

Re⁺

Obiyama Central Hospital

- 今号の HIKARIBITO さん
「苦を本当の楽へ」
- 特集記事
よろず相談室
「地域の皆様やご家族のお悩みごと
よろず相談お引き受けします。」
- あなたの好きな言葉は何ですか？
- おもてなし専記
第2話 言語聴覚士&歯科衛生士
- 教えて Caco 先生
Lesson 2 手軽で着実、最強の冷えとり法
- 帯山中央病院のご近所紹介
Hair salon 「cotoha」
- 臨床美術作品展のお知らせ
- 病院案内

広報誌 2017 秋号 Vol.2

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い、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す”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 HIKARIBIT^Öさん



苦を本当の楽へ

熊本市東区の上南部にある真言宗のお寺・伊羽山 盟聖寺 天中院のご住職 小山 盟央さんにお話を伺いました。学校卒業後は会社員としてお勤めでしたが、22歳の時、日々の生活の中で色々な疑問を感じ、「世の摂理や真理見えない力を解きたい」と、仏教界に飛び込まれました。厳しい修業道場にて沢山の師匠に教を乞い、それをどのように伝えれば皆さんにわかりやすく伝わるだろう…と日々考え、住職としての仕事以外にも福岡のラジオ局「CROSS FM」などで、ユーモアを交えながら多くの人に解りやすくお釈迦様の教を伝える活動もされています。この仕事をしていて良かったことは？と尋ねると「苦を楽に変えるきっかけを作ってあげられた時」と答えた小山さんは、「ただ苦しい状況を楽にするのではなく、今後同じような悩みや問題で苦しまないように自己を確立できた時が本当の楽」と語り、今後もたくさんの方々へ「苦を本当の楽に変えるきっかけを与えられるよう努めていきたい」と、終始笑顔でお話して下さいました。そんな小山さんがお会いして、最も感銘を受けた方がノーベル平和賞受賞者でもある「ダライ・ラマ法王14世」です。



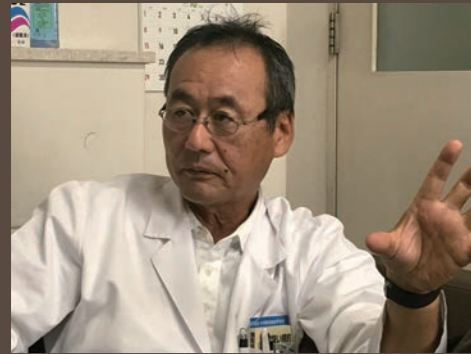
ダライ・ラマ法王14世はチベット仏教の最高指導者で、混迷を深める世界の中で人々がお互いを慈しみ、救い合うことの大切さと、対話によって世界に平和をもたらすことができるのだということを説き続けてこられました。

小山さんたちは、今年11月に法王を熊本にお招きし、熊本復興祈念講演会を開催する予定で準備を進めてこられました。法王の体調不良により来日中止となってしまいました。

法王の来熊中止は残念ですが、秋の夜長、対立の時代に向かいつつある現代を生きる私たちに希望と勇気を与える法王のご著書を読んでもみるのも良いのではないでしょうか。

ダライ・ラマと転生：チベットの「生まれ変わり」の謎を解く
著者 / 石濱裕美子 扶桑社

地域の皆様やご家族のお悩みごと、よろず相談お引き受けします。



「どんなことでも相談してほしい」と話す、黒肱院長。

2017年1月より、帯山中央病院の新院長となりました。これまで長きに渡り、外科医として患者様と深く関わってきた経験を活かし、「病気を治すだけでなく、精神的ケアや癒しを含めた全人的医療を実践していきたい」と熱く語ります。そこで、入院患者様をはじめ、地域の皆様がいつでも気軽になんでも相談できる場所「よろず相談室」を開設しました。

帯山中央病院 院長
地域医療連携室室長

黒肱 敏彦 くろひじ としひこ

日本外科学会専門医 / 日本消化器外科学会専門医指導医 / 日本消化器病学会専門医
日本超音波医学会専門医指導医 / 日本胆膵外科学会評議員 / 高度胆膵外科手術名誉指導医

その方らしく生きるための真に優しい医療を

優しい医療とはいったい何でしょうか。延命治療や過剰な薬の投与は、本当にご本人が望んでいる医療でしょうか。黒肱院長は、「これまで外科医として救急医療の現場などで生死にかかわる“厳しい医療”をたくさん経験してきたが故に、“真に優しい医療”のあり方や必要性を強く感じる」と語ります。その方の病気や状態に応じた方法で苦痛を緩和していくことが、その方らしく生きるためにはとても大切なことです。患者様の立場になって、いろいろなご相談をお受けしながらその方の望む人生のあり方に寄り添い、大切な一日一日を一緒に過ごさせて頂ければ幸せです。



診るのは病気だけじゃない

よろず相談室は、患者様やご家族の病気だけでなく、介護する側の悩みや日々の心配事など、多様なご相談に応じる窓口です。たとえば、自分では気づかないまま続けてきた生活習慣や考え方

の癖を少し見直すだけで、家族関係が良好になったり、症状が改善することも多く、また誰かに話すだけでも気が楽になりますよね。人それぞれの人生観や歴史を踏まえ、さまざまな角度から幅広いアド

バイスを致します。

何か困ったとき、いつでも気軽に相談できる場所があることを知っていただき、それが地域の皆様の安心につながればうれしい限りです。

家族のケアも大切にしたい

病人を支える家族は、日々の生活の中で多かれ少なかれ、身体的・精神的・金銭的負担を抱えながら頑張っています。特に認知症の場合、愛しい家族だからこそ、つい感情的になってしまったり、病気を認めたくないという

気持ちと現実との葛藤や将来への不安、そんな自分への罪悪感などを感じる介護者も多いようです。

よろず相談室では、そんなご負担となっている問題をご相談いただき、患者様やご家族のお役に立ちたいと考

えているのです。お一人で抱え込まず、どうぞお気軽にご相談ください。



どんなお悩みでも、どうぞお気軽にご相談ください。



転院先の病院が
みつからなくて
困っている…。

家族の介護で
つかれた…。

【プチ編集後記】

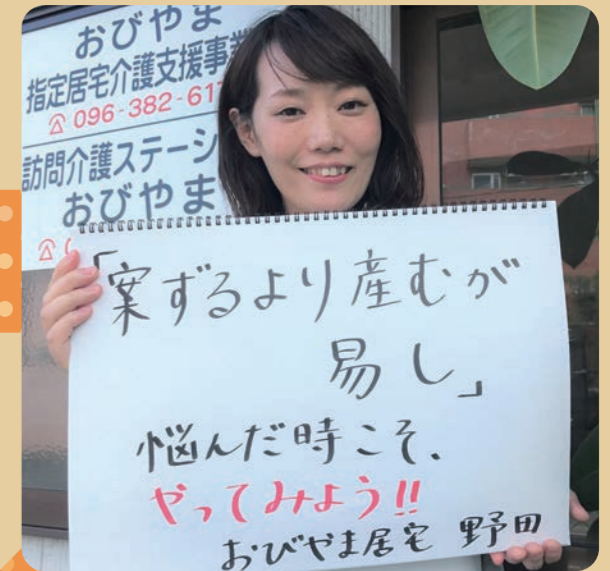
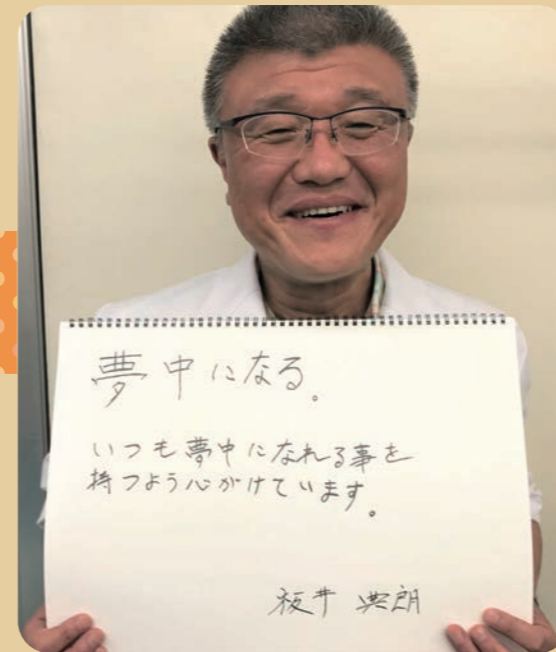
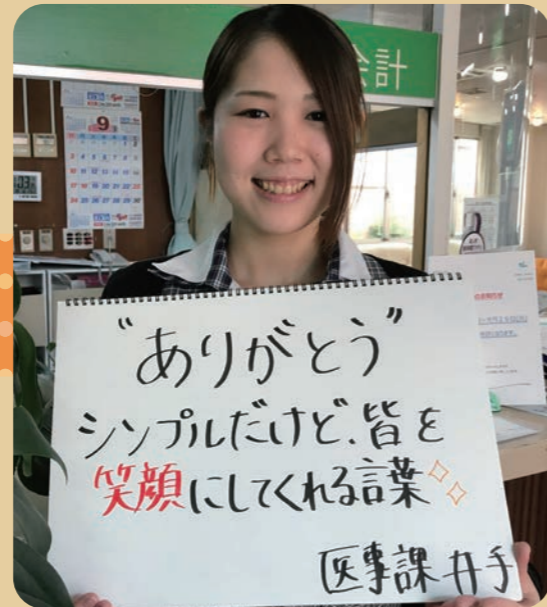
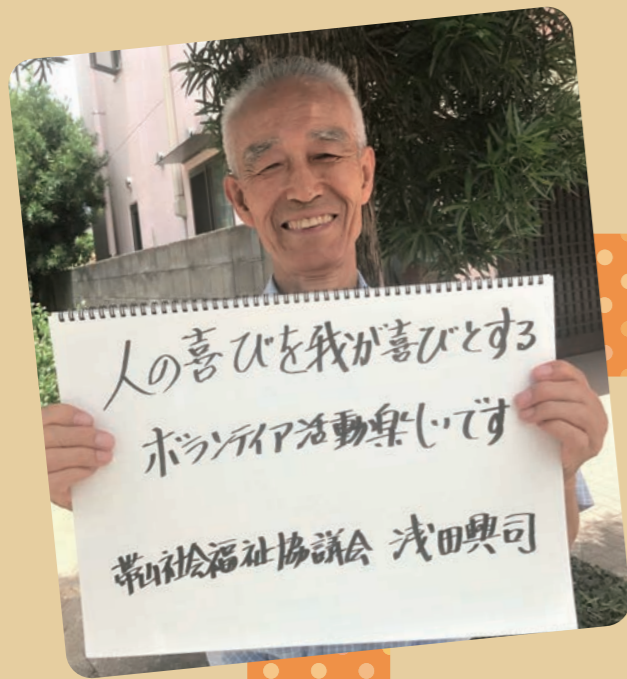
一見、とっつきにくい院長。でも話してみると、とても気さくで人情味のある先生です(ハハ)

帯山中央病院 黒肱院長の

よろず相談室

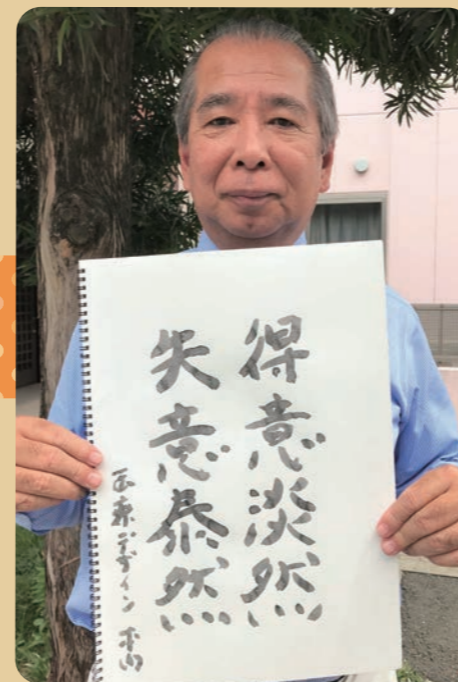
受付 平日 9:00 - 17:00

TEL 096-382-6111



What is your favorite words?

あなたの
“好きな言葉”は
なんですか?

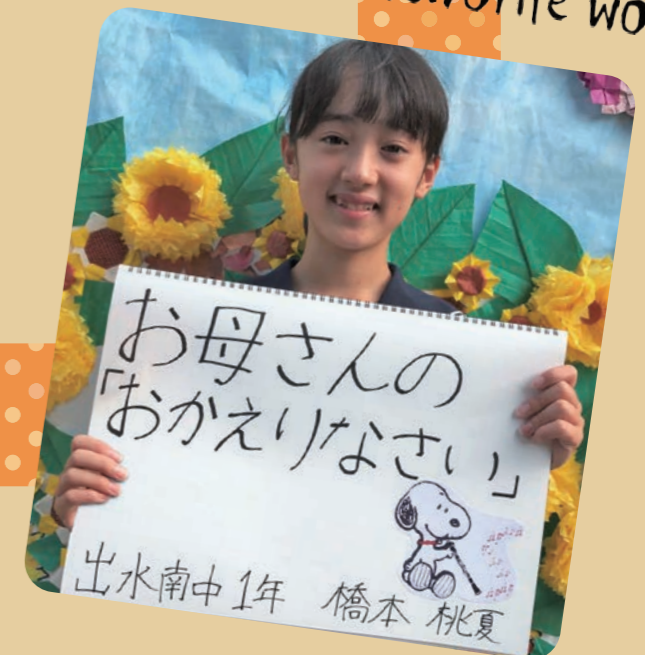
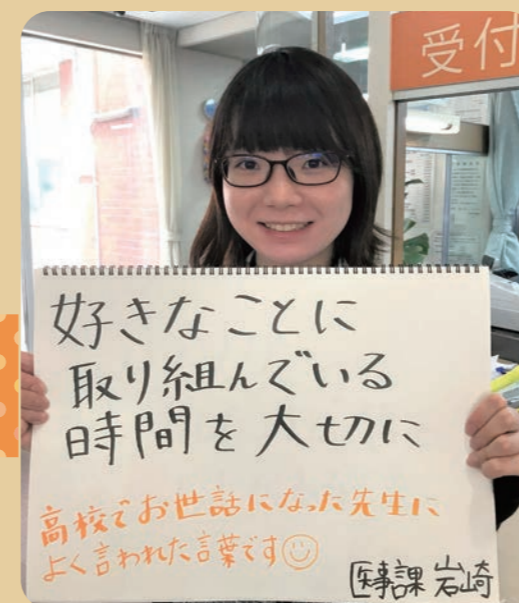
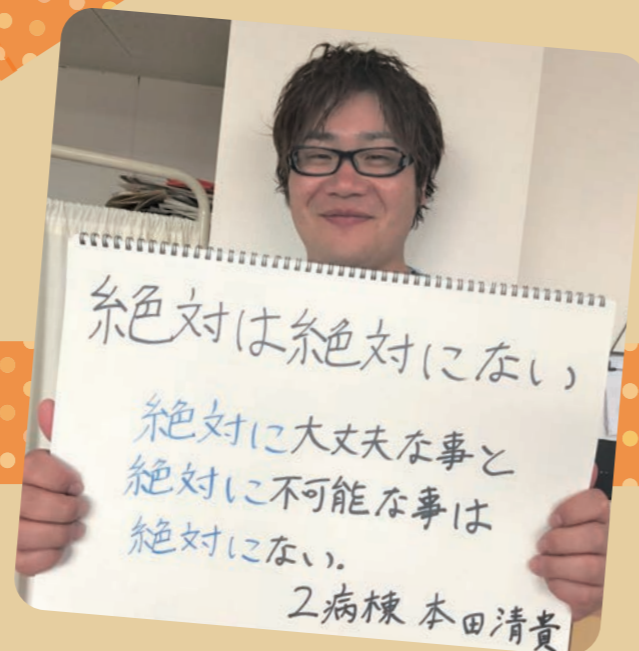
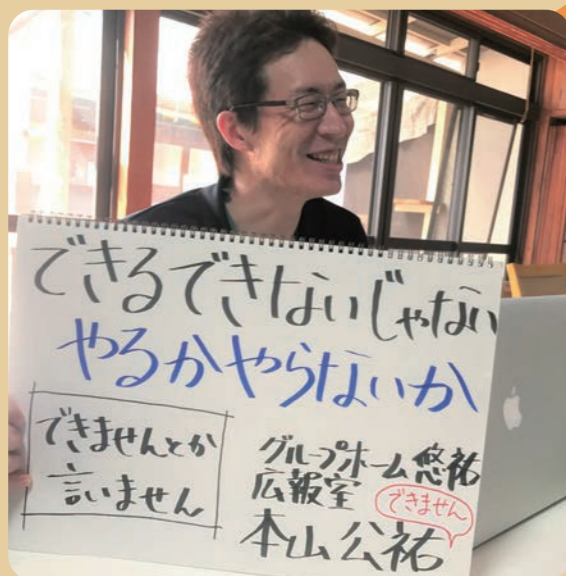


CAST

- | | |
|-----------|----------|
| 浅田 興司 さん | 今村 しおんくん |
| 井手 利恵子 さん | 本山 公祐さん |
| 板井 典朗 先生 | 本田 清貴さん |
| 野田 愛子 さん | 岩崎 淳子さん |
| 本間 俊宏 さん | 橋本 桃夏さん |

ご協力ありがとうございました!

What is your favorite words?





おもてなし

専記

OMOTENASHI RECORD of STAFF

第2話 言語聴覚士 × 歯科衛生士
中瀬 洋昭 × 今村 里佳

「食べる」ということは、人にとっていろんな意味で大切なこと。
患者様がご飯を食べるために 医師・看護師・介護士・管理栄養士など多くの職種がチームで関わります。
当院では、飲み込みの専門家 言語聴覚士と口腔ケアの専門家 歯科衛生士 が加わり
患者様お1人おひとりに合わせた方法で
『食べるよろこび』のサポートをさせて頂いています。

入院当初は食べられ
なかつた谷口様。
今では、昔から大好き
だったお饅頭を自分で
食べています！



歯科衛生士

言語聴覚士

輝きの瞬間
食べることを本人様や家族様が諦めてしまつてケースは少なくありません。口腔ケアや飲み込みのリハビリ次第で、食べられるようになる方も実はたくさんいらっしゃいます。久しぶりに食べ物をお口にしたら瞬間、言葉にならない息を吐き再び食べられたことに感動する患者様。その様子を見て、うるっと涙する家族様。このような場面に遭遇するたび胸が熱くなります。患者様や家族様の幸せを願って私たちはこれからも日々取り組んでいきます。

唾液がでるようになりましたね。

ありがとう。

この饅頭が1番うまい。

パグッ

飲み込みの音は異常ないですね。



Speech Language Hearing Therapist × Dental Hygienist

教えてCaco先生

Lesson2 体が冷えると起こる不調
手軽で着実、最強の冷えとり法



皆様が日頃お困りの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

冷え = 血液の流れと代謝が悪くなっている状態。

冷えを解消し血流が良くなれば、新陳代謝も活発になるので、不快な症状が解消するだけでなくお肌もピカピカ、髪もツヤツヤとよりキレイになります。

冷えが原因で起こる不調やトラブル

頭痛 めまい 耳鳴り 鼻炎 シミ くすみ 肌荒れ 目の下のクマ 肌の乾燥 髪の毛の抜け 肩こり 腰痛 生理痛 生理不順 便秘 下痢 吐気 食欲不振 貧血 集中力低下 疲れやすい 風邪を引きやすい 寝付けにくい 朝起きがづらい イライラ 落ち込み むくみ トイレに近い 痩せ 肥満 高血圧 口臭 体臭

冷えだけが原因ではありませんが、冷えを解消すれば、軽減する場合も多いのです。

手軽で着実、最強の冷えとり法がお風呂に入ることです

温度 38~40℃

半身浴

みぞおちまでつかって下半身を中心にじっくりあたためられる。のぼせにくく長湯しやすい。

入浴時間：20分前後



全身浴

肩までつかう。適度な水圧が全身にかかるので、代謝がよりアップ。心臓への負担が心配な人は避けて

入浴時間：20分前後

お風呂のここがすごい

浮力 筋肉や関節にかかる負担が減り、リラックス

水圧 足などに水圧がかかることによるマッサージ効果

温度 体表面から広くあたため血流を改善して全身をあたためる



健康美人シリーズ
『オトナ女子のための
"ホットと冷えとり手帖"
渡辺賀子 著
発行：主婦の友インフォ

湯船に毎日つかって
あたため＆リラックス
「熱くて苦手」という人は、もしかしたら温度が間違っているのかも。お風呂は熱いお湯につかるものと考えがちですが、40℃くらいのぬるま湯が正しい温度。38~40℃のぬるめのお湯は、体が安心・安全を感じてリラックスできる温度で、手足など全身の血流が良くなり、じんわりと体の芯まであたたまります。
一方42℃以上の熱いお湯では、体が緊張して末梢血管が収縮、表面だけが熱くなって汗をかき、長湯できず体の芯まであたたまりません。みぞおちまでつかう半身浴と、肩までしっかりと浴槽につかる全身浴があり、高齢の方には心臓などへの負担から半身浴をすすめることが多いですが、基本的には好きな方を選んでOK。リラックスできる香りの入浴剤を入れたり音楽を聴く、コリを解消しやすいようストレッチをするのもいいでしょう。

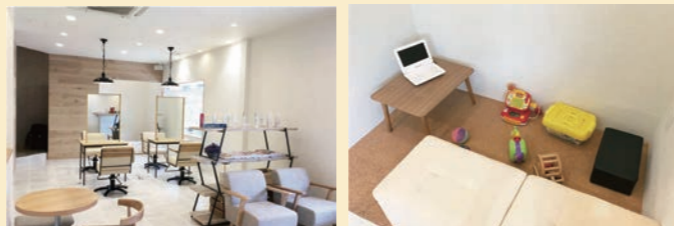


Hair salon
cotoha

帯山中央病院より徒歩5分。6月20日にオープンされオシャレな外観が一際目を惹く美容室『cotoha』さん。今回はそんなcotohaさんの魅力をご紹介します。



オーナー/スタイリスト 酒井竜一さん
スタイリスト Natsuさん



完全マンツーマンサロンで
お客様にあったスタイルをご提案♪

落ち着いた雰囲気店内、丁寧なカウンセリングに洗練された技術。スタッフさんの人柄にリラックスでき、とても楽しい時間を過ごさせていただきました。またキッズスペースも準備されており、お子様連れでも安心です。

cotohaさんの3つのこだわり

- 1 カウンセリング**
髪の悩み、なりたいイメージなどしっかりと相談に乗ってもらい、また料金も事前に伝えて頂き安心です。
- 2 特許技術**
特許取得の髪質改善メニューを取り入れています。髪のクセやダメージが気になる方は是非試してみてください。
- 3 お肌や髪のことを考えて**
その人の髪質にあったシャンプー、トリートメントを使用し、カラーやパーマ剤はオーガニック素材のものや刺激の少ないものを使われています。

営業時間
平日 9:30~19:30
土日祝 9:00~18:30

定休日
毎週月曜日 第3日曜日

TEL **096-383-3550**

〒862-0924
熊本市中央区帯山3丁目16-18 メモリーハイツ1F
駐車場4台あり

広報誌 Re⁺(レタス)を見た方初回全メニュー
ALL 20% off
予約の際お伝え下さい
*他の割引サービスとの併用はできません
*店販品は除く

cotoha 帯山 <http://cotoha-hair.com>

Re⁺ 臨床美術作品展のお知らせ 鶴屋で作品展が開催されます。興味のある方はぜひご来場ください。

第5回 臨床美術作品展
12/20(水) - 26(火)
10:00 - 19:00 *最終日 15:00
会場: 鶴屋東館 8F ふれあいギャラリー (入場無料)

当法人で取り組んでいる臨床美術とは、絵やオブジェなどの作品を楽しみながら作ることで脳を活性化させ、高齢者の介護予防や認知症の予防・症状改善、働く人のストレス緩和、子どもの感性教育などに効果が期待できる芸術療法(アートセラピー)のひとつです。

ホームページでも紹介中!

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

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。

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)

病床数 76床
地域包括ケア病床 20床
医療療養型病床 35床
介護療養型病床 21床

増床しました

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

帯山中央病院

facebook Instagram