



医療法人社団萌気会
在宅療養支援診療所(二日町)
在宅療養支援有床診療所(浦佐)

9

Vol. 376
2023/9.15

もえぎ

長谷川登子 さん書

4年振りに もえぎ夏祭りを開催しました!!



たもんの郷
佐藤 セツ 様

たもんの郷
高橋 芳夫 様

編集委員
ふきのとう 池田 愛

もえぎ夏祭り
撮影地:浦佐診療所
撮影者:たもんの郷職員

スイカ/曼陀羅華に帰ってきました。……………2
大河原大次先生からのお手紙を紹介します。
/コラム……………3
黒岩卓夫一代記……………4
萌気園訪問介護ステーション ゆいま〜る……………5
もえぎ夏祭り/みんなの食堂……………6
事業所紹介/利用者紹介/編集後記……………7
インフルエンザ予防接種のお知らせ……………8



スイカ



萌気園浦佐診療所 常勤医師
田邊 繁世

今回は夏の代名詞スイカについてです。

スイカは果肉の約95%が水分でできており、この中の6～9%程度に糖質（ショ糖、果糖、ブドウ糖）が含まれています。また、ビタミンA、B1、B2、鉄分やカリウムなどのミネラルを豊富に含んでいて、健康にもいいようです。（糖尿病の方は糖質の摂りすぎにならないように注意してください）。

そもそも果物はなぜこんなに美味しく、栄養に富んでいるのでしょうか？

動物、植物に関わらず、生命は子孫を残すという、命題があります。自身で動くことができない、植物は子孫を広く残すために、動物に種子を遠くに運んでもらう必要があり、美味しい実をつけたり、目立つ色に進化したという説が有力のようです。

そんな果物ですが、厚生労働省が食事のバランスガイドというガイドラインを出しているのをご存知でしょうか？ここでは毎日200g程度（みかんなら2個程度）の果物の摂取が推奨されています。

実は、果物の摂取を対象とした、調査も過去に行われており、果物を毎日一定量とっている人達と果物も野菜もあまり取らない人達を比較すると果物を摂取していた方が、死亡のリスクは8～9%程度減少するそうです。

（ただし、1日の摂取量をどんどん多くしても結果は変わらないので注意が必要です。）

最近は物価の高騰もあり、果物もなかなか手を伸ばしにくくなってきていますが、健康のためにも無理をしない範囲での果物の摂取をしていきたいものです。



曼陀羅華に帰ってきました。

萌気園二日町診療所「曼陀羅華」
所長 青木 夏子

初めましての方も多いかと思えます。この春から曼陀羅華所長をさせていただいています。青木夏子と申します。

タイトルでお察しのとおり、以前（8年ほど前）入職時曼陀羅華配属にて勤めておりました。かなりの年数経過があり、私の知っている利用者さんは片手ほどの人数になっていましたが継続してご利用いただいていたことにありがたいです。

曼陀羅華では「外出りハビリ」を再開いたしました。利用者さんやご家族の方、ケアマネージャーさんからもご好評いただいております。いろいろな行事も利用継続や楽しみに繋がっているのではと思います。

これからも利用者さん1人1人の家庭環境等考慮し、尊厳を守ります。そして楽しく利用いただける様、毎日業務終了時にカンファレンスを行い皆で意見を出し合い考え対応していきます。情報を共有し、本人の意向に沿う様、スタッフの意見を尊重しながら今以上に努力していきたいと思えます。私自身もリーダーシップを発揮し皆を引っ張っていきたいと思えます。





萌気での耳鼻科創設の一人、嚥下障害も担当した大河原大次先生からのお手紙を紹介します。



萌気会 会長・相談役
黒岩 卓夫

黒岩 卓夫先生

ご無沙汰しておりますがお元気ですか。この度は小堀鷗一郎さんとの対談雑誌をお送り頂きありがとうございます。

私は相変わらず都心の空も見えないビルの中で毎日診療を行っております。二日町診療所でのきれいな空気、水豊かな魚野川、八海山の山なみ、そして温かいスタッフの皆様を懐かしく思っています。

20年程前、萌気会にお声をかけて頂き耳鼻科医として初めての往診、在宅や老人介護施設での診療全てが新鮮で、患者さんのやさしさ、心からの我々に対する期待を感じ都会の病院では味わえない感動を得、正に「医療の原点」と感じました。現在も都会の診療所で、ややもすると「その時その時の疾患、訴え」にのみ対応する医療を行い、多分これからのスタンスで診療を行うであろう自分ではありますが、先生の対談を読ませて頂き「命を永らえる医療」と「命を終えるための医療」の命題、先生がいつもおっしゃっている「老いと死」の問題を久しぶりに考える機会を頂いた感があります。対談の中で「若い医者には在宅医療は無理なのではないか」「知識も経験も未熟なうちはやるべきではない」とありましたが現在64歳の自分ですが10年後(?) 医師として人間として成熟出来れば先生の本を読み返してみたいと思います。

長々と書き失礼いたしました。これからもお元気で地域医療に活躍されることを願っております。

また、巖志院長先生、スタッフの皆様宜しくお伝え願えれば幸いです。

(追伸)

先生の一代記の漫画が出来上がりましたら頂ければ幸いです。

日本橋大河原クリニック 大河原 大次

<付記>

大河原先生から良い感想をいただきました。実は在宅医療をはじめてしばらくのこと、耳鼻科の専門病院、神尾記念病院から、在宅医療に耳鼻科はどうかの打診がありました。

それは無理だと思って試しに来てもらった。ところが耳鼻科専門のファイバースコープが往診に可能とわかりました。こちらが無知だったのです。うれしい誤算でした。

その後、外来、往診だけでなく、南魚沼郡全校の耳鼻科検診までお願いしました。誠に多謝の一語！

安心コラム

生死のわからないNさん「もう一度戻って」

Nさんは84歳、元気な夫が介護者。

浦佐診療所にオアシス病棟がある頃入院していた。気分や知能や意識が大きく変わる珍しい病状で、“病名がはっきりしない”と夫が困って連れて来た。たしかに急に食べなくなり、意識もなくなり、1週間位眠り、また目を覚まして食事も可能になる。専門家の診断は“病名のつかない精神疾患”ということだった。

ところがこのところ悪化し、食べない日が続きどうなるか。訪看に入ってもらい点滴をはじめた。訪問看護師は私に「先生、今度はダメかもしれません」。その3-4日前に私の外来にきた夫は、「ばあはどうもうまくねえ」と訴えた。そうか近々行ってみるよ。3月の頃は肉まん手土産にもって行ったら「うまい」と言って1つペロッと食べてしまい夫を驚かせた。

訪看さんに改めて、週明けには「安心往診」するからたのむよ。「はい、わかりました」との答えがきたが、1日2日でもたないかと思いを巡らせた。



Dr. T. Kuroiwa

第34話

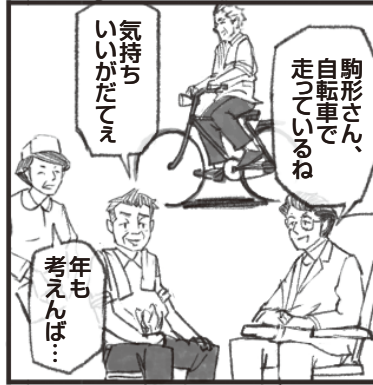
薬草園を
はじめます



これ、
わかるかね？



先生、俺は
薬草んこと
よく知ってるぜ



気持ち
いいがだてえ

駒形さん、
自転車で
走ってるね

年も
考えんば…



効果は
どうかな？

あるってだあ
ちうとすつ
だともね



俺なん
このイカリ草に
ドクダミと
シン混ぜて
薬草茶作って
飲んでるて



ドクダミと
シンはわかるよ
芍薬もわかるよ
うーん…
イカリ草かな？

この薬草
知らんては
困ったのお

名前は知らんけど、
確か隣の
じいちゃんが…



本みりゃわかるども、
そうだかも
知れねえな



芍薬てがは
花は綺麗だとも
薬は根つこだすけ

それに
シンの薬は
気分を明るく
するよ



漢字名がすごいぞ
淫羊藿（いんようかく）だ
羊がこれを食べていると、だ
子をたくさん産むと
いわれているね



ああ、
あれか！



ゆきぐに大和総合病院は薬草だけでも有名になった。みんなで造った薬草園が漢方専門外来や鍼灸外来に発展した。図の右下の「かたっこ」は温室。左上には草楽堂もあつた。

萌気園訪問看護ステーション「ゆいま～る」

ご家族様より

胃癌の摘出手術をしてから三年間の闘病生活が始まりました。膵臓への転移、抗がん剤治療、入退院の繰り返しで「家に帰りたい」が口癖のようにになりました。

在宅医療を決めた時は不安しかありませんでした。最期の看取りをどうするかとなった時は、病院に行ったら「さようなら」「ありがとう」が言えず独りで逝ってしまうよと言う娘の言葉に動かされ家で最期まで見ようという覚悟ができました。

後悔だけはしたくなかったので、家族で精いっぱいのお事をしようと思いました。在宅医療は不安ばかりでしたが巖志先生や訪問看護の看護師さん、診療所の看護師さん、薬剤師さんが協力して訪問をしてくれたりいつでも相談にのってくれて、手厚くしてもらいありがたいばかりでした。今では、在宅医療にして良かったと思っています。

心残りがあるとしたら…田んぼが好きなのだから新米を食べさせたかったかな。（と、笑ってお話をしてくださいました）



主治医 巖志先生より

三ヶ月間、Kさんの主治医を担い、お看取りまでさせていただきました。癌が全身に広がり様々な症状が現れる中、ご家族は自宅で見ることによる大きな不安を抱え、最期まで自宅で…は難しいのでは？と。麻薬などによる苦痛緩和

がなされる中、来年小学校入学のお孫さんと少し早い入学記念写真を撮ったり、結婚式をまだ挙げてなかった娘さんがウェディングドレスを着て記念撮影をしたりと、残された短い時間の中でご家族の愛情がこもったイベントが行われました。医師、看護師、薬剤師はインターネットで密な情報交換をしながらKさんの苦痛緩和、ご家族の支援に徹しました。ご家族と医療チームが丸となりKさんの『最期まで家に居たい』を叶えることができました。三ヶ月という短い期間でしたが、心温まる『家族の絆』に触れながら、Kさんの人生の最期に関わることができたことに感謝いたします。

ゆいま～る管理者 千喜良 妙紀より



Kさんは現疾患により、大きな病院で治療をされていましたが…。最期にご自宅と希望され、私たち訪問看護が支援をさせていただきました。

在宅医療中、麻薬による疼痛コントロールができており、娘さん夫婦とウエディング写真を撮ったりもしました。一緒にお茶を頂きながら昔話をしたり、ご自身が余命を感じ取り一緒に涙したことが思い出されます。ご家族様が、本当に温かい方達でいつもKさんの近くにいて励ましておられた様子が忘れられません。Kさんは訪問させていただく際にいつも「ありがとね」とおっしゃってくださいました。

訪問看護ステーション「ゆいま～る」が、少しでもKさんの残された人生のお手伝いをさせていただくことができ私達も感謝の思いでいっぱいです。



もえぎ夏祭り in 浦佐診療所



8月27日にもえぎ夏祭りが浦佐診療所敷地内で開催されました。当日は暑い中、多くの地域の方に来ていただき、ありがとうございました。感染症の影響で2020年21年22年と開催を中止していて、4年ぶりの開催でした。

今回、今までと大きく違うことが3つありました。1つ目は浦佐診療所で開催したことです。浦佐での開催は初めてで不安もありましたが、無事に終わることが出来て良かったです。2つ目は日曜日の日中に開催したことです。今までは土曜日の夕方から開催していましたが、日中でも多くの地域の方に来ていただき良かったです。3つ目はキッチンカーを呼んだことです。過去にもキッチンカーを呼んだことはありましたが、3台のキッチンカーに来ていただいたのは初めてだと思います。いつもとは違う雰囲気のもえぎ夏祭りになりました。



これからも誰もが目を奪われていく、完璧で究極な、もえぎ夏祭りができるように頑張っていきます！

もえぎ夏祭り実行委員長 諸橋 滉哉



COMMUNITYFRIDGE

みんなの食堂



10/1
(日)



写真はイメージです

三陸産シラス
コロツケ弁当

時間: 11:30~ 大人: 300円・小人: 無料
場所: 大和通所介護「地蔵の湯」

事業所紹介

萌気園大和通所介護 「地蔵の湯」

地蔵の湯では、職員と利用者さんが一緒になって、毎月四季折々の作品作りと飾り付けを行っています。

9月はぶどう狩りのシーズンに合わせて、地蔵の湯でもとってもおいしそうなぶどうが実りました。

また行事にも力を入れており、8月は夏祭りを開催し手作りのお神輿が大活躍でした。これからも、皆さんに喜んでいただけるように、職員一団となり楽しいことを企画していきます。



地蔵の湯 夏祭り



手作り神輿



ぶどうがいっぱい!



ボランティアの方の
安来節



壁掛け朝顔と金魚



壁掛けひまわり



うちの利用者さん

通所リハビリセンター浦佐

平成17年、脳梗塞を患い、右片麻痺となる。平成25年利用開始され10年が経過。

利用中、ハーハーと息をきらせ、自分のプログラムに精一杯励む姿が印象的な文江さん。週2回のリハビリセンター以外にも、毎週末に行われている水泳教室、月1回のボッチャなどで体を動かし楽しんでいます。また、障害者協会の役員を担っていたり、毎年24時間テレビの募金活動に参加。いろんなことに参加することが好きと話されています。

その他、利き手交換をした左手で『絵画』や『書』などの作品制作も励んでいます。

なぜそこまで頑張れる？

「後遺症は残る。だけどなるべく体力を落としたりたくない。これ以上悪くならないようにしたい。」

「今でも病気になった悲しさで涙が出る。」との心境も語られました。

これからも無理しない程度に運動を楽しんで頂きたいと思います！



中島 文江様



編集後記

萌気園二日町診療所「曼陀羅華」
石沢 知美

今月いっぱい2年間の広報誌編集委員の任期満了を迎えることになりました。

広報誌編集に携わることで、自分の配属された事業所だけではなく法人内の様々な取り組みについての情報を知ることができ、自分の働いている法人や職場について普段の業務とは少し違った角度から客観的に見ることができたので、大変貴重で良い経験になりました。

今年は4年ぶりのもえぎ夏祭りも開催され、萌気会の取り組みも益々盛んになっていくと思います。

今後は後任の方を支えながら、活気とワクワクが溢れる萌気会の魅力を広めるお手伝いをして参ります。今までありがとうございました。

今月号も最後までお読みいただきありがとうございました。



インフルエンザ予防接種のお知らせ

○ 浦佐診療所 ☎ : 025-777-5222

接種開始	時間	月～金	土曜	日曜	祝日	妊婦
10月2日 月曜日 開始	午前 8:30～11:00	○	WEB予約 優先	×	×	接種可
	午後 4:30～5:30	WEB予約 優先	×	×	×	

- ・接種は WEB 予約の方を優先させていただきます。
- ・予約している方は、接種当日受付でお申し出下さい。

浦佐診療所 WEB 予約はコチラ➡
9月19日(火) 9:00 予約開始



○ 二日町診療所 ☎ : 025-778-0088

接種開始	時間	月～金	土曜	日曜	祝日	妊婦
10月2日 月曜日 開始	午前 8:30～11:30	○	○	×	○	接種不可
	午後 4:00～5:30	○	×	×	×	

- ・午後の一般診療も併せてご希望の方は、4:30 開始となりますので、ご了承ください。

○ 接種同意・同伴

年齢	保護者等署名	保護者等同伴	・未成年者が一人で来院の際は、急変時の対応のため保護者の連絡先を確認します。 (保護者は接種時に連絡が取れるようにしてください。)
16歳～18歳	不要	不要	
1歳～15歳	必要	必要	
0歳児：0歳	接種を受付けておりません		

○ 接種料金

年齢	区分	接種回数	1回料金	合計料金
65歳以上①	新潟県内在住 ※保険証か免許証を持参願います	1回	1,650円	1,650円
	65歳以上②		3,500円	3,500円
60歳以上障がい者	障害要件該当者		1,650円	1,650円
13歳～64歳	一般		3,500円	3,500円
3歳～12歳	小児 ①	2回	2,700円	5,400円
1歳、2歳	小児 ②		2,000円	4,000円

- ・小児はできるだけ早めに1回目の接種を行ってください。
- ・65歳以上で南魚沼市以外にお住まいの方は受付にて予診票をお渡します、お声がけください。

○ お願い事項

- ・一般、小児の方は萌気会以外の予診票はご使用できません。
- ・予診票を各診療所に用意してありますので、必ずご使用ください。
- ・12月末までに接種されることをお勧めします。
- ・予防接種の効果があられるまで2週間ほどかかります。
- ・月曜日の午前中は更に大変込み合いますので、会計までにお時間を頂戴する場合がございます。予めご了承くださいませようお願い申し上げます。
- ・来院する時はマスクの着用をお願いいたします。

