

Re⁺

Obiyama Central Hospital

● 今号の HIKARIBITO さん

● 特集記事

整形外科 / 整形外科医
田邊 隆敏

「その痛み、治らないとあきらめていませんか？」

● あなたにとって
好きな人・憧れの人・尊敬する人は誰ですか？

● おもてなし専記

● 教えて Caco 先生

● 帯山中央病院のご近所紹介

● 病院案内



広報誌 2017 春号 Vol.1

omotenashi

Re⁺

【レタス】

地域に根ざした広報誌です。
人との繋がりを大切にします。
新鮮なうちにお読みください。



Re+ は、人とのつながりを大切にした、地域密着型の広報誌です。
メールの返信の際に使われる“ Re” に“ + (プラス)”を加え、
“ 感謝の気持ちに少しでも何かプラスしてお返りする”
そんなおもてなしの心を形にした情報誌です。
院内でも配布しておりますので、是非ご覧ください。

+ 今号の HIKARIBITÖ さん

ささき きょういち
笹木 恭一 様

見えない目で心の豊かさをみて

もうまくはくり
網膜剥離で片目の視力を失い、大好きだった車の運転や仕事をあきらめることに。生きる希望を失いかけていた…。そんな、ある日の定期受診で笹木様の人生が変わることに。

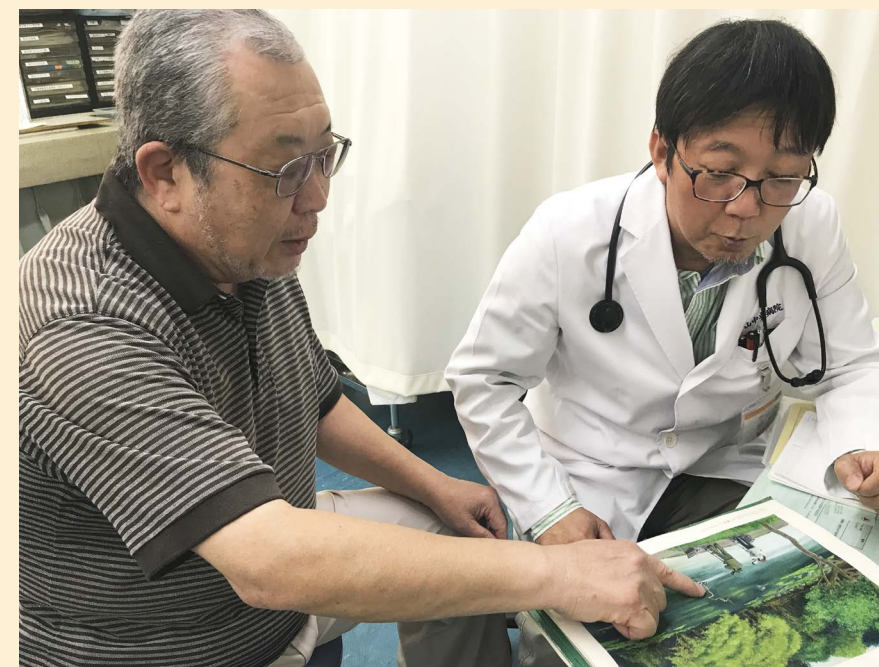
笹木恭一様の作品

ヒマラヤスギの下で
(秋まつり / 帯山中央病院にて)
WATER COLOR F4



気分を紛らわすため散歩途中でスケッチをしていた笹木さん。そのまま当院に受診で来られました。担当医の前田副院長はそのスケッチブックの中身を見てビックリ！！「これはすごい才能だから、当院に是非飾らせて頂きましょう」と前田副院長が笹木さんに提案。その日以来、外来の待合室に、笹木さんの素敵な絵を飾らせて頂いております。

この日をきっかけに笹木さんは「生きる希望を取り戻した」と言います。今ではハーモニカの練習を経て当法人の介護関連施設でハーモニカボランティアをして下さり、当院にとって笹木さんはかけがえのない存在です。笹木さんの心のキャンバスはきっと、とても素敵な色で彩られているのではないのでしょうか。いつも素晴らしい絵と、ハーモニカの懐かしい音色をありがとうございます！



笹木様からのメッセージ

前田先生には本当に感謝しています。血圧だけでなく、精神面の相談にものって頂きました。普通のお医者様以上の心配りを頂き、素晴らしいお医者様とお思っております。今では絵とハーモニカの合わせ技で、私の生き甲斐になっていきます。片目はほとんど視力をなくしましたが、以前より、心豊かに生活できているのを実感しています。

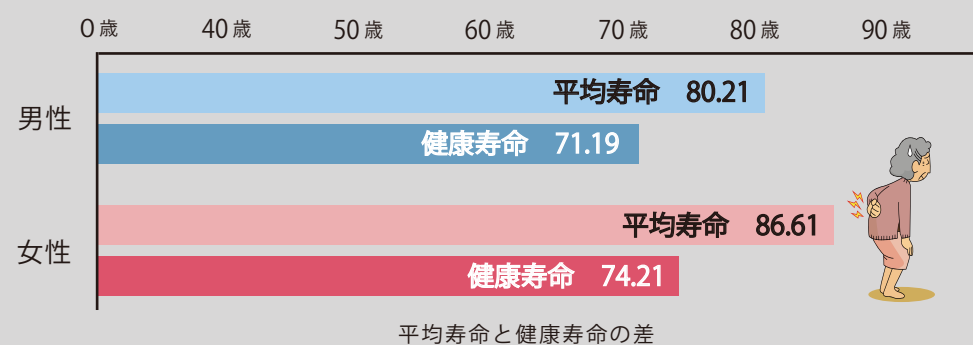
笹木さんへ
素敵な作品を
また見せてくださいね。
副院長 前田誠士

平均寿命と健康寿命の差

私たち日本人の平均寿命は女性が86歳、男性が80歳と男女とも過去最高で、世界でもトップクラスの長寿なのですが最近よく耳にするようになった「健康寿命」という言葉を

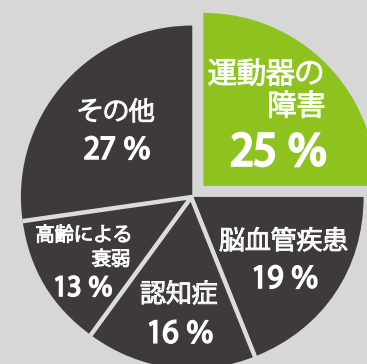
ご存知ですか？健康寿命とは健康上の問題がなく自立した状態で日常生活を過ごすことが出来る期間のことですが、平均寿命と健康寿命の間には、男性で約9年、女性では約12年もの

差があります。この差は、自立度の低下などにより介護が必要となってしまう期間なのです。では、この差の原因は何なのでしょう？



要支援・要介護になった原因第1位

実は、介護が必要となる原因の第1位は「運動器の障害」、つまり体を支える骨や関節・筋肉の痛みやトラブルです。しかも圧迫骨折などで長期間安静が続くと筋力や認知機能が低下することが多く更にリスクが高まるのです。これらの痛みやトラブルを「年のせいだから仕方ない」とあきらめていませんか？

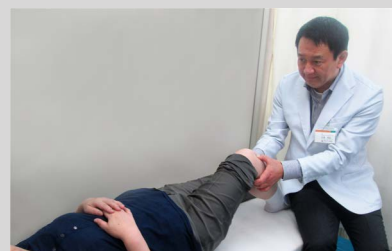


要支援・要介護になった原因

つらい症状を我慢しないで

膝・股関節の変形や骨が脆くなってしまう骨粗しょう症など加齢的な変化は、ある程度仕方ない部分もあります。でも、腰痛や坐骨神経痛などに**ブロック注射**を行うことで痛みが取れ、外出や運動を楽しめるようになる方が増えています。また、骨粗しょう症

などが原因で起こる脊椎圧迫骨折は痛みが強く、従来半年近くの入退・安静が必要で介護



の要因となりやすい病気です。しかし、骨折後なるべく早く経皮的椎体形成術（通称：**セメント術**）という簡単な手術を受けることで、短期での回復が可能です。治らないとあきらめて我慢している痛みも、ぜひ当院にご相談ください。

痛みを取る治療

ブロック注射

神経**ブロック注射**とは、痛みの原因となっている神経やその周辺に局所麻酔薬などを**注射**し、痛みを抑える治療法です。鎮痛剤が効かず、椎間板ヘルニアや脊柱管狭窄症などで手術を勧められるほどの痛みやしびれにも有効なことが多く、血流改善効果もあることから、頑固な肩こり・腰痛にも有効です。

セメント術

当院が得意とする経皮的椎体形成術（通称：**セメント術**）は背中の中の局所麻酔で背骨に注射針を刺して医療用のセメントを注入し、補強・固定する30分ほどの簡単な手術で、数時間後には痛みが取れて歩けるようになる方が大半です。

【診療日】

月2回 土曜午前

詳しい日程は
受付にご確認ください。

帯山中央病院
TEL 096-382-6111

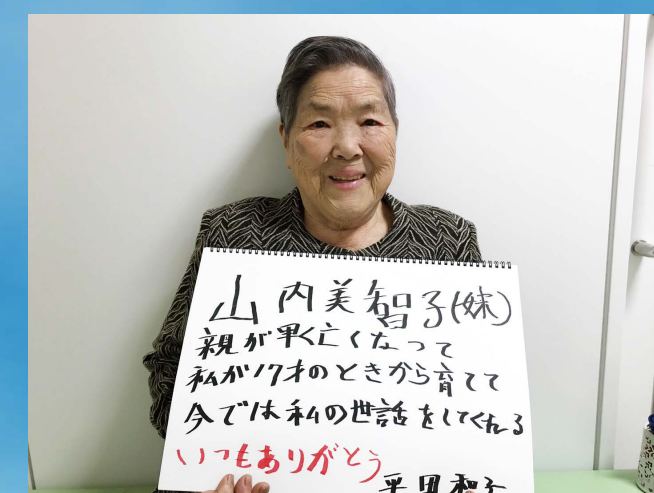
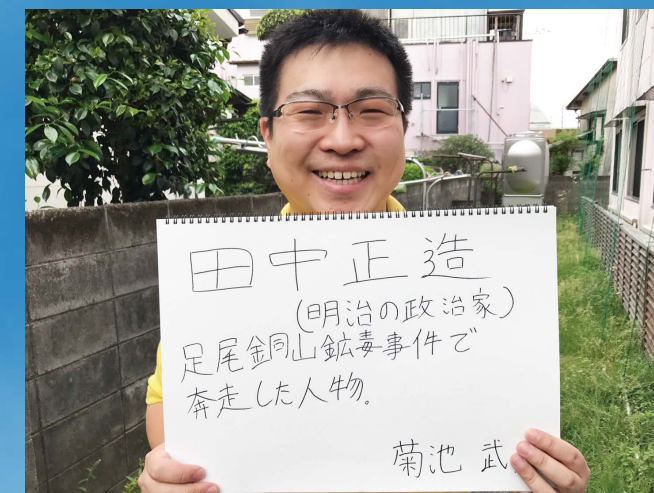
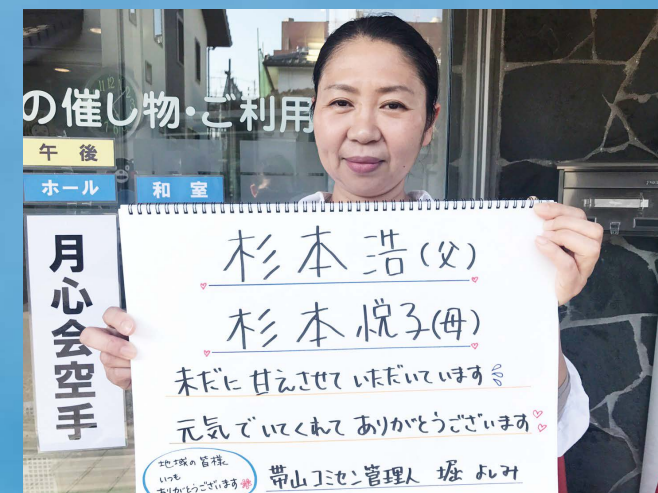
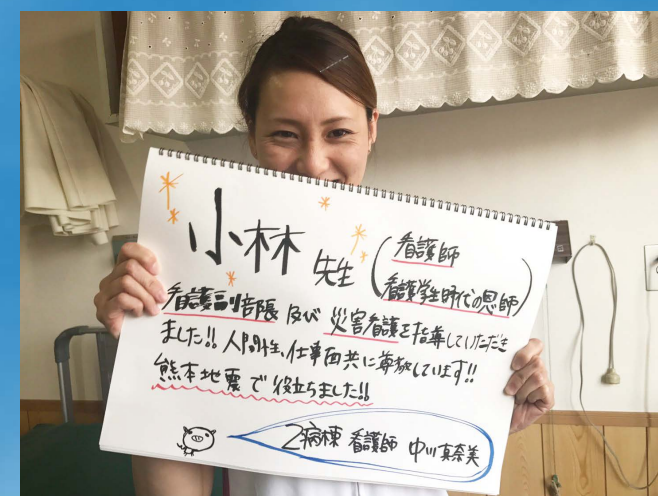
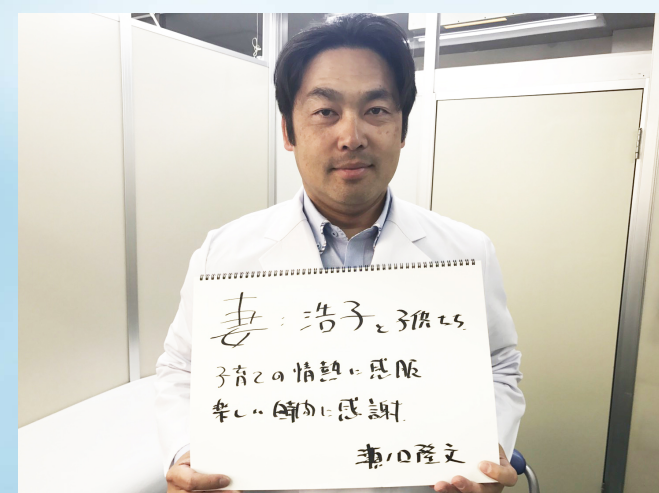
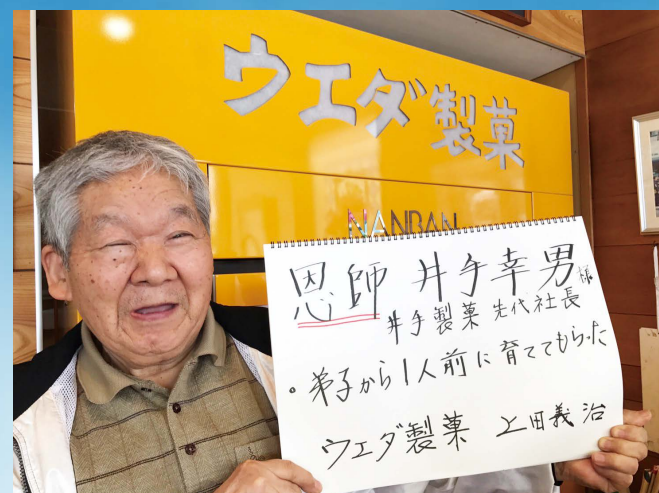
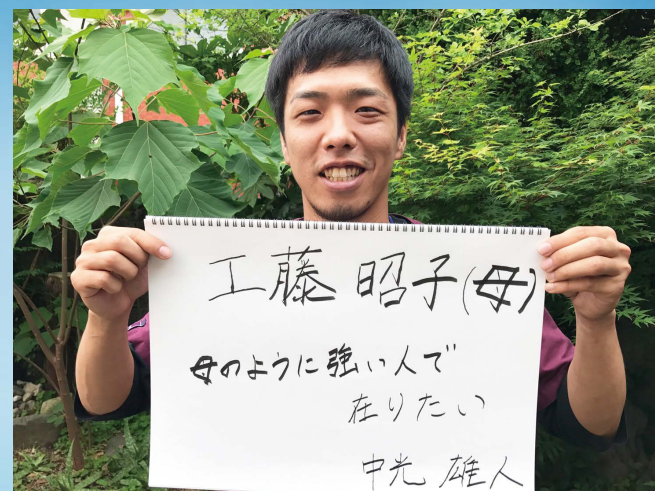


当院特別外来担当
整形外科医

田邊 隆敏
tanabe takatoshi

あなたにとって 好きな人・憧れの人・尊敬する人は 誰ですか??

who is your favorite person??
who do you respect??



CAST

山田茜さん 中光雄人さん 渡邊雅信さん
藤井桜子さん 上田義治さん 瀬ノ口隆文先生
中川真奈美さん 堀よしみさん 小林達也さん 寺崎綾乃さん
菊池武さん 平田和子さん 安藤忠伸さん

ご協力頂きありがとうございました。

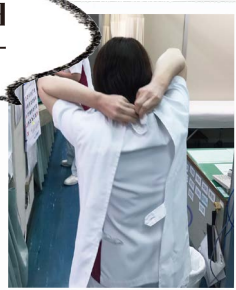
おもてなし専記

幸せのおもてなし 専門職の記録

～ 第 1 話 ～
外来看護師の 1 日に密着

8:00
出勤

さあ今日も1日
笑顔で頑張ろうー



準備万端!!



8:30
朝礼・診療準備

申し送りを受け
準備に大忙し

9:00
午前診療開始

お待たせしましたー



ご気分悪くないですか？



13:00
昼食

手作りのお弁当で憩いの時間



ご養生されて下さい



14:00
午後診療開始

この日は藤村先生とグループホーム悠祐へ訪問診療

17:15
午後診療終了

17:30
勤務終了

お疲れ様でした

教えて Caco 先生

Lesson 1

顔のむくみを取る方法

皆様が日頃お困りな事
を簡単に解決する方法を
アドバイス致します。

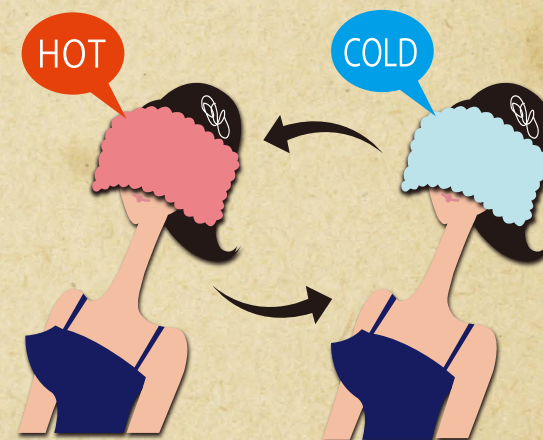
帯山中央病院
理事長／漢方専門医
渡辺賀子

顔がむくむワケ

お酒や塩分・水分をとりすぎた翌朝、起きてみたら顔がパンパンに腫れていたという経験を持つ人は多いのでは？朝から顔がむくみやすいのは、簡単にいえば寝ていたから。日中は立ったり、座ったりしていることが多く、重力の関係で下半身に水分が偏りやすいのですが、寝ているときは顔も足もほぼ水平になるため、顔に水分が溜まりがちになるのです。

温冷タオルで顔のむくみもすっきり

顔のむくみをとる方法として簡単でおすすめなのが顔にホットタオルとコールドタオルを交互にのせる方法。まずホットタオルを顔にのせ、顔全体がじんわり温まってきたら、今度はコールドタオルに替えます。ホットタオルは冷えたら温め直し、コールドタオルと交互に繰り返し4回ほど行います。コールドタオルが面倒な時は、冷たい水で顔を洗うだけでも大丈夫！
こうして、温かいタオルで血管を拡張させたあと、冷やして血管を収縮させると、滞っていた血流が一気に改善。顔のむくみがスッキリします。ホットタオルの前にオイルで優しくマッサージしたり、タオルの上から顔を指で軽く押したりすると、さらに効果的です。



ホットタオルとコールドタオルの作り方

45℃前後の熱めのお湯にタオルを浸すか、水でぬらして軽く絞ったタオルをラップに包み電子レンジで適度に温めれば出来上がり。ただし、**やけどには十分ご注意ください**。コールドタオルは水だけでもよいのですが、夏場なら氷水につけたり冷蔵庫で冷やしたりするのも気持ちがいいものです。



監修／渡辺賀子
オレンジページ

不安な気持ちで来院された患者様が診療後には安心して帰宅できるように、あたたかい看護を心掛けております。何かお困りごとがございましたら、お気軽にご相談ください。

外来看護師 一同

どんなに忙しい中でも、笑顔は絶やさない。患者様にはもちろん、職員にも笑顔で振るまう彼女達こそ「真のおもてなし人」と感じました。
広報室



南ドイツパン

Biggi

ビッグー



常連さんが通りかれば店内から手を振る、店長の小島純子さん。"ゲゼレ"というプロ職人としてのドイツの国家資格を持つ。2008年、北京オリンピックの際はドイツ選手達に認められ、パンの調理担当を。身体にやさしい材料を使いながら、南ドイツ本場の味を守りぬく。そのこだわりにより小島さんの情熱と愛情が詰まっている。



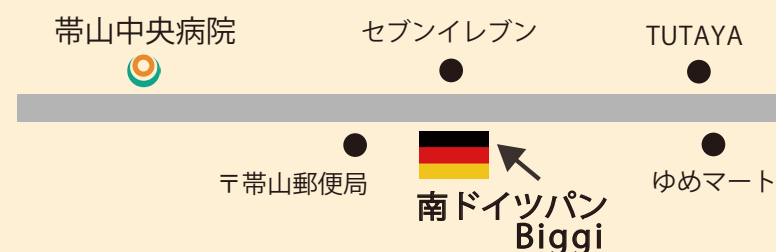
↑広報スタッフお気に入り
クロワッサン 170yen



↑南ドイツ本場の塩を使用
プレッツェル 170yen

お店の電話番号が偶然にも帯山中央病院とそっくり「〇〇先生いますか？」と電話がかかってくることも「小島先生しかいませんよ〜(笑)」と小島さん。パンの種類がたくさん並ぶ時間帯はお昼頃ぜひ一度で来店下さい！

【南ドイツパン Biggi】



熊本市中央区帯山 3丁目 18-45
(当院から徒歩で約5分)
営業時間 9:30 ~ 18:30
定休日 月曜日
第1・3火曜日
096-381-6111 予約可

広報誌発刊にあたり、
取材・撮影にご協力いただいた皆様、
最後まで読んでくださったあなた様、
関わってくださった全ての方に感謝申し上げます。
次号もお楽しみに！



幸せのおもてなし
帯山中央病院
Obiyama Central Hospital

TEL. 096-382-6111
FAX. 096-382-6139

〒862-0924
熊本市中央区帯山 4丁目5番18号

交通アクセス



入院のご相談は

帯山中央病院 TEL. 096-382-6112
地域医療連携室 FAX. 096-382-3773
(平日 8:30~17:00)

介護のご相談は

おびやま指定 TEL. 096-382-6175
居宅介護支援事業所 FAX. 096-381-9020
(平日 8:30~17:30 / 土曜 8:30~12:30)



受付 平日 8:30 ~ 17:15 / 土曜 8:30 ~ 12:30

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00~12:30	●	●	●	●	●	●
14:00~17:30	●	●	●	●	●	—

診療科目

内科 / 消化器内科 / 糖尿病内科 / 漢方内科
/ 呼吸器内科 / 外科・整形外科

診療科目は曜日により異なります。
日程と担当医についての詳細は
受付もしくはホームページにて。

帯山中央病院ホームページ
<http://www.obiyama-ct.com/>

帯山中央病院 検索

facebook Instagram

