

名和内科・巣南リハビリセンター 広報誌「清」

SAYA

2025 JANUARY Vol.14



巣南リハビリセンター 介護・リハビリスタッフ

岐阜清流病院 広報誌「清」

SAYA

2025 JANUARY Vol.14



岐阜清流病院 野球部



地域と病院をつなぐ

つながる清流カフェ

病院と地域をつなぐ新たな取り組み つながる清流カフェ が誕生。
住民が気軽に集まり、健康相談や交流ができる場として期待が高まります。

地域連携・入退院センター

保健師

ちば

千葉さとみ

つながる清流カフェを始めようと思ったきっかけを教えてください。

千葉：病院と地域をつなげるサポートをして貢献したいと考えたことが、つながる清流カフェを始めようと思ったきっかけです。

私は保健師として地域のサロンや集まりに出前講座として行くことがありますが、そこで出会う住民の方の表情を見ると、どこかリラックスした様子や生き生きとした表情が印象的で、その人らしさのようなものが自然と溢れていると感じます。

どんな患者さんも元々は地域で暮らしていて、その人なりの歴史を持って生きてきた方ですから、たとえ病気や怪我をして以前と同じことができなくなっても、その人らしさを少しでも失わないでいて欲しいという気持ちがありました。病院は、多くの人にとってできれば行きたくない場所というイメージがあると思いますし、日常生活の場とは異なるので少し敷居が高いと感じる場所かもしれません。しかし、病院の敷居が少しでも低くなり、そ

な病院と地域が繋がれば、その人らしさを保つたまま入院から退院までを過ごすことができるのではないかと思います。また、退院後も気軽に健康相談ができ、不安を解消できる場があれば、再入院の予防につながるのではないかと思います。

私自身は退院する患者さんの支援をしています。退院後もその人らしく暮らせる生活を考えた時に、病院と地域のつながりがあれば、その背景にある患者さんのことをより深く理解でき、より良い支援につなげることができると考えています。

準備段階で意識したことはありますか。

千葉：住民の方と一緒に考えることを大事にしました。岐阜市社会福祉協議会の地域福祉コーディネーターを通じて、地区の連合会長や自治会長、老人クラブの代表とお会いし、周知方法について相談したり、アドバイスをいただきました。

カフェではどんなことをしますか。どんな人が対象ですか。

カフェでは、病気でなくても元気な方も集まっていたいただける場所でありたいと思いますし、また、健康に関する知識を得たり、友達づくりをしたりと、普段から身近で安心できる存在でありたいと考えています。

千葉：清流カフェは、年齢や住所問わず予約なしで誰でも参加でき、出入りも自由です。毎回パンやドリンクがついたモーニングを楽しんでいただけ、専門職からの講話や音楽レクリエーションなどのイベントを行う予定です。イベントがカフェの目的ではないので、参加せずお茶やおしゃべりだけを楽しんでいただいても構いません。

昨年10月10日にオープンした時の反響はいかがでしたか。

千葉：モーニングをお楽しみいただきながら、松本医師のミニ講話や、めだかすくい、体組成計体験を行いました。用意した席を上回る80人以上の方が来てくださり大盛況でした。参加者からは、「岐阜清流病院に来てみたかった」という感想をいただき、病院を知ってもらおう良い機会になったと思っています。他に

も、「松本先生がエプロンをつけて講話する姿に親しみを感じた」という感想もあり、病院と住民の方との距離が縮まったと感じています。また今回の開催にあたり、多職種のスタッフが協力し開催できたことに病院の力を実感しています。私自身色々な方とのつながりができ、とても貴重な機会をいただけたことに感謝しています。オープニングが終わってほっとしていますが、改善点を踏まえながら今後の計画をしていきたいです。

今後はどんなカフェにしていきたいですか？

千葉：「つながる清流カフェ」の名前通り、色々な人とつながることができて、みんなが笑顔になれる場所にしたいと思っています。今後は子供から大人まで多世代が集まれる場所であったり、住民の方のニーズを実現できる場にしたいと考えています。また、障がいのある方ともつながりが持てるように、今後は障がい者の方が作る福祉工場のパンをモーニングで提供する予定です。多職種のスタッフがいますが病院の強みなので、今後もスタッフや外部の他機関の方にも参加していただき、一緒に地域の課題を考え、実際に住民の方の声を聞ける場として交流していきたいです。カフェを通じて、岐阜清流病院が病気や怪

我のときだけに頼る場所ではなく、誰もが気軽に足を運べる場所、笑顔や安心、健康を届けられる場所になるようにしていきたいと思っています。

岐阜清流病院

病院長

まつもと かず
松本和

清流カフェをはじめにあたり医療機関としての役割を教えてください。

松本：清流カフェは、カフェを通じて、健康に関するイベントや講話を開催し、地域住民に健康維持や予防医療の重要性を啓発することが目的です。また、高齢者の孤立を防ぎコミュニケーションを提供する場にもなりますので、どうぞお気軽に参加してください。楽しんでいただきながら人生を豊かにする一助になればと思います。

『地域につながる病院づくり』についてどのように考えていますか。

松本：岐阜清流病院には「医療・介護を通じ、地域の皆様に「笑顔あふれる暮らし」をお届けします」という経営理念があります。これから高齢者がさらに増える地域でもあ

ります。どうぞ皆さんお気軽にお立ち寄りください。

つながる清流カフェ

岐阜清流病院が運営する
地域交流カフェ

- 偶数月に一回開催
- 参加費200円(ドリンク&パン付)
- 病院敷地内「キッチンまち香」で開催

インタビュー・オープニング動画はこちらからご覧いただけます



インタビュー

清流カフェ
オープニング

TEAM SEIKOUKAI

清光会グループで活躍中のスタッフを紹介します！



●岐阜清流病院に入職したきっかけ

2024年9月に岐阜清流病院に入職しました。趣味で続けている陸上競技がきっかけで、陸上競技会の関係者からお声がけをいただき、当院をご紹介いただきました。常日頃から怪我予防やリハビリ、体のコンディションを気にしているため、医療分野での仕事にはとても興味がありました。陸上を通して新たなキャリアに繋がるなんて非常にやりがいを感じます。

●仕事内容

用度では病院内で使用される多くの物品や費用を管理しています。人の出入りが多い部署でもあるため、様々な人と関わらせていただくことでコミュニケーションの向上にも繋がっています。適切な在庫管理や予算管理は組織の効率や経済性に直結するため適切に管理しないと病院の運用に支障をきたしてしまうので責任感を持って行っています。また、物品の選定や購入において調達や物流知識を深めることもできるため大変勉強になります。

●プライベート

とにかく体を動かすことが大好きで学生時代に取り

組んでいた陸上競技を社会人になっても続けています。種目は主に400mで昨年の岐阜県選手権では優勝することができました(※写真)。練習は週5回行っており、平日は夜に坂道ダッシュや家で筋トレなど1時間程度、土日は各務原グラウンドで陸上トラックを用いた練習を3時間ほど行っています。また日々の食事やケアにも気をつけており、なるべく体の栄養になるものを摂るように心がけています。

●今後の目標

用度での仕事はもちろんのこと、キャリアの幅を広げるためにさまざまな知識を身に付け誰からも必要とされる人材になりたいです。また、プライベートでは自分の競技を通じて病院の存在や価値を広めることができたらと思います。まずは、陸上自己ベスト更新を目指し、岐阜清流病院の名を背負って全国大会で活躍ができることを目標に日々努力していきたいと思っています。



●巣南リハビリセンターに入職したきっかけは？

母が股関節の手術を受け入院した際に、リハビリスタッフの支援を受け回復し、無事退院出来たことでリハビリ・介護の分野に興味を持ちました。優しく信頼感のあるスタッフと出会い、世の中の多くの方々が必要とされる素晴らしい仕事だと感じ、自身もこの業界で働いてみたいと考えるようになりました。そこから勉強を始め介護福祉士の資格を取り、4月から巣南リハビリセンターの一員として働いています。介護老人保健施設では介護・リハビリ・看護・歯科衛生士・ケアマネージャーなど多職種が協力し合って、利用者さんとそのご家族を支援しています。様々な専門知識に囲まれて働くことで多くの学びや刺激があります。



●レクリエーションについて

介護職の業務として日常生活上の介助のほかにレクリエーションを提供する役割があります。身体を動かしたり、歌ったりすることで心躍る楽しい時間を過ごしていただくとともに、利用者さんの機能向上にも繋がるプログラム作りを意識しています。

私は美術大学を卒業しており、過去に絵画教室を開いていた経験を活かして絵画を利用したレクリエーションを行っています。利用者さんの前でリクエストを受けて即興で絵を描きながら、会話を引き出しつつ一枚の絵を作り上げます。筆を動かすのは私の手ですが、絵のイメージを作り上げてくれるのは利用者の皆さんです。いつも集中して参加していただけるので私も良い緊張感をもってレクリエーションを行うことができます。

今後はレポトリーを増やし、利用者さんがご自身で創造していける企画も用意していきたいです。皆さんの個性や経験を活かして、その方らしく生活を送っていただける手助けを続けていきたいです。



2024年7月

中小学校高齢者福祉教育

巣南リハビリセンターは年に1度、瑞穂市立中小学校の高齢者福祉に関する総合学習に参加しています。今年度はリハビリとはどのようなものなのか、また高齢者の皆さんの生活をより良くするためにはどのような方法があるのかなど話し合いの時間をもち、様々なアイデアを出してもらいました。高齢者と共に暮らした経験がない生徒は「高齢者の方が日常生活を送るだけ

で色々大変な思いをされていることがわかって良かった」と話してくれました。



2024年8月

盆踊り・夏祭り

通所サービスでは夏恒例のお祭りを開催しました。デイケアでは様々なゲームやビンゴ大会で夏祭り気分を感じていただき、デイサービスでは皆さんで衣装チェンジをして盆踊り大会を行いました。過去に踊ったことのある利用者さんは音楽が流れると自然にリズムに合わせて体を動かされていました。今後も利用者の皆さん



に四季を感じていただけるイベントを企画してまいります。

2024年11月

みずほふれあいフェスタ2024 清光会ブース出展

11/3(日) 瑞穂市サンコーパレットパークで開催された「みずほふれあいフェスタ2024」に法人ブースを出展しました。天気にも恵まれ、当日は多くの地域の皆さんがフェスタに参加されていました。当ブースでは医療・介護の相談会を行ったり、お子さま連れの方々には身体を動かすゲームに参加していただきました。参加賞の清光会特製ポップコーンは大盛況で多くの来場者に喜んでいただけました。イベント終盤にはバルーンリリースが行われ、空高く舞っていく風船に大きな歓声があがりました。当法人の広報活動としてだけでなく、地域の皆さんとコミュニケーションをとれる場に参加することの大切さを実感する一日となりました。



名和内科
巣南リハビリセンター
グランフォート清流
清流ぶらす

岐阜県瑞穂市重里2005 TEL:058-328-3311
岐阜県瑞穂市重里1996 TEL:058-328-3387
岐阜県瑞穂市本田908-1 TEL:058-329-5001
岐阜県瑞穂市別府1227-1 TEL:058-216-6360



2024年7月

「岐阜清流病院野球部」創部

2024年7月、「岐阜清流病院野球部」を立ち上げました。清光会内の医師やリハビリ、看護師、事務部などのスタッフが在籍しています。9月～10月に行われた岐阜県病院親善野球大会では準決勝で敗れ、3位という結果でした。来年度は優勝します！皆様に良い報告ができるように、今後も応援していただけるように励んでいきます。



2024年10月

サイクルツーリングに参加しました

10/26(土)「せきサイクルツーリング2024 in 板取川」に女性新メンバー1名を含む7名で参加しました。関市の自然を楽しみ、グルメを味わいながら、安全な走行で全員完走することが出来ました。サイクルツーリングを通して職種や法人施設の垣根を越えた親睦を図り、より良いチームワークづくりへつなげていきます。



漢方コラム

第9回

胃もたれには…

記事執筆

日本東洋医学会
漢方専門医・指導医
越路正敏 医師

年末年始ともなると、ご馳走続きで、胃に負担がかかることもしばしば。若い頃はなんでも食べられたのに、最近はおたれることが多くなったとお嘆きの皆さん。内視鏡で、腫瘍や潰瘍などの重大な疾患を否定することは勿論ですが、これといった病変がないことが殆ど。

これは、働きが悪いことによるものですが、そんな時に用いる代表的な漢方薬が、六君子湯です。人参・朮・茯苓・甘草・陳皮・半夏という6つの生薬に大棗・生姜という漢方薬によく配合される2つの生薬が配合されています。もともと四君子湯という気虚(エネルギー不足の状態)を改善する漢方薬(エネルギー不足を補うには、消化管から食物を消化吸収し、エネルギーを身体に取り入れる必要があります)に、陳皮・半夏という主に余分な水分を捌く働きを生薬を加えたもので、胃の働きが悪くて、胃の中の食物や消化液を含めた水分が溜まっているのを上手に捌いてくれます。

どうして六君子湯が効くのか、そのひとつの機

序が明らかになりました。食欲増進作用をもつグレリンというホルモンを六君子湯が増加させること、そしてグレリンに対する感受性を亢進させ、さらにその効き目を強くさせることが解明されたのです。実際に、六君子湯を服用すると、空腹感を感じますが、実験的にも胃を拡張させ、沢山の食物を受け入れることができるようになり、また、胃の運動能を亢進させ、食物が胃から排出される手助けもしてくれます。それによって、胃のおたれが楽になります。

私自身も年を取り、若い時のように食べる事ができなくなっていますが、外食やご馳走の前に、一服飲むと、胃が楽になり、その実感を得ています。

飲みやすい漢方薬なので、皆さんも飲み会の前に一服いかがでしょうか。



【漢方外来／越路医師】第1～4金曜日 14:00～16:00 ※完全予約制

岐阜清流病院 岐阜県岐阜市川部3丁目25番地 TEL:058-239-8111(代)