

- ①問診  
②歯磨き指導（染め出し）  
③歯石除去  
④PMTC  
（専用機器でのクリーニング　右の図参照）  
⑤フッ素塗布

**当院で定期受診できます**



現在、80歳の方のご自分の歯の数は、日本では平均で約7本。それに対して、予防歯科の先進国であるスウェーデンでは、なんと皆さん、歯で80歳で、自分の歯を20本以上保とう」という「80-20運動」を見事達成しています。

歯医者は、「歯が痛くなつたら行くところ」ではなく、「自分の歯でずつと食事をするために、歯を持ちさせるために行くところ」です。自分の歯で食事ができる喜びは、何にも代えがたいものです。定期的に歯科医院を受診して、むし歯のチェック・バイオフィルムの除去をする習慣を持ちましょう。

お口の中の細菌が、歯の表面に作る膜をバイオフィルムといいます。これは排水溝の「ぬるぬる汚れ」にあたるもので、現代ではこのバイオフィルムこそが、歯周病を進行させる最大の原因と考えられています。

バイオフィルムは、お家のでの歯ブラシ（セルフケア）では完全に取ることはできません。確実に取り除くためには、歯科医院での機械を使ったお掃除が必要になります。これを定期的に行なうことが最も効果があるとされています。

お口の中の細菌が、歯の表面に作る膜をバイオフィルムといいます。これは排水溝の「ぬるぬる汚れ」にあたるもので、現代ではこのバイオフィルムこそが、歯周病を進行させる最大の原因と考えられています。

## 森永先生の歯科だより① 「バイオフィルムについて」



引用：あたらしい皮膚科学 第2版

\*「そとがき」とは外輪山を意味する古い言葉です。

## 北先生の皮膚科だより② ●足白癬には趾間型、小水疱型、角質増殖型とタイプがあります。



●足白癬には趾間型、小水疱型、角質増殖型とタイプがあります。

その多くは見た目が綺麗になつたため自己判断で外用を中止されている方が大半です。「見た目が綺麗」「治癒」ではありませんのでご注意下さい。特に足底の場合は白癬が寄生している角層が剥がれ落ちるのに約3ヶ月程度かかります。そのため外用治療が必要となります。また水虫と診断されたら、入浴後の足拭きマットやスリッパは他の方とは別に使用して下さい。

温泉や公衆浴場へよく行かれる方は、ご自分が足拭きタオルを持参されることをお勧め致します。白癬菌は高温多湿が大好きですので、これから季節は特にご自分の足や体の観察をされてみて下さい。

頭部白癬は内服治療が主です。爪白癬も以前は内服治療でしたが、最近同様の効果を持つ外用剤が発売されました。肝機能障害のある方や内服薬が多数ある方には朗報ではあります。お値段は内服治療と同等で、やや高価となっています。

他の部位の白癬は外用治療が主になります。

「水虫は治らない」と言われる患者様がいらっしゃいますが、それが、最近同様の効果を持つ外用剤が発売されました。肝機能障害のある方や内服薬が多数ある方には朗報ではあります。お値段は内服治療と同等で、やや高価となっています。

その他の部位の白癬は外用治療が主になります。

## 6月号 Contents

- ◆ 北先生の皮膚科だより②
- ◆ 茶寿苑にAED設置
- ◆ グラウンドゴルフ大会
- ◆ 駐車場案内
- ◆ 基本理念
- ◆ 緩和ケア病棟「桃花水」では、毎年5月に遺族会を行っています。
- ◆ 「バイオフィルムについて」歯科だより②
- ◆ 緩和ケア病棟「桃花水」では、毎年5月に遺族会を行っています。
- ◆ 「くるみ幼稚園」施設紹介
- ◆ 診療日程

大切な人を偲んで

緩和ケア病棟遺族会

今年も5月15日に第7回遺族会を桃花水4階で行いました。平成26年1月から12月の間に緩和ケア病棟において大切なお話を看取られた55家族様に声をかけさせていただき、9家族14名様に声を聞かせていただきました。

遺族会は大切な方を亡くされたご遺族様にお集まりいただき、故人を偲び、語り合い、悲しみを分かち合い新たな花水4階で行いました。平成26年1月から12月の間に緩和ケア病棟において大切なお話を看取られた55家族様に声を聞かせていただき、9家族14名様に声を聞かせていただきました。

参加していただき、故人を偲び、語り合い、悲しみを分かち合い新たな歩みを踏み出す機会にして頂きたいたいと思い、行つてお

ります。

コメディアンティアによるミニコンサート、思い出写真のビデオ鑑賞、茶話会では入院生活のことを語りながら、笑いあり涙ありの一時間となりました。

ご家族様からは、「まだ亡くなつた」「御札を言った

ために来ました」などのお話を伺いました。

「家では泣けなかつたので、今日は泣くために来ました」という事を実感する事ができました。

緩和ケア病棟で過ごす時間が、患者様ごくために来ました」という家では泣けなかつたので、今日は泣くために来ました」という事と、共に心を一つに、感謝していくのが大切です。



New  
制服  
シリーズ②

利用者の皆様へのサービス向上を目指して

# フレッシュな気持ちで!

新年度になり、坂梨会グループでは各部門部署の制服を一新しました。職員も制服と共に新たな気持ちでスタートし、サービスの向上に努めてまいりますので宜しくお願い致します。



清潔感のある白色のポロシャツとネイビーのパンツに変わりました。通気性もあり動きやすく着心地もとっても良くなっています。紺色の襟と袖のライン、そして左脇にある虹色のタグがかっこいいポイントです。

## 栄養課

両脇のネイビーのラインと、女性はバックラインのベルトとボタン、男性は肩のラインがポイントです。「かっこいいね」と患者様から言われます。清潔感と落ち着いた感じが出るように選びました。



帽子とエプロン、上着の赤と白のボタンがチャームポイントです。  
帽子の「graciasu」の刺繡がいいでしょ(^^)  
「AKBになったみたい、かわいい!いいね!」  
よく言われます。  
おしゃれな帽子の私たちがお待ちしています。  
是非お立ち寄り下さい。



## グラシアス

女性は水色のボタンと襟のラインとエプロン、男性は水色の上着と、明るい水色で統一しました^^  
やさしいイメージで着心地が良く患者様から「かわいいね」と言われ好評です。



この度、ケアハウス茶寿苑では、近隣の住民の皆様、また当施設の入居者の皆様が一に備えるため、AED(自動体式除細動器)を設置しました。AEDは外の住設場所は、茶寿苑の正面玄関で、施設外から簡単に操作ができるます。音声メッセージの通りに行えば、どなたでも一見すると操作が難しそうに見えます。万が一の際には、ご利用ください。

## 天然芝の上で大熱戦! グラウンド・ゴルフ大会



この度、ケアハウス茶寿苑では、近隣の住民の皆様、また当施設の入居者の皆様が一に備えるため、AED(自動体式除細動器)を設置しました。AEDは外の住設場所は、茶寿苑の正面玄関で、施設外から簡単に操作ができるます。音声メッセージの通りに行えば、どなたでも一見すると操作が難しそうに見えます。万が一の際には、ご利用ください。

AEDとは(自動体式除細動器)  
心臓がけいれんし血液を流すポンプ機能を失った状態(心室細動)になつた心臓に対しても、電気ショックを与え、正常なリズムに戻すための医療機器です。



**AED**を設置しました  
ケアハウス茶寿苑



**AED**

臨床検査技師・臨床工学技士  
診療放射線技師

## 歯科

## 坂梨会グループ施設紹介

## 明るく元気な子どももづくり『くるみ幼稚園』



くるみ幼稚園では、  
・心も体も健康で丈夫な子ども  
・明るく素直に、感謝と反省が出来る子ども  
・想像力豊かな子ども  
の理念の基に、子ども達にとって健康で安全な環境を作るよう心がけています。

- ◆対象年齢：0才～就学前
- ◆保育時間：7:30～19:30(月曜～日曜)
- ◆休園日：第2金曜日・第4日曜日
- ◆連絡先：0967-32-1940



## 一日の保育スケジュール

※職員以外の御家族でもご利用が可能です。

※お申込みや保育料等のお問い合わせは、当園へご連絡下さい。

- ・子ども同士の関わりを十分に持たせ、興味や欲求に応じた環境を整え、楽しい時間を過ごせるようにしています。

登園  
(7:30～)集団行動・自由遊び  
(9:30～)お昼ご飯  
(11:00～)お昼寝  
(12:00～)おやつ・自由遊び  
(15:00～)

降園



- ・朝のご挨拶
- ・弁当や水筒など所持品を自分で所定の場所に置きます。

保護者の方の手作り弁当！！子供達はこの時間を一番楽しみにしています。



「おいしいね」という声がたくさん聞かれます。

おやつのほとんどは素材などを考慮し、グリーンコーブより配達して頂いています。

- ・降園準備。タオル・水筒など自分で片付けします。

・帰りのご挨拶。


 Check!   
忘れてはいけないもう1つの要素

**強い骨の形成に必要な栄養素を多く含む食材**

カルシウム : 牛乳・乳製品・小魚・大豆製品・切干大根	・ビタミンD : 消化管からのカルシウム吸収を促進
たんぱく質 : 肉・魚・卵・大豆製品	・ビタミンK : カルシウムの骨への沈着を助ける
ビタミンC : 納豆・葉野菜	ビタミンCはコラーゲンの合成に必要
ビタミンK : ブロッコリー・大根・柑橘類・いちご・	つまり強い骨をつくる為には、色々な食材から様々な栄養素を摂取することが重要なのです。
ビタミンC : ブロッコリー・大根・柑橘類・いちご・	骨はコラーゲンというタンパク質にカルシウムやリンを防ぐホルモンであるエストロゲンの分泌が減少します。
ビタミンC : ブロッコリー・大根・柑橘類・いちご・	このため骨密度が減少しやすくなります。

皆さんは骨を丈夫にするといったとき、カルシウムを摂取することを一番に心に思ひ浮かべませんか？実際にカルシウムを摂取することは大切で、一般には1日当たり600mg以上、成長期の十代前半は骨が大きくなり、その中身も充実していくため850mg以上。カルシウムは消化管から吸収されにくい栄養素で、成長量だけでは吸収されるかもポイントとになります。骨密度が減少しやすくなります。さらに女性の場合は、更年期から、骨のカルシウム溶出も防ぐホルモンであるエストロゲンの分泌が減少します。

また、その他にも骨を作る働きを助けてくれるビタミンがあります。骨はコラーゲンというタンパク質にカルシウムやミネラルなどが結合してできており、これらの摂取も必要です。また、骨を作り出したり、骨を守るために骨を作り出す働きを助けてくれるビタミンがあります。

# 骨を丈夫にしましよう！



# 平成27年6月 外来診療日程

受付時間 7:00~12:00/13:30~17:00 診療時間 8:30~12:30/14:00~17:30

※受付時間は上記になりますが急患や時間外・当日の詳細なお問い合わせ等は  
0967(32)0881まで遠慮なくお電話下さい。

	月		火		水		木		金		土	
	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後
内科	萩原 戸上 竹村	岩下	萩原 戸上 竹村 荒武	岩下	萩原 岩下 一安 (10:00~)	重盛 一安 (~16:00)	萩原 岩下 竹村 奥野	重盛 奥野 (~16:00)	重盛 荒武	戸上	戸上 一安 (10:00~)	重盛 一安 (~16:00)
神経内科					一安 (10:00~)	一安 (~16:00)					一安 (10:00~)	一安 (~16:00)
血液内科							奥野	奥野 (~16:00)				
整形外科 受付 8:30~12:00/14:00~17:00	田崎	田崎			田崎	田崎			田崎	田崎	非常勤医師 受 8:30~12:00/14:00~17:00	
腎・泌尿器科 受付 10:00~12:00	下村		下村		下村		下村		下村		熊本医療センター又は 熊大医師	
耳鼻咽喉科	村川		村川		清藤		村川		村川			
	診療時間 初診 9:00~11:30/14:00~17:00 再診 9:00~12:00/14:00~17:15											
皮膚科	北	病棟 及び外来	北	病棟 及び外来			北	病棟 及び外来	北	病棟 及び外来	北	
産婦人科・妊娠健診 【更年期/不妊/思春期/腫瘍】 受付 8:30~12:00/14:00~17:00	荒尾	片渕(女性) 受付 13:00~17:00	荒尾	田島 婦人科・不妊 受付 9:30~12:00	休診手術		荒尾		荒尾		荒尾 第3・5土曜	
透析センター	下村		下村		下村		下村		下村		熊本医療センター 又は熊大医師	
阿蘇健康管理センター	中川		中川		中川		中川		中川			
歯科			森永				森永		森永			
緩和ケア相談・麻酔科 診療 9:30~12:00			坂梨		坂梨				坂梨			
内視鏡検査			神崎				小田(外来)		竹村		熊本中央 病院医師	
小児科	松本			松本							松本	
アレルギー科	松本			松本							松本	
眼科(第1・3土曜)												黄

～「愛・ライフ内牧」・「デイサービスセンター宝泉郷」 今月の空き状況～

※「残りわずか」・「要相談」の場合も、  
お気軽にご相談下さい。

入所(0967-32-5511)

デイケア(0967-32-5511)

デイサービスセンター宝泉郷(0967-32-5488)

2階 3階 4階

月 火 水 木 金 土

月 火 水 木 金 土

(◎：空きあり ○：残りわずか △：要相談)

○ ○ ○ ○ ○ △

○ ○ ○ ○ ○ ○

(◎：空きあり ○：残りわずか △：要相談) **\*体験随時受付中**あとがき  
この時期だけじゃない！アジサイが彩りを増すよ。

## 患者様駐車場案内



### 第1駐車場



### 第2駐車場



### 第3駐車場

病床数260床、阿蘇唯一の産婦人科も有する  
**阿蘇温泉病院 (0967-32-0881)**夜間透析も可能な透析センター  
阿蘇唯一の緩和ケア病棟  
**桃花水 (0967-32-5250)**要支援、要介護者を支援する  
介護老人保健施設(125床)  
**愛・ライフ内牧 (0967-32-5511)**介護が必要な方の相談を受け付けます  
地域支援センター  
**春草苑 (0967-32-4021)**自立した在宅生活を支援する  
デイサービスセンター  
**宝泉郷 (0967-32-5488)**日替わりランチが  
減塩、低カロリーになってリニューアル！  
**桃花水1Fグラシアス (0967-32-1951)**阿蘇五岳が一望できる施設  
**ケアハウス茶寿苑 (0967-32-3955)**働く女性を応援する事業所内託児所  
職員駐車場横  
**くるみ幼稚園 (0967-32-1940)**