



### 阿蘇地域での更なる充実を！小児リハビリ

3月5日(土)午後より当院リハビリテーション室において阿蘇地域療育センター主催による「阿蘇地域療育支援研修会」が行われました。

当院では、以前よりリハビリテーション科言語聴覚室にて障害をもったお子様達への支援およびリハビリを行っています。また昨年からは、言語聴覚室だけでなく理学療法室でも運動に障害をもったお子様への支援およびリハビリを行っています。そういった活動を行っている中で、「阿蘇」という地域でお子様ももっといきいきと生活が送れるよう更に支援ができないものかと考えるようになりました。

そこで阿蘇圏域で様々な活動を通じ支援事業を行っている「阿蘇地域療育センター」のご協力を得て、阿蘇地域リハビリ専門職対象の研修会を開催しました。講師として、小児リハビリテーション・療育に長年携わってこられ、「熊本県こども総合療育センター」の地域支援班の療育長である楠本敬二先生をお迎えし、理論講義だけでなく実技指導まで受けることができ大変充実した研修会となりました。

今後も研修会等を重ね、知識や技術の向上を図り、他機関とも連携を図り協力しあって阿蘇地域で暮らしのお子様やそのご家族のために少しでもお役に立ちたいと考えおります。(文責:リハビリテーション科科長 林 寿恵)

お問合せ  
ご相談

阿蘇地域療育支援センター TEL.0967-35-5211 (相談員:草尾賢一)  
阿蘇温泉病院リハビリ科 TEL.0967-32-0881 (担当:橋口千穂)



### 上手にできた！パンザ〜イ！

### リハビリ室でワイワイ！楽しく！バレンタインde調理

2月14日はバレンタインデー。作業療法の一環として、患者様に季節感を味わいつつ他者と協力して作業に取り組み入院生活を楽しんでいただくことを目的に10名の患者様でバレンタインケーキ作りを行いました。活動中は患者様より行事を楽しむ声や昔を懐かしむ話などが聞かれました。また、調理手順を話し合ったり役割分担を積極的に行ったり、個性豊かに飾り付けたりと普段とは違う姿を目にすることができました。今後もこのような活動を通して、患者様の「生活の質」の向上を図っていきます。(文:作業療法士 沖本知可)



阿蘇温泉病院  
内視鏡センター  
津田 雄希  
NO.10

津田さんはロアソン熊本のスタッフです。休日にはよく試食を見に行かれています。

野焼きは「青々とした緑を守る(＝放牧している牛の餌)」ために行いますが、もう一つ「入畜に有害な虫を駆除する」という意味もあるそうです。もし野焼きをやめたら木が生い茂り草原はなくなるそうです。多くの方のご協力と日々の安全な暮らしや美しい景色が守られていますことに感謝せずにはいられません。

編集後記 (広報課)



### 花粉症の話

耳鼻咽喉科 村川 修一

皆さんこんにちは、耳鼻咽喉科を担当しております村川と申します。今日は、本格的にシーズンに入った花粉症のお話をしましょう。

昨年の猛暑の影響で、スギの花芽がたくさん育ったため、この春のスギ花粉の飛散量は去年に比べて数倍、ここ数年の中でも特に多い年だとされています。このような年は、初めて花粉症の症状が出る方の数も多くなります。

#### 1、まずは「敵」を知ること

花粉症は、植物の花粉が皮膚や粘膜に付着して起こる一連のアレルギー反応のことをいいます。春先の花粉症では、スギ、ヒノキ、カモガヤが代表的です。

一般的に、スギは、2月中旬から4月上旬まで、ヒノキは4月から5月連休過ぎぐらいまで、そして、カモガヤは5月から梅雨の時期ぐらいまでが、花粉を飛ばす時期です。スギだけの人、ヒノキだけの人、カモガヤだけの人、あるいは、スギとヒノキなど、複数の花粉に反応する人というように、患者さん一人一人、反応する花粉が違ってきます。そのため、症状が出る時期も自ずと違ってきます。

ですから、自分が何の花粉でアレルギーを起こしているかをはっきりとさせることが必要になります。自分の症状が、毎年いつからいつまで続くのかわかっていれば、おおよそ何の花粉に反応しているかの見当がつかえますが、確定するためには病院での検査が必要です。

#### 2、対策の第一は「花粉に触れないこと」

まずは何をしても花粉と接触しないことが肝要です。外出するときにはマスクやゴーグル型の眼鏡を着用し、肌の露出もなるべく控えましょう。

家の中に花粉を入れないことも大切です。外出から帰ったら、玄関先で衣服に付着した花粉をしっかり落とします。最近では、花粉を落とすスプレーや、あらかじめスプレーすることで花粉が衣服に付着しにくくなるスプレーなど、いろいろなグッズが販売されています。

また、窓は極力開けない、洗濯物や布団を屋外に干さないといった工夫も必要です。

#### 3、治療法は？

花粉の飛散する時期に抗アレルギー剤を飲み、点鼻薬や点眼薬を併用するのが現在の治療の主流です。最近では、花粉が飛び始める二週間ほど前から薬を飲み始める、「季節前投与」という方法が推奨されています。実際に症状が出てから薬を飲み始めても、どうしても後手に回ってしまうからです。それでも症状が抑えきれない場合は、眼気などの副作用が強くなりますが、ステロイドを配合した抗ヒスタミン剤を併用することになります。

他に、手術用のレーザー光線で鼻の粘膜を焼くという治療法もあります。これは、鼻の粘膜のごく表面を焼くことで、花粉とのアレルギーを起こりにくくする方法で、主に鼻づまりに対して効果があります。しかし、この治療も、花粉症のシーズンに入る前に実施する必要がありますし、効果も半年から一年程度しか持続しませんので、毎年実施する必要があります。

以上、簡単に花粉症についてお話しました。反応する花粉の種類や、薬の効果など、一人一人違いますので、「もしかして花粉症」と思われた方は、一度、耳鼻科など、アレルギーの専門医に相談されることをおすすめいたします。

小児科	21日(祝) 診療 16:00まで受付 26日(土) 16:30まで受付
歯科	28日(月) 休診
耳鼻科	12日(土) 休診

3月21日(月) 春分の日  
当番病院です  
(内科・小児科)



茶寿苑	0967732139555	春草苑	0967732139555	愛・ライフ	0967732139555	桃花水	0967732139555	阿蘇温泉病院	096773210881
よりよき医療を	よりよき環境を	よりよき人間性を	坂梨会	基本理念					

3月の診療予定