

ご自由にお持ち帰り下さい



クリニックの今後の展開1

ぬり絵作品展を終えて～想像力で新しい形に～2

「世界アルツハイマーデー」の取り組み3

医師エッセイ・Choosing Wisely ”賢明な選択”4

Medical Healthy Recipe・秋の味覚・かぼちゃ5

チャプレン室公式 LINE はじめました。5

看護部キャラクター誕生 わかばちゃん5

地域医療包括ケアセンター 理念6





クリニックの今後の展開

地域医療包括支援センター長 山入端 浩之

令和5年4月1日よりファミリークリニックきたなかぐすくの院長を拝命しました山入端浩之と申します。どうぞよろしく申し上げます。同じ4月1日から当院に来てくれた田木聡一医師が外来と訪問診療に加わり、前院長の涌波満医師とともに3名で外来と訪問診療を、そして同法人の北中城若松病院から新城かずさ医師にも訪問診療に協力いただき、在宅医療を支える基盤ができつつあります。

訪問診療では、外来通院が困難となった方に対し、ご自宅で穏やかに過ごしていただくために支援を強化してきているところです。特に高齢者や進行性の疾患を患う方々から要望があれば、最期の時までご自宅で療養できるよう支援してまいります。

私たちは、医療が皆様お一人お一人のよりよい人生のための支援と考え、関わらせてもらっています。そのため、私たちは皆様お一人お一人の人生の「物語」を大切にしたいと考えています。皆様がこれまでの人生をどのように歩まれ、そして現在、何を「生きがい」としたり、何を「大切なもの」と感じなのか、ぜひ聞かせてほしいと思います。その「大切なもの」を出発点に、よりよい人生への処方箋と一緒に探していきたいと思っています。

人生の中では、果たすべきいくつかの役割を同時にこなさなければならない時期があります。そんな多忙な方々のために、当院では令和5年9月1日よりオンライン

診療を始めました。多忙のため外来通院にハードルを感じる方々が、定期外来を途切れされることなく継続できるための手段として想定しています。時間は月曜、火曜、木曜の17時半～18時と限定的ではありますが、スマートフォンがあればどこでも診療を受けることが可能ですので、必要な方はご利用ください。オンライン診療の条件としては、以下があります。

- ① オンライン診療ツールである「クラウド診療支援システムCLINICS」のスマートフォンアプリをダウンロードいただくか、パソコンから当該ページに進んで申し込みをしていただきます。
- ② 保険証情報（写真）やクレジットカード情報を含めた個人情報の登録が必要です。
- ③ オンライン診療と対面診療は交互に行います（2回連続でオンライン診療はできません）。
- ④ オンライン診療はスマートフォンがあればどこでも可能ですが、個人情報の観点から、会話の内容が漏れない環境が必要です。

詳細について知りたい方は、お気軽に受付職員にお尋ねください。

これからも皆様の支えとなるクリニックを目指し、日々精進して参りますので、ファミリークリニックきたなかぐすくをどうぞ宜しくお願い致します。

ぬり絵作品展を終えて

～想像力で新しい形に～

介護法人保険施設若松苑 リハビリ課 嘉手苺 みゆき(理学療法士)



去った4月頃、売店前にぬり絵作品を展示させていただきました。沢山の方々からの感謝のコメントを頂き少しでも誰かの心に何か伝わったと感じ嬉しく思いました。

世の中がコロナ禍になり、これまでの生活スタイルが大きく変化しました。生活スタイルと共に人々の心や体にも変化

をもたらせたと感じています。他者と交わることを制限され一定のルールを厳守しながら過ごす毎日の中で、若松苑の入所者の方から、「何かやることないかね?」「じゃあ、ぬり絵でもやってみる?」というなにげない会話から生まれた数々の作品から私自身が感じた事を伝えたいと思います。

50枚をこえる作品の一枚に「コスモス畑のぬり絵」がありました。そのぬり絵にはもともとトンボは描かれていませんでした。本作品の制作者がトンボを描きました。しかもプロペラがついた羽のあるトンボです。不思議に思い何故、トンボにプロペラを描いたのかを聞くと、綺麗なコスモス畑に少しでも長く居させてあげたいから、エネルギー消費を抑えてあげるためにプロペラをつけてあげたと話していました。これは想像です。とても優しい想像だなと心がほっこりしました。



昨今のコロナ禍で、行動制限や隔離を強いられて精神面が崩れたり、環境の変化、実際のコロナ罹患後の後遺症で身体面でも苦しんでいる方は数多くいると思います。皆、それぞれの立場で元に戻りたい、戻りたいと強く願っていることと思います。私は、この3年間の生活で根付いた、自分自身を守りながら周囲への配慮をするという意識と行動を想像力をもって継続していったらいいなと思いました。想像とは、実際には見たことのないものなどについて、頭の中で色々考えたりする

ことです。こうすれば今よりもっと良くなるのでは?こんな風に接すれば伝わるんじゃないか?楽しくなるんじゃないか?と想像力を高める事で自分も相手も豊かになるのではないのでしょうか?

自身の置かれた環境や状況で想像が変わります。でも今ようやく行動制限の緩和が始まりました。楽しくて優しい想像力を高めてはどうでしょうか?私達の想像力で、コロナ禍で失った人・物・風景・心・人生観を新しい形に再生できたらいいなと思います。

「世界アルツハイマーデー」 の取り組み

デイケアあしやぎ 管理者 照屋 利香子

1994年「国際アルツハイマー病協会（ADI）」は、世界保健機関（WHO）と共同で毎年9月21日を「世界アルツハイマーデー」と制定し、この日を中心に認知症の啓発を実施しています。

また、9月を「世界アルツハイマー月間」と定め、各地で認知症の啓発イベントが行われています。その中の一つに「オレンジ・ガーデニング・プロジェクト」というものがあり、認知症啓発のイメージカラーのオレンジ色の花を地域に咲かせ認知症のことを話題にしてもらおうという取り組みです。当法人も今年で4回目の参加になります。各病棟・事業所でオレンジ色の花の苗を植え、大輪のオレンジフラワー（造花）を室内に飾りプロジェクトを盛り上げています。（あしやぎでは利用者様と一緒にオレンジ色の色紙で花の模様の貼り絵を作成しています）

なぜ9月21日なの？

1994年9月21日、スコットランドのエジンバラで第10回国際アルツハイマー病協会国際会議が開催されました。会議の初日であるこの日を「世界アルツハイマーデー」と宣言し、アルツハイマー病等に関する認識を高め、世界の患者と家族に援助と希望をもたらす事を目的としています。

なぜオレンジ色なの？

オレンジ色は、日本の認知症支援のシンボルカラーです。江戸時代に活躍した陶工・酒井田柿右衛門が夕日に映える柿の実のオレンジ色から着想を得て作り出した赤絵陶器は、海外に輸出され世界中で高い評価を受けました。日本の認知症支援・普及活動もこの「柿色」のように世界中に広まってほしいとの願いを込めてオレンジ色になったようです。また、暖かさを感じるオレンジ色は「手助けします」という意味をもつとされています。



2023年度
アルツハイマーデー標語

もっと知ろう
もっと語ろう
認知症

あしやぎでは、利用者様の好きな事・幸せに思う事を一緒に考え、
身近な人へ伝えていく期間にしていきたいと考えています

北中城若松病院 名誉院長 當銘 正彦

Choosing Wisely、このようなキャンペーンを聞いたことがあるでしょうか。この活動の切っ掛けは、2010年にテキサス大学臨床倫理学者 Howard Brody氏が米国の各専門学会宛てに、それぞれの専門領域で「医師、患者双方にとって問い直すべき5つのこと、すなわち、臨床的意義の低い5つの診療行為を列挙するよう提案」したことに始まります。これを受けて2012年、米国内科専門医認定機構財団がChoosing Wiselyキャンペーンを開始したところ、全米の65の専門学会がそれぞれの診療領域について現在、合計400以上の「5つのリスト」を提供しています。このキャンペーンが臨床的有用性についてのエビデンス（証拠）無しに実施されている過剰な医療に着目したことは、EBM（根拠に基づく医療）の今日的展開という意味でも、また、医療技術評価論の立場からするlow-value care（低価値医療）への警鐘^{けいしょう}としても特筆に値するものです。米国に倣い^{なら}日本では日本医療の質・安全学会（高久史磨理事長）がワーキンググループを立ち上げて活動していたが、2016年10月に学会から独立した組織として「Choosing Wisely Japan」を発足して、活動しています。

そもそも医療従事者は患者に対し、なぜ過剰な医療行為を行ってしまうのか。その背景にある心情として、

- ①「少しでも不安を取り除きたい」という患者の要望に応えたい
- ②新たに登場した検査や治療方法に期待している

- ③何もしないよりはましだろう
- ④今までその方法でやってきた
- ⑤行わなかったことにより罪を問われるのを避けたい

などが挙げられます。Choosing Wiselyはここで一歩踏み留まり、「この患者にとって、この医療行為は本当に必要か？」と、医療従事者が自問自答するきっかけとなり、過剰医療を踏み止まらせる為の拠り所となります。これは医療従事者側へのChoosing Wiselyであるが、一方患者側に対するキャンペーンとしては、如何なる医療行為であれ、患者として医療者側に次の質問をしましょうと呼びかけています。

- ①本当にこの検査や施術は私に必要ですか
 - ②その医療行為にはどのような危険や副作用がありますか
 - ③他に簡単で安全な選択肢はありませんか
 - ④もしその医療行為を受けなかったらどうなりますか
 - ⑤それは幾ら掛かりますか
- の5問です。

医療はあくまでも患者の生命や健康に利するものでなくてはなりません。医療従事者側にはEBMに基づいた正しく、安全な医療を提供する義務としてChoosing Wiselyの実践が求められますが、一方患者側にとっても、Choosing Wiselyはとても重要な機転であると思います。

※Choosing Wisely (チェージング ワイズリー) : 医療の賢い選択



かぼちゃはβ-カロテンやビタミンE、食物繊維が豊富に含まれている緑黄色野菜の代表的な存在です。β-カロテンは粘膜や眼を保護する働きがあり、ビタミンEは血行促進や冷え症の緩和の効果があるので別名「若返りのビタミン」と呼ばれています。食物繊維も多く含まれているので便秘の予防や改善、血圧の急激な上昇を抑制します。

新陳代謝の促進、生活習慣病予防や免疫力アップ、細胞の老化予防などたくさんの効果が期待できます。今回は栄養満点なかぼちゃのポタージュをご紹介します。



かぼちゃのポタージュ

【作り方】<材料 4人分>

- ① かぼちゃは皮をむいて薄切りにする。
- ② 薄切りにした玉ねぎをバターで炒めたあと、
①のかぼちゃを加え、かぶる程度の水を加えて
柔らかくなるまで弱火で煮詰める。
- ③ ミキサーに②と牛乳半量を入れてかきまぜ、
②の鍋に移したあと、残りの牛乳と共に火に
かける。塩・こしょうを加えて完成。
- ④ 器に盛りパセリをかける。

- かぼちゃ ……200 g
- たまねぎ ……40 g
- 水 ……適量
- 牛乳 ……200 ml
- バター ……20 g
- 塩小さじ ……1/4弱
- こしょう ……少々
- パセリ ……適量

LINE@

チャプレン室
公式LINE
はじめました。

いつでも どこでも どなたでも

 今週のひとこと メッセージ	 アガペ チャンネル	 祈りの リクエスト
 SNS HPブログ (こころのサプリ)	 あなたにおんがく ホッとひとときタイム	 今日の ハングル ときどきウチナーグチ

今週のひとことメッセージ・職員手帳に書かれた今週の聖書のことばから、短いメッセージ

アガペチャンネル……チャプレン室のトラクト (聞くトラクト版) ができました

祈りのリクエスト……チャプレンの日々の祈りの中でリクエスト頂いたことを祈ります
※個人情報にはじゅうぶん配慮を行っています。ご安心ください

SNS ……アガペ会のHPに紹介されているこころのサプリ (ブログ) を紹介しています

あなたにおんがく……リラックスタイムのおとも、思わず口ずさみたくなる歌を紹介していきます

今日のハングル……韓国語に興味ありますか? 分かりやすく覚えやすい内容を、一緒に楽しく覚えましょう



まずは、「お友だち登録」
からお願いします。

LINEアプリの
「お友だち追加」
➔「QRコード」から
上のQRコードを読み取り
ご登録してください。

看護部 キャラクター 誕生 わかばちゃん

看護・介護管理室 看護課長
新垣 初絵



今年の看護部では「看護部をもっと盛り上げ、院内外にアピールし、一緒に働く仲間をたくさん集めよう！」を目的にインパクトがあり、若松らしい看護部のキャラクターを募集しました。21件の応募の中から厳選なる選考の結果、誕生したのが『わかばちゃん』です。

見れば見るほど愛らしく、見れば見るほど笑顔にしてくれる『わかばちゃん』今後は『わかばちゃん』のTシャツやチェアーカバーも制作し就職説明会や様々な院内外の行事への参加を予定しています。看護部のみならず、たくさんの方に愛されるキャラクターとなりますように。そして看護部を盛り上げる最強キャラクターとなることを期待して……。



わかばちゃん生みの親
第6病棟 介護福祉士 仲宗根 美波さん

地域医療包括ケアセンター 理念

医療と福祉で 地域にくらす人達の 充実した人生のために貢献する

地域医療包括ケアセンター 事業所

- | | | |
|----------------------|-------------------------|----------------------|
| ①ファミリークリニックきたなかぐすく | ⑦グループホーム わかまつ | ⑬宜野湾市地域包括支援センター ふてんま |
| ②訪問リハビリテーション きたなかぐすく | ⑧看護小規模多機能ホーム 若松 きたなかぐすく | ⑭新オレンジサポート室 |
| ③通所リハビリテーション きたなかぐすく | ⑨アガペファミリーエ | ⑮宜野湾市赤道老人福祉センター |
| ④ケアプランステーション ゆい | ⑩グループホーム 若松 ぎのわん | ⑯宜野湾市伊利原老人福祉センター |
| ⑤訪問看護ステーション 若松 | ⑪デイサービス 若松 ぎのわん | |
| ⑥ヘルパーステーション 若松 | ⑫小規模多機能ホーム 若松ぎのわん | |

それぞれの施設が個性を持って、在宅や地域の方々を支えています。



アガペ会理念

アガペ(神の愛)に生かされ、アガペ(神の愛)に生きる

わたしがあなたがたを愛したように、あなたがたも互いに愛し合いなさい(聖書 ヨハネ福音書13章34節)

《理念の意味》アガペとは「神様の愛」というギリシャ語です。私たち職員は、神様と周囲の多くの方々に愛されて生きてきた事を感じ、神様が愛されている目の前の療養者・利用者とそのご家族の皆さんの幸せ、職員とその家族の幸せ、地域社会の方々の幸せを目指して医療とケアを提供していきます。

北中城若松病院

〒901-2395 沖縄県北中城村字大城 311

☎/098-935-2277 FAX/098-935-2272

- ・地域包括ケア病棟
- ・回復期リハビリ病棟
- ・認知症治療病棟
- ・特殊疾患病棟
- ・認知症デイケア あしやぎ

介護老人保健施設 若松苑

〒901-2314 沖縄県北中城村字大城 327

☎/098-935-5858 FAX/098-935-5807

- ・入所療養介護
- ・短期入所療養介護
- ・若松苑デイサービス
- ・若松苑訪問リハビリテーション

地域医療包括ケアセンター

複合型高齢者施設 ふれあいの里 若松

〒901-2311 沖縄県北中城村字喜舎場 360-1

3F サービス付高齢者住宅 アガペファミリー ☎/098-935-4165

2F グループホームわかまつ ☎/FAX/098-935-1021

1F ファミリークリニックきたなかぐすく

☎/098-935-5517 FAX/098-982-0708

通所リハビリテーションきたなかぐすく ☎/098-982-0717

訪問看護ステーション若松 ☎/098-935-5818

訪問リハビリテーションきたなかぐすく ☎/098-923-3154

B1F ヘルパーステーション若松 ☎/098-935-5202

ケアプランステーション ゆい

☎/098-935-3066・098-935-5968

地域医療包括ケアセンター事務所 ☎/098-935-3093

クリニック以外の事業所の FAX は 098-935-5855 (共通)

看護小規模多機能ホーム若松 きたなかぐすく

〒901-2316 沖縄県北中城村字安谷屋 1346 番地 1 (1F)

☎/098-982-0181 FAX/098-982-0183

グループホーム若松 ぎのわん
デイサービス若松 ぎのわん

〒901-2201 沖縄県宜野湾市新成 1-20-6

☎/098-892-5104 (グループホーム) FAX/098-892-5111

☎/098-892-5105 (デイサービス) (両施設共有)

小規模多機能ホーム若松ぎのわん

〒901-2206 沖縄県宜野湾市愛知 2-3-2

☎/098-892-1673 FAX/098-943-1085

宜野湾市地域包括支援センター ふてんま
新オレンジサポート室

〒901-2202 沖縄県宜野湾市普天間 1-9-3

☎/098-943-4165 FAX/098-943-4067 (ふてんま)

☎/098-943-4085 FAX/098-943-4702 (新オレンジサポート室)

宜野湾市赤道老人福祉センター

〒901-2205 沖縄県宜野湾市赤道 1-5-17 ☎/098-893-6400

宜野湾市伊利原老人福祉センター

〒901-2221 沖縄県宜野湾市伊佐 4-3-17 ☎/098-890-7131

<https://www.agape-wakamatsu.or.jp>

※今号で使用している写真はご本人の同意を得て掲載しております

