

# みどりの風

CONTENTS

介護の日イベントに出演しました! / ふれあい看護の日2025

職場対抗、鹿屋市長旗争奪ボウリング大会に参加しました!

インフルエンザ および コロナワクチン接種を実施します!

嚥下おでこ体操って知ってる? / 【胆石症】について / 看護業務功労者表彰

新入職員の紹介 / みなみかぜ便り / 編集後記

鍾馗水仙(ショウキズイセン)  
南大隅町花ノ木地区

## 病院理念

地域住民の健康管理のために  
地域医療の質と医療人の質の  
たゆまぬ向上を目指す。

## 基本方針

- 一、医療・保健・介護・福祉・行政機関相互の連携を図り、地域住民に信頼される病院を目指します。
- 一、職員一人ひとりが経営意識を持って、安心・安全な医療を提供し、経営改善に努めます。
- 一、医療人の専門性を発揮し、多職種協働のチーム医療を実践します

## 患者さまの権利

1. 患者さまは、一人の人間として尊重され、平等に安全で適切な医療を受ける権利があります。
2. 患者さまは、十分な説明と情報提供を受けたいうえで、治療方法などをご自身の意思で選択する権利があります。
3. 患者さまは、個人情報の秘密が守られ、プライバシーが保護される権利があります。
4. 患者さまは、ご自身の診療記録の開示を求める権利があります。

## 患者さまの責務

1. 患者さまは、ご自身の健康状態に関する情報をできるだけ正確に医療提供者へ伝える責務があります。
2. 患者さまは、医療関係者と合意した検査や治療方針に対し、意欲を持って取り組む責務があります。
3. 患者さまは、他の患者さまが快適な環境で医療を受けられるよう、病院や社会生活上のルールやマナーを守る責務があります。
4. 患者さまは、検査や治療のために必要な医療費を負担する責務があります。





# 介護の日イベントに出演しました!

介護は一人でするのでなく、  
みんなで力を合わせ、支えていきませんか。  
そんなメッセージをお届けしました。



10/4鹿児島市のカクイックス交流センターで開催された介護の日イベントに、認知症普及啓発劇団「南の星座」が、認知症と介護をテーマに1時間の劇で出演してきました。同イベントへの出演は今回が3回目となります。

主人公は、認知症を持ちながら一人暮らしを続ける、歌と踊りが大好きな里美ばあちゃん(南大隅町役場 畦地氏)。たった一人の孫、義和が結婚式を挙げることをとても喜んでいました。仕事で忙しかった息子の佑介(南大隅町社会福祉協議会 大竹野氏)に代わり面倒を見ていた義和は、里美ばあちゃんにとって目に入れても痛くないほどの存在なのです。

ところがあるときから、かねて楽しく取り組んでいたヘルパーさんとの調理を「したくない」と断り、外出もせずに横になることが増えてきました。明らかに元気がない様子を案じた河野ヘルパー(錦江町 河野氏)は、麦生田ケアマネジャー(みなみかぜ 居宅 麦生田ケアマネジャー)へ相談します。麦生田ケアマネジャーは、何か悪い病気が隠れているのではと病院受診を勧めますが、「病院も行かないいい…」と断る里美ばあちゃん。そこで、日ごろの健康管理のために訪問看護を導入することに。恒川看護師(訪問看護ステーション菜の花 恒川氏)が訪問し様子を見ますが、なかなか元気にならず。いよいよ病院にかかることを決めました。

病院では、長濱保健師(地域医療室 長濱保健師)が問診をとり、もの忘れ外来の今隈医師(脳神経内科医 今隈医師)の診察を受けますが、体に悪いところは見つかりません。心の問題を疑い行った桜木心理師(地域医療室 桜木心理師)とのカウンセリングでは、孫の義和がどれほど大切な存在かという気持ちがたくさん語られました。さらに認知症の症状がひどくなっているのを、義和たちに迷惑をかけないように、里美ばあちゃんは結婚式の出席を諦めたことが分かったのです。

認知症の症状を持ちながらも、大切な孫の結婚式に参加するためにはどうしたらいいか。

里美ばあちゃんに関わるスタッフが集まり、話し合いました。披露宴会場を歩けるように訪問看護でリハビリを行い、ヘルパーと台所に立つことで筋力アップ、筋力がつくための食材を保健師がアドバイスし、忘れてしまう里美ばあちゃんへの周囲の声掛けを医師が助言。「義和の結婚式に行く」という目標を持ち、少しずつ元気を取り戻す里美ばあちゃんでした。(ナレーション:勤労女性センター 黒瀬氏)

今回は、ヘルパー・医師・看護師・保健師・ケアマネジャー・心理師が、実際にそれぞれの現場で従事している職種を演じる、まさに「芝居のような現実のような、現実のような芝居のような」形となりました。【介護は一人でするのでなく、みんなで力を合わせ、支えていきませんか】そんなメッセージをお届けしました。





# ふれあい看護の日2025

今年は、昨年小学生で参加された1名が中学生になり再度参加してくださいました。

また、ふれあい看護体験受入を始めてから初の高校生の参加が3名あり合計6名来てくださいました。

バイタルサイン測定・血管モデルを用いた採血、BLS（一次救命処置）・シーツ交換体験や卒後1年目・2年目の看護師への質問コーナーを実施しました。

まずスクラブのユニホームに着替え医療人の気分を味わってもらいました。同校の生徒だけでなく、元々知り合いだったのかな？と思える程、皆さん始めから打ち解けた雰囲気、和気藹々としていました。採血ももちろん初めてで、患者役・看護師役両方とも緊張はしましたが、皆さん上手に針刺し・採血ができました。

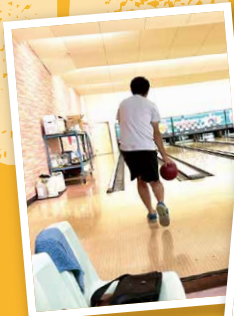
BLSも学校で経験のある人は段取りが身につけていて、訓練をしっかり受けていたことが伺えこちらが感心させられました。昼は毎年栄養室に協力を貰って当院自慢のカレーライスを提供させて頂き、皆さんに喜んで貰いました。

親の影響で看護師になりたい人、養護教諭になりたい人、その他の職業を目指す人、ドラマの影響で救命士になりたい人など、人それぞれですが、医療の現場をより近く感じる体験になったのではと思います。将来、この体験に来られた方が一緒に働いてくださる日が来たら良いなとひそかに願っています。参加して下さり本当に有難うございました。

これからも毎年実施いたします。学生さんだけではなく社会人の方もOKですので医療現場に興味のある方は来年6月頃にぜひご応募ください。



## 職場対抗、鹿屋市長旗争奪ボウリング大会に参加しました！



今回は3人で職域のボウリング大会に参加させて頂きました。結果は16位と真ん中付近の順位でまずまずの結果ではないでしょうか。

大隅の各々の職場から多くの方々が参加されていました。中にはマイボールを持参されている方々が見受けられ、来年参加するときは僕等も購入しているかもしれません。また来年楽しみです。

# インフルエンザ および コロナワクチン接種を実施します!

## 接種日

11月 **14日(金)・17日(月)**  
**18日(火)・21日(金)・25日(火)**

※接種開始は、14時～です。

## ご予約方法

- ① 1階受付窓口にてお申込み
- ② お電話(0994-22-3111)にてお申込み

## ご予約方法

平 日／午前8時30分～17時00分

土 曜／午前8時30分～12時00分

※日曜・祝祭日は承っておりません

## 【接種対象と料金】

▶インフルエンザ

**16歳以上の方**  
**料金／3,500円**

▶コロナワクチン

**65歳以上の方、60～64歳で対象となる方(※)**  
**料金／15,300円**

(※) 心臓、腎臓、呼吸器の機能に障害があり身の回りの生活が極度に制限される方、ヒト免疫不全ウイルス(HIV)による免疫の機能の障害があり日常生活がほとんど不可能な方

★助成金制度がありますが、市町村ごとに助成金額が異なります。詳しくは窓口でご確認ください。

## 【コロナワクチンについて】

当院はファイザー社製のみの取扱いとなります。接種は強制ではありません。予防接種を受ける法的な義務はなく、本人が希望する場合に限り接種を行います。



## 嚥下おでこ体操って知ってる?

嚥下(飲み込み)とは、口で飲食物を咀嚼した後で胃まで送り込む一連の動作を言います。

飲み込む機能が低下して難くなる症状を嚥下障害といいます。

嚥下の力が弱まることの原因は脳梗塞や認知症などの疾患による影響以外にも、年齢を重ねることによる筋力低下で引き起こされることも多いため、体操などのトレーニングを継続することで機能を維持することも予防の一つとなります。

嚥下は顔や口周りの筋肉、噛むときに使用する筋肉以外にも、のど周りの飲み込みに必要な筋肉群の総合的な働きにより機能します。加齢によってどこかの筋力低下が起こるとバランスが崩れ、機能低下の原因となります。嚥下機能が弱まると、食事中にむせてしまったり、誤嚥(気管内に食物・飲み物が侵入すること)により肺炎を起こす危険性もあるため注意が必要です。

嚥下おでこ体操の目的は、誤嚥やむせの予防・改善を図ることにも繋がりますので、食事の前に試してみましょう。

- ① 下を向く(目線は自分のへそを見る)
- ② 額に手を当てる
- ③ 額と手に力を入れて5秒間押し合う
- ④ 5回くり返す

**目安**  
**1セット×5回**



即時効果があるので、食前に行いましょう。



のど仏がグッと上に上がっていることを感じましょう。

※頸椎症・高血圧の方はかかりつけ医に相談の上、行いましょう。

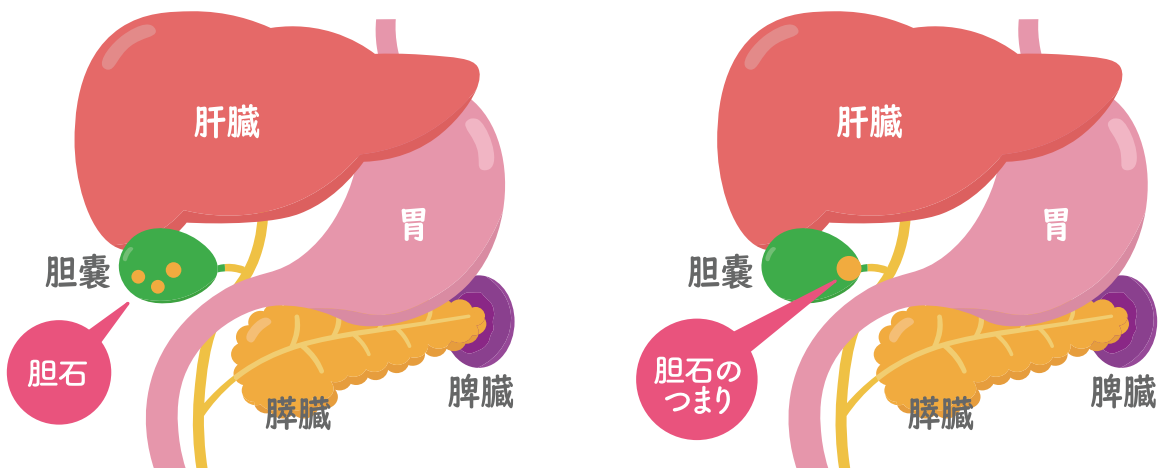


## 【胆石症】について

今年の夏も暑い日が多く、やっと涼しい季節となりました。そんな季節に気をつけてほしい胆石症についてのお話です。

暑い夏から涼しくなると食事が美味しく感じられ、つい食べ過ぎてしまいがちです。また、気温が低くなり体を動かさずじっとしていると食事を摂取してもエネルギーとして燃焼されずに、脂肪として体に蓄積されるため、コレステロールの量が増加していきます。

【胆石】は胆のうの中にある胆汁の成分が石ようになったもので、その60%以上は過剰なコレステロールが固まったものです。食事をすると、消化を助けるために胆のうから胆汁が出てきますが、この時に胆石があると胆汁の流れによって胆石が動き、胆のうや胆管の出口をふさいでしまうと強い痛みが現れます。痛みを感じる場所はみぞおちや背中、右肩が痛む方もいます。



### 胆石症を防ぐためのポイント

#### コレステロールを避けた食事を心がける！

レバーや卵、揚げ物、アルコールは控えましょう。  
一方で、野菜や海藻、大豆製品は  
コレステロールを体外へ排出する働きがあります。

#### 朝昼夜、食事の間隔はあけすぎないようにする！

食事と食事の間が長くなると胆のうが収縮しないため  
胆汁のコレステロール濃度が高くなり結晶化しやすくなります。  
水分もこまめにとりましょう。

#### 日光を浴びてウォーキングなどの有酸素運動をしましょう！

日照時間が短くなると体を活発にするためのホルモンの分泌量が低下します。  
日光を浴びながらウォーキングなどの有酸素運動を行い  
エネルギー代謝を維持向上しましょう。



# 看護業務功労者表彰

この度は、看護業務功労者として表彰をしていただきありがとうございました。

肝属郡医師会立病院に入職して、30年以上の月日がたちました。

長い月日の中で多くの出会いがあり、多くの事を学ばせていただきました。

ここまで働き続けてこれたのも、スタッフの方々にどんな時も支えてくださった  
おかげであると感謝しております。

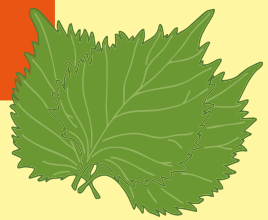
もちろん家族の支えも大事な存在でありました。楽しいこと、ときにはつらいことも  
ありましたが、一番近くで支えてくれたおかげでここまでこれました。ありがとう。

年齢的にも体力的にもみなさんに、なんとか追いついていけるよう日々精一杯  
業務を行っています。迷惑をかける場面もたくさんありますが、今後もいままでの  
経験を忘れず感謝の気持ちをもって一日一日頑張っていきたいと思います。

4階病棟 松村 里子







## ごはんのお供シリーズ 第2弾!

ご飯のお供シリーズ第二弾を6月に行ないました。夏が旬の大葉を使って【大葉味噌】を作りました。薬味としてだけでなく様々な料理に使える大葉ですが、利用者様に聞くと「大葉味噌は作ったことない」「そうめんに乗せたりはするけど」と、レパートリーはあまり少ないようでした。甘く味付けした味噌に爽やかな香り的大葉を入れて炒めると「いい匂いがする

ね」「美味しそうだ」と声があがり、実際にご飯に乗せて食べると「こんなに美味しいんだね」「これならご飯も何杯でも食べられる」と喜ばれていました。大葉には免疫力を高める栄養が含まれているため、暑い夏には積極的に摂るとよい食材だそうです。次のシリーズは【秋】の食材を使ってまた楽しみたいと思います。



## 福祉体験学習 in 錦江町 田代小学校

6月に田代小学校5年生を対象に、福祉についての体験学習を初めて開催させて頂きました。講和では、ユニバーサルデザインについてや、日常生活で目になっている福祉について、子供たちが目を輝かせながら聞いており、「ふ」=ふだんの、「く」=暮らしを、「し」=しあわせに、を知る事ができて良かったとの声が聞かれました。また体験では、「車椅子の自操作体験」「車椅子の介助体験」「高齢者疑似体験」と3つの体験を行いました。子供たちからは、「とても難し

かった」、「お年寄りの人は、どんな体で苦労しているのか、どんな暮らしをしているのか大変さが良く分かった」との声が聞かれました。アンケートでは、「福祉の仕事に興味がありますか」や「みなみかぜを見学したいですか」に、7割の子供達が「興味がある」との回答でした。わたし達も、充実した時間を一緒に過ごす事ができ、これからも頑張る励みとなりました。是非、「第2回 福祉体験学習」も開催できればと思っています!!



## かき氷づくり!!

8月20日、15時からチューリップ・ゆり通り合同のかき氷づくりを行いました。

シロップはイチゴ・メロン・厨房特製抹茶、トッピングは、あんこと練乳でした。

氷は手動の削り器にて職員が削り、シロップやトッピングの盛り付けを利用者様に手伝って頂きました。「何を乗せようか?」「全部のせてみようか。」と楽しみながら作られていました。食べて頂くと、「美

味しー」「夏が来たって感じだね。」と笑顔が見られました。普段水分にトロミをつけて対応している方も、スプーンに少量ずつ取り、介助にてゆっくり食べて頂くと、「美味しー」と抜群の笑顔を見せてくださいました。職員も一緒に食べ、とても楽しい時間を過ごせました。今後も、利用者様が笑顔となり、共に楽しい時間が過ごせるような、企画を考えていきたいと思っています。



## 外来受診に関するお知らせ

# TEL.0994-22-3111

### 〈ご予約に関する電話受付時間〉

月～金 曜日 午後2時～4時30分  
土 曜日 午前9時～12時

発熱外来受診希望の方は、  
病院ホームページをご覧ください。

平日（祝日を除く）月・火・水・木・金・土曜日  
午前8時30分～11時30分



## 健康チェック&改善相談

どなたでもお気軽にお越しください

### 毎月 第3土曜日

受付 地域医療室（保健師）

内容 ● 血圧測定・体脂肪率測定・  
血液検査（希望者）  
● 管理栄養士、保健師による  
病気予防と改善のための  
アドバイス

費用 ● 無料ですが、血液検査を希望の方は血糖150円、脂質（コレステロール、中性脂肪）300円で負担いただきます。

お問い合わせ 地域医療室保健師まで  
【要予約】TEL.0994-22-3111  
（保健師／長濱・今村まで）

〈感染症流行の状況によっては中止となる場合があります〉

## 職員募集

### 【常 勤】

看護師、看護師（夜勤専従）、准看護師、介護福祉士、  
看護補助者、施設管理、栄養士、調理師、調理員、  
臨床工学技士、視能訓練士

### 【パート・臨時職員】

看護師、准看護師、介護福祉士、看護補助者、  
視能訓練士、宿日直施設管理、内視鏡検査員

詳細については総務課庶務係までご連絡ください

# TEL.0994-22-3111

## 眼科診療について

令和7年4月より眼科の診療日が増えました

|    | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 |
|----|---|---|---|---|---|
| 午前 | ○ | ○ | △ | ○ | ○ |
| 午後 | ○ | ○ |   | ○ | ○ |

○・・・1日診療 △・・・第3・4水曜日の午前中のみ

【診 療 時 間】 平日（午前）9時～12時  
（午後）14時～17時

## 病院稼働状況

|         | 9月    | 令和6年度  | 月平均   |
|---------|-------|--------|-------|
| 外来患者延数  | 2,709 | 15,753 | 1,750 |
| （1日平均）  | 90.3  | 86     | —     |
| 新入院患者数  | 81    | 494    | 82.3  |
| 退院患者数   | 81    | 496    | 82.6  |
| 月末在院患者数 | 119   | 746    | 124.3 |
| 在院患者延数  | 3,654 | 22,688 | 3,781 |
| （1日平均）  | 121.8 | 123.9  | —     |

（単位／名）

## 編集後記

たくさんの人や新しい技術が世界中から大阪に集まり、55年ぶりに開催された大阪万博も惜しまれながら、10月13日に幕を閉じました。過去の万博では人命救助にはかかせないAED、今ではあたりまえの携帯電話などが紹介され発展してきました。

現在当院の再整備建築工事が進められ、新しく生まれ変わろうとしています。たくさんの人が集まり、新しい技術を活用し、地域に愛される病院になる事を願っています。

季節も秋が深まり急激な気温の変化も感じます。体調には十分にお気をつけて、心穏やかにお過ごしください。

## シンボルマークについて



地域住民の皆様と地域の医療従事者を、平和と安寧の象徴である二羽の鳩で表し、共に協力しながら空高く飛翔するさまをデザイン。  
肝属郡医師会立病院の頭文字をエンドレスイメージでデザインしたKマークは、地域医療の中核病院として地域医療を支え健やかで暮らしやすい地域づくりを目指して永遠に伸びゆくさまを表しています。