

●○地域連携室日記○●

■今こそ自転車です！

寒暖の差が緩やかになり、暖かい日も多くなって参りました。以前から運動の必要性を感じてはいたのですが、季節の移り変わりや「きっかけがつかめない！」ことを理由に、なかなか行動に移すことができていませんでした。4月になり、私もようやく重い腰を上げようと、自転車での通勤を考えております。朝は渋滞の横を颯爽と走り過ぎ、夕方は桜並木をゆっくり走りながら観賞するのもいいかなと思うところです。私のように、運動したくてもなかなか行動に移せない方はたくさんいらっしゃると思います。ぜひ今年は健康づくりと心身のリフレッシュに自転車通勤をともに行いましょう！と、まだ行動に移れていない脇田がお勧めいたします。

地域連携室 脇田 拓郎



腎愛会めぐり 20 リハビリ科

医療法人腎愛会上山病院では、平成27年4月より理学療法士1名が在り、「入院中の運動器リハビリテーションⅢ」が開始となりました。

大腿骨頸部骨折や腰椎圧迫骨折後、肩関節周囲炎を患っている方とともに在宅復帰を目指し、リハビリテーションを実施しています。

退院後に安心して在宅生活を送れるよう、入院中に在宅状況を確認するなど、退院後の検討も行っており、看護師・ケアスタッフ・地域連携室等のチーム医療で入院をサポートできればと考えております。

平成28年4月からは、外来リハビリテーションも開始となり、転倒後の腰部痛や肩関節の痛み等がある方などご相談して頂き医師の診断の元、外来リハビリテーションを開始する事もできます。是非、リハビリテーション室にご相談頂ければと思います。



リハビリ科 前野 陽介

イベント情報！

●上山病院では、5月27日（金）の11:00より「腎臓いきいき教室」を開催致します。参加ご希望の方は受付にて、またはお電話でお申込みください。 電話 099-257-2277

☆ 腎愛会 INFORMATION ☆

上山病院

〒890-0073 鹿児島市宇宿3丁目17-6

TEL.099-257-2277 FAX.099-252-0722

診療科目 内科・腎臓内科・人工透析内科
循環器内科・血管外科

病床数 40床（医療療養病床）

診療時間 9:00～13:00 14:00～18:00
（午前受付12:30まで、午後受付17:30まで）
※予約診療も受け付けています。

夜間透析 17:00～23:00（月・水・金）

休診 日曜日・祝祭日・木曜日午後
※ただし、急患はこの限りではありません。

診療内容
・一般保険診療
・禁煙外来（保険での禁煙治療）
・鹿児島市いきいき受診券での特定・長寿・一般健診
・学校腎臓・糖尿検診実施医療機関
・個人健康診断
・企業集団健康診断（自費）

うえやま腎クリニック

〒890-0073 鹿児島市宇宿4丁目39-20

TEL.099-275-3211 FAX.099-275-3212

診療科目 内科・腎臓内科・人工透析内科

診療時間 9:00～13:00 14:00～16:00
（受付は15:30まで）※予約制

休診 日曜日・祝祭日・月、水曜日午後

診療内容
・一般保険診療
・鹿児島市いきいき受診券での特定・長寿・一般健診
・学校腎臓・糖尿検診実施医療機関
・個人健康診断
・企業集団健康診断（自費）

法人本部

〒890-0073 鹿児島市宇宿3丁目21-5

TEL.099-259-8811 FAX.099-259-8469



医療法人 腎愛会

腎愛会ニュース 第20号

上山病院 内科 腎臓内科 人工透析内科
うえやま腎クリニック 内科 腎臓内科 人工透析内科

<企画・発行>
医療法人 腎愛会
鹿児島市宇宿3丁目17-6
平成28年4月1日発行
<http://www.jin-ai-kai.or.jp>
循環器内科 血管外科

○理念

私たちは、豊かな人間愛をもって、常に最良の医療を求めて最善を尽くします。

○基本方針

- 1) 質の高い医療を追求するために、たゆみなく研鑽します。
- 2) 医療人としての誇りを自覚し、公共のために行動します。
- 3) 温かい医療を提供するとともに、地域のために貢献します。

腎愛会ニュース第20号に寄せて

皆様におかれましては、つつがなくお過ごしのこととお慶び申し上げます。

今年は、診療報酬改定の年です。すでにどのように変わるかは皆様もお聞きのことと思いますが、今改定は平成30年度の診療報酬・介護報酬同時改定の準備のため、医療を業とする私達には厳しいものになりました。

平成28年2月に行われた第328回中央社会保険医療協議会の診療報酬改定に関する資料には「地域包括ケアシステム」という言葉が多数散見され、今後は病気になった人を地域でどのように支援するかが主な視点となることが窺えます。

当院もこれまで以上に、診療報酬改定資料にある「患者が安心・納得して退院し、早期に住み慣れた地域で療養や生活を維持できる」ことに貢献するために、当院に隣接する形で「サービス付き高齢者向け住宅 光陽」を建設することになりました。平成28年2月18日に地鎮祭(起工式)を無事に済ませ、2月22日に着工しています。今年末には皆様にお披露目できるのではないかと考えております。



サービス付き高齢者向け住宅 光陽

また、第2回目の病床機能報告制度の集計結果から、前回より機能分化がしっかりとされた医療提供体制の推計が出され、「地域医療ビジョン」という形で様々な意味で医療の整理が進んでいくようです。このように、今後も逆風の状態が続くことも考えられますが、地域の皆様とともに、この風を追い風に変えるべくスタッフ一同頑張ってお参ります。

今後ともよろしくお願い致します。

医療法人 腎愛会 うえやま腎クリニック 院長 寺口 記代



寺口 記代

株式会社 ユーエスケイ企画

鹿児島県鹿児島市宇宿4丁目39番12号

TEL.099-264-0862 fax.099-264-0863

事業内容…医療機器、健康機器各種販売及び修理業
人材派遣 損保ジャパン日本興亜代理店
取扱商品…病院設備全般 ディスポーザブル用品全般
衛生材料 介護消耗品 介護機器

Useful(有益)

Sincere(誠実)

Kind(親切)

腎愛会ニュース 第20号 紙面内容

医療法人腎愛会 うえやま腎クリニック 院長 「第20号に寄せて」 1

腎愛会めぐり20 腎愛会 INFORMATION 2

茶道部の活動 たつる会長の何でも相談室 3

腎愛会のあゆみ じんあいレシビ 4

●● 茶道部の活動 ●●



茶道部は、本部長である宗代先生のご指導のもと、毎月 2 回月曜日に活動しています。

予定されていた 1 月が大雪のため、2 月 15 日に法人本部ビルのお茶室で「初釜」を行いました。初釜とは、年始めの茶事のこと、新年の挨拶や稽古始めの意味もあり、少人数のお客様を招いて懐石料理をさしあげ、濃茶(こいちゃ)や薄茶(うすちゃ)を点(た)て、もてなす会のことをいいます。

濃茶とは、お客様の人数分の抹茶を一つの茶碗に練った、濃い抹茶です。一杯のお茶を参加者で順番にいただきます。コーヒーでいえば、お茶のエスプレッソといったところ。とろっとした苦味と、豊かなコクと香りを味わえます。薄茶は、きめ細かい泡の立ったお茶になりますが、濃茶より薄く、コーヒーでいえば、ブレンドやアメリカンといったところ。一人で一盃(わん)を頂きます。

初釜は毎年行われており、今年は 11 名で行われました。今回、二人のルーキーが初めて、濃茶と薄茶のお点前(抹茶を点(た)てる作法のこと)を披露することになりました。釜で湯が沸く音だけが聴こえる、静寂の中でのお点前・・・緊張で手が震え、思う様に体が動かない中、お茶を点てることだけに集中しました。これまで、ベテラン部員の方がくださっていたお点前の難しさや、有り難さをひしひしと感じながら、美味しいお茶を飲んでもらいたい!と、この一心。



無事にお茶を点て終わり、皆から、「美味しかったです!」との感想を頂いたとき、「やってよかった〜」と心から思う事でした。これからも、茶道を通して、和の心、おもてなしの心を学び、日々成長して参りたいと思っております。

茶道部 福留 玲奈



腎愛会のあゆみ

■ II 「腎愛会設立から」

昭和 62 年 4 月、上山内科クリニックは許可病床 48 床の「上山病院」となり、同年 10 月に「医療法人腎愛会」を設立しました。

当腎愛会の透析医療では、平成 2 年 8 月に Push/Pull-HDF を導入しました。この透析方法は画期的で、その治療効果は現在当院でも行っているオンライン HDF にも見劣りしないものでした。当院では、現上山病院臨床工学科科長有馬真里男ならびに現うえやま腎クリニック臨床工学科科長遠藤和久が中心となり、Push/Pull-HDF とオンライン HDF の効果を比較し、体内老廃物(尿毒素など)の除去率では有意差は無いものの、BUN, CRE, P, β 2-MG の除去能は Push/Pull-HDF が優れており、プロラクチン、 α 1-AG の除去能はオンライン HDF が優れていることを確認した研究を行いました。このことは平成 7 年 5 月の第 2 回九州 HDF 検討会でも報告しております。



開院 15 周年頃の上山病院

また、当会は平成 4 年 4 月に「じんあいクリニック」を開設しました。開院 15 周年記念誌「四維」にある初代事務長で、当会理事の平川典子の言葉を引用します。「一病院と道を隔てた向かいに、ワンルーム、52 床の透析室を有する外来専門の透析センター・じんあいクリニックの開設となった。このじんあいクリニックは、治療の一貫として院長の念願で研究を重ねてきた、いわゆるエンドトキシンの対応策の一つとして設備工夫した「水処理タンク」二基を底型に工夫を加え成果を上げている。」とあります。当時、腎愛会には 150 名を超える透析患者様が通院されており、職員は 80 名でした。

この頃のことについて、理事長上山達典は記念誌「四維」にて「クリニックより病院へ、個人より法人へ、いくつもの問題をクリアしながら、やっとたどり着いたとも言える。それを一つ一つひもとけば、そこには汗と情熱を注ぎ込んで一心不乱に成し遂げてきた過程があるが、結果よりみるとそれも点にしか過ぎない。その点こそ安らぎと満足、充実の一瞬なのである。なかには悲しみの一瞬もあった。しかし、終わりのない階段を一步ずつ踏みしめながら、新しいものに向かって登ったと思っている。」と述べています。

次回 III でも、当会が取り組んできたことについてご紹介致します。

♪ じんあいレシピ ♪

新ごぼうとひじきの炊き込みご飯

材料(1人分)		A	
・米	0.5 合	・濃口醤油	3g(小さじ 1/2)
・新ごぼう	20g	・淡口醤油	4g(小 1/2 強)
・ひじき	2g	・砂糖	2g(小 1/2)
・油揚げ	5g	・料理酒	3g(小 1/2)
・人参	5g	・サラダ油	1g
		・絹さや	5g



エネルギー	330kcal
たんぱく質	6.7g
塩分	1.0g
カリウム	270mg
リン	111mg

作り方

- ①米を研いで 30 分程度水に浸けておく。
- ②ひじきを水に浸け戻す。ごぼうはさがきにし、油揚げと人参は細切りにする。
- ③②を油で軽く炒め、A の調味料を加えてさらに炒める。
- ④米と③を炊飯器に入れ、水を通常どおり入れ炊飯する。
- ④炊き上がったらく混ぜて器に盛り、茹でて斜め千切りにした絹さやを添える。

旬の食材! ワンポイント☆

ごぼう 食物繊維が水溶性・不溶性ともに豊富であり、便秘の解消など腸内環境を整える働きがあります。また、コレステロールの吸収を抑えたり、血糖値の上昇を抑える効果もあります。

新ごぼうは一般のごぼうと比べて柔らかく香りが良いのが特徴で、サラダなどにしてもとっても美味しいです。

たつる会長の何でも相談室!

今号も、当腎愛会会長 新村健(にいむら たつる)の執筆アーカイブをお送りいたします。鹿児島赤十字病院長時代に、南日本新聞にて「老年学入門」を連載したものです。10 年以上前に書かれたものですが、わかりやすく、非常にためになる内容です。

■ある会話「愛と尊敬の日々を」

先日、日本医師会ニュースに心温まるエピソードが紹介されていました。がんで苦しんでいて痛みを麻薬でおさえながら闘病しているご主人が、ふと安らぎの夜が訪れ奥さんと二人きりになった時、「先に極楽に行って(あなたのための)席ば取っとくばい」とポツリと言った。奥さんはびっくりして「私は極楽なんかとても...」。ご主人は奥さんの方を向いて「あんたが極楽に行かんでだれが行くね」。奥さんは後の言葉がなかった。

長い間苦勞をともしして生き抜いてきた夫婦が、お互いに尊敬し合い感謝といたわりの気持ちに満ち満ちたすてきな会話ではありませんか。改めて老後の夫婦のあり方の大事さを痛感します。

言葉は悪いかもしれませんが、年寄りはいくら生きていくために生きているというよりは、むしろ死ぬために生きているといった方が当たっているような気がします。自分の置かれた状況をよく理解し、受容の気持ちで心安らかな落ち着いた心理状態の保持に努めるべきでしょう。よく自分の不幸を嘆き、他人の仕打ちを憎み、嘆き悲しみ、時に怒りをあらわにして文句ばかり言っている人に会います。同情してあげないといけないのですが、むしろその心の貧弱さに哀れを感じてかわいそうになります。自分の思うことがかなえられないと言って、イライラばかり募ってやがて気分が沈みふさぎこんでしまっ、ついにはうつ状態になってしまいます。

宗教とか哲学とかそんな難しいことはいらぬのです。すべて人は善なんですから夫婦・親子・兄弟家族をみんながお互いに愛し合い尊敬し合い、そして思いやりの気持ちで日々の生活を自然に過ごせば、豊かな心情は誰にでも獲得できるものだと思います。

(腎愛会 会長 新村 健)