



理念 誠実であたたかい 保健・医療・福祉サービスを提供し 地域の安心と発展に貢献する

金森医院の新体制です

外科・内科
リハビリテーション科
医師 城 健二



4月1日よりこちらに勤務させていただく事になりました外科の城です。出身は熊本市ですが、大学から県外に出て主に北部九州を中心に勤務しておりました。7～8年前に八代市の病院に勤務することになり熊本県へ帰ってきました。以前は外科一筋で手術が中心の生活を送っていましたが、リハビリや内科疾患の患者さんに関わる機会が増え新しい経験に刺激を受けています。宇城地区は初めてで慣れないことも多いですが、お力になれるよう励みたいと思います。どうぞよろしくお願いいたします。

循環器内科
医師 荒木 智
毎週金曜日の午後(予約制)



はじめまして。4月から勤務しております荒木です。専門は循環器内科です。

まだ不慣れなこともありますがお患者さんに寄り添った診療を行っていきたく思いますので宜しくお願いいたします。

診療担当医表

		月	火	水	木	金	土
8:30 午前 診察	医師	金森 正周 (10時から診療開始)	金森 正周	糖尿病外来(予約制) 金森 正周	金森 正周	金森 正周	(第1週) 金森 正周 木脇 祐聡
		濱田 勢治	木脇 祐聡	木脇 祐聡	木脇 祐聡	木脇 祐聡	(第2・3・4・5週) 木脇 祐聡 濱田 勢治
12:00		城 健二	城 健二	城 健二	城 健二	城 健二	
14:30 午後 診察	医師	城 健二 (16時で診療終了)	城 健二	(訪問診療後) 城 健二	(訪問診療後) 城 健二 (第1・2・3・5週)	循環器外来(予約制) 荒木 智	
		濱田 勢治	濱田 勢治	濱田 勢治	金森 正周	濱田 勢治	
17:45			(病棟回診後) 木脇 祐聡	(16:30～17:30) 木脇 祐聡	(第4週、それ以外は訪問診療後) 木脇 祐聡	(訪問診療後) 木脇 祐聡	

但し、都合等により急遽変更する場合がございます。ご了承下さい。



☆健康ワンポイントアドバイス☆

「熱中症かな?」と思ったら…

今年も暑い夏がやってきました。この時期になると、熱中症の患者さんが一気に増えてきます。熱中症は、毎年7月から8月に集中して発生し、特に梅雨明けの蒸し暑く、急に暑くなる7月には体が暑さに慣れていない為、熱中症による救急搬送者数や死亡者数が急増しています。

日本救急医学会は、周囲にいる人がいち早く異常に気付き、治療につなげられる目的で熱中症の重症度を3つに分類しました。(図をご参照下さい)

1度は体の表面を冷やすことや、水分・塩分の補給など現場で応急手当をし、2度以上は医療機関へ連れて行き、経口や点滴による水分・塩分補給、体を冷やすといった処置を受けさせます。3度は入院が必要となります。

また高齢者は重症例が多く、室内で熱中症になるのは、高齢の女性やひとり暮らしの人に多く、高血圧・糖尿病・認知症など持病があると重症化しやすいので注意しましょう。

熱中症の重症度 診療指針をもとに作成

1度 応急処置と見守り 改善しなければ医療機関へ



- ・めまい
- ・立ちくらみ
- ・生あくび
- ・大量発汗
- ・筋肉痛 など

2度 医療機関へ



- ・頭痛
おうち
- ・嘔吐
けんたいかん
- ・倦怠感
- ・虚脱感 など

3度 入院



- ・意識障害
- ・けいれん
発作 など

甘酢にフルーツを漬け込む「フルーツ酢」は、水や炭酸水で割って楽しめます。疲労回復や食欲増進によい「酢」は、夏バテ予防や解消ドリンクとしてお勧めです。



管理栄養士
おすすめ
レシピ

『ブルーベリー酢』 フルーティな香りと、さっぱりした飲み心地がこの季節にぴったり！

【材料 出来上がり量1.2ℓ】

- ブルーベリー(生又は冷凍)
…………… 250g
- 甘酢 { 酢…………… カップ2
水…………… カップ1と1/2
砂糖…………… カップ1
- 《全量：エネルギー 645kcal》



作り方

- ①鍋に甘酢の材料を入れ中火にかけ、煮立たせる。
 - ②洗って水気をきったブルーベリー(冷凍の場合は凍ったまま)を耐熱性の保存瓶に入れ、アツアツの甘酢を加え、フタをする。
 - ③あら熱を取り、冷蔵庫に入れる。作って2日後からが飲み頃。耐熱性の保存瓶に入れ、冷蔵庫で約3ヶ月間保存可能。
- ◎りんご、キウイ、バナナ、いちご等でも作れます。お好みのフルーツ250g(正味)を、5mm～1cm幅に切って、同様に漬けてみます。

簡単!! 体操シリーズ 第11弾「膝痛体操」

膝が痛い時、無理をせず休むことも大切ですが、いつまでもじっとしていることは膝関節にとって良くありません。安静にしていることでかえって筋肉や関節が硬くなるため、血行が悪くなってしまい、ますます膝を痛めます。定期的に無理のない運動をすることが大切です。

1) 脚上げ体操(左右20回ずつ)

- ①あお向けになり、反対側の脚を立てる。伸ばした方の脚を膝を曲げずに、かかとを10cmほど上げる。
- ②5秒間静止して、ゆっくりと戻す。

膝を曲げると腰に負担がかかりません。



2) 横上げ体操(左右20回ずつ)

- ①横向きになり、反対側の脚を曲げる。膝を伸ばして、足首を床から10cmほど上げる。
- ②5秒間静止して、ゆっくりと戻す。

下の脚は直角になるくらい曲げると安定します。



3) ボール挟み体操(20回)

- ①床に腰を下ろし、両手はおしりの横後ろへ着く。
- ②ももの間にボールを挟む。(固めのクッションや丸めたタオルでもOK)
- ③もものにゆっくり力を入れてボールを強く押しつぶし、5秒間静止して力を抜く。



健康で、健やかに、楽しく

デイサービスすみよし



9周年記念感謝祭

デイサービスすみよし
は平成27年4月1日で丸
9年を迎えました。

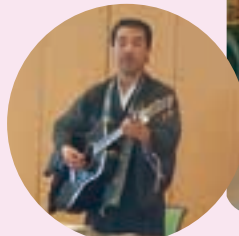
利用者さんやご家族・
地域の方々へ日頃の感謝の気持ちを込めて今年も“感謝祭”を開催しました。天候にも恵まれ昨年よりも多くの方に足を運んで頂き、大盛況の中、会を行うことが出来ました。また、ボランティアさんのご協力により楽しい催し物をお見せでき「毎年ここに来るのが楽しみです」「また来年も来るね」と、嬉しいお言葉も頂けました。ご来場頂いた皆さん、ご協力して下さいました皆さんに感謝の気持ちでいっぱいです。

来年は10年の節目を迎えます。これからも地域に貢献できるデイサービスを目指しスタッフ一丸となり頑張っ



第38回 ふれあい会 を開催しました

6月7日
日曜日



訪問看護・ヘルパーステーション合同による家族会（ふれあい会）をケアコートうと本町の多目的ホールにて開催致しました。

19名の参加があり、和やかな雰囲気での開始。

今回は、網津の浄蓮寺住職・高川実玄さんに「いのち」というテーマで講話をして頂きました。

生きているそのものに問うてみる、生の依るところ・死の帰すところなど、命の意味するものや、しゃぼん玉を歌いながらその歌詞の意味などなど、感慨深いお話をして頂きました。

参加者で、92歳で今まではもう早く逝きたい…と思っていたけど、講話を聴いて考えが変わりました、ありがとうございました…という意見も聞かれ、良い時間を過ごすことができました。参加して下さった方々、ありがとうございました。

次回は11月に開催予定です。

第14回家族会

デイサービスあさひまち

当施設では、在宅で介護されている家族の皆様の不安や想い、苦労などの胸の内の話せて、少しでも気持ちが軽くなって頂ける家族会を年2回（半年ごと）開催しております。今回で第14回目を迎えました。

前回の開催から半年間の活動の様子をスライドと個人のアルバムより見て頂きました。

座談会では、お互いの悩みや苦労に共感され、時にはアドバイスや笑いもあり、心温まる会となりました。

ご家族、利用者のみならず皆さんが安心して過ごして頂けるよう、また、手助けが出来るよう更なるケアの向上に努めて参ります。



デイサービス あさひまち 移転



デイサービスあさひまちは、8月より栄町（宇土市栄町26）に移転します。今後ともよろしくお願いいたします。





第2回 金森会グランドゴルフ大会開催



2回目となりました金森会入所・通所サービス合同によるグランドゴルフ大会が5月28日(木)に宇土市市民グラウンドで開催されました。天気心配もあったのですが「ちょうどいい曇り」になり32名の方が楽しまれ、大きな歓声が上がっていました。

参加された利用者の方からは普段では見られないような笑顔や悔しそうな表情を浮かべられており、同行したスタッフ、ボランティアの方みんな楽しんで事が出来ました。グランドゴルフを通じて利用者の方の「明日への活力」になればと思っています。第3回大会は秋に予定しております。



職員紹介



金森医院
看護部 田村 利子

私は金森会一のホークスファンを自負しています。2月の宮崎キャンプに始まり、オープン戦・ペナントレース・クライマックスシリーズ・日本シリーズを経て、秋季キャンプ・11月のファン感謝祭で一年が終わります。主に主人や友人・職場の同僚とヤフオクドームでの観戦が多いのですが、時間が許せば一人で観戦する事も多々あります。年間20試合以上は足を運んでいるのではないのでしょうか?今年も優勝目指して応援していきます。



在宅ケアセンターあさひコート
介護支援専門員 野口 久美

私の楽しみは物産館や史跡巡りです。暫く忙しく機会がなかったのですが、先日久しぶりに山鹿へ出かけました。ボランティアガイドさんの案内で八千代座や灯籠民芸館、西の高野山と呼ばれる金剛乗寺へも参拝出来ました。歴史ある商家が軒を連ねる豊前街道筋には、風情ある街並みが続きかわいい民芸店や足湯もあり、のんびりと散策できます。そして忘れてならないのがご当地スイーツ♡心もお腹も満たされ元気チャージできた一日でした。



小規模多機能ホーム うと本町
介護福祉士 鬼塚 眞寿美

出かけるのが好きな私は、春になると実家に帰り、甘夏やつわ、ふきなどの春の味覚を取ってきてスタッフに振舞うのが毎年恒例になっています。

秋になるとリフレッシュ休暇を利用して、必ずどこかに旅行しようと友達と計画を立てています。残念なことに、ここ何年かは県外に出ることができませんでした。それでも今年も気の合う友達と楽しく旅行ができればいいなと思っています。

国家試験合格しました



介護福祉士

あさひコート 通所リハビリ
松永 保志

利用者さんやご家族に、この人なら安心して任せられる、「あなたじゃなければ」と思ってもらえる職員になれるように今後も支援していきたいと思います。



介護福祉士

あさひコート 入所
川上 幸奈

介護福祉士として初心を忘れず、新たな気持ちで頑張ります。



介護福祉士

あさひコート 入所
末富 周子

頑張って取得した介護福祉士☆一生懸命頑張りますので宜しくお願いします。



介護福祉士

デイサービスうと本町
内田 守昌

この世界に入り最初の目標を達成でき、大変嬉しく思います。この資格に恥じぬよう努力していきます。



理学療法士(PT)

金森医院リハビリ部
光永 直人

無事に合格することができました。今後も機会があれば色々な資格に挑戦したいです。



介護福祉士

あさひコート 通所リハビリ
中山 智香子

初心の気持ちを忘れないように頑張っていきます。



介護福祉士

あさひコート 入所
赤星 孝子

合格できてとても嬉しいです。これからも初心を忘れず頑張ります。



介護福祉士

ケアコートうと本町
上田 てい子

これからがまたスタートだと思って、今まで以上にがんばっていきます。



介護福祉士

デイサービスあさひまち
渡辺 明美

「介護福祉士」としての自覚を持ち、利用者さんに喜んでいただける様に一層頑張ります。



臨床検査技師

金森医院
田端 孝平

元気で明るくがんばります。よろしくおねがい致します。

医療相談室の紹介

医療相談業務とは、他医療機関との連絡調整を行う部署です(地域医療連携)。地域における基幹病院(高度な専門的医療を担う病院)とかかりつけ医などの各医療機関が各々の役割を明確にして、お互いが協力し合い、地域の医療を支えていくことのお手伝いをさせていただいています。

当院でも、基幹病院への紹介、病状安定後の転院依頼・受け入れ、入院日の日程調整、ベッドの確保、患者さんの現状把握等の連携をとっています。

今、「かかりつけ医をもちましょう!」といわれている時代において、とても重要な業務を担っています。

何かございましたら、担当福田までご相談下さい。



金森医院
医療相談室
福田 多磨子

3月より、相談員として勤務しています。1日も早く皆様から安心していただけるように頑張りますのでよろしくお願い致します。

成人用肺炎球菌ワクチンの 助成が延長されました。



昨年度から助成対象となった肺炎球菌予防ワクチンですが、宇土市では本年度は4月から助成が始まっています。対象年齢は前回と同じく、本年度中に以下の年齢に達する方です。また、宇土以外でも助成が始まっている地域もありますので、各保健センター、若しくは受付にお尋ね下さい。

平成27年度助成対象者（宇土市の場合）

65 歲 70 歲 75 歲 80 歲

85 歲 90 歲 95 歲 100 歲

※対象者には、宇土市保健センターよりご案内のはがきが届いています。

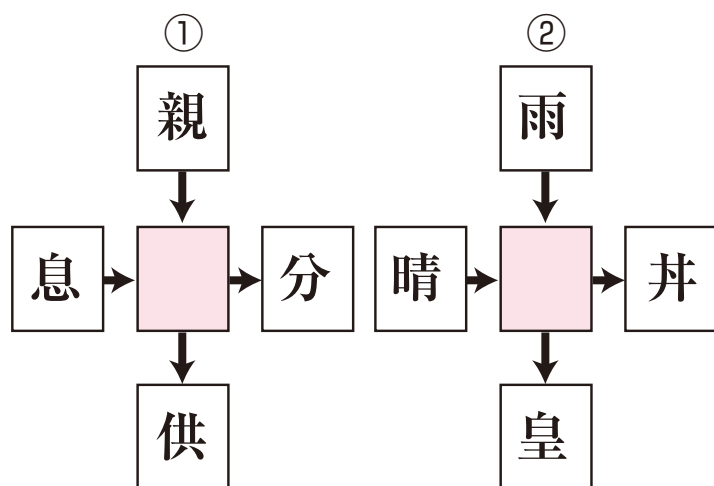
接種金額：個人負担4600円

(宇土市の場合は、4000円の助成あり、
個人負担は4600円になります。)

New!! 頭の体操シリーズ 第1弾

『熟語連想パズル』

矢印の方向に読むと、2文字の言葉になるように、真ん中のマスに漢字を一文字入れましょう。



答: ①子 ②天

5月の患者数・利用者数

外来患者延数	2734人
通所リハビリ利用者延数	1784人
訪問看護利用者延数	361人
訪問リハビリ利用者延数	427人
訪問介護利用者延数	1081人
居宅介護支援利用者数	313人
デイサービス利用者延数	1806人
有料老人ホーム入居者数	30人
小規模多機能ホーム登録者数	22人

金森医院平均在院日数	29.7日
あさひコート平均在所日数	42.2日

7月

- 金森医院当番医(5日・19日)

8月

- あさひコート夏祭り(8日)
- ケアコート夏祭り(22日)
- 宇土地蔵祭民謡パレード職員参加(24日)
- 献血車来院



9月

- 金森医院当番医(13日)
- 金森医院通所リハビリ家族会
- 通所介護あさひまち家族会
- 消防訓練



 かなもりヘルスケアグループ

在宅療養支援診療所 通所リハビリテーション **金森医院**
宇土市本町6丁目5番地 TEL 0964-22-0017

介護老人保健施設
在宅介護支援センター
通所リハビリテーション

あさひコート

宇土市旭町106番地 TEL 0964-23-5211

居宅介護支援事業所
訪問看護ステーション
ヘルパーステーション
24時間ケアステーション

在宅ケアセンター

宇土市本町6丁目7番地 TEL 0964-23-5266

住宅型有料老人ホーム
デイサービスうと本町
小規模多機能ホーム

ケアコートうと本町

宇土市新小路町2番地 TEL 0964-24-5888

介護予防センター まちなかりハビリ
宇土市北段原町69番地3 TEL 0964-27-5151

デサービス はなぞの
宇土市花園町1054番地1 TEL 0964-24-1225

デイサービス あさひまち
宇土市旭町151番地4 TEL 0964-26-1820

デイサービス すみよし
 宇土市網津町68番地1 TEL 0964-26-1588

デイサービス おうだ
 宇土市下網田町1344 TEL 0964-27-1755

医療法人社団 金森会