

泉だより vol. 82

発行／医療法人 栄和会 広報委員会

2022.6月



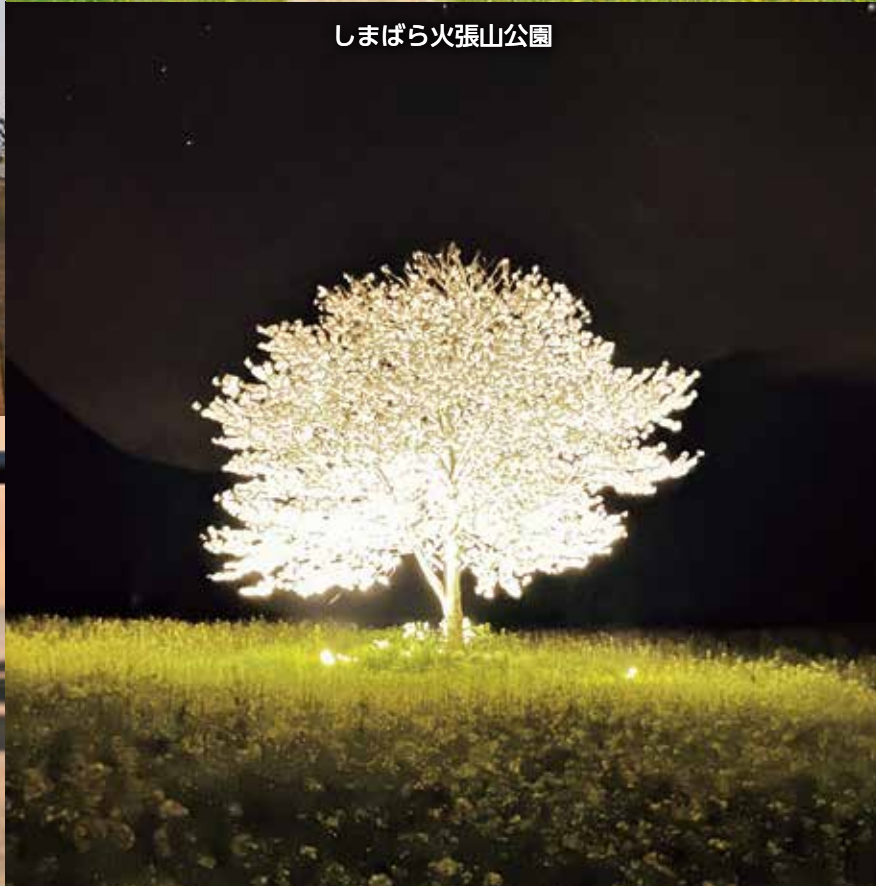
雲仙市 国見町



しまばら火張山公園



島原市有明町 日本国内で海に近い鉄道駅のひとつ
【 島原鉄道 大三東駅（オオミサキエキ） 】



3回目の新型コロナウイルスワクチン個別接種を泉川病院で実施中。
コールセンターからご予約をどうぞ。

【栄和会 経営理念】悩める人を癒し、苦痛を和らげ、心を慰め、そして病気の予防を

なぜ3回目の新型コロナウイルスワクチン接種が必要なのか？

日本国内で接種が進められているワクチンは、デルタ株等に対して感染予防効果や、高齢者においては重症化予防効果についても、時間の経過に伴い、徐々に低下していくことが示唆されています。3回目接種により、感染予防効果や重症化予防効果等を高めることが、臨床試験や様々な疫学研究で報告されています。

3回目接種に使用するファイザー社、武田モデルナ社のワクチンは、いずれも同じmRNAワクチンという種類のワクチンです。オミクロン株に対する1・2回目接種による効果は、時間の経過により低下しますが、3回目接種で効果が維持されるので、3回目接種をした人の方がしていない人よりも、新型コロナウイルスに感染する人や重症化する人が少ないと報告されています。

ワクチン接種を希望される方は、お住まいの市区町村から3回目の接種券等が送付されましたら、下記のコールセンターから電話又はインターネットで予約を行ってください。

(厚生労働省HPから参照)

新型コロナワクチン個別接種について

・個別接種・集団接種の電話予約は全てコールセンターで受け付けます。

お問い合わせ先：コールセンター ☎ 050 - 3629 - 1269

※受付時間：AM 8時30分～17時まで（月～土曜日受付可）

・インターネットでの予約は下記の外部リンクにアクセスしてください。

<https://vaccines.sciseed.jp/minamishimabara-city>

泉川病院では新型コロナウイルス個別接種を行っています。

開催日 2022年5月から毎週木曜日午後外来で実施予定（祝祭日は実施不可）

（病院1Fロビー会場での接種は4月で終了。急遽日程変更になる場合がございます。予めご了承ください。）

会場は泉川病院1F外来、日程により変更有りますが15時以降に開始予定です。

病院正面玄関で検温・過去2週間の行動履歴を口頭で確認をさせていただきます。

お手数ですがご協力の程よろしくお願い致します。

会場には**注射しやすい服装（簡単に脱げて肩が出せる服装）**でお越しください。

NHK長崎の取材がありました



- ・日 時 2022年1月27日(木) 19時半～20時
- ・放送局名 NHK長崎放送局
- ・番組名 新型コロナ特番 ～命を守るために～
専門家に聞く第6波とオミクロン株



当院は新型コロナウイルス感染症について、NHK長崎放送局から取材を受けました。その後、2022年1月27日(木)19時半から【新型コロナ特番 ～命を守るために～ 専門家に聞く第6波とオミクロン株】の番組冒頭で当院のコロナ専用病床の現状が紹介され、逼迫した厳しい医療現場の最前線を地域の皆様へお伝えしました。当院では正面玄関で過去2週間の行動履歴・発熱有無・検温・手指消毒等、多くのことを患者さんにご協力いただいています。引き続きご協力のほどよろしくお願い致します。

フォンテ通所リハビリを利用したら 1ヵ月お金はどのくらいかかりますか？

前号の泉だよりにて通所リハビリテーション紹介をした際、多数の方より「通所を利用した際にいくらかの金額がかかるのでしょうか？」など質問を受けました。今回は、各利用時間が違う中で1ヵ月利用した際の要支援1、要支援2、介護度1、介護度5の方の1日利用（9:30～16:00）と短時間利用（9:30～13:00）の利用料金の目安を載せていきたいと思います。

※ご利用条件※ フォンテ通所リハビリテーション1ヶ月利用、介護保険1割負担の方の場合

要 支 援 1	(例) 週に1回利用（9:30～16:00）、 食事あり：1か月に4回利用の場合	¥ 4,599-
要 支 援 2	(例) 週に2回利用（9:30～16:00）、 食事あり：1か月に8回利用の場合	¥ 8,809-
※ 利用時間に関わらず定額です。食事代については利用した回数です。		
要 介 護 度 1	(例) 週に3回1日利用（9:30～16:00）、 食事・入浴あり：1か月に12回利用の場合	¥ 17,103-
	(例) 週に3回短時間利用（9:30～13:00）、 食事・入浴あり：1か月に12回利用の場合	¥ 14,100-
要 介 護 度 5	(例) 週に3回1日利用（9:30～16:00）、 食事・入浴あり：1か月に12回利用の場合	¥ 24,277-
	(例) 週に3回短時間利用（9:30～13:00）、 食事・入浴あり：1か月に12回利用の場合	¥ 18,535-
※ 上記の要介護度については、1～5まで対応しています。要介護度によって負担額も変わります。 ※ 介護保険負担割合証に記載された割合によって、金額が変更になります。 ※ 2022年10月に介護報酬が改定された場合、金額が変更になります。		



通所リハビリの日常風景



昼の食事の一例です

※ご不明な点や詳しい内容をお知りになりたい方は、
泉川病院通所リハビリ・
フォンテ通所リハビリの
担当者へお尋ねください。
TEL0957-72-6123（代表）

～送迎範囲～

【島原市（有明町除く）・深江町・布津町・有家町・西有家町】 ご自宅まで送迎いたします。

Stay Home

生き活き！みんなの体操

No.5

自宅の中でやってみましょう！【足指じゃんけん】



【グー】

足指全体を曲げて力をいれる。慣れるまでは足がつるので、力加減に注意して下さい。



【チョキ】

親指は上に上げ、それ以外の4本は下へ曲げる。



【パー】

足指全体を広げる。足指の間がしっかりと開くように。手の指を使って広げてもいいです。

慣れるまでは、グーとパーを繰り返しましょう。慣れてきたら、間にチョキを入れ、リズムよく動かしましょう。

「足指じゃんけん」とは文字通り、足の指でグー・チョキ・パーの形を作ってじゃんけんすることです。一見簡単そうですが、やってみるとなかなか難しいものです。

【目的・効果】

①転倒予防

足指はバランス能力の維持に非常に大きな役割を持っています。立った状態から前方に倒れそうになったとき、足指にグッと力が入り屈がって地面をつかむことで身体のバランスを維持します。

逆に後方へ倒れそうなときは、足指が上に反ることで倒れないよう体のバランスを維持しようとします。

そのため足指を鍛えることで転倒予防につながります。

②歩行速度の向上

人は歩くとき、足指で地面を掴み、蹴り出すことで推進力を生み出しています。足指の力が強いとこの推進力があがり安定して歩行することができるので、足が疲れにくくなります。

③扁平足（へんぺいそく）の改善

足の裏の土踏まず（つちふまず）が少ない状態を「扁平足（へんぺいそく）」といいます。扁平足になると足のクッション作用が上手く発揮できず、疲れやすくなります。

足指を鍛えることでクッションの機能が改善し扁平足の改善にも役立ちます。

（理学療法士 大久保 真里）



脳カトレーニングしませんか？

（解答は7ページ下をご覧ください）

【かなひろい No.2】

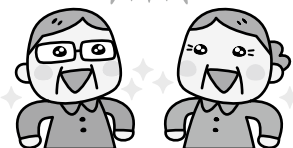
下記の文章から【あいうえお】を選んで○で囲ってください。

かえらない。ぜったいにみのるがくるまでかえらない。これはいじだ。おおくのじかんをまってあいつに、まつろうがいかなるものかをおもいらせてやるんだ。

しかし、それにしてもここまでおそいのはそうないことなので、さすがにしんぱいではある。

みのるはいそいでいた。やくそくのじかんからかなりおそくなり、きはあせりこころしずかにいられなかった。いそぐにもいそげず、むしろいそぎかたがわからないのはこのじょうきょうのおかげだろう。

かれはまにあうようにいえをでた。でんしゃにもおくれずのれた。すべてがくるったのはえきをおりてしばらくあるいていたときだ。うしろのほうでじょせいのこえて「どろぼー」とさけびごえ。みのるははんしゃてきにそいつをとりおさえた。



泉川欣一名誉院長が長崎県教育委員会から表彰されました



2022年2月4日(金)長崎県教育委員会から、深江町地域の学校医として30年以上にわたり数多くの児童生徒の健康管理に尽力し、長崎県教育の振興に大きな貢献を果たしてきた事が認められて、永年勤続者（学校医の部）として表彰されました。栄和会職員一同が喜びにわきました。誠にありがとうございます。

(広報委員会 委員長 弓狩 一紘)

当院の災害医療派遣チームが長崎県雲仙警察署から表彰されました

2021年8月11日から大雨により、13日未明に雲仙小地獄地区で土砂が崩れて住宅2棟が押し流され、3名の方が被災されました。

当院の災害医療派遣チームは、長崎県警察・消防・自衛隊・地元企業の方々と一緒に協力し、3名の行方不明者捜索活動へ参加して医療支援活動を行ったことが認められ、このたび長崎県雲仙警察署から表彰されました。

当院では11年前に災害医療派遣チームを結成し、災害現場へ出動し医療支援活動を行って参りましたが、初めて表彰されたことで、責任を強く感じました。今後はより一層努力を重ねて、災害時に困っている方々にお役立てできるよう全力で取り組んで参ります。

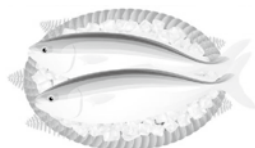




第 24 回 Smile

健康レシピ

ぶりのペッパーステーキ ～オレンジソース添え～



1人分のエネルギー	301kcal
蛋白質	18.0g
塩分	0.9g

材料 (2人分)

ぶり（切り身） 2切(1切80g程度)
塩（ぶり下味用） ひとつまみ
玉ねぎ 1/2個
バター 大さじ1弱

A [小麦粉 小さじ2
粗びき黒こしょう 少々

B [100%オレンジジュース 60ml
はちみつ 小さじ1
うすくち 小さじ1/2

（付け合せ）
ベビーリーフ 10g

作り方

- ①ぶりは塩を振って10分程おき軽く汁気を切って混ぜたAを全体にまぶします。
- ②玉ねぎは1cm幅のくし切りにします。
- ③フライパンにバターを入れて中火で熱しバターが溶けたら、ぶり・玉ねぎを入れ加熱し火が通ったら取り出します。
- ④小鍋にBを入れて中火で加熱し 半量くらいになるまで煮詰めます。
- ⑤器に玉ねぎ、ぶりを盛りつけてベビーリーフを添え④のソースをかけたら完成です。



ぶりは魚の中でも脂が多く、その脂にはDHAやEPAといった血中コレステロールや中性脂肪を下げる効果があり多価不飽和脂肪酸がたくさん含まれています。
動脈硬化や心筋梗塞といった疾患の予防効果があります。

ほうじ茶豆乳プリン

材料 (2人分)

無調整豆乳 200ml
砂糖 小さじ1強
ほうじ茶（茶葉） 4g
A [粉ゼラチン 小さじ1強
水 大さじ1強
黒みつ 大さじ1弱

作り方

- ①Aの水にゼラチンを振り入れふやかします。
- ②豆乳の半量を鍋に入れて弱火で温めます。
豆乳が煮立つ直前に茶葉を加えて、2～3分煮出します。
- ③②を鍋に濾し入れて弱火で温めます。砂糖と①のゼラチンを加えて混ぜながら溶かし、残りの豆乳を加えて混ぜ合わせます。
- ④器に③を注ぎ冷蔵庫で2時間程冷やし固めます。
- ⑤仕上げに黒みつをかけて完成です。



1人分のエネルギー 79kcal
蛋白質 5.5g

粉ゼラチンをくす粉大さじ2弱へ変更すると温かいデザートとして食べることができます。
また、上にゆずの皮を飾るとより季節を感じられるデザートへアレンジすることもできます。



新入職員のご紹介

はじめまして。4月から健診室の医師として赴任した「山北 俊英」と申します。本来は麻酔科が専門でしたが、その後口之津で内科クリニックを開業していました。

趣味は読書で、特技は文庫本4ページを1分間で読めます。さらにクイズ好きも大好きで、将棋は長崎県で準優勝したことがあります。

昨年から「脊柱管狭窄症」を患い無症状の時もありますが、用心して歩くため窓ガラスに映った我が身を見ると、姿勢の悪さに冷や汗がタラリとします。

こんな私ですが、島原半島地域に住む皆様の病気の予防にお役に立てるよう、頑張ってくださいのようよろしくお願いいたします。



医師 山北 俊英
健診室医師
(内科・麻酔科)

4月から勤めることになりました内科医の「嶋田 定嘉」です。これまで主に消化器の急性期医療に携わっていましたが、前の病院では特別養護老人ホームの診療を経験し、介護を要する慢性疾患の終末期、人生の終末期の医療も大切であることを実感しました。

泉川病院には老健が併設されていることを知り、ここでの診療を希望したところ、こころよく引き受けていただきました。入職式で同時に入職された若い方々の希望に満ち生き生きした姿を見て私も初心（研修医）にかえり、気持ちを新たにしました。

これから泉川病院で頑張っていきたいと思しますので、どうぞよろしくお願いいたします。



医師 嶋田 定嘉
介護老人保健施設
フォンテ施設医師
(消化器内科)

今年度から着任になりました「森尾 瞭介」と申します。4月より泉川病院で呼吸器内科を担当させていただきます。専門の呼吸器内科一般はもちろん、内科医として幅広く内科疾患の診療に対応できるよう精進して参ります。泉川病院には赴任したばかりのため、外来でお待たせすること多いかもしれませんが、地域の皆様のために精一杯頑張りますので、どうぞよろしくお願いいたします。



医師 森尾 瞭介
呼吸器内科



内田 乃絵(事務員)



前田 紗季(事務員)



焼本 優哉(事務員)



島田 真希(理学療法士)



松川 太一(理学療法士)



前田 かのん(調理員)



珠林 美祐(看護師)



高木 琴野(看護師)



中村 朱里(看護師)



植木 菜里(看護師)



高木 なつみ(看護助手)



隈部 あいら(看護助手)



近藤 砂羽(管理栄養士)



北岡 優(管理栄養士)



小川 麻弥(介護士)



山村 沙綾(介護士)



安藤 伸二(介護士)



馬場 秀樹(管理部・運転手)

職員紹介 18

入職してから透析室にお世話になり、早いもので6年が経ちました。以前より、姉で看護師の池上せつが当院で働いていますが、私の入職当時は、経験したことがなかった医療の仕事に携わるため、未知の世界で覚えることも沢山あり大変だと思いました。しかし、実際は感心させられることも色々あり、毎日が新鮮な感じだったことを思い出します。

看護補助者の仕事は、患者さんの介助、透析業務がスムーズに行えるように準備を行うこと、環境整備、その他にも様々な業務があります。時には透析室職員の方々に助けてもらいながら、仕事に励んでいます。もちろん家族の助けもあります。とは言っても、現在は子供達も自立したので夫と2人暮らしです。

老後も近くなってきており、今までこれといった趣味はありませんが、これからゆっくり探していければと思っています。コロナ禍で厳しい状況ではありますが、栄和会職員の方々と家族と協力しながら乗り越えて、これからも心身ともに元気で過ごしていきたいと思います。



透析室 看護補助
楠田 みや



家族と一緒に

地域清掃活動



2021年12月4日(土)にエコ推進委員会主催の地域清掃活動を開催しました。場所は、南島原市加津佐町から雲仙市国見町までの国道251号線沿い(約50km)で行いました。当日の天候は少し寒くはありましたが、149名の職員が午前・午後と分かれて、清掃活動に従事しました。普段は通勤で何気なく通る道ですが、タバコの吸殻・空き缶・ペットボトルなど、たくさんのゴミを見つけて回収しました。清掃活動を通して地域の環境に関心を持つ事で、私達も生活を営む限りは、多かれ少なかれ周囲の環境を汚していることを自覚させられました。

そのため、これからは地球や地域環境に気を配る気持ちを醸成できればと考えています。今後も地域社会の一員として、私達が生活する場所を自らの手で綺麗にしていけるように、積極的に活動を行っていきます。

エコ推進委員会 委員長 土橋 知幸



ご寄付・差し入れに対するお礼

この度は、栄和会へのご寄付・差し入れなどのご配慮をいただきまして、心より感謝を申し上げます。ご寄付や差し入れいただいた品々は、栄和会で大切に使用させていただきます。依然として、新型コロナウイルス感染症の緊張状態が続く医療現場のスタッフにとって、地域の皆様から温かいご支援やご声援が何よりの励みになっています。

これからも栄和会職員が一丸となって、島原半島の安心・安全な医療を提供できるよう努めて参ります。今後ともよろしくお願い申し上げます。(広報委員会 委員長 弓狩 一紘)

