2015年 秋号
編集・発行 広報委員会

# はやしのはなし

**理念**

**Heartful & Healing Hospital** ～ハートフル アンド ヒーリング ホスピタルとして～
私たちは常に優しさと思いやりの心をもち、良質で信頼される医療の実践により心から癒される病院であることを目指します。

## もっと笑顔を

院長　上津原　甲一

私は長い間、脳神経外科医として急性期病院に勤務していました。この間、まず病気を治すことが急務で、病棟での患者さんとの心の触れ合いは余りありませんでした。唯、退院時の素晴らしい笑顔は頂く事が出来ました。

この病院に赴任して、初めて慢性期の患者さんの病棟回診を行うようになりました。高齢の方が多く、また寝たきりの方もおられます。気丈に振る舞って、自己を鼓舞できる方は少数です。多くの方は静かに体を横たえておられます。中には朝からカーテンを閉め切って外部との接触を拒むかのような方もおられます。

看護師さんも業務に追われ、ゆっくりと会話が出来る時間は少ないようです。回診は患者さんとの触れ合いの場に、出来れば心を開く時間帯にしようと思い、両手を握り、ゆっくりとした会話を心がけました。何回かの回診の時で、突然「先生、聞いて」と『長崎オランダ数え歌』を十番まで淀みなく歌ってくれました。あとで聞くと戦前、女子師範を出られた方とのことで、患者さん一人、ひとりにそれぞれの歴史があることを知らされました。

今年五月取材に来られた九州医療新報の記者の方に、NBM（narrative based medicine）のお話をしたら、患者さんの「物語」を診る－寄り添い、共鳴する医療を目指す－病院と紹介されました。

看護師さんに患者さんに寄り添う、心を開く看護を目指してもらうようにしました。ベッド脇に患者さんの楽しかった頃の写真やお孫さん、ご家族の写真を掲げるようにしました。これらの写真を通して患者さんへの感情移入ができればと思っています。

“もっと笑顔を”このために次の段階で何を取り入れるか。

人には左脳と右脳があります。それぞれに役割分担があり、左脳は知的脳、要素脳と呼ばれ、思考や行動などの役目を担っています。右脳は情緒脳、音楽脳と呼ばれ、人との調和を重んじる枠目を担っています。

また心の三原色（神経伝達物質）として、ドパミン・ノルアドレナリン・セロトニンがあります。ドパミンが分泌されると情緒的で、心が満たされるようになり、ノルアドレナリンが分泌されると集中力、活動、闘争心、不安などが高まります。

入院中は右脳の働きが衰えます。入院中の不安、孤独感などで、左脳の心配事が多くなり、アドレナリンに支配されていきます。

右脳を刺激すればドパミンが分泌され、心豊かな感情が流れます。右脳への刺激が入院中には必要です。音楽の中枢は右脳にあります。音楽によって右脳を刺激する音楽療法を取り入れることにしました。

この十月から週一回の割合で、専門家をお招きして音楽療法を行っています（右写真）。殆ど感情の表情の無かった患者さんから「蘇州夜曲」が流れた時、涙が止めどなく流れた光景は忘れられません。

曲のたびに笑顔が漏れ、看護婦さんと手を取り合う姿は、封印されていた暖かい感情の再燃を想像させ、次へ取り組む音楽運動療法への勇気を頂きました。

医療法人　起生会
林内科胃腸科病院
〒890－0045
鹿児島県鹿児島市武2丁目33－8
TEL　099－257－6969　FAX　099－254－4757

# インフルエンザを予防しましょう！

毎年、冬になると流行するインフルエンザ！普通の風邪とは違い、高熱・頭痛・関節痛・筋肉痛などの症状が全身に及びますが、咳や鼻水が出るなど、一般的な風邪症状のみの場合もあります。

インフルエンザの予防策として最も効果的なのはインフルエンザワクチンの接種を受けること。インフルエンザにかからずにすむか、もしかかってしまっても、重症化が防げます。インフルエンザワクチン接種後、効果が表れるまで2週間程かかりますので、早めの接種をお勧めします。

また、日常生活では①外出後の手洗い・うがい、②外出時のマスク着用、③加湿器の利用、④バランスのとれた食事、⑤十分な睡眠で、体の抵抗力を高めるようにしましょう。

急な発熱など、インフルエンザにかかったかな？と思ったら、早めに医療機関を受診しましょう。

## 当院でのインフルエンザ予防接種について

| | |
|---|---|
| 一般（13歳以上） | 3，500円 |
| 65歳以上で鹿児島市内在住の方 | 1，500円 |

来院の際、インフルエンザワクチンをご希望の方は、受付スタッフにお声掛け下さい。その他、質問などございましたら、受付または総合案内までご相談下さい。

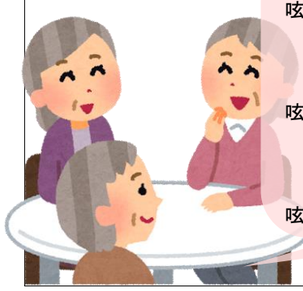
HAYASHI care support
林ケアサポート株式会社

笑顔ある生活を支えたい・・・

住宅型有料老人ホーム　すこやか
（居室数　17室）

お陰様で現在満床ですが、入居予約、見学はいつでも行っています。
見学ご希望の際は、事前のご連絡をいただけると幸いです。

連絡先
099－263－8157



すこやか人！？の呟き（ー0ー）。。。。
呟き人A：17人の入居者の最高齢は103歳やっげな(≧▽≦)しっかい歩いてデイサービスやら行っちょいよ(^0^)／

呟き人B：建物の中も少しづつ綺麗になって、最近では食堂もよか風になったなぁ～(^^♪食事もうんまかっ( ^)o(^ )

呟き人C：明るかし、職員のしも元気やっど(*^^*)

# 食欲の秋

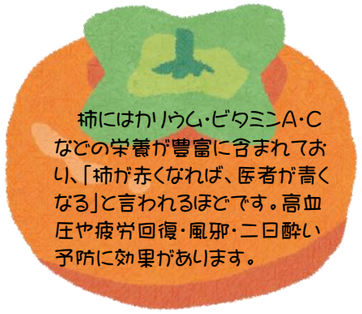
# 健康レシピ

栄養課　管理栄養士　窪田　智美

## 秋の彩り～柿のグラタン

＜材料（2人分）＞

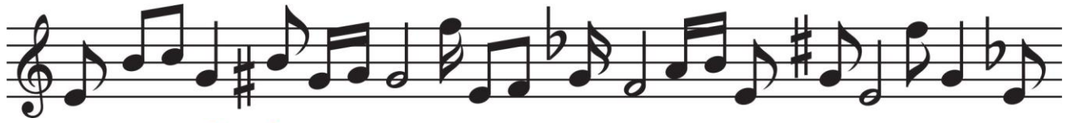
| | | | |
|---|---|---|---|
| ・柿 | 2個 | ・鶏モモ細切り | 15g |
| ・むきえび | 15g | ・玉ねぎ | 1/6個 |
| ・しめじ | 1/4パック | ・ブロッコリー | 30g |
| ・シチューの素 | 適量 | ・水 | 200cc |
| ・とろけるチーズ | 10g | ・塩こしょう | 少々 |



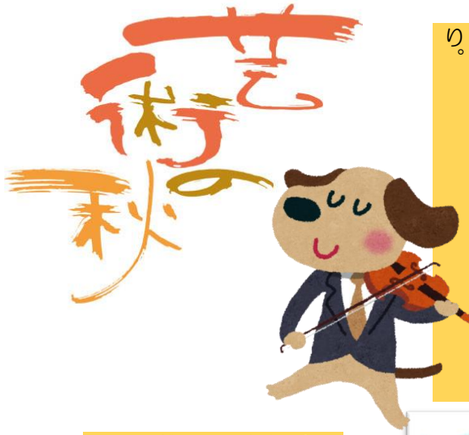
柿にはカリウム・ビタミンA・Cなどの栄養が豊富に含まれており、「柿が赤くなれば、医者が青くなる」と言われるほどです。高血圧や疲労回復・風邪・二日酔い予防に効果があります。

＜作り方＞

①柿は包丁の先で切り込みを入れ、中をくり抜き、実は一口大に切る。玉ねぎはみじん切り。ブロッコリーは子房にして、あらかじめさっと茹でておく。
②フライパンに鶏モモ・むきえび・玉ねぎ・しめじを塩こしょうで炒める。
③②に水200ccを加え、火にかけながらシチューの素を入れほどよくトロミが付いたら、最後にブロッコリーと柿を加える。
④①でくり抜いた柿に③を入れ、とろけるチーズをのせたら、オーブントースターで約10分焼いたら出来上がり。
※柿の器の代わりに耐熱用の容器を使っても良いです。



# 芸術の秋



『天高く馬肥ゆる秋』あれほど厳しかった日差しも優しく、風が心地よく感じられる季節になりました。

スポーツの秋。芸術の秋。食欲の秋。・・・『秋』といえば、皆さんは何を連想されるでしょうか？

林内科胃腸科病院がお届けする、芸術の秋の音楽イベント。

９月２５日、林内科胃腸科病院１階の外来フロアにてロビーコンサートを開催しました。

鹿児島出身のピアニスト満田昭人（みつだ　あきと）さんと、東京からお招きいたしましたヴァイオリニスト村木洸斗（むらき　ひろと）さんの共演。

２人が奏でる、ピアノとヴァイオリンの上質なハーモニーにうっとり。

ここで、嬉しいビッグニュース！ピアニストの満田さんには当院で、定期的にピアノ演奏をしていただくことになりました。

林内科胃腸科病院では病棟フロアやデイケア、グループホームなどにおいて、音楽を取り入れた癒しの空間を提供していきます。どうぞご期待ください。

# 部署紹介

## 事務部（医療事務・受付）

仕事内容

当院事務部は総務・経理・病棟医事・外来医事・受付など、様々な業務があります。

病院全体の対応や患者様対応・会計業務から、院内の環境設備などの管理まで色々な業務に対応しております。

モットー

病院を訪れる方々や電話でのお問い合わせなど、最初に患者様と接するのが、事務部職員です。

笑顔と温かみのある応対を心がけ、来院される皆さんが、安心して医療サービスが受けられるよう、スタッフ一丸となり業務に努めています。

私たちの取組み

当院の理念にもありますように、「心から癒される病院」と思って頂けるよう患者様の気持ちを第一に思い対応いたします。

事務長のコメント

医療の質、環境の整備、応対接遇等の向上に取り組み、より満足度の高い医療サービスを提供していきたいと考えています。
お気づきの点などありましたら当院スタッフにお声かけ下さい。

事務部長　藤﨑　信一

## 検査・放射線課

検査・放射線課についてご紹介いたします。私たちは、検査室１名、放射線室２名の計３名で業務を行っています。

★業務内容

検査室では、検尿・一般血液検査と生理学検査を行っております。

放射線室では胸部・腹部などの一般撮影や企業健診。CT検査及びMRI検査等を実施しています。

昨年春には頭痛外来が開設され、検査室では新たに脳波検査、放射室ではCT・MRIによる頭部検査の患者様も増加しています。

★モットー

患者様の不安の解消に努め、安全に、安心して検査を受けて頂けるように心がけています。

★取組み

受付・外来看護師と連携し、検査の方法や内容についての十分な説明、待ち時間の短縮に努めています。

検査を受けるとなれば、誰しも不安になります。患者様に明るく、分かりやすい言葉で説明を行うようにしています。

部長　山口　敏弘

次号は？「薬剤部」と「栄養課」です♪