

出合い in 杉村病院

vol.32

「 新年のご挨拶 」

新年、あけましておめでとうございます。今年も医療法人杉村会杉村病院および杉村会グループをどうぞよろしくお願ひ申し上げます。

さて、新しい年の幕開けにあたり、皆様にご挨拶申し上げます。

昭和 31 年に先代理事長である父 国夫が杉村診療所という名称でこの本荘の地に開業させて頂き、翌 32 年に医療法人杉村会を設立して、昨年で、ちょうど 60 周年を迎えることができました。

この間、病院は度重なる増改築を繰り返しながら、現在の姿になったわけでございます。

しかしながら、進む建物の老朽化、さらには一昨年の熊本地震が追い打ちをかけ、将来私く子どもが目指す先端医療を行っていくためには大変厳しい環境となりました。

また、長男の勇輔が現在、熊本赤十字病院の神経内科に在籍しており、脳卒中（血管内治療）を専門としており、あと数年ののちには当院に帰還する計画で研鑽を積ませて頂いております。

こうした病院の近代化と診療内容の高度化に対応していくために、新病院を建設することに致しました。

新病院の完成には、土地の整備まで含め、あと数年の時間を要しますが、完成後はまた新しい形で、微力ながらも熊本の地域医療の一端を担わせて頂ければと考えております。

今後も患者様のニーズや時代が一番求めている地域に根付いた医療、また、高齢者福祉に積極的に取り組んで参る所存でございます。

職員一同にご支援ご指導の程、何卒宜しくお願ひ申し上げます。



平成 30 年 1 月

医療法人 杉村会

理事長 杉村 邦明

基本理念

地域の人々の健康を守り、地域の人々から愛され、社会に貢献できる病院を目指します

基本方針

1. 心のこもった適正な医療サービスを提供します
2. 十分な説明をし 同意を得るための努力を惜しみません
3. 患者さまのプライバシーを守り 個人の尊厳が保たれるように努力します
4. 患者さまを看させて戴く事に感謝の心を忘れません
5. 高齢者の様々なニーズに細やかに対応します

当院では3月31日(土)にホテル日航熊本にて、一般財団法人先進医療推進機構と共催で第5回先進医療推進フォーラムを開催します。

このフォーラムではこれまで第1回「医師たちが挑む革新的医療」(東京)、第2回は京都で山中伸弥先生のiPS細胞研究所と共催し「治らない病気への挑戦」、第3回は「がんは治る時代へ」(東京)、第4回は「完治を目指す革新的医療」(大阪)で、いずれも世界最先端の研究、臨床の最新状況をご紹介します。

そして今回は、「忍び寄る血管病の危険～最新の予防、診断、治療～」というテーマで、熊本を中心とした九州地方の方々に未病の段階での全身血管病の診断および最先端の治療情報等をお伝えできればと考えております。

どなたでもご参加いただけます(参加無料)。お申込みは、AMPOのホームページか、熊本事務局096-372-1570(杉村病院内)までお電話頂きますようお願い致します。

Advanced Medical Promotion Forum



Prevention, diagnosis, treatment

第5回

先進医療推進フォーラム

「忍び寄る血管病の危険」

～最新の予防、診断、治療～

入場
無料

日時

2018

3.31 SAT

13:00～16:30

会場 ホテル日航熊本
5F 天草
熊本市中央区上通12-1



演者演題

糖尿病と共に健康長寿

座長 **西田 健朗** 熊本中央病院内分泌代謝科 部長

演者 **陣内 秀昭** 熊内病院 糖尿病・院長

**心臓血管病のテーラーメイド医療
～前兆の時期の診断・治療が重要～**

座長 **上野 高史** 久留米大学病院循環器科センター 教授

演者 **堀内 賢二** 杉村病院 院長

ここまで治せる動脈管内治療

座長 **安東由喜雄** 熊本大学大学院生命科学研究部 循環器内科学分野 教授

演者 **風川 清** 福岡県神埼市神埼病院 院長

定員 **300名様**
(定員になり次第締め切ります)

主催／一般財団法人 先進医療推進機構 (AMPO) ■ 共催／医療法人杉村会、IMSグループ、武田薬機グループ
 代表理事／高久史郎(九州医療開発協会会長) ■ 実行委員長／杉村邦明(医療法人杉村会理事長)
 ■ 大会長／堀内賢二(医療法人杉村会 杉村病院院長)
 ■ 理事／戸田守人(熊市立病院院長)、中村哲也(IMSグループ理事長)、武田隆久(武田薬機グループ理事長)

グループ事業所新管理者 紹介

◎指定認知症対応型共同生活サービス事業所 グループホーム「ピース」



新管理者 馬場口 美子

この度、グループホームピースの管理者に就任致しました。今後は今以上にご利用者様、ご家族様にご満足して頂けるよう努めてまいり所存でございます。

これからもご指導の程を宜しくお願い致します。

趣味は旅行と音楽鑑賞です。最近は愛犬と一緒に旅行を楽しんでいます。



◎指定認知症対応型通所介護サービス事業所 デイハウス「カスタネット」



新管理者 奥村 明美

この度、デイハウスカスタネットの管理者に就任致しました。微力ながら職務に全うをつくす覚悟でございますので、特段のご指導を賜りますようお願い申し上げます。

趣味で熊本市内を中心に県外でも音楽活動を続けています。

◎ヒルサイドガーデン 総支配人代理 亀井 千代子



この度、ヒルサイドガーデン総支配人代理に就任致しました。誠に微力ながら、皆様方のご指導、お力添えをいただきながら、ヒルサイドガーデン職員一丸となって、業務に精進して参る所存でございますので、今後ともご支援を賜りますよう心よりお願い申し上げます。

趣味は特にありませんが、時間があれば美味しい物の食べ歩きに出掛けています。

少し遠出をして県外に足をのぼすこともあります。

休日には愛犬ミニチュアダックスと近くの公園を散歩するのが日課です。

杉村 NEWS

資格を
取得しました!

『杉村病院 リハビリテーション部の取り組み』

人の命を救う術として様々な方法がある中、「CPR ～心肺蘇生法～」、「BLS ～一時救命処置～」という言葉をお聞きになったこと、あるいは、ご存知の方も多いと思います。

杉村病院リハビリテーション部ではリハ中の緊急時のみならず日常生活の場で、心肺停止などの急変時にこの術の必要性を感じたスタッフが、部内で研修を行い、合格に向けて研鑽を積んできました。

そして、去年9月に開催された「AHA BLS HCP2015G」で、豊田 PT、松永 PT、下 PT、池田 OT の4人の合格者が誕生したのを皮切りに、12月には神吉 PT、杉田 PT、田中 PT、青木 PT、村田 OT の5人の合格者が誕生しました。

コースでは「成人小児乳児の CPR における胸骨圧迫・人工呼吸・AED・窒息の解除」の項目で実技試験及び筆記試験が行われました。

このライセンスは世界基準および世界最先端の知識と技術を学ぶ国際ライセンスですので世界各国で共通のスキルに合格した証となります。

また今回、瀧下 PT は「AHA ACLS2015G」を受講し、BLS を基盤に高度な二次救命処置の挿管をはじめ重症不整脈、急性冠症候群、脳卒中などへの診断・投薬・蘇生スキルを実技・筆記試験において合格することができました。

皆さんは緊急時に「大切な方の生命を救う術をお持ちでしょうか？」

医療職だけでなく一般の方も受講できますので、興味のある方はぜひ！後悔しないためにも。



毎日簡単！健康体操

ながら体操 ～正月太り対策編～

1年で最も寒いこの時期は、なかなか体を動かす機会が少なくなっています。
また、美味しいおせち料理で体重が増加してしまった方も多いのではないのでしょうか。
そんな正月太りした体に効果的な体操で引き締まったお腹・腰まわりを手に入れましょう。

体幹トレーニング①



お腹とお尻に力を入れ身体を一直線に保つよう意識します。
この状態を 30 ～ 60 秒キープ。1日に 2 ～ 3 回行います。
(最初は難しいと思いますので無理のない秒数から始めていって構いません)

体幹トレーニング①



先ほど紹介した体操が難しいと感じた場合は、膝を床ついて行いましょう。

体幹トレーニング②

- ①四つ這いになり手を肩幅ほどに開いてつま先を伸ばします。
- ②左右互い違いの手脚を同時に上げます。
ポイントは手から脚を一直線にすることです。
10 秒キープを左右 2 ～ 3 セット行います。
(最初は難しいと思いますので無理のない秒数から始めていって構いません)



体の中から元気になる

～ねぎと豚肉の梅しょうが煮～

《梅干し》
ウイルスを繁殖させない物質「エポキシリオニレシノール」が含まれています。またクエン酸やリンゴ酸、コハク酸など強い殺菌・抗菌作用をもつ有機酸がたっぷり含まれています。この効果が風邪のウイルスにも働いて予防だけではなく、早期治療にも力を貸してくれます。

液の分泌を促す働きもあります。
また、抗酸化作用があり血行をよくし、疲労物質の乳酸を分解する作用があるため肩こりや冷え、疲労回復にも効きます。さらに消化の分泌を促す働きもあります。

- ①ねぎは5〜6ミリ幅の斜め切りにする。えのきは根元を切り落とし、ほぐす。
- ②梅干しは種を取り除き、粗く切る。
- ③鍋にだしと豚肉を入れ、沸騰したらアクを取る。
- ④[A]、①、梅干しを加え、中火で2〜3分煮る。



エネルギー 175kcal
タンパク質 20g
脂質 5g
炭水化物 14g
塩分 2.8g

栄養士おすすめ！

簡単レシピ

新年を迎え、寒さが一層深まる季節、風邪の流行時期でもあります。ねぎ、しょうが、梅のトリオで身体の中から元気になるレシピを紹介いたします。

《ねぎの栄養》

ビタミンA、C、カルシウム、β

カロテンが含まれており、特有の強い香りはアリシンという成分によるものです。アリシンはビタミンB1の吸収を助けてくれるので

豚肉などと組み合わせると効果がより大きくなります。

作り方

材料 (1人分)	量
ねぎ	100g
豚小間	75g
えのき	1/4袋
梅干し	1個
だし汁	125cc
酒	小さじ1
薄口しょうゆ	小さじ1
みりん	小さじ1
しょうが	小さじ1
七味唐辛子	少々