

松樹会ニュース

編集・発行 医療法人 松尾クリニック・松樹会 Vol. 37

「光をあたえてくれたもの」

松尾クリニック

院長 松尾 美由起

二〇一一年三月十一日

ちょうど東日本大震災のあった時刻、私はちょうど往診中で車のなかでした。クリニックに帰るとスタッフが八尾市でも結構揺れてビックリしたと話し、テレビで津波の映像を目にし、そして言葉を失ってしまいました。



1000年に

1度と言われる



災害から4ヶ月が経とうとしています。直後から涙なしにはいろんな事を考えられなかった私たちに勇気と気力と希望を与えてくれたのは、なんと現地から報告される子供達の笑顔と行動でした。自分たちでできる限りの壁新聞や情報を伝える姿に大きな感激を覚えました。又、姿が見つからないにもかかわらず消防隊だった父親を尊敬し人の役に立ちたいと毅然と伝える少女の姿も忘れられません。



そして釜石の小中学校の子

供達が普段からの防災訓練として「つなみでんこ」（自分の責任で早く高台に逃げろ）という言い伝えをまもりつつも、より小さい子の手を引き防災マップを信じず、より高く避難し全員が助かったというニュースは子供達の行動力・責任感が素晴らしいことを証明しました。

被災地の皆さんは「被災者」よりも「復興者」と呼んでほしいとおっしゃっていました。原発問題もありこれから精神的にもまだまだ大変ですが、人間のエネルギーを信じ一緒に頑張っていきましょう。



事業所紹介

前号の訪問看護ステーションのご紹介に引き続きまして、今回はデイケアについてのご案内です。

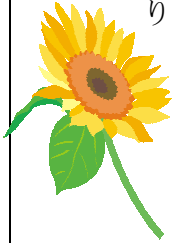
【松尾クリニック】

デイケアの紹介

主任 桑島 恵子

松尾クリニック 4 階には「デイケア室」があります。

デイケアは、パワーリハビリテーションや理学療法士等によるリハビリテーションで、身体の動きを改善し、自立した日常生活や介護をする方の負担が軽減するように援助を行うものです。介護保険で要介護認定を受けている方が、対象となります。



デイケアでの 1 日は、まず、車でご自宅までお迎えいたします（車椅子の方も大丈夫です）。

クリニックに到着したら、看護婦の健康チェックを受けながら、パワーリハビリテーションでの運動や入浴をしていただきます。お昼には、皆でお弁当（温かいご飯とおかず）をいただき、午後は音楽療法や言語療法での発声訓練、生け花やゲームにクイズなどを楽しんでから、またご自宅まで車でお送りします。

リハビリをしたいけど、自分では通院するのが大変…、自宅で閉じこもりがちになって、足が弱っている…などのお悩みがある方はぜひ、ケアマネージャーさんにご相談下さい。

デイケアに来るまでは、「そんな所に行くのは嫌だ」と話されていたけれど、デイケアに来るようになって、「皆と会うのが楽しい。毎日来たいくらい。」とおっしゃられる方も多いです。家に居るほうが気楽だ…と思っている方も、やっぱり人の輪の中に入ると生き生きされるんですね。



皆さんの楽しみの場となるように、松尾クリニックの 4 階で頑張っています！いつでも見学にお越し下さい。

今回は藤井よしこ様より寄稿をいただきましたので、掲載いたします。

「20 周年踊志子の集い」

藤井 よしこ

八尾市の中で日本古来の古典舞踊を見ていただくことが望みだったという藤井さんは、平成 22 年 5 月に八尾プリズムホールにて「20 周年躍志子の集い」を講演されました。演目「花の吉原花魁道中」の中で花魁の姿で俄獅子を踊られました。



満員のお客様に囲まれた素晴らしい舞台上、今年もアンコール上演されたそうです。とてもお似合いですね。



行事報告

「秋祭り」



当初、平成22年8月28日(土)に夏祭りを開催する予定にしておりましたが、八尾まつりと同日である為急遽日程を変更し、9月4日(土)に秋祭りを開催することになりました。

≪プログラム≫

1. 講演 松尾 美由起院長

「ラップ療法について」

傷ができると消毒をして、ガーゼをして：と昔はこのような

治療でしたが、今はラップ療法

といつて「水道水でよく洗う」

「消毒をしない」「乾かさない」

といった治療法があり、松尾ク

リニックでも消毒をせずラップ

療法をおこなっています。サラ

ラップでも代用できるのでご

家庭でも実践できますね。

2. レクレーション

「うちわ作り」



暑い日が続きますので、うちわ

を作りました。夏らしくスイカ

の形をした折り紙を、うちわに

糊で貼りましたね。みなさん上

手に出来上がりました!!

「25周年の集い」

平成22年10月2日(土)

プリズムホール

レセプションホール

開院25周年を祝う式典がこの日開かれ、松樹会のメンバーを含め100名以上もの皆様にお集まりいただきました。



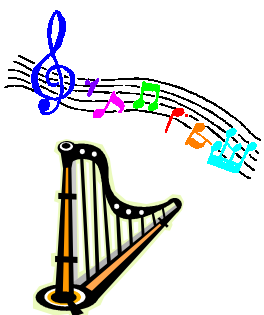
≪プログラム≫

1. ルシア塩満様御一行によるアルパ演奏

南中米の民族楽器のインディアナハーブ「アルパ」を演奏してくださいました。



優しく癒されるような音色ですが、時に情熱的にもなるアルパに聴き入ってしまいました♪みなさん知っている曲も多かったのではないのでしょうか？松尾美由起院長を交えての演奏もあり、あつという間のひと時でした!!



2. 松尾クリニック職員一同による寸劇「つるの恩返し」

「ある日ケガをした鶴は、助けてもらったおじいさんに恩返しをしようと人間の姿になって、お礼にきれいな織物を織って…」と、ここまでは皆さんご存知のストーリーですが、松尾クリニックオリジナルの寸劇のシナリオは少し違います！
「織物を織っている間もご飯やお菓子を食べ続け、全く動かな



かった娘はどんどん太り続け、あんなにきれいだった織物も脂ぎったものになってしまいました。心配したおじいさんとおばあさんは先生に相談しようと松尾クリニックへ訪れます。松尾汎先生に運動と薬を飲むように勧められた娘は真面目に取り組み、元の美しい娘の姿に戻ることができた。時に笑いもあり、楽しんでいただけたのではないのでしょうか？寸劇の後は「365歩のマーチ」を歌いました。



3. 「太極拳」の演舞



患者会「松樹会」の教室でいつも楽しく練習されている皆さんの発表でした。25周年の集いで披露するために頑張って練習されていたため、皆さん揃って迫力がありました。また加藤様とお仲間による「剣の舞」は、流れる動きの中に剣を取り入れた演舞で素晴らしかったです。



当日会場では患者会でも作っている七宝焼きを飾ったり、ク

リニック25周年の歴史を振り返った回顧展（スライド上映）など盛りだくさんでした。みなさん楽しい時間を過ごされたのではないのでしょうか？



「松尾クリニックの大切なもの」

25周年を超えて」

理事長 松尾 汎



「何時も患者さんと共にある医療」を目指して、松尾美由起院長が、松尾クリニックを始めたのは、昭和60年でした。もう25年以上も前のお話です。「納得のいく質の高い医療」も求めながら、「在宅医療の大切さ」を感じての開設であったと聞いてい

ます。



その当時は、小生は吹田市にある国立循環器病センター（現・循環器病研究センター）に、高度な医療を求めて赴任したばかりでした。循環器専門医を目指して、日夜を惜しまず、臨床と研究に邁進していた頃でしたので、少ししかお手伝いは出来ませんでした。電話番号や診療へのアドバイスをしなから、家族としての応援をしていました。

でも、24時間、365日というのは、実に大変なことでした。その当時は、院長（すなわち妻）の母親や祖母も同居しており、時には家事も手伝ってはくれましたが、院長は勤務が終わって帰ってから、夕ご飯の支度や、翌朝は弁当の準備と、「何時寝て

いるのだろうか？」と周囲が驚く

ほどに多忙な毎日でした。往診依頼の電話が掛かってくると、真夜中でも車で出かけていました。電話当番は、小生や家人が手伝えることは出来ませんが、電話は食事中や、時には入浴中にも掛かってきました。家が北摂（大阪に住み始めた昭和48年から、其処に居住していました）でしたので、家から八尾までは夜間の車が少ないときでも1時間近くは掛かりました。今でこそ、近畿自動車道が出来たので、少しは便利になりましたが、「すぐ来て」の要請に、着るモノも取り敢えず、飛び出して行くことも決して稀ではありませんでした。

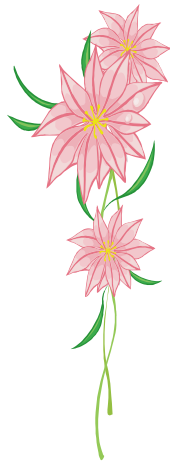


「患者さんの不安や心配を何時でも解消してあげたい」という

気持ちから、クリニックでは24時間電話を院長が受け付けています。初めは、ポケットベルでの呼び出しでしたが、携帯電話が出てきて、未だ肩から提げる大型の携帯電話（車のトランク内に置いて充電できるタイプ）を持って、外出したりもしていました。もちろん、外出中に電話が掛かり、そこから直行と言うこともありました。便利になりフランスのパリへ学会で出かけた時に、電話が掛かって来たりもしました。最近、日本から直接、転送できるようになっていますので、「今から、来て下さい」という電話も掛かってくるのです。



もちろん、その時も、事情を聞き直ぐ留守番をしている先生に往診して頂くように依頼できました。文明の利器の進歩と日頃からの連携・連絡網の有り難みを感じたエピソードです。患者さんの「有り難う」の言葉を聞くと、**「患者さんから元気を貰っている」**のだからと笑う院長を支えるべく、職員と共に頑張りたいと思っております。



「第19回みんなの作品展」

平成22年11月18日(木)

プリズムホール展示室

今年もたくさん素晴らしい

作品が並びました。昨年同様、

年末に近かったという事もありません。クリスマスにちなんだ作品もたくさんありました。後日クリニックにて行われた一日手芸教室での「サンタのオーナメントづくり」もとても盛況でした!!

同時開催の院長の講演では「乳がん」についてのお話でした。早期発見のために普段からの自己チェックと、健診を受けることが重要ですね。特に入浴時などに自分で少し気にかけて、触ってチェックしてみることもお勧めです!!



「新年会」

平成23年1月22日(土)

午後2時30分〜4時30分

プリズムホール4階会議室

《プログラム》

1. 講演 松尾 美由起院長

「逆流性食道炎について」

最近胸やけや胃がもたれて気になる…といった症状はありますか？逆流性食道炎は胃液などの逆流による食道の炎症のこととをいいます。今回は松尾美由起院長にわかりやすくお話いただきました。

【逆流性食道炎!?

セルフチェック】

次の①〜⑫の質問にそれぞれ当てはまる点数を足してください。



★点数

ない(0点)・まれに(1点)・時々(2点)・しばしば(3点)・いつも(4点)

★質問



①胸やけがする

②おなかをはることがある

③食事をした後に胃が重苦しい(もたれる)ことがある

④思わず手のひらで胸をこすってしまうことがある

⑤食べたあと気持ちが悪くなる

⑥食後に胸やけがおこる

⑦のどの違和感(ヒリヒリなど)がある

⑧食事の途中で満腹になってしま

⑨ものを飲み込むと、つかえることがある



⑩苦い水(胃酸)が上がってくる

⑪ゲップがよくでる

⑫前かがみをする

⑬前かがみをする

⑭前かがみをする

⑮前かがみをする

⑯前かがみをする

⑰前かがみをする

⑱前かがみをする

⑲前かがみをする

⑳前かがみをする

今年久しぶりのビンゴ大会をおこないました。

ビンゴも楽しいですが、景品を選ぶのも楽しいですね♪

参加いただいた皆さんに一つづつ景品を選んでいただきましたが、皆さん喜んでいただけましたか？



「春の集い」

平成23年4月23日(土)に開催する予定にしております

「春の集い」ですが、3月11日の東日本大震災に伴い中止させていただくことになりました。

お亡くなりになった方々に深い哀悼の意をささげるとともに、被災された地域の皆様に対し、心よりお見舞いを申し上げます。

「七夕まつり」

平成23年7月2日(土)

午後2時30分〜4時30分

プリズムホール 4階研修室

《プログラム》

1. 松尾クリニック職員

「ロコモってなあに? 長寿で健康!!」



ロコモという言葉は聞きなれないかもしれませんが、ロコモとは「ロコモティブシンドローム」、つまり「運動器症候群」のことをいいます。

骨、関節、筋肉などの運動器の働きが衰える

と、くらしの中の自立度が低下し、介護が必要になったり、寝たきりになる可能性が高くなります。

運動器の障害のために、要介護になっていたり、要介護になる危険の高い状態のことをいいます。

【ロコモーションチェック】

〜思い当たることはありませんか?〜

①片脚立ちで靴下がはけない

②家の中でつまずいたり滑ったりする

③階段を上るのに手すりが必要

④横断歩道を青信号で渡りきれない

⑤ 15 分くらい続いて歩けない

⑥ 2 kg 程度の重い物をして持ち帰るのが困難である（1リットルの牛乳パック 2 個程度）

⑦家のやや重い仕事が困難である

★ひとつでも当てはまれば、ロコモである心配があります。今日からロコモーションントレニング（ロコトレ）を始めましょう！

【ロコトレ】

☆開眼片脚立ち…床につかない程度に片足をあげます。左右1分間ずつ、1日3回行いましょう。転倒しないように必ずつかまるものがある場所で

おこなってください。

☆スクワット…椅子に腰かけるように、お尻をゆっくり下ろし

ます。お尻を軽く下ろすところから始めて、膝は曲がっても90

度を超えないようにします。深呼吸するペースで5〜6回を

1セットで、1日3回おこないます。痛みを感じた場合は、お尻を下ろし過ぎないようにし

たり、机などを支えに使って下さい。

その他にも、

☆ストレッチ

☆ウォーキング

☆ラジオ体操

☆関節の曲げ伸ばし

☆各種スポーツなど

があります。無理せず少しずつ始めてみましょう！



2. 講演

はしかた皮膚科クリニック

横井 葉子先生

「乾燥性皮膚疾患と

スキンケア」

はしかた皮膚科クリニックの横井先生をお招きして皮膚の構

造・役割から乾燥性皮膚疾患についてお話いただきました。

皮膚はそもそもどのような構造になっているのか？皮膚の役割とは？また乾燥皮膚はどのよ

うな特徴があるのか？など、とても分かりやすく丁寧にお話し

下さいました。お肌は28日で生

まれ変わりますが、毎日のスキ

ンケアが非常に重要だとわかり

ました！また、塗り薬は軟膏・

クリーム・ローションなどありますが、症状や季節によつて使



い分けるともお話されていきました。皮膚を清潔に、規則正しい生活を送ることも重要です！

行事予定

「第20回みんなの作品展」

平成23年10月13日（木）

10時〜16時

プリズムホール3階展示室

書道・絵画・七宝焼・手芸・

写真等々、今年も楽しい作品展

となるように多くの方の出品を

お待ちしております。出品希望の

方はクリニックの受付でお申し

込みください。

編集後記



お待たせいたしました。盛りだくさんの内容となりましたが、楽しんでいただけましたか？

