

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

(題字)

奈良県指定無形文化財

無監査 刀匠 月山 貞利



『奈良公園』

新年のご挨拶／山の辺病院の取り組み……………	01
内視鏡検査……………	02
スマホカメラ・撮影スキル……………	03
ミニミニフェスティバル／カルチャー教室……………	04
自宅で出来るリハビリ体操／やまのべ健康川柳……………	05
連載：地域の光と風 元興寺……………	06
医療安全推進週間／編集後記……………	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

<https://www.yamanobe.or.jp>

責任者
編集委員会



新年のご挨拶を

させて頂きます

皆様 明けましておめでとうございます。
昨年は このご挨拶でコロナの愚痴ばかりを言ったように思います。まだまだコロナは続いていると思います。感染された方も何人もおられると思います。職員も随分感染しました。これからも 当分の間 感染対策をしてお過ごしく下さい。

さて山の辺病院は開院して今年で四十年目を迎えました。事務長をはじめとして、まだ何人かは開院当初から苦楽を共にしてくれた職員がいます。開院当初は救急車が年間千台以上きました。まだ奈良医大に救急科も無く一次救急から三次救急まで診療、治療しました。手術も沢山しました。現在は周囲の病院がこの中和地区の救急医療を支えてくれています。当院は現在この高齢化社会において、病气からの回復の為のリハビリに重点を置いて治療を進めています。外来、入院においてリハビリで患者さんの社会復帰の手助けになればと考えています。私も随分 暦年齢はとりました。しかしこのリハビリの考え方を自主トレに取り入れて 肉体年齢、精神年齢は少しでも若いまま でいたいと日々努力しているつもりです。
とりとめもない話になりましたが百年続く病院を目指して今後も精進することを誓いまして 新年のご挨拶とさせて頂きます。



医療法人社団岡田会
理事長
岡田 二郎

山の辺病院の取り組み

私たちは患者さんに安心を届けられるよう、日々、心掛けるだけでなく、訓練も実施しています。災害に対応するためには、普段から、気持ちを整理しておくこと、また、実際の行動を、自身で行って、感覚をつかんでおく必要があります。

年二回の消防訓練



防火訓練の際には、初期消火が大切であることから、1人でも多くの職員に経験してもらえよう、消火器の取り扱いについて、奈良報知器さんの指導の下で、多くの職員が取り扱えるように実際に扱っています。

患者さんの誘導退避を終えた後、実際に、私たちが、最後に降りる、避難器具です。

装備しているだけでなく、指図出来たり、実際に降りれるよう、感覚を身にしみつけておく意味でも実際に避難器具を使って降りています。



炊き出し訓練

地震など災害が起こった場合、食糧問題が発生します。

当院は、関連施設も含め、患者さんに供給できる食料を蓄え、年に一回、実際の調理を行っています。



内視鏡検査

森 元 宏 樹

しんどい、苦しいというイメージ・先入観のある内視鏡検査ですが、本当にしんどい、苦しいのでしょうか？

内視鏡検査

- ・胃カメラ検査：鼻か口から内視鏡スコープを入れ、スコープの先に付いているカメラで、食道・胃・十二指腸を撮影する

しんどい、苦しいの原因

- ・検査前からの緊張感
- ・内視鏡スコープを無理に押されることによる腸管由来の腹痛
- ・検査前の前処置：苦い、量が多い、嘔気がする

検査前にしんどくないですよと声をかけますが、検査される人の協力も必要です。

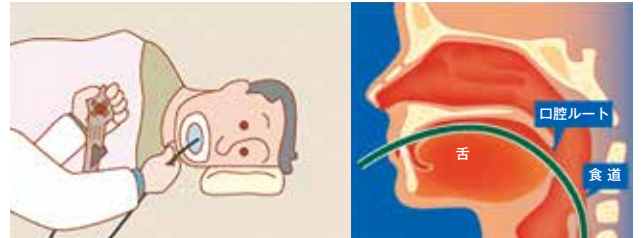
大腸カメラ検査：

- ・左下で横になって頂き、肛門から内視鏡スコープを入れ、大腸・回腸末端を観察します。

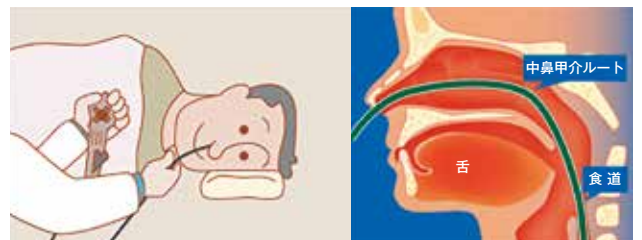
大腸ポリープが大腸カメラ検査で見つかったときには、当院でも切除することがあります。もちろん、大きな大腸ポリープの場合には、近隣の大きな病院に紹介します。

基本的には、針金の輪をポリープの根元にかけて、通電してポリープを切除します。

胃カメラ検査：



経口の胃カメラ検査



経鼻の胃カメラ検査



ポリペクトミー



EMR

内視鏡検査の利点：

- ・様々な病変が直接観察できる
- ・必要時には内視鏡検査の時間内で止血やポリープ切除ができる
- ・基本的には日帰りで帰れる精密検査

内視鏡検査の欠点：

- ・しんどい、苦しいこともある
- ・前処置が手間になる
- ・しんどい、苦しい検査という先入観の影響が非常に大きい

個人的には内視鏡検査をどう工夫しているか：

- ・検査の初めの段階での内視鏡スコープ操作を非常に慎重にしている
- ・検査中、頻回に優しく声掛けを行う
- ・検査後の説明を丁寧に分かりやすく
- ・病変を見つけたら、非常に慎重に観察を行う
- ・自分の身体にこの病変ができていたらどうするかを落ち着いて慎重に考え、その上での内視鏡検査時の観察・治療を行う

話しかけにくい雰囲気かも知れませんが、気軽に一言お声掛け下さい。

スマホカメラ • 撮影スキル

wifi



前回に引き続き、スマホカメラの撮影スキルについてご紹介いたします。
今回は知らずに使っている機能で「HDR」機能を紹介します。

HDRとは、High Dynamic Range（ハイダイナミックレンジ）の略称で簡単に言うと、明るさの違う複数の写真を合成することで、逆光や暗所での撮影でもキレイな写真を残せる機能です。

一般的にHDRでの撮影が向いていると言われているシーンは、

- ・部屋の中から屋外を撮影するとき
- ・雲や水辺、路面など、光が反射している場所
- ・森や公園など、強い日差しが差している場所

など明暗差が大きい風景写真です。



通常撮影。一見きれいに写っていますが、窓の外が白飛びしています。



HDR撮影。部屋の内外が適度な明るさになり、外の風景がはっきりします。

iPhoneとAndroidでは「HDR」機能の設定方法が異なるのでスマホを確認してください。
他にも便利な機能がたくさんありますので、スマホ撮影を楽しんでいただきたいです。



■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

■介護老人保健施設(従来型)
やまのベグリーンヒルズ
☎ 0744 (45) 5960
桜井市大豆越 104 の 1
◇入所 ◇短期入所療養介護
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)

■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 ◇短期入所療養介護
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)

■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

■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

■訪問看護・訪問介護
アップル
☎ 0744 (45) 0604
桜井市大豆越 104 の 1

■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。)

■児童発達支援・放課後等デイサービス
発達・教育支援センター アミックス
☎ 0744 (46) 3730
桜井市辻 53 番地
営業時間：火・金・土 9:00～17:00
水・木 11:00～18:45
※日・月・祝はお休みとなります
対象：0～18歳までの受給者証をお持ちの方

まきむく草庵 ミニミニフェスティバル

まきむく草庵ではコロナ禍の為に、今年もウェルカムフェスティバルを開催できませんでした。

前年同様の感染対策を行い

2022年10月30日にフロア単位での

ミニミニフェスティバルを

開催いたしました。

皆様久しぶりの楽しいイベントに

喜んでいただきました。



デイサービスやまのべ カルチャー教室

「デイサービスやまのべ」では、毎月1回「フラワーアレンジメント教室」を開催しています。お花を活けることで気持ちが癒され、リラックス効果も期待できます。また、季節感を感じながら、利用者様同士の会話も弾み、楽しいひと時を過ごしています。



自宅で出来るリハビリ体操 part20 前回の続き

前回の続きでストレートネックの予防改善を目的としたストレッチを紹介させていただきます。首が前に出た状態が長時間続くと、耳の裏から鎖骨の方に斜めについている「胸鎖乳突筋」が収縮したままになり、凝り固まってしまいます。この筋肉をほぐすと首が楽になり、小顔効果も期待できます。



①まず、首を右か左どちらか一方に向けます。



②首を向けた側と反対の手を胸に当てます。



③そのまま首を後ろに倒します。15秒キープ。



④終わったら、反対側も同様に行います。

NG：上を向かないこと！



イケボイス

足も上がるよ テンションも

職員作

なつてから

わかる大事さ がん検診

職員作

飯うまい

これぞ元気の 秘訣なり

職員作

やまのべや

元気な時は 知らなんだ

利用者様作

嫁さんが

車いす押す ありがたさ

利用者様作

やまのべ
健康川柳

地域の光と風



元興寺

元興寺副住職 辻村泰道

元興寺の名は「仏法元興之場 聖教最初之地」に由来し、法興寺（飛鳥寺）を前身とします。その後、平城遷都と共に養老二年（718）元興寺は現在の地に新築移建されました。

古代の元興寺は、南都七大寺の一つとして外京に南北5町東西3町という広大な寺域を誇り、現在のならまち一帯はまさしく元興寺の旧境内地に該当します。また、南都六宗の中でも三論宗や法相宗が非常に盛え、著名な学僧を数多く輩出しました。その中でも、奈良時代にご活躍された智光法師チコウマンは現在の元興寺のご本尊である智光曼荼羅チコウマンダラ（極楽浄土の絵図）を感得しました。當麻曼荼羅タイママンダラ・清海曼荼羅セイカイマンダラとともに浄土三曼荼羅ジョウドサンマンダラと呼ばれています。

中世の元興寺は、都が奈良から京都へ移された事もあり、次第に衰退していきます。然しながら、世の中が末法思想の時代に入った頃に再び智光曼荼羅

羅を中心として独自の発展を遂げていくことになります。現在の本堂（極楽堂）は多くの参拝者がお参りしやすいように古代の東室南階大房という僧坊（僧侶の寄宿舍）を1244年に大改築しています。人々は智光法師の足跡と極楽浄土の世界を求め極楽堂に押し寄せたのでしょう。これにより元興寺のなかで極楽坊の一画のみが聖地として発展していきます。残念ながら、1451年土一揆により金堂他ほとんどの堂舎が焼失してしまい、それ以降、伽藍の復興は難しく、町屋が形成されていきます。そして、幕末に五重塔が焼失してしまいます。

昭和に入り、中興の祖により戦前・戦中・戦後に亘って本堂・禅室の解体修理が行われました。それにより境内他から中世庶民信仰資料が数万点発見され、現在の元興寺文化財研究所ができました。元興寺には日本最古の飛鳥・



節分会柴燈大護摩



本堂・禅室の屋根瓦

奈良時代の行基葺の古瓦が現役で本堂・禅室の屋根の一角に葺かれており、また、日本最古の建築部材も本堂・禅室の屋根裏に再利用されています。そのような元興寺の歴史的な真実性が評価され1998年には「古都奈良の文化財」の一つとして世界遺産に登録されました。

現在では、8月23日・24日地藏会万燈供養や2月3日節分会など宗教行事も復興され、例年盛大に執り行われ、多くの参拝者があります。また、春の桜、夏の桔梗、秋の萩など季節折々の花も咲き1年を通して楽しむ事が出来ます。是非元興寺にお参り下さい。



禅室



地藏会万燈供養

医療安全推進週間

当院では、厚生労働省の医療安全推進週間の期間に合わせ、毎年11月を山の辺病院医療安全推進週間とし、院内掲示や職員の研修を行っています。

インシデントやアクシデントが発生した場合、当事者や発見者が報告。

そして、事例の原因を探りだし、そこに対策を講じて、再発防止に取り組んでいます。



編集後記



写真は大石神社です。大石神社といえば、年末にお馴染みの、忠臣蔵の主人公 大石内蔵助以下47士が祀られていることでも知られています。

現在では、忠臣蔵を知らない人も増えてきているようですね。その大石神社がある播州赤穂は、皆さんも一度はお口にされたかもしれない、赤穂の天塩の産地としても有名です。塩は、身体にとっても必要なミネラルの1つでもあります。

ところで、私たちの居住地には、神社やお寺があります。

私たちの住む奈良県には、寺院は、約1800寺あります。一番多いのは、愛知県の約4800寺です。また神社は、新潟県の約4900社が最多で、奈良県は、約1500社あります。

寺社仏閣には、云われや独自の御利益があり、祈願や厄払いをされたこともあると思います。

初詣に限らず、年間を通して、足を運ぶのもよいものですね。



無料送迎車運行中!

近鉄桜井駅

YAMANOBE HP
やまのべリハセンター

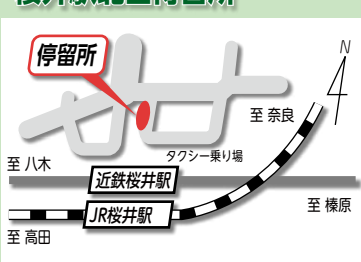
送迎車時刻表

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、日曜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



医療法人社団岡田会 山の辺病院 外来診察一覧表

(2023年1月1日現在)

		月	火	水	木	金	土	日
午前診	内科一般	一診	田原	福居	若月	築瀬	田中	担当医
		二診	—	浪崎	近森	—	若月	松山
	内科 専門外来	糖尿病	田原	—	糖尿病	—	—	—
	皮膚科	—	—	—	樋口	—	—	—
	整形外科	—	岡田憲	岡橋	山藤	磯本	(第1・3・5) 中西	(第2・4) 松井
	整形外科 専門外来	—	—	膝関節	—	足・足関節	(第1・3・5) 手外科	(第2・4) 足
	外科系総合外来	—	—	岡橋	—	磯本	中西	松井
	外科	山田行	—	山田行	山田行	國重	—	—
	脳神経外科	—	山田修	—	—	—	—	—
	リハビリ	岡田	森元	山田行	田原	國重/石田*	田原	—
午後診	内科一般	田原	浪崎	田原	担当医	—	—	—
	処置外来	山田行	担当医	山田行	担当医	國重	—	—

診察時間 午前診 9:00～12:00 午後診 (内科一般) 17:00～18:00
(処置外来) 月・水 17:00～18:00
石田* リハビリ 要予約 火・木・金 18:00～19:00

医療法人社団岡田会 山の辺病院 歯科口腔外科外来診察一覧表

(2023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	○	—	—	○	—	—	—

△ 水曜日 午前診 9:30～ 要予約