

# ふれあい

fureai

Hospital public information magazine



TAKEDA  
general hospital

VOL.162

2020

9・10

月号



2020年度入職した臨床工学技士(医療機器の安全確保・有効性維持を担い、チーム医療に貢献する医療機器のスペシャリスト)

TAKEDA general hospital  
竹田総合病院  
<http://www.takeda.or.jp>

## contents

看護小規模多機能型居宅介護事業所  
「かをり」の紹介

『ラジオ体操の効果』を  
ご存知ですか？

隣がんについて

2020年度 新入職員辞令交付式  
たすかりマルシェ

## 看護小規模多機能型居宅介護事業所 「かをり」の紹介

これまで生活してきた  
自宅や地域での暮らしを  
支える「第2の家」となる  
事業所です



「かをり」の事業所がある「へるすぷらざ山鹿2号館」



### はじめに

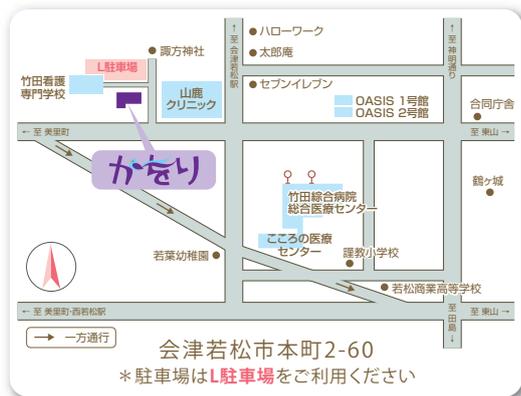
2019年12月17日、地域密着型サービス「看護小規模多機能型居宅介護事業所かをり」は、会津若松市の指定を受け山鹿クリニック

クの西側にある、へるすぷらざ山鹿2号館の2階に開所しました(図1)。

時間	内容
6:30	起床
7:00	モーニングケア(洗顔、口腔ケア)
7:30	朝食、歯みがき
8:45	通い・泊まりの方の迎え開始
10:00	午前の入浴
	デイルームにて創作活動、体操 リハビリ
12:00	昼食、歯みがき、口腔ケア
13:00	午睡(昼寝)
14:00	午後の入浴
	デイルームにて創作活動、体操 リハビリ
15:00	おやつ
15:30	通い・泊まりの方の送り開始
18:00	夕食・歯みがき
20:00	イブニングケア(清拭、口腔ケア)
21:00	消灯

(図2) 1日の流れ

**●理念**  
ご本人を含めた家族が再び家族として支えあうことができるよう



(図1) 「かをり」の所在地

●これまで〜これから  
「かをり」では、介護・看護とリハビリテーションを自宅と「かをり」で一体的に提供することで、役割や可能性をみつけ、ご家族ともに安心できる心地よい居場所をつくるお手伝いをします。  
開所から半年が過ぎ、通い・泊まりでの利用者の方との生活の一部をご紹介させていただきます(図2)。

に、そして、笑顔で生活できるように応援します。

## 施設内での主な活動

### ●役割をみつける

モップかけを通して足腰の筋肉を鍛え、自宅でも実践することで家族としての役割を果たします(写真①)。只今訓練中。



写真①

### ●楽しみをみつける

吹き戻し笛を吹けることは喉や肺の機能向上につながり食べる楽しさが広がります(写真②)。



写真②

### ●出会いに感謝

仲間と過ごす時間は安らぎであ

り、刺激となり、生きる喜びにつながります(写真③・④)。



写真③



写真④

### ●今ある力を生かす

可能性は喜びや幸せを広げてくれます(写真⑤)。



写真⑤

### ●家族の休息も大切

通い・泊まりでは「かをり」の仲間と楽しい時間を過ごすことができます。お泊りの利用者の方との花火大会の様子(写真⑥)。



写真⑥

### ●ご家族の方から頂いた手紙



## おわりに

「かをり」は、これまで生活してきた自宅や地域での暮らしを支える第2の家となる事業所です。これからも、ずっとあなたのそばで寄り添い支えていきたい…それが私たちの願いです。ご興味のある方は、ぜひご相談ください。

### ■お問い合わせ／看護小規模多機能型居宅介護事業所かをり

☎0242(27)5518

【住所】会津若松市本町2番60号  
へるす。からさ山鹿2号館2階

【営業日・営業時間】365日  
24時間

【登録定員】29名

【サービス利用対象者】要介護度  
1～5の方

【サービス提供地域】会津若松市  
(ただし大戸地区、湊地区、北会津町、真宮新町、河東町は除く)

# リレー | 放 | 射 | 線 | 科 | 日 | 記 |



放射線管理部門  
あかまつ しんや  
赤松 伸哉

今回は、放射線管理部門についてご紹介します。

現代の医療における患者さんの検査、治療には欠かせないものになっていく放射線ですが、過剰に放射線を浴びる（放射線被ばく）と様々な障害（放射線障害）が発生します。これを防ぐために、放射線検査を受ける患者さんのみならず、検査を行う医療従事者の双方の安全を守る役割を担っているのが放射線管理です。

放射線障害を予防するために考えなければならぬ事として、「ALARA（アララ）の原則」という考え方があります。これは可能な限り被ばく量を少なくしましょうというものです。我々もこれにならない、撮影を行う時、患者さんに合わせて放射線量を調節し

ており、その被ばく線量を記録しています。特に小さな子どもを撮影する場合、可能な限り被ばくを少なくする事を心掛けています。被ばくを減らした上で良い写真が撮影できた時、とても喜びを感じます。また、当院には最新の装置が多く、装置の性能向上により、今までより低線量で画質を担保した検査が可能です。さらに、当院は（公社）日本診療放射線技師会

## 一層被ばく低減に努め

## 身を引き締めて

## 業務を行っています



が行う「医療被ばく低減施設」の認定を受けており、これは第三者からみても日頃から被ばくの低減に努めている施設として認められた証となるもので、この認定を受けたことでより一層被ばく低減に努めなければならないと気を引き締めて業務を行っています。

私は、放射線に関してできるだ



け分かりやすくお伝えし、理解した上で安心して検査を受けていただくことが大切だと思っています。最後になりますが、放射線検査は皆さんの協力がなしでは成り立ちません。放射線に関する事で不安な点や気になる事、何でも構いませんのでお気軽に我々診療放射線技師にお尋ねください！

赤松君は、これまで様々な部署で勤務してきましたが、どの部署でも一生懸命に取り組み、県内外で行われる勉強会に積極的に参加するなど、私としても見習うべきところだと思えます。また、患者さんにも明るく丁寧に接しており、患者さんのみならず、我々スタッフにとっても頼りになる存在だと思えます。

現在、赤松君は放射線治療部門で勤務していますが、今後、様々な部署で働くことになると思っています。後輩も増え、責任のある立場になっていくと思いますが、どの部署でも持ち前の勉強熱心なところを活かし、活躍することを期待します。

上司から  
かこ  
ひと

放射線管理部門 係長

かねだ ともき  
金田 智樹



**はじめに**

多くの方が子供の頃から慣れ親しんでいるラジオ体操ですが、その効果を知っている方は少ないのではないのでしょうか？約3分間の中に、素晴らしい効果がたくさん詰まっています。

今回は、主な3つの効果をご紹介します。効果を知ると、ラジオ体操との向き合い方が変わってくると思います。

**主な3つの効果**

●健康で若々しい身体をキープ！

普段動かさない全身の筋肉と関節をまんべんなく大きく動かすように構成されています。特に関節は、動かさないと年齢とともに動く範囲が狭くなってしまい身体の老化につながります。日常生活では動かさない部分をしっかりと動かすことで、身体の老化を防ぎ、健康で若々しい体をキープすることができます。

●内臓の働きを活性化する！

からだを横に曲げる運動や、ねじる運動など腹部の筋肉を刺激する動きがふんだんに盛り込まれており、内臓諸器官の働きを促進し便秘解消の効果も期待できます。また、深呼吸や胸を反らす運動では、心肺機能を向上させるなど、筋肉だけではなく身体に嬉しい効果がたくさんあります。

『ラジオ体操の効果』をご存知ですか？

●痛みの予防にも効果！

例えば、左側に2回体をねじったら右側も2回、前に倒したら後ろに反らすなど、左右前後均等に動かす内容になっていて、行うほど左右差など身体のバランスが改善されます。また、筋力や柔軟性が養われ、痛みの予防効果も期待できます。

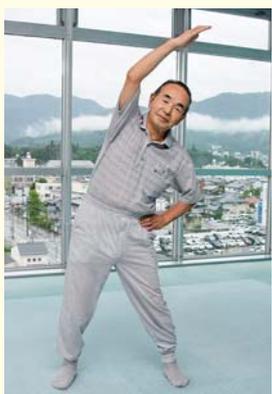
**効果を高めるポイント**

- ①自己流でやらずに、ポイントや注意点を確認してから行いましょう！
- ②使う筋肉を意識しながら動きましょう！
- ③音楽に合わせて、テキパキと元氣よく動きましょう！

●竹田健診センター  
T H P 室 健康運動指導士  
星 智子

『ラジオ体操愛好者のご紹介』

T H P 室利用者で、ラジオ体操をなんと約70年間続けていらっしやる保志さん（83歳）。



ラジオ体操を行う保志さん

『きっかけは、高校時代に体調を崩し、体調を治す目的で始めました。続けることで、体調も良くなり、大学進学後も続けました。社会人になってからも、出張先のホテルでもやっています。あえてビデオに撮らずに、毎朝早起してやるのがポイント（毎朝6時25分よりNHK「Eテレ」放映中）。規則正しい生活ができ、毎朝起きてやらないと気が済まない。現在は、特に痛い所もなく、ゴルフや社交ダンスを楽しんでいます』

保志さんは、7年前よりT H P 室の体操教室に通われていて、ボールエクササイズなど体幹を使う体操も難なくこなし、年下の利用者の方に驚かれています。長年継続されているラジオ体操の賜物です。皆さんも、続けやすい方法で始めてみませんか？

◎参考「もっとスゴイ！大人のラジオ体操決定版」著／中村格子・講談社



消化器内科  
時岡 峻三  
ときおか しゅんぞう

きょうは  
消化器内科  
です



こんにちは  
診察室です。

# 膵がんについて

こんにちはは時岡峻三です。遠い中国地方の岡山県から今年4月に赴任しました。生まれも育ちも前の職場も岡山県であり、実は東北地方に来到ること自体初めてです。早5ヶ月経過しましたが、ここで皆さんの温かい歓迎もあり、現在、消化器内科の一員として元気に日々診療に励んでおります。まだ診療の中で戸惑うことも多くありません。

強いですが主に広島弁に近いので何を話されていたのか聞くことも度々あります。岡山弁もクセが強いですが主に広島弁に近いので何を話されていたのか聞くことも度々あります。岡山弁もクセが強いですが主に広島弁に近いので何を話されていたのか聞くことも度々あります。

多くなりました。岡山弁は語尾に『〜じゃ』などの語尾に濁音が多いので気の強い言い方に聞こえますが、実際は温厚な人が多いので、岡山人を見付けた際には気軽に声をかけてください。さて余談が長くなりましたが、今回は膵がんについてお話しさせていただきます。

## はじめに

福島県は調べると、膵がんは平成29年度では586人(がん死亡数の9.1%、全死亡者の2.4%)とがん死因の第4位です(平成29年福島県人口動態統計)。膵がんは他のがんと比較しても極めて5年

生存率が低いといわれております。全国でも死亡数は、がん死因の第4位まで徐々に上昇しており、膵がんの死亡数はこの30年で8倍以上に増加しました。60歳代の方に多く、やや男性に多く発症します。喫煙、膵がんの家族歴、糖尿病、慢性膵炎などとの関連が指摘されています。

膵がんは種類がありますが、日常臨床で遭遇する多くは浸潤性膵管がんと言われる種類です。病期別に見るとステージ0からIVまであり、もちろんステージが上がるほど予後不良となります。多くは、初期には臨床症状は出現しないことが多く、発見時には既に多

発肝転移などを伴ってしまい、切除不能のステージIV(5年生存率27%とわかって予後不良)に分類されてしまいます。ここ最近の化学療法の進歩によって予後は昔に比べ改善されておりますが、基本的に化学療法のみで完治することは難しく、転移を伴わない膵切除可能な段階の内に早期発見・早期治療を行うことが重要です。また、転移など切除不可能な状態でも早期治療を開始することでがん進行での臨床症状出現を遅らせた

り、予後改善につながります。早期発見するためには、『膵がんになりやすい人』、『膵がん高リスク因子を持つ人』を、あらかじめ定期

# 「膵がん」についてご説明します。

膵癌発症の危険因子と危険率

	危険因子	膵癌発症の危険率(対照群との比較)
家族歴	膵癌の家族歴	4.5倍
	遺伝性膵癌症候群 (家族性大腸腺腫ポリポーシス・家族性乳癌 etc.)	4.46倍
遺伝性	遺伝性膵炎	53~87倍
	糖尿病	1.94倍
合併疾患	肥満	BMI 5以上の増加で1.1倍
	慢性膵炎	13.3倍
	IPMN	分枝型で15.8倍
嗜好	喫煙	約1.68倍
	アルコール	エタノール37.5g以上で12.2倍

◎参照/2019年 膵癌診療ガイドライン

的に経過をみておくことが重要であり、いま全国的に取り組んでいる地域が増えてきています。

## 膵がんの高リスク因子

膵がんのリスク因子としては、血縁のある家族内に膵がんになった人がいること、糖尿病や肥満などの生活習慣病、飲酒やタバコの嗜好が原因となります。また、慢性膵炎になった人や、IPMNという膵臓に嚢胞がある人などがなりやすいと言われています。

## 症状

膵臓は、胃の背中側に位置しており、洋梨あるいはなすびを横にしたような形をしています。位置的に膵がんになっても進行するまで症状が出にくい事が多いです。進行してくると、腹痛、食欲不振、腹部膨満感、黄疸、腰背部痛がみられますが、他の疾患でもよく見られる症状が多いので見逃される事が多いです。また、糖尿病を新規発症した、あるいは元々糖尿病患者ならば急激な増悪がみられることがあります。

## 診断

採血では、膵臓の腫瘍マーカーとして、CEA・CA19-9・Spa-1・DUPAN-2などがありますが早期では正常範囲の場合もあります。画像検査としては、腹部エコー、造影CT・MRI・MRCP(MR胆膵撮影)を行い、膵がんが疑われる場合には、内視鏡検査が追加されます。それはEUS(超音波内視鏡：先端に小さい超音波機がついている胃カメラ)、ERCP(内視鏡的逆行性胆管

膵管造影：内視鏡から膵管の中に細い造影チューブを入れ、膵液を吸ってがんがないか調べます。膵がんは早期では腫瘍として認識できない場合もあるので、その他、膵管異常なども見ます。膵がんと病理診断で確定するために、最終的にはEUSで膵臓に針を刺して膵組織を採取するEUS-FNAや、ERCPでの膵液診断を行うことが多いです。

## 治療

手術が根治治療ですが、がんが膵臓のみに局限している場合のみであり、全体の2割ほどしかいません。膵がんは前述の無症状が多いことや進行が早いことから、多くの患者で発見時には転移しており、化学療法や放射線治療を行うことが多いです。その中でもここ10年間で新規の抗がん剤が新たに保険適応となり予後は改善傾向にあります。また近年国内の多施設研究で、これまでは最初から手術を行っていた「切除可能」膵がんでも、予め数ヶ月抗がん剤治療を行うことで治療成績が改善

する可能性が報告されています。

## おわりに

膵がんは症状出現の遅さや、進行の速さからなかなか早期発見が難しいがんです。なので『膵がんになりやすい人』『膵がん高リスク因子を持つ人』は、定期的に膵臓の経過を見ておくべきだと思います。もし検診や他科検査で、膵腫瘍がみられなくても膵異常(膵管異常や膵嚢胞、萎縮など)がみられましたら一度当科を受診されてはいかがでしょうか。特に血縁で膵がんの人がおられたり、糖尿病の新規発症、慢性膵炎やIPMNなどの膵疾患の既往がある人は要注意ですので、このような患者さんには、一度画像検査(US・CT・MRIなど)をご検討ください。会津地区は特に酒処として有名ですので、私見ですが隠れ慢性膵炎、隠れ膵がんは多いのではないかと思っています。この病院で新参者ではありますが、何か困ったことがあればお気軽に声をかけてください。

# あつたか介護

## 介護老人保健施設 エミネンス芦ノ牧 〜その人らしく〜

認知症専門棟では、その人らしく安心して過ごせるように、一人ひとりに合った対応を心がけています。利用者のA氏は、テーブルや椅子を動かしたり、テーブルに椅子をのせてしまったりすることがありました。なぜそのような行動をとるのか分からず、危ないからとその行動を止めていました。そうするとA氏は怒り、大声を出

したり、手を挙げようとしたり、一度始めた行動は止められず、食事も摂らない日がありました。

なぜそのような行動をとるのか、どのような対応をしたらいいのかと考えていましたが、ご家族との話の中にヒントがありました。A氏は昔から機械をいじったり、物を直すことが好きで一日中作業をしていたそうです。ビニールハウスも自分で改造し、奥様と喧嘩した日はそこに引籠ることもあったと、ご家族が笑いながら話してくれました。ご家族の話を聞いて、施設での行動も本人は作業をしているつもりではないかと考えました。

A氏の行動を危ないからと止めるのではなく、安全にその作業が行える環境を提供しようという事になりました。テーブルや椅子を動かし始めた時には、本人や他の利用者の方に危険が及ばない様に配慮しました。食事も出来るだけ本人のペースを心がけました。その結果、集中して作業をした後は満足気に笑顔を見せてくれました。今では様々な場面で笑顔がみられ、私たち職員もとても嬉しくその笑顔に癒されています。



椅子を片付ける利用者の方

## 通所リハビリテーション

### TRY

「働きたい」を  
支援する場として

当事業所には、様々な目標を持った方が通所されています。中には「また働けるようになりたい」という目標に向けて取り組んでいらっしゃる方もいます。今回は通所リハビリでの仕事復帰に向けた関わりをご紹介します。

通所リハビリは、身体機能や動作の向上に取り組み、課題や不安と向き合いながら様々な活動にチャレンジできる場です。通所での活動を通して、「できること」「できないこと」「何を援助してもらえるのか」「何を知ることは、仕事について検討する上で重要です。元の仕事への復帰、新たな就労など、目指す目標は人によって異なりますが、本人・家

族、関連部署との話し合いを重ねながら、より良い方針を検討するようになっています。就労に向けて段階的に取り組むために、通所リハビリから次のステップとして、作業所を検討することもあります。また、勤務先が決まれば、通勤方法や作業内容などについての検討、必要に応じて職場への同行訪問、仕事を想定した練習などを行うようにしています。

当事業所では、以前利用者だった方が、この7月よりスタッフとして勤めています。就労を実現したモデルが身近にすることで、利用する方も心強く感じられると思います。「働く」目的は、単にお金のためだけではなく、社会とのつながりや役割を持つことで生きがいにもつながっていきます。思いを実現するために、「仕事復帰への準備の場」として当事業所を活用していただきたいと思います。



事務仕事を想定したパソコン  
操作練習



リハビリテーション部  
総合リハビリテーション課スタッフ

## はじめに

リハビリテーション部で、主に急性期を担当する部署として脳神経リハビリテーション課、運動器リハビリテーション課と共に総合リハビリテーション課があります。

当課は、外科・心臓係、内科理学療法係、内科作業療法係の3チームからなり、スタッフは理学療法士31名、作業療法士11名の総勢42名で日々業務にあたっています。

リハビリテーション室は総合医療センター3階にあります。実際の練習や治療の多くは病棟やICU・HCUで行います。

## 業務内容

### 【総合リハビリテーション課とは】

主に急性期のリハビリテーションを担う一部署です。

多くの診療科の患者さんに、それぞれ異なる病状やリスク、ご希望に配慮しながら、早期の退院や社会復帰に向けて取り組んでいます。

当課は『総合』の名前の通り、内科・外科・心臓血管外科・循環器内科・消化器内科・泌尿器科・耳鼻咽喉科・呼吸器内科・呼吸器外科・形成外科・産婦人科・緩和ケア内科など、様々な疾患の患者さんのリハビリテーションを行います。また、疾患に加え、ご高齢の方、合併症をお持ちの方、手術の方、透析の方、人工呼吸器をつけた方など病状も様々な方がいらっしやいます。

当課療法士の役割は、多職種の方々と連携し、患者さんのご希望に沿いながら再び家庭に・施設に・地域に・職場に復帰していた

# すすめ院内探検隊！

VOL.88

## リハビリテーション部 総合リハビリテーション課

だくことですが、そのためには廃用症候群をいかに防ぐかがカギとなります。

『廃用症候群』という言葉は、病気の治療や手術などで動かない状態が続くと、筋肉が痩せ、関節が硬くなり、心肺機能・認知精神機能・嚥下機能の低下などの様々な症状を来し、出来ていた動作が困難となってしまう状態を言います。場合によっては、寝たきりになる方もいらっしやいます。

そのために、私達は疾患や手術など身体状態が異なる方々のリスクに最大限の注意を払いながら、出来るだけ早期から身体や気持ちを持ち、起きたり歩いたりするように努めています。

また、私達に関わる患者さんの中には、ご高齢で何度も誤嚥性肺炎を繰り返される方がいらっしやいます。高齢化の中にあり、最近多くみられるようになってきました。その為、身体のみならず、摂食嚥下機能の評価や練習も重要な役割の一つとなっています。

## おわりに

私達は今後も、日々進歩する治療や手術方法に対応しながら、且つ、廃用症候群と闘いながら、患者さんが早期に、そして安心して退院・社会復帰して頂けるように支援していきたいと思えます。



9階東病棟専属の療法士として話し合いに参加(右から2番目)



竹田看護専門学校 副学校長

さとう ちかげ  
佐藤 千景

## 「2021年度入学試験にあたって」

某企業調査の「小学生の就きたい職業ランキング10」が新聞に載っていました。女子の「看護師」は第2位。女子の看護師人気は長年にわたっています。では男子はどうでしょう？予想通りと言いますが、相変わらずスポーツ選手が1位であり、ゲームクリエイターなど時代を反映した職業がランキングされていました。

本校の2021年度入学試験の間もなく始まります。小学生女子の上位ランキングにもかかわらず年々減少傾向にある受験者数を心配しています。本校に限らず少子化に伴う大きな課題となっています。さらに社会人の入学状況は、働き方改革による賃金引上げに伴い全国的に減少傾向にあります。また低所得世帯に対する修学支援

新制度が制定され、大学進学者は増えていくと予想されます。つまり、専門学校としていかに高校卒業者の入学生を確保するかが悩みどころです。

本校には15%の男子学生が在籍し、日本の就業看護師の男性の割合も2018年は7・8%と少しずつ増えています。小学生男子の職業ランキングには入っていませんが、今後も期待するところ

です。

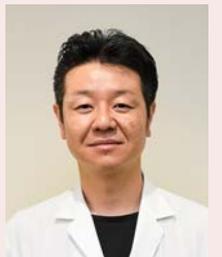
社会の変化に影響されつつも、何より選ばれる学校づくりにも励んでいきたいと思っています。



当校への入学を待ち望む在校生

## 「このあとどうしちゃう」

著/ヨシタケ シンスケ 発行/ブロンズ新社



臨床検査科 生理検査室 室長

ほし ゆうき  
星 勇喜

**今** 今回紹介するのは絵本です。この本は叔父が私の娘と息子にプレゼントしてくれた1冊です。

この本はおじいちゃんの死から始まります。主人公である孫が遺品を整理中に「このあとどうしちゃう」と書かれたノートを見つめます。そこには「うまかわつたらなりたいたいもの」、「こんなかみさまにいてほしい」など天国に行って楽しみにしていることが書かれています。始めは「おじいちゃんは死ぬのが楽しかったのだろう」と考えました。しかし、死ぬのが怖くて楽しい事を考えていたのかもしれないと思直します。おじいちゃんの気持ちは今となってはわかりませんが、主人公は考えた末に「いきているあいだはどうしちゃう」ノートを作ることにします。

この本はおじいちゃんのノートから「死」というテーマを子どもにも分かりやすく書かれています。子ども達と同じ目線で「死」に関して話すことができました。今まで「死」について話す事は話題にしたくない内容の1つでしたが、今までは違った感覚でも新鮮でした。改めて絵本の奥深さを感じた1冊でした。

大人になってから読む本は専門書、自己啓発書が多くなりました。小さなお子さんがいなくてもたまには絵本を眺めてみませんか？





いろいろな  
話題をあつめて  
ズームアップ!

## 総合医療センター 改修工事終了



新しく4床室に改修された病室

3月より総合医療センター7階・8階・9階病棟における個室を4床室に改修する工事の際は、入院中の患者さんをはじめ、関係者の皆さま方には、騒音・振動など、大変ご迷惑をお掛けし申し訳ございませんでした。6月末日に

は皆さまのご協力もあり、無事故改修工事を終え、7月1日より運用を開始いたしました。

## 新入職員辞令交付式 新人研修

7月1日、総合医療センター竹田ホールにおいて2020年度新入職員の辞令交付式が行われました。今年は新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、例年より3ヶ月遅れての辞令交付式となりました。今年度当財団には、臨床研修医11名の他、看護師・助産師43名などを含む105名の職員が入職しました。新入職員一人ひとり名前が呼ばれ、各職種の大表者に本田雅人<sup>まさひと</sup>病院長より辞令が手渡されました。本田病院長より「病院の決まり事やルールを学び、患者さんをはじめ外部の方々などに元気に挨拶する竹田の良い風土を皆さんも受け継いでください」との式辞が新入職員に贈られました。

例年新入職員は、各職場へ配属される前に1週間に及ぶ様々な研修が行われていましたが、今年度は新型コロナウイルスの関係で、新入職員を密にならないように2

つのグループに分け、2日間に短縮して研修が行われました。



本田病院長より辞令を受ける新入職員



様々な新人研修(ビジネスマナー)

## 入館者の体温チェック

4月24日より、当院では新型コロナウイルスに対する院内感染対策のため、総合医療センター正面玄関と救急室入口、山鹿クリニック東側玄関、こころの医療セン

ター正面玄関において、入館する方の体温チェックを行っております。9月になりましたも、新型コロナウイルスの感染拡大が続いていることから、引き続き入館時の体温チェックをさせていただきます。皆さまには大変ご不便をお掛けいたしますが、ご協力いただけますよう、お願い申し上げます。



サーモグラフィーによる体温チェック

## がん相談支援センター

がんに関する悩みや不安、疑問に対応しております。

■相談時間：月曜日～土曜日

午前9時～午後4時30分(第2・4土曜日、祝日、年末年始は除く)

■受付場所：がん相談支援センター(総合医療センター1階 地域医療連携課内)

☎0242(29)98832

栄養士のおすすめ  
レシピ

# つくってみらんしょ

## ブドウ&ヨーグルトゼリー

1人当たりのエネルギー … 約 128kcal (1個) / 所要時間 … 約 20分 (冷却時間 1~2時間)



調理担当者 おぼた なり 小幡 梨 莉



### 《材料(2人分)》

#### A (ヨーグルトゼリー)

- ヨーグルト(加糖)…140g
- 砂糖……………10g
- ゼラチン……………2g
- ブドウ……………5~6粒 (お好みで)

#### B (ブドウゼリー)

- ブドウジュース(果汁 100%)…125cc
- 砂糖……………4.5g
- ゼラチン……………3g

### ● 作り方

#### 【A】

① 鍋にヨーグルトと砂糖を入れ、ふつふつしてきたらゼラチンを入れて溶かす。

② 容器に入れ、冷蔵庫で1時間冷やす。

#### 【B】

③ 鍋にブドウジュースと砂糖を入れ、砂糖が溶ける程度に加熱し、ゼラチンを入れて溶かす。

④ ③を平らな皿に流し、粗熱をとって冷蔵庫で30分冷やす。

⑤ ④がしっかりと固まったら【A】のブドウゼリーをサイコロ状に切り、②の上に乗せる。ブドウを盛り付ける(写真では皮ごと食べられるブドウを使用)。



管理栄養士 さいとう ゆうか 齋藤 佑香

### 「ブドウ」の豆知識

夏から秋に旬を迎えるブドウは、現在50〜60種類ほどが栽培されています。

ブドウには体内に吸収されると素早くエネルギーに変換されるブドウ糖や果糖などの糖質が多く含まれており、疲労回復効果が非常に大きいといわれています。

また、皮の色が違うことによつて栄養成分も少し異なり、黒や赤の皮にはポリフェノールが含まれています。アントシアニンには活性酸素を除去する効果や、悪玉コレステロールの発生を防ぐ働きがあることから、がんや動脈硬化の予防にも期待されています。これらの栄養素を身体の中で十分に生かすためには、皮ごと食べることがおすすめです。

今回はさっぱりとしたヨーグルトゼリーに旬のブドウを使ったゼリーを重ねたブドウ&ヨーグルトゼリーをご紹介します。

### ポイント

ゼリーの上に飾るフルーツはお好みで他の果物をのせてもお洒落♪ブドウジュース以外にもオレンジジュースでも美味しいです。

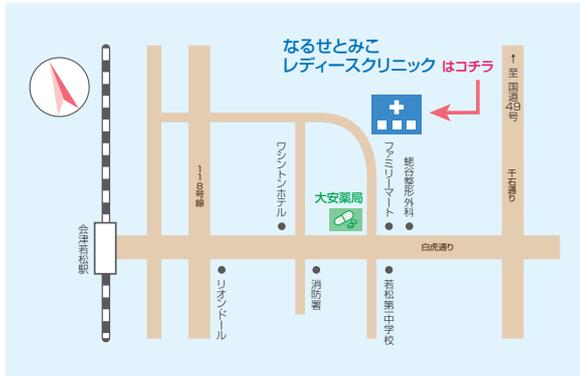
● 婦人科 ● 内科

# 医療法人ハナミズキ なるせとみこレディースクリニック



院長  
なるせとみこ  
鳴瀬 都美子

女性のためのクリニックです。  
女性特有の症状でお悩みの方々が、安心して受診していただけますよう、努力してまいります。



【診察時間】〈月～金〉※水曜日午後休診 〈土曜日〉  
午前9時～12時30分 午前9時～12時  
午後2時～5時30分 午後1時～3時

【休診日】  
日曜日・祝日・水曜日午後・8月14日～16日・12月31日～1月3日

【住所】  
〒965-0024 福島県会津若松市白虎町66-1  
TEL 0242 (37) 7851 FAX 0242 (37) 7853

【診療日】

	月	火	水	木	金	土	日
午前	●	●	●	●	●	●	-
午後	●	●	-	●	●	●	-

## あなたのまちのお医者さん

〈会津若松市〉

● 内科 ● 小児科 ● 循環器科

# 医療法人 二瓶クリニック



院長  
にへいちゅうせい  
二瓶 忠精



ます。り組んでい  
域医療に取  
対応した地  
のニーズに  
新しい地域  
は、最近の  
策。さらに  
認知症対  
に、高齢者の方が、家に閉じこも  
りがちになることで誘発される

当クリニックは、3つの診療方針に基づき、「日々は診療」を実践しています。第1に、障害が残る脳梗塞や心筋梗塞を防ぐ為の動脈硬化対策。第2に、加齢とともに起こりやすくなる転倒・骨折の原因や内臓疾患を引き起こす円背の原因となる骨粗鬆症対策。第3に、高齢者の方が、家に閉じこもりがちになることで誘発される



【診療時間】  
【午前】8時30分～12時 【午後】2時～6時

【休診日】  
日曜日・祝日・水曜日午後・土曜日午後

【住所】  
〒965-0102 福島県会津若松市真宮新町北1丁目11-1  
TEL 0242 (58) 3885 FAX 0242 (58) 3902

【診療日】

	月	火	水	木	金	土	日
午前	●	●	●	●	●	●	-
午後	●	●	-	●	●	-	-

# ぐるっと会津



## ふるさと探訪

VOL.146

『たすかりマルシェ』  
—「まだ使える」を  
必要とする人に届けたい—

喜多方市にある資源再生を手がける荒川産業グループは2018年11月から、市内で服や食器など家庭で不要になった物を集めて灯油の割引券と交換し、それを市内南町おだつき蔵通りにある味噌蔵を改装した趣のある店舗（マルシェ）で販売するなど、循環型マルシェを行っている。



集められたものなどを販売する新金忠明治蔵

——「たすかりマルシェ」についてお聞かせください。

家庭にある着なくなった服や靴、不要になった皿などの食器類、ベビー用品（服、おもちゃ、

たすかりマルシェ  
すずき 鈴木 治代さん



ベビーカー）などを市内にある「ガソリンスタンド山庄商店」に持ち込みます。持ち込んだ量に応じて同店で利用できる灯油割引券と

交換になります。検品し修繕が必要なものはグループ内にあるNPO法人くるりんこ（就労継続支援B型事業所）できれいに修繕後、マルシェで販売される仕組みです。マルシェで売れ残った商品は、海外へ輸出されたり、服などは細かく裁断され加工後、車の部品の一部になったりとゴミとして捨てられることはありません。

——「たすかりマルシェ」を立ち上げた理由をお聞かせください。

今、物を大事にしない、使い捨ての物が多い世の中だと思います。

す。捨てられる物の中には、まだ結構使える物も数多くあり、場合によっては、これらの物を使ったという方がいるのも事実です。そういう方々を繋げることができたらいいなと思いました。

そこには、昔私たちが好んでやっていた「お譲り精神」がベースにあります。自分の子どもが中学生になり、知り合いから制服や体操着を譲ってもらったなど、いらなくなった物を捨てるのではなく、制服のような思い出のたくさん詰まった物を別の方に使ってもらいたいという思いもあり、たす

かりマルシェを始めました。また、喜多方にはそういった精神が残っていたこともあります。

——活動で印象的な出来事などありましたか？

以前、新聞にたすかりマルシェの記事が掲載されたことがありました。その記事をご覧になった郡山市在住の女性の方から、「子どもの服は大丈夫ですか」と問い合わせがありました。大丈夫ですが、郡山までは受取りには行けませんとお話ししたところ、宅配便でお送りしますとお話しされ、お金を掛けてまで送ってくださる事が気になって理由をお聞きしました。

「思い入れがありどうしても自分では捨てられない」、記事を読みここにお願ひしたら次の方に大事に使ってもらえると思ったので連絡したとのことでした。送られて来たものは、発表会で着るような素敵な女の子と男の子の洋服と思いが綴られた手紙でした。その洋服と手紙を手にした時、とても温かい気持ちになりました。

# 情報

## あ・ら・か・る・と

知っておトクな  
院内情報！

### 面会禁止について (8月28日現在)

現在、新型コロナウイルス感染症の拡大が収まらない中、厚生労働省の「医療施設における感染拡大防止のための留意点について」において、更なる院内感染対策の強化が示されています。  
当院では、院内の患者さんの安全な療養環境を確保するため、面会制限のレベルを設定しています。このレベルは、インフルエンザや感染性腸炎などの流行性ウイルス感染症などの流行レベルを参考にしながら設定しています。

なお、現在当院はレベル4の段階で、面会禁止になっております。(病院より面会を依頼された方のみ面会可能)

面会制限レベルの詳細につきましては、竹田病院HP ([http://www.takeda.or.jp/1/index/1\\_nyuin.html](http://www.takeda.or.jp/1/index/1_nyuin.html))「患者さん情報」↓「入院のご案内」をご覧ください。



8月28日現在

### 分娩予約・婦人科専用 ダイヤル変更のお知らせ

10月1日より、分娩予約・婦人科専用ダイヤルを左記のように変更いたします。

☎0242(23)7200

ご登録いただいている方は、登録番号の変更をお願い申し上げます。より一層、安心安全な分娩をしていただけるように努めて参りますので、よろしくお申し込み申し上げます。

### 予約専用ダイヤル変更のお知らせ

予約システムの變更に伴い、外来の診療予約の電話番号を変更しました。  
ご登録いただいている番号の變更をお願い申し上げます。

**外来診療予約センター**  
**0242-27-5577**

受付時間 8:00～17:00

8:00 ～ 11:00	11:00 ～ 14:00	14:00 ～ 17:00
大変 混み合う 時間帯	少し 混み合う 時間帯	繋が りやすい 時間帯

### 竹田地域医療フォーラム 開催中止のお知らせ

新型コロナウイルス感染症が拡大し続けている状況を受け、2020年10月に會津風雅堂で予定しておりました第19回竹田地域医療フォーラムにつきまして、開催中止を決定いたしましたのでお知らせいたします。

ご来場を楽しみにしてくださいました皆さまには、ご理解を賜りますようお願い申し上げます。

### 『患者相談窓口』のご案内

- 医療に対するご相談：地域医療連携課 ☎0242-29-9832
  - ご意見・ご要望：管理課 ☎0242-29-6698
  - どこに相談したら良いかわからないこと：竹田まるごと相談窓口 ☎0242-29-9700
- ※なお、各フロアに投書用ポスト（リリボックス）が設置されております。ご意見などはこちらまでどうぞ。

### 編集後記

過ごしやすい季節になってきました。日本には素敵な四季がありますね。皆さんはどの季節がお好きですか？私は秋がとても好きです。読書の秋、スポーツの秋、食欲の秋…。炊きたての新米に生卵、お醤油にもこだわった卵かけご飯が最高です!! 今年は自宅で静かに過ごす時間が多かったと思います。新しい生活様式・自粛生活で読書量が多くなったり、ストレッチやお料理に励んだ方も多いのではないのでしょうか。さて、秋の夜長を月でも愛でてゆったりと過ごしてみませんか？ F.Y

ふれai 9・10月号 VOL.162

《2020年9月5日発行》

■ 制作：一般財団法人 竹田健康財団  
■ 発行者：竹田 秀  
■ 編集：広報誌編集委員会

記載内容につきましてご意見・ご質問・ご感想等ございましたら、下記までご連絡下さい。

竹田総合病院 ふれai事務局

〒965-8585 福島県会津若松市山鹿町 3-27  
TEL 0242-23-4644 FAX 0242-29-9798

「花の命は短い」と  
 誰が言ったか知らないけれど  
 あなたが開かせた花々は  
 私の心に咲き続け  
 私の一部となっていて  
 いつか私もあなたのように  
 繋いでいきたい  
 花束のボタン



認知症専門デイサービス OASIS 2 号館 利用者の方の作品

経営  
理念

信頼されるヘルスケアサービスを提供し地域に貢献する  
 職員が成長し喜びを感じられる組織風土を造る

病院の  
使命

質の高い保健・医療・福祉の機能を提供し  
 地域の方の健康に関する問題解決を支援する

## 一般財団法人 竹田健康財団

- 竹田総合病院 地域医療支援病院 / 地域がん診療連携拠点病院 / 臨床研修指定病院 / 日本医療機能評価機構認定  
地域周産期母子医療センター / 地域リハビリテーション広域支援センター / 外国医師臨床修練指定病院
- 山鹿クリニック    ■ 芦ノ牧温泉病院
- 介護老人保健施設 エミネンス芦ノ牧
- 介護福祉本部    ■ 竹田看護専門学校

▼ HP



▼ Facebook

