



社会医療法人 みどり会 枚方市藤阪中町3番20号 ☎072-868-2071
URL <http://midori.jpn.org/> E-mail midorii@io.ocn.ne.jp

社会福祉法人 松樹会 枚方市交北2丁目10番1号 ☎072-898-2197
URL <http://www.syoujukai.org/> E-mail ikoinosato@syujukai.org

編集責任者：理事長 中村 猛
編 集：季刊誌編集委員会



第81号御挨拶

令和7年7月より社会医療法人として新たなスタートを切ります

理事長 中村 猛

皆さん、こんにちは。

今年の梅雨シーズンは、梅雨入りして間もなく前線が消滅して猛暑日が到来し、又前線の復帰がみられましたが、例年に比べ約3週間早く梅雨が明けました。そして長期予報では9月になっても真夏日の暑さが長く続くようです。地球温暖化の波をひしひしと身に感じます。

雨降る散歩路の両側には鮮やかな可憐にして豪華絢爛な紫陽花が雨粒を弾いて咲き誇っていました。

この長く続く、日本の真夏の猛暑日を如何に健康で乗り切るか、私たちの大切な課題であります。健康であるための3大要素である、睡眠、栄養、運動を繰り返す日々の生活に自己のマニュアルを考え、取り入れる事が大切です。

十分な睡眠で昼間の精神、肉体の活動後の休息を与えて、又復活する毎日の良きサイクルを日課としたいものです。当院では睡眠障害の1つとして、睡眠時無呼吸症候群の診断と治療の特殊外来を行っています。自身も気づかない、夜間睡眠時の無呼吸による低酸素状態が引き起こす昼間の症状に対して朗報を与えるものです。又、毎日3度の食事を取り入れたバランスの取れた栄養摂取は健康維持の根幹をなすものです。私は医療に携わって来た者として人様より少しは食品、栄養には詳しいものと思っておりましたが、現在も色々教えを受け仲間と情報を張りめぐらし、自己の健康食対策は試行錯誤の状態にあります。

毎日の運動はそんなに難しい事は無く、適度に歩く事に尽きるようです。私は雨の日も関係なく1時間の早朝ウォーキングを心がけ、道中の声かけ仲間を作っております。歩く事は脳に適正な刺激を与えるといいますが、過去の経験をまとめて未来のアイデア、目標を産んでいく貴重な時間でもあります。

世界は増々戦争が拡大し、経済でも自国中心の貿易戦争から、せっかく築き上げてきた自由民主主義がもろくも崩れ去るのではないかと、散歩の途上ふと紫陽花に目をやると、にっこりとほほ笑んで、“そんな心配はいらないよ、人間本来は他人を思いやる温かい、利他の心をもち、又自己の足元をしっかりと見つめ一隅を照らす努力を惜しまない心をもった生き物だから、一生懸命頑張らなくっちゃ”と語っているように見えました。

自然はありがたいものです、時には厳しく戒めても、正義ある勇気を持った者には温かく無限の包容力をもって包んでくれます。自然への畏敬の念は私達の徳性、感性を磨く源泉であると思います。

この7月から私達の医療法人みどり会は社会医療法人の認定を受けました。救急時間外受診患者さんの受け入れを今後とも更なる充実に向け、又、地域社会のニーズに沿った弾力的適正なサービス提供に向け、スタッフ一同、和をもって頑張っていく所存であります。

今後とも御指導御鞭撻をよろしくお願い申し上げます。



肥満症治療が中村病院で実施できます

院長 高橋 輝

肥満症に対する治療は、今までカロリー制限や運動が中心でしたが、数年前から「肥満手術」として胃の一部を切除する手術が保険適応となっていました。

胃を小さくして食べる量を減らすことが目的ですが、食欲は減らないため、手術に際しては厳格な食事制限が必要となっていました。しかし、昨年から注射薬を使用した肥満症治療が保険適応となりました。

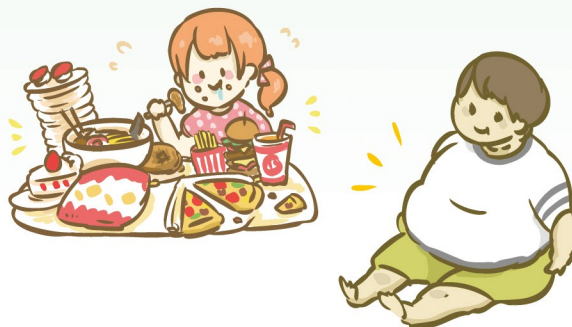
実はこの治療薬、糖尿病治療薬と同一成分で、糖尿病に対しては数年前から使用されています。注射は週1回のみで、糖尿病治療薬ですが低血糖の心配はありません。

この薬剤は、胃の動きを遅くすることで早く満腹になり、その結果として食事が減るように作用します。また、脳にも作用して食欲も低下させることがわかっているため、効果的に体重が減りやすいと考えられています。ただ、実施に際しては、定められた基準値以上の過体重があること、糖尿病や高血圧、脂質異常症の病名があること、実施前に半年間の栄養

指導が必要であること、などの条件があります。また、どこかの医療機関でも実施できる治療ではなく、国が指定した学会の認定教育施設であることが条件となっています。

当院は日本糖尿病学会の認定教育施設であるため、この肥満症治療が実施可能で、枚方市では当院以外に4病院でしか実施できません。

治療を希望される方は当院糖尿病内科へ受診し、担当医と相談して下さい。



おはよう!中村病院! 睡眠時無呼吸検査を受けてみませんか?

呼吸器内科 白石 訓



ヒトは生涯のおよそ3分の1を睡眠に費やしています。睡眠は最も大切な生活習慣であり、睡眠の質は日中の活動に大きな影響を与えます。

睡眠時無呼吸症候群（SAS、サス）の認知度は高まり、皆様、一度は聞かれた病名と思います。SASの有病率は

人口の4%といわれており潜在患者さんは500万人以上となりますが、実際に治療を受けておられるのは約65万人で、10人に1人くらいしか治療を受けておられません

SASは、患者さんのご家族様、お友達、我々医師などの誰かが気づき、検査をしないと分からない病気です。治療が

必要だけれど、受診すらしていない患者さんのほうが、はるかに多い疾患です。

中村病院では、以前よりSASの検査、治療を行ってまいりましたが、昨年2024年より私が当院で診療にあたらせて頂いており、糖尿病、高血圧、脳卒中、交通事故などのリスクが非常に高くなるSASの検査、診断、治療を広げて行きたいと思いました。皆様方の周りに、いびき、日中の眠気、血圧が下がらない、痩せない、などのお悩みをお持ちの方がおられましたら、是非、当院に御相談ください。

気持ち良い、おはよう！を皆様に提供したいと願っております。

在宅支援



認知症ケアの充実にできること

枚方市地域包括
支援センターみどり 所長 伊内 康宏



認知症サポーターステップアップ講座を包括みどりで実施しておりますが、認知症と診断されたご本人も入ってもらって研修を企画しました。

「認知症当事者の〇〇さん」と紹介すると、その方の人格よりも疾患が強調されてしまいますので、そういう紹介はせずに一参加者として講座に参加して、交流してもらう工夫をしました。主体性を大切にしたいと思っているのですが、その中心になるのは、やはり「本人の語り」だと思います。本人の語りには、病気の症状、記憶の不確かさ、とまどいなどもあり

ますし、周りへの感謝やまた勝手に決められることへの強い怒りもあります。それらの言葉を聞くと、「私たち抜きに私たちのことを決めないで」という障がい者権利条約の運動スローガンを思い出します。

語っている姿をお見受けしていると、患者ではないし、当事者でもない。主体性をもって地域生活している「生活者」なんだと改めて教えて頂いています。こういった本人の語りの機会をたくさん作っていくことが、ケアの充実に大切なことではないかと考えております。



外国人スタッフを受け入れて

なごみの里 介護副部長 林 千妃呂

現在、なごみの里では7名の外国人スタッフが勤務しています。

初めて外国人スタッフを受け入れた時は、私のほうが身構えてしまって、どう接していいかを非常に悩んでいたのを覚えています。それから2年半が過ぎ、今は国籍関係なく一緒に働く仲間として、なくてはならない存在になっています。

先日、3階フロアで中国・ミャンマー・ベトナムのスタッフの企画で「言葉遊び」のレクリエーションを行いました。その中では、ご利用者へそれぞれの母国語を教えてあげ一緒に声を出したり、写真やイラストを用いてそれぞれの国の特徴や文化などを日本語で紹介していました。ご利用者からも質問が飛び交い、とても和やかで活気のある時間となりご利用者からは「楽しかった。またやってほしい」「次は歌を教えてほしい」

などのお声を頂き、施設にいながらの異文化交流会になりました。

外国人スタッフは真面目で明るく、仕事に対する意欲や学ぶ姿勢の高い職員ばかりです。受け入れ前は、日本人スタッフから「コミュニケーションはどれくらい取れるのか」「文化の違いでトラブルになるのではないのか」「接遇面は大丈夫なのか」などといった心配の声も上がりましたが、慣れない環境で慣れない言語を使いながら一生懸命に働く外国人スタッフの姿を目の当たりにし、自分たちも頑張らなければという気持ちの変化がありました。

なごみの里は今後も外国人スタッフの入職を控えています。国籍関係なく、職員皆が働きやすい職場を目指し、取り組みを続けていきたいと思っています。

障がい福祉サービス さんさんグリーン



「地域共生社会の縮図」

さんさんグリーン 管理者 新 免 修

さんさんグリーンでは宇治抹茶の原料となる碾茶を京都府京田辺市のさんさんグリーン茶園で栽培しています。今年も5月15日～27日まで、「さんさんグリーン茶摘みの集い」を開催し、東は関東、西は九州まで、全国各地から115人の方が茶摘み体験にられました。職員と利用者を合わせると延べ366人、11日間かけて全ての茶葉を手摘みで収穫しました。

前身の事業所から数えて15回目の茶摘み。さすがに毎年やっている、さんさんグリーンの利用者（ろう者、難聴者、知的障害者、精神障害者、認知症の高齢者など）は、皆さん非常に手慣れた指さばきで、次々と新芽の茶葉を摘んでいきます。さんさんグリーン茶園ではろう者が茶摘み体験で来られた方に対して、手話で摘み方を指導する、という光景があちこちで見られ、障害者と健常者が逆転する現象が起こります。そう、誰もが受け手や支え手となる、「地域共生社会の縮図」がここにはあるのです。

摘んだ生葉はその日のうちにJAの碾茶工場へ持ち込んで、荒茶という状態にしてもらいます。その荒茶は、数日後JAの碾茶入札販売会にかけられて、茶問屋さんが味、色、香りなどを

吟味し、値段を決めて落札します。今年は春先の涼冷な気候で減収の農家が多かったこと、手摘みの茶農家の減少していること、反して諸外国の抹茶ブームの煽りを受け、連日大変高値で落札されました。

さんさんグリーンコミュニティカフェでも「手摘み宇治抹茶 燦燦」「燦燦 京番茶」をはじめ、「燦燦 濃茶大福」「燦燦 濃茶クッキー」「TENCHA Saison（碾茶のクラフトビール）」などの加工品も販売しておりますので、ぜひ一度ご賞味ください。



さんさんグリーンコミュニティカフェで販売中！



燦燦 濃茶大福



燦燦 濃茶クッキー



TENCHA Saison
（碾茶のクラフトビール）



KYOBANCHA Porter
（京番茶のクラフトビール）



オレンジ体操 カフェの開催

グループホーム 管理者 関谷 大
たんぽぽ田口

この度4月16日付けでグループホームたんぽぽ田口の管理者に就任致しました、関谷 大です。

今まで特別養護老人ホームで経験させて頂いた事を今度はたんぽぽ田口で活かせるように努めて参りたいと思います。

たんぽぽ田口では地域貢献の一環として開催していたオレンジカフェですが、コロナ禍で一時期開催出来ていない期間が

あり、この3月より新たに、オレンジ体操カフェとして毎月1回開催させて頂く事となりました。ラジオ体操を中心とした内容で、どなたでも気軽に参加して頂け、介護や認知症についての相談も出来る場として、地域の皆様の一人でも多くの方に参加して頂けるような取り組みを行いたいと思いますので、今後とも宜しくお願い致します。



梅雨が明け、強まる日差しに夏への移ろいを感じる季節を迎えました。

いこいの里長尾 介護福祉士 グエン・ティ・ゴック・アイン



私事です、昨年度より行事委員会に配属されておりましたが、今年度も引き続き行事委員会を担当する事となりました。

当施設では、季節感を感じられる行事の実施を特に大切にしております。

施設内外において、利用者様に年間を通して四季を感じて頂きたいため、様々な体系の行事を行っております。また、季節の移り変わりを実感して頂く事により、単調になりがちな利用者様の日常生活に彩りを加える効果も期待出来ます。

今年の4月はお花見を開催致しました。

施設内の方に もお花見を通じた四季を感じ取って頂くため、様々な色の折り紙を用いて壁や柱に大きな桜の木を表現しました。そして、よりリアリティーが増す様、桜吹雪も折り紙で演出してみました。

製作にあたりましては、委員会のメンバーだけでなく、利用者様にも折り紙を折って頂いたり様々な面で協力して頂きました。

これらは、互いが楽しみつつ一つの物を作り上げるといった経験則だけではなく、利用者様におかれましても、折り紙を折るといった行動を通じた視覚、聴覚といった様々な神経が刺激させるため、運動機能や認知機能の維持、向上が図れるものとなっております。

そのため、行事というものは、利用者様にとって様々な面で非常に重要であるため、私たち行事委員会は準備を怠ってはなりません。

日々の介助はもちろんの事、こういった行事においても真剣に向き合わなければなりません。

以上が私たち行事委員会の主だった役割です。

今後も、一つ一つ丁寧な行事を作り上げ、利用者様に彩り豊かな日常を提供して参ります。



社会医療法人 みどりの会

中村病院 072-868-2071
中村記念クリニック 072-868-2070
介護老人保健施設 なごみの里 072-868-2072
サテライトなごみの里
デイサービス 長尾の里 072-818-2071
有料老人ホーム みどりの館 072-868-2727
グループホーム たんぽぽ長尾 072-868-2195
ケアプランセンター なごみ 072-818-7533
訪問介護ステーション みどり 072-868-4392
地域包括支援センター みどり 072-845-2002
障害福祉サービス パラグリーン 072-867-3377
障害福祉サービス さんさんグリーン 072-807-3356
研修所 みどりの樹 0264-44-2550
職員宿舎 グリーンはうす

社会福祉法人 松樹会

特別養護老人ホーム いこいの里
デイサービスセンター いこいの里 072-898-2197
サテライト いこいの里 072-849-2210
特別養護老人ホーム いこいの里藤阪 072-868-2192
特別養護老人ホーム いこいの里長尾 072-868-1893
ケアハウス つくしんぼ長尾 072-868-2190
デイサービスセンター 長尾
ケアハウス つくしんぼ藤阪 072-868-2191
グループホーム たんぽぽ藤阪 072-868-2197
グループホーム たんぽぽ田口 072-898-2193
小規模多機能ホーム ふじ 072-868-2193
看護小規模多機能ホーム ながお 072-868-1894
障害福祉サービス ミルキーウェイ 072-867-5690

ルーク山田眼科 072-868-0880

編集後記

連日の猛暑で倒れそうですが、水分補給など体調管理に気を付け乗り切りましょう。

1年前、大阪では米がスーパーから姿を少しずつ消し始めており米探しをしていましたが、今度は備蓄米探しをしなければなりません。先日スーパーで古古米5kgが売っていたので購入してみました、あまり味にうるさくない私でも新米との差は大きく感じており、備蓄米からカルローズへ移行するか悩んでおります。食の基盤ともいえるお米だけに早く価格を抑えて頂きたいものです。それと前号で記載させていただいたswitch2の抽選ですが無事当選しました、ありがとうございました。

みどりの風編集委員会
連絡先 ☎072-868-2071