

細木
病院

新型コロナウイルス ワクチン接種の取り組み

昨年1月から現在に至るまで、日本だけでなく世界中で猛威をふるい続けている新型コロナウイルスに対して、ワクチンの接種は有効と期待される対策の一つです。5月14日現在、日本で使用できるのはファイザー社のメッセンジャーRNAワクチンですが、もう少しすればモデルナ社、アストラゼネカ社のワクチンも使用することになりそうです。今まであったものとは違う新しいワクチンであり、副反応は当然あるものの効果については良い報告がされています。

報道にもあるように世界中で予防接種が進められておりますが、当院でも新型コロナの予防接種を行うために、今年2月に、院内の多職種のメンバーで構成されるワクチンチームを立ち上げました。

当院で予防接種を行う対象は、

①医療従事者等の優先接種

- ・病院職員を含めた医療従事者
- ・医療現場で実習を行う学生

②高知市の65歳以上の高齢者優先接種、基礎疾患のある方、一般の住民接種

- ・グループホーム等の高齢者施設の入所者
- ・長期入院患者

③日高村の65歳以上の高齢者優先接種（集団接種）

と接種対象が多くてなかなか大変です。日高村では、接種ができる医療機関が、同じ仁生会の日高クリニックしかないため、当院の医師、看護師、三愛病院の看護師も協力して高齢者の集団接種を実施しています。

①～③の接種を実施するには、通常の予防接種体制の拡大では対応できないため、当院新館地下の高行記念講堂を使用して予防接種会場を設置しました。院内で集団接種を行うようなイメージです。駐車場の都合もあり、1日の接種人数が制限されるため、希望どおりに予約が



取れなかった方にはご迷惑をおかけしています。この予防接種業務は、通常診療とは別枠で行われており、院長をはじめ全診療科から医師、看護師、薬剤師、事務員等、多くの職員の協力を得て実施しています。

国や地方自治体も新型コロナの予防接種が実施されるように頑張っていますが、ワクチンを取り巻く状況は頻繁に変化するため、最新の情報にアンテナを張りながら、臨機応変に対応していく必要があります。今後は、高齢者優先接種から住民接種に続く、長期間にわたる予防接種ですが、なんとか無事に実施していきたいと思っています。

(新型コロナワクチンチーム長/小児科部長 新井淳一)

※新型コロナワクチン接種の予約について
高知市ホームページ

<https://www.city.kochi.kochi.jp/soshiki/35/covid19vac-top.html>

高知市新型コロナワクチンコールセンター

電話番号：フリーダイヤル 0120 - 920 - 737

受付時間 9～17時（平日・土・日・祝日）



時 事
エッセー

父の趣味



仁生会理事長
細木 秀美

先日、高知鷹城ライオンズクラブから、50年以上前の昭和46年（1971年）に父が書いた随筆を頂戴した。題名は「国魚」だった。国技は相撲、国花は桜など、日本を代表するものには、国が付けられている。

国魚とは、錦鯉のことである。代表的な産地は新潟県だとされているが、今は国際的になって、相当、高価な魚になっている。父は多趣味だったので、若い頃は、クラシック音楽の鑑賞で、たくさんのレコード盤を持っていたが、今でも納戸を探すと、きっと出て来るだろう。戦後、ビルマから復員した後、車、カメラ、熱帯魚、そして、高齢になって辿り着いたのが錦鯉だった。冬の間は、新潟県小地谷の大きな養殖場へ、毎年、高知空港から飛行機で送り込んで、越冬させて大きくし、温かくなると、高知へ返して、エビのような大きなオキアミを食べさせて、きれいな赤色に色揚げをして、品評会に出していた。

父が亡くなる直前の昭和61年5月8日、イギリスのダイアナ妃が来日した時、随行し

て来た記者が、日本の国魚である錦鯉の取材に、父のところまでやって来たことがあった。今、細木病院で歯科診療をしている娘が、まだ中学1年生になったばかりのことだった。病院で仕事している私に、「大変、大きな外国人が来て、家に上がってもらってお茶出してるから、早く帰って来て」と電話があり、急いで帰宅した。はるばる取材に来たのに会ってくれないと娘が言うので父に電話すると、「俺は外国人は嫌いだ」と、はなから拒否された。誰か通訳がいれば会うと言うので、ちょうど、その時、アメリカから帰国していた従弟に通訳をお願いして、事なきを得た。父の写真が、多分、イギリスの雑誌に載ったことだろう。その写真は、父の逝去時の追悼文集「人を愛して、鯉を愛して」の中の1ページを飾っている。

懐かしい昔を思い出した。半面教師で、私は、無趣味だが…。



細木病院

「チーム医療推進の具体化と組織マネジメント」について
特別講演を行いました!

5月14日、「病院薬学フォーラム in 四国」（共催：高知県病院薬剤師会）において、「チーム医療推進の具体化と組織マネジメント」について特別講演をさせていただきました。当日は、コロナ禍の影響でWeb開催となり、事前に参加登録した県内の病院薬剤師67名がZoomで個人視聴をする形式となりました。

私は、平成14年12月に、勤務していた高知医科大学附属病院で、文部科学省からの派遣でアメリカの3か所の病院を視察させていただきました。その際、ジョンズ・ホプキンス大学病院（ボルティモア市）で実践されていたチーム医療に大きな感動を覚え、示唆を得ることができました。日本では、平成22年4月に「医療スタッフの協働・連携によるチーム医療の推進について」（厚労省医政局長通知）が発出され、現在の医療の在り方を大きく変え得る取り組みとして、その実践が求められています。この医政局長通知には、薬剤に関する専門職である薬剤師が、主体的に薬物療法に参加することの有益性が明記されています。

当院薬剤部では、医師に対する積極的な処方提案、吸入指導や糖尿病療養指導に関する保険薬局との連携、骨



粗鬆症リエゾンサービスチームへの参加など、チーム医療の推進に主体的に取り組んでいます。また、実践後は評価を行い、その成果を全国学会などで発表しています。

今回の講演では、当院の7つの取り組み事例と、チーム医療推進に重要となる組織マネジメントについて話をさせていただきました。チーム医療を推進するためには、医療スタッフの高い専門性が前提となります。今後も、私たちは研鑽に励み、薬剤に関する専門職としての役割と責任を果たしていきたいと思えます。

（薬剤部長 田中照夫）

細木
病院

そろそろ禁煙しませんか？ 禁煙外来を再開しました！



ほそぎハートセンター/
心臓リハビリテーション科
部長 西本美香

たばこの煙には多くの有害物質が含まれていて、喫煙している人はもちろん、周囲の人の健康にも受動喫煙による悪影響があります！

受動喫煙による子どもへの影響としては、出生前には子宮内発育障害、成長してからは生活習慣病、乳幼児突然死症候群、乳幼児の呼吸器疾患などのリスクがあります。また、喫煙者がいるご家庭では、子どもが喫煙を開始しやすく、開始年齢も早くなりやすいことから、早期に健康への影響が起こることが懸念されます。



たばこはだんだん値上がりしています。昨年10月からは1箱20本入り540円（うち税金333.97円 61.8%）。今年10月には、さらに20円上がる予定です。また、改正健康増進法（令和2年4月1日施行）により、公共施設では、原則、屋内禁煙。屋外でも周囲に配慮することが定められました。だんだんと喫煙できる場は減ってきています。

家族から禁煙をすすめられたり、ご自分や家族の健康のために禁煙したいと思っている方！ 今からでも遅くありません。禁煙しましょう！

やめられないのはニコチン依存症だから！

たばこに含まれるニコチンは、脳に作用して快感物質であるドーパミンを放出させ快感や多幸感を生じさせます。ニコチンには麻薬にも劣らない強い依存性があり、

喫煙が関係する疾患

悪性腫瘍	肺がん 喉頭がん 食道がん 口腔がん 咽頭がん 胃がん	肺がんの リスクは10倍
循環器・ 脳血管疾患	虚血性心疾患 脳梗塞 くも膜下出血 腹部大動脈瘤 閉塞性動脈硬化症	心筋梗塞の リスクは3倍
呼吸器疾患	慢性閉塞性肺疾患（COPD） 気胸 呼吸器感染症 喘息の悪化	
消化器疾患	胃食道逆流症 胃炎 胃十二指腸潰瘍	
子どもへの 影響	子宮内発育障害 生活習慣病のリスク 乳幼児突然死症候群	
その他	糖尿病 不妊 認知症 歯周病 うつ	

切れてくるとイライラして落ち着かない状態となり、またたばこを吸いたくなります。そうして喫煙を繰り返してしまう状態がニコチン依存症です。依存症なので、ご自分の意思の力で禁煙を成功させるのは大変難しいです。

禁煙治療は？

一定の要件を満たし、ニコチン依存症として管理が必要と認められた場合は、健康保険が適用されます。12週間の治療で、自己負担は13,000～20,000円（3割負担の場合）程度です。要件を満たさない場合でも、自由診療で禁煙治療を受けることができます。

また、ニコチンの離脱症状を緩和し禁煙を助けてくれる薬がいくつかあります。ニコチンパッチとニコチンガムは、たばこの代わりにニコチンを補充して、離脱症状を軽くします。内服薬はニコチンを含まず、離脱症状を軽くするだけでなく喫煙による満足感も抑制するので、効果が高いといわれています。

*** 細木病院の禁煙外来（心臓リハビリテーション科）**

= 木と金の 16時～17時

*** 三愛病院の禁煙外来（内科） = 金・午前**

何度か禁煙に失敗している、一人でやめられなくて困っている方、たばこをやめたい方は受診してみてください。

細木病院

日本病院会高知県支部の 支部長に深田院長が就任



一般社団法人日本病院会高知県支部では、高知赤十字病院の浜口伸正先生の退任により、4月から支部長が細木病院の深田順一院長に交代し、5月22日の日本病院会の社員総会をもって、新たな任期がスタートしました。

日本病院会は、官公立から医療法人まで、設立母体もさまざまな全国の病院が集まる一大組織です。昨今、病院経営にかかる環境は、コロナ禍もあり、大変厳しい状況が続いていますが、微力ながら、この重責を精いっぱい務める所存です。本誌「じんせい」の読者の皆様からのご助言、ご提案は大歓迎です。よろしく願いいたします。（院長 深田順一）



細木病院のホームページ
<https://hosogi-hospital.jp/>



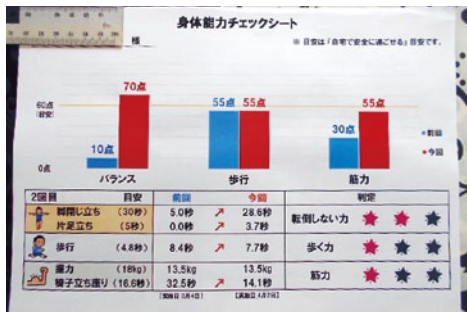
まっこと出前講座
<https://hosogi-hospital.jp/image/15438831920.pdf>

細木病院

高知市訪問型サービスC事業で生活が改善

高知市介護予防・日常生活支援総合事業の「訪問型サービスC事業」とは、住み慣れた家で、できるだけ自立した生活が送れるように、高知市が支援しているサービスです。具体的には、リハビリテーション専門職を短期間派遣し、家での動きや生活の工夫についてのアドバイス、外出方法を一緒に考え、地域の活動に参加できるようにしていきます。退院直後や外出困難等、生活に何らかの課題があり、短期集中的に支援することにより生活機能の向上が見込まれ、自宅等での生活が継続可能となる方で、要支援1・2または事業対象者の方が対象となります。この事業には、細木病院在宅部の訪問リハビリテーションも高知市に登録し実施しています。

今回、当院在宅部が関わらせていただいた事例をご紹介します。ある旦那さんが、高知市に、奥さんの足が弱って困っていることを相談したことから始まりました。高知市から委託を受け当院が運営している上街・高知街・小高坂地域包括支援センターの西本かがり専門相談員が、ご夫婦のご自宅にお伺いしたところ、奥さんは、椅子から立ち上がる動作では、前後に上身体を何度も揺らし勢いをつけて5分くらいかかっており、お風呂場での



動作も、旦那さんの介助がなくては入浴できない状態でした。しかし、介護保険のサービスや歩行器等は使いたくないという

意向があったので、「訪問型サービスC事業」を提案し、当院訪問リハビリの橋田寿恵理学療法士が短期支援をすることになりました。橋田理学療法士は、玄関の上がり框での転倒防止のための動作などを分かりやすく指導。奥さんは、見る見るうちに身体機能が改善していったと、このことで、「数年ぶりに隣町まで歩いて行けました」「知らないうちにいろんなことができるようになりました」と生き生きとした表情で話をしてくれました。旦那さんは「橋田さんの指導がすばらしかったから」と目を細めて語ってくれました。椅子から一人で立ち上がる動作を、どこか誇らしげに見せてくれた奥さんのうれしそうな表情が忘れられません。



加齢に伴い、できなくなってくるが増えてくると思いますが、専門職の的確な関わりがあれば、新たな道に進むこともできます。今回のご夫婦も、近く神社への参拝や買い物など、生活範囲の広がりとともに、明るい日々を送ることができるでしょう。

「訪問型サービスC事業」の利用期間は原則3か月まで。利用料は無料（消耗品等の実費負担あり）です。まずは、高知市上街・高知街・小高坂地域包括支援センター（☎088-871-5963）までご連絡なくご相談ください。

（在宅部長 廣井三紀）

まっごとネット細木 《7月の予定》

高知市上町5丁目4-1ピュアリフレビル1階

☎090-7788-1305

月～金（祝日休み）午前9時～午後4時

◆介護相談（相談無料）

月～金（祝日休み）午前9時～午後4時

◆俳句の集い

6日（火）午後1時30分～2時30分

◆生け花教室（お花代300円必要）

29日（木）午後2時～2時30分

◆いきいき百歳体操

毎週月と木（祝日休み）午前10時～11時

♥参加費は無料♥詳しくはホームページでご確認を♥

※新型コロナウイルスの影響で変更になる場合があります。

老人保健施設
あうん高知

マスクのご寄付をいただきました。
ありがとうございます！

大阪にお住まいの芝秀二さんより、マスク1ケース（2,500枚）のご寄付をいただきました。芝さんのお母様が、当施設関係事業所を利用されているご縁でお声がけくださったものです。入所者の皆さんの感染対策に活用させていただきます。



（副施設長 小松雅理）



老人保健施設
あうん高知

恒例行事「和っしょい!皆来い交流会2021」 ～今年は体験型で開催

コロナ禍の中、今年のアうん高知『和っしょい!皆来い交流会』は、感染対策を徹底し、規模を小さくして、職員の特技を生かした体験型イベント『バルーンアート教室』を開催しました。

「それでは、風船で犬を作しましょう」と、先生を務める職員と仮装した怪しげな助手職員が風船のねじり方から説明。利用者さんの横にも職員が付き添い、サポート体制はバッチリ。でも、利用者さんは、風船を使った創作活動は初めてで、時々、「パン!」と風船が割れる音にドキドキしながら作業を続け、完成した風船の犬は、バランスの取れた端正な作品もあれば、首の長〜い「これは犬?」と思わせるような作品など、個性的なでき



先生と助手

栄えとなりました。また、先生を務める職員の過去作品が紹介され、利用者さんから「ここはどうやって作ったの?」などの質問に、その場

で実演を交えて説明して見せるなど、笑顔と拍手で溢れる時間となりました。最後に、利用者さんには、ご自分の作った作品のほかに、鯉のぼりやクマ、ミッキーマウスなどの作品をプ



思い切って、ぎゅっ!

レゼントさせていただきました。今回は、体験型として工夫して開催しましたが、手を使うことに苦手意識がある利用者さんでも、職員が適切にサポートすることで、ご自分の手で作品を作るこの楽しさを感じていただけたのではないのでしょうか。

今後も、新型コロナウイルス感染予防を継続しながら、利用者さんに楽しくリハビリが提供できるように取り組んでいきたいと思ひます。

(デイケア・ファイト介護福祉士 宮内 清)

細木病院こころのセンター
精神科デイケア・フレンズ通信

ハロー★フレンズ

デイケア・フレンズでは、利用者さんの社会復帰に向けて、目標に応じて3つのコースを設定しています。

- ①就職、再就職を目指す方…就労準備コース
- ②復職(リワーク)を目指す方…リワークコース
- ③プログラムに参加する中で目標を定めていきたい方…コースを決めず個別設定

これは同じような目標を持つ方が、各コースのグループの中で、所属感や役割意識を持つことで、リハビリのモチベーションの向上を目的としています。そして、どのコースも共通して、“規則正しい生活を送る”ことをデイケアの治療の基本にしています。シンプルなことだと思われるかもしれませんが、これがとても大事なのです。

普段、私たちは、朝が来たら起きて、学校へ行ったり仕事に行ったり家事をしたりして日中活動をします。その間に食事をしたり、夜になったらお風呂に入って睡眠をとる、という一日の生活を送りますが、このリズムが崩れてしまう、例えば睡眠がとれない状況が続いた



精神科デイケアの役割 社会復帰に向けた取り組み



りするとどうなるでしょう?頭痛が起きたり疲れがとれないなど、体に影響が出て、さらには精神症状の悪化につながる恐れがあります。そのため、“デイケアに行く”ことが“1日の活動をリズムよくスタートする”きっかけになり、継続することで安定した生活を送れやすくなります。

各コースでは、利用者さんの望む将来や暮らしを聞き取り、目標を設定して社会復帰に必要なプログラムでトレーニングをしていき、その人らしい充実した社会生活を送れるようにリハビリを実施しています。

(認定心理士 黒岩恵子)

デイケア・フレンズの一日のスケジュール(例)

	活動
9:00	検温、予定決め等
9:30	朝礼、ラジオ体操
10:00	午前プログラム活動
11:30	休憩、個別活動
12:00	昼食
12:30	休憩、個別活動
13:30	午後プログラム活動
15:00	振り返り、個別活動
15:30	終礼





管理栄養士監修
お楽しみ“おやつ”レシピ

フルーツサンド (永野睦美管理栄養士作)

サンドイッチは、18世紀頃、イギリスのサンドイッチ伯爵が片手で食べられるようにと、パンで牛肉を挟んだことが命名の由来という説があります。

今回のフルーツサンドは、ふわふわのパンと甘いクリーム、フルーツのおいしさが一度に楽しめます。
(細木病院栄養管理室 永野睦美)



(作り方)

- ①パイナップルは縦半分に切り、芯と皮を除いて、厚さ5mmのスライスにする。
- ②キウイは皮をむき、厚さ5mmの輪切りにする。果物は水気をふき取る。
- ③ボウルに生クリームと砂糖を入れ、しっかりツノが立って跡が残るまで泡立てる。(立てすぎるとクリームが分離することがあるので注意)
- ④パンの片面にパレットナイフなどでクリームを塗り、果物を並べる。
- ⑤片面にクリームを塗ったパンを④の上に重ね、ラップで包み、冷蔵庫で1～2時間休ませる。
- ⑥きれいに切れるように、温めた包丁で4等分に切る。



フルーツサンド (12切分の材料)

- | | |
|-----------------|-------|
| パイナップル | 約1/4本 |
| キウイ | 1個 |
| サンドイッチ用食パン12枚切り | 6枚 |
| 生クリーム | 100ml |
| 砂糖 | 8g |
- (2切あたり130kcal、たんぱく質1.8g)

ひとくちアドバイス「カットのコツ」

- ・クリームと果物をはさんだら、冷蔵庫で休ませ落ち着かせます。
- ・パン切りナイフではなく、ある程度刃の長いよく切れる包丁を使いましょう。
- ・刃を直火にかざすか、熱湯にくぐらせ温めるとスーッと切れます。
- ・1回切るごとに包丁についた具を布巾などでふき取ります。

LAWSON

ローソン高知

インフォメーション

仁生会細木病院店

- 場所 細木病院新館地下1階
- 営業時間
月～金曜日 午前7時～午後7時
土・日・祝日 午前8時～午後6時

サテライト仁生会三愛病院店

- 場所 三愛病院本館1階
- 営業時間
月～金曜日 午前8時～午後6時
土曜日 午前9時～午後6時
*日・祝日は休み



ローソンでは、「国産うなぎ」のご注文受付中です!

お持ち帰り限定 無料券がついてくる!

対象商品はこのマークが目印です。

6/1(水)～7/22(木) 予約受付分まで

<ul style="list-style-type: none"> ・特上うなぎ蒲焼(1尾) ・特々うなぎ蒲焼(15尾) 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご予約の場合 ・プラス ・いすれか 	<ul style="list-style-type: none"> ・特上うなぎ蒲焼(3/4尾) ・うなぎ蒲焼(1/2尾) ・炭火焼切り半年産 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご予約の場合 ・ご予約の特典
---	--	---	--

対象商品: アサヒ十六茶 600ml、キリン生茶ほろし約茶 600ml、宇治茶 おいしいお茶がたてて支那茶 600ml、水餃子 じゃが芋の餃子、ゆずカキアミ等
※カップル以外は、特上・特々上ご予約のみ
※無料券はお持ち帰り限定です。

『早期 予約特典』

カップみそ汁または飲料の無料券をプレゼント!



『お渡し日』

7月23日～28日 (営業日時内)

『ご注文方法』

ローソンにカタログを置いています。詳しくは、店員までおたずねください。

ご存じですか!? ソーシャルワーカーからのミニ情報

セルフヘルプグループ (自助グループ) とは?



何らかの障害や困難な問題、悩みを抱えた人が、共通の問題を抱えている個人や家族とともに、当事者同士が自発的につな

がり、自主的に運営している集まりです。

例えば、認知症に関するセルフヘルプグループとして「認知症の人と家族の会」があります。主な活動内容として、世話人による電話相談、講師を招いた講演会や情報誌の定期発行などがあります。また、「認知症の人と家族の会」の中に、認知症の当事者や家族、関係機関スタッフなどが集まった「介護の悩みもちより会」があり、各市町村で地域家族の会として開催されています。

現在、65歳以上の4人に1人が認知症またはその予備軍といわれ、若年性認知症も増加の傾向にあります。新型コロナウイルス感染拡大予防対策のため、外出などの制限があり、孤独や不安を感じることもありますが、一人で悩まず、同じ悩みを抱えた仲間との情報交換、お互いに支えあい、よりよい生活を送れるよう相談してください。

詳しい内容等につきましては、市町村担当窓口や地域包括支援センター、または患者サポート室までお問い合わせください。

(患者サポート室長 辻美知子)

日高クリニック

〒781-2153 高岡郡日高村本郷滝ノ前7

☎ 0889-24-7785 (代)

院長 松本 和博 (日本小児科学会小児科専門医)

診療科	小児科・内科						整形外科
曜	月	火	水	木	金	土	土
午前	松本	松本	休診	松本	松本	松本	北岡 (隔週)
午後	松本	松本	休診	松本	松本	松本	—

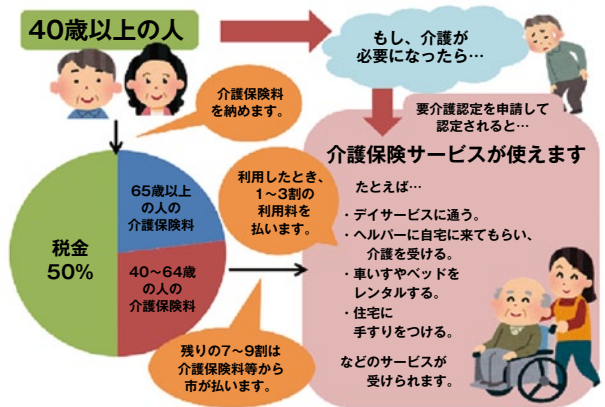


コスモス通信

介護や支援が必要と感じたら、「日高ケアセンター」までご相談ください!

今年3月末の日高村の人口は、4,946人と日高村のホームページに掲載されています。このうち、65歳以上の人口は、統計メモ帳(国勢調査などの統計データ一覧を表示するWebサービス)によると、日高村の人口の約40%を占め、介護保険を必要とする人口も年々増加傾向にあります。

平成12(2000)年から始まった介護保険制度は、市町村が保険者となって運営し、40歳以上の皆さんが加入者(被保険者)となって保険料を納め、介護が必要となった時には、費用の一部を負担してサービスが利用できるという、介護が必要となった高齢者とその家族を社会全体で支えていく仕組みになっています。定期的に見直され、その時代の社会背景に合わせて制度改正が行われています。介護保険を利用するには、一定の手続きや申請を行って要介護状態区分の認定を受ける必要があります。介護や支援が必要と感じたら、まずは各市町村にある地域包括支援センターや介護支援専門員がいる居宅介護支援事業所に相談しましょう。必要な介護や支援の度合いによって受けられるサービスは異なります。介護の知識を幅広く持った専門職である介護支援専門員(ケ



アマネジャー)等が、ご利用者やご家族の相談に応じ、中立公正な立場から最適と思われるアドバイスを提供します。

日高クリニックグループの居宅介護支援事業所「日高ケアセンター」でも、日高村および周辺にお住まいの方のご相談に随時対応させていただいています。住み慣れた故郷で安心して、その人らしい生活を支援できるよう、皆さんをサポートしていきます。

(日高ケアセンター管理者・主任 山中由美子)



