

医療法人藤井会 広報誌

No.252

令和5年
春号

橋

みなさまとの懸け橋に

特集

石切生喜病院 手術支援ロボット
「ダビンチXi」始動

泌尿器科 山越 恭雄 × 消化器外科 西川 正博 × 呼吸器外科 西田 達



山口県 錦帯橋

医療コラム

肩関節疾患と治療方法

石切生喜病院 整形外科 平川 義弘

FSS35キャンパス オープニングセレモニー	法人本部 広報・秘書課		01
令和5年度 医療法人藤井会 入社式『愛情・信頼・奉仕』の実践へ	法人本部 広報・秘書課		02
医療コラム 肩関節疾患と治療方針	石切生喜病院 整形外科 副部長	平川 義弘	03・04
	石切生喜病院 泌尿器科 部長	山越 恭雄	
特集 手術支援ロボット 「ダビンチ(da Vinci)Xi」始動	石切生喜病院 消化器外科 部長	西川 正博	05・06
	石切生喜病院 呼吸器外科 部長	西田 達	
第8回 医療連携フォーラム ～服薬管理と透析医療を考える～を開催	法人本部 広報・秘書課		07
オンコロ広場 No.7 第3回 がんと共に生きる会を開催	法人本部 広報・秘書課		08
職種紹介 No.28 家屋訪問	藤井会リハビリテーション病院 リハビリテーション部 作業療法士 士長	大橋 ふさよ	09・10
薬局通信 No.69 ご存知ですか？薬剤耐性	香芝生喜病院 薬剤室	林 雅子	11
こころ・からだの痛みと運動	藤井会リハビリテーション病院 リハビリテーション部 理学療法士 主任	中園 良太	12
デイサービス 機能訓練メニューが増えました！！	藤井会新石切デイサービス	尾崎 嘉則	13
デイサービス 節分	藤井会新石切デイサービス	山中 理音	14
甘夏みかん	大東中央病院 栄養管理室	芋生 莉沙	15
キラッとスポット No.54 玄武洞公園	住道クリニック 看護部 副師長	岡本 咲子	16
にこにこ保育園 クリスマス会	にこにこ保育園	有山 千佳	17
にこにこ保育園 卒園式	にこにこ保育園	田中 千春	18
リレー随筆	法人本部	R.O	18

法人本部 広報・秘書課

エフエスエスサンゴ FSS35キャンパス オープニングセレモニー



令和5年3月21日(火)に奈良県三郷町にてFSS35キャンパスオープニングセレモニーが行われました。

「FSS35キャンパス」とは、奈良学園大学三郷キャンパスの跡地を活用した三郷町が目指す全世代・全員活躍型「生涯活躍のまち」の核となるエリアです。

名称は未来技術 (Future Technology)・SDGs(Sustainable Development)・共生社会 (Symbiotic Society) 3つの頭文字を取って名づけられました。

医療法人藤井会は、FSS35キャンパスに複合型介護施設「藤井会ケアガーデン三郷」を開設し、サービス付き高齢者向け住宅、通所介護事業などを実施致します。将来的にはオンライン診療や在宅診療所の開設を進め、地域医療・介護・福祉サービスの充実と共生社会の実現に貢献していきます。

令和5年度 医療法人藤井会 入社式 『愛情・信頼・奉仕』の実践へ



桜満開の令和5年4月1日(土)に石切生喜病院大会議室において令和5年度 医療法人藤井会 入社式が行われました。

希望に胸を膨らませた今年度の新入職員は、臨床研修医7名(当院基幹4名、大阪公立大学協力型3名)、看護師47名、メディカルスタッフ40名の計94名。ここを起点にそれぞれの夢に向かって羽ばたきます。

入社式では藤井理事長、石切生喜病院 平田病院長、香芝生喜病院 奥地病院長よりそれぞれ歓迎と激励の言葉が贈られました。

新入職員にとっては医療法人藤井会の理念である『愛情・信頼・奉仕』の精神に直接触れる初めての機会となり、今後の職務への決意を新たにしたいと思っております。

続いて、新入職員による挨拶があり、藤井会の職員として第一歩を踏み出しました。

入社式終了後、法人本部 総務部長より新入職員へ向けて「学生から社会人への意識改革」についてのオリエンテーションを行いました。そして4月3日からは実際に配属施設へと赴きました。



藤井弘史 理事長



オリエンテーション



平田一人 石切生喜病院 病院長



奥地一夫 香芝生喜病院 病院長



肩関節疾患 と 治療方針

石切生喜病院 整形外科 副部長
平川 義弘

以前は、肩関節疾患の多くが「五十肩」と診断されてきましたが、MRI等の検査機器の発達に伴い、腱板断裂、インピンジメント症候群、拘縮肩といった様々な病態があることが分かってきました。

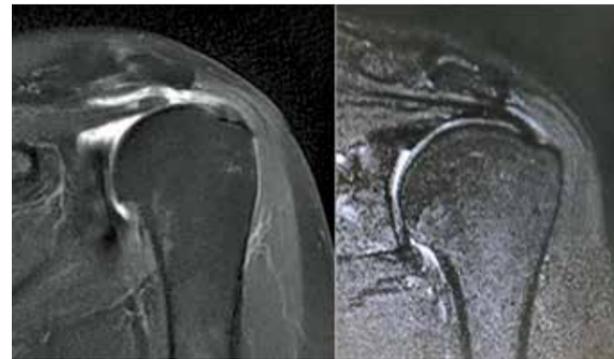
また、技術の進歩により手術法も従来の切開手術から関節鏡を用いた低侵襲な治療（肩関節鏡視下手術：水を流しながらカメラで肩関節の中を覗いて処置する手技）が行われるようになってきております。今回は、代表的な肩関節疾患と治療方針をご紹介します。

1 腱板断裂

腕を上げる動作には肩甲骨と上腕骨をつないでいる腱板が重要な役割を担っています。

腱板断裂とは、この重要な腱が断裂してしまったもので、40歳以降に多く、腕を上げる動作がしにくくなったり、上げ下ろしの時にひっきり感や痛みを認めたりします。

注射やリハビリ等の治療を約3ヶ月間行っても治らない場合は、関節鏡を用いて断裂した腱板を修復する手術が必要となる場合があります。腱板断裂が自然と修復される事はありません。



(腱板断裂がある場合)

(腱板断裂がない場合)

2 インピンジメント症候群

腱板断裂を引き起こす予備軍の症候群で、インピンジメントとは衝突を意味します。腕を上げる動作やねじる動作で、肩甲骨と上腕骨の骨同士の間で衝突と痛みを認め、骨の棘ができてしまいます。

注射やリハビリ等の治療が無効な場合、関節鏡を用いた手術で衝突する余分な骨の棘を切除したり、炎症性の膜を取り除いたりするクリーニング手術が有効です。

3 拘縮肩

拘縮肩とは狭い意味での五十肩であり、肩の痛みと肩の動きの制限を主な症状とします。一般的には明らかな誘因はなく徐々に疼痛（特に夜間痛）が出現し、その後に動きの制限が起こってきます。注射やリハビリ等の治療で改善する場合がありますが、約3ヶ月間行っても治らない場合や早期の治療を希望される場合は、サイレント・マニピュレーション（外来にて局所麻酔を用いて、徒手的に肩関節の関節包を広げて可動域を獲得する手技）や、関節鏡を用いた手術で肩の動きを制限している関節の袋を広げることが有効です。関節の袋が広がると、肩の動きの改善とともに夜間痛を中心とした肩の痛みからも解放されます。

4 石灰沈着性腱板炎

何らかの負担や、外傷が契機となり腱板内の炎症が石灰化し腱板内の圧が上がる事により強烈な痛みを引き起こします。注射で90%の方はよくなりますが、10%の方は症状が慢性化します。

5 変形性肩鎖関節症

鎖骨と肩甲骨の間の関節が変性する事により肩の痛みを引き起こします。MRIや触診で診断することができます。肩鎖関節の炎症が収まると痛みは消失しますが、変形が高度な場合や疼痛が持続する場合は関節鏡を用いた手術で肩鎖関節の処置をする事により治療する事ができます。

6 変形性肩関節症

肩関節の軟骨がすり減ってしまい、骨同士がこすれる状態になっています。程度が軽い場合は、傷んだ軟骨や炎症部分を取り除いたりする関節鏡を用いた手術が有効ですが、程度が高度な場合は、人工関節置換術の適応となり、切開手術による治療が非常に有効となります。



人工肩関節全置換術（肩を動かす腱がある場合）



リバース型人工肩関節全置換術（肩を動かす腱が切れている場合）

以上、五十肩といっても様々な疾患があります。長期に続く肩の痛みを自覚されている方は、一度石切生喜病院 整形外科 肩関節専門外来（平川）までご来院ください。



手術支援ロボット 「ダビンチ (da Vinci) Xi」始動

石切生喜病院 泌尿器科 部長 山越 恭雄
 消化器外科 部長 西川 正博
 呼吸器外科 部長 西田 達

ロボット支援手術とは

医学の進歩に合わせて手術はより低侵襲、すなわち小さな傷で病巣だけを切除するために、お腹を大きく切る開腹手術から小さな穴をあけて鉗子を挿入して行う腹腔鏡手術に移行してきました。しかし体内奥の狭いスペースでの鉗子操作はかなりの制限を受け、非常に高度な技術を要します。ロボット支援手術はこれまでの腹腔鏡手術の弱点を克服し、利点をさらに進化させた手術方法です。

ロボット手術というと人間の代わりにロボットが自動で手術を行うのかと勘違いされる方がおられますが、そうではありません。体腔内にカメラとロボットアームを数本挿入し、執刀医は少し離れたところに置かれた操作用コクピットに座り、ロボットアームを操作することで手術を行います。腹腔鏡手術の鉗子は曲がらないので直線的な動きしかできませんでしたが、ロボットアームには多数の関節がついており、人間の手以上の可動範囲を有し、狭いところでも複雑な動きが可能となっています。またロボット支援手術に用いられるカメラは3Dとなっており、高精細な立体画像を見ながら手術を行うことができます。

泌尿器科における ロボット支援手術のメリット

ロボット支援手術は欧米を中心に平成12年初め頃から主に前立腺全摘除術と共に普及してきました。前立腺は骨盤の一番奥に位置し、周囲には血管や神経がまとわりついており、開腹手術が行われていた時代には大出血してしまうこともありました。また前立腺を摘除すると膀胱と尿道が離れてしまうため、つなぎ合わせる必要があります。この膀胱と尿道の吻合は非常に難易度が高い手技です。ロボット支援手術を行うことにより出血量を減らし、繊細で確実な吻合が可能となり、術後の尿失禁を減らすことができます。またロボット支援手術を選択された



ダビンチ導入準備チーム

患者さまでは勃起神経を温存することが可能となり、QOL（生活の質）の維持が期待できます。

当院のダビンチ手術の展望

本邦では平成24年にロボット支援下前立腺全摘除が健康保険の適応となり、平成28年には腎がんに対する腎部分切除術が保険適応されました。当初は大学病院などの一部の施設でしか行われておりませんでした。手術用ロボットの進化、手術方法の確立がなされてきており、急速に普及が進んでいます。平成30年からは胃がん、食道がん、直腸がん、膀胱がん、肺がん、縦郭悪性腫瘍、子宮体がんなどにも保険適応が広がっています。

石切生喜病院でも最新の手術支援ロボット、ダビンチXiを導入致しました。現在、泌尿器科医師、消化器外科医師、麻酔科医師を中心に看護師、臨床工学技士を含めたダビンチ導入準備チームを立ち上げ、令和5年3月より順次手術を開始しています。手術開始にあたっては大阪公立大学、大阪市立総合医療センターに協力を依頼し、医師を派遣していただき、安全な導入を目指しております。まず泌尿器科では、前立腺がんに対する手術から開始し、順次、腎部分



ダビンチ呼吸器外科



切除、膀胱がんに対する手術へと拡大、消化器外科でも直腸がんの手術から開始し、順次、結腸がん手術、胃がん手術へと拡大していく予定です。

また、呼吸器外科でもロボット支援手術を令和5年4月から開始することを決定しました。泌尿器科・消化器外科より少し開始時期が遅れたのは、気管支形成を含め、ほぼ全ての手術を完全胸腔鏡下手術で行なってきた経緯があり、全く別のアプローチとなるロボット支援手術は患者さまへのマイナス要素が多くなるのではと懸念していたからでした。しかしこの解決法を見つけ出す事ができたこの春、完全胸腔鏡下手術のノウハウを活かしたロボット支援手術を行うことで、さらに進化した呼吸器外科手術を行えると考えています。

今後も大阪東部地域のがん診療拠点病院として地域医療のさらなる充実に努めてまいります。

第8回 医療連携フォーラム ～服薬管理と透析医療を考える～ を開催

法人本部 広報・秘書課

医療法人藤井会では令和5年2月4日(土)ヴィアーレ大阪4階「ヴィアーレホール」にて第8回目となる「医療連携フォーラム ～服薬管理と透析医療を考える～」(同時WEB配信)を開催いたしました。

地域の医療機関の先生方にご好評をいただいている当医療連携フォーラムも8回目を迎えることができました。今回は、日本透析医学会の前理事長 中元秀友先生にご講演いただき、多数の先生方にご参加いただきました。

《開会の辞》藤井弘史 医療法人藤井会 理事長

《講演 I》

座長：榎本康博 えのもとクリニック 院長

演者：山川浩子 西クリニック 看護師長

題目：「透析施設における内服管理～HIF-PH阻害剤

「エベレンゾ錠」の管理方法～」

《特別講演》

座長：今西政仁 石切生喜病院 副院長 腎臓内科・血液浄化センター長

演者：中元秀友 埼玉医科大学 総合診療内科 教授

題目：「腎代替療法の未来～HIF-PH阻害剤の治療課題を踏まえて～」

《閉会の辞》平田一人 石切生喜病院 病院長

会場参加50名・WEB参加82名の方にご参加いただき、ディスカッションも活発に行われ、盛況裏に閉会いたしました。



《開会の辞》
藤井弘史
医療法人藤井会 理事長



《講演 I 座長》
榎本康博
えのもとクリニック 院長



《講演 I》
山川浩子
西クリニック 看護師長



《特別講演 座長》
今西政仁 石切生喜病院
副院長 腎臓内科・血液浄化
センター長



《特別講演》
中元 秀友 埼玉医科大学
総合診療内科 教授



《閉会の辞》
平田一人
石切生喜病院 病院長

オンコロ広場 No.7 もっと知ろう「がん」のこと

【オンコロ】とは… オンコロジー(oncology)。腫瘍学のことで、がんを主体に腫瘍の原因や治療などを研究する学問を指します。この連載企画では、がん患者さまやご家族さまへさまざまな情報を発信していきます。

第3回 がんと共に生きる会 を開催

医療法人藤井会では、第3回目となる「がんと共に生きる会」(同時WEB配信)を開催いたしました。

日時：令和5年3月4日(土) 17:00～18:30

場所：TKP大阪本町カンファレンスセンター 3階

《一般講演》

座長：川尻成美 石切生喜病院 乳腺外科 部長

講演1：「化学療法センターでの取り組み、アピアランスケアの実施報告」

演者：中原菜乃美 石切生喜病院 薬剤室/化学療法センター

講演2：「当院における放射線治療」

演者：左近聡 石切生喜病院 放射線治療科 副技師長

講演3：「遺伝性乳癌卵巣癌症候群(HBOC)の診療、看護師の視点から」

演者：藤本るり子 石切生喜病院 看護部/緩和ケアチーム 主任

《特別講演》

座長：西岡良泰 医療法人泰陽会 西岡医院 院長

題目：「再発乳癌患者における疼痛コントロール」

演者：高島勉 奈良県西和医療センター 乳腺外科 部長

《閉会の辞》

岩崎剛和 いわさきクリニック内科呼吸器科 院長

会場参加とWEB参加を合わせて約90名の方にご参加いただきました。講演会終了後、場所を移し意見交換会・情報交換会を開催し盛況裏に閉会いたしました。



院内パブリックビューイング



会場



《一般講演 座長》
川尻成美 石切生喜病院
乳腺外科 部長



《一般講演 1》
中原菜乃美 石切生喜病院
薬剤室/化学療法センター



《一般講演 2》
左近聡 石切生喜病院
放射線治療科 副技師長



《一般講演 3》
藤本るり子 石切生喜病院
看護部/緩和ケアチーム
主任



《特別講演 座長》
西岡良泰 医療法人泰陽会
西岡医院 院長



《特別講演》
高島勉
奈良県西和医療センター
乳腺外科 部長



《閉会の辞》
岩崎剛和
いわさきクリニック
内科呼吸器科 院長

～私たちこんな仕事をしています～

家屋訪問

藤井会リハビリテーション病院
リハビリテーション部 作業療法士
士長 大橋 ふさよ



電動ベッドイメージ



手すりイメージ



シャワーチェアイメージ

藤井会リハビリテーション病院は回復期リハビリテーション病院として身体機能の回復にむけて様々なリハビリテーション医療を行っています。

回復期リハビリテーション病院の役割は「患者さまの在宅復帰」です。

当院では脳卒中や大腿骨近位部骨折などで、入院前のように歩けなくなった患者さまが退院後のご自宅での生活に困らないように、事前に「家屋訪問」を実施しています。その上で、骨折して杖歩行になった方、脳卒中になって車椅子生活を余儀なくされた方でも、できるだけご自宅で快適に安全に生活していただくために、また患者さまご家族が介助を少しでも楽に行えるように、手すりの設置などの「住宅改修」や電動ベッドなどのレンタル、シャワーチェアの購入など「福祉用具の利用」の提案をしています。（*実際には介護保険の利用になりますので、ケアプランの作成が必要になります）

コロナ禍前の家屋訪問では入院中に患者さまと一緒にご自宅に伺い、実際にご自宅の中を動いていただき、ご家族やケアマネ

ジャー、福祉用具や住宅改修の業者と一緒に、手すりの設置場所や高さなどを見極め、環境設定の提案をしました。

コロナ禍になってからは（感染対策の観点から）患者さまが家屋訪問に同行出来ないため、リハビリを担当している理学・作業療法士のみでご自宅を訪問しています。ケアマネジャーや福祉用具の業者には、訓練時の患者さまの歩いている様子や車椅子から便器に乗り移る場面、浴槽出入りの場面等を撮影した動画を見てもらい、患者さまの動作能力を説明しながら、療法士が環境設定の提案をしています。住宅改修業者には家の構造上、手すり等の設置が実際に可能かどうかを判断してもらい、ご家族の利便性や見た目なども加味しながら決めていきます。患者さまの中にはポータブルトイレの使用ではなく、トイレの全面改修などをご希望になる方もいらっしゃるため、便器の設置向きや段差解消、間口の広さなどを提案することもあります。患者さまが同行出来ないコロナ禍の状況では、患者さまの動作能力を把握している、我々療法士とケアマネジャーや福祉用具の業者との連携が非常に重要です。連携によって手すりや福祉用具が患者さまに過不足なく提供され、その方の自立した日常生活に役立つからです。

●当院での家屋訪問までの流れ

- ①入院時、ご家族に家屋写真や段差の高さなどを計測し提出いただく
 - ②写真や段差などを確認し、必要であれば追加の情報提供の依頼
 - ③事前に訓練室で模擬的な環境での動作確認と訓練（出来るか出来ないか、どうやったら出来るか等）、これを動画撮影し、家屋訪問時にご家族とケアマネジャーや業者に見てもらう
 - ④担当チームで家屋訪問の必要性の検討と日程調整（大体退院の1～2カ月前頃）
 - ⑤家屋訪問の実施（ご家族・ケアマネジャー・業者・担当療法士）
 - 自宅内の移動方法（伝い歩き、車椅子等）と動線/外出時の移動方法（歩く、車椅子介助等）/上がり框の段差昇降と靴の着脱/ベッドの設置位置/トイレ/浴室/洗面所等を確認
 - 手すりなどの設置場所の検討/電動ベッドなどのレンタルやシャワーチェアなど購入の提案/一先ずレンタルで対応するのか、住宅改修するのか/介護保険で出来ること、出来ないことの確認/優先順位などを相談
 - 残りの入院期間で必要な訓練内容やご家族への介助指導の確認
- ここから先はケアマネジャーや業者に依頼

⑥ケアプランの作成

⑦役所への申請・許可

⑧手すり等の設置、電動ベッド等の搬入後、退院

●早めの手続きを

住宅改修には役所への申請から許可が下りるまでに1カ月余を要します。そのため、早めの手続きが必要です。最近では、手すり設置の住宅改修の代わりに突っ張り棒の様なもの（商品名：ベストポジションバー等）がレンタル出来るようになり患者さまが退院し実際にご自宅で生活してみても、手すりを設置するという方法も可能になりました。突っ張り棒のレンタルという方法であれば、設置場所を変更することも可能ですし、不要になったら返却することも可能です。

入院中は全く感じなかった不便さを、実際に帰宅してみると、大いに感じるがあると思います。是非、お気軽にご相談ください。



イメージ

人類の歴史の中でワクチンや抗菌薬の開発により、多くの感染症の治療が可能となりました。しかし、近年では抗菌薬の使用に伴って病原体が変化し、特定の種類の抗菌薬が効きにくくなる「薬剤耐性」を有した細菌が増加するようになり、世界的に問題となっています。何の対策も講じなければ、約30年後には薬剤耐性菌による死亡者数は、がんによる死亡者数を上回ると予想されています。

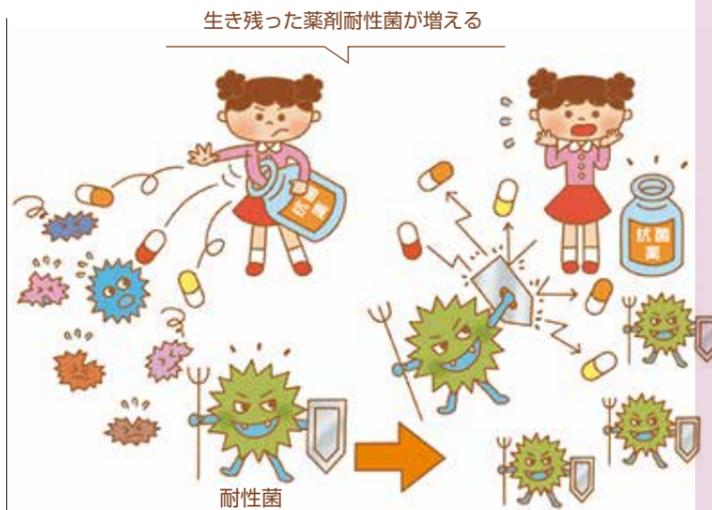
薬剤耐性菌が増えるとどうなる？

薬剤耐性菌が増えると抗菌薬が効かなくなることから、これまで治療可能であった感染症の治療が難しくなります。薬剤耐性菌に感染すると効果のある薬の種類が少なくなり治療に時間がかかるほか、既存の抗菌薬が使用できず、治療の手立てがなくなってしまうこともあります。また抗菌薬が効かないため、感染症の予防や治療が難しくなり、手術や抗がん剤投与などの様々な医療が安全に行えなくなります。

薬剤耐性菌は健康な人に影響を及ぼすことはそれほど多くありませんが、高齢者や合併症などで体力が低下している患者さまが感染してしまうと予後不良となり、死に至るケースもあります。そのため、世界中で薬剤耐性菌の拡大防止が強く求められています。

薬剤耐性菌の増加を防ぐためには？

「風邪をひいたとき抗菌薬を服用すると早く治る」と思ったことはないでしょうか？ 同じような症状が出ていても風邪やインフルエ



ンザのウイルスには抗菌薬は効きません。なぜなら抗菌薬は「細菌」による感染症に効果を発揮する薬だからです。そのうえ抗菌薬を使用すると下痢や発疹などの副作用があらわれることがあります。また、必要のない抗菌薬の使用は薬剤耐性菌の発生にもつながります。

薬剤耐性菌が出現する原因は様々ですが、必要のない抗菌薬の使用や処方された抗菌薬の使用を途中で中止するなど、抗菌薬の不適切な使用が原因の一つとされています。自己判断で服用方法を変更してしまうと、体内で生き残った細菌から耐性菌が出現する可能性が高くなりますので、抗菌薬の適正使用が必要です。

また、薬剤耐性菌の拡大を防ぐことも重要です。一般的な感染を予防するのと同様に、日ごろから手洗い・うがいを徹底し、必要な場所とタイミングでアルコール消毒やマスクの着用などを心がけましょう。

すぐできる！3つの予防策



こころ・からだの痛みと運動



藤井会リハビリテーション病院
リハビリテーション部 理学療法士
主任 中園 良太

痛みは誰にとっても辛い体験で、できれば痛みなく生活したいものです。患者さまは普段、そんな様々な痛みを耐えながら生活されており、自宅・社会復帰を目指して療養されています。

そもそも痛みとは
どんなものなのでしょうか

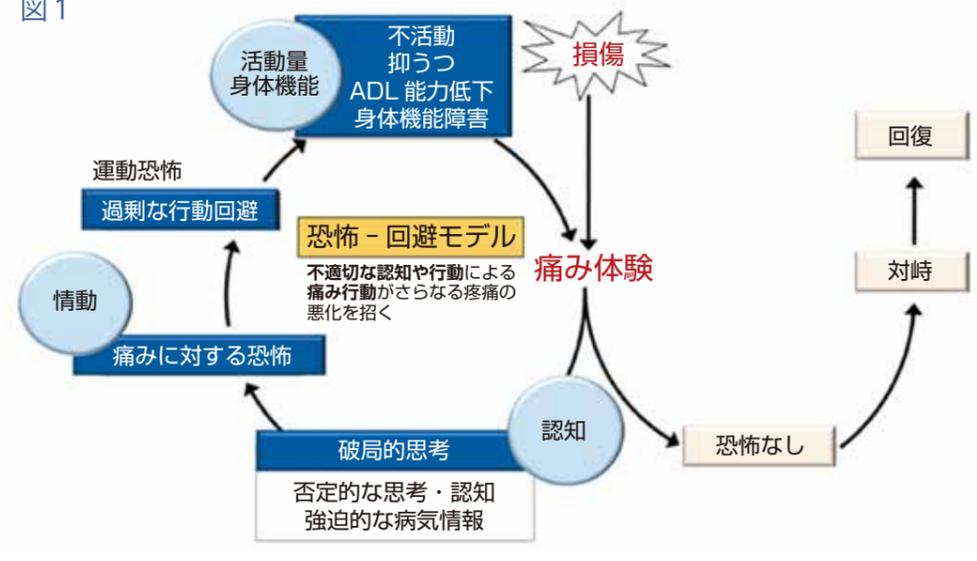
痛みの定義を見てみると「組織損傷が実際に起こった時、あるいは起こりそうな時に付随する不快な感覚および情動体験、あるいはそれに似た不快な感覚および情動体験」（国際疼痛学会2020）と記載されています。少し難しい表現ですが、要するに単純に「痛い！」と感じる感覚だけでなく、「いやだ」、「不快だ」と思う気持ち・感情も「痛み」として捉えられるということになります。このように、こころとからだは「心身相関」と言われ、非常に密接に関連しあっており、その特徴を示したものが図1です。これは「恐怖-回避モデル」と言われるもので、何らかの損傷を受けて痛みが生じると、痛みに対して過剰に避ける行動や不安・恐怖といった悲観的な感情が生

まれます。それにより、抑うつ状態になったり日常生活において運動量が低下し、さらに痛みが増幅してしまうといった悪循環に陥ってしまいます。これらは、痛みに対する適切な知識が不足していることや、恐怖心や不安から過剰に運動を避けてしまうことで起こってしまいます。

この悪循環に陥らないためには
どうすればよいのでしょうか

ひとつは、痛みに対する適切な知識を身につけること、もう一つは、痛みに合わせて適度な運動を行うことです。痛みにはケガや手術をした直後に起こる「急性痛」としばらく経っても痛みが残る「慢性疼痛」に大別されます。急性痛の時期は無理な運動を避けることや炎症・痛みが強い場合は安静が必要とされていますが、3か月以上続くような慢性疼痛の場合、定期的な運動を行うことが推奨されています。どの程度の運動が良いかは年齢や個人によって異なりますが、65歳以上の方の場合は、運動の強さは問わず毎日40分程度の運動を、または息が弾む程度の運動を週に150分程度行うことが推奨されています。

図1



恐怖-回避モデル (松原貴子, ペインリハビリテーション, 2011より引用改変)

度行うことが推奨されています。

適度な運動を定期的に行うことで、こころもからだも健康になり、痛みにも強い体づくりができるようになります。これから暖かくなり、外にも出やすい季節になってくるので、ぜひ、運動を習慣化して健康な体づくりを目指しましょう！

機能訓練メニューが増えました!!

藤井会新石切デイサービス 尾崎 嘉則

藤井会新石切デイサービスの新たな機能訓練メニューに平行棒が増えました。皆さま、興味深々で「病院でやった事ある!!」や「私も平行棒を使って歩きたい!!」という声が次々と上がりました。早速平行棒を使って歩いたり、平行棒を支えにして筋力トレーニングを行ったりと活用することが出来ました。「疲れるな～」と息が上がる方もおられましたが、スッキリした様子でした。

運動前に身体を動かしやすいように



筋トレ



座ってみんなで体操



踏み台昇降訓練



藤井会新石切デイサービスでは他にも、個別にストレッチを行ったり、座ったままの集団体操、レクリエーションゲーム等々、一日を通して身体を動かす運動メニューがあります。

外出の機会が減ってしまい筋力が低下してしまった方が沢山おられますが、デイサービスを利用することで、外出して行動範囲を広げ、様々な方との関わりが増え、段々と生活に張りが出て来ているように思います。休まず継続して活動していく事によって体力が増えて行くので、毎回デイサービスに来る楽しみを持っていただけるよう、これからもサービスを提供していきます。



機能訓練とは…ご高齢者の日常生活に必要な機能を維持・向上を目的とした訓練

藤井会新石切デイサービス 山中 理音

節分



鬼登場!



鬼退治!



鬼は外!



暴れる鬼!



令和5年2月2日、3日に開催された節分についてご紹介します。

事前準備では利用者さまと一緒に新聞紙を小さく丸めて豆を作り、豆を入れる枈作りも利用者さまにお手伝いいただきました。不思議そうに作っている豆を見つめている利用者さまに「節分で使いますよ～」とお伝えすると、「わ～!もう節分か、早いね!」と驚かれていました。

おやつ前の体操が終わるといよいよ利用者さまの目の前に鬼がやってきました。

鬼の迫力に皆さま驚かれていましたが、スタッフと一緒に「鬼は外～!!福は内～!!」と言いながら一生懸命鬼に向かって豆を投げていました!

その後のおやつでは厄除けぜんざいが出ました。お餅の代わりにさつまいもが入っており「美味しい!」「おかわりが欲しい!」と皆さま喜んで召し上がられました。

邪気を祓い一年の幸せを願いましたので、



これからも感染症に負けず!皆さまに楽しんでいただけるよう励んでまいります。

Instagram //

インスタグラムでもデイサービスの様子をご覧ください。



甘夏みかん

大東中央病院 栄養管理室 芋生 莉沙



甘夏みかんとは

大分県の果樹園で夏みかんの枝変わり種として見つかったみかんです。果樹園で育成をされていた川野氏の名前+夏みかん(夏橙)から、品種名を川野夏橙(かわのなつだいたい)と言います。

旬は3月から5月

収穫時期は2月から長くて6月下旬で、春から夏へと季節をまたいで食べられています。

疲れている時に

ビタミンB1、ビタミンC、クエン酸がたくさん含まれており、疲労回復効果があります。

春柑橘の中でも、長く食べられる柑橘類

初夏に食べ頃となる夏みかんより早く、味は夏みかんよりも甘いのが特徴で、甘酸っぱさとほろ苦さの両方を兼ね備えています。

アレンジ豊富

そのまま皮を剥いて食べるのもいいですが、スイーツや料理に使うのもおすすめです。甘酸っぱさやほろ苦さを活かしたジャムやさっぱりとしたゼリー、サラダにトッピングすると彩りや風味が豊かになります。

季節の変わり目で体がだるく感じる方に

疲れた体を癒す さっぱり甘夏みかんゼリー



- (4人分)
- 甘夏みかん…2個
 - 水…50ml (果汁と合わせて 300ml 位に)
 - 砂糖…40g
 - 粉ゼラチン…5g (粉ゼラチンを溶かす用に水 10ml)
- ※お好みでレモン汁(大さじ2)を入れても美味しいです

<作り方>

1. 粉ゼラチンを水でふやかしておきます
2. 甘夏みかんを半分に切り、果汁を絞ります
3. 種を取り除き、鍋に果汁と砂糖、水を入れて火にかけます(レンジで加熱でもOKです)
4. 荒熱を取ってふやかしておいたゼラチンを入れて混ぜます
5. お好きな器に入れて冷やし固めます



写真は、甘夏みかんの皮を器に見立ててあります(1人前)

栄養価 (1人分)
エネルギー: 70kcal
たんぱく質: 1.7g 脂質: 0.1g
炭水化物: 16.2g

★上に書いた分量より果汁を増やすと(50mlくらい)、柔らかめな仕上がりになり、小さなお子さまや高齢の方にも安心して食べて頂けます。

玄武洞公園

住道クリニック 看護部 副師長 岡本 咲子

春は生活環境の変化などで疲れやストレスを感じている方も多いのではないのでしょうか?

自然の空気をたくさん吸って気分をリフレッシュしたい!と思い立ち、小旅行に出掛けてきました。

城崎温泉駅から車で約10分の場所にある、パワースポットとしても一見の価値がある「玄武洞公園」をご紹介します。

玄武洞とは160万年ほど前に起きた火山活動により山頂から流れ出したマグマが冷え固まって出来たものです。6000年ほど前に波に洗われて姿を現し、後に人が石を採取したため洞になったとされています。この玄武洞は昭和6年に国の天然記念物に指定され、周辺地域一帯は、昭和38年に山陰海岸国立公園となり現在に至ります。

公園の入口から目の前に立つ玄武洞の山に沿って数段の階段を上ったところで、巨大な柱状節理の壁が現れます。写真で見ると実際に見るとでは迫力が違います。

私は、パワースポットなんてものには興味が湧かない人間ですが、無数に六角形の玄武岩が積み上げられたような美しい自然の造形美に見入ってしまいました。

公園内には玄武洞のほか、青龍洞・白虎洞・南朱雀

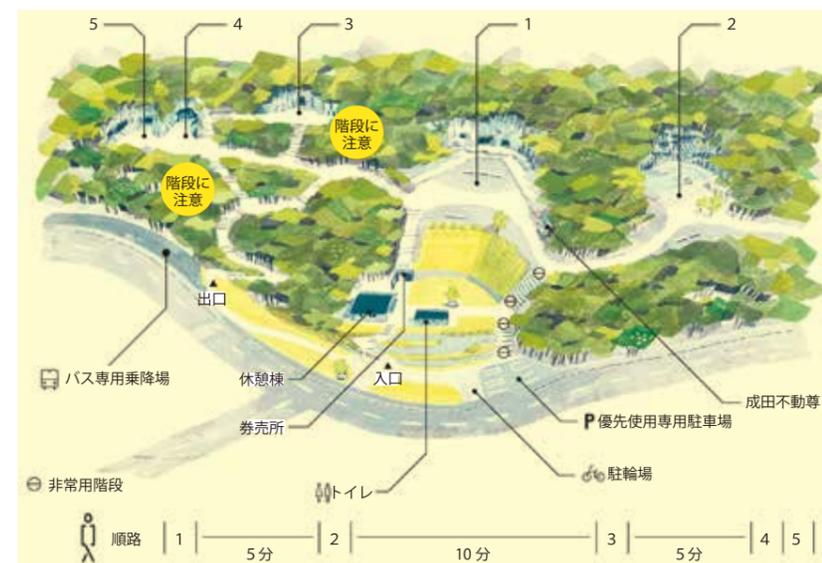
洞・北朱雀洞があり、それぞれ違った神秘的な造形美を楽しめ、期待以上でした!

そして、玄武洞の入口には平成29年3月にグランドオープンした、まだまだ新しい「玄武洞ミュージアム」があります。

玄武岩の六角形と5つの洞の並びをイメージした施設で、ミュージアムのほか、レストラン&カフェ・菓子工房・但馬のお土産やミュージアムショップ・体験メニュー・渡船や遊覧船などがあり、豊かな自然を感じながら楽しむことができます。

また、レストランのテラス席では、ペットと一緒に景色を楽しみながら食事が出来ちゃいます♪(今回愛犬はお留守番だったため、お天気のいい日にリベンジしに行きたいと思います!)

城崎温泉に行かれた際は玄武洞公園に少し寄り道して、日々のストレスを癒してみたいはいかがでしょうか? 豊岡市キャラクターの玄武岩の玄さんや野生のコウノトリに会えるかも♪



玄武洞ミュージアム
〒668-0801 兵庫県豊岡市赤石1362番地
TEL.0796-23-3821 FAX.0796-24-0913
営業時間 9:00~17:00

- アクセス**
- 大阪から(158km)
電車で約2時間35分 / 車で約2時間45分
 - 京都から(157km)
電車で約2時間10分 / 車で約2時間35分
 - 北近畿豊岡自動車道
但馬空港ICから約12km 約25分
 - 山陰近畿自動車道
京丹後大宮ICより 約50分
 - JR玄武洞駅前より当館運営 渡し船 約7分
※渡し船は予約制
 - 駐車場:普通車70台

南朱雀洞

青龍洞

柱状節理

クリスマス会

● にこにこ保育園 有山 千佳



令和4年12月16日(金)にクリスマス会が行われ、今年もコロナ感染予防のため、クラスを分けて二部制で行いました。

一部 乳児クラス 絵本「てぶくろ」を題材にした劇あそびをしました。子どもたちは、絵本に登場するいろんな動物に変身し、カエルになってピョンピョン跳んだりうさぎになって大きな耳を揺らして踊りました。

そして大きな手袋にみんなで模様をつけると、素敵な手袋が完成しました！

クリスマスの手遊びも少し恥ずかしそうにしていたのですが、音楽に合わせて上手にできました。サンタクロースの登場には驚いて泣きだす子どももいましたが、プレゼントをもらうと「ありがとう」とお礼を言って笑顔でバイバイができました。

二部 幼児クラス 楽器演奏は子供たちが大好きな「きらきらぼし」を演奏しました。緊張した様子でしたが、たくさん練習した成果を発揮し大きな声で自信をもって歌い、演奏することができました。

劇あそびは、絵本「しろくまちゃんのホットケーキ」をしました。

このお話は、普段から読み聞かせをしている、

子どもたちも大好きなお話です。エプロンをつけて、しろくまちゃんになりきると、卵を割ったり粉を混ぜたり、みんなで力を合わせて大きなホットケーキを作りました。できあがった大きなホットケーキを「いただきまーす」と食べるシーンは本当に美味しそうでした。

最後は、保育士による手品ショーです。この日のために猛練習しました。なかなかうまくいかず、何度も考えやり直して本番を迎えました。

魔法をかけるとティッシュの箱からキャンディーが出てきたり、お水がジュースに変わる手品に「わぁすごい！」と手をたたいて喜んでくれた子どもたちでした。ショーは大成功に終わり、ほっとしました。幼児クラスの子どもたちもサンタクロースからプレゼントをもらいとても喜んでいました。

サンタさんに会えることを楽しみにしていた子どもたちは、プレゼントを受け取ると「ありがとう」と笑顔で握手ができました。そして、この日の給食は特別メニュー！子どもたちの大好きなメニューが並びました。みんなでお話ししながらお腹いっぱい食べて楽しい一日を過ごしました。



卒園式

● にこにこ保育園 田中 千春



令和5年3月10日(金)、暖かな日差しに春の訪れを感じる季節となったこの日、にこにこ保育園では令和4年度卒園式が行われました。

一人ずつ名前を呼ばれ、緊張しながらも堂々とした姿で「はい！」と返事をし、「ありがとうございます！」と大きな声でお礼を言い、卒園証書を受け取る子どもたち。園長先生からのお祝いの言葉にもうんうんと頷き真剣に耳を傾けていました。入園当初から子どもたちの成長を見守ってきたので、たくましいその姿に胸が熱くなりました。

式が終わりみんなで仲良く写真を撮った後は、楽しみにしていたクッキングです！

エプロンと三角巾を身にまとい、可愛いコックさんに変身！いちごやポッキー・クッキーなどのお菓子を自分好みに盛り付けて、個性の詰まったパフェが完成しまし

た♪作っている間も「早く食べた～い！」と完成が待ちきれない様子の子どもたちが可愛かったです。完成した後は、「みてみて～！」と嬉しそうにパフェを見せてくれました。

思い出話に花を咲かせながらワイワイと楽しく食べ、笑顔が絶えない子どもたちの姿に癒されました。新型コロナウイルスの影響でできなかった行事も沢山ありましたが、毎日楽しみに登園してくれるのが嬉しかったです。にこにこ保育園で過ごした大切な思い出…いつまでも忘れないでいて欲しいです。



リレー 随筆



— 新入職員の皆さんへ —
医療法人 藤井会では、今年約100名の新卒職員が入職されます。ここで、敢えて新入職員の皆さんに向けお伝えします。

私は、広報課職員として10年近く入社式に携わってきました。《キラキラと希望に満ち溢れた目》をされたフレッシュマン・フレッシュウーマンから毎年エネルギーをいただけます。また、期待と希望に胸を膨らませて入職される新入職員の

方々を前に《社会人の先輩》として、私自身も毎回背筋が伸び、こころが引き締まる緊張感のある瞬間を味わって来ました。新入職員の皆さんはコロナ禍の中、たいへんな学生生活を過ごされて来ました。ですので、入職後は思いっきり羽ばたいてください。先輩に叱られる時もあるでしょう。同期の進捗状況が気になる時もあるでしょう。そんな時は「自分の(若い)力を信じて、自分が明日を切り拓くんだ！」という強い気持ちを持って何事にも挑戦してみてください。私たち《社会人の先輩》がついていますよ。 法人本部 R.O



医療法人 藤井会

《シンボルの由来》全体のイメージは藤井会のF。愛情・信頼・奉仕を表現しています。

医療法人 藤井会 <http://www.fujiikai.jp/>

石切生喜病院	〒579-8026 東大阪市弥生町18番28号 TEL 072(988)3121 http://www.ishikiriseiki.or.jp
大東中央病院	〒574-0042 大東市大野2丁目1番11号 TEL 072(870)0200 http://daito-central-hp.com/
香芝生喜病院	〒639-0252 奈良県香芝市穴虫3300番地3 TEL 0745(71)3113 http://www.kashibaseiki.fujiikai.jp
北河内藤井病院	〒575-0003 四條畷市岡山東3丁目1番6号 TEL 072(879)5311 http://www.kitakawachi.fujiikai.jp/
藤井会リハビリテーション病院	〒579-8026 東大阪市弥生町17番6号 TEL 072(983)7811 http://www.fujiikai-reha.jp
藤井外科	〒579-8004 東大阪市布市町3丁目6番21号 TEL 072(985)3051 http://www.fujiigeka.fujiikai.jp/
みくりや診療所	〒577-0034 東大阪市御厨南2丁目6番3号 TEL 06(6787)2508 http://www.mikuriya.fujiikai.jp/
深江クリニック (人工透析センター)	〒537-0002 大阪市東成区深江南3丁目22番13号 布施口ビル2階・3階 TEL 06(6977)2955 http://www.fukaclinic.jp/
住道クリニック (人工透析センター)	〒574-0046 大東市赤井1丁目13番1号 ポップタウン住道1番館1階 TEL 072(872)9555 http://www.suminodoclinic.jp/
藤井会新石切デイサービス	〒579-8014 東大阪市中石切町1丁目8番22号 TEL 072(987)5005 http://www.shinishikiri.fujiikai.jp/
藤井会ケアプランセンター	〒579-8026 東大阪市弥生町17番6号 藤井会リハビリテーション病院1階 TEL 072(983)7806 http://www.shinishikiri.fujiikai.jp/care/
藤井会訪問看護ステーション	〒579-8026 東大阪市弥生町20番20号 TEL 072(983)7622 http://www.houmonkango.fujiikai.jp
看護多機能施設さくら	〒579-8026 東大阪市弥生町20番20号 TEL 072(983)7633 http://www.kantaki.fujiikai.jp
藤井会福祉用具レンタルサービス	〒579-8026 東大阪市弥生町17番6号 藤井会リハビリテーション病院1階 TEL 072(983)7807 https://fukushi-rent.fujiikai.jp
香芝訪問看護ステーション	〒639-0252 奈良県香芝市穴虫54番地1 フレグローニ上1階 TEL 0745(43)5535 https://www.houmonkango-kashiba.fujiikai.jp/
学校法人藤井会 東大阪准看護学院	〒577-0843 東大阪市荒川2丁目32番43号 TEL 06(6720)0307 https://www.junkango.ac.jp/

藤井会グループ案内図

