

ガイアの季節



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/>



こどもの丘ナーサリーの子どもたち

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。

- 新任医師紹介2
- 地域情報【ガイアの里でのお花見交流】.....2
- こんな症状にお困りでは?【手根管症候群】.....3
- 新入職員紹介.....4~5
- ワンポイントリハビリ【認知機能と転倒】6
- 日曜日に乳がん検診を.....7
- ガイアの里の通所リハビリテーションが表彰されました!.....7
- Cookingレシピ/豚肉と夏野菜のスタミナ炒め7

わたし達の町のー医療をサポートー 医療法人伴帥会 広報誌 ガイアの季節 第40号ー6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



こんな症状に お困りでは？

手のしびれが気になる方へ

～もしかしたら、手根管症候群かもしれません。～

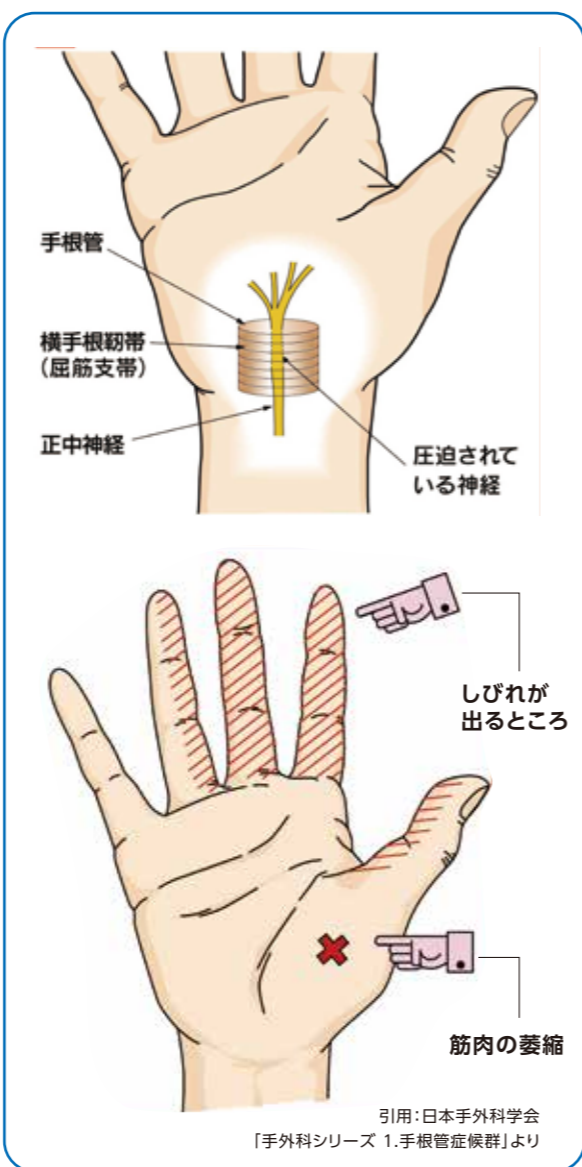
手のしびれの原因には脳疾患や頸椎疾患とともに末梢神経障害によるものがあります。末梢神経障害の疾患で頻度が高いのが「手根管症候群」です。

「手根管症候群」とは、手首の近くにある“手根管”というトンネルのような部位の中で正中神経が圧迫されることで指のしびれや痛み、手のこわばりなどの症状が現れる病気です。初期には示指、中指がしびれ、痛みが出ますが、最終的には母指から環指の母指側半分がしびれます。

この症状は明け方に強く、**目を覚ますと手がしびれ、痛みます**。手を振ったり、指を曲げ伸ばしすると症状は楽になります。ひどくなると母指の付け根(母指球)がやせて母指と示指できれいな丸ができなくなり、つまみ動作が不自由になります。

その原因は多くが原因不明(特発性)とされていますが、妊娠中や出産期の女性、更年期の女性に発症することが多く、また糖尿病や人工透析、過度な使用による腱鞘炎も原因となります。治療法はまず消炎鎮痛剤やビタミンB12などの飲み薬、湿布などの外用薬、運動や仕事の軽減やシーネ固定などの局所の安静、手根管内への注射などの保存的療法が行われます。しかし症状が重度の場合、保存療法で効果がない場合は手術が行われます。当院では手掌部の小切開による直視下手術を行っています。**手根管症候群はできるだけ早く治療を開始することで重症化や手術を避けることができる可能性があります。そのため、気になる症状がある場合は整形外科の受診を検討してください。**

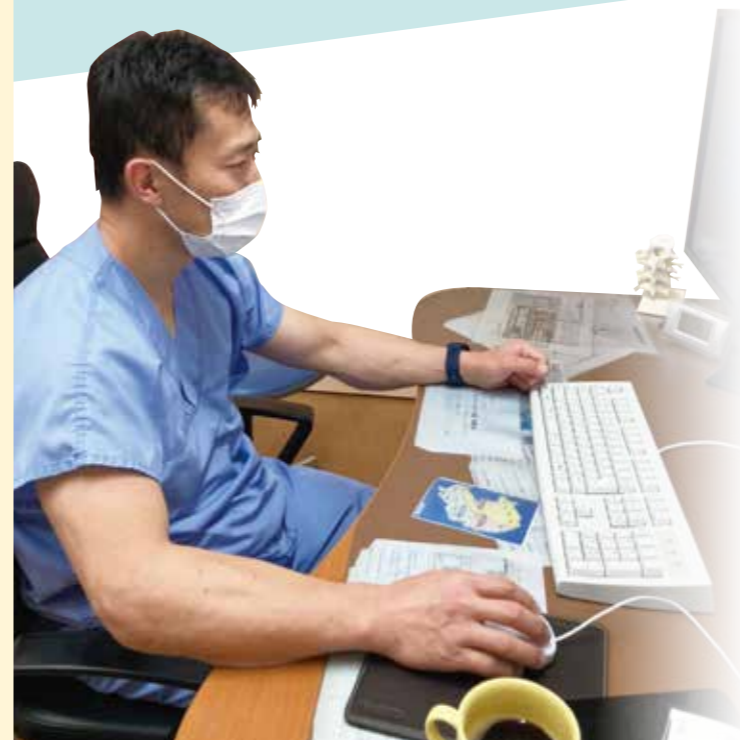
文責：整形外科医 副院長 宮崎 洋一



引用：日本手外科学会「手外科シリーズ 1.手根管症候群」より

新任の ご挨拶

〈整形外科〉 浅原 智彦 医師



2022年4月から当院整形外科で勤務させて頂いております浅原智彦です。1998年に長崎大学を卒業し整形外科医としての道を歩き始め気づけば今年で24年目になります。当院には2011年4月～2013年3月の2年間勤務しておりましたので10年ぶりの復帰となります。前回当院退職後の4年間は国立病院機構長崎医療センターに、次の5年間は福島県立医科大学外傷学講座に勤務して主に四肢の新鮮骨折、変形癒合や感染性偽関節等の外傷に関連した治療のほか、変形性足関節症、外反母趾、扁平足障害等の足関節・足部変性疾患の治療に携わってきました。

雲仙・島原・諫早地区の地域医療に貢献できますよう日々精進したいと思っております。宜しくお願い致します。

花見での地域交流

今年もガイアの里の桜が満開となり、近隣の施設の利用者様や職員の皆さん子供たちも多数訪れ、桜のもとで楽しく交流されました。

ガイアの里敷地内に植樹されている桜は、旧愛野無線局当時からある木々で総本数は40本を超えます。

今後も、この歴史のある桜の木を大切に守りながら、地域の方々と交流していきたいと思っております。





色々なことにチャレンジしながら頑張ります!!

わたしたち NEW FACE

こはる日和

ガイアの里

町田 説子

ガイアの里入所棟に入職となりました町田と申します。新しい職場で利用者の方々とも楽しく過ごして行きたいと思っております。

地域医療連携室

森 初芽

医療ソーシャルワーカーとして勤務させて頂いております。患者様に寄り添う気持ちを大切に頑張っていきたいと思っております。

管理課

山野 英嗣

今回、愛野記念病院で仕事が出来ることを嬉しく思います。夜間受付ですが早く手順を覚えスムーズな対応が取れるよう頑張ります。

看護部

隈部 美優希

私は常に平常心で的確な判断ができる看護師になるため、知識・技術の向上に努め、日々精進して頑張ります。

看護部

宅島 恭平

患者様の笑顔の提供者となり、懇切丁寧をモットーとして人の心に寄り添える看護師となるように頑張ります。

看護部

池田 美優

どんな時も患者様の前では笑顔をお忘れずに頑張ります。よろしくお願いいたします。

ガイアの里

奥平 文弥

利用者様に満足していただけるサービスを提供できるように頑張ります。よろしくお願いいたします。

健診プラザ

田平 美晴

丁寧な対応を心がけ、一つ一つ仕事をしっかり覚えて皆様のお役にたてるよう頑張ります。

リハビリテーション部

増田 真衣

私は患者様や職員の方々から頼られるような理学療法士を目指しています。一生懸命頑張りますので宜しくお願い致します。

看護部

塚本 千尋

これまでの経験を活かし、更なるスキルUPが出来るよう精一杯努力していきます。

看護部

久保 優花

私は、患者様1人1人に寄り添い患者様の望む生活に少しでも近づけられる看護師を目指し、笑顔をお忘れずに頑張ります。

看護部

坂本 純子

患者様の思いに寄り添い、安心感を与える事ができる看護師になれるようにがんばって行きたいです。宜しくお願い致します。

ガイアの里 リハビリ

野田 理恵

利用者様一人一人に向き合い、相手の立場に立った対応と忙しい時も笑顔と丁寧な対応をお忘れず頑張っていきたいと思っております。

健診プラザ

中村 美歩

安心・安全に健診を利用いただけるように親切・丁寧で信頼感のある職員を目指します。

栄養科

島田 麗菜

私はまだ未熟で時間内に仕事を終わることが難しい状態ですが、先輩方の動きを見て多くの事を学んでいきたいと思っております。

看護部

鶴木 万千子

はじめまして。1月より、がん化学療法看護認定看護師として、主に外来化学療法に従事しています。気軽にお尋ねください。

看護部

中尾 瑠璃花

患者様が、安全・安楽そして安心して入院生活を送れるよう自分ができることは何か常に考え看護を提供していきたいです。

看護部

林田 京子

新人看護師として一つ一つ丁寧に、心のこもった看護を行って行きたいと思っております。マスクの上からでも分かる笑顔で頑張ります。

ガイアの里 リハビリ

古瀬 愛花

ご利用者が在宅で安心して生活を送れるだけでなく、安心してリハビリを行ってもらえるように頑張ります。

グループホーム 椿高野

中村 奈保美

はじめまして、グループホーム椿高野に配属になりました中村と申します。精一杯、一生懸命頑張りますので、よろしくお願いいたします。

栄養科

長濱 和香

調理員として入社しました長濱です。新人のうちは慣れないことも多くあり、ご迷惑おかけしますが一生懸命業務に努めたいと思っております。

診療アシスタント

松浦 美穂

令和3年12月より診療アシスタントとして入職致しました。重要な役割を理解し患者様ご家族地域の皆様に感謝されるよう頑張ります。

看護部

西村 花凜

分からないことばかりですが、どんな時でも笑顔と素直さを忘れず頑張っていきたいです。

看護部

川上 夢夏

新人看護師としてわからないことはそのままにせず質問し知識・技術の向上に努め、誰からでも信頼されるように頑張ります。

ガイアの里 リハビリ

山口 和矩

まだ分からない事ばかりですが、まずはご利用者に笑顔を届け、ご利用者から信頼して頂けるよう日々精進したいと思います。

グループホーム 山椿

西園 有加

初心を忘れず笑顔で明るい対応を心掛け、入居者が安心して過ごせる様に生活のお手伝いをさせていただきます。宜しくお願い致します。

栄養科

福田 春佳

新しい環境にとっても緊張していますが、早く仕事に慣れるよう精一杯頑張ります。どうぞよろしくお願い致します。

診療アシスタント

横田 留美

入社して3ヶ月が過ぎ、少しずつ仕事に慣れてきた様に思います。患者様を笑顔にできるスタッフになる様、頑張りたいと思っております。

看護部

古川 真優

笑顔をお忘れず、患者さんの心に寄り添った看護ができるよう頑張りたいと思っております。よろしくお願いいたします。

看護部

濱崎 みなみ

どんな時でも笑顔をお忘れず患者様も笑顔になれる様な看護師になりたいです。しっかり先輩方の姿を見て成長していきます。

ガイアの里 デイケア

柴崎 佐代子

昨年11月に入職しました。これまでの経験を活かして利用者様が、日々笑顔で楽しく過ごして頂けるよう努めていきたいと思っております。

栄養科

山本 琴葉

患者様が美味しく、楽しく、召し上がっていただける食事を提供出来るよう一生懸命頑張ります。

診療アシスタント

辻 真由美

入職して4ヶ月が過ぎますが、まだまだ皆さんに教わる事ばかりです。早く追いつける様に頑張りますので、よろしくお願いいたします。

看護部

川崎 海帆

全ての患者様へ「希望を持ち続ける看護」が提供できるよう真心をもって関わり、初心をお忘れずに1歩1歩成長します。

看護部

野中 愛

私の看護師像は「信頼される看護師」になることです。常に素直な心と感謝の気持ちを忘れず、患者様の立場になって看護したいです。





「あの時診てもらってれば」では遅い。

日曜日に乳がん検診を!

実施日

令和4年 7月17日① 10月16日②

令和5年 1月15日③ **3回/年**

詳しくはホームページをご覧ください。
愛野記念病院 健診プラザ▶



長崎県より事業所表彰を受けました!

長崎県が実施した令和3年度「介護予防・自立支援に資する事業所表彰事業」において、ガイアの里通所リハビリテーション事業所が、優れた介護事業所として「優秀事業所」として表彰されました。

当事業所は、令和2年度の同事業に於いても優秀事業所として表彰を受けており、2年連続の受賞となりました。

この賞に奢ることなく、今後も引き続き地域高齢者の介護予防、自立支援に少しでもお役に立てるよう職員一同努力して参ります。



2年連続受賞!!

ワンポイント **リハビリ**

加齢とともに起こる認知機能の低下

その予防策を紹介いたします!!

認知機能と転倒

認知機能とは、物事を正しく理解・判断し、適切に実行するための機能です。

認知機能の低下は、転倒リスクの1つとされています。

では、実際よく起こる住み慣れた我が家での転倒場面を想像しながら一緒に考えてみましょう。

家のリビングでカーペットに引っかかって転倒!…よく耳にしますよね。

では、いつもはどうやってカーペットを無事に上がり下りしているのでしょうか?

- ① リビングに入るとカーペットが敷いてある……【意識・注意】
- ② 床とカーペットの段差に気づく……【感覚(視覚)】
- ③ 段差に合わせて体を動かす……【判断し、行動化】
- ④ 意識せずに段差を上がり下りする……【学習(般化)】



転倒の原因として考えられるのは、

- ぼーっとしていた → 覚醒不良
 - 目の前に広がる部屋の風景の中からカーペットに注意が向かなかった → 注意力低下
 - カーペットには気づいていたが、段差がよく見えなかった → 感覚機能低下
 - 段差は見えたが、上がれると思った → 空間認知機能低下
(思ったほど足が上がらなかった、足を上げてバランスを崩した)
- 身体機能の自己認識の逸脱 など。

歳を重ねると、身体機能や認知機能は衰えていき、互いに影響し合っています。

近年、認知症ではないが、軽度認知障害(MCI)と診断される方も増えています。この状態から認知症への移行率は年間5~15%、逆に健常な認知機能への回復率は16~41%とされています。つまり軽度認知障害を早期に発見し、適切な介入策を講じることで十分に回復し得るのではないのでしょうか。

認知機能の低下を予防するためには、**複数の事を同時に行うことが効果的です。**散歩しながらしりとりをするなど、**有酸素運動を行いながら脳トレをする**と効果があると言われています。つつい間違ってしまう程度の課題にチャレンジし、脳に良いストレスを与えましょう(^o^)/



Cookingレシピ

豚肉と夏野菜のスタミナ炒め

豚肉に含まれるビタミンB群は疲労回復効果があると言われています。

また、にんにくに含まれるアリシンはビタミンB1の吸収率を高める働きを持っており、豚肉を組み合わせる事でより効果が高まります。

ミネラルの多い旬の夏野菜と組み合わせ、夏バテ防止に効果的なレシピです。



ピーマンのかわりにズッキーニを入れるのもおすすめです。

作り方 (2人分)

材料	分量	目安量	材料	分量	目安量
豚ロース肉	80g		ごま油	2g	小さじ1/2
なす	80g	1本	★調味料(タレ)		
ピーマン	60g	2個	みりん	12g	小さじ2
ミニトマト	30g	3個	砂糖	6g	小さじ2
すりおろしにんにく	0.8g(少々)		濃口醤油	27g	大さじ1と1/2
サラダ油	8g	小さじ2	豆板醤	3g	小さじ1/2

1人当たり	エネルギー	……207kcal	たんぱく質	……9.6g
	ビタミンB1	……0.33mg	塩分	……2.2g

- ① 豚ロースは食べやすい大きさに切る。なすは1cm程度の薄切り、ピーマンは1cm角、プチトマトは半分に切る。
- ② フライパンにサラダ油、すりおろしにんにくを入れて弱火で熱し、香りが出たら豚ロース肉を入れて肉の色が変わるまで中火で炒める。
- ③ なす、ピーマン、ミニトマトを入れてしんなりするまで炒める。
- ④ ★の調味料を加えて全体を混ぜながら炒める。ごま油を全体にかけ、器に盛りつけたら完成。