



いづみの

Medical & Communication PRESS

2021年冬号

ご自由に
お持ち帰り
ください

おはなしをお聞きしました

笹岡鉄製作所

鍛冶職人

笹岡 悟さん



医療特集

安心・安全・快適な透析治療

薬剤部の役割

新着医師をご紹介します

パーキンソン病WEB講座 のご案内

医療法人防治会

きんろう病院

患者満足向上に向けての取り組み

梅ノ辻クリニック

通所リハビリテーションセンターうめのつじを紹介

あつたかケアみづき

みづき敬老会開催しました!!



特人
集物

長く愛される
刃物づくり



笛岡鋳製作所
鍛冶職人

笛岡 悟さんに
おはなしをお聞きしました

高知で唯一土佐打刃物の鉄を手掛ける笛岡さん。お父様と共に二人三脚で稼業を守ります。先細りが懸念される鍛冶業界に新しい息吹をもたらす笛岡さんにおはなしをお聞きしました。

- 1 おはなしをお聞きしました
笛岡鋳製作所
鍛冶職人
笛岡 悟さん
- 医療特集
- 6 安心・安全・快適な透析治療
- 8 薬剤部の役割
医師紹介・パーキンソン病WEB講座のお知らせ
- 10 教えて!専門家
- 医療法人防治会
- 12 きんろう病院 患者満足向上に向けての取り組み
- 13 梅ノ辻クリニック 通所リハビリテーションセンターうめのつじ ご紹介
- 14 あつたかケアみずき みずき敬老会開催しました!!
- 15 職場体験・レッツ脳トレ!
- 16 薬味「ねぎ」

- ブレイクしましょ
- 18 金高堂書店 読んでみませんか
 - 19 まるふく農園 萌らしにハーブを
 - 20 アクセスのご案内

日記を読み返します。
そうすると、変化が僅かなために日常では感じ取れなかった成長を見つけたりします。
過去からの贈り物です。



表紙 画&文 奥田剛

父の背中を追う

大学卒業後、一般企業に就職するも、将来を思い悩んだ末、お父様が始めた鍛冶の道へ進みます。

元々ものづくりが好きだと、手先が器用だとか思われがちですが、実はそんなことはなく、全然興味はなかったんです。親父から継いでほしいと言われたことも一度もありませんでした。大学も行かせたし、自分の道を進むものだと思っていたようですが、しかし就職してしばらくした頃、このままサラリーマンを続けて家族を養つていけるだろうかと考え始めて。

その時、鍛冶の仕事で自分と妹を大学まで行かせてくれた親父はすごいと思ったんです。「鍛冶をやらせて欲しい」と親父に頭を下げてお願いしました。しかし厳しい世界だと分かっているからこそ、すぐには認めてもらえませんでした。

親父は中学卒業と同時に大阪に渡り、12年間鍛冶の修行をし、27歳で高知へ帰つて独立した鍛冶一筋の人です。自宅の隣に工場を構え、朝から晩まで作業している音が聞こえていましたし、黙々と働く親父の背中はすっと見できました。そうやって

自分たちを大きくしてくれた人なんです。

鍛冶を目指す自分の本気も伝わり、なんとか受け入れてもらいましたが、今考えると当時はバブルがはじけた頃で、一人分の給料を出すのはしんどかったと思いますね。

お父様の技術を学ぼうと、言われたことを黙々となす修行の毎日。そんな中、あることがきっかけで、ものづくりに対する意識に変化が生れます。

鍛冶の仕事を始めて5年くらい経つ頃、地元いの町商工会の職員さんから声をかけられ、青年部に入りました。それから商工会の紹介であち

新しい試み



笛岡鉄製作所の鉄は、プロの植木職人や華道家からの評価も高い。細かい注文のやり取り、メールの返信、梱包、発送すべて悟さんがこなします。

流れに身を任せること

一步踏み出した笛岡さんに新たな提案が舞い込みます。時代の流れに乗り、目の当たりにしたのが、SNSの波及効果でした。

うちに出入りしている宅配業者さんから「インターネットで商品を売つてみたら?」と制作業者を紹介してもらい、ホームページを立ち上げました。もちろんホームページを始めたからといって、いきなり商品が売れるはずもなく、1年目は注文がゼロ。2年目になつてやつと10件ぐらい注文が入つて、その次の年にはまた倍になつてという感じで、じわじわ増えていったんです。全国でも手打ち鉄鍛冶 자체が少ないらしく、しかもネットで購入できるのもめずらしかったようです。ホームページを立ち上げ、商品を購入できるようにした結果、全国にうちの鉄を求めてくれる植木職人さんがいることが分かりました。しかも、購入してくれたプロの植木職人さん達が、自身のSNSでうちの鉄を紹介してくれたんです。そうやつてネット上の口コミで広がつていきました。



師匠でもあるこの道63年の父、英二さんと。

それとは別に、生け花鉄の注文が3、4件立て続けに入つたことがありました。それまでうちの注文は、ほとんど植木職人さんだったので、どうしてかなと思つていて、うちの生け花鉄を買って使つてくれている東京の花屋さんが、「愛用の鉄です」と有名な雑誌で紹介してくれていたんですね。そこでその時の注文は、雑誌を見た人達からのものだつたと分かりました。いろんな効果を実感できたのは、ホームページを立ち上げたおかげですね。



叩いて変化していく鉄。
少しづつ少しづつ変化させ、さまざまな鉄になっていきます。

うちに出入りしている宅配業者さんから「インターネットで商品を売つてみたら?」と制作業者を紹介してもらい、ホームページを立ち上げました。もちろんホームページを始めたからといつて、いきなり商品が売れるはずもなく、1年目は注文がゼロ。2年目になつてやつと10件ぐらい注文が入つて、その次の年にはまた倍になつてという感じで、じわじわ増えていったんです。全国でも手打ち鉄鍛冶 자체が少ないらしく、しかもネットで購入できるのもめずらしかったようです。ホームページを立ち上げ、商品を購入できるようにした結果、全国にうちの鉄を求めてくれる植木職人さんがいることが分かりました。しかも、購入してくれたプロの植木職人さん達が、自身のSNSでうちの鉄を紹介してくれたんです。そうやつてネット上の口コミで広がつていきました。

このイベントに出店するようになつたんです。初めの頃は自分の包丁や鉄が売れるのか不安もありましたが、そんな中、買つてくれたのは一緒に出店している青年部の先輩や仲間たちだったんです。その時に思ったのが、「もうちょっと丁寧に仕上げておけばよかつたなあ」ってこと。ちょうど自信がなかつたのかかもしれません。そのままで、より品質にこだわるようになつたのは。値段は高くて、手間をかけて丁寧に作つた方が自信を持って販売できますし、そうすることによって次にも繋がると思いました。それから仕事に対しての思いが変わつていきました。

うちは元々ほぼ卸の仕事だったのですが、量産しないといけなかつたんです。商品を作つたら問屋さんから小売店さんを通つて、お客様に届く。数を作らないといけないのでスピードも必要で。だからずつと卸だけでやつてきた親父からすると、技術も伴つてないのに時間をかける自分のやり方はもどかしかつたかもしれません。自分で丁寧に作つて、お客様にも売れるようになつたのはいいきっかけでした。直接売ることで作り手のこととも分かつてもらえるし、お客様にも売れるようになつたのはいいきっかけでした。自分で丁寧に作つて、お客様にも売れるようになつたのはいいきっかけでした。直接売ることで作り手のこととも分かるし、お客様の顔や反応も分かる。クレームだつて聞くこともあります。自分のものづくりに大きく影響しましたね。

目にとまる包丁を

新しい取り組みは広がりをみせます
が、まだ客層が限定されている問
題も。性別問わず、幅広い年代の
方に興味を持つてもらえるよう考え
られたのが『hasa ハサ』の刻
印が掘られたオリジナル包丁です。

さんとコラボして包丁を製作しまし

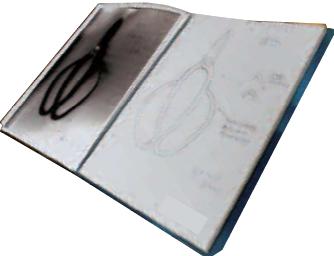


香川の家具職人さんとデザイナーさんと手がけたオリジナル包丁
左: TOSA no DAICHI
右: SANUKI no MEGUMI
柄の部分はいずれも色を付けているのではなく、木を組んで
デザインされたもの。

研ぎ直しは信頼の証

自分の作った刃物を買ってもらう上り、もしかしたらその包丁や鉢が研ぎ直しで返ってくるとの方が嬉しいかもしれない。そうやって返ってくるのは大切に使ってもら正在証拠。研ぎ直した刃物の切れ味を体感してもらつて「またお願いします」つ

筆岡鍛製作所では刃物の研ぎ直しあります。買い換えるのではなく、長く使って欲しい。研ぎ直しは信頼してもらうための証だそうです。



お客様からデッサン付きの注文書が送られてくることもしばしば。信頼関係があってこそなせる技。

5年前から、毎年11月に「仁淀川物産展」という催しで地域の事業者さん達と東京へ販売に行っていました。出店会場には、うちの鉢を通販で購入し、愛用してくれている東京のお客様が会いにきてくれたこともありました。ありがたくて本当に嬉しかったです。毎年そういう出会いを楽しみにしています。

もつと多くの人に土佐刃物を知つてもらいたいと、いろんな声に耳を傾け、柔軟に動きます。買ってもらうて終わりではなく、長く使ってもらおうお付き合いこそが 笹岡さんの目指すかたち。今日も使う人の喜ぶ顔を思い浮かべながら、その人にとっての『逸品』を目指します。

後継者問題も感じながら、笠岡さんは鍛治の仕事のおもしろみや魅力を伝える使命も感じています。

県の後継者育成事業で2年間研修生を受け入れました。しかし、研修期間が終了した後、定着しにくいのが現実です。自分は人を雇うのが難しい、難しいというか、向いてないんじやないかと思います。自分の思いとしては弟子をとったとしても、笹岡の刃物を作る人で終わるのではなく、

自分のブランドを持つお客様に届けて欲しい。その方が絶対楽しいはずなんですね。もっとおもしろみを見出していく、技術に見合った収入を得られれば、鍛治の仕事を目指す人が増えるとと思うんです。自分がそれを実践していくかなければと思っています。

切り抜してきましたとかでいう意識でないですね。オリジナル包丁もそうですが、「デザインしてください」と頼んだわけではなく、「こんな取り組みがあります」と言っていただけたからなんですね。イベントやホームページもそう、提案があつたら1回やつてみる!『チャンスを止めない』っていうことです。出店しても全然売れなくて終わる……もあるんです。でもそこで一人でもチラシを渡せたら、知つてもらうきっかけができるので、それも収穫です。いろんな選択肢があつても、チャレンジできず、チャンスを止めている人って結構多いのかもしれません。やつてみると案外世界は広がるんですけどね。

はさみ屋 | 土佐の鍛錬
 笠岡鍛製作所



〒781-2121
高知県吾川郡いの町池ノ内 85-7
TEL 088-892-1450
<https://www.hasamiva.jp/>

でと全く違つたデザインになりました。実際できた包丁を並べて出店す

て言つてもらえたり「次も」で買おう」と思つてもらえるように研ぎ直

安心・安全・快適な透析治療

新型コロナウイルスが出現してから
というものの透析患者さんにとって、
週3回透析治療に通院することは、
心身共に負担が大きいかと思いま
す。いづみの病院透析室では患者さ
んの声を聞きながら、安心してより
快適に治療を行っていただけるよう
対策を講じ、改善に取り組んでおり
ます。感染対策はもちろん、無料イ
ンターネット回線(Wi-Fi)も完備
し、長い透析時間を有意義に使つて
いただけるよう工夫も講じております。
今回はそんなポイントをご紹介
します!!

1 安心安全な個人送迎

当院の送迎は基本個人送迎です。
専任の運転手が病院とご自宅間の
送迎をいたします。
(集団でのバス送迎ではないので密
にならず安心して通院することができます。)



3 透析前のチェック

透析室でクラスターが起こることのないよう、疑わしい症状がある場合は発熱外来で診察を受け、必要に応じてPCR検査を実施しております。陰性であっても少しでも疑わしい場合は隔離して透析を実施します。感染リスクがないと判断されてから透析室に入るようになっております。



5 強力な秘密兵器

当院では紫外線が照射できるUV-C 照射システムを採用しています。UV-C 光を照射することで病原菌を殺菌できるため、除菌されたクリーンな環境で透析治療を受けることができます。

※UV-Cの照射は部屋を無人の状態にして締め切り、コントローラーで操作します。



殺菌灯搭載ロボット
(株)スマートロボティクス
SR-UVC Model B



- 保存期の方も受け入れしております
- オンライン HDF 全台実行しています
- 透析中運動を取り入れ、体力維持に努めています

いづみの病院 透析室

透析スケジュール	月	火	水	木	金	土
8:30 ~ 14:30	●	●	●	●	●	●
15:00 ~ 21:00		●		●		●
17:00 ~ 23:00	●		●		●	

見学随時対応・送迎要相談(要連絡)

お問い合わせ TEL 088-826-5511



2 少人数での透析

当院では 1 クールに施行する透析人
数を 20 人としております。少人数のた
め、ベットとベットの間隔も広くソーシャル
ディスタンスが保たれています。



透析室
臨床工学技士
松田 理絵子

4 病院としての感染対策

院内でも感染対策を強化してお
ります。院内の会議や研修を中止
したり、職員の行動制限や体調管
理を徹底しております。

また、来院者の体温測定を行い、
状況に応じて入院患者さんへの面
会制限の見直しを行っています。



その他にも

- 保存期の方も受け入れしております
- オンライン HDF 全台実行しています
- 透析中運動を取り入れ、体力維持に努めています



新着医師を ご紹介します

丁寧な診療を 心がけます



中田 章弘
Akihiro Nakata

脳神経外科

出身地：兵庫県
出身校：京都府立医科大学
学会：日本脳神経外科学会
日本脳血管内治療学会
日本脊髄外科学会
趣味：旅行 映画鑑賞

2021年10月より中正先生の後
任で赴任した中田章弘と申します。
これまで京都や大阪の病院で脳卒
中や頭部外傷などの急性期疾患を主
に診療して参りました。これまでの経
験を活かして、患者さまやそのご家
族ひとりひとりに寄り添った医療を
心がけて取り組んで参りたいと思いま
す。地域の皆さんに安心していただける
医療を目指して精進いたしますので、
何卒よろしくお願ひ申し上げます。

お家で聴ける！

パーキンソン病 WEB市民公開講座 のお知らせ

2022年
1/22(土)
14:00～15:00
形式:ZOOMウェビナー



プログラム

- 座長 脳神経センター長・パーキンソン病外来担当 医師
清家 真人
- 講演1 パーキンソン病患者さまへの手術療法
(脊髄刺激療法)
脳神経外科・ものわすれ外来担当 医師 楠木 司
- 講演2 パーキンソン病患者さまへの手術療法
(脳深部刺激療法)
脳神経外科部長 医師 帆足 裕
- Q & A ～日々の疑問を聞いてみよう～

受講登録は
こちらから

ご参加の注意点>
本イベントは、Zoom を用い
たオンライン開催です。
ご参加ならびに Zoom のご
利用は無料ですが、別途
通信料がかかります。

お問い合わせ 共催：日本メドトロニック株式会社・全国パーキンソン病友の会 高知県支部 rs.shiminkoza@medtronic.com

当院には8名の薬剤師と3名の助手が常駐し、入院患者さんの薬の調剤や服薬指導、病棟スタッフからの問い合わせに対応し、患者さんの治療をサポートしています。医師から指示された処方箋の内容について、薬の種類や投与量など、患者さんに適切かどうか確認し、薬の調剤を行っています。また入院患者さん毎に、定期服薬分・臨時処方分・持参薬を服薬するタイミングに合わせて必要分をセット。飲み間違いや飲み忘れ、紛失などを防ぎ、確実に服薬してもらえるように準備しています。

その他にも、病院内のさまざまな対策メバージュに加わり、医薬品の情報発信や副作用の報告、医薬品の使用期限や保管状態の確認など、医薬品の安全な取り扱いのために活動しています。安心して治療に専念できる体制を整え、医薬品を通じて患者さんの治療をお助けします。

●院内調剤業務



定期服薬分、
臨時服薬分・持参
薬全てを服薬する
タイミングに合わせ
てセット！

患者さん毎に1週間分の服薬分を内服カードにセット。
2名体制で確認を何度も行いミスを防ぎます。

元気よ届け 健康を支える

●服薬指導



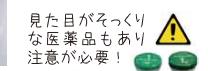
〇〇さん、お薬を飲んでから、かゆみなど出でないですか？お薬について何か不安なことや心配なことがあれば、なんでも聞いてくださいね♪

患者さんが入院時に持参されている医薬品の確認や、服用している薬の副作用の有無、新たに処方された医薬品の説明を行います。

安全な医薬品の 取り扱いのため



医薬品の取り扱いは2名体制のダブルチェック！
各病棟にある医薬品の使用期限・保管状態を確認。



見た目がそっくりな医薬品もあり注意が必要！



病棟を往復する内服・注射カートは、病棟から戻った際、医薬品が残っていないか清拭しながら確認します。

●院内物流管理システム



どこにあるか
分からん。。。
整理整頓

医薬品は必要な時に探しやすいよう整理整頓され、厳重に保管・管理しています。

確認を怠らない！

薬剤部の役割

検査のはなし

放射線部 森本 宮



CTについて

CTとは、コンピューター断層撮影(Computed Tomography)の略です。身体に対して各方向から放射線を照射し、透過した放射線量の差をコンピューターで処理することによって、身体の内部を画像化する検査です。

身体の組織や臓器によって放射線の透過しやすさは異なり、放射線の透過性が正常部位と病変とで異なるため、優れた描出能が知られています。



スペシャリスト専門家

病院には医師をはじめ、さまざまな医療職の専門家がいます。それぞれの分野から、知つていそうで知らない、実はそうなんだ、といった暮らしに役立つ情報をご紹介します。

専門用語の話

看護のはなし

回復期リハビリテーション病棟
看護師 松田 英和

私たち医療従事者は専門用語をよく使います。それが日常生活で話をする時に分かれづらいことがあります。例えば『ADL(エーディーリー・エル)』は日常生活動作のことをいうのですが、看護師が患者さんやご家族そのままADLと話す場面があります。日常生活動作と言つても食事や洋服の着替えなどさまざまな場面があり、どこを言つているのか分からぬと思いません。また、洋服の着替えも更衣と話すことがあり『更衣』といつても行為や好意などがあり、言葉で聞くと何を指しているか分からぬと思いません。できるだけ分かるように心がけていますが、分からぬ時は遠慮なく質問してください。



ノロウイルスに気をつけよう

栄養のはなし

栄養管理部 三木 華子

十分に加熱調理(食品の中心部の温度が85~90℃で90秒以上が目安)をしましょう!特に二枚貝は、中心部までしっかりと加熱をしましょう。加熱処理しない際は肉・魚貝類や調理器具を介しての二次汚染に注意が必要です。

規則正しい生活で体調を整え、免疫力アップを図りましょう!



予防策

手洗い
帰宅後や食事の前、トイレの後などには、石鹼を使いつつ手を洗いましょう!

加熱調理

十分に加熱調理(食品の中心部の温度が85~90℃で90秒以上が目安)をしましょう!特に二枚貝は、中心部までしっかりと加熱をしましょう。加熱処理しない際は肉・魚貝類や調理器具を介しての二次汚染に注意が必要です。

健康管理

規則正しい生活で体調を整え、免疫力アップを図りましょう!

感染のはなし

医療安全感染対策室 猪野 力

マスク素材別の効果比較

対策方法	マスクなし	不織布マスク	布マスク	ウレタンマスク
吐き出し飛沫量	0 % カット	80 % カット	66~82 % カット	50 % カット
吸い込み飛沫量	0 % カット	70 % カット	35~45 % カット	30~40 % カット

スープコンピューター「富岳」によるシミュレーション結果
出典: 国立大学法人豊橋技術科学大学のプレスリリース

不織布マスク着用で感染リスクを軽減

リハビリのはなし

リハビリテーション部 武森 有紀

現在、新型コロナウイルス感染防止対策のため来院時には不織布マスクの着用をお願いしています。左表のデータでもお分かりの通り、不織布マスクは他のマスクに比べて、吐き出す飛沫も吸い込む飛沫に対してもカット率が高いことが分かります。これまで布マスクやウレタンマスクを使用していた方も多いと思いますが、お互いを感染から守るため、不織布のマスク着用はより有効だと考えられます。来院する際には不織布マスクの着用をよろしくお願いいたします。



サルコペニアについて

最近のTVの健康番組などで『サルコペニア』という言葉を聞いたことはありますか? サルコペニアとは、加齢に伴う骨格筋量の低下と合わせて筋肉量が減少し、筋力低下や身体機能低下をきたした状態をいいます。健 康な方でも高齢になり食欲・食事摂取量の低下が生じ、体重減少のリスクを伴います。このような時、体重増加に向けた食事の工夫(1日に少量の食事を何度も少しづつ)や運動(歩行や筋力訓練など)をすることで予防が可能です。サルコペニアの要因としては、病気(脳血管疾患、神経難病、精神疾患など)、病気治療による活動量低下などがあげられます。サルコペニアにならないために、日頃から栄養バランスの取れた食事、適度な運動を心がけ、生活の習慣として取り組んでいきたいですね。

通所リハビリセンターうめのつじ
通所リハビリテーションセンターうめのつじは、1～3時間程度のリハビリを中心とした短時間型のデイケアです。機械を使ったパワーリハビリと理学療法士による個別訓練を行い、運動機能の向上・日常生活動作や家事動作の改善を図ります。「医療保険によるリハビリが終了したが、リハビリを続けたい」「リハビリだけを受けたい」「長時間のデイ利用が苦痛」などとお考えの方に最適な短時間のサービスです。興味のある方はお気軽に連絡ください。私たちと一緒に日々を紡いで頑張ってみませんか！

堀内容子



利用者さんと月替わりで完成させる壁面制作

ス~っと
72÷6は?4階の見晴らしが良いところ
でリハビリを行います。

頭の体操も!!



通所リハビリテーションセンター うめのつじ

9:30～11:00

サービス 時間

10:30～12:00

9:30～12:00

※ 入浴やお食事のサービスはありません。

お問い合わせ
お申し込み

Tel 088-834-3339

理学療法士がその方に合った個別訓練を
しっかりと行います。

梅ノ辻クリニック

〒780-8011 高知市梅ノ辻8-7

TEL 088-833-4580

URL <http://www.umenotsuji-cl.jp>

診療科目 脳神経外科・内科
専門外来 頭痛・禁煙・もの忘れ・オンライン診療(頭痛)
介護保険事業 通所リハビリ・訪問リハビリ・デイサービス・
指定居宅介護支援
休診日 水曜午後・日曜・祝日・年末年始

土曜も
終日診療
しています通所リハビリテーションセンター
うめのつじ

事務長 谷本慎太郎

当院では、各部署の患者満足に繋がった取り組みを、実践報告として毎年発表しています。
今年度は病棟看護部・放射線部・健診部・外来看護部の4つの部署から発表がありました。どの部署も内容の濃い発表ばかりでしたが、コロナ禍ということもあり、さまざまなもので苦戦を強いられています。そんな中、発想の転換で「ピンチをチャンスに変えることができた」という部署の取り組みが発表されました。この実践報告が、他部署への刺激になつたことは間違いありません。
今後も自分達のベストを尽くしで生きるかできないではなく、やるかやらないかがすべてである」をモットーに、患者さんやご家族のニーズに応えるため、職員一丸となって尽力していきます。



他部署の発表に耳を傾けます。

毎年行われる『患者満足度向上委員会実践報告会』。
今年度も感染対策を徹底して行いました。

向けての取り組み

患者満足向上に



きんろう病院

〒781-0011 高知市薬野北町3-2-28

TEL 088-845-8711

URL <http://www.kinrou-cl.jp>

診療科目 内科・呼吸器内科・老年内科・
リハビリテーション科
専門外来 禁煙
介護保険事業 通所リハビリ・訪問介護
休診日 水曜午後・日曜・祝日・年末年始

働く人々の
命と健康を
守る活動に
取り組んでいます

見て・聞いて・触れて・感じる

職場体験

副施設長 中馬 千代亜

2021年10月、職場体験学習のため土佐女子中学校高等部から2名の中学生が来院。普段足を踏み入れることのない医療現場の裏側を体験し、得られた経験が、将来の選択肢のひとつになれば幸いです。職員一同、将来自担する若者の未来を応援しております。

どうなごとをしているの?
患者さんの気持ちになってみる
医療現場や医薬品を見る
さまざまな医療機材に触れる

やつてみましょう

やつてみましょう
（ひを消す）
消防士

（例）
たこんたにたちだわ
ヒント（たぬき）
（た抜き）
こんにちわ
正解：（ひを消す）

こひんねひんもよひろひ
しくひおひねひがひひ
しひまひす

こひんねひんもよひろひ
しくひおひねひがひひ
しひまひす

（ひを消す）
消防士

レツツ**脳トレ!**

文章を完成させましょう
暗号のような文章を解読してみま
しょう。

脳トレとは脳力トレーニング
の略で、脳の機能を高める
ための訓練のこと。漢字・
計算・パズルなどを用行うこ
とで、判断力や記憶力の維
持・向上をめざします。ご
家族やお友達と楽しみなが
ら脳力アップしましよう！

こたえは、下欄。

□ ご意見募集

当院広報誌「いづみ」をお読みいただき
ありがとうございます。本紙の内容について
ご意見・ご感想をお寄せください。
誌面づくりの参考とさせていただきます。

郵送 〒781-10011
FAX 088-82615510
メール koho@izumho.or.jp
宛先 いづみの病院企画広報室

9月、皆さんの健康と長寿を願つて、みづきで敬老会を開きました。デイサービスでは、利用者さんにご協力いただき当日の看板を作成しました。慣れた手つきで書道の筆を握った様子は、生き生きとされました。お年をとつてもできることや、やりたいことをサポートしていくたら感じたひと時でした。デイサービスの贈り物は、ささやかですが職員が手作りした水引です。一つひとつラッピングし、贈らせていただきました。入所棟の方へも一人ひとりにメッセージカードを付けて贈り物をさせていただきました。

高知県だけでも100歳以上の高齢者が、800名以上いるそうです。皆さん元気で長生きできるよう支えて行けたらと考えています。新型コロナウイルスがなかなか終息しない中、昨年はすべてのイベントを中止しました。しかし、少しでも利用者さんに楽しんでいただけるよう、今年は規模を縮小したり、方法を工夫しながら取り組んでいます。



看板の文字を書いてくれる利用者さんの達筆なこと。

利用者さんに渡すプレゼントも用意!!



久々のイベントに利用者さんも嬉しそうでした。

みづき 敬老会 開催しました!!



あつたかケアみづきは超強化型施設です

「超強化型施設」とは、従来の「在宅強化型施設」の指標である在宅復帰率・ベッド回転率・重症者要件に加え、在宅復帰(支援)を行うにあたりさまざまな厳しい要件をクリアできた在宅復帰・在宅支援機能が高い老人保健施設のことです。



介護老人保健施設 あつたかケアみづき

〒781-8134 高知市一宮中町2-9-4

TEL 088-846-6800

URL <http://www.attakacaremizuki.jp>

サービス内容 入所・短期入所・デイサービス・通所リハビリ・訪問リハビリ
デイサービス営業日 月～土曜（日・年末年始を除く）

デイサービス営業時間 9:00～16:00

入所定員 2階 一般療養棟 50名

3階 認知症専門棟 30名

通所介護定員 30名

薬味「ねぎ」

カロリー	315kcal
たんぱく質	11.7g
脂質	11.1g
炭水化物	37.5g
塩分	0.6g

1人分あたり

【材料・2人分】

冷凍うどん 340g (2玉)
豚バラ肉 80g
長ねぎ 1本
にんにく 1/2片
酒 大さじ1
鶏ガラスープの素 小さじ1
レモン汁 少々
塩こしょう 少々
ごま油 小さじ2
白ごま 少々



ねぎと豚バラの 塩焼きうどん

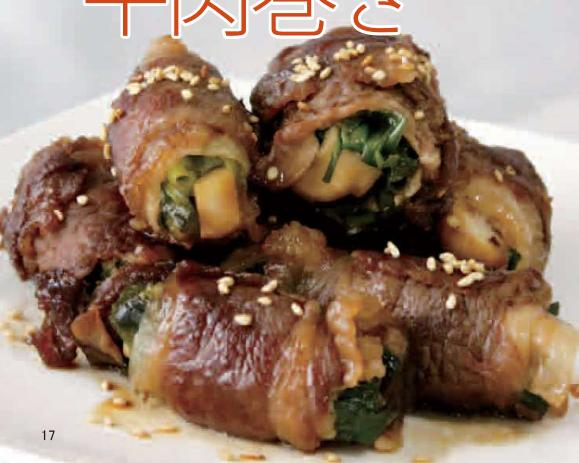
【作り方】

- ① にんにくはみじん切り、長ねぎは斜め薄切りにし、豚バラ肉は5cm程度の食べやすい大きさに切る。冷凍うどんは解凍しておく。
- ② フライパンにごま油とにんにくを弱火にかけ、香りがたつたら豚バラ肉を加えて強火で炒める。
- ③ 長ねぎを入れて少ししなりするまで炒めたら、うどん、酒、鶏ガラスープの素を入れてさっと炒める。
- ④ レモン汁、塩こしょうで味を調える。
- ⑤ 器に盛り、仕上げに白ごまをふりかける。

カロリー	355kcal
たんぱく質	23.0g
脂質	21.8g
炭水化物	12.9g
塩分	1.9g

1人分あたり

ねぎとエリンギの 牛肉巻き



【材料・2人分】

牛肉（すき焼き用）200g
エリンギ 90g
万能ねぎ 45g
サラダ油 大さじ1
酒 大さじ2
白ごま 少々

〔甘辛たれ〕
濃口醤油 大さじ2
みりん 大さじ1
砂糖 小さじ1
※韓国風の場合：
コチュジャン 小さじ1

【作り方】

- ① 万能ねぎは4cm程度、エリンギは4 cm×1 cm の棒状に切り、ねぎとエリンギを牛肉で巻く。
- ② ボールに〔甘辛たれ〕を合わせておく。
- ③ フライパンに油を引き、①の巻き終わりを下にして中火で焦がさないように焼く。
- ④ 全体的に焼き目が付いたら、酒を入れアルコールを飛ばし、甘辛たれを入れて煮詰める。
- ⑤ 器に盛り、仕上げに白ごまをふりかける。

種類

ねぎは大きく「白ねぎ」と「青ねぎ」に分かれ、芽ねぎや赤ねぎと品種も豊富です。下仁田ねぎや九条ねぎなど、地方特有の品種もあります。

効果・効能

ねぎ特有の強い香りは「硫化アリル」という成分によるもので、血液の凝固を抑制する働きがあります。この成分は切った断面から揮発しやすいため、食べる直前に調理すると良いでしょう。疲労回復、血流促進、免疫力向上、発汗作用、殺菌作用、鎮静効果や肉や魚の臭みを取り除く効果などさまざまな効能があります。

保存方法

新聞紙に包み冷暗所で保存。適当な長さに切り、ラップで包み野菜室に立てて保存。小口切りやみじん切りなど使いやすい状態に切り、水気をしっかり切って冷凍保存。1ヶ月を目安に使い切りましょう。

ねぎ



富鍋でねぎ旬
な物、ねぎはの
食な和は甘季
材などえ香み節
で使物りがは
す。いやがが
道薬良く、
が味い、白
豊、の青ね

管理栄養士

ねぎと豆苗の ペペロンチーノ



カロリー	150kcal
たんぱく質	4.0g
脂質	13.2g
炭水化物	3.2g
塩分	0.26g

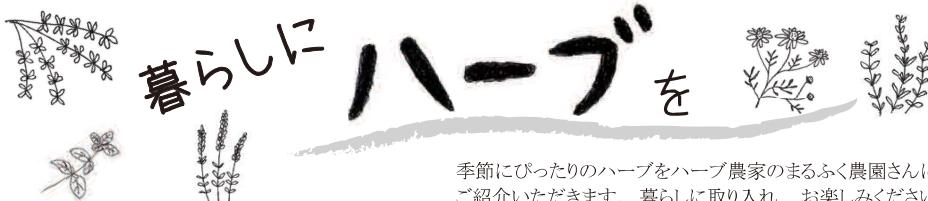
1人分あたり

【材料・3人分】
万能ねぎ 90g
豆苗 50g (1/2袋)
ベーコン 25g
温泉卵 1個
にんにく 1片
唐辛子 2本
オリーブオイル 大さじ2
塩こしょう 少々

【作り方】

- ① 万能ねぎ、豆苗は5cm、ベーコンは1cm程度に切り、にんにくはスライス、唐辛子は2mm程度に切る。
- ② フライパンにオリーブオイルを入れ、にんにくを炒めて香りがでたら唐辛子を加える。
- ③ ②にベーコンを入れ焼き色が付くまで炒め、豆苗・万能ねぎの順に入れ、塩こしょうで味を調える。
- ④ 器に盛りつけ、温泉卵をのせる。

ブレイクしましょ



暮らしにハーブを

季節にぴったりのハーブをハーブ農家のまるふく農園さんに
ご紹介いただきます。暮らしに取り入れ、お楽しみください。



セージ / Sage

シソ科・多年草

和名 薬用サルビア

原産地 地中海沿岸

抗菌作用、消化促進、滋養強壯など薬効成分が豊富で「セージを植えた家から病人は出ない」と讃えられたハーブです。ゴールデンセージ、トリカラーセージ、パイナップルセージ、チェリーセージなど近縁種（キンエンシュ）がたくさんある中でも、コモンセージは優れた薬効成分を持つことで有名。ソーセージの語源とも言われています。

お手入れ

日当たり、水はけ、風通しの良い場所を好み、梅雨時季の蒸れに弱い。葉が繁ってきたら風通しが良くなるように剪定します（緑の葉は少し残す）。収穫した葉、枝は陰干しでドライにし、保存！株が老化（3~4年）したら挿し木で更新します。

お料理に

肉料理の臭み消し、風味漬けとして使われ、特に豚肉との相性が抜群！ハンバーグ、ミートソース、ボロニアなどにも。ローズマリー、タイムなどと一緒に束ねてブーケガルニを作り、煮込み料理に入れたりします。その他トマト、チーズ、にんにくなどともよく合います。



暮らしに

- ハーブバス
- ヘアリンス
- ポプリ
- 歯磨き粉（塩に刻んだセージを入れる）
- エッシュンシャルオイル
- クラフト材料（銀色の葉を生かす）いろいろなハーブと共にクリスマスリース、キャンドル、お正月飾りなどを作ってみても楽しい。

ティーに

レモンスライス + セージ葉1~2枚、熱湯を入れて蒸らします。その他のハーブとのブレンドもおすすめ！

日本茶とも合います。あまり多量に飲まないように…。余ったティーはうがい薬にしてみては!!



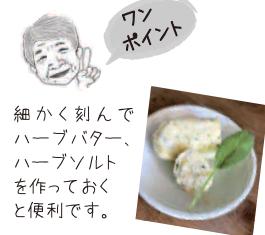
まるふく農園

営業時間 11:00 ~ 17:00

定休日 日曜日

TEL・FAX 088-875-3826

高知市福井町 512-1



細かく刻んで
ハーブバター、
ハーブソルト
を作つておく
と便利です。

金高堂書店さんにおすすめの本を
紹介していただくコーナー。
気になる本があれば、
是非手に取つてみてください。

読んでみませんか



闇の西洋絵画史 第一期【黒の闇】 篇 全5巻

山田五郎 著

創元社

税込価格 8,250 円

数ある西洋絵画の中で、タイトルにもある通り闇に焦点を当てた作品となっています。「悪魔」「魔性」「怪物」「髑髏」「横死」の全5巻の構成となっており、一冊当たり約70作品を掲載しています。解説文もついているので、その絵にどういった意味が込められているのかを読み解いていくこともできます。是非手に取つてみてはいかがでしょうか。

宮沢賢治と学ぶ 宇宙と地球の科学 全5巻

西村昌能、寺戸真、
和田充弘 著
創元社
税込価格 11,000 円

地学教師でもあった宮沢賢治の作品内に描いた地学的な知識や表現を手掛かりに、高校までの地学の基礎を学び直せる新感覚の作品となっています。宮沢賢治の童話や詩を引用しながら、たくさんのカラー図版とともにダイナミックな地球と宇宙科学の世界を解説していきます。



ピーナッツ大図鑑

スヌーピーとチャーリー・ブラウンと仲間たちのすべて

サイモン・ピークロフト 著
谷川俊太郎／望月素 訳
河出書房新社
税込価格 4,290 円

70年を超えるピーナッツの歴史をまるっと一冊にまとめた作品となっています。ピーナッツのキャラクターたちの歩んだ歴史や主なエピソードを徹底追跡。またピーナッツの生みの親である「チャールズ・M・シュルツ」の創作の秘密にも迫っています！さらに初回だけですが、特製リーフレットもついてきます。



本店

高知市帯屋町2丁目2
帯屋町チェントロ1階
TEL 088-822-0161

朝倉ブックセンター

高知市大谷公園町20-15
TEL 088-840-1363

野市店

香南市野市町西野 2611-1
TEL 088-56-5152

土佐山田店

香美市土佐山田町旭町 2-1-1
TEL 088-57-6111

金高堂書店外商部

高知市大谷公園町 17-11
TEL 088-855-5111

乗車無料 送迎バス

【2018年6月25日改定】

乗降の方法 運行委託：株式会社 新県交ハイヤー
路線であればどこでも、手をあげていただいたところへ乗降できます。ただし、交差点等、交通の妨げになるところでは乗降できません。手ははつきりと早めにあげてくださるようお願いいたします。
バス車体の左側面にルート番号（①～⑥）を掲示しています。ご乗車の際はご確認ください。
天候や道路事情により5分～15分の遅延が発生することがあります。予めご了承ください。
なお15分を過ぎましてもバスが来ない場合には、いずみの病院へお問い合わせいただければ運行状況をお伝えいたします。

時刻・ルートは改定することがありますので、ご利用前には最新の情報をご確認ください。

③福井・観月坂・北秦泉寺方面便

運休：1～4便…日曜・祝日運休 5～8便…土曜・日曜・祝日運休

	1	2	3	4	5	6	7	8
きんろう病院	8:30	9:35	10:40	11:55	13:05	15:25	16:30	17:30
いずみの病院	8:35	9:40	10:45	12:00	13:10	15:30	16:35	17:35
比島通					13:15			
高知駅北口					13:18			
愛宕町2丁目					13:21			
中秦泉寺交差点西	8:40	9:45	10:50	12:05	13:24	15:35	16:40	
福井福寿園	8:48	9:53	10:58	12:13	13:32	15:43	16:48	
中万々ツタヤ東側	8:51	9:56	11:01	12:16	13:35	15:46	16:51	
みづき2・3丁目	8:56	10:01	11:06	12:21	13:40	15:51	16:56	
加賀野井第2バス停	9:01	10:06	11:11	12:26	13:45	15:56	17:01	
エースワン秦泉寺店北・金谷橋	9:07	10:12	11:17	12:32	13:51	16:02	17:07	
中秦泉寺交差点東	9:10	10:15	11:20	12:35	13:54	16:05	17:10	
（前里旧道を経由します）								
いずみの病院	9:15	10:20	11:25	12:40	13:59	16:10	17:15	
きんろう病院	9:20	10:25	11:30	12:45	14:04	16:15	17:20	

①高知駅循環便

運休：6～8便…日曜・祝日運休

	1	2	3	4	5	6	7	8
きんろう病院	7:40	8:55	9:50	10:50	11:45	14:45	16:00	17:10
いずみの病院	7:45	9:00	9:55	10:55	11:50	14:50	16:05	17:15
剣野大橋	7:47	9:02	9:57	10:57	11:52	14:52	16:07	17:17
北金田	7:51	9:06	10:01	11:01	11:56	14:56	16:11	17:21
南御座	7:52	9:07	10:02	11:02	11:57	14:57	16:12	17:22
知寄町ナンコクスーパー付近	7:57	9:12	10:07	11:07	12:02	15:02	16:17	17:27
得月楼前	8:02	9:17	10:12	11:12	12:07	15:07	16:22	17:32
高知駅南口タクシー降り場	8:05	9:20	10:15	11:15	12:10	15:10	16:25	17:35
比島通	8:08	—	—	—	—	—	—	—
愛宕町2丁目	—	9:23	10:18	11:18	12:13	15:13	16:28	17:38
中秦泉寺交差点東	—	9:26	10:21	11:21	12:16	15:16	16:31	17:41
いずみの病院	8:13	9:31	10:26	11:26	12:21	15:21	16:36	17:46
きんろう病院	8:18	9:36	10:31	11:31	12:26	15:26	16:41	17:51

日本医療機能評定機構認定病院
いずみの病院
高知市薬野北町 2-10-53 tel 088-826-5511
http://www.zumino.or.jp

高速道路
路線バス
とさでん交通「サンマートあぞの店前」停留所より徒歩2分
「薬野西」（薬野大橋下）停留所より徒歩5分
JR 薬野駅より徒歩10分・高知駅より車で7分

労災保険指定
きんろう病院
高知市薬野北町 3-2-28 tel 088-845-8711
http://www.kinrou-cl.jp

介護老人保健施設
あったかケアみづき
高知市一宮中町 2-9-4 tel 088-846-6800
http://www.attakacaremizuki.jp

⑤一宮方面便								
運休：1～4便…日曜・祝日運休 5～8便…土曜・日曜・祝日運休								
1	2	3	4	5	6	7	8	
きんろう病院	8:25	9:40	10:45	11:50	13:50	14:50	15:50	16:50
いずみの病院	8:30	9:45	10:50	11:55	13:55	14:55	15:55	16:55
JR 薬野駅前	8:33	9:48	10:53	11:58	13:58	14:58	15:58	
信金薬野前	8:34	9:49	10:54	11:59	13:59	14:59	15:59	
一宮市民会館	8:40	9:54	10:59	12:04	14:04	15:04	16:04	
土佐神社前	8:43	9:56	11:01	12:06	14:06	15:06	16:06	
OKマンション	8:48	9:59	11:04	12:09	14:09	15:09	16:09	
ミロク団地	8:54	10:03	11:08	12:13	14:13	15:13	16:13	
トーメン団地	9:02	10:08	11:13	12:18	14:18	15:18	16:18	
一宮自動車学校	9:07	10:13	11:18	12:23	14:23	15:23	16:23	
東駐車場	9:15	10:16	11:21	12:26	14:26	15:26	16:26	
県交通うきん ATM前	9:20	10:20	11:25	12:30	14:30	15:30	16:30	
いすみの病院	9:25	10:25	11:30	12:35	14:35	15:35	16:35	



外来のご案内

来のご案内 診療時間 午前 9:00~12:30 受付時間 8:00~11:30
午後 13:30~17:00 受付時間 12:30~16:30 休診 日曜・祝日・年末年始
ただし、急患は診療いたします

休診・変更になる場合があります。来院前にお電話または当院ホームページ (<http://www.izumino.or.jp>) でご確認ください。

2021年12月現在

十一

午前 午後 午前 午後 午前 午後 午前 午後 午前 午後

上 唯
云前 午後

前 午後
前半：佐藤

外来表

① 他院からの派遣のため、診療開始時刻が遅れる場合があります。② 手術のため休診となる場合があります。来院前にお問い合わせください。

* 院内標榜診療科

専門
外来

担当医	診察日	担当医	診察日
西岡 内科	診療日隨時	長田 外科	同医師診療日隨時
夕部 内科	応相談 [要予約]	船越 外科	
船越 外科	火・木曜 [要予約]	甲 状 腺	長田 外科
バーキンソン病 もの忘れ	清家 神経内科 楠木 神経外科	男性 更年期	診療日隨時
	木曜午後 [要予約] 木曜午後 [要予約]	印 印	泌尿器科
藤澤 神経内科	水曜午後 [要予約]	瀬 瀬	水曜午前・第2,4木曜午前 [要予約]
		波瀬 波瀬	瀬循環内科
		足 の 血 流	水曜午後 [要予約]

2021年12月現在 いすみの病院常勤医師

診療科	医師名	職名	認定医・専門医
*総合内科	夕部 富三	院長	認定産業医・身体障害者指定医、高知大学医学部臨床教授
	吉井 和也	副院長	身体障害者指定医・日本静脈瘤 carroz学会TNT認定医、高知大学医学部臨床教授
	川村 一子	内科部長	認定産業医・日本内科学会総合内科専門医・日本消化器内視鏡学会専門医・プライマリケア認定医
	有澤 豊祐	健康管理センター所長	医学博士・身体障害者指定医・日本個人ドック学会認定医
	西岡 真理子		総合内科専門医・日本糖尿病学会員
	佐々木宏起		日本緩和医療学会員
	井関 治		内科認定医・循環器専門医
	小川 贊司		プライマリケア学会認定医・日本DMAT ICD
消化器内科	田所 刚久		日本消化器内視鏡学会専門医
	坪井麻記子		総合内科専門医・消化器病専門医・消化器内視鏡専門医・肝臓専門医
神経内科	信國 圭吾	神経内科部長・診療部長	日本神経学会専門医・指導医・日本内科学会認定医・日本感染症学会インフェクションコントロールドクター・身体障害者指定医
	藤澤 豊		医学博士
循環器内科	弘瀬 伸行	循環器内科部長	日本外科学会専門医・心臓血管外科専門医・修練指導医・胸腔腹部ステントグラフト治療指導医・下肢靜脈瘤血管内焼灼術実施医
放射線科	西本 均	放射線科部長	日本医学放射線学会専門医・医学博士
	清家 真人	副院長・脳卒中センター長	日本脳神経外科学会専門医・機能的定位脳手術技術認定医・高知大学医学部臨床教授・京都府立大島臨床教授・身体障害者指定医・医学博士
	桶木 司	医療法人防治会理事長	日本脳神経外科学会専門医・臨床修練指導医・機能的定位脳手術技術認定医・身体障害者指定医・医学博士
脳神経外科	足立 裕	脳神経外科部長	日本脳神経外科学会専門医
	中田 章弘		
外 科	長田 翁典	副院長・外科部長	日本外科学会専門医・指導医・日本消化器外科学会専門医・指導医・日本内視鏡外科学会技術認定指導医・日本消化器内視鏡学会認定医・指導医・日本乳がん検診精度管理中央機構検診マンキヨウティ試験認定医・身体障害者指定医・医学博士
整形外科	船越 拓		日本外科学会専門医・日本乳癌学会認定医・日本乳がん検診精度管理中央機構検診マンモグラフ・読影認定医
	武井 良憲	整形外科部長	日本整形外科学会専門医・スポーツ医・運動器リハビリテーション医・義肢装具等適合判定医・身体障害者指定医・医学博士
泌尿器科	近澤 成和	泌尿器科部長・透析部長	日本泌尿器学会専門医・身体障害者指定医
	森田 真也		
麻酔科	馬宮 姥京	麻酔科部長	麻酔科指導医・専門医・医学博士
	高田 征尚	健康管理センター長	日本外科学会認定医
健康管理水平	名譽所長		
センター			



【2021年冬号】 発行日:2021年12月 発行人:株式会社

【2021年冬号】 発行日:2021年12月 発行人:樋木可
発行:いづみの窓 〒781-0011 高知市鷲野北町10-53 tel 088-826-5511 fax 088-826-5510

発行：いづみの病院 1781-0011 高知市剣野北町2-10-33 tel
[URL] <http://www.izumino.or.jp> [e-mail] koho@izumino.or.jp

[URL] <http://www.izumino.or.jp> [e-mail] kono@izumino