

健やかライフスタイルを応援！

第78号

社会医療法人
恵和会

発行：社会医療法人恵和会
編集：広報委員会
責任者：菊地 均
〒062-0034 札幌市豊平区西岡4条4丁目
TEL (011) 853-8322 西岡病院 (代表)

にしおか小町

2018年
夏季号

恵和会理念 ●地域に密着した良質な医療の提供 ●地域住民の健康を守る一助となる

7月の西日本を中心とする大雨にて被害を受けた皆様にお見舞い申し上げます。

社会医療法人 恵和会 職員一同

ボランティアグループにしおかの輪

Caféにしおかの輪 開店しました

当法人のボランティアグループにしおかの輪では、ボランティアさんによる運営の「Caféにしおかの輪」を開店しました。
7月26日(木)から月1回ペースで開催します。

第1回目の7月26日(木)は事前に町内会の回覧板などでご案内させていただいたところ、地域の住民の方々、約40名にお集まりいただきました。

西岡病院健診センター長の妹尾秀雄医師による「健康診断について」の講話を、コーヒーなどを飲みながら、聞いていただき、その後、質疑応答を行いました。

今後の
開催予定

9月5日(水) 13:30～15:30

内容：西岡病院 作業療法士による講話

10月25日(木) 13:30～15:30

会場：「西岡会館」(札幌市豊平区西岡4条5丁目8-21)で開催します。

事前申し込みは不要ですので、直接会場にお越しください(参加費100円)。

コーヒー、お茶などを飲みながら、健康講話を聞きますか。

ボランティアグループにしおかの輪 <http://www.keiwakai.jp/volunteer/index.php>

問い合わせ先 西岡病院 医療ソーシャルワーカー 田附・岡村 ☎011-853-8322

病気のお話

第68回

タバコ、吸っちゃダメなんですか？

谷口雅之医師 外来診療日

おびひろ呼吸器科内科病院 ☎ 0155-22-3101

午前 火曜、水曜、金曜 当番制 土曜

午後 月曜、木曜

午前 9:00 - 12:00 午後 13:30 - 17:00



おびひろ呼吸器科内科病院

医師 谷口 雅之



平成10年 札幌医科大学卒業
平成10年 札幌医科大学第3内科入局
平成11年 NTT東日本札幌病院
平成12年 道立北見病院
平成13年 市立釧路総合病院
平成14年 留萌市立病院
平成15年 市立函館病院
平成15年 札幌医科大学第3内科勤務
平成18年 帯広協会病院
平成19年 おびひろ呼吸器科内科病院

普段帯広市で呼吸器疾患の診療をしています。今回は病気の素（もと）であるタバコについて少し考えてみました。

呼吸器診療の中では、タバコが原因（悪化要因）となる病気の患者さんと日常的に接します。ちなみに私はタバコを吸いません。服にニオイが付くのも嫌ですし、目の前で吸われるのはもっと苦手です。しかしタバコを吸う患者さんが嫌いな訳ではありません。来院される喫煙者の多くは、罪悪感を持っています。それでも「吸わざるを得ない理由」があるのだと考え、お気持ちを汲むようにしています。

しかしご家族から「タバコを止めるよう叱ってやって欲しい」と言われたり、患者さんから「他院の医者に、タバコを続けるならもう診察しないと言われた」と聞いたり、世間の風当りは強いんだなあと感じます。そんな場面で、私は心の中でいつもこう思います。

「タバコ、吸っちゃダメなんですか？」

健康に良くないのは分かります。マナー次第では周囲に迷惑なのも分かりま

す。病気が増えれば国の財政が危うくなるのも分かります。でも、合法であり市販品なんですよ。その人の自由なんです。

同じ理屈で考えると、スポーツで怪我をして整形外科に受診した患者さんに「スポーツなんてするから怪我をする」「スポーツは関節に悪いから止めなさい」と言わなければなりません。でも実際はタバコのように非難はされない。

大切なのは吸うにせよ吸わないにせよ、その「目的・意義をはっきり見据える事」。吸うなら「危険性を理解・覚悟して吸う事」ではないでしょうか。そのためのアドバイスや覚悟を決めた方のお手伝いも、私たち医療従事者の役割だと考えて診療しております。・・・でも、私はタバコが苦手です。



介護老人保健施設アメニティ西岡

トマトとカボチャを育てています

アメニティ西岡3階フロアでは、ベランダでトマトとカボチャを育てています。

苗植えの時期、トマトの苗は、あいにくの天候が続き、強風で鉢ごと倒れたり、傾いたりもしましたが、折れる事もなく花が咲き始めました。

大きく育った脇芽を摘んでは、みんなでトマトの濃い香りを楽しみ「おいしいトマトが食べたいね」と実が成るのを楽しみにしています。また脇芽は「土に挿しておくで根付くよ」と教えて頂き、室内で水耕栽培に挑戦しています。

カボチャはツルが伸び始めました。たくさんのお花芽を付



けています。まだ、花が咲く様子は見られませんが、秋には収穫祭を予定しています。

一口でも食べられるよう、これからもご利用者と心を込めて育てて行きたいと思います。



介護老人保健施設アメニティ西岡

☎ 011-854-5510

介護老人保健施設アメニティ美幌

運動会を開催しました

アメニティ美幌の通所リハビリテーション(デイケア)では6月に2週に渡って曜日対抗の運動会を開催致しました。

ご利用者代表の選手宣誓から始まり、おなじみのラジオ体操でしっかりと準備運動を行い、本物そのもので競技を行いました。選手宣誓に選ばれたご利用者はとても緊張した面持ちで臨まれていました。第一週目の競技は「紅白玉入れ」。合図と共に椅子に座ったままで競技を行い、皆さんとても楽しそうに、そして真剣になって参加して頂きました。第二週目は「筒送りリレー」。ご利用者全員で



持った紐に筒を通し、スタート地点からゴールまで筒を送るタイムを競う競技を行いました。

ご利用者の競技後には職員による二人三脚競技を行い、ご利用者は白熱した様子を楽しんだり、応援したりして見ていました。今年の運動会もご利用者は大いに盛り上がり、たくさんの笑顔を見ることが出来ました。今年はどの曜日が優勝するか結果はいかに!?

介護老人保健施設アメニティ美幌

☎ 0152-75-2210

職員紹介コーナー

第52回



小町な人

「隣の皆さんに笑顔を届ける」

当医院がある様似町は人口4,370人の小さな町で、小学校・中学校が1校ずつ、高校が無い所であり、当医院の他に歯科医院が2箇所という町です。

そのような町の中で、地域に住んでいる皆さんの健康をあずかる唯一の場として、医師・看護師と力を合わせて住民が安心して、いつまでも笑顔で健康で暮らしていけるよう、今後も取り組んでまいります。



【事務員】

山村 くみ/坂本 菜美 /芳賀 久美子/佐藤 佳奈

(写真左から)

三和医院 様似郡様似町大通2丁目1番地 ☎ 0146-36-3101

後期高齢者

健診のご案内



当法人の下記の医療機関で実施しております。

健診を受けて生活習慣病の予防、早期発見をしましょう。

★
詳細は各医療機関に
お問い合わせ
ください

西岡病院(札幌市)	☎ 011-853-8322
西岡水源池通りクリニック(札幌市)	☎ 011-584-5512
恵庭第一病院(恵庭市)	☎ 0123-34-1155
おびひろ呼吸器科内科病院(帯広市)	☎ 0155-22-3101
黒澤病院(帯広市)	☎ 0155-24-2200

受診に際しての注意



- ・健診の前日は、アルコールの摂取や激しい運動は控えましょう。
- ・午前中に受診する場合は、できるだけ朝食をとらないでください。
- ・午後を受診する場合は、軽めの朝食をとり、健診までの飲食(水は摂取可)は控えましょう。



編集後記

先日、サッカーワールドカップが開催されました。
日の丸イレブンの躍進に胸躍った皆さんも多かったのではない
でしょうか。

日本では来年(2019年)はラグビーワールドカップ、再来年
(2020年)はいよいよ東京五輪の開催です。今から楽しみです。

社会医療法人 恵和会ホームページ <http://www.keiwakai.jp/>

- 札幌市豊平区介護予防センター南平岸 TEL(011)584-1325
- アメニティ西岡水源池グループホーム TEL(011)584-0668
- アメニティ西岡水源池デイサービスセンター TEL(011)584-1350
- 介護老人保健施設ライフふくまつ TEL(011)583-5000
- 札幌市南区第1地域包括支援センター TEL(011)867-0710
- 札幌市南区介護予防センター澄川 TEL(011)589-1295
- 介護老人保健施設 アメニティ美幌 TEL(0152)75-2210
- 訪問看護ステーション 美幌すずらん TEL(0152)75-2310
- 美幌町地域包括支援センター TEL(0152)75-3220
- アメニティ美幌指定居宅介護支援事業所 TEL(0152)73-6119
- 恵庭第一病院 TEL(0123)34-1155
- おびひろ呼吸器科内科病院 TEL(0155)22-3101
- サービス付き高齢者向け住宅おびこハウス TEL(0155)20-3101
- デイサービス スローライフ おびこ TEL(0155)20-3102
- 黒澤病院 TEL(0155)24-2200
- 居宅介護支援事業所くろさわ TEL(0155)20-5000
- 訪問看護ステーションくろさわ TEL(0155)20-5111
- グループホームどんぐり TEL(0155)43-4700
- グループホームかしわ TEL(0155)58-2002
- ケアプラザくろさわ TEL(0155)32-5552
- デイサービス木野 TEL(0155)32-5558
- 三和医院 TEL(0146)36-3101

- 西岡病院 TEL(011)853-8322
- 介護老人保健施設 アメニティ西岡 TEL(011)854-5510
- 札幌市豊平区第2地域包括支援センター TEL(011)836-6110
- 訪問看護ステーション すずらん TEL(011)853-5252
- 札幌市豊平区第3地域包括支援センター TEL(011)854-7777
- 西岡水源池通りクリニック TEL(011)584-5512
- 訪問看護ステーション 水源池すずらん TEL(011)584-6800
- アメニティ西岡水源池 ケアプランセンター TEL(011)584-0702
- アメニティ西岡水源池 ヘルパーステーション TEL(011)867-0477