

うちだより

2018年
vol.6

u c h i - d a y o r i

ご自由にお持ち帰りください



＜掲載施設＞

内田脳神経外科

もみのき病院

すこやかな杜

がんばり処すこもり

はるのガーデン

天然温泉 はるの湯

平成31年4月開校予定 認可申請準備中

「森の小学校」とさ自由学校



平成 31 年 4 月開校予定
認可申請準備中
「森の小学校」とさ自由学校



サービス付高齢者向け住宅
「はるのガーデン」

診連携を図り、まずは病気の予防と早期発見・悪化予防に取り組み、リハビリや社会復帰支援にも、その一助となるよう努めています。そして、在宅介護にも力を入れ、予防から介護に至るまで包括的に対応できるよう尽力しています。

また、人材の確保・育成も不可欠で、教育にも力を注ぎ、それぞれの分野での視点をすくい上げ、その方向性の統一と実行を目指しています。

来年 4 月に開校する「森の小学校」とさ自由学校もその一翼を担います。そして、4 月 28 日に完成する、サービス付高齢者向け住宅「はるのガーデン」も、みなさまの生活を支える一環として役立てていただきたいです。

そこで是非、みなさまのご意見・ご要望を率直にお聞かせ下さい。今後ともよろしくお願いいたします。

内田グループが目指すもの



理事長 内田 泰史

現在、「重度要介護者となっても、なるべく住み慣れた地域で暮らす」という介護は、「施設から在宅」へ移行しています。そのためには、高齢者に関わらず地域住民が、安心して日々暮らしていくために、「住み慣れた地域」で医療や介護、生活サポート及びサービスを受けられるよう「医療」「介護」「生活支援・介護予防」を包括的に受けられるシステムと、その整備が必要です。そしてそれらは、利用者のニーズに応え、多角的に展開されなければなりません。

内田グループは、そのために病

もみのき病院 20 周年を迎えて、これからの役目とは

日本は世界に先駆けて少子高齢化が進行し、従来の社会システムの維持は困難なことから、大きな変革に迫られています。すなわち 2025 年には団塊の世代といわれる人たちが後期高齢者となり、医療介護需要が急激に増大すること、病院や介護施設が不足すること、社会保障費の増大が懸念されます。そこで登場したのが地域包括ケアシステムであり、病床の再編も含めた地域医療構想です。従来の医師主導型医療には限界があり、今後すべての医療職は多職種協働医療へ向けた意識改革が必要です。



もみのき病院 院長
森木 章人

また、地域医療連携が重要なことから、周辺の病院や診療所、福祉施設との関係強化、そして同じ内田グループ内での連携がとくに重要と考えています。

我々の強みである急性期から回復期、維持期、在宅医療、そして介護・福祉との連携をよりいっそう実践していきたいと思えます。今後とも引き続きよろしくお願いいたします。

医療法人 治久会

もみのき病院は

2018 年 5 月 11 日で

開院 20 周年を迎えます。



もみのき病院は、高度な急性期治療を提供するため、1998 年 5 月に開院いたしました。当時では中・四国で初の「ガンマナイフ」治療をはじめ、脳ドックなどの脳神経外科を中心に、内科、眼科、また夜間診療も実施している小児科など、地域に密着した医療機関を目指してまいりました。



HUMAN

～リレーコラム～

はるのの湯で「食の森」を目指して

株式会社グランディール 取締役 総支配人兼総料理長
学校法人龍馬学園 高知情報ビジネス&フード専門学校 副校長兼部長

しまだ かずゆき
島田 和幸

市内中心街から近すぎず遠すぎず、程よい距離にある春野町は、フランスで言えばオーベルジュ。そんな安らぎの地にある「はるのの湯」は、温泉、食事、宿泊が出来る最高の施設です。
生活の基本は「衣・食・住」の確保ですが、その中でも「食」は生きる為の「命と心の源」です。人は食事を摂らないと生きていけません。そして日頃からバランスのとれた食事を摂ることで、健康な体を作ります。また、旅の楽しみのひとつは、その土地ならではの料理を食べること。そして会話をしながら食べることで、コミュニケーションがとれて笑顔になり、心が豊かになります。
また、春野町には野菜が豊富にあります。地元の食材は鮮度が一番良く、美味しく安いです。今後、地元の食材を取り入れ、食を通じて地域とはるのの湯が共に繁栄出来ればと思っています。

うちだより

2018年
vol. 6

u c h i - d a y o r i

CONTENTS(もくじ)

内田グループが目指すもの
理事長 内田 泰史

もみのき病院20周年を迎えて、これからの役目とは
もみのき病院 院長 森木 章人

01 HUMAN～リレーコラム～

株式会社グランディール 取締役 総支配人兼総料理長
学校法人龍馬学園
高知情報ビジネス&フード専門学校 副校長兼部長
島田 和幸

04 サービス付高齢者向け住宅
はるのガーデン 平成30年5月開設予定

06 脳神経外科で治せる病気
～治せる認知症「慢性硬膜下血腫」とは～

08 リハビリテーションの流れ

10 インドネシアから来た看護師候補生

12 平成31年4月開校予定 認可申請準備中
「森の小学校」とさ自由学校

13 ログハウス 星の森のススメ

14 がんばり処すこもりde楽しく予防!

15 考えるひととき 第4回 まちがいさがし

16 医師紹介・外来案内

18 内田グループ 施設案内

表紙写真「春の訪れ」

撮影者：川村 彩子
撮影場所：牧野植物園

※表紙の季節写真を募集しています。詳しくは企画室まで。
(お問い合わせ先は、裏表紙を参照ください)

食の追求と人との関わり

食材・料理のこだわり

食材を生かし、新鮮な状態でできるだけ自然に近い料理を提供しています。料理は誰でも出来ますが、良い食材を吟味できるかできないかで結果が変わってきます。

私は自宅の畑で無農薬、無肥料、有機栽培で野菜を育てており、毎朝その畑から朝食に使う野菜を収穫してきます。野菜によりませんが、程よいストレスを与えたり、与えなかったりで野菜本来がもつ甘みのある野菜が育ちます。

昔は、食材を保存する機能が充実していなかったため、食材の質が下がった料理をカバーする為に、ソースで勝負をしていました。現代では冷蔵庫や冷凍庫が充実し、ソースで厚化粧した料理ではなく、食材を引き出した料理を提供することができるようになりました。冷凍技術が発達した今では、冷凍した食品が美味しい食材もあります。

食材の良さを最大限に引き出し、新鮮なうちにいただいで、食材が持つ本来の味を味わってほしいと思っています。

新しいコースの誕生

オーナーの内田理事長から、日本の開国に大きく貢献し時代を作った歴史偉大な人物「ジョン万次郎」を、料理を通して日本中、世界中で紹介したいというお話をいただきました。それは素晴らしいアイデアであり、そのプロジェクトに関わられて、とても光栄でした。今回考案したコース料理は、ジョン万次郎が漂流してから帰国するまでをイメージした創作料理です。

また、日本で初めてネクタイをつけた人は「ジョン万次郎」です。そんな言い伝えを、ちょっとした遊び心をもって、料理で演出をしています。どの料理にでてるのか、楽しみにしてください。

「ジョン万次郎物語コース」は、通常のディナーコース、また宿泊のディナーコースでご注文ができます。是非とも、多くのお客様に召し上がっていただきたいと思っています。

目指す未来

今後「グランディール」は、野菜を育て、その中からお客様が自分で食べる食材を自分で収穫し、その食材を使って私達が料理を作ることを考えています。お風呂で癒され、食事を見て触れて味わって楽しむ、それが私の目指す「食の森」です。

▼ジョン万次郎物語コース



ジョン万次郎物語コース MENU

宇佐からUSAへ

スタート1841
鯨と旬野菜のテリーヌ

オードブル
鳥島143日
アホウ鳥仕立てチキン胸肉とイタドリ・グミの洋風茶碗蒸し
ホィットフィールド船長からの一皿
ビーフスープ、スチームポテトを海塩で

スープ
マサチューセッツ名物 ポストンクラムチャウダー

フィッシュ
ゴールドディッシュスタイルでロブスターときのこのグラタン

メイン
ハワイの恩人・デーモン牧師の一品
バナナの皮包み焼きポーク パイナップルソース

デザート
長崎カステラ、さつま芋のアメ仕立て
山内容堂お気に入り甘酒アイス 土佐旬フルーツのコンポート
コーヒーと琉球サーターアンダギー

パン又は雑穀米

技術継承

私の若い頃は、技術を教えてもらう時代ではありませんでした。どうやって技術を学ぶかは、自分で考えるしかありませんでした。私は24時間、食べて味を学びました。ある時は、こっそり扉に隠れて先輩が料理を作っているところを見て手順や分



▲春野町 楠瀬さんのハウスで トマトを収穫



▲フランス ヴィアンで 修行中



量のメモを取って覚えてきました。以前、第39代アメリカ合衆国のカーター大統領が来日された時、私が料理を振る舞う機会をいただき、その際「島田の料理が美味しい」と言ってくれました。その言葉は嬉しく自信と励みになっていきます。学校法人龍馬学園では、次の時代に繋げる為に、私が学んだ技術を生徒達に全て教えています。10年後、教え子達が県内外のレストランで料理長になって活躍していることでしよう。その時は、教え子達の店を訪れ食事をすることを楽しみにしています。



▲「グランディールはるの」 山崎シェフと



しまた かずゆき
● 島田 和幸

- ・昭和24年 徳島県生まれ
- ・ホテル日航高知旭ロイヤル初代総料理長
- ・世界料理オリンピック日本代表として2度出場 (銅メダル受賞昭和63年、平成16年)
- ・NHK高知放送局 西洋料理担当
- ・株式会社グランディール開業 (取締役 総支配人兼総料理長)
- ・卓越した技能者表彰「現代の名工」受章
- ・高知観光大使
- ・春の褒章において「黄綬褒章」を受章
- ・学校法人龍馬学園 高知情報ビジネス&フード専門学校 副校長兼部長
- ・平成29年6月 はるの湯 レストラン「グランディールはるの」

サービス付高齢者向け住宅
はるのガーデン
平成30年5月
開設予定

こんな住まいを提案します

誰もが住み慣れた「家」で暮らし続けたいと願っています。でも、「買い物や料理などが大変になってきた」「一人で家にいると何かあった時に心配」など様々な悩みも出てくるでしょう。そんな時に利用できる住宅が、サービス付高齢者向け住宅です。

はるのガーデンは、各フロアで生活に必要な導線「食事・洗濯・お風呂・交流の場」が完結できる間取りになっています。また、高知市中心部から車で約20分とアクセスが良く、郊外ならではの自然に恵まれた環境でもあります。そして、周辺にはグループ内の施設があり、体調が悪くなった時は「リハビリテーション病院すこやかな杜」で脳神経外科・内科・整形外科の外来診察を受けること

ができます。隣接する「天然温泉はるの湯」の温泉に入って、リフレッシュすることもできます。

入居の条件

- 【入居の基準】
- ◆60歳以上の方
- ◆共同生活ができる方
- 【費用】
- ◆入居時に敷金 (家賃3か月分)が必要
- ◆毎月の費用(左上段図表参照)
- ◆介護保険サービスを利用した場合、介護サービス費は別途必要
- ※その他の有料の生活支援サービス費あり
- 【部屋数】
- ◆個室40室
- ◆夫婦部屋2室



サービス付高齢者向け住宅
はるのガーデンに
名称が決定しました!

入居にかかる料金(1人あたり1ヵ月)の目安

家賃	40,000円程度～
食費	35,000円程度
共益費	10,000円程度
居室光熱費	10,000円程度
生活相談・安否確認費用	10,000円程度
合計	105,000円程度～

はるのガーデンの特徴

◆役割を持ち働ける

畑づくり、住宅内清掃や洗車、地域交流スペースでの趣味の教室を開くなど、役割と報酬、培った技術や知識を活かせる生きがいのある場所を作ります。

◆温泉にいつでも入れる

住宅のすぐ前にある「天然温泉はるの湯」では特別会員価格でいつでも入浴ができ、ゆったりとくつろぐことができます。また、温泉の後はレストランでお食事を気軽に楽しめます。

◆人との交流ができる

地域交流スペースを地域のみならず団体さまにご活用いただけます。趣味の教室や発表会、展示会など入居者のみなさまもお楽しみいただける企画を積極的に受け入れていきます。

◆送迎バスが使える

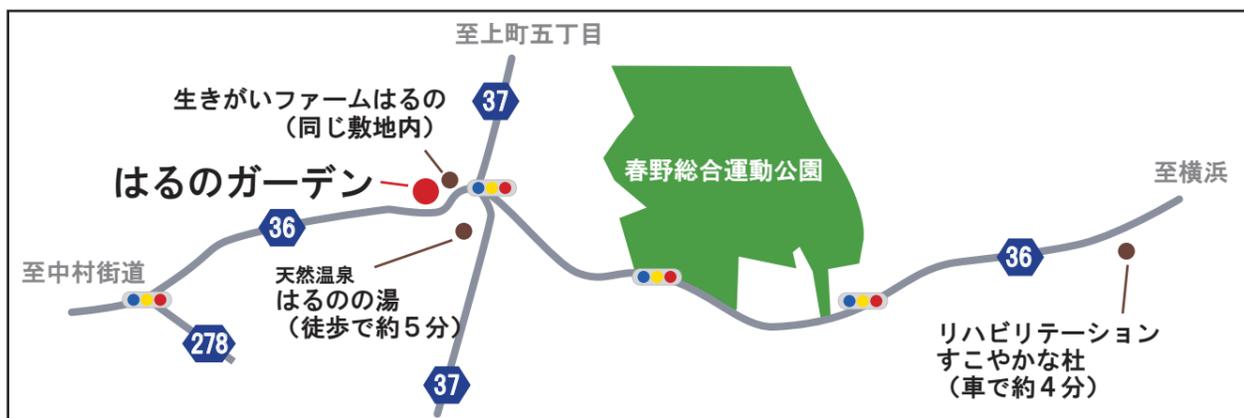
リハビリテーション病院すこやかな杜、内田脳神経外科、みきの病院などへの送迎バスがご利用いただけます。送迎バスのコース上であれば、はりまや橋や上町など、ご希望の場所での乗降が可能です。

◆健康が維持でき、

安心して生活できる

はるのガーデン内には「デイサービスセンターやいろ」 「居宅介護支援事業所むすび」があります。また、隣接する「生きがいファームはるの」にも訪問介護などの様々なサービスがあり、介護が必要になっても安心して生活できます。

そして、「内田脳神経外科」や「すこやかな杜」「みきの病院」など、グループ内の病院受診も可能です。継続的に介護が必要になった場合は、グループ内の介護施設への入居もできるので、さらに安心です。



夫婦部屋 (約22畳)

個室 (約10畳)

高知県産材にこだわり、CLT工法による耐震、耐火に優れた木造ビル

はるのガーデン
お問い合わせ先

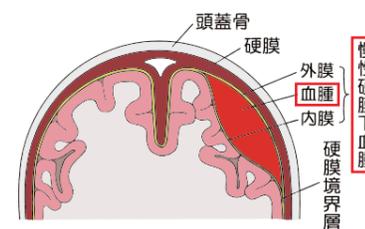
- 総合福祉施設ヘリオス TEL: 088-848-2002 担当: 山内
- 生きがいファームはるの TEL: 088-855-6039 担当: 高井

「慢性硬膜下血腫」とは…
脳を覆っている硬膜と脳間に血液が溜まること

転倒したり、軽く頭部を打撲したあと、数週間（3週間以上）経って頭痛、なんとなく反応が鈍い、記憶障害（認知症状）などの症状がみられることがあります。このような場合、「慢性硬膜下血腫」ができていないかもしれません。

これは、頭部打撲により頭蓋骨の直下で脳を包んでいる硬膜という膜の内側にある硬膜境界層に、少量の出血が起こり、それが袋状となり、その外膜から出血を繰り返すことで血腫が増大し、脳を圧迫して症状を出すものです。原因となる頭部打撲がはっきりしないこともあります。「慢性硬膜下血腫」は、高齢の男性に多くみられますが、女性でも発症することがあります。

【慢性硬膜下血腫の模式図】



【慢性硬膜下血腫 穿頭血腫洗術】



- ① 血腫上の頭皮を切開し、頭蓋骨に穴をあける。
- ② 硬膜と血腫外膜を切開、血腫を吸引除去し、洗浄する。
- ③ チューブを留置する。

もみのき病院
森本名誉院長先生の…



脳神経外科で治せる病気
第6回

まんせいこうまくかけっしゅ
～ 治せる認知症「慢性硬膜下血腫」とは～

もみのき病院 キャラクター
もみくん



治療方法

「慢性硬膜下血腫」は、血腫の量が少なく症状がない、または少ない場合には、止血剤などお薬を飲むことで経過観察をすることもありますが、基本的には手術が必要となります。手術は、局所麻酔で行ないますが、血腫上の頭皮を3～4cm切開し、頭蓋骨に指先程度の穴を開けます。硬膜およびその内側にある血腫の外膜を切開し、血腫腔に柔らかいチューブを入れ、血腫を注射器で吸引し除去します。そして、十分洗浄したあと、チューブを残しておきます。手術時間は、1時間程度です。

通常、手術直後から頭痛や認知症など術前にみられた症状は劇的に回復します。また、術後は食事を摂ったり、トイレに歩いて行くことなども可能となります。血腫腔に入れたチューブは、手術翌日には抜去し、1週間程度で抜糸、退院となります。退院時点では、血腫の袋は残っており、再発することが8～20%程度であるとされています。このためCTで血腫が見えなくなったり、十分縮小するまでは経過観察が必要となります。

人口の高齢化に伴い、高齢者の「慢性硬膜下血腫」の患者さんは増加傾向にあり、私たちの施設でも最も多いのが「慢性硬膜下血腫」の手術です。

症状と診断方法

「慢性硬膜下血腫」は、血腫により頭の中の圧が上がり（頭蓋内圧亢進※とうがいのないあつこうしん）、脳が圧迫されることにより、症状が出てきます。物忘れや歩行障害、トイレの失敗（尿失禁）などの症状が出ることも多いのですが、初期には何となく頭が重い、ボーンとしている、元気がなくなつた（活動性の低下）、動きが緩慢になつたなどの症状がみられます。

このような場合、CTスキャンやMRI検査をすると「慢性硬膜下血腫」は脳の表面に三日月型の血腫として描出されます。

【慢性硬膜下血腫のCT画像】

4週間前に頭部を打撲。
CTスキャン画像には、写真右側に三日月型の血腫が認められた。



高齢者では、物忘れや活動性の低下などの症状が出て、年齢のせいと見過ごされてしまうことがあるかもしれません。「慢性硬膜下血腫」は、「治せる認知症」として有名な病気です。局所麻酔による比較的簡単な手術で治すことができます。

頭を軽く打撲したあとしばらく経って、また原因もなく反応が鈍くなつた、認知症状が出てきたという場合は「慢性硬膜下血腫」があるかもしれない。このような場合には、脳神経外科を受診してください。



もりもと まさのり
● 森本 雅徳
昭和54年 京都大学医学部卒業後、京都大学医学部附属病院 脳神経外科の研修医として入職。福井赤十字病院、昭和56年8月に開院した高知医科大学脳神経外科に勤務。

総合病院回生病院(坂出市)、高知医科大学脳神経外科勤務後、平成元年10月 ウェスタン・オンタリオ大学(UWO,カナダ)に留学。平成11年4月 幡多けんみん病院 脳神経外科部長、平成15年4月 高知市立市民病院 脳神経外科部長、平成17年3月 高知医療センター 脳神経外科々長兼頭頸部疾患診療部長、平成19年9月に同救急救命センター兼務、平成23年4月 同医療局長兼務、平成26年4月 同副院長を経て、平成29年3月 同定年退職し、4月よりもみのき病院 名誉院長に就任。
森本先生の外来時間は、P17「外来のご案内」を参照ください。

リハビリテーションの流れ

生活期(維持期)

医療機関でのリハビリは終了し、在宅や施設での生活が継続されている時期を指します。時間をかけて基本動作やADLの反復訓練を行ないます。一方で、寝たきりや引きこもりになりやすい時期とも言えます。活動性の低下を予防し、外来リハビリ、通所リハビリ、訪問リハビリを活用し、具体的に総合的なアプローチを時間をかけて行なっていく時期とも言えます。



ピアハウス高知

回復期

発症から約3~6か月まで

急性期での治療後、さらにリハビリの継続が必要な場合は、回復期を担う病棟で、集中的なリハビリが継続されます。この病棟では「日常生活動作(以下ADL)」の改善、そして「在宅復帰を目指していく病棟」として位置付けられ、セラピストによる訓練室での機能訓練主体のアプローチから、病棟内でのADL訓練を医師・看護師も含めたチームで提供していく体制がとられています。



リハビリテーション病院
すこやかな杜

急性期

脳梗塞の発症から約2週間まで

脳卒中発症後、寝たきりの期間が長くなると、筋肉の萎縮、関節が固くなる、骨が脆くなるなどの症状が現れ、体力低下や認知機能低下も起こり、廃用症候群という状態に陥りやすくなります。そこで、急性期のリハビリは、早期離床と廃用症候群の予防のアプローチを目的として、リスク管理下において発症から48時間以内に開始することが望ましいとされています。



もみのき病院

一貫したリハビリの流れ

リハビリテーション(以下リハビリ)は発症直後から行なうことにより、症状を軽くすることができ誤嚥性肺炎などの合併症も予防することができます。

リハビリは「急性期」「回復期」「生活期(維持期)」の3段階に分けて考えられることが多く、この3段階の流れを理解しないまま、より良いサービスを提供することは難しい時代となってきました。だからこそ、リハビリの流れを理解し、各段階の特徴を踏まえ、スタッフ間、施設間での連携を密にしたリハビリの提供がとても重要となります。ここではそれぞれの時期の特徴を、脳卒中を例に説明します。

目標は同じ

3つの時期に分けて進めるリハビリは、そのゴールが同じでなくてはなりません。つまり、急性期や回復期を担うリハビリは、生活期における在宅や施設での営みを目標にしなければ、冒頭に述べた一貫した流れとは言えないのです。リハビリは、対象者となる方の想定されるその人らしい生活のために実施されなければなりません。そして可能な限り住み慣れた地域で、自分らしい暮らしを人生の最期まで続けることができるよう、支援・体制の構築が必要となってきています。

これからのリハビリは、医療機関の機能訓練にとどまらず、地域に目を向け、患者さんや利用者さんだけを対象とせず、生活期に関わる方とも密な連携をとることが求められています。

生活期 リハビリ

訪問リハビリは、自宅環境に合った運動や機器の導入など考えます。リフト操作の練習の結果、奥様でも介助が負担なく可能に。通所リハビリへ移行し、外出が増え、介護負担が減少します。週末は奥様と大好きな山へドライブに出掛けます。

回復期 リハビリ

日常生活に必要な行為をひとりで行なえるよう。退院後の生活を想定し、移動の範囲を広げていきます。コミュニケーションや学習など苦手な部分の指導を受けます。退院後の自宅生活をひかえ、不安な部分を確認します。

退院

通院リハビリは、退院後の生活で困った事の解決を図ります。

急性期 リハビリ

入院の翌日からリハビリテーションが始まりました。入院の翌日からリハビリテーションが始まりました。入院の翌日からリハビリテーションが始まりました。

入院

発症

ある日、右の手と足の感覚が分かりにくくなりました。

定年退職後、奥様との週末登山を楽しんでいたスコヤさん

体力や活動の維持・改善、生活環境の整備、参加の促進、介護負担の軽減などに努め、自立生活を支援

疾患・リスク管理に留意、ADLの改善が中心、自宅復帰が目標、各種の訓練を集中的に

疾患・リスク管理、廃用症候群の予防

インドネシアから来た看護師候補生



看護師を目指して インドネシアから日本へ

少子高齢化による労働人口の減少：特に近年の看護師、介護福祉士不足は深刻な問題となっています。その対策として日本政府は海外から医療・介護人材の受入をするために平成20年にインドネシアとフィリピン、平成21年にベトナムと経済連携協定（EPA）を結びました。そして平成20年から平成28年までに約4千人の看護



師・介護福祉士候補者が来日しています。そして、この7年間の看護師国家試験平均合格率は、わずか7.3%、国家試験全体の平均合格率90%と比較しても外国人候補者にとっては超難関資格と言えるほどの難易度となっています。

看護師資格取得までの流れ

そのような状況のなか、EPAとは異なった独自のシステムでインドネシア看護師候補生の受け入れをするため、平成22年に高知・インドネシア看護師サポート会を設立しました。

まずは、基盤となる日本語能力の修得のため、明德義塾高等学校の日本語コースで1年半学びます。明德では日本人と同じ寮生活をし、日本語はもとよりインドネシアにはない四季を感じ、日本の文化、習慣を学びます。そして、看護系の短期大学・専門学校に進

日本語の壁

世界の中でも難しい言語と言われる日本語。漢字、ひらがな、カタカナ、尊敬語や謙譲語など日常生活での読み書きも複雑ですが、看護師国家試験を目指す看護の勉強では専門用語が頻繁に出てきます。日本語の複雑さ・難しさは看護師候補生にとって最大の壁と言えます。

看護の現場

現在、看護師となったインドネシア留学生は社会人として、県立あき総合病院、もみのき病院で勤務しています。国家試験に合格して終わりではなく、これからが本当のスタートです。医療の現場では、どんな小さなミスも許されません。毎日が勉強です。新しい知識や技術の習得、そして患者さま、ご家族、一緒に看護を提供する仲間とのコミュニケーションはとても重要です。方言を聞き取り、患者さまの言葉のニュアンスを感じ取る力も必要です。一日の業務を終え帰宅するとベッドに倒れ込むくらいにクタクタになる毎日です。そんな中でも患者さんやご家族の方がかけてくださる労いの言葉や先輩看護師の励ましの言葉に「看護師になってよかった」と心から感じる瞬間があるのだと思います。

言葉の壁とたたかい、私たち日本人を愛し、看護師として働く留学生。彼女たちにとって、留学生を受け入れ、チームで医療を実践する仲間の存在は本当に大きなものです。人の命や生き方、暮らしに触れることこそ、日本とインドネシアの国際交流が臨床の場に生まれるのだと思います。

習得年数	カテゴリー	言語
約2年	3	アラビア語・中国語 ・日本語・韓国語
約1年	2	ベトナム語
約半年～1年	1.5	インドネシア語
		英語



▲チルボン看護学校
高橋先生（右端）
アユ先生（左端）



▶優秀賞を受賞

▼毎月開催される報告会



友誼（ゆうぎ）の精神を紡いで

天保12年（1841年）、漁に出て漂流した14歳の少年、万次郎が米国の捕鯨船船長ウィリアム・ホイットフィールドに助けられ、沢山の教育を受け、後に日本に戻り文明開化に大きな影響を与えました。船長からうけた友誼の精神（国と国が相手を温かく思いやる気持ち）に深く感謝すると共に、この思いを看護の世界で継承したいと考えます。留学生を支援することで共に学び成長しあえます。また、留学生は沢山の出会いに触れ日本人への親しみを深めます。これらの学びや出逢いは、これからの医療の発展と両国の交流に必ずや寄与することと思えます。



▲戴帽式を迎えた五期生



▲昨春、高知学園短期大学を卒業した三期生

学し、日本の看護学生と一緒に看護の知識、技術を3年かけて学びます。現在、インドネシアから受け入れた看護師候補生は17名、その内一期生から三期生の7名全員が見事、看護師国家試験の合格を果たしました。家族と離れ、母国とは言葉、食事、習慣など何もかもが異なる日本という地で4年半を駆け、一発勝負の看護師国家試験に挑みます。合格を勝ち取ることは並大抵のことではなく、本人の強い意志と学校関係者をはじめ、沢山の方々の支援や協力、理解なしでは成し得ないことだと感じます。

「森の小学校」

とさ自由学校

学校法人日吉学園では、いの町にある旧勝賀瀬小学校を活用し、平成31年4月開設に向けて「森の小学校」とさ自由学校の準備を進めています。

「森の小学校」とさ自由学校は「他者との違いを認め合い、共感し協力していくこと」「新しいことに自らチャレンジし体験をしていくこと」「体験したことを振り返り次の計画を考えること」といった学びを中心に、グループでの体験的な活動から学ぶ小学校です。そして「もみのき幼稚園・めだか園」との連携を図り、0～12歳までの自然体験学習を中心とした一貫教育を目指し、森の中での関わりを通して、子どもも大人も育ち合っていく教育の姿を実現していきたいと思っています。

また、秋には木造2階建ての新校舎も建設され、近くの田畑や山を借りて、子どもたち自らが学べる環境を整えています。

小学校設立準備室では、高知市内の小学生を対象とした「森のがっこう」事業を実施しています。とさ自由学校の水源となるポンプの小屋を大工さんと協力して作ったり、野外炊事や、自分たちのやりたいことにとことん取り組むなど、自然のなかでの体験活動を行っています。



学校法人 日吉学園 とさ自由学校設立準備室

〒781-2141
吾川郡いの町勝賀瀬4387
TEL:088-897-0011

ログハウス

天然温泉 はるの湯

星の森のススメ



土佐檜、土佐杉、土佐手漉き和紙、土佐漆喰で造られた新館「星の森」の客室は、シングル2室・ツイン21室、合計23室となっております。

館内には、檜貸切風呂を設置しており天然温泉がみなさまを贅沢な時間と空間へと導きます。

木の香に包まれながら癒される体験を是非味わってください。



はるの湯 キャラクター はるぼん

【檜貸切風呂】

利用者 / 貸切風呂のご予約を事前に頂いた宿泊のお客様のみ

利用時間 / 15:00～22:00

入浴人数 / 大人2名、お子様2名まで

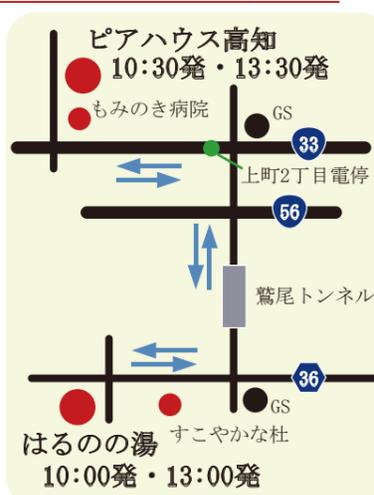
利用料金 / 2時間30分、3,000円(税込)、1回(湯だめ時間を含む)

泉質 / ナトリウム、カルシウム塩化物泉のため塩分を含む



かわらばん「はる湯」

【シャトルバスのご案内】
毎週「月・水・金」(祝日は除く)にはるの湯からピアハウス高知までシャトルバスを運行しております。ご利用の際は左記にご連絡ください。
●はるの湯 フロント
☎(088)894-5400
●ピアハウス高知 受付
☎(088)843-4700



【入浴のご案内】

- ◎入浴料
 - 大人(高校生以上) 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/>

メンバーズカード
会員の方は...
いつでも**500円!**

来るひととき

第4回 リハビリテーション病院すこやかな杜
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、仲良く海へ遊びに行った時の写真を飾っています。でも、上と下の写真で、何かが違うような気が…。どこが違っているか、探してみてくださいね！答えは7個あるよ！



第3回クロスワードの答えは **とっとちゃん** でした。第4回まちがいさがしの答えは、P19の下にあるよ！

がんばり処すこもり de 楽しく予防！

予防：生活不活発病(廃用症候群)をふきとばせ！

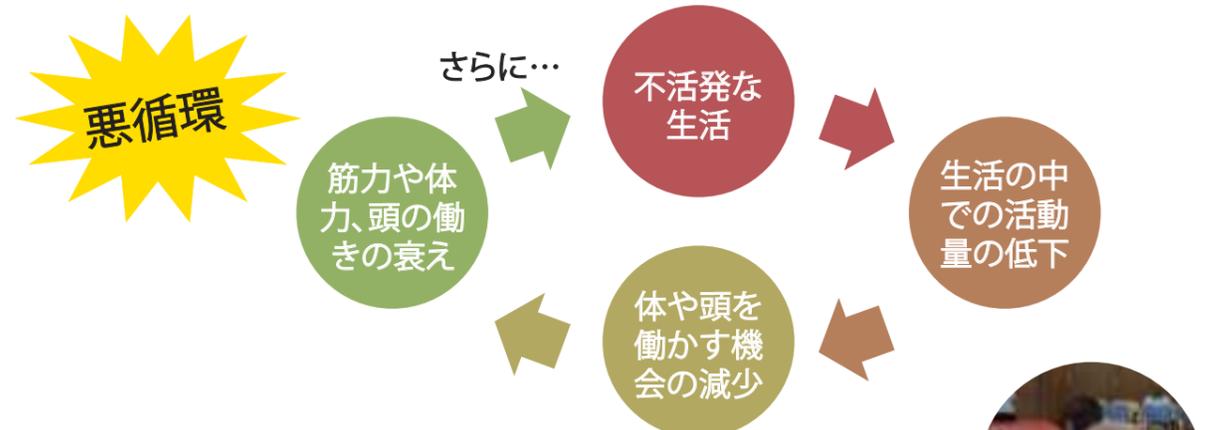
●生活不活発病とは…？

活動的な生活がおくれていると、その不活発な習慣が要因となって、徐々に体や頭の働きが悪くなっていきます。これが生活不活発病です。これにより、「トイレに行くのが億劫」「声が出にくい」「物忘れがひどい」「食欲がない」「便秘」「気分が沈みがち」といったことが起こってきます。

●生活不活発病チェック

- ① 1人で屋外に歩いていく距離が短くなった……………
- ② 自宅内でも何かにつかまって歩いてしまう……………
- ③ 外出の回数が減った……………
- ④ 家の中で座ったり、横になって過ごす時間が増えた……………
- ⑤ 以前に比べ歩きにくさを感じる……………
- ⑥ 最近生活動作(風呂・トイレ・食事など)で難しくなってきた動作がある……………

一つでもチェックが入れば不活発になっているかもしれないサインです。



●予防のポイント

- 毎日の生活の中で活発に動くようにしましょう
- 家庭・地域・社会で楽しみや役割を持ちましょう
- 身の回りのことがやりにくくなっても、あきらめずに練習や工夫をしましょう
- 動きやすいよう身の回りを片付けておきましょう
- “無理は禁物” “安静第一”ではなく、どれくらいなら大丈夫かを考えましょう(難しければ相談を)



通所リハビリテーションがんばり処すこもり



営業日 月～金(土日祝祭日はお休み) TEL:088-837-2345
営業時間 午前8:30～12:30、午後13:30～17:30の中で1～2時間の提供
〒781-0311 高知市春野町芳原1316-1
リハビリテーション病院すこやかな杜内
※場所はP18,P19をご参照ください

高知市周辺MAP



健康増進施設



17 はらの湯 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
室戸市領家字弘山235-1



内田グループは、地域のみならず
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。

医療法人 恕泉会
医療法人 治久会
社会福祉法人 ふるさと会
学校法人 日吉学園
株式会社 横浜クラブ

第4回まちがいがしぎの答え

- ① モーリが座っている場所
- ② 雲の大きさ
- ③ もっちのほっぺ
- ④ キラクの目
- ⑤ かけはしえもんの頭
- ⑥ へり太ふるの介の眉毛
- ⑦ 波しぶき

※塚ノ原周辺MAP



ケアハウス



4 花の郷高知 (総合福祉施設へリオス内)
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 (在宅介護総合ステーションあさひ内)
088-840-3407
高知市塚ノ原43

通所介護(デイサービス)



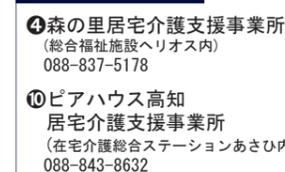
12 やまびこ 088-843-3484
高知市塚ノ原37

13 通所介護あゆみ道場 (健康カフェとりごえ内)
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

15 浜ちゃん 088-841-2283
高知市長浜6024-1

居宅介護支援事業所



4 森の里居宅介護支援事業所 (総合福祉施設へリオス内)
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

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サービス
生きがいファームはらの
088-855-6039

16 健康カフェとりごえ
088-856-6470

21 サービス付高齢者向け住宅
はらのガーデン
088-848-2002/088-855-6039

子ども教育施設



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 認定こども園
すこやか園
088-840-8884
高知市口細山224-20

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
すこやかな杜 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 (総合福祉施設へリオス内)
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 (総合福祉施設へリオス施設内)
088-842-9195

7 ひまわりの家 088-843-5660
高知市塚ノ原33

8 福寿の家(中追の里内)
088-897-0255
吾川郡いの町中追2598番地1

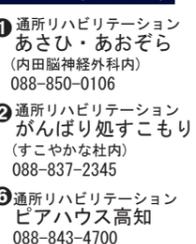
訪問看護ステーション



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らの内)
088-855-6028

通所リハ(デイケア)

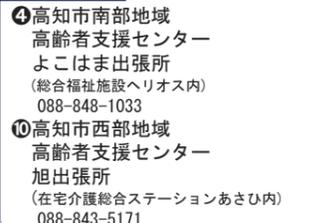


1 通所リハビリテーション
あさひ・あおぞら (内田脳神経外科内)
088-850-0106

2 通所リハビリテーション
がんばり処すこもり (すこやかな杜内)
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

支援センター



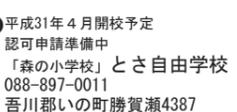
4 高知市南部地域
高齢者支援センター
よこはま出張所 (総合福祉施設へリオス内)
088-848-1033

5 夕顔(風花の里内)
088-840-7007

8 中追(中追の里内)
088-897-0255

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

病児・病後児保育事業所



14 病児・病後児保育事業所
もみくんち(こだま内)
088-849-2184

20 平成31年4月開校予定
認可申請準備中
「森の小学校」とさ自由学校
088-897-0011
吾川郡いの町勝瀬4387

うちだより

2018年
vol. 6

uchi-dayori

2018年4月 発行
制作・編集 / 医療法人 恕泉会 内田脳神経外科 企画室
高知市塚ノ原37番地 088-843-6007

