ホスピタウン便り

発行責任者　ホスピタウン事務局
VOL74　平成 27 年 10 月

真誠会創立27周年記念行事
聖路加国際メディカルセンター 理事長・医療法人真誠会 名誉理事長

日野原重明先生104歳誕生記念講演

「高齢社会をしなやかに強く生きてゆくために」

社会福祉法人　真誠会
医療法人　真誠会　　理事長 小田　貢

平成 27 年 10 月 4 日、日野原重明先生は 104 歳の誕生日を迎えられました。

10 月 4 日の 104 歳ということは、104 が二つ重なるという奇跡の誕生日なのです。

さて、このようなめでたい奇跡の誕生日を記念して、去る 10 月 4 日、真誠会小田貢理事長が、弓浜ホスピタウンで、日野原重明先生 104 歳誕生記念講演を行いました。

講演のタイトルは「高齢社会をしなやかに強く生きてゆくために」でした。

この講演の最大の目的は、小田理事長が日野原先生の弟子として、日野原先生の理念、哲学を次世代に広め伝えることでした。当日は真誠会のスタッフで出席が可能な 250 人に加え、住民の皆さん約 300 人、また「新老人の会」の会鳥取支部会員からの参加がありました。

講演に先立ち小田理事長が指揮をとり、500 人で「ハッピーバースデー　日野原先生」を大合唱しました。

講演の中で小田理事長が話したことは日野原先生の今までの歩み、また日野原先生が「新老人の会」でモットーにされている「愛し愛されること、創めること、耐えること、そしていのちと平和の大切さを後世に伝えること」を中心に講演を行いました。

また、会場には日野原先生の年表が掲示してあり、その長さは 8 メートルにもなり、日野原先生の歴史の長さを示すものでした。

講演の最後には小田理事長が日野原先生から学んだ、名言、格言、教えを「私を支えたときめきの名言集」として全員に配布されました。これを配布することにより、日野原先生の教えを確実に聴衆の皆さんに伝わることを願ってのことでした。

講演の最後には、日野原先生の社会活動（日本ユニセフ協会大使）を支援するという趣旨で、現在世界で問題になっているアフリカ難民の子ども達を救うために寄付を募り、ユニセフに送ることになりました。

地域ケア会議のモデル地区を造る意義について

医療法人・社会福祉法人真誠会
理事長　小田　貢

これから更に進行する超高齢社会の健全な存続の為に、地域包括ケアの大切さが言われています。

地域包括ケアの要素として一番大切なものは、「自助・互助・共助・公助」の4助のうちで、最も重要視されているのが「互助」です。この互助こそが地域包括ケアが成功するかどうかの鍵を握っているのです。

互助とは、その言葉通りお互いに支え合い助け合うことですが、地域包括ケアにおける互助とは、それぞれの地域でお互いに助け合って、共助、公助では埋めきれない部分を補い、バランスのよい、いつまでもそして独りになっても、身体が不自由になっても、可能な限り住み慣れた地域で安心して暮らしていけることです。

しかしながら、日本は核家族化、バブル経済などで、昔ながらの隣近所の助け合いの社会は次第にご近所でも疎遠になり、お互いのことには干渉しない社会になってきています。この間、社会保障制度が充実していたので、地域における助け合いがなくても何とか一生を終えることができたのです。

ですが、今回再び助け合いの社会を、人工的に再構築することは非常に困難なことです。

ましてや地域住民に対し福祉の制度、介護保険の制度、そして今回の地域包括ケアに対する理解、地域ケア会議の理解を深め、それを実行するにあたってリーダーシップとなる人材が不可欠です。このように様々な課題、問題があるために、地域住民だけの力で自主的に立ち上げることは至難の技と言えます。

それを補うためには医療福祉の多職種をもつ医療、社会福祉法人が支援すること、そして、特定の地域でモデル的な地域ケア会議を立ち上げ、その会議の運営を支援し、実際に部分的には助け合いや、問題の抽出、それに対する解決の力としての地域の資源のマッチングを行う必要があると思います。言い換えれば、助けを必要とする側（需要）と助ける人間、組織（供給）のマッチングのノウハウを提供し、部分的には助けを供給することが必須だと思います。

また地域ケア会議を立ち上げるにも、「大」は中学校区単位のもの、「中」は公民館（小学校区）単位、そして「小」は自治会単位のものが考えられます。

真誠会は現在、公民館単位の地域ケア会議設立の支援として米子市和田町でモデル作りの支援を、そして自治会単位の地域ケア会議の設立の支援として真誠会セントラルクリニックの地元である、御建自治会での地域ケア会議の設立を支援しています。

それらの地域ケア会議が今後モデルとして他の自治会などに対して多少なりとも参考になり、米子市、あるいは広く鳥取県の各地域における地域ケア会議の設立、そして引いては各地域における地域包括ケアが実現、充実していくことを願っています。

第 1 回御建地域ケア会議　北村代表の挨拶

今本格的に始まるリハビリテーション革命

生活機能向上に徹したリハビリテーション

医療法人・社会福祉法人真誠会
理事長　小田　貢

今まで介護施設、通所施設におけるリハビリテーションは過去の病院でのリハビリテーションの流れをひいており、もっぱら可動域の向上、脚力の向上など心身機能の向上（心身機能へのアプローチ）中心で、しかも多くの場合画一的なリハビリテーションでした。

しかしながら、本年の介護保険の改定により、単に心身機能の向上だけではなく、食事、排泄、着替え、入浴等が自分自身でできるように、意欲への働きかけと環境調整をすること、次のステップとして掃除、洗濯、料理、外出ができるようになるという、人が生活して行くうえで大切なことが出来るようになること（活動へのアプローチ）を目標としたリハビリテーションが主体になりました。

また次のステップとしては、自分のことは自分で出来るというレベルから、家庭内での役割、そして最終的な目標としては地域へ出て行き、生きがいの持てる社会的な役割をもって生活できるような居場所と出番づくりを支援する（参加へのアプローチ）ことが最終目標となってきたのです。そしてそのような場での活動は単に役割の遂行というクールなものではなく、“活躍”という精神的な高まりを伴う作業になってくるものです。

このように新しいリハビリテーション（と言っても今までもこの概念はありましたが、なかなか実行されてこなかったというのが実情ですが・・）を実行するためには、単に理学療法室とか通所のリハビリの場所で行うのではなく、従来のリハビリに加えて、時には家庭内で（あるいは家庭を模したリハビリスペースで）または、一緒に外出したり、買い物に行ったりするという非常にダイナミックなリハビリテーションを展開する必要があります。

単に心身機能が向上した、ということではなく、今まで自分で出来なかった排泄が出来るようになった、食事の準備の手伝い、掃除の手伝いができるようになった、近所へ買い物に行けるようになった。そして最終的には、リハビリテーションは卒業し、それからは地域の皆さんと一緒にいろいろな活動に参加して、お互いに精神的にそして生活に必要なことで助け合いながら生きて行けるようになることが今回のリハビリテーションの目標であり、これが出来ればまさにリハビリテーション改革なのです。

しかしながらリハビリテーションという言葉自体本来は、出来なくなったことを再び出来るようになることであり、それは私を含めて誰もが知っていることで、革命でもなんでもないのです。

こと高齢者に関しては、出来なくなったことが再びできるようになるほどの回復力があることに対して、確信を持っていなかったため、せめて現状維持をする、そして心身機能の維持向上ができればよい、と思っていたと思います。

しかしながら近年先進的な施設でのリハビリから学ぶことは、高齢者の回復力は私たちが思った以上にあり、希望を捨てないで高齢者を励まし、一緒に力強く歩むことで奇跡的な結果を得ることが出来ることが分かります。今後、真誠会でもこの生活機能向上（生活行為向上、社会参加）のリハビリテーションを、利用者が社会活動に参加し、“活躍”できるように支援したいと思います。

これが真誠会におけるリハビリテーション革命なのです。

お知らせ

第11回「弓浜助け合いネットワーク」の会

「急がれる地域包括ケアシステム、地域ケア会議の構築」

日時：平成27年11月29日（日）午後1時～午後3時30分
会場：弓浜ホスピタウン 2000 年ホール（米子市大崎 1511-1）

基調講演	「地域包括ケアと医療福祉の自給自足」講師：医療法人・社会福祉法人真誠会　理事長　小田　貢 氏
意見交換	地域包括ケアシステムの構築に向けての様々な取り組みについて
各種コーナー企画（予定）	・地域包括ケアシステムに関わるパネル展示・福祉作業所による作品、クッキー等の販売　など

【お問合せ先】弓浜助け合いネットワーク事務局　TEL：(0859) 48-2330

真誠会 リハビリテーションチーム

医療法人・社会福祉法人真誠会のリハビリテーションスタッフは、全員で 32 名です。

今年の９月より、リハビリテーション専門職としてのモチベーションアップと他職種の方や家族の皆様に一目でリハビリ職員だと理解できて相談を行いやすくなるようにユニフォームの着用となりました。いつでもどんな事でもお気軽にお声をかけてください。

真誠会のリハビリは、入所から在宅から通所から予防まで切れ目なく提供出来る体制が整っております。今年の４月より新設されました、『生活機能向上リハビリテーション加算』におきましても、生活機能向上（日常生活動作・社会参加など）についての研修参加した職員がいなければ実施できないようになっておりますが、真誠会では、すでに研修修了職員が 14 名おり、全ての事業所において生活機能向上リハビリが提供出来る体制にあります。また、９月に『より生活機能向上・社会参加に特化したリハビリの提供』という理事長の方針を受け、神奈川県に研修に行くことができました。10 月からは全事業所で『リハビリ革命』を行ってまいります。

医療・介護の情報共有によるシステム連携

医療・介護のシステムをリプレイスしてから1年半が経ちました。

リプレイスした理由の1つが医療･介護の情報共有による連携です。リプレイス前の真誠会もそうでしたが、一般的にどこのメーカーのシステムも医療、介護のシステムは別々であり、スムーズに情報共有することが難しいのが現状です。この度リプレイスしたシステムでも、医療・介護のシステムは別々なのですが、その間に仲介役を司るシステム「MC.net」を介することにより情報共有が可能となります。

医療・介護のシステムも安定稼動し、仲介役システム「MC.net」の構築も完備できたため、現在はテスト稼動を行っております。

現在、課題が1点あり、介護システムにおいて、レセプトのシステム化は完了し本稼動しているのですが、介護記録のシステム化のテスト運用に留まっております。

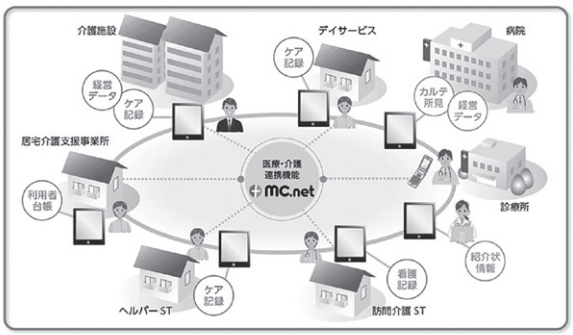
理由として、記録の精査が出来なかったことや、ライセンスや端末の不足によるもので、本稼動までにはいたりませんでした。

この度、もう一度記録自体の見直しや、事業所間の統一性、ライセンス及び端末を増やすことにより、テスト運用から本稼動へのシステム化を図り、出来る限りペーパーレス化を目指す方針で進めていきたいと考えております。

それに伴い、医療・介護の情報共有が可能となり医療・介護が連携し、業務効率につながることにより、利用者様、患者様おひとりおひとりのケアやサービスのお役に立てればと思っております。

真誠会システム担当
吉田　哲宏

真誠会システム担当
山関　茂



患者様の情報を集約し、よりよい診療とケアのためのシームレスな連携を支援します。

イメージ図：ワイズマンホームページより

全国医療雑誌に掲載！！

医療情報誌「クリニック ばんぶう」

特集　診療所の現場から考える「生活」「地域」支援
—生活支援拠点型クリニックの幕開け—

「クリニック ばんぶう」は株式会社日本医療企画による全国版の医療情報雑誌です。このたび、真誠会が取材を受けました。

この雑誌に真誠会が取り上げられたのは今回が初めてではなく、真誠会開業初期に取り上げられたことがあり、約 20 年ぶりの取材でした。開業時もそうでしたが、このような医療雑誌に取り上げられる目的は、他の医療福祉施設に対して影響を与えるような先進的な試みをしていることが必須です。当時は、ホスピタウン構想（医療福祉施設を中心にした健康なまちづくり）はとても先進的で、「ばんぶう」以外の医療情報雑誌にも沢山掲載されました。

それから約 20 年経ってホスピタウンは当初の目標より更に発展してきましたが、ホスピタウンの現状と、これからホスピタウンがどのような未来に向かって行くのかというのが今回のテーマでした。

真誠会は、米子、弓浜、外浜、米子中央の各ホスピタウンを中心に、更なる施設を充実し、それぞれのホスピタウンを中心として地域包括ケアを支え、住民と一体となった高齢社会づくりをする、ということです。

これから先 10 年後、15 年後に再び「ばんぶう」の記事に取り上げられるに相応しい真誠会を造ってゆきたいものです。

第12回日本医療マネジメント学会 鳥取支部学術集会で発表

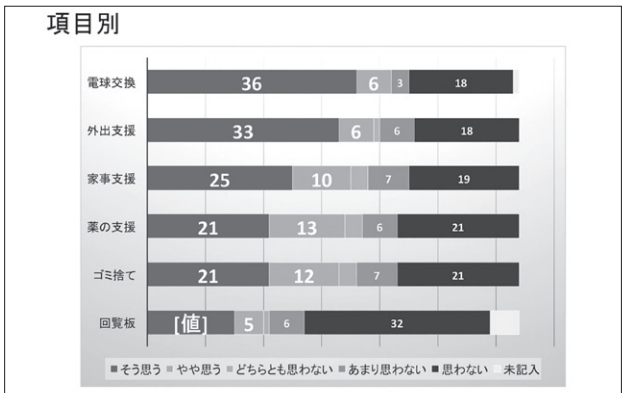
独居・高齢世帯の在宅生活継続の困りごと調査

ケアプランセンター弓浜真誠会
松田　弘子
弓浜地域包括支援センター
松田真利子
竹内奈緒美

介護保険サービスのみでは支援できる内容に制限があり、独居高齢者や高齢者世帯の在宅生活全般を支えることが困難になってきています。その為、有償サービスを提案していますが、世間体を気にされたり、料金が高いなどの声が聞かれ、利用に至らないケースが多いです。

２事業所で担当している独居・高齢世帯（65 歳以上）で要支援１・2、要介護１・２の認定を受け、現在介護保険サービス利用をされている方　64 名を対象に困り事を分析しました。

項目別でみると、電球交換の支援が約 7 割ともっとも多く、次いで外出支援、家事支援、薬の支援、ゴミ捨て支援、回覧板支援となり、支援者別でみると、回覧板はご近所の方の支援を必要としていますが、概ねご家族と専門の事業所で二分しています。



★項目別でみると、電球交換の支援が約 7 割ともっとも多く、次いで外出支援、家事支援、薬の支援、ゴミ捨て支援、回覧板支援となりました。アンケート項目別に結果を見ると電球交換、外出支援では半数以上の人が支援を必要している。

独居世帯や高齢者世帯の男性は、事業所の利用を希望し、高齢世帯女性が家族を希望する結果となりました。一方で、事業所を利用したくても利用できない理由のひとつに経済的な問題を抱えており、経済的負担の少ない事業所を紹介したり、無償で利用できるボランティア組織等にサービスの提供を依頼することも必要と考えます。

今後、介護認定を受けていても、支援を受けられない方に対し、地域住民が支え合えるボランティアのネットワークなど地域づくりが求められています。

和田ふる里オレンジカフェ

～地域の皆さまに支えられて 活発な地域交流の場へその輪は拡がる～

昨年４月１日にオープンしたオレンジカフェは、和田地区の中心的な位置にあり、常時オープン（10時～16時）しています。日常的に交流も多く、自治会会合や地域いきいきサロン、同級生仲間会、近隣同士等の皆さんに気軽に立ち寄っていただいております。

月例(毎月第３水曜日）の集いは、地域民生委員、認知症サポートリーダーの方々と「世話人会」を構成して企画を行ない、よな GO!GO! 体操、折紙、昔の手遊び、認知症 DVD 鑑賞と意見交換、脳活性、タッチパネル等の内容で活動をしています。

また、地域の方々にひとりでも多く認知症を理解していただくための「認知症サポーター養成講座」を6月に実施。次回は11月に開催予定です。

地域の認知症を含む高齢者の方々が、住み慣れた地で安心して暮らすための地域の拠点として、その輪をさらに拡げていきたいと思います。

お気軽にお立ち寄りくださいませ。お待ちしております。

「認知症サポーター養成講座」を受講する地域住民。寸劇で笑いもあり、認知症の理解を深めました

米子オレンジカフェ

地域交流から地域包括ケアへ

今年度の米子オレンジカフェでは、「積極的に地域に出向き、顔なじみの関係になる」ことに力を入れ、そこからオレンジカフェとしての役割を発揮していく事を目標に揚げています。

５月ペタンク大会（竹宮、谷田）、６月ソフトバレー大会（谷田）、７月キックベースボール（竹宮、渡辺、谷田）が開催され、河崎公民館活動に参加し、地域の方との交流を図っています。

７月 11 日は、ゆうとぴあ河本副看護師長より、「暑い夏、脱水・熱中症に注意。もし脱水・熱中症になったら……」その対応策についての講義があり、27 名の方が参加されました。

８月 22 日には、地域交流会を開催。小田理事長の「一人になっても安心して暮らせる町づくり」について講義を受けたあと、食事、カラオケを交えながら地域の方と楽しく過ごすことができました。

理事長の講義の後、「高齢者を地域で支えるためには何が必要かを皆で考えないといけないのでは」との声があり、それを受け、第１回御建地域ケア会議が、９月 12 日開催、自治会長、副自治会長、野坂県議会議員、加茂地域包括支援センター等参加され、活発な意見交換があり、盛り上がりました。今後は、御建地区でアンケート用紙を配り、これから何が出来るのか、助け合いの町づくりを目指して動き出しています。

ゆうとぴあ　河本副看護師長による、熱中症予防の講演

小田理事長講演「一人になっても安心して暮らせる町づくり」

米子中央オレンジカフェ

平成27年9月13日、「新老人の会」の会 鳥取支部、真誠会セントラルレジデンス入居者、ご家族を対象にオレンジカフェを行い、二つの講演会がありました。普段聞けない内容で、皆が興味津々。とても良い学びの場になりました。

高野歯科医院　副院長
高野由美先生

『知って得する！お口の㊙情報＆㊙トレーニング』

高野歯科 副院長 高野由美先生の「身体の中で一番硬いところはどこでしょう……?」という質問で始まった講演会。答えは、「歯」なのですが、客観的にどれくらい固いかというと、モース硬度（物質の硬さを示す数値）7～8だそうです。物質のなかで一番硬いとされるダイヤモンドが 10 ということなので、かなり固いことがわかります。

この硬い歯も 20 歳ごろまでは、「軽石期」と呼ばれていて少しづつ硬さを増していく時期で、35 歳ごろまでを「硬い歯の時期」呼び、それ以降「軽石状態」に返っていくことを聞きました。歯も老化していることを改めて認識する良い機会でした。

その歯を支えるためには、口の周りの筋肉や舌の筋肉を鍛えることが重要であることを学び実践方法を学習しました。

舌のスポットポジションを意識すること、その一部をご紹介します。

※口腔筋機能療法（ＭＦＴ）の実践※

1　舌は上（スポットポジション）
2　舌は、スポットポジションで口を閉じる
　（無理をしないで軽く閉じる）
3　上下の歯を食いしばっていたら歯は離す。
　（このとき舌はスポットポジション）
4　一日に何度も笑う。（アハハ、エヘヘオホホ→上下の歯がそれだけでも離れて歯や口の筋肉が緩んで安静が測られる。）

毎日、続けることが大切だと教えていただきました。
そして、歯茎に全身につながる“つぼ” があることも新発見でした。

老後破産、老人漂流しないために
ーあなたは準備が出来ていますかー

小田理事長の講演は、とても危機迫るタイトルであり、超高齢化社会を迎え誰もが「老後破産」に陥る可能性がある。年金生活だけでは暮らしていけない、十分な預貯金が「ない」「少ない」、 頼れる人が「ない」、など様々な問題があります。いかに老後の備えをすべきか、定年してからでは遅すぎる、病気はしないように食事、運動に気を配る。残された人生を有意義に過ごすためにとても参考になる内容でした。

オレンジカフェ

介護が必要になる前から健康について気軽にお茶を飲みながら、話や相談ができる地域の皆様の憩いの場です。（開催日時をお電話でご確認後、お気軽にお立ち寄りください）

米子中央 オレンジカフェ
西福原 8-16-66
真誠会セントラルレジデンス
電話：30-3917

米子 オレンジカフェ
河崎 581-3
米子ホスピタウン
電話：48-2336

富益 オレンジカフェ
富益町 235-8
富益しあわせデイサービス
電話：25-6811

弓浜 オレンジカフェ
大崎 1511-1
弓浜ホスピタウン
電話：48-2330

和田ふる里 オレンジカフェ
和田町 1722
電話：21-7119

冨士見町 オレンジカフェ
冨士見町 6-6
真誠会ローズガーデン
電話：30-2288

半年、経過して・・・

看護・介護統括部長
俵　智恵美

早いもので入職して半年が経ち、さわやかな春風が秋風の踊る季節となりました。

理事長はじめ職員の方々に支えられ勤めることができたことに改めて感謝いたします。

この半年間、利用者・職員と毎日、触れ鳥取大学医学部附属病院では手の届かなかった在宅医療・福祉の現場で働いていることが実感できる毎日です。

会議や委員会、入居判定会議、チームカンファレンスに参加し管理的な視点での課題を発見し解決策を職員と一緒に考え、取り組ませていただいています。

5月には西部地域の急性期病院、回復期病院、施設からの紹介を速やかに受け入れができる事と本法人施設の空床を有効かつ効率的に利用し稼働率向上を目的として小山雅美連携センター長を中心にしたベッドコントロール会議をシステム化しました。これはがスカイプを活用し毎週月曜日の10時から開催し成果が得られています。

また、出足は遅れましたが、事業所長を中心に3年間、学習してきた管理術（BSC：バランスト・スコアカード）を用いて各事業所のうりを活かした事業所目標を設定しました。平成27年度、後半はこのBSCの成果が出せるよう支援をしていきたいと思っています。

今、地域包括ケアシステムの推進が本格化する中で本施設の看護・介護士の在宅思考はまだ、まだ薄いのが現状です。鳥取県看護協会が8月から取り組まれている看護職連携構築モデル事業（目的：米子西部弓浜地区の看護職ネットワークの構築・多職種との連携に基づく地域包括ケアの推進を図る）に参画させていただき強化を図りたいと考えています。

毎週月曜には、ホスピタウンの各施設のベッドコントロール会議を開き、
入退院支援がスムーズに行えるよう調整を行っています。

また、次年度に向けて介護予防事業・日常生活支援総合事業についても職員の強みを活かした取組みができるよう頑張っていきたいと思います。

環境宣言　有限会社メディカルフロンティア
厨房の生ごみを肥料へ

有限会社メディカルフロンティアでは、真誠会の厨房から排出される大量の生ゴミについて、以前は経費等を考慮し焼却処理を専門業者に依頼していました。

しかしながら、環境保全の重要性を認識し環境負荷の軽減を積極的に取り組むため、今では食品循環資源堆肥化施設に運び込み生ゴミの堆肥化を行っています。今後はこの施設で生産される有機質堆肥を利用している農家から直接野菜を納入することを検討しています。

今回、環境保全と事業の共存を図ることについての「環境宣言」を行い、TEAS Ⅲ（鳥取県版環境管理システムⅢ）に申請し登録しました。

真誠会ホームページリニューアル

真誠会では、インターネット利用者が増加している状況を踏まえて、法人のホームページを8月からリニューアルしました。

真誠会グループは、医療･介護で幅広い事業展開を行なっており、皆様にわかりやすいホームページを目指しました。そのため、サービス種類ごとのページを設定し、利用者及びそのご家族が目的に応じて調べやすいホームページになっています。また、親しみやすく見やすいページとするため、写真を増やしデザインも工夫しています。

今後は、各施設の行事予定をタイムリーに掲載するとともに、施設での利用状況を掲載し、ご家族にとって見たくなるホームページを目指して改善を行なってまいります。ぜひ、真誠会のホームページをご覧ください。

QR コード
はこちらから

http://www.hospitown.or.jp/

仕事と家庭の
両立を目指して

就労環境福利厚生充実 in 真誠会

真誠会グループでは、増加する高齢者の介護ニーズに対応するため、働く職員のワークライフバランスの充実を目指しています。

良いサービスを提供するためには、職員が安心して働ける職場作りが必要であると考え、時間外勤務の削減及び休暇取得促進を行なっています。特に育児休暇の取得率は１００％になっており、多くの女性が短時間勤務を利用し、出産後も続けて勤務しています。

また、職員のキャリアアップを積極的に支援しています。真誠会独自の奨学金制度を活用した看護師資格取得支援及び社会福祉士・介護支援専門員・介護福祉士等の専門資格取得支援のため社内勉強会を実施しています。

更に、施設内の本格的フィットネスマシンを手軽に利用できる制度を設けており、職員の健康増進に役立っています。

真誠会グループは今後も職員が働きやすい職場作りを目指します。

本格的なフィットネスが月額1,000円で楽しめます

仕事やプライベートの相談に利用できる、相談室

平成25年に完成した、職員専用のカフェルーム

●ワークライフバランス支援
・就業支援体制
・育児支援体制

●働きながらの資格取得支援
・介護福祉士、介護支援専門員
認知症ケア専門員、社会福祉士
など

辻田耳鼻咽喉科　院長
辻田 哲朗

105歳スプリンター

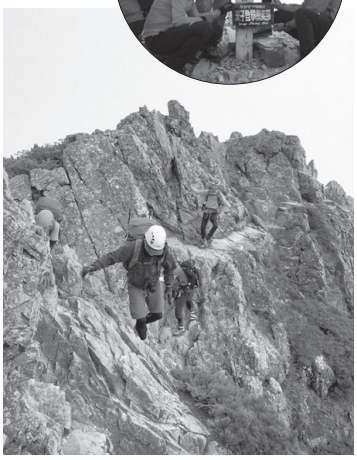
9月23日にマスターズ陸上が行われそこに105歳の宮崎秀吉さんが出場されました。この人のことは前からチェックしていて去年は104歳で100mを34秒で走られています。それで今年は105歳になり、とにかく完走したらそれが世界記録になるので、もとても注目していました。そして今年のタイムは100mが42秒22。105歳まで健康で生きていること自体が凄いし、そのうえに100mを杖もつかずに歩くのでなく走れるわけだからもう凄すぎます。今年はゴールした後、茶目っ気たっぷりに満面の笑みでボルトの真似をされました。ところが記録は予想より悪かったので、納得しておられません。まだまだ頑張られるようです。記事によると宮崎さんは毎日ランニングや体操を1時間以上こなし、砲丸投げの練習もされ長寿の秘訣は「食べ物は30回噛む。胃が丈夫なこと。」それと今年は「根性」という言葉も出て来ました。幾つになっても挑戦し続ける姿がかっこいいです。ボクも3年ほど前からマラソンを始めて今年やっと完走できましたが、この人を見てたらボクなんかまだまだハナタレ小僧だなあー。練習するぞー。と勇気をもらいました。

次のマラソンは11月のおかやまマラソンです。

いえはら歯科　院長
家原　猛

2015　秋

今年４月から、ある友人の紹介で米子登攀倶楽部に入った。前々から山登りがしたくて単発的に出雲の北山縦走や大山登山など誘われて参加していたが、本格的な遠征に挑戦するためでもあった。そして、７月の立山遠征（台風の影響で、室堂―雷鳥沢・雷鳥坂―剱御前小屋泊、―奥大日岳―大日岳―大日小屋泊、―大日平山荘―大日平―称名滝）に続いて、この９月の大型連休に後立山遠征に参加しました。9/19　20:00 米子を出発、高速道を乗り継いで /20 早朝、長野県白馬村の八方温泉に到着。車を置いて、タクシーで移動、扇沢駅近くの柏原新道入口から登山開始。ひたすら上り。天候極めて良好、種池山荘で素晴らしい眺望の中、昼食を摂り、爺ヶ岳南峰、中峰、冷池山荘で泊。登山者が多くて布団一枚に２人寝状態。これが山小屋だ！２日目は、布引山経由、鹿島槍ヶ岳南峰、北峰を制覇して、鎖場や梯子のある日本３大キレットの一つ八峰キレットをクリアーし、キレット小屋でちらし寿司のお弁当。口の沢コルを抜けガスに霞む五竜岳に挑み、感動の登頂。達成感と共に五竜山荘にほぼ予定の 16:00 到着。なんと夕食は７回目の 21:00。ここでも利用者の多いことにびっくり。３日目は少しゆったりと大黒岳経由で唐松岳、唐岳頂上山荘で五竜山荘の鮭弁当を頂き、丸山、八方池、八方池山荘からはリフトの八方アルペンラインで下山。そして、八方温泉でしっかり汗と垢を流した後、米子登攀会の中心的人物夫妻の還暦を当人ご知り合いのペンションで、遠征メンバー他とたくさんのお酒と共にお祝い致しました。



今回の遠征は、全日晴天に恵まれ、メンバーに恵まれ、最高の山行となりました。ありがとうございました。当分山登りは、絶対やめられません！

米子ホスピタウン
千枚七夕 仙台七夕

毎年７月には、千枚七夕、吹流しをセントラルクリニックに飾っています。

今年は、河崎保育園の園児たちも飾りつけをお手伝いに来てくれました。

入所者の方、患者さん、職員と一緒に楽しく飾りつけをしました。

園児たちは、大きな千枚七夕飾りを見上げながら『たなばた』の歌を披露してくれました。

七夕祭りは子どものころの楽しい想い出でありとても大切な心のよりどころです。短冊には、東日本の復興や、願い事が色とりどりの折り紙に書かれてとても綺麗でした。

弓浜ホスピタウン
第 16 回地域福祉交流夏祭り

今年も、８月 22 日に弓浜ホスピタウン２０００年ホールにて夏祭りが開催されました。会場では、地域交流ステージが設けられて和田荒神こども太鼓や歌・踊り・詩吟等も披露されました。また、御輿練り歩きも登場して、「わっしょい！わっしょい！」の掛け声を送りながら、熱い祭りのひとときを楽しまれました。

『花笠音頭』寺子屋サロン 様

職員によるソーラン節

『詩吟』崎津詩吟クラブ 様

米子中央ホスピタウン
米子ケヤキ通り祭りに参加
地域とのふれあいを大切に

非常時の炊き出しの実演で、多くの皆さまに召し上がっていただきました。

米子市の国道４３１号沿いには、ケヤキ並木が続いており、新緑の季節は緑のトンネルで道行く人を和ませてくれます。

米子ケヤキ通り振興会が主催で地域を盛り上げようと「第８回米子ケヤキ通り祭り」（会場：米子産業体育館）が今年も９月 19 日に開催されました。真誠会スタッフもボランティアで 40 名が参加しました。

炊き出しを行い、約 200 食が 40 分で完食となりました。その他、福祉用具の展示、骨密度の測定、認知症予防の成分が入ったトリゴネージコーヒーの販売、認知症タッチパネルなどのコーナーも人気でした。

会場は、多くの人で賑わい家族連れが多く参加されていました。

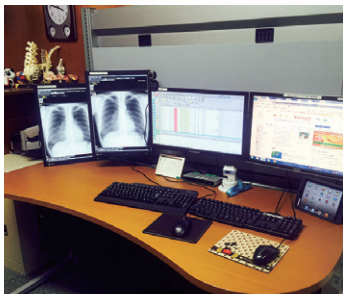
12年ぶり外来リニューアル
ビフォー&アフター

真誠会セントラルクリニック　院長　小田　貢

真誠会セントラルクリニックは、昭和 63 年（1988 年）に開業し、平成 15 年 5 月に、エンジェルをイメージした外来に大改革しました。

それから 12 年経ち、時代にあったイメージにするために大幅に改革しました。昨年春には外来の診察室周りのカーテンを変え、絨毯も敷きました。

また、診察机も、いわゆる四角な机ではなく、近代的な曲線をつかったコンピュータ(電子カルテ) 専用のテーブルに変えました。電子カルテは、カルテ入力用、画像用が二画面あり、それとインターネット接続のパソコンと医療情報が入った iPad mini で合計 5 台のパソコンがワンセットで一つの診察室に設置されています。これは大きな病院以上の設備です。



診察室

今年の 5 月には外来ホール中央に白鳥の噴水を設置しました。この白鳥の噴水はイタリアで手作りされたものです。

6 月にはロビーと、中待合のところに二つの仕切りがありましたが、これを撤去し、中待合、ロビーを一体化して一つの広い空間にリニューアルしました。

8 月には5人掛けのソファーを、白い一人掛けのソファーにしました。このソファーは中国製ですが真誠会が特注して造られたものです。

これにより一人ひとりに快適に座っていただき、長い待ち時間でもゆったり待っていただけるようになりました。

天井の照明もＬＤＥ照明をつけ、光のラインが美しく浮き出るようなデザインにしました。

白鳥の噴水

ロビー全景

今までも医療機関のなかで常に新しい環境を実践してきましたが、今回のリニューアル後は以前にも増して快適な環境、そして見た目にもゆったりとし、リッチな環境を提供できるようになったと思っています。

お蔭様で患者さんの評判も上々ですが、それ以上に多くの患者さんに“病院じゃないみたい”と驚かれたりして、とても喜んでおります。

これで私も元気を出して、一人ひとりの患者さんに気合と愛情を込めて診察が出来ます。

患者の皆様にビフォーとアフターの違いを楽しんでいただきたいと思います。

鳥取保険医新聞
8月15日号表紙にも
掲載されました

松江水郷際の湖上花火

撮影／真誠会　理事長　小田　貢

今年の松江水郷際は松江城の国宝指定を記念して 1 万 3 千発上げるとのことであり、また松江は私の故郷ですが水郷際は 15 年以上見に行ったことも無いので、時間を都合して松江に行きました。
宍道湖の湖面に映し出される鮮やかな花火の先に浮かび上がる嫁ヶ島のシルエットが美しさに花を添えます。
久しぶりに私の心がときめいたひと時でした。