



ニュースレター あすか

通算372号



話せば長くなるのですが

日曜診療

を始めます



2024年6月9日から日曜日に診療を始めることにしました。

毎週日曜日午前8時半から12時半までの4時間の診療をいたします。

最初は、混雑を避けるために一日24名までの患者様に限定し診療を始めます。

限られたスタッフでの診療になるため電話対応は行いません。受診希望の方はインターネットで予約してから受診してください。直接来院された患者様も診療しますが1日24人までの診療となりますので、悪しからずご了承ください。

どうして日曜診療をしようと思ったかについて

話せば長くなるのですが、簡単に言うと安佐南区には毎週日曜日に空いている病院やクリニックがないからです。そんなこと言っても日曜日には当番医が開いているじゃないかという方もおられると思います。そうなのです。確かにそれはそうなのですが、地域の皆様が日曜日に体調がすぐれないとき、全員が当番医を受診するのかと言ったらそんなこともないのです。当番医が分からなかったり、受診するのが大変だったり、大したことはないだろうと思われたり、色んな理由で日曜日に体調が悪くても受診されない方がたくさんいます。その中でも病状が悪化したり、命に関わる事態に陥ってしまう方がしばしばいらっしゃいます。だから日曜日に必ず開いているクリニックがあれば、気軽に受診できてお役に立てるのではないかと考えたのです。

僕は高校を卒業してから25年間、医者になってから18年間ずっと関西で過ごしてきました。そのうちの10年ぐらいは八尾徳洲会病院というところで働いてきました。徳洲会の病院は、24時間365日病院が空いているので患者さんはいつでも受診することができます。

救急車も1日20台ぐらいきます。だからいつもとても忙しい病院でしたが、それが当たり前だと思っていました。生きるか死ぬか命の瀬戸際にある患者さんの診療に関わりながら毎日を過ごすのはやりがいがありました。

次ページへ続く

医療法人あすかの理念

医療 介護 療育



私たちの使命

医療、介護、療育を通じて、この街に住む人々の役に立ち一生を支えること

私たちの目標

この街の多くの方に「あすかがあるから安心して生活できる」と感じてもらうこと

【目次】

1. 日曜診療を始めます①	1
2. 日曜診療を始めます②	2
3. まやるちょーく大町紹介シリーズ⑥	3
4. 事業所だより(ばるみどりい)	4
5. 事業所だより(まやるちょーく大町)	5
事業所だより(ショートいわや)	5
6. おもしろきかな我が人生～横山茂子さん～	6
7. ご長寿の秘訣(高橋療養ショート)	7
7. 倉田管理栄養士の美味しいごはん!	7
8. 私の好きなもの第110回	8

2018年に広島に帰ってきてからなにかおかしいと思っていました。広島市で一番人口が多いのは安佐南区です。でもこの街には日曜日や祝日にいつも空いている病院やクリニックがどこにもありません。それならばうちがやればいいじゃないかということで日曜診療をはじめようと思いました。しかし最初はみんなに反対されました。勲先生と真弓先生も大反対でした。勲先生はそんなことは誰もしていないからと言い、真弓先生は医師会から嫌がられるかもと心配していました。

そんなことをしているうちに2021年8月に医療法人あすかは代が替わり私が理事長になってしまいました。経営のノウハウなんて何もないまま理事長になってしまいました。二代目になってすぐつぶれるのは嫌だと思いましたし、どうせやるなら患者さんの役に立つ存在になりたいとも思いました。だからあすかの理念を変え、あたらしいあすかの使命は「医療、介護、療育を通じて、この街に住む人々の役に立ち一生涯を支えること」にすることにしました。

そしてやっぱり日曜診療をしようと職員のみみんなに提案したのです。去っていく職員もいましたが、一緒にやろうと言ってくれる仲間も出てきました。それが少しずつ増えていき2024年6月9日ようやく日曜診療は始めようということになりました。最初は医師1人、看護師2人、事務2人の少ないスタッフで始めます。だから高橋内科小児科なのに内科の患者さんしか診療することが出来ません。電話にでる余裕もないので予約はネットでセルフでとって頂く必要があります。たくさんの患者さんが来て、てんやわんやになってはいけないので4時間で24人限定で診療を開始します。

ないないづくしの日曜診療の開始ですが、私たちやっと踏み出した小さな一歩でございます。安佐南区で初めての毎週日曜日に診療をするクリニックとして、すこしずつ自信をつけていき、半年後、一年後にはもっと多くの患者さんに来ていただけるように頑張っていきます。ということであすか通信をご覧の皆様 日曜日に調子が悪いときにはどうぞ当院をご利用ください。ネットでの予約をお忘れなく(笑)

 医療法人あすか MEDICAL CORPORATION ASUKA **高橋内科小児科医院**

 **診療時間** 午前 8:30～12:30



Web予約受付サイト

二次元バーコード読み込み対応の携帯電話等で、上記の二次元バーコードを撮影すると簡単に予約受付サイトにアクセスできます。

まやる大町レポートNo.6

まやる大町の営業が始まり1か月が経過しました。始めの数週間は環境の変化、利用者様の人数の変化に少し皆様お疲れのご様子もありました。後半になると職員も環境の変化によりやく慣れてきたことで利用者様の「笑顔」も引き出すことが出来始めています。引き続き職員全員で皆様が笑顔で日々過ごして頂けるようにご支援していきます。

今回は新しいプログラム「趣味活動」をご紹介します。この活動は年間計画を立てて進めています。

月	プログラム	月	プログラム
4月	看板作り	10月	日曜大工
5月	看板作り	11月	料理
6月	映画鑑賞	12月	生け花
7月	絵葉書	1月	映画鑑賞
8月	生け花	2月	料理
9月	料理	3月	俳句

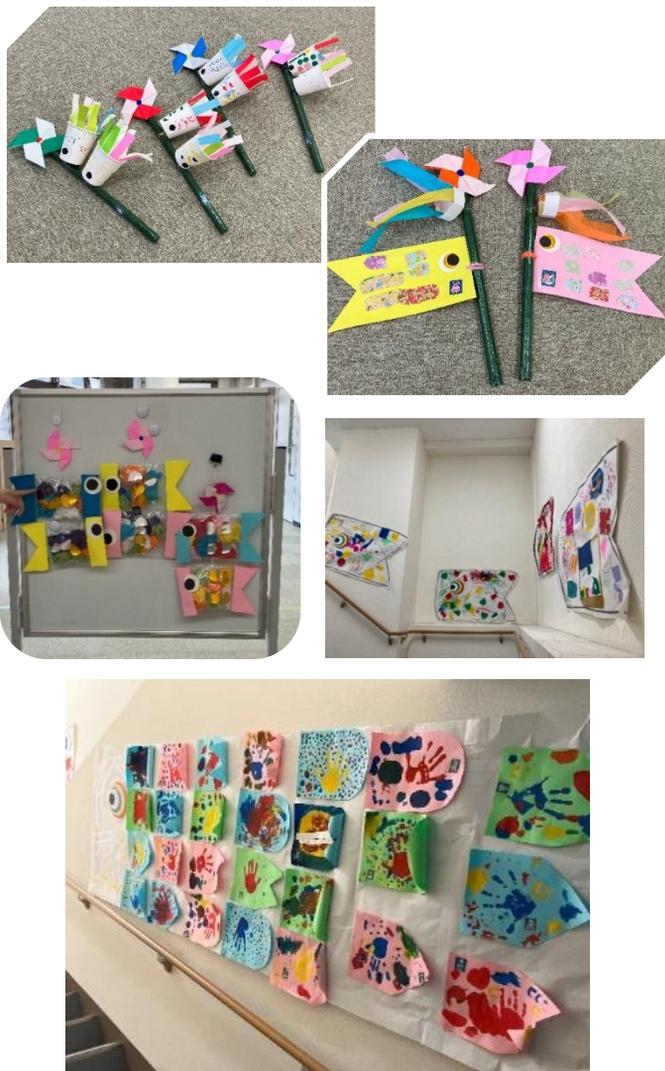
今年度はこのような内容にしています。料理は季節にちなんだ内容を考えています。12月にお正月用のお花が生けられたら・・・と考えています(花代がかかります)。4月と5月は看板作りです。デイのフロアごとに名前を付け、その看板をちぎり絵で作って頂いています。完成したら壁に掲示し、フロアの名前が浸透するといいなと思っています。他の活動は毎回「囲碁」や「将棋」の時間を設けています。最近は男性3人の方がご参加され交代で対局していらっしゃいます。

(お知らせ)

4月より「誕生会イベント」を月に2回行っています。事前にご家族に招待状をお渡ししています。今年は新しいフロアになりました。是非ご家族に「まやるちよーく大町」がどんな所でどんな雰囲気かを知って頂きたいと思っていますので心よりお待ちしております。

安井 由香里





ぼるみどりいは、今年度から小学校一年生も利用できるようになり、1歳11か月から7歳の発達に偏りがある子どもたちが利用し楽しく遊んでいます。今回は、4月の終わりから取り組んでいるこいのぼり制作を紹介します。

個人用のこいのぼりと階段に飾る用の大きなこいのぼりを作りました。年齢に合わせて、出来る事や、ねらいを考えることと、手先の不器用さや、過敏なところがある子に合わせた工夫をしながら、子どもたちが季節の行事に親しみ、楽しく制作できることを心掛けています。



ぼるみどりい



今回は、小学生は格子模様で織り込んだこいのぼり、年長は紙コップで作ったこいのぼり、年中はハサミで一回切りしたうろこを貼ったこいのぼり、年少、1、2歳児さんはジップロックにお花紙を詰めてカラフルなこいのぼりにしました。うろこの向きがそれぞれの個性が出たり、目の位置もそれぞれ違うので、どれも素敵なこいのぼりになりました。

これからも季節の行事を楽しみながら、子どもたちの発達段階に合わせた制作を提供していけるよう、ぼるみどりい職員一丸となって頑張ろうと思います！

あすか居宅介護支援事業所

介護支援専門員(ケアマネジャー)が、65歳以上の高齢者(疾病などで該当する40歳以上の方)やご家族と共に考え、住み慣れた地域であなたらしい生活を支援します。

介護保険に関する申請の代行、介護サービスや地域の社会資源などのサービスを受けることができるようお手伝いします。

このようなことでお悩みの方は私たちケアマネジャーにご相談ください。

- デイサービスに行きたいけど
- 介護保険を利用するにはどうしたらいいの？
- 1人でお風呂に入るのが不安になってきた
- 車いすは借りられるの？
- 施設に入るにはどうすればいいの？
- 病院から退院するけど自宅での生活が不安
- 忘れっぽくなってきた
- 歩くのが大変になってきた等々



私たちが目指す物

あ あなたらしく
す 素敵に
か 輝く生活をお手伝いします。

☎ 082-830-5177

今回は、新しくまやる大町になったの感想をインタビューしています。



●二五田 陽子様

大人数になったけど大分慣れました。家からの距離は近くなってすぐ着いていいです。



●貞保 恵美子様

親しい人も一緒だし、職員も顔なじみが多くて、広くて明るくてとてもいいです。



●福原 正代様

広がってあちこち行かれて楽しいしとってもいいですよ。ありがとうございます。



●飯田 郡子様

賑やかでいいです。プログラムは少しまだ慣れていませんが、フラダンスなどにも参加しました。



●渡邊 八重子様

慣れたけどちょっとこじんまりしている方が良かったかな…。でもここへ来て楽しくすごしたいです。



●藤川 登美子様

家にいるより楽しいし声もかけていただき楽しいです。リラックスして参加しています。

事業所だより

まやる大町

皆さんインタビューに快くお答えくださいました。ご協力ありがとうございます。より良いまやるちよーく大町をめざしてスタッフ一同頑張りたいと思います。



HAPPY MOTHER'S DAY!



5月はゴールデンウィーク、こどもの日、そして母の日。私たちは、日ごろからかわいがっていただいている「いわやのお母さん」に感謝の気持ちを込めて「ささやかなおもてなしの会を開きました。」

事業所だより

みんなで兜やこいのぼりを作ったり、カーネーションを持っていただき写真撮ったりおいしいおやつを食べたりと楽しいひと時でした。来年の母の日も一緒にお祝いしましょうねっ！

ショートいわや2階





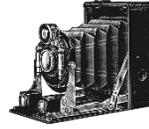
おもしろきかな我が人生

しゅりあちよーく

よこやま しげこ

横山 茂子さん

昭和5年2月17日生まれ(94歳)



ご両親

生まれ・子供の頃

私は釜山(現韓国釜山市)で6人兄弟の末っ子として生まれました。すぐ近くに山も海もある大きな街で、家は商売をしていました。兄弟とは歳が離れていたもので近所の友達と缶けりやドッジボール、夏には海でよく遊んでね。女学校時代には、海軍が大好きな友達と手旗信号をイロ・ハ・ニと一つずつ憶えて、手旗信号でおしゃべりしたんです。身体は憶えているもので、今でも上手にできるんですよ。戦争中で、空襲警報がよく鳴っていました。私が私の青春時代でしたね。

初めての日本

昭和20年に終戦を迎え、私達は日本に行くことになりました。両親は亡くなっていたので、伯母と兄弟と一緒に大きな貨物船「博川丸」に乗りこみ、荒れた玄海灘の波に揺られ、やっと下関に着いた時は、ああ、これが初めて見る日本なんだ、異国の地なんだ」と不安と、とまどいの入り混じった、何ともいえない気持ちでした。降り立った下関は、あたり一面焼野原で日本は負けたんだ」と、涙がポロポロ出て止まりませんでした。戦後の混乱した中、リュック一つで引き揚げたので、仕事は何でもしましたよ。畑仕事、針仕事と生きていくのが精一杯でした。20歳の頃結婚し、子供二人に恵まれました。

仕事はバイクで

働きながら子育てする事になった私は、興味のある商売を始めました。

大分県長湯温泉という小さな町で、お客さんは農家が多くて干物や食料品何でも注文をとって仕入れてバイクで届けるんです。農家って家が奥まわってね、バイクをブンブンふかして商品を持っていくの。雨も雪もものともせず山坂越えてエンジンふかせて、バイクの音でみんな家から顔出して、うちもお願いね」って呼ばれてね。自分で言うのも何ですが、商売は上手でした。田植えの頃は、やといどさん、という手伝いの方が大勢来ていました。

食事までに料理に使う食料品を届けなくては行けなくて、バイクのハンドルを握る手に力が入ったもんです。朝から夜遅くまで働きましたが、みんなが待っていると思うと苦労とも思いませんでした。ただ辛かったのは、子供に寂しい思いをさせてしまった事です。私が仕事に出ようとするとバイクにしがみついて行くな、行くな」と叫ぶんです。今でも思い出します。

そして今

広島に来て息子も娘もそれぞれ家庭を持ち、子供達が無事に元気に育ってくれたことが何よりの幸せです。広島で驚いた事は、遠い故郷の釜山尋常小学校の一年生の時の担任だった恩師と偶然出会った事です。茂ちゃん！寺西先生！「お互いびっくりして、奇跡だなあと思いました。

これから

悲しい事、辛い事、くじけそうな事は何度もありましたが、その度に家族

や周りの人達が励まし助けてくれました。感謝しかありません。沢山の人の恩と手助けで生きてこれました。しゅりあちよーくでは、昔から好きだった習字と音楽がとても楽しいです。沢山おしゃべりして笑顔で過ごしたいですね。

職員より

いつも優しい笑顔の横山さん、ユーモアあふれるお話に引き込まれ、おしゃべりの輪が広がり、周りを明るくしてくださいませ。これからも、しゅりあで大好きな音楽・書道とたくさん楽しんでゆきましょう。(中谷百合子)

カナダ旅行



沖縄旅行



ご長寿の秘訣



高橋療養ショート

高橋内科小児科医院のお膝元 4階にある高橋内科小児科医院短期入所療養介護事業所は看護師が24時間常駐している施設です。要介護度が高い方、看護職員のケアがより必要な方が多く、介護職員と看護職員が連携しておひとりお一人の体調管理に気を配っています。そのため日々行うフロアでの体操やレクリエーションは、すべての方の参加が難しいです。しかし、それぞれのご利用者の状態に合わせた個別の対応をして、健康の維持を図りつつ、少しでも楽しみのある生活をしていただけるよう工夫しています。

①身体を動かすことに関して

可能な方にはフロアで毎日体操(遊びリテーション)をしていただきます。

ベッド上で過ごされている方は、拘縮予防や身体の活性のために可動域を保つための運動やマッサージを行います。それぞれの方の体調・状態に応じてフロア体操に参加できるかどうか、個別ケアについてはタイミング、身体を動かす箇所・程度等についても、看護・介護の情報交換に基づいて行っていきます。

また、褥瘡予防の為に体圧分散式エアマットレスも多くの方が使用されています。

②お食事について

やはり、それぞれの方の体調・状態に応じて、食事形態を決めているのは当然のことですが、食事中・食後等少しでも異変があれば看護と連携し必要なケアを行います。

③面会について

ご家族と過ごされることで穏やかで落ち着いた気持ちになれる方が多い為、可能な限り面会をお受けしています。ベッドから離れることのできない方は、ご家族に近くで寄り添っていただけるよう配慮しています。

このように、病気や年齢からくる体の衰えや不調を乗り越えるまたは少しでも快適に過ごしていただけるお手伝いを、看護・介護が連携して行い、ご長寿の一助を担っていければと願っています。



少人数でも毎日体操



看護職員と介護職員共同で拘縮のある方にマッサージ



優しく無理なく



ゆっくりお話ししましょう



倉田管理栄養士の美味しいごはん!



5月行事食の紹介

ゴールデンウィークが終わり、日中は暑くなる日が増えてきました。

5月のお楽しみ献立は、「コロコロステーキ」を提供しました。

お肉を食べると…

筋肉を作る時に必要な「タンパク質」や

貧血の予防になる「鉄分」

疲労を回復する「ビタミンB群」を摂ることができます。

食べすぎは良くありませんが、これから気温が上がってくると体も疲れてしまいます。そんな時こそ、しっかり食べて元気に過ごしていきましょう!



わたしの好きなもの 第10回

【走ること】



ショートみどりい
おがさわら ちよこ
小笠原 千代子さん

ボール蹴り等の身体を動かすレクリエーションを行った時に張り切って身体を動かしてくれる小笠原さん。今回はそんな小笠原さんにお話を聞いてみました。

小笠原さんの好きな物や事はなんですか？

そうねえ、私は昔から走る事が好きでしたねえ。女学生の時にはよく選手に選ばれてたんですよ」

いつ頃から走る事が好きになったんですか？

学校に入ってから足が速いと言われて初めて選手に選ばれたの。それからですかね。でも、長い距離は全然ダメで短い距離だけなんですけどね」

走る事が好きであれば、何かスポーツもやっていますか？



GOAL!
走る構えが
様になっています

そうですねえ、スポーツはあまり得意じゃなかったけれど、バレーボールなんかはしていましたよ」

他にも何か好きな物がありますか？

うん。食べ物だったら卵が好きです。卵焼きにしても目玉焼きにしても美味しいですからね。卵焼きは私は甘いのが好きで卵2つにお砂糖を2杯ぐらい入れて焼いていますよ」

小笠原さんにとつての母の味は卵焼きだったんですかね？

そうですね。母もよく焼いてくれていたし、うちでは鶏を飼っていましたからね。新鮮な卵は美味しかったですよ。鶏は放し飼いの出来て、餌をきちんとあげていればほとんど卵を産んでくれるから良かったですね。でも、餌をあげ忘れると我が卵を食べ始めるので餌を忘れないようにしていました」

選手に選ばれていたなんて本当に足が速かったのですね。大好きな卵をたくさん食べる事で元気いっぱい走り回っていた学生時代の小笠原さんが目に浮かびました。また、鶏は餌がないと自分が産んだ卵を食べてしまうという事も知ってびっくりしました。これからお食事をしっかりと食べてしっかり身体を動かして元気に過ごしてくださいね。

加川修太郎

医療法人あすか関連施設

緑井3丁目20・1

あすか居宅介護支援事業所

082-830-5177

あすか病児保育室
児童デイサービス ぱるみどりい

緑井2丁目12・25

高橋内科小児科医院

通所リハビリテーション すてっぷ
ショートステイ みどりい

小規模多機能型居宅介護事業所
つどいの家

毘沙門クリニック
ショートステイ いわや

あすか療養センター 緑井3丁目40・30

緑井2丁目11・11102

あすか訪問看護ステーション

毘沙門台東1丁目24・16

デイサービスセンター

しゅりあちよーく

あすかケアプラザ 中須1丁目26・12

ヘルパーステーション あすか大町
デイサービスセンター

まやるちよーく大町

ショートステイ あすか大町
サービス付き高齢者向け住宅
レジデンスあすか

毘沙門台東1丁目24・16
児童デイサービス ぱるびしゃもん

緑井2丁目9・31102

児童デイサービス ぱるひよし

緑井3丁目20・1

児童デイサービス ぱるみどりい

“ニューズレターあすか”は
当法人のホームページ上でも見ることができます
全編カラーで掲載しておりますのでぜひご覧ください
<http://www.asuka-net.or.jp>



医療法人あすか

Mail: asuka@smail.plala.or.jp

〒731-0103 広島市安佐南区緑井2丁目12-25

TEL: 082-879-3143 FAX: 082-879-3190

(編集: 今中 峰三子 澄川 幸子)

【編集者のつぶやき】
ゴールデンウィーク、あつとい
う間に終わりましたね。私
は田舎でバーベキューをし
ました。外で食べるご飯は最
高☆バーベキュー大好き!
でも風が強かったせいか、近
くに停めていた私の車に脂
が飛び散って悲惨なことに
なりました(泣)
そんな私を癒してくれるの
は猫: 先月触ろうとすると
は猫: 先月触ろうとすると
たが、最近仕事から帰ると
と玄関までお出迎えてくれ
れるようになりました
でもいったん止まってそのま
ま通り過ぎていきます(笑)
私を待ってたんじゃないの!?