

季刊紙

医療法人社団 岡田会  
理念  
正義・友愛・奉仕  
基本方針  
医療にヒューマニズムを

# やまのべ

第48号

平成31年1月1日発行

(題字) 奈良県指定無形文化財保持者  
無監査 刀匠 月山 貞利



二重虹 (ダブルレインボー)  
「この虹をみれば、幸福になるといわれています。」

※写真提供者 ゆっきーな

年頭に当たって／胃・大腸内視鏡のすすめ	01
喉にお餅を詰まらせないために／平成 30 年度 第 2 回医療安全研修会／ハッピーハロウィン!!	02
今回のスポットライトさん!! 第 2 回／やまのべフェスティバル 御礼／まきむく草庵ウェルカムフェスタ 御礼	03
美味しいレシピ／自宅で出来るリハビリ体操	04
干支の亥 (いのしし) 作り／恒例 しめ縄作り教室開催	05
連載：地域の光と風／2019 年の暦	06
第 17 回 院内研究発表／編集後記／クロスワード	07
送迎車時刻表／外来診察一覧表	07

発行 医療法人社団 岡田会

〒 633-0081 奈良県桜井市草川 61 番地の 1 TEL 0744-45-1199 FAX 0744-42-1320  
e-mail office@yamanobe.or.jp http://www.yamanobe.or.jp

責任者 編集委員会



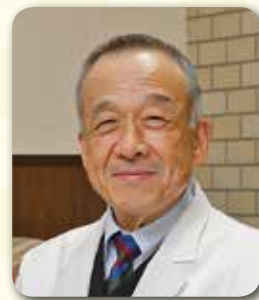
# 年頭に当たって

明けましておめでとうございます。

今年は、大きな節目の年です。今上天皇が譲位され、新しく皇太子が天皇に即位されることが予定されています。年号も改定され、昭和から平成に変わったように、次の新年号が春先にも発表されていくことでしょう。

翻って医療・介護を務める私達の回りも、国が進める「地域医療構想」によって、変革を促されていくことになるかも知れません。しかし、私達の使命は普遍で、地域のみなさんの「健康の維持、安心できる日常生活」の提供に他なりません。

初心を忘れず、今年も職員一同、力を合わせて、それぞれの業務に邁進（今年の干支のように猪突猛進）していきますので、宜しくお願い申し上げます。



医療法人社団岡田会 理事長  
岡田 二郎

## 胃・大腸内視鏡のすすめ

山の辺病院 内科 すぎやま こうへい 杉山 浩平

わが国のがん罹患数の2017年推計値は約101万4千例です（男性22万2千例、女性15万6千例）。部位別では男性で胃（16%）、肺（15%）、前立腺（15%）、大腸（15%）の順、女性では乳房（20%）、大腸（15%）、胃（10%）、肺（10%）の順（図1）となっており、胃癌や大腸癌の比率は男女ともに多くなっており、そのため検診でも、胃や大腸の検査がしばしば行われます。

胃の検診は一般的に胃バリウム検査、胃内視鏡検査が行われますが、私は胃内視鏡をおすすめします。なぜなら胃バリウム検査で異常が見つかった場合、精密検査として胃内視鏡をしなければならないからです。検査時間もほんの10分程度です。「喉から入れるのはしんどい」と言われる方には、経鼻内視鏡で検査を行っております。経

口内視鏡の太さは通常約10mmですが、経鼻内視鏡は約6mm（図2）と細く比較的楽にできます。ただし経鼻は経口より画質が少し劣るため微小病変の観察はより時間がかかります。どちらでもかまわないと思われる方はやはり経口内視鏡にすべきでしょう。

胃の痛み、胸やけ、黒い便がでる、貧血、急激な体重減少などがある場合は潰瘍や癌の可能性があり胃内視鏡をおすすめします。

大腸の検診はまず便潜血検査が行われることが多いです。便潜血検査とは便に潜む血液の有無を調べる検査です。陽性となった場合は精密検査が必要となり、一般的に注腸検査（大腸のバリウム検査）、大腸内視鏡検査が行われます。私はやはり大腸内視鏡をおすすめします。注腸検査で異常が見つかった場合、大腸内視鏡検査をしなければならないからです。検査時間は20分から40分程度ですが、胃内視鏡と違って、下剤を大量に飲み腸をきれいにしてから検査をする必要があり一日仕事になります。便潜血が陽性で精密検査を受けて大腸癌が見つかる人は0.2%程度ですが、早期がんで見つかる事が多いです。早期であれば90%以上が完治します。面倒と思わずに早めに検査を受けましょう。

血便、便がでにくい、腹部膨満感、貧

血、急激な体重減少などがある場合は大腸癌の可能性があり大腸内視鏡をおすすめします。

また、当院ではオリンパスの最新の内視鏡を完備しています。以前に比べ画質が良く、顕微鏡のように拡大して胃や大腸粘膜を観察する事ができます。さらにNBI（狭帯域光観察）という特殊な光を用いて、癌をより早く見つける事ができます（図3）。より多くの早期癌が見つかるようになった半面、観察にお時間を頂く場合があります。

癌は怖いと誰しもが考えています。多くの方が胃癌、大腸癌になりうることをふまえると一番の予防法は早期発見です。心配な症状があれば医師と相談し、検査が必要と言われた場合は、必ず検査を受けるようにしましょう。



図1 がん罹患予測数

	1位	2位	3位	4位
男性	胃	肺	前立腺	大腸
女性	乳房	大腸	胃	肺

図2 経口内視鏡と経鼻内視鏡

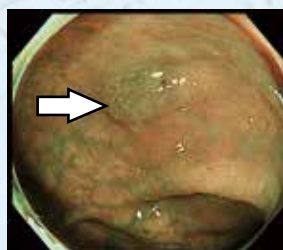
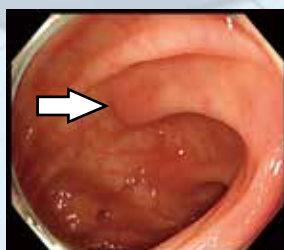


図3 大腸ポリープ

通常観察

NBI 観察

拡大観察



## 山の辺病院 栄養課 喉にお餅を詰まらせないために

栄養課では、管理栄養士、栄養士、調理師、調理員計 13 名のスタッフが在籍しており、喫食者の身内のつもりになったサービスの提供をモットーに日々患者様の食事提供に努めています。また、栄養管理や栄養指導、各種サービスを通じて患者様の食生活のサポートを行っています。

年末年始になると、お餅を食べる機会が多くなります。この時期お餅を喉に詰まらせ、中には死亡する事故も起きています。このような事故を防ぐにはどうしたらいいでしょうか。

### 喉にお餅が詰まる要因

#### お餅

- ▷ 高温時より 30 度～ 40 度の方がくっつきやすい。30 度～ 40 度は体温に近いので、口の中で嚙んで飲み込む頃になると、くっつきやすい温度になってしまいます。

#### 高齢者

- ▷ 唾液がでにくい。
- ▷ 歯が悪くよく噛めない。
- ▷ 飲み込む能力の低下。気道に食べ物が入りそうになったとき、せき込む反射が弱い

#### 食べ方

- ▷ 早食い
- ▷ 詰め込み食い



### 喉に詰まらせないように食べる方法

飲み込む力の弱い人などは、まず、お餅を食べても大丈夫か判断する必要があります。その上で次の方法を参考にしてください。

- ▷ ゆっくり嚙んで、唾液とよく混ぜる。
- ▷ 食べやすい大きさに小さく切る。
- ▷ しっかりと飲み込む。
- ▷ お茶や水を飲んで、喉を湿らせておき、お餅が喉にくっつきにくくする。
- ▷ 食べながらおしゃべりしない。
- ▷ 食べる時の姿勢に注意。足を床につけ、椅子に深く腰かけ、体を安定させる。背筋を伸ばし、軽くあごを引く。
- ▷ お餅が詰まりにくい調理法で食べる。お雑煮やお汁粉は汁と一緒に飲めるため、詰まるのを防ぐことができます。



### じゃがいも餅レシピ

#### 材料 (4 人分)

- じゃがいも 大 1 個 (正味 150g)
- 白玉粉 150g
- 油 適量

#### 作り方

- ①じゃがいもは皮をむき、輪切りにしてやわらかくなるまで茹で、かたまりがないようにつぶす。
- ②白玉粉はぬるま湯をさしながら、だまにならないように耳たぶくらいの固さにこねる。
- ③つぶしたじゃがいもと白玉粉を混ぜ合わせ、食べやすい大きさの円盤状にする。
- ④油を引いたフライパンに入れ、表面を焦がしすぎないように注意しながら焼く

☆普通のお餅に比べ、べたつきも抑えられ、歯切れもよく食べやすくなっています。お雑煮やお汁粉、みたらし餅などためしてみてください。

### 平成30年度 第2回医療安全研修会

平成 30 年度、第 2 回目の院内医療安全・感染対策の研修会を開催しました。



## ハッピーハロウィン!!



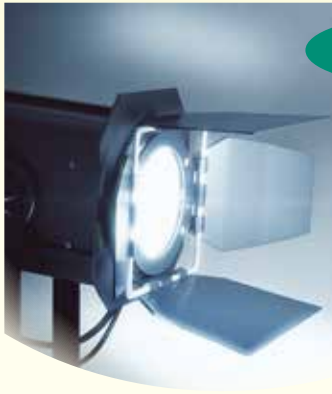
### 小児リハビリハロウィン

笑い声もあり、泣き声もありのハロウィンでしたが、子供たちも慣れてきたのか、来年からは少々考えないと…(笑)

# 今回の スポットライトさん !!

やまのベグリーンヒルズ事務課  
辻本友加里さん

第2回



辻本友加里さん 高橋美江子さん 山口真輝さん 飛鳥聡子さん 榎田尚美さん 加藤小百合さん

新年 明けましておめでとうございます。皆さん年越しはどのように過ごされましたか？

新年号で第2回目を迎える『今月のスポットライトさん!!』ですが、第1回目の院内託児室の古泉泰子さんに続き今回は来客者様を笑顔で迎えてくれる“やまのベグリーンヒルズ”受付の顔である事務課にスポットをあて、辻本友加里さんにインタビューをしてみたいと思います。

## ①やまのベグリーンヒルズで勤務することになったきっかけを教えてください。

前職も他施設で介護事務として働いていましたが出産を機に退職し、育児が少し落ち着いたので、働こうと就職活動を始めました。たまたまハローワークの求人票が目に入り、岡田会のホームページを見たことがきっかけです。岡田会に魅力を感じたのは院内託児室

が整備されているので、子育てと仕事の両立が出来るところ。そして山の辺病院が母体で介護事業部は入所系サービスや在宅系サービスと幅広く展開されているところが、自身のスキルアップにも繋がると思い応募しました。

## ②事務課では現在何人の職員さんが勤務されていますか？

それぞれの施設規模によって事務職

員の人数は異なりますが、やまのベグリーンヒルズでは現在6名勤務しています。休みの都合で人数に変動はありますが、日曜日や祝日は1~2名、平日は3~4名の事務職員が出勤しています。

## ③日々どんな仕事をされていますか？

介護事務の仕事といえば介護保険請

## やまのベフェスティバル 御礼

2018年8月26日(日)第22回YamanobeFestival2018が盛大に開催されました!今年で22回目となる夏祭りはサブタイトルが'~届け!ハートフル♡メッセージ~'。普段は、なかなか口に出せない「ありがとう」という気持ちをメッセージにして届けたい!という思いで決定しました。ステージは施設長の挨拶後に長寿の記念品をお渡しし、琉球国祭り太鼓の演奏、チームハイビスカスによるフラダンス、天理教音楽研究会管弦楽部の演奏、豪華景品が当たる抽選会など盛り上がりました。敷地内の特設会場ではたこ焼き、焼きそば、チキンナゲット、かき氷など19店舗の模擬店を出店しました。中でも、行列が出来ていたのは初出店のヴェールルージュ美容専門学校によるハンドマッサージやネイルでした。会場内にはハートの木を設置し、ハートの用紙にメッセージを書いて貼っていただきました。『お父さんへ ありがとう』『奥さんへ いつもありがとう』『残りの人生楽しく!お世話くださる皆様に感謝!』など気持ちのこもった“ありがとうのハート”がたくさん咲いて素敵な木になりました。

暑い中、たくさんの利用者様・家族様・地域の皆様にお越しいただき楽しく賑やかな夏祭りとなりました。そして、夏祭りにご協力いただいた沢山の方々に感謝申し上げます。

2018やまのベフェスティバル実行委員長  
角谷 太郎



## まきむく草庵ウェルカムフェスタ 御礼

10月14日台風が多い季節ですが、天候にも恵まれ晴天の中ウェルカムフェスタ2018が開催されました。沢山の方にご来場頂きありがとうございました。ステージ会場では、歌や踊り・楽器演奏・太鼓・お楽しみ抽選会と盛り上がり、模擬店では定番のたこ焼きをはじめ人気商品のめはり寿司等、多くの方で賑わいました。また、まきむく草庵の屋内ではスタンプラリーを開催し、1階ではビューティブースと題して、ヴェールルージュ美容専門学校の学生によるハンドマッサージ・ネイル・フェイスシール・カラフルエクステを体験して頂きました。また、『今日』という日を大切な記念となるように流行の顔出しパネルで撮影していただけるようにしました。入居者様はもちろんのこと、小さなお子様から大人まで楽しんでいただけたのではないかと思います。最後に、開催にあたり、地域の皆様やボランティアの皆様の多大なご協力をいただき、無事に幕を閉じることが出来ましたことを御礼申し上げます。

ウェルカムフェスタ2018 実行委員長  
福本めぐみ



求（レシピ）がメインになります。それに関する事務処理を日々行い、月末月初に請求業務をしています。事務といえばデスクワークを想像される方もいらっしゃるかと思いますが、施設での事務はデスクワーク以外に多岐に渡ります。何かが壊れたと連絡が入れば見に行き、業者さんへ連絡し修理日程の調整をしたり、送迎を手伝ったり、急遽必要な物品の買い出しや、行政への書類申請、新入職員の入職案内、職員健診の手配や調整などなど… たくさん業務があります。

#### ④仕事をする上で気を付けていることはありますか？

事務課は施設を来訪される方や、施設に電話をかけて来られる方と1番初めに接するところです。相手の方が、どのような用件で来られているのか、どのような事をおっしゃりたいのか、常に考えて行動するようにしています。また、利用者様や家族様、地域の皆様があつてこそその施設だと思いますので「やまのベグリーンヒルズは良い施設ですね」と言って頂けるような施

設作りの一員として働けることに日々感謝の気持ちを忘れず、業務にあたっています。

#### ⑤事務をする上で、様々な知識が必要となってくると思います。平成30年度に介護保険制度が改正されましたが、介護保険などについても勉強されているのですか？

介護保険制度については事務課が1番理解しておかなければいけないので、各職員必ず勉強しています。介護保険の改正がある年度には厚生労働省のホームページを逐一確認し、情報を収集し各自で読んで、予め理解するよう努めています。そして、施設でも介護保険の勉強会をしてくれるので助かっています。仕事や家事の合間で勉強するのは少し大変ですが、勉強する事は私自身にとっても大事なことだと思います。勉強して得た知識が日々の業務に役立っていると実感しています。

#### ⑥事務の仕事をしていて、嬉しかったことや、辛かったことはありますか？

辛いと感じることは特にありません。職場の親睦会やBBQ大会、忘年会などで職員間の交流もあり、楽しく過ごしています。事務職員同士も仲が良く、業務が忙しい時は助け合い思いやりを持って働けるので、働きやすい良い職場だと感じています。今の仲間と仕事が出来て本当に良かったと思っています。嬉しいことは「ありがとう」が聞けた時です。利用者様だけでなく、家族様や職員に「ありがとう」と思ってもらえるような仕事が事務職員として出来るのだと思えた時です。

医療法人社団岡田会には色々な部署があり、他職種が連携をとり、利用者様のサポートを行っています。今後も皆様に色々な部署や職種の紹介が出来たらと思います。次回はどのような『スポットライトさん!!』が紹介されるのか…お楽しみに！

## 旬の食材を使った 美味しいレシピ

レシピ提供：管理栄養士 林 温子

### 七草粥

#### 〈材料〉(4人分)

米 1合  
七草 適量  
塩 少々  
白ごま 適量

#### 〈作り方〉

米は研いで、水900mlとともに土鍋に入れて、沸騰したら弱火にし30～40分ほど炊く。

途中ふきこぼれそうになったら、蓋をずらして蒸気を逃す。

七草は、細かく刻む。

おかゆが炊き上がる5分前に、塩少々をふり入れて七草全体に混ぜる。

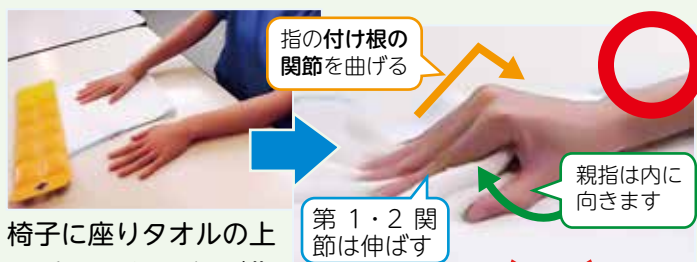
器に盛って白ごまをふる。

#### 〈七草粥について〉

せり・なずな・ごきょう・はこべら・ほとけのざ・すずな・すずしろの7種類を刻んで入れた七草粥は、邪気を祓い無病息災を祈願して食べられています。また、おせち料理などで疲れた胃を休めるのと、冬場の不足しがちな野菜の栄養素を補うという意味合いもあります。



## 自宅で出来るリハビリ体操 Part 8



椅子に座りタオルの上に手を置きます。(指は完全に伸ばします) 反対側の手も机に置くことで姿勢が安定します。



手首を動かさず、指先でタオルを手繰り寄せます。

### ★物をつかむために必要な手指の運動です。

親指と他の指が向かい合っている（専門用語で対立と言います）ことで、物を安定して持つことができます。

※錘おもりを置いたり濡れタオルにしたりするとより運動している感覚が分かりやすくなります。

## 干支の亥（いのしし）作り

やまのベググリーンヒルズでは毎年、玄関で皆様をお迎えする干支の動物作りを利用者様と行っております。昨年のティッシュペーパーで作った戌（いぬ）の絵馬に続き、今年はダンボールクラフトの亥（いのしし）を製作しました。ダンボールをいのししの形に39枚切ってボンドで貼りあわせ、最後に色画用紙を貼り付けていきました。重量は10kgあり予想以上に大掛かりな作業となってしまいましたが、利用者様は根気強く作って下さっていました。堅いダンボールを切



## やまのベググリーンヒルズ リハビリテーション部

る作業は力が必要で悪戦苦闘されていましたが、お互い協力しながら一生懸命作業される姿が印象的でした。貼り合わせ作業中、ボンドがなくなるハプニングがあり職員があせってしまいましたが、「あらまあ、大変やなあ。」と冷静に落ち着いて、作業を進めて下さいました。

いのしし作りを通して利用者様と一緒にハプニングを乗り越え、完成した時はとても嬉しい気持ちになりました。リハビリテーション部職員一丸となって、また利用したいと思って頂けるような施設を目指し、日々業務に取り組んでいく所存です。今年も宜しくお願いいたします。



## 恒例 しめ縄作り教室開催

皆様におかれましてはつつがなく新しい年をお迎えの事とお慶び申し上げます

～元旦～

各階ユニットより「おめでとうございます」といつもの顔なじみの皆様同士、新年の挨拶をされる声が聞こえてきます。平成31年の幕開けです。

新しい年を迎えるにあたり恒例となった『しめ縄作り教室』を開催しました。当施設がある草川地区より地域の方に講師として来設して頂き、しめ縄作りを利用者様、職員と皆で揃ってさせて頂きました。

利用者様は最初「どうするの?」「こうするの?」と、不慣れな様子でしたが、昔取った杵柄と申します通り、次第に手際良くしめ縄を作られていました。

藁に触れるのは久しぶりだという方が多く、昔を思い出して楽しめる姿や、昔話に花を咲かせて笑みを浮かべて作られる姿を拝見することが出来ました。ご自分のしめ縄だけでなく、しめ縄作りに参加できなかった方の分も数多く作っておられました。

藁に触ることや藁を編んだりする作業が初体験の職員もあり、利用者様以上に悪戦苦闘している様子が見られまし

## まきむく草庵

た。しかし、こういった体験ができる機会が少ない現在の私たちにとっては、とても新鮮で貴重な事を体験し学ぶことができる時間であると感じました。また、不慣れな私たちに親切・丁寧にご指導いただき感謝しております。そして参加下さった利用者の皆様、本当にありがとうございました。

最後になりましたが、本年もたくさんの方にご利用いただき、「また来たいな」と言っていただけのような施設作りを目指し、頑張りたいと考えております。どうぞよろしくお願いいたします。



<p>■山の辺病院 ■やまのベリハビリセンター ☎ 0744 (45) 1199 桜井市草川 60 番地</p>		<p>■介護老人保健施設（従来型） やまのベググリーンヒルズ ☎ 0744 (45) 5960 桜井市大豆越 104 の 1 ◇入所 ◇通所リハビリテーション 介護予防通所リハビリテーション（デイケア）</p>	<p>■介護老人保健施設（ユニット型） まきむく草庵 ☎ 0744 (45) 1502 奈良県桜井市草川 58 番地 ◇入居 ◇通所リハビリテーション 介護予防通所リハビリテーション（デイケア）</p>
<p>■指定通所介護施設 デイサービスやまのべ ☎ 0744 (45) 0280 桜井市大豆越 104 の 1</p>		<p>■短期入所生活介護施設 やまのべオレンジヒルズ ☎ 0744 (45) 5966 桜井市大豆越 104 の 1</p>	<p>■在宅介護支援センターやまのべ ☎ 0744 (45) 5962 桜井市大豆越 104 の 1 各種介護保険サービスのご相談は お気軽にお問い合わせ下さい。 (相談は無料です。)</p>
<p>■訪問看護・訪問介護 居宅介護支援事業所 アップル ☎ 0744 (45) 0604 桜井市大豆越 104 の 1</p>		<p>■認知症対応型 通所介護施設 ワッハ山の辺 ☎ 0744 (46) 3730 桜井市辻 53 番地</p>	

# 地域の光と風



山の辺の道道標

## 山の辺の道 ~古の道と万葉の和歌~ その1

桜井市教育委員会文化財課  
纏向学研究センター嘱託研究員 中屋菜緒

### ○ 山の辺の道とは？

山の辺の道は、古墳時代初期、崇神天皇の時代にはすでに造られていたことが『古事記』や『日本書紀』などの記述からわかっており、日本最古の道と考えられています。かつての正確な道筋は現在では定かではありませんが、三輪山の山麓から石上神宮の所在する布留を通り、奈良へと通じていたと推定されています。現在は記録に残された史跡や伝説に基づいて復元された道のりがハイキングコースとして整備されており、全国から観光客が訪れています。今回はそんな山の辺の道の魅力を、桜井市内の名所を中心に紹介しながらお伝えします。また、関連する万葉の歌についてもご紹介していきます。

### ○ 山の辺の道周辺には歴史的名所がいっぱい！



#### — 桜原神社 —

箸墓古墳や二上山をのぞむ高台にある神社で美しい夕景が見られるこでも有名。皇居に祀っていた天照大神の神霊を、崇神天皇が豊鍬入姫命に託して祭ったといわれています。元伊勢の伝承地。



桜原神社の三ツ鳥居

#### — 玄賓庵 —

平安時代初期に、高德僧で名医でもあった玄賓僧都が隠棲したと伝えられている庵。もとは三輪山の檜原谷にありましたが、明治の神仏分離で現在地に移されました。ご本尊として、不動明王像が祀られています。

#### — 大神神社 —

大三輪の神は大和の国一宮、三輪明神として親しまれています。御祭神大物主大神（大国主神）の御魂が三輪山に留まったとして、山全体を御体としています。日本最古の神社としても知られています。



大神神社の拝殿

#### — 平等寺 —

581年に聖徳太子が賊徒を平定するため、三輪明神に祈願して賊徒平定後、十一面観音を作って寺を建立し、大三輪寺と称したのに始まります。鎌倉時代に僧慶円上人を迎え平等寺と改称されました。

#### — 海柘榴市 —

海石榴市は古代、東西南北の陸路や難波への水路が集まる重要な市で、後世の市場の起こりと言われています。古代の結婚の場となった「歌垣」が行われていました。

#### — 金屋の石仏 —

2枚の岩に浮き彫りされた像は、右が釈迦如来、左が弥勒如来とされます。鎌倉時代の作と言われますが、天平末期という説もあります。

### 2019年の暦

己亥 去年に引き続き地震が多くおこるでしょう、尚、色々新しい事が生まれていく年でもあります。黄妃がお贈りしました。

<b>一白水星</b> 吉方位 北。南東 出会いの年、色々な所からお誘いが多くなり楽しい一年となるでしょう。その分お金の出入りも激しくなるので管理をしっかりと。	<b>四緑木星</b> 吉方位 西。北西 夫婦円満、子作りに良い年です。でもあまり運気は良くないので無難に過ごしましょう。	<b>七赤金星</b> 吉方位 東。西 人柄が噂されていますよ、独身のひとは結婚話が持ち上がるかも。	<b>一白水星</b> S2 11 20 29 38 47 56 H2 11 20 29年生まれ
<b>二黒土星</b> 吉方位 東。南東 変化変動の年です。自分から動かさず流れに身をまかせましょう。	<b>五黄土星</b> 吉方位 東。南東 新規の事には向きません、地道にこつこつ行動しましょう。でも、見合には良縁に恵まれるかも。	<b>八白土星</b> 吉方位 東。南東 不安定な一年です、努力してきた事に結果が出るかも、あまり目立った事をせず慎重に行動しましょう。	<b>二黒土星</b> S1 10 19 28 37 46 55 H1 10 19 28年生まれ
<b>三碧木星</b> 吉方位 西。北西 スキルアップ、資格取得のための勉強や学力向上に良い年です。失う、別れの年でもあります。なくし物に気付けて。	<b>六白金星</b> 吉方位 南東 運気は上々パワー全開、積み上げてきたものに成果進歩あり、更なる飛躍を。	<b>九紫火星</b> 吉方位 北。南 人間関係が広がる年です、人の為につくしましょう。あまり偉そうな態度をとらずに好感持たれるように。	<b>三碧木星</b> T14 59 18 27 36 45 54 63 H9 18 27年生まれ
			<b>四緑木星</b> T13 58 17 26 35 44 53 62 H8 17 26年生まれ
			<b>五黄土星</b> T12 57 16 25 34 43 52 61 H7 16 25年生まれ
			<b>六白金星</b> T11 56 15 24 33 42 51 60 H6 15 24年生まれ
			<b>七赤金星</b> T10 55 14 23 32 41 50 59 H5 14 23年生まれ
			<b>八白土星</b> T9 54 13 22 31 40 49 58 H4 13 22年生まれ
			<b>九紫火星</b> T8 53 12 21 30 39 48 57 H3 12 21年生まれ

※ 2月4日までに生まれた方は前年の星になります。

# 第17回 院内研究発表

平成30年11月17日(土) 於 デイサービスやまのべ

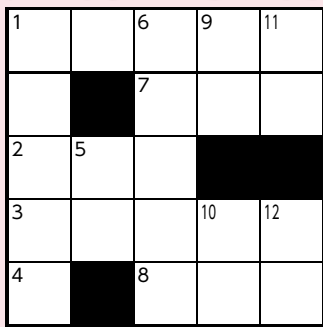
- 1 リハビリテーション部 作業療法課  
療士士の精神的健康とアクティブレストの関連について
- 2 やまのペグリンヒルズ 3階 【委員長賞】  
介護士の高齢化～身体のおちこち痛いねん～
- 3 山の辺病院 3階東回復期リハビリテーション病棟  
看護職の腰痛とその予防～看護師の健康を守るために～
- 4 デイサービスやまのべ  
自立支援に向けての個別機能訓練の新たな取り組み  
～多職種と連携を通して～
- 5 山の辺病院 2階病棟 【理事長賞】  
急性期・一般病棟における脳出血後遺症患者の  
退院支援を経験して  
～患者・家族が安心してできる退院支援の充実を目指す～
- 6 やまのペグリンヒルズ リハビリテーション課 支援相談課  
在宅復帰に向けた取り組み～生き残れる老健を目指して～
- 7 リハビリテーション部 回復期  
実生活で手を使おう！～握力と離床に着目して～

- 8 まきむく草庵 リハビリ科  
草庵からお家に帰ろう～認知面へのアプローチ～
- 9 リハビリテーション部  
立ち上がろう！！ 回復期病棟！！
- 10 放射線部  
下肢荷重撮影における補助具作製
- 11 やまのペグリンヒルズ デイケア  
鳩胸体操に続く、新たな体操

- 12 リハビリテーション部 【特別賞】  
経口摂取の必要性について  
～経口摂取困難であった2人の患者様のその後～
- 13 やまのペグリンヒルズ 2階  
食べる喜びをもう一度！！  
～楽しく美味しく食べて生活に輝きを～
- 14 やまのペオレンジヒルズ  
ちょいと工夫で快便生活  
～刺激性の下剤に頼らない生活を目指して～



## クロスワードパズル



### ▽タテのカギ▽

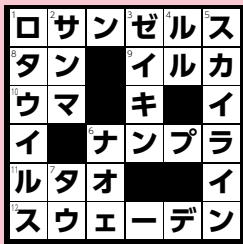
- ①あけましておめでとうございます。
- ⑤商品○○。
- ⑥○○○○○を飾って新年を迎えましょう。
- ⑨スペインのアパレルメーカー。
- ⑩縄文○○。
- ⑪小型の動物でふさふさした尾を持っています。
- ⑫オリンピック 一番は○○メダル。

### ▷ヨコのカギ▷

- ①新年、玄関や車に飾りますね。
- ②○○○は柔道の基礎です。
- ③おでんに入れたりする。ひろうすとも言う。
- ④三重県の県庁所在地。
- ⑦シンデレラの○○○の靴。
- ⑧フライド○○○。

解答は次号に掲載いたします。

47号の解答



## 編集後記

昨年は全国的に多くの出来事がありました。平成最後の漢字は『災』でしたが、ことわざでも【災いを転じて福となす】とあるように、今年から元号もかわり心機一転スタート出来る年であることを願います。季刊紙の表紙も幸運の縁起物とされる“二重虹”(ダブルレインボー)を職員より提供して頂きました。これからも興味をもって読んで頂けるよう、本年も編集員一同邁進してまいります。



## 近鉄桜井駅

## YAMANOBE HP やまのべリハセンター

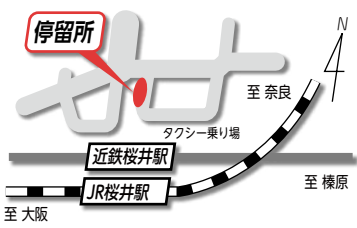
### 送迎車時刻表

桜井駅(北口) → 山の辺病院	山の辺病院 → 桜井駅(北口)
8:00	8:23
9:05	9:28
9:40	10:03
10:15	10:38
10:45	11:08
11:25	11:48
12:30	12:53
15:55	16:13
20:10	20:33

- 15人乗りです。運転手を除いて定員は14人です。
- 7人乗りです。運転手を除いて定員は6人です。
- 職員送迎専用です。
- 職員送迎専用です。同乗できます。

- ※片道20分程度を見込んでおりますが、遅れる場合がございます。
- ※当分の間、平日の午後、日祝日は運休いたします。
- ※その他については、病院事務所にお問い合わせ下さい。
- ※但し、日曜・祝日/年末・年始は運行していません。

### 桜井駅北口待合所



無料送迎車運行中!

### 医療法人社団岡田会 山の辺病院 外来診察一覧表 (平成31年1月1日現在)

		月	火	水	木	金	土	日
内科一般	一診	藤本	福居	若月	染瀬	小堤	藤本	-
	二診	杉山	浪崎	近森	田原	若月	松山	-
皮膚科					樋口			
午前診	整形外科	塚田	岡田豊	岡橋	水谷	磯本	中西 (第1・3・5週) 松井 (第2・4週)	-
	整形外科専門外来			○ (ひざ関節)	○ (手の外科)	○ (足・足関節)		-
	外科系総合外来						岡田	-
	外科	勝井		勝井			國重	-
	大腸・肛門・痔	勝井		勝井				-
午後診	脳神経外科		山田					-
	リハビリ	岡田	藤本	勝井	杉山	國重	田原	-
	内科	田原	浪崎	藤本	田原	藤本		-
	処置外来	勝井	勝井	勝井	勝井	國重		-

診察時間  
午前診 午前9時～午後0時まで  
午後診 (内科) 午後5時～午後6時まで  
処置外来 (平日) 午後5時～午後6時まで

### 医療法人社団岡田会 山の辺病院 歯科外来診察一覧表 (平成31年1月1日現在)

	月	火	水	木	金	土	日
9:00 ~ 12:00	○	○		○	○	○	
13:00 ~ 16:30	○	○		○	○	○	
17:00 ~ 19:00	○			○			

連絡先: TEL 0744-45-1199