医療法人 芙蓉会 通信

みなみん

第4号

2015年11月発行

みなみんは地域の皆様とご一緒にできるかぎり元気で、
たとえ人の助けが必要になっても安心して住み続けることができる
まちづくりの知恵を出し合っていきたいと思います。

ダイサギはこの辺りで見られる中では最も大きな鳥です。
宮山昇様(大野城市若草)が当院近くの牛頸川で撮影されました。

発行：医療法人 芙蓉会

■ 筑紫南ヶ丘病院
■ 南ヶ丘訪問看護ステーションききょう
■ ケアプランサービス「南ヶ丘」
■ メディカルケア南ヶ丘

医療法人 芙蓉会 ☎ 092-595-0595
HP http://www.minamigaoka.jp/
〒816-0971 福岡県大野城市大字牛頸 1034-5

筑紫南ヶ丘病院でクリック！ 筑紫南ヶ丘病院 検索

芙蓉会職員のおしゃべりタイム

＊＊＊＊＊＊ 職員旅行レポート ＊＊＊＊＊＊

永平寺、飛騨高山、上高地。五感で秋を満喫しました。

9月、10月、二班に分かれて二泊三日の北陸・信州の職員旅行が行われました。
11月には二班が湯布院日帰り旅行に行きます。

初日の雨の中の永平寺、2日目の白川郷、上高地を散策して楽しく心が癒されました。食事も大変美味しく、お酒も楽しめて、3日間（2泊3日）満喫出来て良かったです。 K.I さん

白川郷では世界文化遺産を見て、生活の様子を伺う事が出来、紅葉も素晴らしかったです。皆でどぶろくの回し飲み美味しかった!上高地は少し寒かったが雄大な山、川を眺め散策、温かい野沢菜のおやきとても美味しく、心に残る楽しい旅行でした。 H.H さん

私の一押し!!

読書の秋に、とっておきの一冊をご紹介!

『一〇三歳になってわかったこと』(幻冬舎)。筆者は墨を使った抽象表現を得意とする美術家 篠田桃紅さんです。

この本は40ほどの短い文章から成っています。だから胸がざわついて落ち着かないときなどにもどうぞ。どこをパッと開いても、すーっとしみ込んで心が軽くなります。説教臭いところがありませんから、心の凝りばかりか、肩凝りまで治りそうです。生涯独身。「ときにはその日の風まかせにする。私ほど無責任な人はいないでしょう。」と言い放つ筆者の、ごく自然に一人で駆け抜けてきた人生は痛快です。 古瀬 師長

マイレシピ【簡単本格派】

五目チラシ
「刻み吉四六漬け」を使って

新米のおいしい季節、無性に寿司飯が食べたくなりませんか?

日田出身の友人から教えてもらいました。炊き立てのご飯(炊く時にみりん少々を入れるとツヤがでます。)に、市販の「刻み吉四六漬け」を混ぜ、すし酢で味を調えるだけ。あとはお好みで錦糸卵や細切り海苔をのせます。

すし酢は市販のものがない時は、米1合に対し「塩小さじ1、酢と砂糖大さじ1.5」と覚えておいて下さい。

「刻み吉四六漬け」は西鉄ストア太宰府店にはありました。

N.K さん

更なるスキルアップを目指して
2名が認定看護管理者の教育課程修了

このたび、吉本智里師長と橘鷹美佐子主任が国際医療福祉大学の認定看護管理者教育課程を修了しました。仕事と学業の両立、大変だったことでしょう。本人の努力はもちろんですが、支えてくれた周りの職員にも感謝したいと思います。今後の益々のご活躍を期待しています。

看護部長 三好富士子

クリスマス会のご案内

12月17日(木)14時からクリスマス会を開催いたします。今年も平野保育園の園児の皆さんが来てくださるほか、バイオリン伴奏による声楽も披露されます。是非お越しください。

健康教室スケジュール（11月～12月）

どなたでもお気軽にご参加ください!（要予約）

11月26日(木) ◎11:00～12:30	栄養サポート・ランチの会 (栄養に関するお話とお食事会)
12月16日(水) ◎14:30～15:40	予防しましょうインフルエンザ! ノロウイルスは怖い! 「冬場の健康管理について」
	あなたはレントゲンと放射線の違いを知っていますか? 「放射線のいろいろなお話」

《お申し込み・お問い合わせ》
筑紫南ヶ丘病院　連絡先：092-595-0595

各階思い思いの

離床プロジェクト

体が伸びる！ 会話が弾む！ 笑顔がひろがる！

5F

職員手作りの金魚すくいゲーム。皆さん熱心に金魚を追いかけていらっしゃいます。

もうすぐクリスマス！病棟でも準備が進んでいます。

ロビーに飾り付けをする壁面画つくりの様子です。折り紙を一つ一つ貼り付けていきます。

金魚が布の上で飛び跳ねています。

4F

主にリハビリ体操・ロビーにある壁面飾り作り、ぬり絵等を行なっています。週に1回は玉入れ、輪投げ等いろんなゲームをして体を動かしています。患者様の笑顔や発語、また意外な一面も見られる様になってきました。

2F

○○月○○日　ある日の「離床プロジェクト日誌より」

ぬり絵、輪投げの二手に分かれる。NさんがWさんに「これは何の色がいいと思う?」と聞きながらぬり絵をされていた。

「なぞなぞ」を全員で輪になって行った。答えない方も一生懸命考えておられた。答えた方は嬉しそうにされておられた。退出する際、拍手や笑顔もみられた。

体操の後3曲歌った。皆さん歌はお好きで、大きな声で歌って下さった。

リレー連載

地明人（ちめいじん）② 地いきを明るくする人

南ヶ丘1区の体育委員 平河 重徳さん

「活動の拠点南コミュニティセンター」

「人の縁を大切にして生きてきました。気が付くと、心地良い人の輪ができていました。」

団地から移り住んで30年。「良い街です」とおっしゃいます。定年退職後先輩に誘われて公民館の体育委員さんに。地域の運動会がメインの行事。「子どもたちが中心」をモットーに楽しい運動会を心がけておられるそうです。また交通安全指導員として、登下校の見守りや小学校での交通安全教室で自転車の乗り方の講習。その他老人会のお世話も。活動はこの区のみにとどまりません。各区の委員さんは南コミュニティセンターの委員さんも兼ねておられるからです。ここでは7区合同で健康教室などの行事、コミュニティバスの運営、おタスケさん(買い物のお手伝い)などの制度の整備など、様々な活動が活発に行われているそうです。

独立したお子さんたちはお孫さんとともにそれぞれ近くに居を構え、次男さんが始めた居酒屋南ん子は8年目を迎えました。次世代の地域の担い手もしっかり育っています。穏やかなお人柄の平河さん。「人と争うのが嫌い」とおっしゃる優しい心の持ち主でした。

次回は「紫台」の古賀様 にご登場いただきます。

連載 地域包括ケアシステムって何？

認知症への関心がつなぐ人の輪『つつみカフェ』に行ってきました。

10月26日、福岡市城南区の堤公民館の「つつみカフェ」にお邪魔しました。認知症の方や介護されている方が気軽に立ち寄れるカフェを作ろうということで2年前から月1回開かれています。閑静な住宅街にある公民館には10時の開店を待ちかねたように沢山の方々がやってきて、フロアはすぐに笑顔や笑い声が溢れる空間になりました。16時の閉店まで人の波が途切れることがないそうです。

平成21年と24年に堤公民館で行われた「認知症サポーター養成講座」に参加された方々の「行動したい」という思いから始まったカフェ。今では認知症の方やご家族に留まらず、近くの児童養護施設や障害を持っている方々、また小さなお子育さん連れの若いお母さんたちも立ち寄り、ひいては元気高齢者の生きがい作りの場にもなっているそうです。

この講座も、認知症の家族の介護のためにサークル活動から離脱する人が増えていく事に寂しさを感じておられたという堤地区自治協議会の山口会長ら地域の方々と、施設だけでは認知症の方の人間らしい生活を実現できない、と限界を感じておられた地域内にある小規模多機能施設の党さんら事業所の方々の思いに、行政や社会福祉協議会が協力して実施されたものだそうです。

寸劇で認知症への理解を広げたいという思いで結成された「劇団つつみ」も好評で、遠方からお呼びがかかることも。

その横断的で持続可能な取り組みが評価され、この度ユニバーサル都市・福岡賞の最優秀賞を受賞されました。

この堤地区の先駆的な取り組みは、地域を超えて広がりをみせ、福岡市内では約40か所で地域カフェが取り組まれています。また、地域内に「おとな110番」を作ろうという声も上がるなど、アイデアがどんどん出てくるつつみカフェ。意外にも、全く当番やスケジュールはほとんど決めておらず、行き当たりばったりの展開や失敗を楽しもうというゆとりが感じられます。私たちの地域でも何かできるのでは、という気持ちをお土産に、それとおいしいカシワおにぎりも頂いて帰りました。

◀カフェを訪れた方に、堤地区でこれからどんな事をしていきたいかをシールで投票してもらうボード。

◀一角には相談コーナーも設けられています。

シリーズ

芙蓉会の縁下力（えんげりょく）③ 縁の下の力持ち

20年間ありがとうございました。売店の中村さん

南ヶ丘病院のオアシス、売店の肝っ玉母さん

本当に残念のひとことですが、中村さんの売店が10月末で幕を閉じました。中村さんに癒され、叱咤激励され、救われた患者様、ご家族、職員は数え切れません。ベテランであろうと新米であろうと、お金があろうとなかろうと、どんな人にも態度を変えず、精一杯誠意を尽くす中村さん。玉をころがすようなお声が聴けなくなったのは残念ですが、どうぞお元気で。

感謝の寄せ書きが沢山寄せられました。

中村さんからひとこと

「約20年間、楽しく皆様と触れ合い、大切にお付き合いして頂きまして本当にありがとうございました。沢山の方々に暖かく見守って頂いて、感謝の心でいっぱいです。道々でお顔を合わせた時はお声をかけてください。長い長い間売店をご利用頂きまして心よりお礼申し上げます。」