



社会医療法人

公徳会

広 報 誌

こころとく

2014.1

Vol.27

特集

トータルヘルスクリニックから
健康のお知らせ

インフォメーション

若宮病院
栄養科

理 念

- ・愛のある医療
- ・良識に基づいた医療
- ・公正、公平な医療

基本方針

1. 良質な医療の提供につとめます。
2. 患者さま、利用者さま中心の医療を行います。
3. 地域に立脚した医療を行います。
4. 安全で安心と満足の得られる医療を提供します。
5. 保健、医療、福祉の幅広い視点に立って健康を考えます。

contents

- 新年顔合わせ会
- 特集
トータルヘルスクリニックから
健康のお知らせ
胃がんの早期発見・予防
- インフォメーション
若宮病院 栄養科
- シリーズ
現場で働く人・健康

- トピックス
ヒルサイド羽黒10周年
若宮病院かかし祭り参加
菊と市民のカーニバル参加
とまり木祭
かけはしデイケア祭
エコキャップ回収活動
佐藤病院野球部

- お知らせ
ヒルサイド羽黒
メディカルフィットネススマイル
- 診療予定・医療情報
外来受付予定表
診療情報・病院評価

新年顔合わせ会

1月6日(月)、この日恒例の新年顔合わせ会が行われ、佐藤理事長より職員に向けて年頭訓示がありました。

明けましておめでとうございます。皆さんはどんな気持ちで新しい年を迎えたでしょうか。法人にとりまして、年の始めに新たな3名の医師を迎えることが出来、幸先の良いスタートとなりました。昨年は、当法人が計画した事業はほぼ順調に実施でき、その後も順調に推移しています。

今年は、3月に病院機能評価の新バージョンによる受審があります。病院をもう一度見直す事、職員が一体となり取り組む事で帰属意識を高めるチャンスになります。前回の受審時のことを思い起こし頑張ってください。近いうちに若宮病院の受審も考えております。

4月にはいよいよ佐藤病院の改築が完成します。短期間での移行になりますが、夢を描いて頑張つて実施してください。また、来年度に入りますと医療、福祉で様々な変化があります。診療報酬、介護報酬の改定があります。消費税を考えるとマイナス改定になると思います。それと精神保健福祉法の改正があり手続き等が煩雑になりそうです。このような状況を見

据えて今後どのように舵を切るか総じて難しい年になりそうです。

いずれにしても、お年寄りが多くなり、認知症の患者様が增える事は確実で、それにより合併症が多くなるでしょう。このような状況下でも国は退院の促進、地域での対応を一層推進していくと思います。それに対して今回、第3病棟を廃止して二丁の古い短期入所施設を設置することに変更しました。しかし、これだけでは不十分であり、今後に向けて一時中断しましたがいざいざしっかりした介護付老人施設が必要です。精神についても住む場所、働く場所が必要で、それが出来ればもう1病棟ダウンサイジングできます。今年はその方向を決める年ともいえます。一方、法人内の組織をみますとまだまだ未熟な面が多く改めなければならぬことがあると感じられます。組織が大きくなつてそれを纏め上げて行く事は大変です。上に立つ人一人では出来ません。部署の人みんなでの協調が大切です。それと次世代を背負う若い人の育成が喫緊の課題と思います。

今年はそのことを意識して仕事をしてください。

最後になりますが、昨年は野球部が念願の3冠を達成しました。皆さんの応援を得て公徳会の一体感を強める事が出来ました。今年も全国ベスト4を目指して頑張ってください。

改めて、今年は法人にとっても、皆さんにとっても良い年になる事を祈念し新年の挨拶とします。

職員代表として、今年年男の佐藤病院検査科・佐藤和広さんが、「歩みを弛めることなく、荒野を駆ける馬の如く、チャレンジ精神を忘れずに企業意識を持って業務に取り組んでまいります」と決意表明を行いました。



特集

トータルヘルスクリニック 内科 歯科 から健康のお知らせ

トータルヘルスクリニック（内科、歯科）では、地域の皆様および患者様の健康のために様々な取り組みをしております。今回は健康維持のため特に中高年、高齢者の方向けに、内科では外来の各種取り組みの紹介について、歯科では日常の心がけと義歯の清掃についてお知らせいたします。



トータルヘルスクリニックについて

トータルヘルスクリニックは、平成15年1月に健康増進施設メディカルフィットネス・スマイルと併設し開設されました。

当院では、内科と歯科のほかに、精神科デイケア「かけはし」と認知症デイケア「はつらつ」を設置し、地域在宅の利用者様の心身両面からの治療とケアの場も提供しております。



内科外来について

外来では、一般外来をはじめ生活習慣病予防・内視鏡検査・禁煙外来・予防接種・各種健康診断等を行っています。

1 生活習慣病予防

社会問題の一つに生活習慣病の増加があります。当院でも、高血圧、脂質異常症のほか糖尿病の患者様が非常に多く、食事療法・運動療法・薬物療法を適宜組み合わせ治療を行っています。特に最近効果が高く安全な新薬がたくさん出ており、より良いコントロールができる状況にあります。

また、生活習慣病（高血圧症・脂質異常症・糖尿病）を持つ方でスマイルをご利用される場合、内科を月に1回程度受診し計画的・継続的に治療しますとスマイルの利用料金が安くなる特典がありとても好評です。改善に向けてぜひご相談・ご利用ください。

なお、予備軍の方を含め予防対策としても定期健診やスマイルのご利用等をお勧めします。生活の中に運動を取り入れることは認知症の予防にもなります。

2 内視鏡検査

胃内視鏡は、昨年6月から再開しピロリ菌の除菌治療も実施しています。1週間の治療薬服用、その後はその方の症状により内服薬が処方され4～6週間後に除菌判定を行います。（本誌5～6ページ参照）

3 禁煙外来

禁煙外来は、当院院長（専門）を中心にチームで取り組んでおり、3ヶ月間5回の通院治療で成功率は80%を超えています。費用は健康保険3割負担で3ヶ月間治療した場合、飲み薬で約1万9000円、貼り薬で約1万3000円です。咳や痰が出る方、家族等への受動喫煙の影響を心配している方、タバコ代をうかせたい方など、少しでも禁煙をお考えの方はお気軽にご相談ください。



4 COPD

40歳以上の慢性的な咳・痰は、単なる風邪ではなく肺の生活習慣病COPD（慢性閉塞性肺疾患）かもしれません。肺機能検査やCOPD解析機能付きCTで診断できますので、ちょっと気になるという方はお気軽にご相談ください。

5 漢方治療

漢方治療も積極的に取り入れております。おひとりおひとりの患者様の症状にあわせて全人的に治療いたします。

6 心療内科、予防接種等

心療内科の診察も随時受け付けています。必要時にはさらなる専門医の御紹介をいたします。予防接種、健康診断、MRIをはじめとした各種検査等も随時受け付けております。



歯科

☎0238
(50)1872

はじめに

日本は平均寿命83歳と世界一の長寿国です。それに対して年齢と共に歯は減少していく傾向にあります。お手入れ次第では歯の喪失を防ぐことは可能なのですが、毎食後の歯磨きや歯の定期受診、口腔ケアなどという習慣や概念が身に付いていなかった方には喪失率は高いようです。

1 義歯の清掃について

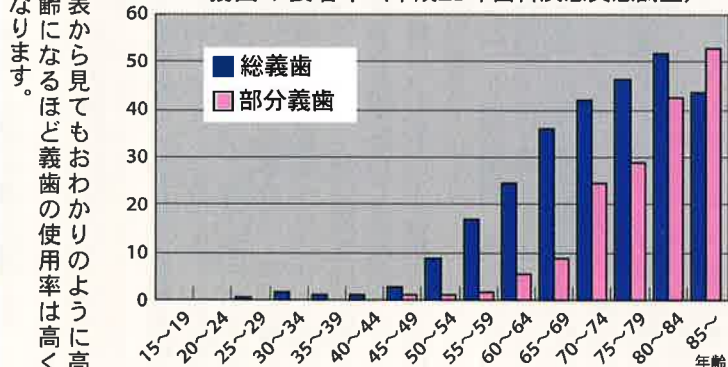
今回は、義歯の清掃について説明をしてみようと思います。

義歯はなくなった歯のなくなったところに歯型を採って作製していきます。歯の喪失数によって総義歯と部分義歯（局部義歯）に分けられます。その中でも使用する材料によって保険適用の義歯と保険外（自費）の義歯とがありますが、お手入れ方法はどの義歯も大きな差はありません。

2 清掃の基本と留意点

義歯は必ず外して清掃します。義歯を入れたままでは、残った歯や歯肉がきれいに磨けないからです。義歯の着脱は指を使って行って下さい。永年使用されていて慣れていらっしゃる方の中には、口元まで持っていくと咬みながら入れたり、舌や口の周りの筋力で指を使わずに外す方が

義歯の装着率（平成23年歯科疾患実態調査）



表から見てもおわかりのように高齢になるほど義歯の使用率は高くなります。

います。咬む力は意外と強いものです。義歯が壊れてしまうこともありますから、慣れてはいても必ず指を使って着脱を行いましょ。また、うっかり落として壊してしまうこともありますから、敷いたタオルの上で着脱したり、洗面所では屈んで姿勢を低くするなど気をつけながら着脱して下さい。

外した義歯は義歯ケースあるいは専用の容器（コップ、タッパーなど）で水中保管して下さい。また、義歯を入れていない時のケースや容器は、水を毎回捨てきれいに洗って乾燥させておいて下さい。

3 清掃・磨き方のポイント

次に汚れやすい所と磨き方について



図のように義歯の裏側①、②、パネの付け根③、歯と歯の間や裏面のくぼみなどには洗い残しが多く見受けられます。洗浄する際は、歯磨き粉は付けずに流水下でブラシを用いて洗うようにしましょう。補足ですが、市販されている義歯洗浄剤はこれらの洗浄を行った後に使用するようにしてください。



て説明します。義歯は意外と汚れが付きやすいものです。

4 今日からの心がけと習慣づけ

義歯はその方その方に合ったものですが、残った歯の状況や不具合をそのままにしておくと、痛みの出現や破折などにつながります。ちょっとした事が急に義歯が使えなくなるきっかけにもなってしまいます。「あれ？おかしいな」と感じたら早く診てもらったことが大切です。

歯磨きや義歯の洗浄が適切にされていないと口腔カンジダ症を発症する事があります。カンジダはカビの一種です。ヒリヒリと口の中の粘膜（歯肉・頬・舌・口蓋・喉）に痛みを感じたり味覚症状を引き起こしたりします。無症状の場合もあります。口は物を体内へ運ぶ最初の入り口です。残った歯の歯磨きは勿論大切ですが、歯が一本もなくても毎食後のうがいや舌磨きも口腔環境を健全に保つためには必要な事です。食べたら「磨く」「ゆすぐ」「洗う」を習慣づけましょう。

最後に（当院から）

最近、女性医師を希望しての受診が多くなっています。当院は、内科・歯科のスタッフもすべて女性です。

地域に根ざしたクリニックを目指し、待ち時間なるべく無いように配慮しながら、ゆったりとした雰囲気の中で受診いただけましたよう努めております。多少なりとも健康に不安のある方や、新年を迎えて運動や禁煙等一念発起したいとお考えの方など、遠慮なくご相談ください。

特集

楽な胃カメラで胃がんの早期発見を！

ピロリ除菌で胃がん予防を！

はじめに

トータルヘルスクリニックでは、平成25年6月から、内視鏡専門医による上部消化管内視鏡検査（通称：胃カメラ）を再開しています。

おかげさまで、希望する患者さんも徐々に増えております。現在の胃カメラは年々細くなり、検査は安全でかつ非常に楽なものになりました。以前に比べると短時間で終わり、鼻からする（経鼻）内視鏡検査も、会話もでき、嘔吐反射もなく好評です。また当クリニックでは胃カメラの写真もカラーコピーにして極力患者様にお渡ししております。電話でも予約できますので、お気軽にお問い合わせください。（トータルヘルスクリニック ☎0238-4013406）

ちなみに、当クリニックの術者（医師）は、自分で鼻や口から内視鏡検査ができます。それほど安心して楽な検査なのです。検査時間は3分前後ですが、例えば1分でも大きな病気の有無は分かります。

ピロリ菌と胃の検査、早期発見について

それでは今回は、ピロリ菌と胃の検査（経鼻内視鏡検査を中心に）について、ご説明させていただきます。

最近、胃内に存在するヘリコバクターピロリ菌について関心が高まっています。なぜなら、ピロリ菌と胃がんは関連があり、ピロリ菌退治（除菌）が、胃がん抑制になるとの見解が示されているからです。

また、胃の検査の重要性も年々増しております。日本人が罹患するがんの中で、最も患者数が多いのが「胃がん」です。早期発見できれば治療できる病気で、かつ内視鏡治療で完治することも少なくありません。

ピロリ菌と胃の検査（経鼻胃カメラを含め）について

1 ピロリ菌とは？

1982年に発見された胃の中に生息している菌です。感染経路

は経口感染（食べ物や水）と考えられており、日本人では30歳以上の約80%が感染しています。菌がいることで胃の壁を傷つけ、胃を守っている粘液が減るので胃炎や潰瘍、胃がんの原因となります。ただし、感染して病気になる人は一部で多くの人には無症状で経過します。



2 ピロリ菌を調べるには？ピロリ菌は退治した方がいい？

ピロリ菌の検査には以下の方法があります。

- ・迅速ウレアーゼ試験
胃カメラで胃の粘膜を取って検査します。
- ・尿素呼気試験
呼気（吐く息）を取って調べます。
※ピロリ菌を調べる尿素呼気テストをご希望の方は午前中に食事をせずに来院ください。
- ・抗原検査
便により菌の抗原を調べます。



今までピロリ菌に感染している人のうち、除菌療法を受けられるのは胃潰瘍や十二指腸潰瘍の再発予防に限られていました。平成25年2月より慢性胃炎の方に対しても除菌療法が保険適用になりました。ピロリ菌の感染による萎縮性胃炎は胃がんの危険因子と言われており、除菌療法をすることで将来的な胃がんの発症リスクを軽減できるからです。ただし治療を受けるにあたり下記の2つが条件となります。

- ・内視鏡検査にて慢性胃炎を確認されている
- ・ピロリ菌に感染していることが確認されている

栄養部門について



栄養部門では、アルコール治療チームの一員として、栄養講話を行っています。1.5ヶ月に1回、10名程の患者様を対象に、アルコールで傷んだ肝臓を治療するための食事について話をしています。ポイントとして、①朝・昼・夕

調理部門では、1日500食以上を提供しています。常食の他に、軟食（柔らかい食）や荒きざみ食、すりみ食といった食形態があり、個々

も行っていきます。退院後の食事管理は、家族の協力が必要となるため、入院中より家族を交えての栄養指導を行ったり、退院後は外来での栄養フォローも行っていきます。

の食事をしっかりと取ること、②植物性や魚油を利用し動物性の脂肪を控えること、③たんぱく質は卵・牛乳・肉類・魚介類・大豆（製品）を取ることで、④ミネラルを上手に取ることで、等があげられます。病院食では、上記のポイントに沿ってバランスのよい食事を提供しています。児童思春期ユニットでは、食事は朝食・昼食・夕食・15時のおやつ（栄養士の手作り）を提供し、個別対応も柔軟に行っています。病状によって食事摂取量に影響がある患者様に対しては、カウンセリングを通し、医師・看護師と共に食事内容を検討していきます。

以上のように、当科では味だけではなく、見た目も重視した食事作りを心がけています。また、食

全体の取組みについて

に合った食材や切り方、調理法などを工夫しています。旬の野菜を、美味しく・食べやすい形態で提供しています。また、月1回の行事食を実施しています。調理師が主導して、献立作成、ポスター掲示、調理を行っています。調理師ひとりひとりの個性と技術が発揮され、味・見た目とも素晴らしい料理が揃います。

中毒予防として、環境整備にも力を入れています。栄養科全体で、毎日の清掃をしっかりと行うことにより安全な食事提供が出来ることを常に意識し、積極的に取り組んでいます。

若宮病院 栄養科

当科には現在15名の職員（管理栄養士2名、調理師11名、調理補助2名）が在籍し、平成23年3月に新築された厨房内で業務を行っています。平均年齢38・8歳。若さと活気があふれる職場内では、安全で美味しい食事を作るために、各管理栄養士・調理師が衛生管理と調理技術の向上に努め、日々勉強しながら取り組んでいます。

5 胃内視鏡はどんな検査ですか？

医師が内視鏡スコープを鼻もしくは口より入れて直接、食道、胃、十二指腸の中を観察する検査です。検査は通常3分前後で終了します。

内視鏡検査をお勧めしているのは次のような方です。

- 検診、人間ドックで胃の異常を指摘された
- 胃のあたり（みぞおち）が痛む
- 食欲がない。最近体重が減った
- 飲み込んだ後のつかえ感
- 貧血
- 慢性的な胃もたれ、胸焼け
- 黒っぽい便が出る
- 以前潰瘍、ポリプを患った

など一つでも当てはまるようでしたらできるだけ早期の検査が必要です。

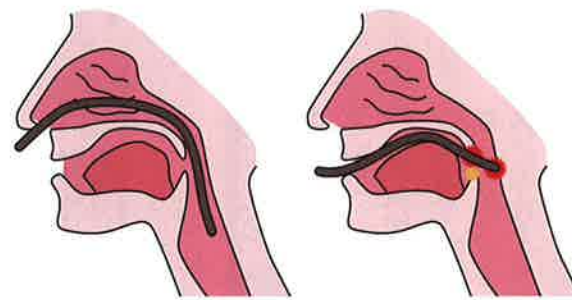
4 胃の精密検査を受けた方がよいのはどんな人？

3種類の飲み薬を1日2回1週間飲む方法が一般的です。入院の必要はありません。薬の副作用は下痢、味覚障害、肝機能障害などですが副作用の出る人はまれです。正しく薬を内服すれば90%の人が除菌に成功します。

3 除菌療法はどんなやつ？

観察できる範囲は喉、食道、胃、十二指腸までです。直接観察することでバリウム胃透視ではわかりにくい小さな病変や炎症性の変化がわかるほか、組織検査により病変が良性か悪性かの診断ができます。胃潰瘍やポリプ、早期がんの発見には欠かせない検査となっています。近年の技術の発達はめざましく、ファイバースコープは以前より細く、柔らかくなっています。現在の最新式のファイバーは太径直径が5〜9mmくらいです。つまり昔とくらべて患者さまへの負担、検査の苦痛もずっと少なくて済むようになりました。

6 経鼻内視鏡検査について



▲経鼻法

▲経口法

最近話題になってきている鼻から入れる極細内視鏡（直径5mm）は「楽

7 クリニックではどのように内視鏡検査をしていますか？

平日▼月・火・水・木・金曜日の午前中に検査をしています。

- ・ 消化器内視鏡専門医が検査を担当します
- ・ 最新型のファイバーを使用し、精度の高い検査をしています
- ・ 最新型の内視鏡洗浄器による



な内視鏡検査」を受けるのに非常に有効です。細く（従来の半分）なったことで咽頭異物感が軽減されたこと。さらに図のように口からの内視鏡と違い舌根部を通過しないことより嘔吐反射がほとんどでません。喉の麻酔をしなくても検査が受けられるのも大きな利点です。検査中も会話が出来ます。検査後はすぐに食事がとれます。アンケートでは9割の方が口からの検査より「楽だった」と回答されました。当院では導入以来多くの方が経鼻内視鏡検査を受けられ大変ご好評いただいております。

ピロリ菌判定検査（または除菌について）のご相談、胃カメラについて、お電話でのお問い合わせ・予約も可能です。お気軽にご相談ください。

また当クリニックでは、腹部超音波検査、大腸がん検査（便潜血検査）も行っています。消化器系の重点的な検査をお考えの方にお勧めします。

■お問い合わせ
トータルヘルスクリニック ☎0238-40-3406



ハイレベル消毒を行っています
・ 予約制で、電話で予約できます
・ ご希望に応じて「経鼻内視鏡」「通常内視鏡（経口）」より選んで検査をお受けいただけます
・ 検査当日中に結果をご説明します（病理検査をした場合1週間後になります）
・ カラー写真と所見も、希望者を中心に極力お渡ししています

ご好評 手作りおやつ のご紹介

ふ 麴 ラスク

■材料(1人分)
小町麴……6個 / バター……6g / 砂糖……6g

- 作り方：
- ① バターと砂糖を一緒にレンジで温め溶かす。
 - ② ①の中に麴を入れてよく絡める。
 - ③ 180度に温めたオーブンに入れ5分ほど焼く。（様子を見て、きれいな焼き色が付くまで時間を延ばす）
 - ④ 荒熱を取り、少し乾燥させて出来上がり。

※出来上がりは麴とは思えないくらいおいしいです。思春期ユニット以外でも病棟のおやつバイキングで提供し、好評を頂いています。ぜひお試しください。



④ももあげ



1. 椅子に浅めに腰掛けて、背筋を伸ばす。
2. 左右交互に膝を胸に引きつけます。

⑤かかとあげ



1. 肩幅に両足を開き、かかとを上げて、爪先で立って、ひと呼吸キープ。

Point

- 回数はどの体操も、まずは1セット5～10回です。慣れたら回数、またはセット数を増やしましょう。
- 息は止めずリラックスして行いましょう。温泉に入るような気持ちで行いましょう。
- 回数も大事ですが、家事などの合間や寝る前に行って、習慣にしてみてください。

①バンザイストレッチ



1. 腕をまっすぐ上にのばす。
2. 伸びきったら、ゆっくり腕を下ろす。

バンザイをすると肩甲骨が動くため、肩から手先までの血行がよくなります。立ってのバンザイもOK!!

②足まげ



1. 腹の上で両膝を曲げて抱え込む。
2. 数秒そのままにしてから足を戻す。
3. 足を戻すと血液が勢いよく流れるため、血の巡りがよくなります。
4. 元に戻す際、両手も広げて大の字に。

③足あげ



1. 膝を曲げずに片方ずつ足上げをします。

体をあたためるために筋肉をほぐし、血流を良くする簡単なエクササイズです。寒さで手足が冷える方や、少しでも暖かく過ごしたい方、ぜひお試しください。

冬にきくきく冷えとり体操



ダイエットの効果もあるかも…

私は、入職して8年目の臨床心理士です。通常は佐藤病院に勤務し、心理検査やカウンセリングなどを行っています。今年度から、米沢駅前クリニックでも臨床心理的サービスを、というご要望をいただき、週に2回（月曜終日、水曜午前）3人の臨床心理士が交代で務めることになりました。

心理検査とカウンセリングが主な仕事で、その殆どが予約の形を取っています。おかげさまで、予約は着実に増えています。私たちは主治医の先生方の指示で動きまわります。このため、実際に患者様とお会いするまでには他のスタッフの方々に段取りをしてもらうことが多いのですが、様々な事情をよく理解している人が多く、業務は無理のないスケジュールでこなせています。例えば知能検査の場合、最低でも1時間以上必要との認識から30分刻みで次の予約が入っている、ということはありません。こうした理解を得ながら働けるということは大変ありがたいことですし、同時に私自身も、自分たちの仕事ができるようなものか伝える

努力が必要だと感じています。主たる仕事の「検査」と「カウンセリング」の間には表に見えない細かい仕事がたくさんあります。患者様の関係者とお話する機会を積極的に持つこともその一つです。患者様の環境を整え、ご回復に向けた歩みをより効果的で無駄のないものにしていくためにも、普段よく接する方々にこそ知って頂きたいことを分かりやすくお伝えすることが大事と考えています。もちろん患者様ご自身には許可を頂き、何をどのようにお伝えするか話し合うことは欠かせません。このような活動を長年続けてきたことで、患者様だけでなく、その関係者の皆様からのご支持を頂けるようになりました。

米沢の皆様は身近な場所でお手伝い出来ることは大変ありがたく、今後は益々充実した内容にすべく努力して参りたいと思います。

■臨床心理室(佐藤病院検査科内)の業務

1. 病院内の心理検査、心理面接。
24年度：検査932件(外来792件/病棟140件)、面接1,638件(外来1,611件/病棟27件)
2. 法人内他施設や外部医療機関からの依頼による心理検査、心理面接。
3. 南陽市からの委託事業である発達障がい児の相談業務と三歳児検診での相談業務。
4. 児童思春期外来の相談業務としての学校や関係機関との連携は、全国的にも自負できるくらい密に実施。
(24年度学校関係者との面接163件)
5. その他各種業務。

■米沢駅前クリニックについて

1. 近年、米沢駅前クリニックからの検査や面接の依頼が増加。
2. 米沢での臨床心理業務が多年の課題。
3. 今年度から週1日半、臨床心理室(佐藤病院検査科内)の担当者が交替で同クリニックに赴き心理検査、心理面接等の業務を開始。
4. 業務開始するも、潜在的なニーズは大きく、十分に答えられていないのが現状。
5. 今後、組織的な内容充実のほか、寒河江さんには佐藤病院での多方面での活躍同様、米沢でも臨床心理業務充実のため活躍を期待。
(佐藤病院 検査科長 大御 均)

米沢駅前クリニックでは、思春期から老年期までの方の精神的なご相談にお応えしております。外来では精神科医師による診療や心身の健康管理の他、今年度より臨床心理士による心理検査やカウンセリングを開始し、より充実した診療体制になりました。また、受診に至る以前のお悩みやご本人以外からのご相談に専門職が応じる「こころの健康相談」も設置し、地域社会のお役にたてるような体制作りを心がけています。

寒河江さんは、気さくで明るい人柄に深い知識と豊富な経験を併せ持ち、クリニック内外から頼りにされています。これからの更なる活躍を期待しています。

米沢駅前クリニック 心理検査
佐藤病院検査科臨床心理室 臨床心理士
寒河江 亜衣子



現場で働く人

上司から
米沢駅前クリニック
医科部長
佐藤 恵子



ヒルサイド羽黒 祝10周年

10月1日、おかげ
さまでヒルサイド羽
黒が開設10周年を迎え
ました。当日はボラン
ティアの方々の合唱や佐藤常務の祝
辞等レモニーのほか、毎秋恒例の
芋煮会等が行われ、開設時からの入
居者様のご挨拶、
入居者皆様による
合唱をご披露
していただきま
した。昼食の席
では、芋煮を囲
みながら皆様様
々な思い出を懐
かしく振り返り
名残惜しい時間
を過ごしました。



「若宮・はつモン」 かかし祭りで「努力賞」

若宮病院はつらつデイケアでは、
毎年「上山かかし祭り」に手作り案
山子を出品しています。今年度、一
般の部で見事努力賞を頂きました！
タイトルは「山形版くまモン」(名
前：はつモン)。テーマは地元山形
をPRする案山子「花笠をかぶった
くまモン」。両手にスイカとサク
ランボを持ち山形を大いにPRして
います。スタッフも名前にはつらつ
の「はつ」を付けて気合を入れ、利
用者様に細かい紙細工をお願いしな
がら、皆さんで共に悪戦苦闘した結



果の受賞となりました。今後も地域
の行事に積極的に参加させていただ
く予定です。

第34回 菊と市民のカーニバル じえじえじえで「努力賞」

11月3日(日)、地域活動委員会のメ
ンバーを中心に、くぬぎ荘の入居者
様、精神科デイケアの利用者様、公
徳会の職員の総勢40名で「菊と市民
のカーニバル」に参加しました。N
HK連続テレビ小説「あまちゃん」
をモチーフに、それぞれが主人公や
登場人物、北
三陸の海産物
たちに扮して
行進し、今年
も昨年同様
栄えある「努
力賞」をいた
だくことが出
来ました。



「とまり木祭」 今年も大盛況

ライフサポートととまり木では年2
回「とまり木祭」を開催しています。



実りの秋に3つの 「かけはし」デイケア祭」

1 9月 若宮病院

第2回デイケア祭は9月20日(金)
今年は晴天の下で開催できました。
合言葉は一人一役。来場された方
に「楽しかった」と思ってもらえる
よう、各グループが役割分担等のミ
ーティングや試作を繰り返しなが
ら入念に準備し、評判のラーメン等
を提供した模擬店以外でもコースター
等の手芸作品や、PPバンド(梱包
用)製の籠等の販売を行いました。



利用者様からは、自分たちのメニ
ューや作品の大好評ぶりに「働く喜
びを感じた」「達成感があつた」
との多くの声を
聞く事が出来ま
した。
今後、多く
の経験ができる
デイケア祭にし

今年は6月21日(金)と10月18日(金)に行
いました。地域
活動支援センタ
ーの交流の場と
して「NPO法
人ひまわり南陽
様と「NPO法
人花工房」様
にも協力をして
いただき、多く
の来場者で大盛況
となりました。



2 10月 トータルヘルスクリニック



10月25日(金)
に開催された
今年のデイケ
ア祭。利用者
様と職員が企
画段階から一
丸となつて年
に一度の大行
事に取り組み
ました。
第一デイケ
ア内には飲食
の各屋台、体
育館には喫茶コーナーにカラオケ等
の催し物を企画し、当日は笑顔での
接客で多くの来場者を迎えました。
各屋台は大盛況。賑わいの中に一段
と多くの笑顔が見られ、利用者様の
働きも活気が増しました。

今年各デイケアの出し物も企画
され、歌やエアロビを披露しました。
きれいな歌声に聴き入り、音楽に合
わせ体をリズムカルに動かしなが
ら楽しいひとときを過ごしました。

大成功で終えたデイケア祭は、達
成感と充実感に満たされた一日とな
りました。

3 11月 米沢駅前クリニック

11月22日(金)、今年3回目を迎えた
デイケア祭が当院2階で開催されま
した。
屋台では、利用者様とスタッフが
共同でカレー、おでん、せんざい、
唐揚げ、喫茶(ロールケーキと飲み

エコキャップ回収に 強力助っ人チーム



環境整備委員会の活動に、法人全
体で取り組んでいるエコキャップ回
収活動があります。
トータルヘルスクリニックかけは
し第3回デイケアでは昨年度より、社
会参加活動の一環としてこの活動に
協力させて頂いております。利用者
様を中心に協力しあいながら取り組
む作業は実にスムーズで、キャップ
が流れ作業のように手際よく袋詰め
され、作業後の達成感もまた格別で
す。今では、デイケアの活動として
定着。個数も昨年度一年間で約7万
4千個にも上りました。回収分はエ

野球部の活動状況



今季最後の全国大会・東日本軟式
野球選手権大会が水戸市(11月2日
(土))で開催され、野球部は1回戦
で長野県代表に0-1で惜敗しまし
た。先の天皇杯、国体では強豪チ
ーム相手にともに優勢に進めながら延
長戦の末2回戦で惜敗、今回上位進
出が期待されていただけに残念な結
果となりました。しかしながら主要
全国3大会を通して、内容的には何
れも攻守の堅実性が課題であり技術
面・メンタル
面の再強化が
必要にありま
すが、チーム
の潜在力は高
く力も着実に
つけており、
今後に向けて
更なる高みへ
の期待と機運
が高まるシー
ズンになりま
した。



スマイル冬のキャンペーン開催中!! 期間:1月31日(金)まで

●入会金無料!
●初月月会費無料!

※2ヶ月間の登録が条件

●お得な回数券を多数販売!

●ワンコイン体験実施中!

※お一人様1回のみ利用可能。2回目は通常通り¥2,100となります。



いきいき健康教室開催!

1/22(水) 2/26(水) 3/26(水)

■時 間▶10:00~11:30

■内 容▶軽体操、水中運動等

■持ち物▶運動靴、タオル、動きやすい服装、プール希望の方は水着

参加希望の方、不明な点がございましたら、

こちらにお問い合わせ下さい。 ☎0238-40-3686



おかげさまで10周年(平成15年10月開所、温泉付)

(社)全国有料老人ホーム協会正会員
介護付有料老人ホーム

ヒルサイド 羽黒

個室31室
夫婦部屋9室
職員30名

現在満室の状況にありますが、今後に向けてご相談をいただき、ご予約をいただくことがあります。

入居相談や施設見学はお気軽にご連絡くださいませ。 ☎0238-43-8600

外来受付時間・担当医師予定（1/1～）

【佐藤病院】

	月	火	水	木	金	土	日
午前 8:30～11:30	佐藤・沼田・間藤	御供・計見	佐藤・間藤・安田	沼田・阿部(宏)	中尾・高橋	御供・阿部(宏)	
午後 3:00～4:30	栗田・高橋	大和・高橋	武吉		鈴木(智)		
専門外 来制	午前 8:30～11:30	齊藤(卓) (児童思春期)					
	午後 2:00～4:00	沼田 (アルコール)	栗田 (ほほえみ)	齊藤(卓) (児童思春期)		御供(もの忘れ) ※第2週目は休診	

【若宮病院】

	月	火	水	木	金	土	日
午前 8:30～11:30	鈴木(庸)・山本	長谷川	長谷川・鈴木(庸)	山本	日向	竹内	
午後 1:30～4:30	鈴木(庸)・日向	阿部(淳)・小林 (第1・3・5週) (2・4週)	山本		鈴木(庸)・竹内		
専門外 来制	午前 8:30～11:30		成重 (児童思春期)		長谷川 (もの忘れ)	鈴木(庸) (アルコール)	
	午後 1:30～4:30	竹内 (うつ病)	成重・日向 (児童思春期)				

【米沢駅前クリニック】

	月	火	水	木	金	土	日
午前 8:30～11:30	御供	鈴木(智)	中尾	武吉	沼田	鈴木(智)・大和(2週) 長谷川(4週)	
午後 3:00～4:30	大和	間藤	栗田・高橋		阿部(宏)		

【トータルヘルスクリニック】

	月	火	水	木	金	土	日
午前 8:30～11:30	川合	川合	川合	三宅	川合	三宅or川島	
内科 予約制 午後 2:30～4:00		川合					
歯科 予約制 午前 9:00～11:30 午後 1:30～4:30	笠原	笠原	笠原	笠原	笠原		

※各施設担当医師については変更する場合がありますのでご了承ください。
※診療及び、各種お手続き等に関するご相談・お問い合わせは佐藤病院医療福祉相談室(TEL.0238-40-3170)
もしくは若宮病院医療福祉相談室(TEL.023-643-8222)にて受け付けいたします。

診療情報（平成25年度）

【佐藤病院】

		10月	11月	12月	平均
外来件数(一般外来)	1日平均	69.1	66.7	68.4	68.0
(うち、児童思春期外来件数)	月件数	105	149	138	130.6
(うち、うつ外来件数)	月件数	117	62	66	81.6
(うち、アルコール外来件数)	月件数	8	8	2	6.0
(うち、もの忘れ外来件数)	月件数	18	40	64	40.6
(うち、時間外外来受診件数)	月件数	23	23	8	18.0
入院者数【総ベッド数258床】	1日平均	251.4	254.2	255.8	235.8
入院件数	月件数	41	42	47	43.3
(うち、措置・応急入院件数)	月件数	2	3	1	2.0
退院件数	月件数	33	44	45	40.6
平均在院日数		185.6	155.7	155.5	165.6
(うち、救急病棟平均在院日数)		86.7	80.5	73.7	80.3

【若宮病院】

		10月	11月	12月	平均
外来件数(一般外来)	1日平均	54.5	57.0	57.7	56.4
(うち、児童思春期外来件数)	月件数	254	218	231	234.3
(うち、うつ外来件数)	月件数	26	28	33	29.0
(うち、アルコール外来件数)	月件数	12	15	24	17.0
(うち、もの忘れ外来件数)	月件数	6	9	19	11.3
(うち、時間外外来受診件数)	月件数	19	26	15	20.0
入院者数【総ベッド数165床】	1日平均	153.5	156.2	151.4	153.7
入院件数	月件数	34	24	30	29.3
(うち、措置・応急入院件数)	月件数	4	2	2	2.6
退院件数	月件数	29	21	42	30.6
平均在院日数		151.0	208.3	130.4	163.2
(うち、救急病棟平均在院日数)		70.5	87.9	59.8	72.7



こうとく27号の表紙
椿(ツバキ)
万葉集の頃から知られる、
照葉樹林の代表的な樹木。
花期は冬から春までま
たがり、早咲きのもの
は冬さなかに咲き「寒
椿」「冬椿」と呼ばれる。

写真…渡部俊一



認定証
日本医療機能
評価認定病院

公徳会

佐藤病院

記載内容につきまして、ご意見・ご質問・ご感
想等ございましたら、下記までご連絡ください。

公徳会 広報誌 **こうとく**
No.27
平成26年1月16日発行
製作／社会医療法人 公徳会
編集／公徳会広報委員会

〒999-2221 山形県南陽市柊塚948-1
TEL.0238-40-3170 / FAX.0238-43-2076
✉sato-hp@koutoku.or.jp
http://www.koutoku.or.jp