

Clinical Art!
 アートでしあわせのおもてなし
 誌上 臨床美術館③
 「旅するArt」

入居者さまの作品をたくさんの人に見てほしいという思いから
 「作品が法人を飛び出して旅(展示)をする」=「旅するArt」を
 テーマに、毎月いろいろな場所に作品を展示させていただいています。

友和会 6月26日～7月10日

大分銀行熊本支店 (4月24日～5月19日)



健軍東小学校 7月23日

kichijitsu Bakery 6月9日～6月23日

臨床美術(クリニカルアート)とは?

絵やオブジェなどを楽しみながらつくることによって脳を活性化させ、認知症の症状を改善するために開発されました。

《五感への刺激》と《リラックスできるコミュニケーション》によって「脳」が活性化。感性の目覚めや回復、心の解放はもちろん、生きる意欲や潜在能力を引き出す効果もあると言われています。

皆様の作品を
 インスタグラムにて
 公開しております

帯山中央病院
 Instagram



「臨床美術」および「臨床美術士」は、日本における(株)芸術造形研究所の登録商標です。

医療法人 祐基金会
帯山中央病院

熊本市中央区帯山4丁目5-18 TEL096-382-6111
 広報委員:井手 利恵子 廣野 里佳 横崎 涉 村上 誠



- 今号のHIKARIBITO
一人一人が自立し自分らしく輝ける社会に／福島和見さん
- 特集
体への負担が小さい「椎間板ヘルニア」手術
- 教えてCaco先生
多彩な症状がある「気象病」

広報誌 Vol.9 2023年秋号

医療法人 祐基金会
帯山中央病院

SDGsの観点から発送方法を変更いたしました。
 「Re+」秋号、新鮮なうちにお読みいただければ幸いです。

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、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しする”そんなおもてなしの心を形にした情報誌です。法人内でも配布しておりますので、是非ご覧ください。



心を照らす あたためる
HIKARIBITO
ひかりびと さん

一人一人が自立し 自分らしく輝ける社会に

株式会社Apeirogon 代表取締役
産業カウンセラー実技指導者
福島 和見さん

さまざまな活動や暮らしぶりなどがきらりと輝く人を紹介します。今号は、産業カウンセラーで当法人職員の心のケア・サポートも担当する福島 和見さんにお話を聞きました。

幼い頃の「なんで?」「どうして?」から

— カウンセラーになったきっかけは?
福島 小学生の頃から人の心に興味があり「なんで私はお母さんに怒られて悲しいんだろう」「どうすれば悲しい感情がなくなるのかな」と自分の感情に対して「なんで?」「どうして?」の疑問が次から次へと湧いていました。当時は心理学という言葉も知りませんでした。大人になり娘が大学で臨床心理学を学ぶことになった時、娘が持っている教材を読むのが楽しくて。いつもは三日坊主で終わるのに飽きることはありませんでした。そこで本格的に心理学を学ぼうと決意しました。

愛称は「ヘルメットカウンセラー」!?

— 違う仕事もされていたのですよね。

福島 17年間建築業界で経営者として人生を歩んできました。やんちゃな男性が多い業界で、ド素人の自分が安定して経営できるのか、心理学で学んだものが現場でどう役立つのかと考えるようになりました。カウンセラーや講師としての活動も始め、経営の中での実践を交えて話をするようになりました。通りすがりに「作業服&ヘルメット」姿の私に気づいた受講者から「先生、何してるんですか?」と声をかけられたことも。カウンセラーとして会うときはビシッとスーツ姿なので恥ずかしい気持ちもあり、当時はコンプレックスだったヘルメットですが、カウンセラー仲間から「ヘルメットカウンセラー」と呼ばれるようになり、今では私のシンボルマークです。

みんなが手をつなげば無限角形

— 仕事のやりがい、今後の夢は何ですか?
福島 関わった方々の成長、前向きに変わっていかれる姿を見ることがうれしく、やりがいを感じます。自分自身が落ち込んだ時には「なんでそう思うのか?」と、とことん自分探索します。幼少期の痛みやコンプレックスが原因だったりしますが、「コンプレックスを持っている自分≠情けない」ではなく、そんな自分をどうやって自身で抱きかかえ、穏やかな気持ちにさせられるかを考えます。社名のApeirogon(アペイロゴン)は無限角形に由来します。皆が手をつないだら、無限個の辺と頂点を持つ図形の無限角形になると思います。一人一人が自立し、自分らしく輝ける社会を作りたい。それが会社設立当時から思い描いていたもので、これから先の目標でもあります。



カウンセリングしている福島さん

話を聞いて…

落ち込んだときは「その気持ちを受け入れ、どんな形で穏やかに抱きかかえるかを考える」という福島さん。私もやってみます!(もコふう)

「椎間板ヘルニア」に 体への負担が小さい 手術があります

つらい腰痛の原因の一つに腰椎椎間板ヘルニアがあります。痛みに加え脚のしびれなどもあり、症状が重くなると痛み止めでは対応できないことも。今回は、椎間板ヘルニアの病態と体への負担が小さい手術についてお伝えします。

教えてくれるのは…

整形外科・疼痛緩和外科 田邊 隆敏 たなべ たかとし
医学博士



Q 「腰椎椎間板ヘルニア」について教えてください

A 椎間板が突出、腰椎の中を走る神経を圧迫
腰や片方の脚に痛みやしびれが出るのが特徴

腰椎と腰椎の間でクッションのような働きをするのが「椎間板」です。加齢などによって、その一部が飛び出し、腰椎の中を走る神経を圧迫することでさまざまな症状が起きるのが「腰椎椎間板ヘルニア」です(図1)。

発症すると、腰やお尻から太ももにかけてなど脚にも痛みやしびれを覚えます。脚の痛みは左右どちらか片方に出るのが特徴です。ヘルニアがどれくらい突出しているのか、またどこに発生しているかが、症状の程度に影響すると考えられます。

多くは安静やコルセット装着などにより自然に回復するとされています。しかし、排尿や排便に関わる神経に触ると排尿・排便機能の低下を生じ、QOL(生活の質)に著しく関わります。また、痛みやしびれが強く日常生活に支障を来す場合もあります。そういった場合は、痛み止めなどの薬物療法や神経ブロック注射などを行うこともあり、最終的に手術で突出した椎間板を切除する手術を行うこともあります。

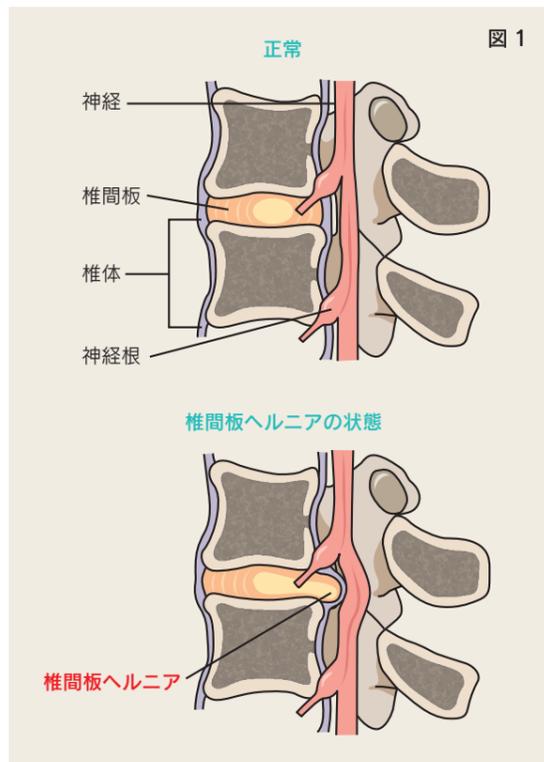


図 1

Q 手術と聞くと緊張しますが…

A 局所麻酔で40分程度の負担の小さな手術です
脊柱管狭窄症の一部の症例にも適応します

今は、低侵襲(ていしんしゅう)といって、身体に負担の小さい手術があります。例えば当院で行う経皮的髄核摘出術は、局所麻酔で背中中の皮膚を5~10mmほど切開し専用手術器具を挿入、椎間板から突出した髄核を摘出します(図2)。これによって神経への圧迫を改善し、症状の軽減を図ります。手術時間も40分程度と短く、1~2週間で退院できます。保険適用の手術です。

この術式は、タイプによっては腰部脊柱管狭窄症にも適応する場合があります。椎間板ヘルニアより高齢の患者さんが多い脊柱管狭窄症では、年齢や基礎疾患によって治療が困難なケースがあります。そんな、痛みを耐えるしかない状況だった方たちにとって一筋の光明となることもあります。

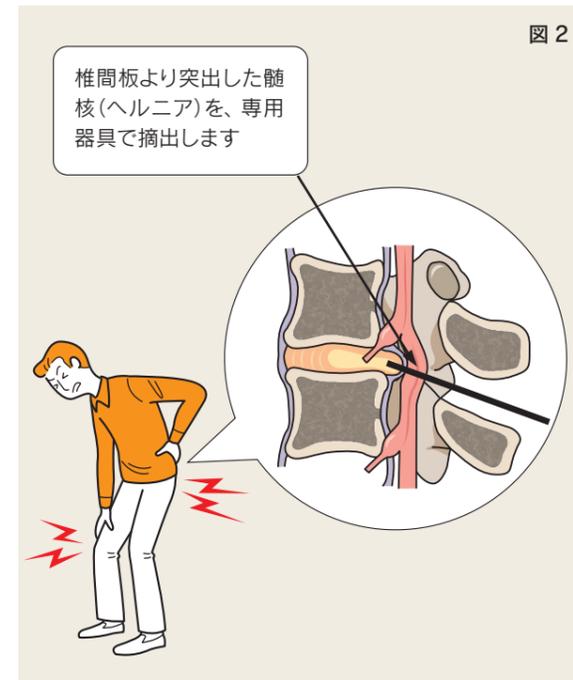


図 2

負担の小さな
局所麻酔

主な特長

5~10mmほどの
小さな切開

40分程度の
短い手術時間

保険適用

合併症の
リスクが低い*

※まれに起きる合併症があります。リスクと対処法については、施術前に十分に説明いたします。

Q 手術後、入院期間はどのように過ごすのでしょうか？

A 安静に過ごした後、患者さんに合ったリハビリを

手術後はまず、医師の指示に従って安静に過ごしましょう。その後、歩く練習やストレッチ、筋力トレーニングなどリハビリテーションを行います。痛みの原因を取る手術に加え、リハビリによって柔軟性や筋力を回復することで、早期に日常生活に戻れます。

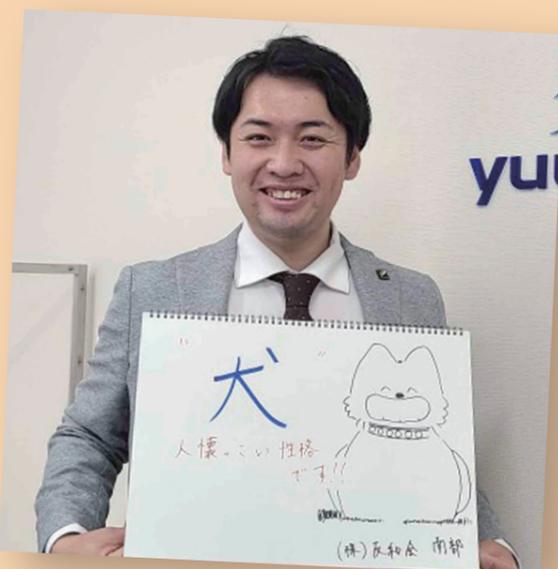
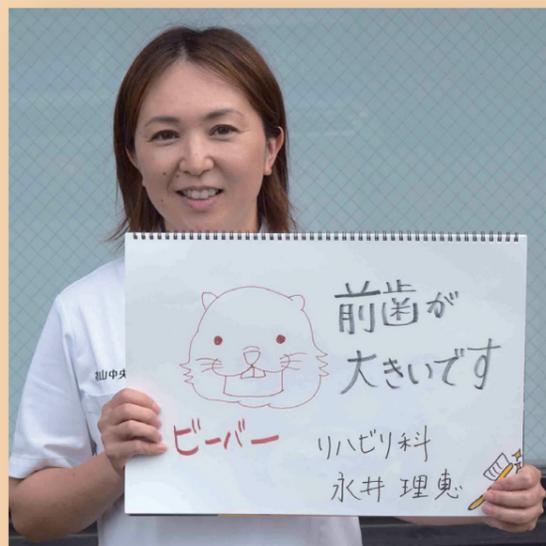
痛みを我慢しているうちに生活の質が下がってしまうのは残念なことです。患者さんそれぞれに合った改善方法がきっとあります。お気軽にご相談ください。

■受付・お問い合わせ 平日8:30~17:00 TEL 096-382-6111

あなたの1ページを見せて♪

Sketch book

今号のテーマ
【自分を動物に例えると…?!】



CAST

永井 理恵さん	山崎 淳さん
東 春美さん	小濱 祐大さん
松島 翔太さん	天野 栄子さん
石崎 恭平さん	南部 翔太さん
模 幸正さん	竹財 遥平さん

ご協力ありがとうございました!



しあわせのおもてなし×専門職の記録

「おもてなし専記」

第8話 リハビリテーション科

帯山中央病院にはさまざまな職場があります。それぞれの部門で専門の力を発揮するスタッフの仕事ぶりをお伝えします。

リハビリ×SDGs! 緑化活動を通して見えてくるものとは？

当法人は、熊本県SDGs登録事業者に登録されています。今回は緑化活動を行っているリハビリテーション科の松岡信之科長に話を聞きました。

ーリハビリテーション科が緑化活動に取り組んだきっかけは？

元々 SDGs活動の一環として、緑化活動を実施していました。しかし活動していく中で、「継続的に取り組むためにはどうすればいいだろうか？」「この活動を法人独自の取り組みにできないだろうか？」と考えるようになったことがきっかけです。

ー現在取り組んでいる緑化活動は？

種から命を繋げる循環体制(種まき→発芽→移植→定植→鑑賞→種取り)を確立中です。また園芸療法を取り入れ、年間を通して四季の花を育成する取り組みや、絶え間なく花や緑を鑑賞できる環境づくりを進めています。

ーリハビリテーションとしての園芸療法について教えてください。

花の鑑賞だけでなく、種をまく繊細な作業や土に触れる、ポットへ移植する、水を与え発育や花の開花過程を観察する、その花を押し花にするクラフト活動など、園芸療法の内容は多岐にわたります。患者さまと一緒に活動を行うことで一つ一つの工程がリハビリテーションの提供となり、認知面・活動面の機能向上に効果があると思われます。

ー今後の目標は？

緑化活動と園芸療法の一歩化を図り継続的に実践し、成長した草花を法人内で鑑賞できる体制を整え中です。今後は、地域や外来患者さまへの提供なども視野に入れた活動を目標にしています。



後列左から、竹財暹平さん、松岡信之さん、佐伯美貴さん
前列左から、福島楓さん、伊久友博さん、金澤有里さん



種を植える作業から自分たちで行っています



「地域や外来患者さまにも提供したい」と松岡科長

緑化活動と園芸療法を組み合わせた活動を実践しながら「ただ花を育てるだけで終わらない」と、新たな目標に向かう姿勢が印象的でした。

四季を通して花や緑の成長に触れることができる環境づくりの意義を改めて感じるとともに、その成果がとても楽しみです。(ヒロノ)



医療法人祐基会
帯山中央病院
理事長／漢方専門医
渡邊 賀子

教えて Caco先生

多彩な症状がある「気象病」について

「雨が降る前になると関節が痛む」「台風が近づくと頭痛がする」「季節の変わり目にめまいが起きやすい」など、天気の変化で起こるその症状は、全人口の約10%が苦しんでいるとも言われる「気象病」かもしれません。

【気象病って何？】

「気象病」は病名ではありませんが、気圧・気温・湿度など気象の変化により引き起こされる体調不良の総称です。頭痛、首・肩のコリ、関節痛、古傷の痛み、倦怠感、めまい、吐き気など、多彩な症状があります。



【漢方医学ではどう捉える？】

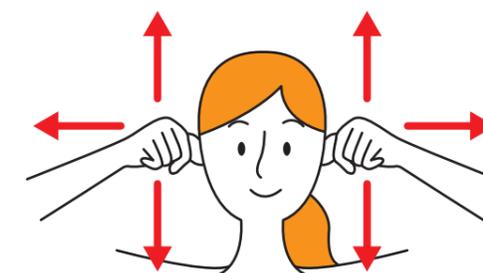
漢方医学的には、体内のあるところでは水分が多すぎ、あるところでは水分が足りない、という水分の偏在が起こる「水毒」体質の方が気象病になりやすいと捉えられています。症状の緩和には「五苓散」や「半夏白朮天麻湯」などの漢方薬が使われます。



【予防法は？】

気象病の予防には、普段から十分な睡眠や適度な運動、ぬるめのお風呂でリラックスするなど、自律神経を整えることが大切です。また、漢方の生薬でもあるハトムギをお粥やお茶でとったり、小豆や黒豆、冬瓜など、水の巡りを良くする食べ物を食べましょう。

簡単にできるセルフケアとしては、耳たぶを上下や水平に引っ張ったり、回したりして両耳の血行を良くすると、症状の予防や緩和に繋がります。お試しください。



普段から自律神経を整える暮らしを心掛けましょう！





開業のきっかけは熊本地震
「おにぎりを通して縁を結びたい」

当院の正面玄関で販売されるおにぎり



店長の
内賀嶋 孝さん

「おにぎりを通して縁を結びたい」という思いで「むすび屋えん」を開業。そのおにぎりは菊池米、天草の釜炊き塩、有明産のノリを使用した地産地消で、すべて手作り。「おにぎりの良いところは、何でもおにぎりにできること」と、具は20〜30種類もあります。内賀嶋さんは、ごはんとおかずを食べながら「これだ

米、塩、ノリは熊本産 具は20種類以上も

店長の内賀嶋 孝(うちがしまたかし)さんが「むすび屋えん」を始めたきっかけは、熊本地震。南阿蘇で「道の駅」の責任者を務めていた当時地震後の炊き出しで温かいごはんをおにぎりにして配った時の皆さんの笑顔やほっとした表情が忘れられなかったといいます。

「おにぎりを通して縁を結びたい」という思いで「むすび屋えん」を開業。そのおにぎりは菊池米、天草の釜炊き塩、有明産のノリを使用した地産地消で、すべて手作り。「おにぎりの良いところは、何でもおにぎりにできること」と、具は20〜30種類もあります。内賀嶋さんは、ごはんとおかずを食べながら「これだ

ご近所から帯山中央病院にも出張!

菊池郡大津町にある人気のおにぎり専門店「むすび屋えん」が2年前、帯山中央病院近くの保田窪に出店。多くの「むすび屋えん」ファンを喜ばせました。その上、今年の春からは毎週や隔週で1回、お昼前の1時間弱、病院正面玄関前で出張販売していただき、患者さんや職員、地域の皆さまに喜んでいただいています。

握りたてのおにぎりを提供したい



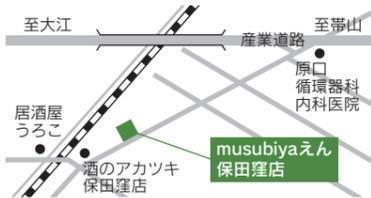
店内にはクレープも

「おにぎりを通して縁を結びたい」という思いで「むすび屋えん」を開業。そのおにぎりは菊池米、天草の釜炊き塩、有明産のノリを使用した地産地消で、すべて手作り。「おにぎりの良いところは、何でもおにぎりにできること」と、具は20〜30種類もあります。内賀嶋さんは、ごはんとおかずを食べながら「これだ

【取材を終えて】

熊本地震での体験から行動に移す、その行動力に感激しました。ハロウィンマルシェなどでは、店長さんの仮装をする子どももいるくらいトレードマークとなっている店長さんのファッションにも注目です!(ゆはみ)

musubiyaえん 保田窪店
熊本県熊本市中央区保田窪1-1-65
TEL:096-237-6641
営業時間:9:00~19:00
※おにぎりは10:30から販売開始、なくなり次第終了



田代文基
(「肥後医育史」より)

こぼれ話
ルーツ:田代文基さんのこと
帯山中央病院は、前理事長の田代祐基が昭和38(1963)年11月に田代医院を開業したことに始まります(下記参照)が、実は田代家は代々細川藩に仕えたお抱え医師でした。
その中で記録に残っているのが田代文基です。幕末から明治を生きた田代文基は、明治4年に熊本の古城医学校および病院の教導に任命され、その後、時代が大きく変わる中で通町病院長、北岡仮病院長などを務めました。天保12(1841)年〜明治41(1908)年。68年の生涯でした。現在の理事長の高祖父に当たります。

HISTORY

昭和38(1963)年11月	田代祐基が帯山の地で田代医院を開業(眼科・内科)
昭和39(1964)年	田代医院を帯山クリニックに改名
昭和51(1976)年5月1日	病院を増改築し、帯山中央病院に改名
平成8(1996)年2月14日	医療法人祐基会設立

平成12(2000)年4月1日	おびやまデイケアセンター、おびやま指定居宅介護支援事業所、訪問介護ステーションおびやま、グループホーム六花苑 を開設
平成22(2010)年9月1日	グループホーム悠祐を開設
平成23(2011)年10月15日	渡邊賀子が理事長に就任
平成24(2012)年2月1日	ケアホームおびやま(住宅型有料老人ホーム)開設

医療法人 祐基会
帯山中央病院

代表 **096-382-6111** 夜間休日 **096-382-6113**

〒862-0924 熊本市中央区帯山4丁目5番18号

交通アクセス・駐車場



受付
平日 8:30 ~ 12:00 / 13:30 ~ 17:00
土曜 予約制 8:30 ~ 12:00

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

⊕ 外来の診療科は曜日により異なります。担当医などの詳細は受付またはホームページにて。

診療科
内科 / 消化器内科 / 糖尿病内科 / 漢方内科
呼吸器内科 / 整形外科 / 疼痛緩和外来



地域包括ケア病床 20床
医療療養病床 56床
計76床

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