

# せいわ

2025  
医療法人近藤会  
清和病院  
新春号

●2025年1月発行 ●年4回[1月、5月、8月、11月]  
●高岡郡佐川町乙1777  
●TEL:0889-22-0300 ●FAX:0889-22-1777  
●清和病院広報委員会発行

## 基本理念

私たちは、患者さま方に良質で安全な満足感のある高度な専門医療技術の提供と、地域における救急医療、保健・福祉サービス、介護などの生活の質(QOL)の向上に寄与することを目指します。

## 新年あけましておめでとうございます

日頃より、当法人の運営および医療サービスにご支援ご協力を賜り、感謝申し上げます。

皆様方におかれましては、健やかに新年を迎えられた事とお慶び申し上げます。

昨年はパリオリンピックが開催され、レスリングで高知県出身の選手として92年ぶりの金メダルを獲得し、多くのファンや関係者から拍手や歓声で大いに盛り上がりました。

当院でも、コロナ禍による感染対策として自粛縮小開催していた清和フェスタを5年ぶりに通常開催できました。関わって下さった方々と職員一同に心より感謝申し上げます。

清和フェスタは患者さまとご家族さま方が愉快適悦なひとときを過ごして頂きたい、という思いを込めて年に1度開催しております。

乙巳(きのとみ)年は、乙(きのと)草木がしなやかに伸びる様子や横に広がっていく、巳(み)は神様の使いとして大切にされ、脱皮を繰り返すことから不老不死のシンボルともされております。「再生や変化を繰り返しながら柔軟に発展していく」年でありたいと思っています。

今年もご理解ご支援を賜りますようお願い申し上げますと共に、皆様のご健康とご多幸をお祈りし、新年のご挨拶とさせていただきます。

医療法人 近藤会 理事長 近藤 近江



## ～ドクターコラム《乳がん》～

厚生労働省が2023年9月に公表した、日本人の“がん”による死亡数は、38万5,797人（男性が22万3,291人、女性が16万2,506人）で、総死亡数の24.6%を占めています。“がん”の発生部位別にみると、男性は肺、大腸、胃、膵臓、肝臓の順に多く、女性は大腸、肺、膵臓、乳、胃の順となっています。今回は、《乳がん》を取り上げたいと思います。

《乳がん》は、一般的に乳腺の組織にできる“がん”のことです。日本人女性が罹患する“がん”のうち、最も多いのが《乳がん》です。女性の場合、8人に1人が生涯を通して《乳がん》に罹患すると言われています。《乳がん》の代表的な症状は、①乳房にしこりがある。②乳頭から分泌物がでる。③乳房にくぼみができる。④乳頭や乳輪がただれる。⑤脇のリンパ節が腫れる。このような症状を認めたとときにはすぐに病院受診をしてください。

また、第一親等（自分の親または子）で《乳がん》になった血縁者がいる場合、《乳がん》のリスクが高いことが分かっています。《乳がん》も、他の“がん”と同様に早期発見、早期治療がとても重要です。

《乳がん》検診は40歳以上の症状のない女性で、2年に1度、定期的に受診することが推奨されています。定期的な検診こそが早期発見・早期治療につながります。ぜひ、《乳がん》検診を定期的に行ってください。

医療法人 近藤会 院長 駄場中 研

### 2024年イベントの思い出

10月  
秋祭り



11月  
竜王公園にて  
秋の散策

2025年1月末まで点灯



ふれあい広場に  
イルミネーションが  
点灯しました。



## 当院でのリハビリテーションへの取り組み

当院では精神疾患や高齢の患者様が多く入院されており、転倒をされ脚や腰の骨折後や脳梗塞の後遺症、加齢や食事などが摂れなくなったことで体力が低下したなどといった様々な疾患に対して、運動療法や物理療法を用いて患者様一人ひとりにあったリハビリテーションを提供させていただいています。



### 外来リハビリ

温熱療法、電気療法、水治療法などの物理療法を用い、それに合わせて運動療法を行い在宅生活の維持及び生活向上のためにリハビリを提供しています。

## //// //// //// //// //// 疾患別のリハビリテーション //// //// //// ////

### 運動器疾患（加齢による肩・膝・腰等の関節痛、骨折及び術後等）

痛みを伴う場合が多く、その為に活動性が低下してしまい筋力が落ち、歩行や立ち上がり等が困難となってきます。リハビリ時には痛みの緩和の為に、温熱療法（ホットパック等）、電気療法（干渉波等）を用いて筋肉の緊張緩和及び血行促進を行っています。

また、関節周囲のリラクゼーションも行い筋肉等の柔軟性改善及び疼痛緩和を行います。

その後強い痛みを伴わないように筋力訓練を行い、立ち上がりや歩行訓練へと繋げています。



- 温熱療法（ホットパック等）

患部を温める事で血行促進や筋緊張の緩和により痛みの緩和を図る事ができます。

- 電気療法（干渉波等）

患部に電気刺激を加える事で筋肉や血管が収縮・拡張を繰り返す事で血行促進や筋緊張の緩和により痛みの緩和を図る事ができます。

### 脳血管疾患（脳梗塞や脳出血後の麻痺といった後遺症）

他病院にてリハビリを行ってから当院にて継続したリハビリを実施し、改善した能力を落とさないように行っています。麻痺のある手脚が固まらないように積極的に動かし、また脚の筋力の維持・改善の為に立ち上がり訓練や可能な場合は歩行訓練まで行っています。

### 廃用症候群（加齢や食事量の低下による体力低下等）

寝たきりとならないように、栄養状態に合わせて、運動負荷量を考え、少しずつ身体機能面の改善を図り、体力低下前の状態へ戻れるようにリハビリを行っています。



## 清和准看護学院 第60期生 戴帽式

令和6年11月7日、清和准看護学院として伝統ある最後の第60期生の戴帽式が厳かに挙行されました。

2年生からコサージュをつけてもらった戴帽生7名は、緊張と最後の戴帽生として使命に胸を膨らませた面持ちで武吉副学院長からナースキャップと灯火からナイチンゲールの看護の精神を戴きました。

山本学院長の「戴帽式は『近代看護教育の母』と呼ばれるフローレンス・ナイチンゲールの精神を受け継ぐ場です。身分の差別なく傷病兵の看護を続けたナイチンゲールに学び、自らを問い直すのが戴帽式です。ナースキャップは「清潔」「潔白」という看護師としての資質を表し、灯火は「献身」という患者に寄り添う看護の神髄を意味しています。

「混迷の時代」と言われている令和時代になってから、感染症の拡大、気象変動に伴う災害級の豪雨や熱波、群発地震、物価の高騰、ロシアによるウクライナ侵攻、米・中二大大国の軋轢、北朝鮮によるミサイル発射など、今や、私たちの日常生活における安全・安心は脅かされています。取り分け医療現場においては、その影響が大きく、特に医療崩壊という言葉が飛び出す程の大混乱に陥るなど、難しい対応を迫られています。予期せぬ出来事が次々と起こり、多くの人命が危険にさらされていく時代だからこそ、エッセンシャルワーカーとしてなくてはならないのが看護師の存在です。看護の特性として、優しさ、清らかさ、温かさ、明るさ、正義感、勤勉さなどが切に求められるのだと思います。

命と向き合う看護師を目指す皆さんには、自分でしっかりと考えて、行動する力を身に着け何ができるかを考えてくれることを期待します。ナイチンゲールの数ある名言の中で「優れた看護師は優れた女性(人)でなければなりません」の言葉を忘れずにいてください。

看護師という職業の崇高な使命を自覚し、患者さんとその家族に信頼される看護師になれるよう、知識・技術・そして人間性を磨いていってください。

様々な困難に突き当たった時は、今日のこの日の誓いと感動を思い起こして、不安や葛藤を抱きながらも努力を重ね新しい時代の看護を担えるよう皆で歩んでください。」という式辞に込めて、戴帽生代表して三栖千恵香さんが「医療が日々進歩する中で、看護の質が問われる現在、さらに正確な知識・技術を持ち、人として医療人として、病に苦しむ人の痛みや苦しみ、喜び、悲しみを共感し、側に寄り添い病氣と闘う患者様に勇気を与えることのできる看護師を目指してまいります。そして、今日この日の決意を忘れることなく同じ志を持つ仲間と共に助け合い准看護師になれるように日々精進することをお誓い申し上げます。」と決意を述べました。

清和准看護学院 副学院長 武吉照子



### 健康レシピ 栄養科

## ～冬に身体の温まる家庭料理～

いよいよ冬ですね。今回は寒い冬を乗り切る、身体の温まるポトフをご紹介します。玉ねぎを丸ごと入れているので、トロトロ食感と素材の甘みを存分に楽しめますよ。

材 料 (2人前)	
● 玉ねぎ	1玉
● じゃがいも	100g
● にんじん	100g
● 水(加熱用)	大きじ1
● 薄切りベーコン	50g
● ウインナー	100g
● オリーブオイル	大きじ1
● ニンニク	1片
● (A) 塩	小さじ1/2
● (A) 粗挽き黒こしょう	小さじ1/3
● 水	300ml
● コンソメ顆粒	5g

### 作 り 方

1. 玉ねぎは皮をむき上下1cmほどを切り落とし、4等分に切ります。
2. にんじんは皮をむき、1cm幅に切ります。
3. じゃがいもは皮をむいて芽を取り除き、一口大に切ります。
4. 耐熱ポウルに1、2、3、と水を入れて、ラップをかけ、600Wの電子レンジで6分加熱し、粗熱を取ります。
5. 薄切りベーコンは1cm幅に切ります。
6. 鍋にオリーブオイル、ニンニクを入れて中火で熱し、香りが立つまで炒めます。
7. 5.とウインナーを入れて中火で炒めます。
8. 4.に(A)を入れ、中火で炒めます。全体に油が回ったら水、コンソメ顆粒を入れて玉ねぎがやわらかくなるまで弱火で煮こみ、火から下ろします。
9. お皿に盛り付けて完成です。



今回はシンプルなレシピをご紹介しましたが、実はポトフはいろいろなアレンジをきかせられる料理です。カレー粉を入れたり、和風だして作ったり、パスタを入れても美味しいですよ。温かいポトフを食べて寒い冬も元気に過ごしましょう。

摂食機能係 栄養科 中井晶帆