

# ひがしなかがわ に よ う る こ う じ

平成 22 年  
第 51 号  
6 月 10 日 発行

発 行 者



医療法人社団  
小島医院  
高岡市東中川町6-10  
TEL 26-1020  
FAX 26-0573

<http://www.kojimaini.com>

## だいもん凧まつり

小島 明



五月十五・十六日、庄川河川敷で第三十二回越中だいもん凧まつりが行われた。当院の凧は、瑞龍寺山門の仁王像（吽形）である。十五日(土)午後二時に試しあげしてみたが、風もよく、空高く上がった。明日の本番では大丈夫と思いき、後はいつものように食べて飲んだ。十六日(日)は快晴だったが、風が弱かった。見学者が多く、当院テントにも患者さんや旧友が訪れ、その対応に忙しかった。今年度は、お隣りの日病院に負けないようにと、凧を新調して、十二時からのコマーシャル凧揚げを待ちながら、飲んで食べていた。日病院は職員全員が、凧の調整に掛かりきりだっ

た。当方は凧糸の張り具合も確かめもせず、ただ飲んでいただけだった。正午になると、各企業、団体の凧が一齐に揚がりだした。当院の凧も揚げようとしたが、前日のように揚がらず、揚げる場所も無くなってきたので途中でやめてしまった。飲食の取りすぎで十分走れなかったせいでもある。日病院のいぐり凧は高く揚がって安定していて、表彰式でグランプリをもらわれた。当院は完敗で、今後は



キャンプに行くときは凧揚げも練習しようということになった。凧はどうしてこんなに人気があるのだろうか。特別な動力は必要

なく、自然の風を利用して空高く揚げるからと思う。凧に絵や文字を描けば大空を自由に羽ばたく。自然そのもののリズムだ。空高く揚がれば気分も高揚する。この自然との一体感が良い。凧の会は全国いたるところにある。百畳以上の大凧も揚がれば、爽快であろう。凧は夢と希望を運んでくれる。これに取りつかれると病みつきになる。来年も揚げよう！

## 面白証券マン今昔

北林 勇一

いささか古い話で恐縮ですが、私が教員をやめて自由な身になったのが昭和五十八年の春です。三反百姓で一家五人の生計を立てていた、父は息子が農業を継いでくれることを、願いながら昭和三十五年の一月に亡くなった。

その後十五年間、母が他界するまで一人で農業を続けてくれた。最近の農業は企業と違っていい程昔とは様変わりした。農業は儲からぬ仕事だと自覚しながら、朝から晩まで働き続け家族の生活を、

支えてくれた母の執念に頭が下がる。

息子である私に母は、ことあるごとに『とうちゃんや、昔から、薬り九そう倍、百姓、百そう倍』と言う、たとい話しがある。悪銭、身につかず濡れ手で粟を掴むようにして、稼いだ金はすぐになくなる。汗水を垂らしてコツコツ蓄えた金は、価値のある財産だ、と口癖のように教えてくれた母の教えが、この年になると素直に納得ができる。

ところで、ここで話題を大きく変える。私は昭和十七年春に岡山県新見市の至誠小学校で、徴兵検査を受けた。太平洋戦争の真っ最中で、二十歳の徴兵適齢の男子を壮丁と呼んだ。勤務していた県立農林学校で、柔道部の顧問をしていたので、体格は抜群。勿論、連隊区司令官の判定は甲種合格、希望兵科は、と聞かれたので砲兵、と答えた。

司令官いわく、いい体格をしているの。スポーツは、はい、柔道であります。何段か、三段であります。ニコッと微笑して、入営したら軍務に精励せよ。と褒められ、次の壮丁と呼ばれた。お前は第一乙種合格だ。現役入営だぞ。はい、分かりました。

「瘦せた長身の壮丁は、極度に緊張している。娑婆でどんなしごとをしていたか、はい、自分は株や、であります。途端に司令官は不機嫌になり、馬鹿モン、若モンが戦場で戦っているのに、労せず儲ける仕事は、今すぐに辞る。ハ、ハイ分かりました。」

当今は証券マンと言え、超一流の仕事。いまだから言える戦時中のホロ苦い悪夢が蘇える。

## 二上山に登ろう

永森 祺郎

昔、立山室堂から入山して大日岳を登り称名滝へ下山したことがある。若さにまかせて大日岳からの下山道を駆け下った。ところがコンクリートの称名滝道路を歩き始めた途端に膝がガクツとなって歩けなくなりました。クッションのきく山道を快調に駆け下りたつもりだったが、体は疲労の極みに達していたのだろう。固い道路の衝撃がもろに膝を直撃して歩けなくなりました。誤だ。

江戸時代の人々の旅といえ、ひたすら歩くことであった。今でも旧街道が残っている。でこぼこ

した狭い土の道だ。さぞかし歩きにくかったと思うかもしれないが、その逆だ。草鞋のクッション効果もあって一日何十キロもの旅が可能だったのである。

健康のためには毎日歩くのが一番いいと、今ウォーキングブームである。高岡でも市街地を両手を振りながら歩いている人達を見かける。しかし石のブロックを嵌めこんだ歩道もある。市街地ばかりを歩いていると膝を傷める原因になる。上手な靴選びが肝腎になってくる。その点、高岡古城公園は小砂利を敷きつめるなどして整備が充分に行き届いていて、長時間歩き続けても疲れが少ない。



この古城公園から望む二上山は高岡市のシンボルとして、いつ見

ても雄大で美しい。私の世代の人なら小学生の頃、遠足で一度は登った思い出をお持ちだろう。今では自動車で行く山とのイメージが強い。しかし、至るところに遊歩道が整備されているのである。古城公園を歩いて足腰を鍛えている人達も、たまには二上山に登って足で土の感触を楽しんでみるのもいいのではないだろうか。

二上青少年の家の駐車場に車を置いて登る遊歩道が道幅も広く一番安全だ。バス停「二上山登山口」からの道は昔の登山道の名残りだ。頂上から仏舎利塔に至る自動車道の途中に「大師ガ岳」という立て札がある。ここから大師ガ岳へ登る道も歩きやすく快適だ。先日、初めて城光寺の滝の横からの道を登った。遊歩道となっているが傾斜のキツイところもあり登山道と呼んでもよいほどである。

今度、仲間をふたつに分けて青少年の家と滝に車を置いて登り、頂上でキーを交換して別の道を下る登山を試みようと思う。「クマ出没」の看板も出ている。万が一のことを考えて一般登山並みにラジオをつけて鈴を鳴らしながら歩くことも忘れないでおこう。

## 透析室だより

### § 透析食講習会 §

平成二十二年四月二十五日(日)野村公民館調理室において透析食講習会を開催しました。

参加者 患者さん・御家族

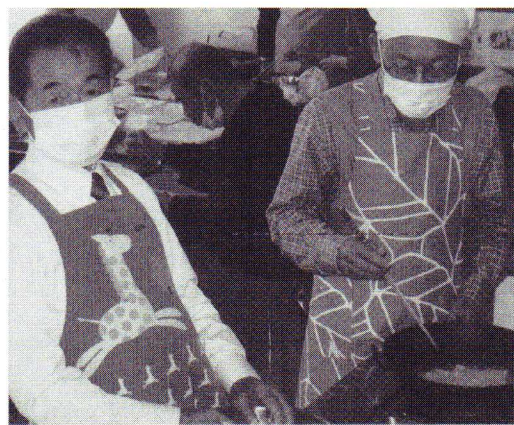
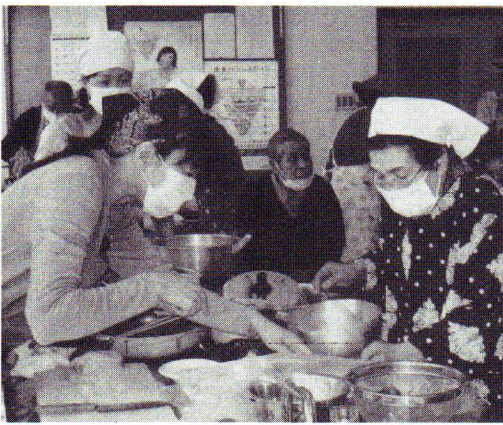
スタッフ 十二名  
九名

肉を切るプロ(元々肉職人)の華麗な包丁さばきや、エプロンなんて着けたことのない男性が真剣な表情で椎茸に飾り包丁を入れる姿など、日頃の透析室では中々見れない光景が随所に見られ、和やかな雰囲気では進みました。患者さんや御家族との親睦を深める良い機会なので、今後とも何らかのイベントを企画していきますので、皆様の御協力をお願い致します。(T・S)



## 受付日より

「個別の診療報酬の算定  
項目の分かる明細書」  
の発行について



当院では、医療の透明化や患者への情報提供を積極的に推進していくことで不適切な診療報酬を患者さんご自身で点検して頂くという観点から出された厚生労働省の通達に従い、平成二十二年四月一日より、領収証の発行の際に、個別の診療報酬の算定項目の分かる明細書を無料で発行することと致しました。

明細書には、使用した薬剤の名称や行われた検査の名称、各種加算・管理料など項目が医療保険事務そのままの表記で記載され、場合によってはその内容が非常に分かりにくくなっています。分かりにくい点については診療報酬請求で定められた規則にしたがったものですので、その点、御理解いただき、納得できない点については当院で可能な範囲でご説明致しますが、当院としてもすべての規則についてはその根拠を把握するところではありませんので、その場合は保険者または厚生労働省担当課へお問い合わせ頂けると幸いです。なお、明細書の発行を希望されない方は、会計窓口にてその旨お申し出下さい。

(M・M)

## 病棟日より

### ノロウイルス感染対策

〈嘔吐物処理の仕方をマスターしよう〉

#### ①嘔吐物処理の準備

①嘔吐物が乾燥し、飛散しないよう汚染箇所にはペーパータオル等を覆いかぶせ、窓を開け、換気を良くする。

#### ②物品の準備

使い捨て手袋、使い捨てエプロン、使い捨てマスク、ペーパータオル、ビニール袋二枚、5%消毒液(※)、バケツ、水(五〇〇mlペットボトル入り)(※)ハイター、キレイキレイなど

#### ③身じたく

マスク、手袋、エプロンを着用

#### ④嘔吐物処理

④水五〇〇mlにペットボトルのキャップ二杯の5%消毒液を注ぎ、一〇〇〇ppm(〇・一%)濃度にする。

#### ⑤ペーパータオル等で外側から

内側に向かって静かに拭き取り、ビニール袋に入れる。

#### ⑥床をペーパータオル等で覆い、

消毒液を浸し、拭き、ビニール袋に入れる。

⑦バケツの中の残った消毒液をペーパータオル等が浸るようビニール袋に入れ、ビニール袋の口をしぼる。

⑧もう一枚のビニール袋に嘔吐物の入った袋を入れる。エプロン、手袋の順に外してビニールに入れ、口をしぼる。

#### ⑨処理後

⑨手洗い、手指消毒剤での手指衛生の実施。

最後に、バケツの消毒、物品の補充を忘れずに、油断大敵食中毒は、一年を通して発生しています。(S・N)



介護職員  
上 條 光子

昨年九月一日から病棟スタッフの一員に仲間入りさせて頂きました。十年余り施設でパート勤務を続けてきました。一人息子も高校生となり自分もステップアップしなくてはと意気込んでいます。介護の姿勢は同じでも色々な面で新しく学ばせて頂く事がたくさんあり毎日が勉強です。いつも笑顔、プラス思考で仕事にあたっていきたくと思っています。どうぞよろしく願います。

## りくがだより

「デイサービスセンターりくが」では、生活相談員二名、介護職員二名で日々皆様のお手伝いをさせていただいています。四名全員が個性豊かであり暖かい雰囲気の中、ご利用者と共に賑やかに元氣いっぱい過ごしています。

コンビネーションは抜群。ちょっとしたお笑い芸人よりも笑いのセンスがあるのでは?と思うくらいです。そんなスタッフを代表して昨年四月に入社した癒し系スタッフの高橋宏美より一言ごあいさつです。



生活相談員  
高橋 宏美

「りくが」の一員となり、二年目の春を迎えました。笑いの絶えない賑やかな「りくが」は居心地が良く、私自身も自然体で勤めさせて頂いています。

まだまだ至りませんが、今後も宜しく願っています。

今後もりくがスタッフ一同力を合わせて皆様と楽しく過ごせるよう努めさせていただきます。

りくがに嬉しいニュースがありました。「月刊デイ」という月刊誌の川柳募集コーナーに応募されたご利用者の大谷継男様が見事入選されましたので紹介します。

「デイサービス 週二回

帰ると孫がお出迎え

八十になる幸せを」

お孫さんに出迎えられる喜びがとでも伝わってくる一句に皆さんも感心されていました。

これから皆さんの元氣な様子をお伝えしたいと思います。(M.S)

## 栄養室だより



栄養士  
横川 美咲

はじめまして。昨年の九月から勤めさせて頂いています。栄養士の横川です。

現在の私の楽しみは子育てと、その合間のビール。長所・わりとプラス思考?!。短所・強いつもりで、実は打たれ弱いこと。絶叫マシーンが大好きで、妊娠中にもかかわらず、お腹が目立たないうち

にと富士急ハイランドのジェットコースターに乗りに行ったほど。

今までの仕事は、献立を作成したり厨房で調理をするのがほとんどでしたが、小島医院に入社し、栄養指導や患者さんとその家族の方、透析スタッフのみなさんとの調理実習を経験させて頂きました。初めての事ばかりで、戸惑うこともありますが、患者さんの笑顔のために、精一杯努力していきたいと思います。よろしくお願ひします。

## 夏バテ対策!!

おすすめメニュー

## トマトと卵と豚肉のスープ

材料 (二人分)

トマト：一個

卵：一個

豚肉(薄切り)：五十g

生姜汁：小さじ一

長ネギ：四分の一

水：二 二分の一カップ

コンソメ(顆粒)：小さじ二分の一

塩・コショウ：各少々

作り方

①トマトはくし型に切ります。長ネギは斜めに薄切りにします。豚

肉は細切りにして塩、コショウを軽くふり、下味をつけておきます。

②鍋に分量の水を入れ、豚肉を入れて色が変わったらトマト、長ネギを加えます。

③沸騰したらアクをこまめにとります。生姜汁、コンソメ、塩、コショウを加えて味を調えます。

④最後に溶き卵を少しずつたらし、てふんわりさせます。

「トマトが赤くなると医者が青くなる」といわれるくらい、トマトは栄養価の高い食品です。ビタミンA・C・リコピンなどの抗酸化作用によって、生活習慣病の予防に効果があり、酸味の成分であるクエン酸やリンゴ酸などが消化を助け、食欲増進にも効果があります。スープにうま味をそえる豚肉にはビタミンB1が豊富で、疲労回復に効果があり、夏バテを防ぎます。卵をプラスして、低エネルギーながら栄養バランスのとて、もよ一品です。(Healthy Recipe) (M・Y)

## 編集後記

もう少して梅雨の季節がやってきますね。食中毒に気をつけましょう!! (J・H記)