

かきつばた

2013年7月

第10号

あいち診療所野並
名古屋市天白区福池
2-330-2
TEL052-895-6637
平成25年7月10日発行

行事いろいろ

半年間を振り返って

2013年も半分が過ぎました。ついこの前、こたつの中で新年を迎えたような気がしますが、いつの間にか桜が咲いて、ツバメが飛来し、梅が香る頃も過ぎ去って、トウモロコシのお髭が色付く季節を迎えています。早いものですね。今回は、この半年間を彩った様々な行事を振り返ります。楽しい思い出に元氣をもらって、残り半年も生き生きと楽しくいきましょ!!

憩いの庄

1月 初詣



本年もよろしくお祈りします

2月 豆まき



それっ 鬼は外〜

4月 新海池にてお花見



桜を眺めながら友と語りました

5月 消防訓練



さあ、みんなで逃げましょ

農業センターまで遠足

5月



ブタさん、おっきいね〜



どれどれ わしがやったろう

通所リハビリ

山崎川にてお花見

4月



さくらをバックに
はいチーズっ

6月

回想法センター



鉄兜
重たいのねえ



懐かしい品物が たくさん

憩いの学校

春のお散歩

4月



ぼかぼか



気持ちいい

5月

こいのぼり

うろこは指でペタペタ
色をつけました



ゆらゆら してて たのしいなあ

健康あれこれ

【一汁一彩】

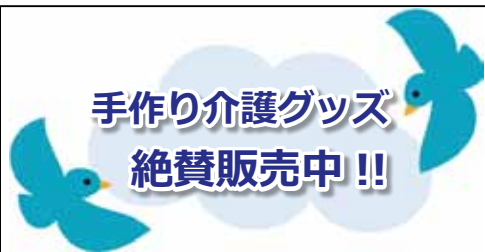
岸江 文明

日本の伝統的発酵食品である「みそ」は食生活に欠かせない食材のひとつであります。自然の力を借り作り出される発酵と熟成が私達の健康づくりに役立つ栄養成分を生み出します。大豆に麹を使って発酵させ増殖することでアミノ酸・ビタミン・ミネラルが増え栄養価が高まります。四季の旬野菜：春は新タマネギ、夏はみょうが、秋はサツマイモ、冬は大根など大地の恵みを受けて育った野菜達が持ち味を出し合い、そこにカツオ・昆布の相性が加わり旨味と風味をたっぷりと楽しませてくれるみそ汁は元氣の源です。

名古屋にはみそカツ、味噌煮込みうどん、どんな料理にも使うことの出来るチューブ入りみそだれ（あえて商品名は言いませんが？）など独自の文化から発生した食品が有ります。

みそを使ったお好きな料理で食卓を彩り楽しんで下さい。





手作り介護グッズ 絶賛販売中!!

憩いの学校を利用されている方の御家族様よりお知らせが届きました。
暮らしの中での工夫が行き届いたグッズとなっています。
多くのお母様方の力になれるよう販売もしています。
ご希望の方は **憩いの学校 (838 - 8878)** まで。

ロングU字クッション

横臥位の固定に便利です。



股関節にもいいし、背もたれ、
抱き枕にもなり、ラクチン!!



価格：3,500 円

V字クッション

チャックでカバーがはずせる
ので、洗濯もラクラク



価格：3,000 円

T字クッション

仰向けに寝かせる場合の
股関節の固定に便利です。



コンパクトで股関節にも good
オーダーメイドだからピッタリ
フィット!



価格：3,500 円

全てお子様のサイズに合わせて作成します。
御希望の生地をお持ち下さい。
(こちらで生地を用意した場合、
+1,000 円頂戴いたします)

足先を冬の寒さから守る



フリース素材の
レッグウォーマー



雨の時には
レインブーツ仕様



エプロン



バギー用シートカバー

活動団体のご紹介 ぽれぽれ

私たちは 16 歳～ 19 歳の障害を
もつ子供の母親のグループで
す。子供たちの暮らしの中で役
に立つクッションやエプロンな
どを手作りしています

四月からお世話になっています
山田八郎です。
元気で明るく楽しくが取り柄です。
“思いやり 我が身を置いて 先を見
る”
この頃の心境です。



山田 八郎



桜井 美加

ご利用者様の笑顔を糧に、初心を忘
れず日々精進、日々邁進していき
たいと思います。
どうぞ宜しくお願いします。

新人紹介

今年の 3 月に事務に入りました「ま
たば」です。まだ不慣れで受付から
会計まで時間がかかりますが、一日
も早く慣れる様に頑張っています。
宜しくお願いします。



又場 まゆみ



野崎 節子

初めまして野崎と申します。
去年の十月より野並デイケアでお仕
事をさせていただいています。利用
者様に笑顔で接することを心掛け
たいと思っています。
よろしくお願いします。

サービス改善のためご意見をお寄せください

慢性疾患で定期的に通院されている方からはご意見を頂く機会がありますが、たまにしか受診されない皆様のご意見をうかがうことは難しく、「受診したが良くならなかつたので別の医療機関に行った」ということもあるかと思えます。医師として診察させていただいた患者さんがどうなったかはいつも気になることです。そこで先日、この1年以内に受診され、その後来院のない皆様にお手紙を差し上げ、その後の経過をお聞かせいただきました。今後感冒などで受診された皆様に診察後その後の経過をお知らせいただくためのアンケートをお配りさせていただきます。お名前はなくてもかまいませんので是非ご協力ください。

また、住所とお名前を頂けた皆様には毎月発行の「かきつばた」をお送りさせていただきます。

先日次のようなご意見を頂き対応を改善させていただきました。貴重なご意見ありがとうございました。

意見：「有料でもいいのでマスクを置いて欲しい」

A： 外来の改装前には張り紙でマスクを10円でお分けすることを掲示していましたが、改装後その掲示が抜け落ちてしまっていました。このたび外来に再度掲示させていただきましたお申し出頂いた方には無料で配布することといたしました。

意見：「処方された薬が薬局になく、薬局を探した揚句に手に入ったのは翌日午後だった。薬が置いてある薬局を紹介するなどしてほしい」

A： 大変ご迷惑をおかけして申し訳ございませんでした。当院には門前薬局がなくご迷惑をおかけしています。感染症対応薬など急いで服用する必要のある処方について、大人用、子供用ともに近隣薬局の在庫状況を確認し、どこでも調剤が受けられるような薬を処方できるよう3人の医師間で調整致しました。また、いつもご利用の調剤薬局がおありの場合その薬局にある薬を調べたうえで処方するなどきめ細かい対応に心掛けます。

子供の風邪薬

最近12才以下のお子様には、市販の風邪薬は飲ませるべきではないとの報告が相次いでいます。市販薬だけでなく私たちが外来で処方してきた薬の多くも効果はなくむしろ害の方が多いので使用を控えるべきとされているものが増えています。風邪薬の処方に関しては主治医にご相談ください。よろしくお願いいたします。今後、かきつばたでもご紹介していきます。

(院長)

第一回 認知症コラム 『ふたつの新聞』 野村 秀樹

息子さん家族と一緒に暮らしていた、認知症の男性のお話です。若いころは毎朝新聞を読んでから会社に出かけていました。退職してからは息子が読んで出勤した後に読むのが日課となりました。この方が認知症になって困ったことが起こりました。昔の習慣を思い出したので、朝一番に新聞を自分の部屋に持ち込むようになりました。親子で毎朝新聞の件で喧嘩です。その場では父親があとから読むと話がまとまっても、翌朝にはすっかり忘れて新聞を持ち込んでしまいます。ある時は、息子が父親よりも先に新聞を取り込みました。そうすると、今度はご近所の新聞を持ってくるようになってしまいました。結局、新聞を2部とるようにしたところ、父親は何事もなかったかのように1部だけ持ち込んでゆきました。認知症の方との生活でのちょっとした工夫のひとつでした。

隔月連載で、もの忘れ相談医の野村先生に「認知症に関するコラム」を書いて頂きました。次号は、野津先生の「街の風景」です。お楽しみに♪

厨房より

食物センイが腸の働きを整える

● 旬の食材「おくら」

オクラのおかか和え



成長の早い野菜で、日本には江戸の末期に渡来しましたが、普及したのは1965年ごろからです。独特のヌメリを持ち、古代エジプトでは紀元前2世紀から栽培されていたとの記録がある歴史の古い野菜です。ヨーロッパでは「レディス・フィンガー」と呼ばれ人気があります。

ペクチンは血糖値の上昇を抑える働きがあるので糖尿病の予防に有効。ムチンのネバリが胃の粘膜を守るので胃潰瘍予防にも効果があるそうです。

あいち診療所野並

	月	火	水	木	金	土
午前	畑	畑 野村	岡崎	畑	畑 野村	岡崎
午後	畑	畑	畑	畑	野村	
もの忘れ 相談外来	2時～5時 野村		夜9時まで			

診療時間 午前 9:00～12:00
午後 4:00～7:00 木曜日は夜9時まで

予約制 もの忘れ相談外来
毎週月曜日 午後2時～5時

あいち診療所滝の水

	月	火	水	木	金	土
午前	岡崎	岡崎	野村 11時～12時 もの忘れ 相談外来	岡崎	岡崎	

診療時間 午前 9:00～12:00

予約制 もの忘れ相談外来 一般外来と同時にいきます
毎週水曜日 午前11時～12時

医療法人 あいち診療会

あいち診療所 野並
052-895-6637

あいち診療所 滝の水
052-878-1212

のなみ居宅介護支援事業所
0120-890-709

のなみ訪問看護ステーション
052-895-5806

滝の水 憩いの庄
052-878-1751

滝の水 憩いの学校
052-838-8878

おさらい (前号までに掲載した大事なお知らせ)

時間外診療

黄色い旗が照明されているか青色の回転灯が回っているときは、時間外でも診察が行えます。時間外専用番号 **891-5955** までお電話下さい。

発熱・下痢の時は。。

来院前にお電話下さい。待ち時間が少なく診察できるように致します。
895-6637

連絡が無い場合、待合室を利用いただけない場合がございます。

※秋祭りの企画も募集しています。楽しいアイデアをお寄せ下さい。

わいわい倶楽部

月会費500円で送迎致します。
(一人で車の乗り降りが可能な方に限ります)



予防接種

予約制で短い待ち時間で行います。
(相談が無い方に限ります)
予約した時刻前までにご準備下さい。
前の方の診察が終わり次第、診察致します。

かひるんるん

編集後記

荒木大輔

梅雨に入り、鬱陶しい天気が続いています。この季節に怖い食中毒ですが、今回はその犯人たちのお話。

食中毒の主な原因の1つは、食品の中で細菌が繁殖することにあります。細菌は繁殖する時に、周りのものを分解・変質させます。これが『腐る』と言う現象です。「嫌な奴らだ、いらんことして」と思うかもしれませんが、一概に厄介者扱いもできません。なぜなら、食卓に欠かせない醤油や味噌なども同じ働きで作られるからです。細菌が出すものが人間に有用なら『発酵』、良くないものなら『腐敗』と分けるだけで、科学的には全く同じ現象です。「あんな腐った豆」という納豆嫌いの常套句も、案外的を射ているのかもしれません。

細菌が繁殖すると大抵『腐敗』します。その中から有益なものを探して利用する『発酵』は、奇跡的な偶然と人間の叡智の結晶です。そう考えると、この黴パンも無限の可能性を秘めた崇高なものに、見えてきませんか。(たとえ見えても決して食べてはいけませんよ。)

