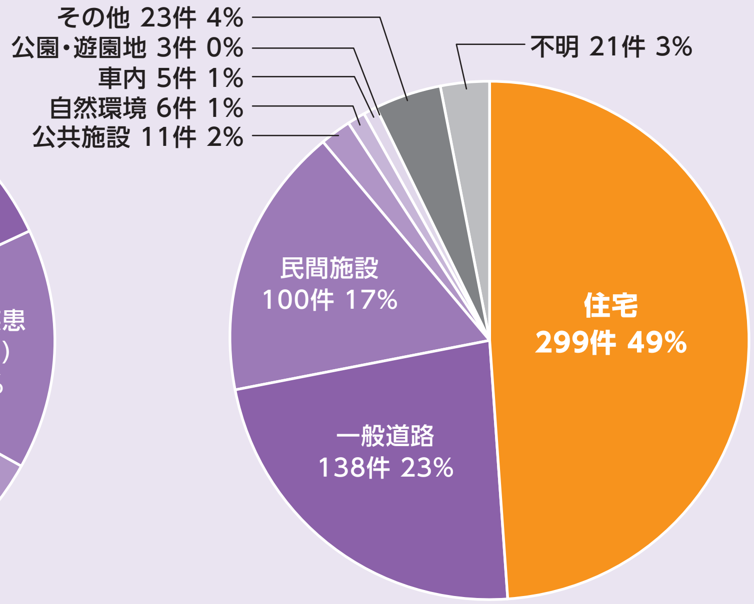


図2　転倒・骨折場所別ランキング
（消費者庁・独立行政法人国民センター調べ）

図3　住宅等居住場所における高齢者の「ころぶ」事故の発生場所上位5つ

	1位	2位	3位	4位	5位
事故発生場所	居室・寝室	玄関・勝手口	廊下・縁側	トイレ・洗面所	台所・調理場・ダイニング

出典：東京消防庁救急搬送データ（平成30年）より

住み慣れた自宅での生活を安全に送っていくためには、転倒予防が重要となってきます。

転倒予防に係る主な要因として、

①身体機能：筋力、持久力、スピード、バランス
②認知・精神状態：認知機能、覚醒状態、注意力
③環境：つまずき、滑り、転落
④病気や障害：痛み、麻痺、変形
⑤介助や補助具：補助具の選定・調整、介助方法
⑥偶発的なもの：天候や環境の変化

次号より、それぞれの要因に対して説明していきたいと思います。

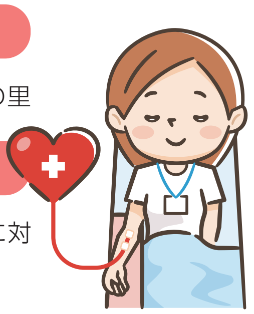
長年の献血運動に対して
県知事より感謝状を贈呈されました

感謝状贈呈施設

介護老人保健施設ガイアの里

感謝状贈呈理由

長年に亘る献血運動推進に対する協力



この度、長年に亘る献血運動推進の協力に対し、長崎県より献血功労者表彰として令和3年度長崎県知事感謝状がガイアの里に贈呈されました。
10月14日、長崎県福祉保健部薬務行政室室長の斉宮広知（いつき ひろかず）様が貝田理事長を訪問され感謝状を直接手渡されました。
ガイアの里では、施設敷地を献血車の停車場に提供し、自施設職員はもとより、近隣の事業所にも献血案内等の協力を行い、献血に対する理解啓蒙に寄与しています。
今後も、献血運動に積極的に協力していく所存です。

これまでの経験を生かし＼合格率30%／
難関国家資格運行管理者に見事合格!!

ガイアの里通所リハビリテーションスタッフの進藤満徳が8月26日に実施された、令和3年度第1回運行管理者試験に於いて合格しました。
運行管理者とは、貨物自動車運送事業者や旅客自動車運送事業者のドライバーに対し、過労運転とならないようなシフト作成や、安全運転への理解を深めるために必要な教育や指導、指示出しを行い、また、点呼の際の健康状態の確認、アルコール摂取確認など業務内容は多岐にわたる国家資格です。
進藤は、「送迎業務や車両管理業務に携わらせて頂いており、専門知識を習得することでガイアの里に少しでもお役に立てれば幸いです」とコメントしています。
今回の資格取得が、他の職員の模範となり、組織全体のレベルアップに繋がることを期待しています。

Cookingレシピ
レンジで簡単！小松菜の生姜和え

冬が旬の小松菜のカルシウムはほうれん草の3倍含まれています。また、ビタミンDと一緒に摂ることでカルシウムの吸収をよくしてくれるビタミンKも豊富に含まれており骨粗鬆症予防に適した食品です。あくが少ないので電子レンジ調理でも食べられます♪

ワンポイント

- お好みで生姜の量は調整してみて下さい♪生の生姜だと風味がより際立ちます。
- 水溶性ビタミンは煮汁に溶け出します。電子レンジ調理をして、水気も一緒に摂ることで溶け出したビタミンも一緒に摂ることが出来ます。水気はお好みで調整してお召し上がりください。

作り方（2人分）

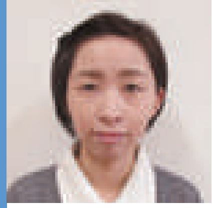
材料	分量	目安量
小松菜	150g	
★おろし生姜	3g	小さじ1/2
★濃口醤油	8g	大さじ1/2
★薄口醤油	3g	小さじ1/2
えのき	40g	
しめじ	40g	

1人当たり　エネルギー…21kcal　塩分…0.8g　糖質…4.5g

1. 小松菜は約3cmの長さに切り、えのきは石づきを取り半分に切っておく。しめじも石づきを取りほぐしておく。
2. 1を耐熱容器に入れ、ラップをふんわりとかけ、電子レンジ600Wで4分加熱する。
3. 水気を軽くきり、★の調味料を合わせ、よく混ぜれば完成!

わたし達 New Face

色々なことにチャレンジしながら頑張ります!!

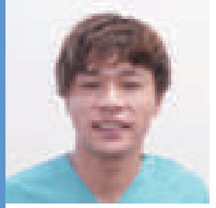


ガイアの里 入所棟 介護職員
山下 美紗恵
この度ガイアの里入所棟に入職となりました山下と申します。初心を忘れず誠実に仕事に励みたいと思いますので宜しくお願いします。

看護部（病棟）
垣本 早織
初めての急性期で覚える事が多く、不安もありますが、業務をこなすだけでなく、患者様としっかり向きあえるように頑張ります。

看護部（病棟）
松井 友和
患者様が安心できる様な丁寧な対応と学びを続ける姿勢を忘れずに頑張りますので、よろしくお願いします。

ガイアの里 調理員
浦 令子
まだまだ分からない事ばかりで、戸惑いの毎日ですが、早くお役に立てる様に仕事を覚えたいと思います。よろしくお願いします。



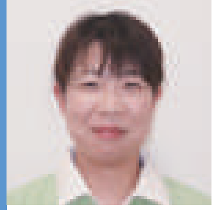
看護部（病棟）
川上 翔大
わからないことも多くあると思いますが、患者様に思いやりのある看護を提供できるように、精一杯、頑張っていきたいと思います。

看護部（病棟）
前田 千樹
この度、3階病棟で勤務させて頂くことになりました前田です。地元で働くことができ、嬉しく思っています。笑顔を忘れず、一生懸命、頑張っていこうと思いますのでどうぞよろしくお願いします。

栄養科 調理員
成瀬 洋子
7月に調理員として入社しました。まだまだスピードに慣れず皆さんに迷惑をかけてばかりですが、一年後成長できているよう頑張ります。

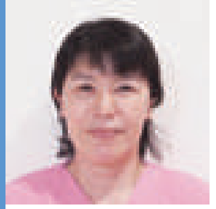
ガイアの里 通所リハビリ 介護職員
松本 恵美子
利用者様に明るい笑顔で接し楽しく過ごしていただける様に思いやる心を忘れず頑張りたいと思います。

看護部（病棟）
山田 美代
6月より4階病棟に勤務している山田です。職場が変わり慣れない環境で不安も大きく戸惑いもありますが、ひとつひとつ確実に覚えて、患者様が安心して入院生活が送れるよう笑顔を忘れず頑張っていきたいと思います。



看護部（病棟看護補助者）
内川 智美
9月27日から4階の看護補助者として、先輩方に優しくご指導頂き、毎日、楽しく勤務させて頂いています。よろしくお願いします。

ガイアの里 通所リハビリ 介護職員
平田 春菜
利用者の方々に安心して楽しく過ごして頂けるように、早く仕事に慣れ、精一杯頑張りたいと思います。



看護部（外来）
村中 富子
6月から外来看護師として働いています。雰囲気の良い職場と感じています。患者様の立場に立った対応をしていきたいと思います。