

協立病院の理念

人権と人格を尊重した、
こころとからだの総合
診療とケアを実践する

協立病院だより



東京勤労者看護部 第15回看護介護活動交流会
命と健康を守る架け橋となる
～心豊かに安心して暮らせる地域を目指して～

2月2日の土曜日、第15回法人看護介護活動交流会が東葛

看護専門学校で行われました。この日は

気温が20度近くまで

上がり、参加した1

70人を超える看護

介護職員の熱意も合

わせて盛り上がりま

した。

オープニング企画

として、代々木病院

合唱団「バンブー」

の皆さんが素敵な歌

声を披露してくれま

した。バンブーでは

若手団員の募集をし

ているとのことです。

当院からは5事例

2月2日の土曜日、
第15回法人看護介護
活動交流会が東葛

看護専門学校で行わ

れました。この日は

気温が20度近くまで

上がり、参加した1

70人を超える看護

介護職員の熱意も合

わせて盛り上がりま

した。

オープニング企画

として、代々木病院

合唱団「バンブー」

の皆さんが素敵な歌

声を披露してくれま

した。バンブーでは

若手団員の募集をし

ているとのことです。

当院からは5事例

2月2日の土曜日、
第15回法人看護介護
活動交流会が東葛

看護専門学校で行わ

れました。この日は

気温が20度近くまで

上がり、参加した1

70人を超える看護

介護職員の熱意も合

わせて盛り上がりま

した。

オープニング企画

として、代々木病院

合唱団「バンブー」

の皆さんが素敵な歌

声を披露してくれま

した。バンブーでは

若手団員の募集をし

ているとのことです。

当院からは5事例

No.47 2013年3・4月号

発行:みさと協立病院

〒341-0016 埼玉県三郷市田中新田273-1
TEL 048(959)1811/FAX 048(959)1819
<http://www.tokyo-kinikai.com/misato/>

患者さんの笑顔を取り戻す

看護介護活動交流会



副総看護師長
工藤 貴美子

続いて、本間章理
事長の講演がありま
した。60年安保当時
の新宿の光景、シユ
バイツァーに憧れて
医師を志した少年時代、
代々木病院へ就職後、
医療の拡大を目指し
ていつた70年代など、
今につながる歴史を
追体験できました。

介護福祉士の佐藤さ
んが発表。1例とし
て医療者と家族の間
でノートを使い、介
護の実際や思いを出
し合い相互に効果が
あつたとの報告があ
りました。介護福祉
士として日々の患者
との関わりの中で役
割を發揮したいと積
みました。

3つ目は2南病棟
の辻口看護師が報告。
重度の脳機能障害に
より寝たきりだった
30代の患者さんが、
ほぼ2年ぶりに自宅
退院できた事例です。

4つ目は「チーム
連携で築けた看護」
看取りという言葉に
捉われない」3北病
棟広戸看護師からの
報告でした。終末期
と宣言されて入院し
た90代の患者さん。
しかし、あらゆる刺
激や励ましなどで意
識状態が改善し口か
ら食べられるように。

5つ目は3南病棟
の中で介護福祉士の
役割を考え」と題し、
介護福祉士の佐藤さ
んが発表。1例とし
て医療者と家族の間
でノートを使い、介
護の実際や思いを出
し合い相互に効果が
あつたとの報告があ
りました。

6つ目は3南病棟
の辻口看護師が報告。
重度の脳機能障害に
より寝たきりだった
30代の患者さんが、
ほぼ2年ぶりに自宅
退院できた事例です。

7つ目は通所リハビリ
センターによる、ギ
ターやハーモニカの演
奏、民謡や紙芝居など
を催し、楽しみを持ち
ながら通うことでの、日々
の生活の糧にも繋がる
ような活動をめざして
います。月曜日(土曜
日(日、祭日は休み)1
日平均30名前後の利用
者さんがリハビリに来
られます。

8つ目は「患者参加型看護介
護計画」はまだ始ま
たばかりです。患者
の一方通行的な計
画ではなく、患者さ
んや家族の本当の願
いを掴み、多職種間
連携で目標を可能に
する。まさに民医連
の看護の視点が貫か
れていました。

9つ目は通所リハビリ
センターによる、ギ
ターやハーモニカの演
奏、民謡や紙芝居など
を催し、楽しみを持ち
ながら通うことでの、日々
の生活の糧にも繋がる
ような活動をめざして
います。月曜日(土曜
日(日、祭日は休み)1
日平均30名前後の利用
者さんがリハビリに来
られます。

10つ目は通所リハビリ
センターによる、ギ
ターやハーモニカの演
奏、民謡や紙芝居など
を催し、楽しみを持ち
ながら通うことでの、日々
の生活の糧にも繋がる
ような活動をめざして
います。月曜日(土曜
日(日、祭日は休み)1
日平均30名前後の利用
者さんがリハビリに来
られます。

11つ目は通所リハビリ
センターによる、ギ
ターやハーモニカの演
奏、民謡や紙芝居など
を催し、楽しみを持ち
ながら通うことでの、日々
の生活の糧にも繋がる
ような活動をめざして
います。月曜日(土曜
日(日、祭日は休み)1
日平均30名前後の利用
者さんがリハビリに来
られます。

12つ目は通所リハビリ
センターによる、ギ
ターやハーモニカの演
奏、民謡や紙芝居など
を催し、楽しみを持ち
ながら通うことでの、日々
の生活の糧にも繋がる
ような活動をめざして
います。月曜日(土曜
日(日、祭日は休み)1
日平均30名前後の利用
者さんがリハビリに来
られます。

13つ目は通所リハビリ
センターによる、ギ
ターやハーモニカの演
奏、民謡や紙芝居など
を催し、楽しみを持ち
ながら通うことでの、日々
の生活の糧にも繋がる
ような活動をめざして
います。月曜日(土曜
日(日、祭日は休み)1
日平均30名前後の利用
者さんがリハビリに来
られます。

14つ目は通所リハビリ
センターによる、ギ
ターやハーモニカの演
奏、民謡や紙芝居など
を催し、楽しみを持ち
ながら通うことでの、日々
の生活の糧にも繋がる
ような活動をめざして
います。月曜日(土曜
日(日、祭日は休み)1
日平均30名前後の利用
者さんがリハビリに来
られます。

15つ目は通所リハビリ
センターによる、ギ
ターやハーモニカの演
奏、民謡や紙芝居など
を催し、楽しみを持ち
ながら通うことでの、日々
の生活の糧にも繋がる
ような活動をめざして
います。月曜日(土曜
日(日、祭日は休み)1
日平均30名前後の利用
者さんがリハビリに来
られます。

16つ目は通所リハビリ
センターによる、ギ
ターやハーモニカの演
奏、民謡や紙芝居など
を催し、楽しみを持ち
ながら通うことでの、日々
の生活の糧にも繋がる
ような活動をめざして
います。月曜日(土曜
日(日、祭日は休み)1
日平均30名前後の利用
者さんがリハビリに来
られます。

17つ目は通所リハビリ
センターによる、ギ
ターやハーモニカの演
奏、民謡や紙芝居など
を催し、楽しみを持ち
ながら通うことでの、日々
の生活の糧にも繋がる
ような活動をめざして
います。月曜日(土曜
日(日、祭日は休み)1
日平均30名前後の利用
者さんがリハビリに来
られます。

18つ目は通所リハビリ
センターによる、ギ
ターやハーモニカの演
奏、民謡や紙芝居など
を催し、楽しみを持ち
ながら通うことでの、日々
の生活の糧にも繋がる
ような活動をめざして
います。月曜日(土曜
日(日、祭日は休み)1
日平均30名前後の利用
者さんがリハビリに来
られます。

19つ目は通所リハビリ
センターによる、ギ
ターやハーモニカの演
奏、民謡や紙芝居など
を催し、楽しみを持ち
ながら通うことでの、日々
の生活の糧にも繋がる
ような活動をめざして
います。月曜日(土曜
日(日、祭日は休み)1
日平均30名前後の利用
者さんがリハビリに来
られます。

20つ目は通所リハビリ
センターによる、ギ
ターやハーモニカの演
奏、民謡や紙芝居など
を催し、楽しみを持ち
ながら通うことでの、日々
の生活の糧にも繋がる
ような活動をめざして
います。月曜日(土曜
日(日、祭日は休み)1
日平均30名前後の利用
者さんがリハビリに来
られます。

21つ目は通所リハビリ
センターによる、ギ
ターやハーモニカの演
奏、民謡や紙芝居など
を催し、楽しみを持ち
ながら通うことでの、日々
の生活の糧にも繋がる
ような活動をめざして
います。月曜日(土曜
日(日、祭日は休み)1
日平均30名前後の利用
者さんがリハビリに来
られます。

22つ目は通所リハビリ
センターによる、ギ
ターやハーモニカの演
奏、民謡や紙芝居など
を催し、楽しみを持ち
ながら通うことでの、日々
の生活の糧にも繋がる
ような活動をめざして
います。月曜日(土曜
日(日、祭日は休み)1
日平均30名前後の利用
者さんがリハビリに来
られます。

23つ目は通所リハビリ
センターによる、ギ
ターやハーモニカの演
奏、民謡や紙芝居など
を催し、楽しみを持ち
ながら通うことでの、日々
の生活の糧にも繋がる
ような活動をめざして
います。月曜日(土曜
日(日、祭日は休み)1
日平均30名前後の利用
者さんがリハビリに来
られます。

24つ目は通所リハビリ
センターによる、ギ
ターやハーモニカの演
奏、民謡や紙芝居など
を催し、楽しみを持ち
ながら通うことでの、日々
の生活の糧にも繋がる
ような活動をめざして
います。月曜日(土曜
日(日、祭日は休み)1
日平均30名前後の利用
者さんがリハビリに来
られます。

25つ目は通所リハビリ
センターによる、ギ
ターやハーモニカの演
奏、民謡や紙芝居など
を催し、楽しみを持ち
ながら通うことでの、日々
の生活の糧にも繋がる
ような活動をめざして
います。月曜日(土曜
日(日、祭日は休み)1
日平均30名前後の利用
者さんがリハビリに来
られます。

26つ目は通所リハビリ
センターによる、ギ
ターやハーモニカの演
奏、民謡や紙芝居など
を催し、楽しみを持ち
ながら通うことでの、日々
の生活の糧にも繋がる
ような活動をめざして
います。月曜日(土曜
日(日、祭日は休み)1
日平均30名前後の利用
者さんがリハビリに来
られます。

27つ目は通所リハビリ
センターによる、ギ
ターやハーモニカの演
奏、民謡や紙芝居など
を催し、楽しみを持ち
ながら通うことでの、日々
の生活の糧にも繋がる
ような活動をめざして
います。月曜日(土曜
日(日、祭日は休み)1
日平均30名前後の利用
者さんがリハビリに来
られます。

28つ目は通所リハビリ
センターによる、ギ
ターやハーモニカの演
奏、民謡や紙芝居など
を催し、楽しみを持ち
ながら通うことでの、日々
の生活の糧にも繋がる
ような活動をめざして
います。月曜日(土曜
日(日、祭日は休み)1
日平均30名前後の利用
者さんがリハビリに来
られます。

29つ目は通所リハビリ
センターによる、ギ
ターやハーモニカの演
奏、民謡や紙芝居など
を催し、楽しみを持ち
ながら通うことでの、日々
の生活の糧にも繋がる
ような活動をめざして
います。月曜日(土曜
日(日、祭日は休み)1
日平均30名前後の利用
者さんがリハビリに来
られます。

30つ目は通所リハビリ
センターによる、ギ
ターやハーモニカの演
奏、民謡や紙芝居など
を催し、楽しみを持ち
ながら通うことでの、日々
の生活の糧にも繋がる
ような活動をめざして
います。月曜日(土曜
日(日、祭日は休み)1
日平均30名前後の利用
者さんがリハビリに来
られます。

31つ目は通所リハビリ
センターによる、ギ
ターやハーモニカの演
奏、民謡や紙芝居など
を催し、楽しみを持ち
ながら通うことでの、日々
の生活の糧にも繋がる
ような活動をめざして
います。月曜日(土曜
日(日、祭日は休み)1
日平均30名前後の利用
者さんがリハビリに来
られます。

32つ目は通所リハビリ
センターによる、ギ
ターやハーモニカの演
奏、民謡や紙芝居など
を催し、楽しみを持ち
ながら通うことでの、日々
の生活の糧にも繋がる
ような活動をめざして
います。月曜日(土曜
日(日、祭日は休み)1
日平均30名前後の利用
者さんがリハビリに来
られます。

33つ目は通所リハビリ
センターによる、ギ
ターやハーモニカの演
奏、民謡や紙

今年の花粉症

前年比7倍大量飛散で今まで大丈夫な人も危ない

今年の花粉症、東日本の花粉の飛散量は昨年比で最大7倍に及ぶと見られています。花粉症は、鼻や喉などの粘膜に入った花粉の成分に対し人体が引き起こす異物反応が表われます。くしゃみや鼻水で花粉を排出しようとする体の免疫反応が、過剰に反応し過ぎることで発症します。

また、原因となる花粉の種類は国内では約60種類もあり、複数の花粉症を併発している人も多いといわれています。スギやヒノキの他にもシラカバやケヤキ、クヌギ、キク科のブタクサやヨモギなどへのアレルギー反応が知られています。

「自分は花粉症ではないので関係ない」という方も多いでしょうが、決してそんなことはありません。今年の大量飛散の恐ろしさは、これまで発症してこなかつた人も今こそ危ない、というのです。順天堂大学医学部耳鼻咽喉科学主任教授の池田勝久氏の解説は、「花粉症は体内に蓄積されたアレルギー成分が、

少することが分かっています。また花粉情報に注意し、花粉飛散が多いときには無駄な外出は避けるようにしてください。

おなかをへこませるような感じで、おなかの下の方の力を入れてキープしていく

ださい。それで痛みや不快感が出たり、疲れてしまつたら中止してください。また、腰痛といつても

原因は1つではありません。ぎっくり腰や腰椎圧迫骨折、神経からくる痛みなど。

静にしていても痛みがでているときや痺れが出ているときは我慢せずに、医師に相談してください。

お疲れさまでした。

かなか継続が難しいです。そこで今は、腹筋を意識して生活していると腹筋の力が落ちていき、お腹側を支える筋肉につなげていきます。

今日はこれで以上

となります。最後ま

と私は、腹筋を意識するこ

とはできたでしょ

う。もし、外出する場

合にはけばけばした花粉

のつきやすいコートを着

ることは避けましょう。

外出から帰ってきてもす

ぐに顔を洗い、うがいを

することをお勧めします。

全く症状をなくすことは不可能ですが、少しでも症状を軽くすることができます。鼻粘膜の状態を良くするように、悪化の因子であるストレス、睡眠不足、飲みすぎなどを抑えることが必要です。軽い運動などは花粉防御をしたうえでは推奨されると思われます。

セルフケアと医師、薬剤師による治療を含め、花粉症の季節を快適に過ごせるよう努力してみてください。

たときには、背筋を減らすためには、背筋の負担がかかりすぎます。その負担を減らすためには、背筋の筋力が落ちていき、お腹側を支える筋肉が弱くなり背筋の負担が多くなるという

も、意識をするだけ

で、腹筋を使

う機会が増え

るので、歩きながらできるこ

となので、思い出

た時にやってみてく

ださい。

筋力を

で腰痛の予防

につなげていきます。

おなかをへこませ

るような感じで、お

なかの下の方の力を

入れてキープしてく

ださい。

おなかをへこませ

るような感じで、お

なかの下の方の力を

入れてキープしてく

ださい

みさと句会

通所リハビリ句会

大寒や負けじと今日もウォーキング
冬に陽や落葉舞つて散歩道雪柳春は名のみの風に中
雪降つてどこからどこまで雪化粧
冬ごもりじつと春待つ芽も固く松本 博
松浦 博
西沢 ヨシ子
藤井 美恵子
小林 栄子
山科 千鶴子題名
一月

みさと協立病院だより

3北障害者病棟は、新規の入院患者を受け入れる病棟として多い時は4名の患者さんが入院してきます。平均在院日数70日を切りベッドの回転が速い病棟です。最近は医療依存度が高くなっています。そのためセラピストと共同の元、障害のある患者さん達の身体機能を

向上させ、可能な限り自宅へ退院で行きるように支援を行っています。

先日、重症肺炎で3北へ入院してきた時は気管力二ユーレが挿入され、寝たきり状態であります。月経過した所で自分足で歩いて退院され、院され、今当院の通所リハビリへ通つてきてています。

された患者さん達から「杖を使用しながら歩けるようになります」、「退院して4週間経ちましたが毎日リハビリを頑張っています」と近況を

ナース・愛⑤



齊藤 香代子

「春の料理」



栄養士 山本 みちよ

皆さんは春という
どんな食材を思
ふかべますか？

生まれ育った地域
によつて違うと思
感じることがむずか
しくなつていますが
■作り方

オーブオイル 大さじ1
ニンニク 1片
鷹の爪・塩 適量
パスタ 100g

①たっぷりの湯に塩

旬の物を食べて春を

実感し元気にすごし

夕をやや硬めに茹で

もらいたいと思い、

山菜の中では比較的

苦みが少ないこごみ

を使つた料理を紹介

させていただきます。

てんぶらや胡麻和

えが定番ですが今回

は若い人にも食べて

いただきたいと思い

洋風の料理にしまし

た。

スに、ベーコンは1

センチ幅に切る

③新玉ねぎをスライ

スで、ニンニクは1

センチ幅に切る

④オリーブオイルを

熱しニンニク、鷹の

爪、ベーコン、切つ

た野菜をいためて塩

で味を調える。

⑤茹でたパスタと茹

で汁少々をフライパ

ンに入れ野菜と絡め

て出来上がり。

【レシピ】みのパスタ

みさと協立病院では
「からだとこころの
総合診療」というコンセプトのもとリハビリ
テーションと心のケアに力を入れています。

一緒に働いてくださる看護師さんを募集して
います。

復職支援セミナーも開催し、安心して働ける
環境づくりにも力を入れています。



総師長 小渕 尚子

みさと協立病院 外来診療案内 ☎ 048(959)1811 [代表]

受付時間 午前8:45~11:15/午後1:00~4:00

	月	火	水	木	金	土
内科	午前	坂口 志朗 (9時30分開始)	鈴木 篤	生田 利夫	天笠 恵	猪岡 保裕
精神科 神経科	午前	畠野 内田 長谷川	大谷 松永 丹野	畠野	矢花 篠原	畠野 内田
	午後	畠野 松永	矢花 丹野		大谷 畠野	

※ 4月より精神科、月曜日午前に長谷川先生の外来が始まります。

※精神科、月曜日午後と火曜日午前の松永先生の外来は、4月16日の診療をもちまして終了とさせていただきます。

※精神科、金曜日午前の荻野先生の外来は、3月29日の診療をもちまして終了とさせていただきます。

我が家の赤ちゃん

ママ：庄司希美



庄司和希です。
2012年11月27日
生まれ。ボクは
お風呂が大好き!
このごろ声を出
して笑うようにな
ったんだよ。
イケメンになる
のはまちがいな
いとみんなが言
ってるよー

友の会だより

編集 みさと協立病院友の会

048-959-1811 No.47

シリーズ

会員さんからの声⑦



健康に良い、お金があまりからない……等の動機でウォーキングを楽しんでいます。楽しみ方の一つは、



島村 義丈

ウォーキングを楽しんでいます

三郷市が企画している「I・Cウォーキング」に登録して、市が設定した四コースの中で好きなコースを毎日歩くことです。一コース約4千歩、40～50分ほどで歩けます。ICカードを利用すると五百円かかりますが（カードは文化会館で発行）、カード

歩きながらの参加者同様で名所、記念館、イベント会場などを廻り、途中で名物を買い、時には歓待を受け、



ドをチェックポイントにかざすと歩行距離、時間が記録され、集計されるので結構楽しみがあります。

もう一つは、JRや関東鉄道などが企画する駅からハイキングに参加することです。初めての街を歩いていると心がウキウキします。企画した集合駅の集合時間内に受付を済ませ、参考コースに従い出発、

士の交流も思い出しに残ります。

これまでカメラ片手に出てから気候も良くなります。何もかも忘れてみませんか。思わず発見もあり楽しい一日になります。

日になること請け合いで。



**がんばれ東北
私たちは「決して忘れない」**

12月13日、友の会年末恒例のバザーを取り組みました。昨年は震災のため欠品となっていた「イカの塩辛」も復活しました。東北人の粘りに感謝です。

バザー品は例年のように、味噌、そば、ジャム、わさび葉のりが完売しました。日用雑貨・野菜、陶器、お花も売れ行き満点でした。

総収入は、44,877円でした。友の会幹事会では、この収益を前回同様、大震災の被災者を引き続き支援していくたいということで募金をすることにしました。友の会より5,123円を追加し、総額五万円を東京民医連を通して送らせていただきました。

皆様のご協力に感謝いたします。

サークルのお申し込み、お問い合わせは友の会事務局 048-959-1811 藤元、萩原まで

大きな声で
気分すっきり!
詩吟サークル

★第2、第4木曜日
午後7時から
★早稲田第4管理組合
★会費は月額500円



新鮮野菜
農業・園芸班

毎月1回（第2木曜日）
午前10時～12時30分
会員が育てた季節の野菜を販売しますので、是非お出かけください。
(販売する方も、募集しております)



懐かしのメロディー
カラオケ班

毎月1回(第3水曜日)
午後1時30分～
4時30分
ワオシティー屋上
カラオケレンボー
三郷駅前店
954-2600
会費 500円



笑いの玉手箱
川柳の会

毎月1回
(不定期の水曜日)
午後1時30分～
3時00分
課題作品 3句
自由作品 3句
を持ち寄って、内容を吟味します。
投稿だけでも歓迎です。

多種多様何でも
きさらぎ会

「お茶飲み会」「野草観察会」「陶器つくり販売会」「映画鑑賞会」など会員の要望に沿った多彩な催しを不定期に行います。



ボランティア活動者の交流
ボランティア班

3ヶ月に1度程度の割合で、ボランティア活動者の交流会を行い、活動の交流や学習を行ないたいと思います。

