



ときめき

発行責任者

医療法人 柏葉会 水間病院 理事長 水間 良裕

社会福祉法人 啓明福祉会 理事長 水間 信寿

水間病院 <http://www.mizuma-hp.jp/>

啓明福祉会 <http://care-net.biz/46/keimei/>



「伊佐市医師会会長を 拝命するにあたって」

医療法人 柏葉会 水間病院 理事長 兼 院長 水間 良裕

地域の皆様にはいつもたいへんお世話になっております。

新型コロナウイルスは、新しい変異株が次々に出現して感染力が増し、勢いが衰えない状況が続いています。A/H1N1/2009いわゆる当時の新型インフルエンザのパンデミックの時は、タミフルという薬が有効であることがわかり世の中のパニックもおさまりましたが、今回の新型コロナウイルス感染症には、タミフルのような予防にも使える薬が未だないうえに、ワクチン免疫をすりぬけるブレークスルー感染も多く認められ、特に鹿児島県においては、全国一位に迫る勢いです。国は、熱中症の観点からマスクはずしを啓発していますが、屋外・屋内とも2m以上の距離をとることと、会話をしないことが前提となっています。難しい判断を強いられます。

そんな中、このたび私は伊佐市医師会会長を拝命いたしました。医師会活動といたしましては、平成12年4月からの社団法人大口伊佐医師会理事に続き、一般社団法人伊佐市医師会副会長や、鹿児島県医師会理事を務めて参りまして、主に公衆衛生・介護保険・精度管理等を担当しました。県教委と協力し、県下に「学校欠席者情報システム」を導入したり、私なりに一生懸命努力を重ねてきました。

現況のような厳しい環境の中で会長職を拝命する責任の重さを痛感するとともに、地域の皆様のために微力ながら今後もがんばっていく所存です。

幸い、伊佐市医師会は歴代会長のもと、とても仲がよく、お互いの顔が見える関係にあります。2025年に向けた地域医療構想に関しても、伊佐市は急性期から慢性期までほぼ整っていると考えられ、また、居宅介護支援事業所、訪問看護、訪問介護、通所リハ、通所介護、介護医療院、介護老人保健施設、介護老人福祉施設等々、地域包括ケアに必要な資源も整っています。

人口減少や少子高齢化に加え、ロシアのウクライナ侵攻に伴う諸物価の高騰や、世界情勢の不安定化、サイバーセキュリティ問題や、第8次医療改革など、色々と問題は山積している時代ですが、悲しい戦禍にある方々に心を寄せながら、前向きに進んでまいりたいと考えております。

今後ともご指導の程よろしくお願い申し上げます。



水間病院

薬やくに立つお話

「おくすり いくつ飲んでますか？」

水間病院 薬剤師 平野 香織

高齢になると、複数の病気を持つ人が増えてきます。病気の数が増え、受診する医療機関が複数になることも薬が増える原因となります。75歳以上の高齢者の4割は5種類以上の薬を使っていて、使っている薬が6種類以上になると副作用を起こす人が増えるというデータもあります。

高齢になると肝臓や腎臓の働きが弱くなり、薬を分解したり体の外に排出したりするのに時間がかかるようになります。また、薬の数が増えると薬同士が相互に影響し合うこともあります。その為、薬が効きすぎたり効かなかったり、副作用が出やすくなることがあります。薬を飲んでいて気になることがあれば、いつ頃からどのような症状が出てきたのかなどメモしておきましょう。気になる症状があっても勝手に薬をやめたり減らしたりするのはよくありません。薬によっては急にやめると症状が悪化したり思わぬ副作用が出ることがあります。必ず医師や薬剤師に相談しましょう。



フロイデハイム通信

～リハビリワンポイントアドバイス～

「with コロナ時代にも運動不足解消を！」

水間病院 理学療法士 塚田 美津子

新型コロナウイルス感染症の流行がはじまり、もう2年半が過ぎようとしています。この激動の時代にすっかり生活様式が変わってしまったという方たちも多いことでしょう。その様な中でも、感染をしっかりと予防しながら体を動かすことが大切です。

日常生活を営む上での基本的な生活様式

- まめに手洗い・手指消毒
- 咳エチケットの徹底
- こまめに換気
- 3密の回避
- 適切な生活習慣
- 毎朝の体温測定・健康チェック

感染予防対策をしっかりした上で座っている時間を減らしたり、片足立ちやスクワットなどの下肢筋トレ、散歩や健康体操など出来る事から始めてみませんか。

65歳以上の方の1日当たりの歩数の目標は男性7000歩、女性6000歩です。

with コロナ時代に運動不足による健康二次被害を予防し、無理せず少しずつ体を動かす機会を増やしていきましょう。



啓 明 園

栄養一口メモ

「熱中症予防について(食事編)」

啓明園 管理栄養士 大野 幸代

熱中症予防といえば、水分補給や室温調整などが大切ですが、毎日の食事もとても重要です。水分補給や体温、室温調整と一緒に今年のこの暑い夏を乗り切るために食事からも熱中症対策をしてみませんか。

<熱中症対策3つの基本>

- ①こまめに水分補給・塩分補給する
- ②体温や室温を調節する
- ③3食をしっかり食べる



熱中症の予防で、水分補給と共に重要なのは、食事を抜かずに3食きちんと食べることです。暑さで体力が落ちると食欲も減退しますが、熱中症にならないためにも食事をしっかりとることが重要です。食事をする事で「体に必要な栄養素や塩分」が補給されます。

熱中症予防に効果的な栄養素

<ビタミンB1>

ビタミンB1は「水溶性ビタミン」で、体の中に蓄積することができない栄養素なので、日々の食事によって補給することが必要になります。他の栄養素をエネルギーに変える働きがあり、不足すると疲労しやすくなります。

・玄米・うなぎ・豚肉・大豆食品・そば・ゴマ・モロヘイヤ

<ビタミンC>

ビタミンCは、体の組織を作るコラーゲン(たんぱく質のひとつ)に欠かせない栄養素です。

不足すると血管や関節に影響し、病気やストレスへの抵抗力が弱くなります。

ビタミンCは野菜やフルーツに多く含まれる栄養素なので、生で食べたり、デザートにしたり、汁物・煮物・和え物などさまざまな料理法で摂取できます。

・レモン・オレンジ・イチゴ・パプリカ(赤ピーマン・黄ピーマン)・ブロッコリー・キャベツ・じゃがいも

<カリウム>

カリウムはミネラル(無機質)のひとつで、細胞を安定させ、血圧をコントロールする働きがあります。尿や汗と共に排出される栄養素なので、低カリウム状態になると疲れやすくなり、足がつったり、むくんだりすることもあります。カリウムは水溶性で加熱すると栄養も流れてしまうため、生で食べるか、煮汁と一緒に食べるのがおすすめです。

・海藻類・納豆・ほうれん草・ブロッコリー・かぼちゃ
・トマト・バナナ

※今年の夏は、感染症、熱中症予防で室内で過ごすことも多いと思います。体調管理を意識した料理に挑戦してみるのはいかがでしょうか。

その際は、料理を作ると火を使いますので、キッチンも高温になります。作るときも水分補給や室温調整をしっかり行いましょう。

手作りポカリ

材料	
水	1000ml
砂糖	大さじ4強(40g)
塩	小さじ1/2(3g)
レモン汁	大さじ1~2

麦茶みたいに作り置きして冷蔵庫に冷やしておくと熱中症対策に便利なイオン飲料

体内への吸収が早く、手作りだから体調に応じて塩分・糖分を調節できます。
味は優しいポカリ

レモンの花言葉
「誠実な愛」
「香気」
「陽気な考え」

材料を入れ、水を注ぐ。
(少量のお湯を使うと溶けやすくなる)

啓明園

春のお茶会（啓明園）

毎年恒例の春のお茶会が令和4年4月14日に啓明園食堂ホールにて行われました。職員が茶筌で立てた抹茶と和菓子をゆっくりと楽しみながら召し上がっておられ、初めて参加された入居者様は、「こんな行事があるんですね。」と、とても喜んでおられました。



ミニボウリング大会



啓明園では、5月に3回に分けてボウリング大会を行いました。

狙いを定めてもボールは右へいたり、左へいたりして皆様の笑顔や笑い声でボウリング大会も大変盛り上がりしました。

コロナ禍の中、外出もできないので良いストレス発散となりました。



※写真撮影時のみマスクを外しております。

千鳥園

春のお茶会（千鳥園）

桜の花びらが舞い散る4月、毎年、啓明福祉会として、共同で行なわれてきたお茶会は、今年もコロナウイルスは落ち着くことを知らず、千鳥園のみで喫茶の日に換気や感染対策に十分気をつけ執り行うことができました。お一人お一人にお抹茶や好きな飲み物、お菓子の注文を受ける事で、昔の記憶や味覚が呼び覚まされたご様子を伺うことができました。この時間の共有を御家族の方々へ還元する事ができない事はとても残念ですが、今年度1年入居者様と共に健康に気をつけてスタートしていきたいと思えます。



紅白ミニ・ゲーム大会

5月11日、紅白ミニ・ゲーム大会を開催しました。ホールに集まっていただき、糸巻き・ボーリング・玉入れを行いました。入居者様の真剣な表情と笑顔で競技される姿がとても印象的で楽しそうにしておられました。競技終了後は参加賞のゼリーを皆様で美味しく召し上がって頂きました。



啓明園

七夕（啓明園・千鳥園）

星に願いを
～皆様が元気に楽しく生活できますように～



7月度 誕生会（啓明園）

7月23日（土）は土用の丑の日という事で啓明園誕生会にてうな丼を召し上がって頂きました。皆様、とても美味しそうに召し上がられました。



7月の誕生会メニュー

- ・うな丼
- ・茶碗蒸し
- ・酔の物
- ・お吸い物
- ・スイカ



お誕生日
おめでとう
ございます！



夏の交通事故防止運動

7月11日～7月20日まで、夏の交通事故防止運動にて施設前交差点で朝の立哨を行いました。



※写真撮影時のみマスクを外しております。

千鳥園

〈部署紹介 第2回〉 啓明園介護職

主任 倉野 貴光

私達の施設、養護（盲）老人ホーム啓明園は視覚障害のある入居者の方を含めて現在は53名の方が在籍されておられます。（令和4年5月1日現在）

各々の身体の状況に応じて日常生活の支援を行い、自立した生活を送って頂けるように努めています。

排泄介助、食事介助も入居者の方の状況に合わせて支援を行っており、個浴型（一般入浴）、チェア型（椅子に座って頂いたままの入浴）、ストレッチャー型（寝たまま入浴して頂く）等、各々の身体状況により入浴して頂いています。

コロナ禍により園外行事は中止になっておりますが、その分付き添いしながら園庭の散歩を増やして、買い物は希望される物品を代行購入し、感染対策に十分留意しながら園内行事等を行い、少しでも入居者の方々に楽しんで園生活を送って頂けるように努めていきたいと思っております。

これからも、職員一同連携を取りながら、入居者の方々に安心して日常生活を送って頂けるように努めていきたいと思っております。



社会福祉法人啓明福祉会 令和3年度決算状況

（期間：令和3年4月1日～令和4年3月31日）

（貸借対照表）

（単位：円）

資産の部		負債の部	
流動資産	271,988,065	流動負債	50,350,436
固定資産	976,201,782	固定負債	0
（基本財産）	698,903,352		
（その他の固定資産）	277,298,430		
		負債の部合計	50,350,436
		純資産の部	
		基本金	353,815,061
		国庫補助金等 特別積立金	24,577,933
		その他の積立金	169,315,164
		次期繰越活動増減 差額	650,131,253
		純資産の部合計	1,197,839,411
資産の部合計	1,248,189,847	負債及び 純資産の部合計	1,248,189,847

（資金収支計算書）

（単位：円）

支 出		収 入	
人件費支出	327,990,888	介護保険事業収入	369,215,863
事業費支出	97,978,299	老人福祉事業収入	131,515,440
事務費支出	80,511,943	受取利息配当金収入	4,676
固定資産取得支出	8,346,250	その他の収入	1,162,212
ファイナンス・リース債務 の返済支出	1,314,000	施設整備等補助金収入	750,000
積立資産支出	100,000,000		
その他の活動による 支出	23,934		
合 計	616,165,314	合 計	502,648,191
		当期資金収支差額	△ 113,517,123
		前期末支払資金残高	350,087,180
		当期末支払資金残高	236,570,057



HPに財務諸表の詳細を掲載



新人紹介

【質問】 ① 名前と部署名は？ ② この仕事を選んだ理由は？
③ 好きなことは？ ④ 何かひとこと！



- ① 平瀬 まどか (水間病院 臨床工学士)
- ② 病院で使っている機械に興味があったからです。
- ③ ドライブ、お酒、読書、ネコ
- ④ 早く仕事に慣れるように頑張ります。宜しくをお願いします。



- ① 出本 ゆかり (啓明園 看護師)
- ② 養護施設に興味があったからです。
- ③ 本を読むこと。
- ④ 少しずつですが色々なことを学びながら頑張っていきたいです。



- ① 鶴木 直翔 (千鳥園 介護職)
- ② 介護の仕事にやりがいを感じ、人の役に立ちたいと思ったからです。
- ③ ショッピングと音楽を聴くことが好きです。
- ④ 一生懸命頑張りますのでよろしくおねがいします。



- ① 大野 幸代 (啓明園 管理栄養士)
- ② 高齢者施設での食事管理に関わりたいたいと思いました。
- ③ 宅飲み、ドライブ、美味しいものを食べる、滝を見ること。
- ④ 週1回の勤務ですが、一生懸命頑張りますので宜しくお願い致します。



- ① 藤岡 響 (千鳥園 介護職)
- ② 祖母の様な人達の手助けがしてみたいからです。
- ③ ゲームをすること、動物の動画を見ることです。
- ④ 分からない事が多いですが、精一杯頑張ります。



- ① 近藤 さくら (千鳥園 介護職)
- ② 人の役に立つ仕事をしたかったからです。
- ③ 趣味は音楽を聴くこと。好きな食べ物はお寿司です。
- ④ 社会人1年目として、これから頑張ります。



- ① 田上 美希 (レインボー 介護支援専門員)
- ② 人と関わる仕事をしたかったからです。
- ③ 子供の写メを小さい頃のものから眺めること。
- ④ 早く仕事に慣れるように頑張ります。宜しくをお願いします。



水間病院・啓明福祉会

INFORMATION

▶ 医療法人 柏葉会 水間病院

TEL 0995-26-1211 FAX 0995-26-2580

▶ 診療科目

・内科 ・泌尿器科(人工透析) ・消化器内科
・皮膚科 ・リハビリ科 ・婦人科

▶ 理事長・院長 水間 良裕

▶ 副院長(診療部長) 水間 信寿

▶ 副院長(内科部長) 水間 みどり

▶ 婦人科部長 水間 まり

▶ 診療時間 (変更になる場合があります。ホームページを御確認下さい。)

月 ~ 金 9:00 ~ 12:30 (受付終了 12:00)

13:30 ~ 17:00 (受付終了 16:30)

土 9:00 ~ 13:00 (受付終了 12:30)

日・祝祭日 休診

婦人科外来は予約制です。

【交通のご案内】

- ・バス 南国交通バス(空港・栗野・大口・水俣線) 菱刈支所前バス停下車
- ・JR 肥薩線栗野駅・九州新幹線新水俣駅から上記南国交通バス利用

▶ 社会福祉法人 啓明福祉会

TEL 0995-26-0300 FAX 0995-26-3824

▶ 理事長 水間 信寿

■ 特別養護老人ホーム 千鳥園

(指定介護老人福祉施設)

(指定短期入所生活介護事業所)

▶ 施設長 水間 まり

■ 養護(盲)老人ホーム 啓明園

(特定施設入所者生活介護事業所)

▶ 施設長 水間 まり

■ 在宅介護支援センター レインボー

(指定居宅介護支援事業所)

▶ 所長 上原 美智代

