

# うちだより

2020年  
vol.12

uchi-dayori ご自由にお持ち帰りください



## 『特集』

認知症シリーズ⑤  
アルツハイマー型  
認知症のケア

「地域と繋がる」医療機関編  
地域密着型通所介護「デイサービスセンターやまびこ」の紹介  
2020年度もみのき病院診療体制について  
令和元年度 入退院支援事業に参加して  
短期入所宿泊施設「ショードステイ森の里」の紹介  
高知の子育て応援!!  
お風呂のススメ

## 外来案内 (外来担当医は変更することもありますのでご了承ください)

### 内田脳神経外科

【診療時間】 8:30~17:30

※診察は予約制です。前日17:00までにお電話ください。  
急患、土・日・祝日の診察も行なっています。

		月		火		水		木		金		土	
脳神経外科	午前	内田	目代	河野	内田	森本	目代	三宅	内田	桑原	目代	三宅	(交代)
	午後	内田	森本	河野	内田	上村	福岡	内田	桑原	上村	中井	上村	

### リハビリテーション病院 すこやかな杜

【診療時間】 8:30~12:30 / 13:30~17:30

【受付時間】 8:00~12:00 / 13:00~17:00

【診療予約】 内科、脳神経外科(内田医師)の診察は予約制です。

【休診日】 土曜午後・日曜・祝日

		月		火		水		木		金		土
内科	午前	池上	朝日	池上	小野	笹岡	笹岡	武市	池上	朝日		(交代)
	午後	笹岡	武市	武市	小野	朝日	小野					
脳神経外科	午前				内田							
	午後					福岡						
整形外科	午前	澤田	澤田			澤田	澤田					
	午後	澤田	澤田			澤田	澤田					
小児科	午後				立岡							

### もみのき病院

【診療時間】 8:30~12:30 / 13:30~17:30

【受付時間】 8:00~12:00 / 13:00~17:00 ※内科は11:00 / 16:00まで、眼科は11:30 / 16:30まで

【診療予約】 一般小児科外来以外の診察は、予約制です。前日16:00までにお電話ください。

【休診日】 日曜・祝日 ※急患は随時診療を行なっています。

		月		火		水		木		金		土
脳神経外科	午前	森本	有光	目代	有光	森本	森本	三宅	福岡	森本	有光	(交代)
	午後	森本		三宅	濱田	森本		三宅		森本	禁煙外来 (予約) 15:00~	
内科	午前	中嶋		中野		大川内		中野		大川内		佐藤
	午後	大川内		大川内	山田	大川内	中嶋	大川内	中嶋	大川内		
小児科	午前	中山		三宅(典)	立岡	三宅(典)		中山		三宅(典)		(交代)
	午後	中山		三宅(典)	立岡	中山		中山/立岡		中山		(交代)
	夜間診療 18:00~20:00	中山				中山				中山		
眼科	午前	内田(邦)		岡田		岡田		岡田		内田(邦)		(交代)
	午後	岡田		岡田		内田(邦)		岡田		内田(邦)		
放射線科	8:30~16:30					吉田						
緩和ケア ペインクリニック	9:00~12:00			神原/田所		神原/田所				神原		
	13:30~17:00	神原				神原				神原		

## CONTENTS(もくじ)

読み聞かせの効果  
理事長 内田 泰史

01 『特集』認知症シリーズ⑤  
理事長 内田 泰史

03 「地域と繋がる」医療機関編  
内田グループ

05 地域密着型通所介護  
「デイサービスセンターやまびこ」の紹介  
医療法人 恕泉会 内田脳神経外科

07 2020年度もみのき病院診療体制について  
医療法人 治久会 もみのき病院

09 令和元年度 入退院支援事業に参加して  
医療法人 恕泉会 リハビリテーション病院 すこやかな杜

11 短期入所宿泊施設  
「ショートステイ森の里」の紹介  
社会福祉法人 ふるさと会

13 高知の子育て応援!!  
学校法人 日吉学園 もみのき幼稚園・めだか園

14 お風呂のススメ  
天然温泉 はるのの湯

15 けんこうれしび

16 考えるひととき 第10回 まちがいさがし

17 医師紹介

19 内田グループ 施設案内  
外来案内

表紙写真「ラグーンとハイビスカス」  
撮影者：川村 彩子

# 読み聞かせの効果

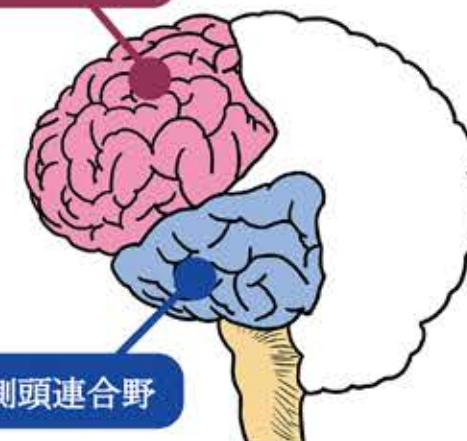
理事長 内田 泰史

近年、子どもたちが成長するにつれて、「読み聞かせ」の機会が減っているのではないだろうか。「読み聞かせは、良い」と言われます。この時期、今一度「読み聞かせ」の効果を探ってみましょう。

言うまでもなく、私たち人間は文明を持っていて、文化的な生活をしています。サルに比べても脳の「連合野」というところが大きく発達しているのです。特に前頭連合野は動物の中でも最も大きく発達しています。また、サルには左脳の側頭連合野の言葉についての機能が全くありません。

前頭連合野

側頭連合野



「音読ほど脳が活発に働く事例はほかにない」と言われますが、機能的MRIで測定してみたところ、読んだり聞いたりするときには、左側の側頭連合野が懸命に頑張っていることがわかりました。お母さんの前頭連合野でも、音読より読み聞かせの方がより活発な変化がみられます。

読み聞かせはお母さん側から子どもの「心の脳」に働きかけているのかもしれない。言葉が分かっているかどうかに関係なく、読み手の気持ちが「心の脳」に届いて子どもの気持ちを動かしているのです。背中からでもいいので、子どもに声を掛けてみましょう。子どもは聞いています。また、寝る前の読み聞かせは子どもに正しい生活のリズムをつくっていきます。是非、生活に取り入れてみましょう。



## 『特集』

## 認知症シリーズ⑤

## アルツハイマー型

## 認知症のケア



アルツハイマー型認知症は、進行とともに記憶の障害、動作の障害が重層的に出現し、日常生活のさまざまな行為に障害を来たしてきます。

初期の頃には、エピソード記憶の低下による混乱や不安感が出現し、進行してくると動作がうまく行なえない、道具を上手く操作できないなどの高次脳機能障害（視空間構成症状、視念運動失行、視念失行、着衣失行など）、さらには行動・心理学的症状と呼ばれる症状も多く出現してくるようになります。

時期により出現する症状も違ってきますが、基本的には個人のもつ個性や生活環境により、個性性の高い様相（症候）を呈することが多いとされています。これらを念頭に置きながら、日常生活における行為の障害を理解し、適切な対応や環境調整を行なうことが必要です。

アルツハイマー型認知症のケアと介入の視点としては、Gilling（ギトリン）らはアルツハイマー型認知症の作業療法実施に向けて、さまざまな生活行為に影響を及ぼす認知機能の評価の重要性を述べています。また、Corcoran（コーコラン）らは認知機能障害の程度に即した活動提供や生活環境の整備を行なうことで、ケアをスムーズに実施することができると述べています。

行動障害のある人へのケアには、その都度実際のケアに先駆けて念頭に

置くべきことがあります。まずはその人を尊重すること、大切にすることが大事です。

そして、次のことを頭に入れておきましょう。

①機能障害（特に認知機能）に由来する症候の整理  
記憶障害、注意障害、高次脳機能障害などの影響や、情報入力そのものが難しいかなどを整理する

②生活史・個人史（個人の物語）に由来する  
個人の動作手順や癖、考え方などの収集  
洋服を着る手順、仕事の内容や行程、趣味など

③環境要因による影響  
鏡の前では鏡現象を誘発し混乱を助長する、ざわついた環境では集中できないなど

実際の場面では、行為の遂行に影響を及ぼす要因は流動的・偶発的なことが多く、そのため今この瞬間に高次脳機能障害が影響しているのか、記憶障害が影響しているのかを整理できないことも多くあります。本人の仕草や周辺の環境などを注意深く観察して目の前に見られる動作の意味付けを行なう視点（行動分析）が大切です。

今回は、実際のアルツハイマー型認知症のケアの具体例を挙げて、その対応をご紹介していきます。

最後に、生活習慣病のコントロールも忘れなく。

詳しくは当院まで  
お問い合わせください。



● 内田 泰史 うちだ やすふみ

昭和45年 京都大学医学部卒業  
昭和56年 高知医科大学 脳神経外科 講師  
昭和62年 チューリッヒ大学 脳神経外科 留学  
平成 2年 医療法人 恕泉会 内田脳神経外科 開院  
平成 5年 医療法人 恕泉会 介護老人保健施設 ピアハウス高知 開設  
平成 8年 社会福祉法人 ふるさと会 総合福祉施設ヘリオス 開設  
平成10年 医療法人 治久会 もみのき病院 開院  
平成19年 医療法人 恕泉会 リハビリテーション病院すこやかな社 開院  
平成22年 学校法人 日吉学園 認定こども園もみのき幼稚園・めだか園 開園  
平成31年 学校法人 日吉学園 森の小学校 とさ自由学校 開校

## 【所属学会】

日本臨床脳神経科学会 理事  
日本認知症予防学会 評議員

## 【認定】

日本認知症予防学会認知症予防専門医  
日本認知症予防学会認知症予防専門士指導者  
認知症サポート医養成研修 修了  
かかりつけ医認知症対応力向上研修 修了

内田先生の外来時間は、裏表紙の「外来案内」を参照ください。



# 「地域と繋がる」医療機関編

ご自身やご家族の方が病院を受診しようとした時、また、かかりつけ医を選ぶ時など、何を重視して病院を選ばれていますか？  
 内田グループには3施設の医療機関があり、各医療機関の強みを読者の皆さんにわかりやすいようにまとめてみました。  
 健康診断やセミナーなど、気軽に日頃からご利用していただき、「この病院を利用してよかった」と思っていたただけるように、日々、成長していきたいと思っています。



## 内田脳神経外科

創立30周年を迎え  
更なる発展を目指す

入院は脳卒中の方や認知症の方を積極的に受け入れ、リハビリ病院と同等のリハビリも提供しています。また「訪問リハ、訪問看護、通所リハ、通所介護」の併設事業所も充実しており、地域で暮らすサポート体制が整っています。

### 強み

- <外来>
- ◆脳ドック
  - ◆特定健康診査
  - ◆脳の健康を守る外来



### <当院独自の取り組み>

- ◆抗加齢ドック
- ◆ポトックス療法
- ◆脳卒中・生活習慣病セミナー
- ◆認知症のおはなしと相談
- ◆外出支援

### <その他>

- ◆有床診療所
- ◆365日診療体制

📍 高知市塚ノ原37

☎ (088)843-1002

📅 休 365日診療（予約制）

🅐 専用駐車場あり（無料）

📍 ひしゃくだ  
【バス】 杵田市商前  
【JR】 高知商業前  
【電車】 鏡川橋



## もみのき病院

患者さんのための  
最善の地域医療を提供

一次脳卒中センターとして脳卒中の急性期医療と、がん治療と並行した緩和ケア医療を提供しています。治療実績は5千例以上で、在宅療養や身体機能が回復に向けて多職種が専門性を発揮し、チーム医療に取り組んでいます。

### 強み

- <外来>
- ◆ガンマナイフ治療
  - ◆脳ドック ◆企業健診
  - ◆緩和ケア外来
  - ◆睡眠時無呼吸症候群の検査
  - ◆上下部消化管内視鏡検査
  - ◆小児発達外来、夜間診療



### <当院独自の取り組み>

- ◆一般向け健康講座「もみのき大学」

### <併設事業所（高知市委託業務）>

- ◆病児病後児保育事業「もみくんち」

### <その他>

- ◆病床数60床（一般48床、緩和ケア12床）

📍 高知市塚ノ原6-1

☎ (088)840-2222

📅 休 日曜、祝日 ※診療科によって異なるため、詳しくはHPを参照ください。

🅐 専用駐車場あり（無料）

📍 ひしゃくだ  
【バス】 杵田市商前  
【JR】 高知商業前  
【電車】 鏡川橋



## リハビリテーション病院 すこやかな杜

田園風景が広がる  
自然に囲まれた病院

入院早期からケアマネジャーをはじめとする地域支援者との繋がりを大切にし、の生活を支えるリハビリとして「外来リハ、訪問リハ、通所リハ」が揃っています。それぞれが専門知識を持つスタッフが連携して行なうチーム医療が強みです。

### 強み

- <外来>
- ◆経鼻内視鏡検査
  - ◆糖尿病専門外来
  - ◆ポトックス療法
  - ◆大腸ファイバー
  - ◆禁煙外来
  - ◆マイクロアレイ血液検査
  - ◆リウマチ、腎臓病専門外来



### <当院独自の取り組み>

- ◆健康セミナー（すこやか大学など）
- ◆外出支援

### <その他>

- ◆病床数（回復期リハ60床）

📍 高知市春野町芳原1316-1

☎ (088)837-2345

📅 休 土曜午後、日曜、祝日

🅐 専用駐車場あり（無料）

📍 くわじわかれ  
【バス】 桑地別



※診療時間や予約についての詳細は、裏表紙「外来案内」を参照ください。

# 地域密着型通所介護 「デイサービスセンターやまびこ」の紹介



うちひめ

## 地域密着型通所介護とは？

認知症や要介護の利用者様が、可能な限り住み慣れた自宅や地域で生活を送れるようにするための支援です。

介護をするご家族の負担軽減や、介護が必要な高齢者の孤立感解消、食事、入浴、心身の機能維持などを目的として実施している日帰りの通所介護（デイサービス）です。

## デイサービスやまびこの特徴

やまびこは1日定員12名と少人数に向けたデイサービスを提供しており、アットホームな雰囲気でご利用いただけます。送迎サービスもあり、9時45分～16時までサービスをご利用いただけます。

だけです。

やまびこでは『料理作り・畑での野菜作り・屋外活動（外出・買い物）』に力を入れ、コスモス見学や初詣などへ行き、歩く、見る、匂う、音（風や人の声など）を聞く、時には味わうことで五感を刺激し、また季節を肌で感じることで認知症予防に努めています。

## やまびこハローワークについて

やまびこでは、家庭の延長のような生活リハビリを中心とした『自己選択・自己決定』を取り組みとするハローワークを行なっています。

生活リハビリでは、お米研ぎや食器洗いなどの日常生活に必要な動きを行なえるようにすること、自宅での実践につながる、在宅生活が継続できるように支援することを目的としています。

また、働くことにより施設内通貨《ぜよ》を受け取り、施設内の行事やフリーマーケットでの買い物、そしてゼヨクラブなどを利用して楽しんでいます。

## やまびこでの活動風景

やまびこには小さな畑があり、季節の野菜を利用者様と育て、採れた野菜で煮物やお味噌汁を作ったりと男女関係なく調理を行なっています。



▲お味噌汁作り



▲お米研ぎ中



▼大国様へ初詣



▼屋外歩行中、バス停で休憩

お気軽にお問い合わせください。

《お問い合わせ先》

内田脳神経外科 デイサービスセンターやまびこ

☎ (088) 843-3484 8時30分～17時30分（日曜日を除く） 担当：秋山

## やまびこ一日の流れ

### 9:45 やまびこ到着

- ・健康チェック
- ・日記の記入（健康チェックの内容、今日の予定を記入）
- ・やまびこハローワーク（自己選択・自己決定し、本日のお仕事を決める）

### 10:00 お茶の時間

- ・活動（体操・屋外歩行・行事など）

### 12:00 昼食

- ・バイキング形式で食べたい量をご自身で取ります

### 13:30 趣味活動

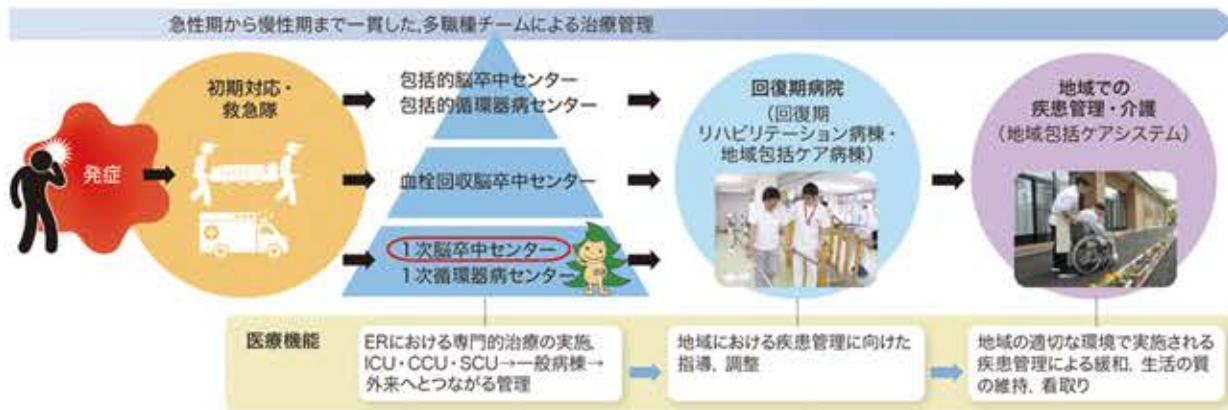
- ・施設内通貨《ぜよ》の活用、脳トレ、リハビリなど

### 15:00 おやつ

- ・日記の記入（写真を見ながら一日の感想を記入）

### 16:00 帰宅





【出典】日本脳卒中学会、日本循環器学会、脳卒中と循環器病克服5か年計画、2016より

# 2020年度もみのき病院 診療体制について



## 一次脳卒中センターとして

2018年12月に「脳卒中・循環器病対策基本法」が制定されました。脳卒中診療の均てん化を目標に、いよいよ脳卒中センター化がはじまります。当院は2019年12月に日本脳卒中学会より一次脳卒中センターの認定を受けました。しっかりと役割を果たせるよう、現在体制づくりをしています。

医師の人事面においては、2019年4月より高知大学医学部脳神経外科学医局から赴任されていた樋口眞也先生が1年間の任務を終了し、2020年4月に高知大学医学部災害・救急医学講座へ移られました。樋口先生に代わって濱田史泰(はまだふみひろ)先生が4月から6月末まで7月からは後期研修医の先生が高知大学医学部脳神経外科学医局から赴任される予定です。当院は、高知大学医学部脳神経外科と引き続き連携を取りながら、これまで以上に脳卒中を中心とした急性期医療、脳神経外科手術、ガンマナイフ治療を積極的に行なっていきたいと考えています。

※均てん化・医療サービスが地域格差などをなくし全国どこでも等しく高度な医療を受けることができるようにすること

## これからのもみのき病院のあり方

「脳卒中・循環器病対策基本法」の最も重要な目的は、脳卒中・循環器病の予防への取り組み、国民の健康寿命の延伸を図ることにあります。従来の医療対策では実現が困難であったことが、国や地方自治体などからの後ろ盾で実現可能となる点が、この基本法の大きな意義であると思われまます。

脳卒中と循環器病の予防法や治療法には共通点が多く、これらの疾患による死亡リスクはがんに匹敵します。そして両疾患は高齢化に伴い、今後も増加することが予想されます。脳卒中は介護が必要となる原因疾患の第1位であり、脳卒中患者の約80%の方に後遺症が残り、認知症の原因にもなります。また、わが国では高齢化に伴う心不全患者の増加も大きな問題となっており、心不全パネデミックとして警鐘が鳴らされているほどです。心不全の発症を予防し、進展を抑制することが今後重要になります。

また、4月からは常勤で内科医師として中嶋安曜(なかしま やすてる)先生が着任されました。これで内科の常勤医は大川内孝治先生との二人体制となります。中嶋先生は循環器内科・老年医学が専門で、今後高齢者や脳卒中患者に多い心臓疾患の診療や心臓リハビリテーション、検査部門の充実も図っていききたいと思えます。そして、放射線科では非常勤医として村田和子先生が加わっていただけのこととなり、常勤医の吉田大輔先生と連携をとりながらMRIやCTなどの読影部門の更なる充実も期待できます。



▲内田グループ入社にて (もみのき病院入職者11名)

4月より赴任された 濱田史泰先生(右) 中嶋安曜先生(左)



「脳卒中・循環器病対策基本法」の基本理念には、予防・救急搬送・急性期医療・リハビリテーション・介護などのシームレスケアな均てん化が明記されており、居住する地域にかかわらず、等しく医療サービスが受けられることを求めています。今回の循環器科医中嶋先生の加入によって、もみのき病院として脳卒中や循環器病の予防と治療にこれまで以上に積極的に取り組んでいきたいと思えます。そして、地域での医療連携を密にとりながら、安全で安心できる医療や看護を実践していきたく考えています。

今回の診療体制変更に伴い、患者さんにはご迷惑をお掛けすることもあるかと思いますが、何卒ご理解をお願いするとともに、今後ともご支援ご協力の程、よろしくお願いいたします。

もみのき病院 病院長 森木章人

# 令和元年度 入退院支援事業に参加して

## 事業への参加経緯

入退院支援事業は、地域（支援センター、ケアマネジャー、介護事業所など）や病院そして多職種が協働し、入退院を支援する「仕組み作りガイドライン」を活用して、病院の入退院支援体制の構築で成果につなげる事業です。さらに地域の中で調整役となる人材を育成するための相談支援や研修等も行なっています。

この事業は、高知県立大学が高知県からの委託を受け実施しており、過去に県内の医療事業所が多数参加していました。すこやかな社でも、現状にとどまることなく事業を通して成長しようとして、昨春に高知市からは初めての参加を表明し、令和2年3月にて1年間の事業としての区切りを迎えました。今回は、この事業に参加し、当院の成果と今後の課題をご報告します。

## 地域・病院から出てきた課題

まずは当院の入退院支援における状態の評価・分析を行なうべく、地域支援者と病院職員それぞれに現状についてのインタビューを実施。すると、次のような課題があることが分かってきました。



▲運営メンバー会議を開催し地域の方から意見をいただく

## 課題

- ① 入院早期から地域と病院が連携するタイミングや情報共有すべき内容が不明確
- ② 退院支援の課題・目標について病院と地域がともに考える事が十分でない
- ③ 退院困難な項目を明確にすると同時に介入が必要な職種の抽出を行なえていない
- ④ 地域が望む在宅生活に活用しやすい情報提供が出来ていない
- ⑤ 患者の想いが置き去りで、患者主体の支援であったのか振り返りが出来ていない



## 当院が目指す

### 「入退院支援」の姿

「病院よがり」の入退院支援であってはいけないと、我々がどうあるべきかを何度も何度も話し合いました。そうして当院が目指す入退院支援の姿が見えてきたのです。

## 大目標

退院における課題・目標について病院と地域がともに考え、患者さんの思いに添った在宅生活が実現できる

## 小目標

- ① 病院と地域が可視化シートをもとに課題・目標の共有や進捗状況の把握を行ない、もれなく必要な専門性が届けられる
- ② 入院早期から退院後の姿をイメージするために患者・家族・病院・地域が顔を合わせて話し合う場づくりや連携のタイミングが共有できる
- ③ 病院と地域が互いに必要な情報を知り、垣根なく情報のやり取りや行き来ができる

## 入退院支援事業で得られた5つの成果

- 目標が明確になったことで、我々は成果につなげるためにどうすればいいのかを模索し、高知県立大学の指導を仰ぎつつ、地域支援者に協力していただきながら次のような結果を導きました。
- ① 多職種で連携のタイミングを可視化する「すこやか つながるシート」の作成
  - ② 入院早期の自宅訪問実施で退院後の生活イメージを共有
  - ③ 退院後も継続的な支援と評価のための退院後訪問を実施
  - ④ カンファレンスなどの名称と目的を明確化
  - ⑤ 事業に携わったスタッフがリーダーシップを発揮できるまでに成長



地域→急性期→回復期→地域

## まだ終わりではない

令和2年度は、現場で「すこやか つながるシート」を実際に使い、入退院支援を行なっています。現場でどのように浸透させ、スタッフ指導から定着へとつなげていくのか；課題は山積んでいます。しかしながら、これで終わりだとは思っていません。これからも当院は地域と協働し、患者さんが退院後もその人らしく過ごせるためのお手伝いが出来ればと考えています。

地域と共に入退院支援に取り組む、「すこやか つながるシート」の活用・洗練化を進めていきたいと思っています。

最後になりましたが、急性期病院、高齢者支援センター、居宅・介護事業所をはじめ事業に協力していただいた皆さん、そしてご指導いただきました高知県立大学の方々にお礼申し上げます。



すこやかな社 総看護師長心得 村田ゆかり



スコヤ・カーナと愛犬モーリ

# 短期入所宿泊施設 「ショートステイ森の里」の紹介

## ショートステイとは？

普段は自宅で生活している利用者が、ご家族の冠婚葬祭や病气などのため一時的に在宅介護を受けられない時や、ご家族の介護負担軽減（レスパイトケア）を図るために、利用者が短期間宿泊をして日常生活の支援や介護を受けることができるサービスの事です。  
要介護度により料金や宿泊数は異なりますが、1泊2日から最長30日まで連続で利用する事ができ、介護保険も適用されます。

▼書初め



▼ドライブin高須



▲よさこい慰問

## 心豊かな人生が送れるように

社会福祉法人 ふるさと会では、  
職員一人ひとりが温かい思いやりの心をもって  
みなさまの生活をサポートしていきます。



ふるさと会 キャラクター  
ヘリ太ふるの介

## ショートステイ森の里の 目指す施設像

利用者様が住み慣れた自宅でも長く生活出来るよう、且つご家族が介護の大変さだけを感じ疲弊（ひへい）した生活を送っていかないように、ショートステイ森の里へ行けば利用者様やご家族が共に安心して感じていただける「場所」を作っていきたいと考えています。

たとえ要介護状態になったとしても出来る事はたくさんあります。過去の思い出、そしてこれからの新しい出来事を職員と共有し、人生に彩りをもって楽しんで生活を送るための手助けになればと思います。

「ショートステイ森の里へ行きたい！」と思っただけの施設にしていく事が私たちの目標です。

## ショートステイ森の里の 取り組み

ショートステイ森の里ではご家族の介護負担軽減を「ただ預かる」という事で捉えてはいません。利用して下さっている利用者様に「社会性を持つ機会の創出」や「楽しみながら自立支援を促していく」事で、利用者様の心的・身体的な困り事を減らし、ご家族の負担軽減につながる事を目指しています。

主な取り組みとしては、  
①昔は当たり前に出ていた事が最近では機会が無くなってきた「外出、外食、地域との交流」  
②昔取った杵柄（きねづか）で、しばらくやれていなかった「料理、家事作業」なども行なっていたいただいています。

また、利用者様同士で関係性を構築出来るように、過ごす場所を選ぶなど自己決定し「小さなコミュニティ」を作っているサポートを行なっています。その結果、利用者様同士での助け合いが増え、人の役に立っていると自信にもつながっています。  
その他にも機能訓練員（理学療法士）が、利用者様の家庭環境を確認し、在宅生活を続けていく為に必要なリハビリ計画を個々に作成して、家庭環境の問題点に焦点を当てたりハビリを行なっています。  
身体的なリハビリだけでなく、利用者様が今まで培ってきた趣味や園芸、作品作り、編み物などを個別や小集団で行なっています。  
利用者様がショートステイ森の里へ来るのが楽しみの一つとなり、より長く在宅生活を送っていただけるようになればと考えています。



▲屋上で農業



若宮八幡宮へ初詣▶



ショートステイ森の里  
主任 清遠 明廣



天然温泉 はるの湯

洗い場編

# お風呂のススメ

いつもはるのの湯に来てくれてありがとう♪  
もっと施設内のことを知ってほしいから  
よくある質問を参考に僕が紹介していくポン!



はるぼん



**洗**い場は男女それぞれ18カ所あるんだ。  
シャワーは、一定時間お湯がでるタイプじゃないから、洗い流す時はとっても便利!  
洗い場のお湯は温泉じゃないよ。

**ボ**ディーソープとリンスinシャンプーは  
洗い場に置いてあるから自由に使っているよ!  
荷物が軽くなっていいよね! 自分専用のソープを持ってきても大丈夫(^\_^)



**椅**子が使いにくい時は、高さがある椅子も置いてるよ。  
でも、数はたくさんないから譲り合って使ってね!



次回は脱衣場の紹介だポン!

## かわらばん「はる湯」

フランスベッドが13年かけて開発した家庭用治療器の試乗コーナー♪腰痛や肩こりや膝痛など全身の不調を、背骨や骨盤の歪みを整えることで回復につながるカイロプラクティック療法を採用しています。肩もみ治療、ローラー治療、温熱治療、エアータンク治療など全身を複合的に治療していきます。  
厚生労働省も認可をしている『寝たままでする本格的な全身治療器』。不定期で無料体験も行なっていますので、是非のぞいてみてくださいね!



## 天然温泉 はるの湯

- メンバーズカード  
会員の方は...  
いつでも**500円!**
- ◎入浴料: 大人(高校生) 700円  
高齢者(65歳以上) 600円  
中学生 500円  
子供(4歳~小学生) 300円  
※幼児(3歳以下)は無料  
砂風呂 1,000円  
※入浴料は別途必要です
- ◎時間: 7時~22時  
※無休(都合により休館あり)
- 〒781-0304 高知市春野町西分3546  
TEL: 088-894-5400 FAX: 088-894-5722  
HP: <http://www.harunonoyu.co.jp/>

## 学校法人日吉学園

事業所内保育施設  
すこやか園



すっち

認定こども園  
もみのき幼稚園・  
めだか園



もっちとみっち

森の小学校  
とさ自由学校



アソビーとマナビー

## 高知の子育て応援!!

学校法人日吉学園は、平成20年に内田グループが運営を引き受け平成22年には認定こども園とし園名を『もみのき幼稚園・めだか園』と変更しました。



前身は、もみのき病院の院内託児所である『もみのき保育園』で、在園児は40名を超えていました。鳥越幼稚園の名称で2年教育を行なった頃は、3学年で20名の園児のみでした。認定こども園になり合併した後は、あっという間に定員の195名になり、待機園児も出たほどです。それには、選ばれたいくつかの理由がありました。

まず、一番の理由は、自然体験活動を重視していること。高知の自然、森や川、公園や畑などを総称して『森』と呼び、晴れても雨でも自然の中に出かけ体力を養っていることです。『森』の中では子どもたちがお互いに助け合い仲間意識を持ち、森の中という広い空間で伸び伸びと遊ぶとき、いろいろなことに気づき、感じあい、共に学び合います。このように就学前の時期には、じっくりと自然の中で遊びこむことが大切であり、遊びこむことで体力、気力、知力を獲得します。

また、高知は働く女性が多いため、土・日・祝日でも開園していることも選ばれた理由の一つであると思っています。



学校法人日吉学園は、これからも高知の子育てを応援します!  
そして地域の皆さまとの交流を今以上にしていきたいと思っています。

学校法人日吉学園 もみのき幼稚園・めだか園 副園長 兵等弥生

# 来るひととき

KANGARU-HITO-TOKI

第10回 リハビリテーション病院すこやかな社  
リハビリテーション科 杉本 出題  
まちがいさがし

内田グループのキャラクターたちが  
楽しい楽しい遠足にお出かけ♪  
あれれ？上と下の写真って、何かが違うような気が…？  
どこが違っているか、探してみてね！答えは7個あるよ！



- うちひめ
- もっちとみっち
- もみくん
- キラク
- ヘリ太ふるの介
- スコヤ・カーナと愛犬モーリ
- かけはしえもん
- はるぼん

第10回まちがいさがしの答えは、P20にあるよ！

## けんこうでうれしくなるれしぴ

# けんこうれしぴ



1コ分の栄養

エネルギー/41kcal  
たんぱく質/0.85g  
炭水化物/5.1g  
塩分/0.05g  
カルシウム/9mg  
食物繊維/0.28g

【材料 約20コ分】

- 人参 ..... 100g
- (A) 薄力粉 ..... 100g
- (A) ベーキングパウダー .. 小さじ1
- (B) 卵 ..... 1コ
- (B) サラダ油 ..... 大さじ2
- (B) 砂糖 ..... 大さじ3



1 人参をすりおろす。水気が多いようなら軽く水気を切っておく。



2 (A)と一緒にふるっておく。



3 ボウルに(B)を入れ、泡立て器でもったりするまで混ぜ、①の人参を入れて混ぜる。



4 ③の中に②を加え、粉気がなくなるまで混ぜる。



5 スプーン2個で形を作りながら、170℃の油で揚げる。

お好みで粉糖、シナモンシュガーなどをかけてどうぞ！

【人参の栄養】

緑黄色野菜の人参にはβカロテンがたっぷり含まれています。βカロテンは皮フや粘膜を守る働きがあり、肌の健康維持や風邪を予防してくれる優れた健康野菜とされています。またβカロテンは、油で調理をするほうが吸収率がアップするため、炒め物か揚げ物で食べることをお勧めします。他にもビタミンB1やビタミンB2、カリウムに鉄分と様々な栄養素が含まれています。

記：横浜クラブ 久保佐和

もみのき病院

 名誉院長 脳神経外科 <b>森本 雅徳</b> もりもとまさのり	 管理者(院長) 脳神経外科 <b>森木 章人</b> もりきあきひと	 副院長 脳神経外科 <b>三宅 博久</b> みやけひろひさ
 診療部長 脳神経外科 <b>有光 誠人</b> ありみつまさこと	 脳神経外科 <b>濱田 史泰</b> はまだふみひろ	 内科 <b>大川内 孝治</b> おおかわうちこうじ
 内科 <b>中嶋 安曜</b> なかしま やすてる	 小児科 <b>中山 将司</b> なかやましようじ	 眼科 <b>岡田 幸</b> おかだみゆき
 麻酔科 緩和ケア科部長 <b>神原 哲也</b> かんばら てつや	 麻酔科部長 手術部長 <b>楠目 祥雄</b> くすめよしお	 放射線科部長 <b>吉田 大輔</b> よしだ だいすけ
 高知大学教授 脳神経外科 <b>上羽 哲也</b> うえば てつや	 脳神経外科 非常勤 <b>目代 俊彦</b> もくだいとしひこ	 内科 非常勤 <b>中野 弘美</b> なかのひろみ
 循環器内科 非常勤 <b>濱田 知幸</b> はまだともゆき	 循環器内科 非常勤 <b>山田 英介</b> やまだ えいすけ	 小児科 非常勤 <b>三宅 典子</b> みやけのりこ
 小児科 非常勤 <b>新井 淳一</b> あらいじゅんいち	 小児科 非常勤 <b>荒木 まり子</b> あらかまりこ	 眼科 非常勤 <b>内田 邦子</b> うちだくにこ
 麻酔科 非常勤 <b>田所 園子</b> たどころそのこ	 放射線科 非常勤 <b>村田 和子</b> むらたよりこ	

内田脳神経外科

 理事長 脳神経外科 <b>内田 泰史</b> うちだ やすふみ	 名誉院長 内科 <b>森口 博基</b> もりくちひろき	 管理者(院長) 脳神経外科 <b>目代 俊彦</b> もくだいとしひこ
 脳神経外科 非常勤 <b>上村 賀彦</b> かみむら よしひこ	 脳神経外科 非常勤 <b>森本 雅徳</b> もりもとまさのり	 脳神経外科 非常勤 <b>三宅 博久</b> みやけひろひさ
 脳神経外科 非常勤 <b>中井 邦博</b> なかい くにひろ	 脳神経外科 非常勤 <b>河野 威</b> こうの たけし	 脳神経外科 非常勤 <b>福井 直樹</b> ふくい なおき
 脳神経外科 非常勤 <b>松井 雅樹</b> まつい まさき	 脳神経外科 非常勤 <b>藤井 本晴</b> ふじい もと はる	 脳神経外科 非常勤 <b>川西 裕</b> かわにし ゆう

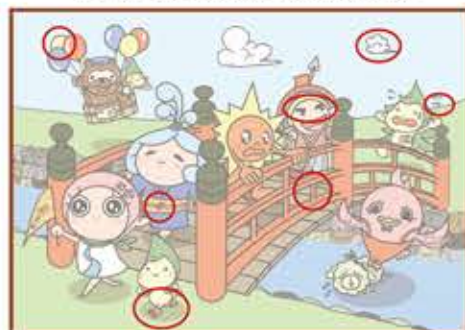
リハビリテーション病院 すこやかな社

 管理者(院長) 内科 <b>池上 充彦</b> いけのうえ みつひこ	 副院長 内科 <b>笹岡 敦</b> ささおか あつし	 副院長 内科 <b>小野 寛人</b> おのひろと
 内科部長 <b>朝日 尉友</b> あさひ やすとも	 内科部長 <b>武市 俊夫</b> たけち としお	 整形外科部長 <b>澤田 勲</b> さわだ いくお
 脳神経外科 非常勤 <b>内田 泰史</b> うちだ やすふみ	 脳神経外科 非常勤 <b>福岡 正晃</b> ふくおか まさあき	 脳神経外科 非常勤 <b>森本 雅徳</b> もりもとまさのり
		 小児科 非常勤 <b>立岡 美穂</b> たちおか みほ

内田グループは、地域の皆さまに信頼され、親しまれる病院・施設作りを行なっています。お気軽にご相談ください。



第10回まちがいがしぎの答え



医療施設

- 1 内田脳神経外科  
088-843-1002  
高知市塚ノ原37  
※訪問リハビリテーションあり
- 2 リハビリテーション病院  
すこやかな社  
088-837-2345  
高知市春野町芳原1316-1  
※訪問リハビリテーションあり
- 3 もみのき病院  
088-840-2222  
高知市塚ノ原6-1

特別養護老人ホーム

- 4 森の里高知  
(総合福祉施設ヘリオス内)  
088-848-2002  
高知市横浜20-1
- 5 風花の里  
088-840-7007  
高知市西塚ノ原76-1

介護老人保健施設

- 6 ピアハウス高知  
088-843-4700  
高知市塚ノ原36

グループホーム

- 4 浦戸の里  
(総合福祉施設ヘリオス施設内)  
088-842-9195
- 7 ひまわりの家  
088-843-5660  
高知市塚ノ原33-1
- 8 福寿の家(中道の里内)  
088-897-0255  
吾川郡いの町中道2598番地1

訪問看護ステーション

- 10 あさひ  
(在宅介護総合ステーションあさひ内)  
088-843-5411
- 11 さえずり  
(生きがいファームはるの内)  
088-855-6028

ケアハウス

- 4 花の郷高知  
(総合福祉施設ヘリオス内)  
088-848-2002
- 9 あじさいの里  
088-837-5515  
高知市春野町芳原1308-1

ヘルパーステーション

- 10 24時間ヘルパーステーション  
ピア  
088-840-3407  
高知市塚ノ原37-19
- 11 定期巡回・随時対応型訪問介護看護  
つなく(生きがいファームはるの内)  
088-855-6026  
高知市春野町西分695-1
- 4 ホームヘルパーステーション  
よこはま  
(総合福祉施設ヘリオス内)  
088-848-2002
- 15 ヘルパーステーション  
つなく  
(はるのガーデン内)  
088-855-6026

通所リハ(デイケア)

- 1 通所リハビリテーション  
あさひ・あおぞら(内田脳神経外科内)  
088-850-0106
- 2 通所リハビリテーション  
がんばり処すこもり(すこやかな社内)  
088-837-2345
- 6 通所リハビリテーション  
ピアハウス高知  
088-843-4700

通所介護(デイサービス)

- 12 やまびこ  
088-843-3484  
高知市塚ノ原37
- 13 通所介護あゆみ道場  
(健康カフェとリエ内)  
088-840-1355  
高知市鳥越1-1
- 14 こだま  
088-840-0868  
高知市本宮町101-1
- 4 森の里(総合福祉施設ヘリオス内)  
088-848-1051
- 5 夕顔(風花の里内)  
088-840-7007
- 15 やいろ(はるのガーデン内)  
088-802-6753

支援センター

- 4 高知市南部地域高齢者支援センター  
よこはま出張所(総合福祉施設ヘリオス内)  
088-848-1033
- 10 高知市西部地域高齢者支援センター  
旭出張所(在宅介護総合ステーションあさひ内)  
088-843-5171

こども教育施設

- 16 森のようちえん  
認定こども園  
もみのき幼稚園・めだか園  
088-844-5180  
高知市鳥越40-15
- 19 事業所内保育施設  
すこやかな社  
088-840-8884  
高知市口細山224-20
- 20 森の小学校  
とさ自由学校  
088-897-0011  
吾川郡いの町勝賢瀬4387
- 14 病児・病後児保育事業所  
もみくんち(こだま内)  
088-849-2184

居宅介護支援事業所

- 4 森の里  
居宅介護支援事業所  
(総合福祉施設ヘリオス内)  
088-837-5178
- 10 ピアハウス高知  
居宅介護支援事業所  
(在宅介護総合ステーションあさひ内)  
088-843-8632

健康増進施設

- 17 天然温泉  
はるの湯  
088-894-5400  
高知市春野町西分3546
- 18 滞在型健康施設  
ニューサンパレスむろと  
0887-22-0012  
室戸市領家235-1

その他の施設

- 5 風花の里配食サービス  
(風花の里内)  
088-843-9280
- 11 看護小規模多機能型居宅介護  
生きがいファームはるの  
088-855-6039
- 13 健康カフェとリエ  
088-856-6470
- 15 サービス付き高齢者向け住宅  
はるのガーデン  
088-802-5180  
高知市春野町西分695-1