

たくさんの笑顔で地域をつつみます♪

せきあい

seki  ai

社会医療法人 関愛会広報誌

2022年 冬
Vol.12

佐賀関デイケア

「ひまわり教室活動」

～中長時間デイケアの新コンセプト～

- 特集 再掲 「地域医療の最前線で」
もっと教えてドクター 地域包括ケアについて
WLB おったまげーしょん 誰もが知ってる謎の人 xXXx 参戦!
地域貢献で行こう 地場コン魂、株式会社セキ土建
あの頃より今は若いから／せきあい健康レシピ

「地域医療の最前線で」



特集

この記事について

今回ご紹介する一連の記事は、本年7月(大分県内版では8月)に朝日新聞の夕刊に連載されたものです。

「地域医療の最前線で」と題されたこれらの記事は同紙記者の浜田陽太郎さんが、2021年度に関愛会の施設で研修した記録であるとともに、「多くの人がかかる普通の現場で起きていることこそ大切」(浜田 2020、p.243)という課題意識のもと、地域医療の実相を伝えるルポルタージュとなっています。

株式会社朝日新聞社の許諾(承認番号22-2983)を受け、本誌にて一挙に再掲します。



地域医療の最前線で 3

「譲ステーション」が担うが、医療訪問診療する医療法士らが担えるケアは、「輝く」学療法士らが担う。居間で、Kさんは「1ヵ月後」の12月上旬を訪ねたのは、社員達々(41)。関愛する臨床実習生、ケアマネジメント、言語聴覚士運転手……。10人以上が「作戦」に参加し、大塚の姿もそこにはあった。行先先是車で10分ほどのなみの居酒屋。「いつもの席」に座ったKさんは、「誤聴しないよ」と言語感覚士が見守るより、
（本文）

浜田陽太郎(2020)『「高齢ニッポン」をどう捉えるか 予防医療・介護・福祉・年金』 勉勉書房

特集

「地域医療の最前線で」

ワクチン1万回 涙の軌跡

朝日新聞 夕刊

2022年7月4日(大分県内版8月23日)

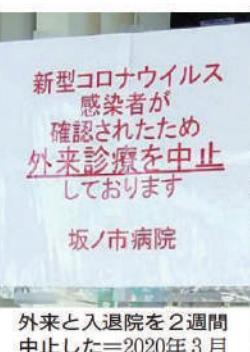
コロナ禍での坂ノ市病院の取り組みと地域医療における連携のあり方

ワクチン1万回 涙の軌跡

地域医療の最前線で **1**

現場へ!

ワクチン接種1万人目となつた中学1年生と一緒に祝いする坂ノ市病院の管聴院長=2021年10月、いずれも大分市



「涙が出るほどうれしかった」。事務長の高橋が、澤口の動きをこう振り返るのは、坂ノ市病院と地元医師会の関係が当



ワクチン接種に来たら、いきなりくす玉が割られ、紅白まんじゅうを渡されるなんて思つてもみなかつたに違ひない。昨年10月18日午後、大分市東

は、研修中の私(55)である。病院が地域住民に新型コロナウイルスのワクチン接種を始めたからちょうど7カ月。職員は、日曜日も働き続けた。「ベッド数36の小さな病院としては、接種回数が多い方ではない

部にある社会医療法人関愛会・坂ノ市病院。累計1万回目の「ラッキーボーイ」となつた中学1年生男子は、はにかみながら力メラに向かってボーズをとつた。シャッターチェーンを切つたの

は、研修中の私(55)である。病院が地域住民に新型コロナウイルスのワクチン接種を始めたからちょうど7カ月。職員は、日曜日も働き続けた。「ベッド数36の小さな病院としては、接種回数が多い方ではない

か」と院長の管聴(52)。来院が難しい老人ホームの入居者への巡回接種にも取り組んだ。



保育園からの自肃要請は、大分東医師会長の澤口博人(60)の耳にも届いた。感染の恐怖と聞う病院が世間から冷たい目にさらされている。小児科医の澤口は、行政に対策を働きかけた。また、感染者が出た各病院にヒアリングに行き、不足していた消毒液やマスクなどの調達も支援した。

「涙が出るほどうれしかった」。事務長の高橋が、澤口の動きをこう振り返るのは、坂ノ市病院と地元医師会の関係が当

坂ノ市病院はコロナで痛い目にあっている。大分県内で初の感染確認からわずか半月の2020年3月、急性期患者を診る近くの国立病院機構大分医療センターでクラスターが発生。感染に気づかないまま、坂

ノ市病院が1人、同じ関愛会の佐賀関病院が2人の転院を受け入れていたのだ。両病院とも、急性期の治療を終えた患者の体調を回復させ、家に戻れるよう

にする機能を担つていている。国内でまだ珍しかった病院クラスター発生が、地域に与えた波紋は大きかつた。「保育園から子どもを登園させないよう言われた」。坂ノ市病院の事務長だった高橋勝(48)のものに、職員からこんな内容の相談が次々と舞い込んだ。職員が勤めできず業務に支障が出かねない。そんな心配と「社会から排除されている」という感覚に悪寒が走った。

6年前に澤口が医師会長になってから関係は改善に向かった。「決定的だったのはコロナ対応。発熱した患者さんを診察し、ワクチン接種を休日返上で続けた坂ノ市病院への視線は変わった」と澤口。

「私たちの病院とは補い合う関係にある」と、大分医療センター院長の奈須伸吉(63)は話す。感染者を転院させてしまつたのは不幸だったが、病院同士が連携して患者を治療しなければ、地域の医療は守れない。

「この法人の取り組みは面白いよ」。取材先の研究者からこ

う紹介された大分県の社会医療法人関愛会で、私は1年間、会社の「自己充実休職」を利用し、無給の研修生として過ごしました。地域医療の現場で肌で感じたことを報告する。||敬称略

(浜田陽太郎)

病院存続 嵐の末の民営化

朝日新聞 夕刊

2022年7月5日(大分県内版8月24日)

関愛会創設の起点となった旧佐賀関町立病院民営化の軌跡

診療所で検食する長松宣哉医師=大分県竹田市



ケアマネの柴田あゆみさん=大分市



関愛会の拠点である佐賀関病院。入り江の向こうには銅の精錬工場がある=大分市

おかしみがあるんだ。
「どうしても全部食べちゃう。残す勇気がない」。社会医療法人関愛会の会長、長松宣哉(67)は、診療所の調理室がつく

があり、配食事業も手がけ、地域で頼りにされてきた。だが、院長が病に倒れ、同じ竹田出身の長松に「応援」依頼が来た。自分の病院とかけもちで、多

い時には週4日、長松は大分市内の自宅から車で約1時間かけて通勤、診察にあたってきた。

「地域包括ケアに熱心に取り組む法人が大分にある」。旧知の取材先である「木立・日本福祉大名誉教授からそう紹介され、私が1年間、「研修生」として身を寄せた関愛会は、長松が18年前に設立した。存亡の危機にあつた町立病院を受け継いでスタートした法人は現在、三つの病院や介護施設など30を超

現場へ!

つた昼食の「検食」を終え、つぶやいた。

い時には週4日、長松は大分市内の自宅から車で約1時間かけて通勤、診察にあたってきた。

1979年に自治医科大学を卒業した長松が、大分県東端の半島にある町立佐賀関病院

04年4月、町議会は関愛会への譲渡案を否決。大分市との合併 자체が頓挫しかねない事態に

03

陥つたが、翌5月の臨時議会で一転可決された。「本当に奇跡だった」と長松は振り返る。

病院存続嵐の末の民営化

地域医療の最前線で

2



える事業所、職員約700人を抱えるまでに成長している。1979年に自治医科大学を卒業した長松が、大分県東端の半島にある町立佐賀関病院の副院長に就任し(130床)の副院長に就任したのは90年のことだ。関アジ関サバのブランドで知られ、国内屈指の銅の精錬所も立地する佐賀関町だが、高齢化と人口減少が進み、2002年に大分市との合併協議が本格化した。

大分市側は、赤字体質の町立病院を引き受けないと条件を提示、最終的に町は民営化の方針を決める。長松ら勤務医4人が結成した「医師団」(後の関愛会)を受け皿に譲渡することに決着したよう見えたが、町議会の反対派から猛烈な巻き返しにあつた。背景には、別の法人も受け皿に手を挙げており、町が以前計画した新病院の建設費23億円をそのまま引き継ぐことになっていたことがあつた。長松らは、その計画の半額以下の新築を考えていた。

長松が保管していた内部文書を見せてもらった。「くそったれファイア」と題された文章に

同年7月、関愛会佐賀関病院(113床)がスタート。公務員だった職員の給与を民間並みに引き下げるなどして、初年度から黒字を計上。「民営化の成功例」として注目された。

ただ、単なる「経営手腕」だけでは人はついてこない。

関愛会のケアマネジャーとして働く柴田あゆみ(43)は、長松をこう評する。

「良い意味で、お医者さんとくっつない。私たち介護の人間との距離が近い。だから患者さんについて話をした後に聞き忘れたことがあるが、ちゅうちょなく診察室に聞き戻れる」

介護職が安心して話しかけられ、この資質は、地域医療で関愛会が急速に歩を固めたことと深く関係する。「医療と介護の境界はなくなつてくる。地域に出て介護職や住民と話ができる医師像だ」

「お金を横領」したと触れ回り、県庁に乗り込んで担当課長を「恫喝」する様子が生々しく記されていた。

長松が保有していた内部文書を見せてもらった。「くそったれファイア」と題された文章には、一部の議員が、長松らが「公金を横領」したと触れ回り、県庁に乗り込んで担当課長を「恫喝」する様子が生々しく記されていた。

(浜田陽太郎)
II 敬称略

特集

「地域医療の最前線で」

ケア万全 居酒屋「大作戦」

朝日新聞 夕刊

2022年7月6日(大分県内版8月25日)

「生活者の視点」に立った多職種連携の取り組み。

坂ノ市神崎エリアから。

人工呼吸器をつけたKさんは、サンタ姿の医師に見守られながらワゴン車に乗り込んだ。2021年12月、いずれも大分市
患者の生活全般をコーディネートするMSWの大塚奈々



声が出てくくなれたKさんとは文字盤を使ってコミュニケーションをとる

「家族関係や病歴なども知っているから、何か起きた時にも機動的に対応できる。ご本人を取り巻く社会と向き合おうのが、この仕事の面白さですね」。3人全員を育てながら、パワフルに仕事をする大塚は話す。

「地域医療の最前線で」
II 敬称略(浜田陽太郎)

現場へ!

きながらも、ベッドサイドに立ち上がった。

大分市の旧佐智關町内にある「ナーシングホーム輝」。社会医療法人関愛会が運営する有料老人ホームである。

それは、ちょっとした「奇跡」のように見えた。人工呼吸器をつけたALS(筋萎縮性側索硬化症)のKさんは、ちょっとぐらつん(70代)は、ちょっとぐらつ

治療は終わったが、引き続き医療的ケアが必要だ。そんな住民が暮らせる場として2001年5年に設立した。「病院のベッドは増やさない」という国の政策に沿いつつ、地域のニーズに応じた取り組みといえる。

Kさんが「輝」に入居したのは、立ち上がる1ヵ月前の昨年10月。気管切開をした大病院から救急車で運ばれてきた時は、自力で立ち上がりた日からさう。でも、ベテランが多く経験値は高い」と話す。食事や入浴

など生活を支えるケアは「輝」所属の介護職が担うが、医療やりハビリは、訪問診療する医師と、訪問看護ステーションの看護師、理学療法士らが担当。Kさんが「輝」に入居したのは、立ち上がる1ヵ月前の昨年10月。気管切開をした大病院から救急車で運ばれてきた時は、自力で立ち上がりた日からさう。でも、ベテランが多く経験値は高い」と話す。食事や入浴

など生活を支えるケアは「輝」所属の介護職が担うが、医療やりハビリは、訪問診療する医師と、訪問看護ステーションの看護師、理学療法士らが担当。Kさんが「輝」に入居したのは、立ち上がる1ヵ月前の昨年10月。気管切開をした大病院から救急車で運ばれてきた時は、自力で立ち上がりた日からさう。でも、ベテランが多く経験値は高い」と話す。食事や入浴

「おかえりなさい」。入居まもないKさんを訪ねたのは、社会福祉士の大塚奈々(41)。関愛会坂ノ市病院に常駐する医療ソーシャルワーカー(MSW)だ。研修生である私の指導役でもある。

入院縮短が求められる中、病院で働くMSWの業務は、入院患者を自宅や施設に「送り出す」退院支援が中心。だが、大塚は関愛会のMSWは「地域で受け入れる」側にも立つ。

というのは、関愛会は全体で月1200人を超える訪問診療を行っており、大塚はもともと、Kさんの在宅医療をはじめ生活全体をコーディネートする役割を担っていた。

「家族関係や病歴なども知っているから、何か起きた時にも機動的に対応できる。ご本人を取り巻く社会と向き合おうのが、この仕事の面白さですね」。3人全員を育てながら、パワフルに仕事をする大塚は話す。

「地域医療の最前線で」
II 敬称略(浜田陽太郎)

ケア万全 居酒屋「大作戦」

地域医療の最前線で

3

「在宅復帰」担つて存在感

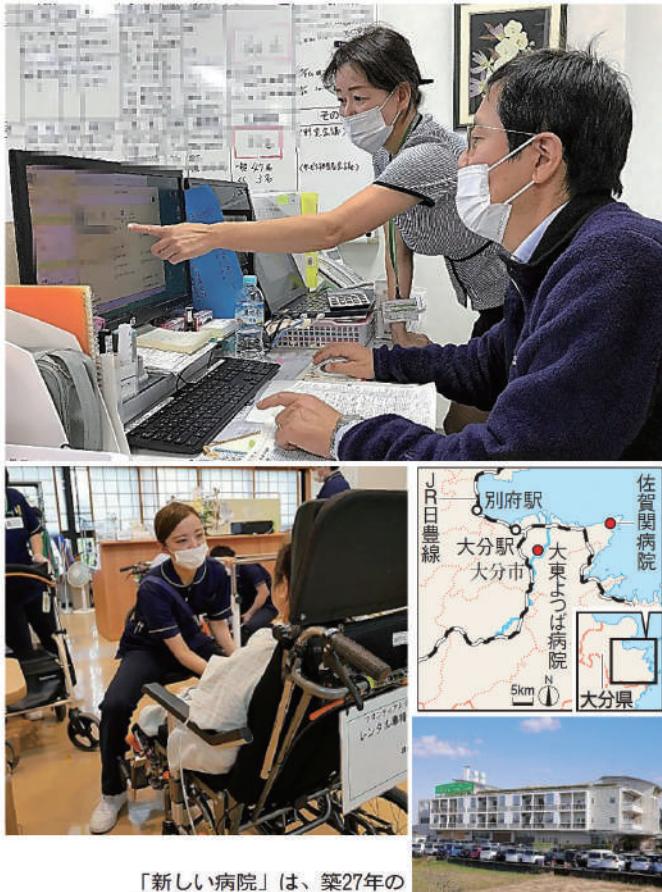
朝日新聞 夕刊

2022年7月7日(大分県内版8月26日)

地域医療における大東よつば病院の役割。

現場で実務を学ぶ浜田さんの奮闘記。

現場へ!



「新しい病院」は、築27年の老人保健施設の中に誕生した

ベテラン職員(上)に診療報酬請求の実務を教えてもらう研修生の私は、いずれも大分市

大東よつば病院は、入院患者を在宅に戻すリハビリに力を入れる

築27年の古い建物内に計画決定からわずか9ヶ月で開院した新病院。機能は絞り込んだ。大きな病院で「病気は治ったが、心身が衰えてしまった」患者に体調を崩してしまった患者に対するリハビリやケアを施し、「普通の在宅生活に戻れる」までに回復させる。

主に高齢患者の「回復期」を担う病院として、県内の基幹病院や近隣の診療所、介護施設に連携を呼びかけて回った。研修生の私は、新病院紹介の広報誌

渡す。帰る時には自己負担分の医療費を払う。その窓口に向こうにいるのが医療事務職だ。診療、検査、投薬など、病院

医療費の計算は複雑だ。同じ薬を使っても、入院中と退院する時の処方では扱いが違うなど細かいルールが無数にある。実

がなした仕事をお金に換える要ともいえる存在だ。なぜか女性がとても多い。私が「研修生の浜ちゃん」として過ごした社会医療法人関愛会の大東よつば病院(大分市)。師匠は、医療事務のベテラン、鶴田真由美(49)だった。

医療事務能力検定の3級に合格できた。書を教材に、基本的な仕組みや計算ミスを防ぐ方法を懇切丁寧に教えてもらった。

3月、母体である関愛会が運営する二つの病院で感染者が発生。外来や入院を一時ストップした。コロナ以前から関愛会の経営は厳しい局面にあった。18年前に136人でスタートした職員は約670人にまで増え、拡大のスピードに収益が追いつかず19年に赤字に陥り、20年も赤字は避けられなかった。

そんな難局打開の一手が、新病院の開設だった。人口が多い大分市中心部近くにある老人保健施設のワンフロアを衣替え。人口減少地域に立地する佐賀関病院や、事業を受け継いた診療所から計40床のベッドを移した。

築27年の古い建物内に計画決定からわずか9ヶ月で開院した新病院。機能は絞り込んだ。大きな病院で「病気は治ったが、心身が衰えてしまった」患者に体調を崩してしまった患者に対するリハビリやケアを施し、「普通の在宅生活に戻れる」までに回復させる。

主に高齢患者の「回復期」を担う病院として、県内の基幹病院や近隣の診療所、介護施設に連携を呼びかけて回った。研修生の私は、新病院紹介の広報誌

「在宅復帰」担つて存在感

地域医療の最前線で④

づくりを手伝った。

狙いは当たった。ベッドは満床状態が続き、開院5カ月で單月の黒字を達成したのだ。「社会全体を見渡せば二~三があるのは高齢者医療。病院の機能とサービスがマッチした」と院長の立川洋一(60)は話す。

大東よつば病院は、「コロナ危機」から生まれた。2020年3月、母体である関愛会が運営する二つの病院で感染者が発生。外来や入院を一時ストップした。コロナ以前から関愛会の経営は厳しい局面にあった。18年前に136人でスタートした職員は約670人にまで増え、拡大のスピードに収益が追いつかず19年に赤字に陥り、20年も赤字は避けられなかった。

そんな難局打開の一手が、新病院の開設だった。人口が多い大分市中心部近くにある老人保健施設のワンフロアを衣替え。人口減少地域に立地する佐賀関病院や、事業を受け継いた診療所から計40床のベッドを移した。

築27年の古い建物内に計画決定からわずか9ヶ月で開院した新病院。機能は絞り込んだ。大きな病院で「病気は治ったが、心身が衰えてしまった」患者に体調を崩してしまった患者に対するリハビリやケアを施し、「普通の在宅生活に戻れる」までに回復させる。

大東よつば病院は、入院患者を在宅に戻すリハビリに力を入れる

医療事務は月初めに繁忙期を迎える。毎月10日までに、病院内で行われた医業を、国が決めた「診療報酬点数」に換算して金繰りに影響しかねない。

大東よつば病院の医療事務たちは、今年1月の締め切りを、残業、休日、早朝出勤を続けて何とか乗り切った。「1人産休に入ったり新人の教育もあつたりで、今月はきつかったわあ」とチームを率いる鶴田はほつとした様子だ。

お世辞にもきれいとはいえない建物でも、業績が伸びていれば、それは病院が地域で必要とされている証左。職員たちの表情も明るくなる。来月もがんばろうね、浜ちゃん。師匠・鶴田か

「地域医療の最前線で」

「やりたい」夢支えるプロ

朝日新聞 夕刊

2022年7月8日(大分県内版8月27日)

リハビリテーションセンターもみの木が実践する 「生きる目標」のためのリハビリ



「つくみイルカ島」でイルカと泳いだ男性は2年前まで屋外歩行も拒んでいた＝2013年9月、大分県津久見市、関愛会提供



理学療法士の川野剛士



よく分からないうま動画出演を果たした記者（中央）

「やりたい」夢支えるプロ

地域医療の最前線で 5

先方は「出演依頼」をしていもりで、公演館の一室に出向くたというが、こちらの心の準備はゼロだった。

私は(55)が「研修生」として一年を過ごした社会医療法人関愛

と、何が何だか分からないまま、アフロヘアのカツラをかぶられ、バランスボールで運動することに。2日後にはその様

現場へ!

会（大分市）では、坂ノ市病院にあるデイケア施設で住民らに運動教室を開いてきた。しかし、コロナ禍で開催できなくなったり、「オリジナル健康体操」と銘打った動画配信をしていた。

子が動画で配信されていた。
一連の模様を撮影し、手際よく編集したのが、関愛会が「かみの木」という名のブランドで展開するデイケアの部長、川口剛士(49)。地域との関係づけを専門とする認定理学療法士である。「大分暮らし」を逐一しくしてくれた人物だ。

てゐるだけじゃダメなんですよ」と、そう熱く語る川野のリハビリ専門家。条は「あなたの『したい』を応援したい」である。

大学を卒業後、食品関係の会社で8年間働いた後、3年かけて理学療法士になった。最初に就職した介護施設での仕事は、1回20分のマッサージを20人ほどに施すこと。「週に1回程度マッサージを受けて何の意味がある?」という疑問が湧いた。15年前に関愛会へ転職。利用

「生活のためのリハビリから
一歩進んで、生きがいのための
リハビリが非常にうまく実現し
たケース」。デイケアの管理者
で閑愛会の創設メンバーの一
人、甲原芳範(58)は言う。

「もみの木の伝説」として語り継がれるのは「イルカに乗る」た元校長先生だ。2010年に81歳でディーケア利用を始めた男性は、ほぼ横になつて過ごし、外を歩くことも拒んだ。だが、2年近くかけて「一楼の下で写真を撮る」という目標を実現。その後に胃を切除する手術を経て、数十年ぶりの海水浴へ。13年に「イルカに乗る」夢もかなえた。

20年後、自分は生きる目標を持てているか。それを支えてくれる医療や介護のプロたちは周りにいるだろうか。そんなことを考えた。』 敬称略（おわり）
（浜田陽太郎）



鑑

利用者さまの「したい」を叶え、生き活きとした活動を支えます。

佐賀関デイケアひまわり(中長時間)

- 佐賀関デイケアひまわりは、令和2年10月にデイサービスから中長時間のデイケアとして移行し、令和4年7月にデイケアとしてのサービスの質向上を目指して新しいコンセプトで再出発しました。
- 今回は、新サービス「ひまわり教室活動」を中心に佐賀関デイケアひまわり(中長時間)を紹介します。



佐賀関デイケアひまわり(中長時間)のスタッフ

利用者さまの多様なニーズに対応できる新コンセプト

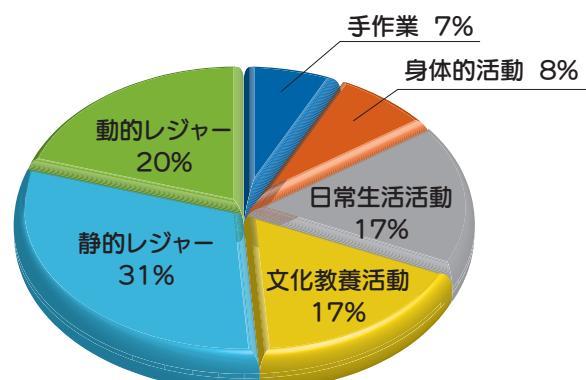
1. 評価、2. 予防、3. 楽しませるを3つの柱とし(図1)、利用者さま一人ひとりの身体機能からADL、栄養の評価、そして興味・関心事などを正確に知るためアンケートによる調査を行い、悪くなる前に働きかけるという介護予防の視点から、その方の「したい活動」やご家族からの「やってほしい活動」に焦点を当て、楽しく主体的に活動することで、利用者さまにとつて意味のある時間を過ごしていると実感してもらえる環境づくりに取り組んでいます。

サービス内容として、午前中は入浴・個別リハ・器具を用いた運動、午後からは集団体操・教室活動・レクリエーションを行います。また新しい取り組みとして、専任の管理栄養士による食事メニュー調理等の栄養相談も行っています。

(図1) コンセプトの3つの柱



〈表1〉利用者さまの興味・関心項目の割合



ひまわり教室活動

利用者さまにとって「楽しいこと」「意味のあること」を知るため、本人またはご家族へ興味・関心についてアンケート調査を行い、その結果(右ページ下表1)をもとに、全部で9つの教室を用意しました。

毎日14時からの1時間、日替わりで2~3つの教室を用意し、それを利用者さまに選んでいただいています。

職員も、自分の興味がある教室を選択して担当しています。同じ楽しみを持つ利用者さまと職員が一緒になって楽しく学び合い、時にはお互いの意外な面を発見したりもしています。

園芸教室



皆さん自分の世界に入ります。

カラオケ教室



一番人気の教室です！

物作り教室



身体運動教室



意識して体を動かすって気持ちいい！

動的レジャー
20%

静的レジャー
31%

日常生活活動
17%

文化教養活動
17%

手作業 7%

身体的活動 8%



料理教室

TVゲームや
ボードゲームなど、
楽しみながら認知症予防が
できます。



ハッピーランド

【営業日】月～土(祝日営業)
休日/日曜日、年末年始
【サービス提供時間】※選択可
(中時間)9:00～13:30
(長時間)9:00～15:30
【送迎範囲】大在～臼杵
(大在、臼杵の方は要相談)
【住所】大分市大字佐賀関880-1
【電話】097-524-4141

ひまわりの一日の流れ

- | | |
|--------|-----------------|
| 8:30～ | 送迎後、健康チェック |
| 9:30～ | 入浴・リハビリ |
| 12:00～ | 昼食(食前に口腔体操) |
| 13:00～ | 介護予防体操 |
| 13:30～ | 送迎(中時間) |
| 14:00～ | ひまわり教室・レクリエーション |
| 15:00～ | おやつ・ドリンクサービス |
| 15:30～ | 送迎(長時間) |

お好みの教室がない場合は、レクリエーションにご参加いただいているます。





せきあい 健康レシピ

管理栄養士 中野広美 監修

～ 管理栄養士が伝えたい！ 冬の体調を整えるレシピ～



佐賀関病院 健康栄養支援室 室長

中野 広美 (管理栄養士)

大分県病院協会栄養部会 会長

日本臨床栄養代謝学会(JSPEN)16演題発表(2005年～2022年)

第16回アジア静脈経腸栄養学会(The 16th PENSA CNGRESS 2015 IN 名古屋)発表

Question

冬の体調を整える食物について教えて下さい。

寒い時期は体を温めようと、体がエネルギーを消費しやすくなるため、毎日きちんと栄養の豊富な食事を摂ることがポイントになります。体を温めたり、免疫力や抵抗力を高めたりする食物をしっかり摂りましょう。

鍋料理にすると、肉、魚介、野菜、豆腐、きのこ等がまとめてたくさん食べられるのでバランスよく栄養が摂れます。

漢方では、体を温める「陽性食品」や体を冷やす「陰性食品」がありますが、陰性食品も煮たり炒めたりして熱を加えたり、漬物にしたり、塩・醤油・味噌を加えることで陽性食品に変換されます。

**新陳代謝を促進
免疫力や抵抗力を高める**

陽性食品

ショウガ、にんにく、白ネギ、かぶ、リンゴ、栗、もち米、鶏肉、エビ、黒砂糖、黒豆、ひじき、紅茶、チーズ、漬物など

体を冷やす

陰性食品

ナス、キュウリ、トマト、バナナ、冷ややっこ、塩、白砂糖、牛乳、小麦、植物油、バターなど

免疫力や抵抗力を高める

ビタミンCとビタミンE
レンコン、ジャガイモ、ブロッコリー

ビタミンA
にんじん

ビタミンC
緑茶、春菊、いちご、みかん、ゆず

食物繊維
ゴボウ、レンコン、ブロッコリー

三大抗酸化ビタミンが豊富・疲労回復効果
かぼちゃ

しそうが紅茶

温かい紅茶1杯に対して新鮮な生姜（親指大程度）をすりおろして入れるだけ！
甘さが欲しいときは、同じ陽性食品の黒砂糖をお好みでどうぞ。
1日2杯～4杯を目安にお飲みください。

ほっこり
ティー・レシピ





緑茶で免疫力アップ！

ぶり 緑茶鍋の鰯しゃぶ



お出しの代わりに温かい緑茶でしゃぶしゃぶします。寒ぶりの脂の甘みが口の中に広がり、ほんのり香る緑茶の旨味と渋みが後味をさっぱりさせ、ぶりの生臭さも消してくれます。



【1人当たりの栄養量】

エネルギー	483kcal
蛋白質	32.2 g
脂質	18.2 g
炭水化物	41.7 g
食物繊維	6.1 g
塩分	1.4 g

【材料 二人分】

寒ぶり (刺身用)	200 g	ゴボウ	40 g
白ねぎ	80 g	えのき	40 g
冬野菜 (好みで)	適量	緑茶	700 cc
白菜	80 g	蕎麦	一束
人参	40 g	ポン酢	40 mL
春菊	40 g	大根おろし	40 g

■野菜の量：180g（一日の摂取目標量の約1/2）

【レシピ】

- 白ねぎを細かく切って白髪ねぎにする。その他の野菜も適当なサイズにカット。
人参は千切り、大根はおろす。ゴボウはささがきに切る。
- 鍋に緑茶を入れて火にかけ、沸騰したら野菜やぶりをしゃぶしゃぶ。
ポン酢に温まった緑茶を加えた合わせダレにつけて召し上がってください。
- シメは蕎麦がおすすめです。

お正月もSDGs！

お餅グラタン



お正月に余りがちなお餅を使ったレシピです。不足しがちな野菜や食物繊維も手軽にとれ、明太子がアクセントに。トースターの焼き時間は様子を見ながら調整してください。



【1人当たりの栄養量】

エネルギー	507kcal
蛋白質	22.2 g
脂質	18.8 g
炭水化物	56.7 g
食物繊維	5 g
塩分	2.4 g

【材料 二人分】

レンコン	80 g	エビ	60 g
玉葱	100 g	餅	2 個
かぼちゃ	60 g	マヨネーズ	大さじ 4
バター	大さじ 1	辛子明太子	60 g
ブロッコリー	80 g	ピザ用チーズ	40 g
		塩・胡椒	適宜

■野菜の量：160g（一日の摂取目標量の約1/2）

【レシピ】

- レンコンと玉葱はスライスに、ブロッコリーは小房に分けてゆでる。
かぼちゃは1センチ角にカットしゆでておく。エビは皮をむき背わたを取りゆでる。餅は一口サイズに切る。
- フライパンにバターを溶かし、レンコン、玉葱を炒め、塩・胡椒で下味をつける。
- 耐熱皿に②を敷き、その上に餅を並べ、ブロッコリー、かぼちゃ、エビを飾る。
- マヨネーズに解した辛子明太子を加え良く混ぜ、③にかける。
その上からピザ用チーズをかけ、アルミホイルをかけオーブントースターで約8分焼き、アルミホイルを剥がして更に2分焼く。





大東よつば病院

院長

立川 洋一

(たつかわ よういち)

1986年 大分医科大学(現:大分大学医学部)卒
大分市医師会立アルメイダ病院循環器科、
大分岡病院院長などを経て2021年より現職。
医学博士、MBA(経営学修士)、
総合内科医専門医、循環器専門医



A

Q

大東よつば病院は地域包括ケアの病院と聞きました。地域包括ケアについて詳しく教えて下さい。

世界的にも長寿社会である日本では、高齢者(六五歳以上)が増え続け、高齢化率(六五歳以上の人口)が占める割合は一九九四(平成6)年に14%を超え、WHO(世界保健機関)の定める高齢社会となりました。高齢化が進むにつれ、介護を必要とする高齢者の増加や核家族化の進行、介護による離職が社会問題となり、家族の負担を軽減し、介護を社会全体で支えることを目的に、介護に必要な費用やサービスを提供するしくみとして一〇〇〇(平成12)年四月に「介護保険制度」がスタートしました。その後、二〇一〇(平成22)年に高齢化率が世界で初めて21%に到達し超高齢社会に突入しています。総人口が減少する中で、一〇一二(令和4)年九月には日本の高齢者人口は過去最多で高齢化率は29・1%と過去最高になっています。大分県は一〇一二(令和3)十月一日現在の高齢化率は33・7%です。その様な中で、団塊の世代が後期高齢者になる一〇一五(令和7)年には国民の医療や介護の需要が急増する可能性を見越し、その対策として一〇〇五(平成一七)年の介護保険法改正で「地域包括ケアシステム」という言葉が初めて使われ、一〇一四(平成25)年には「医療介護総合確保推進法」が施行されて地域包括ケアシステムの構築が全国的に進められることになりました。

地域包括ケアシステムは現状では高齢者に

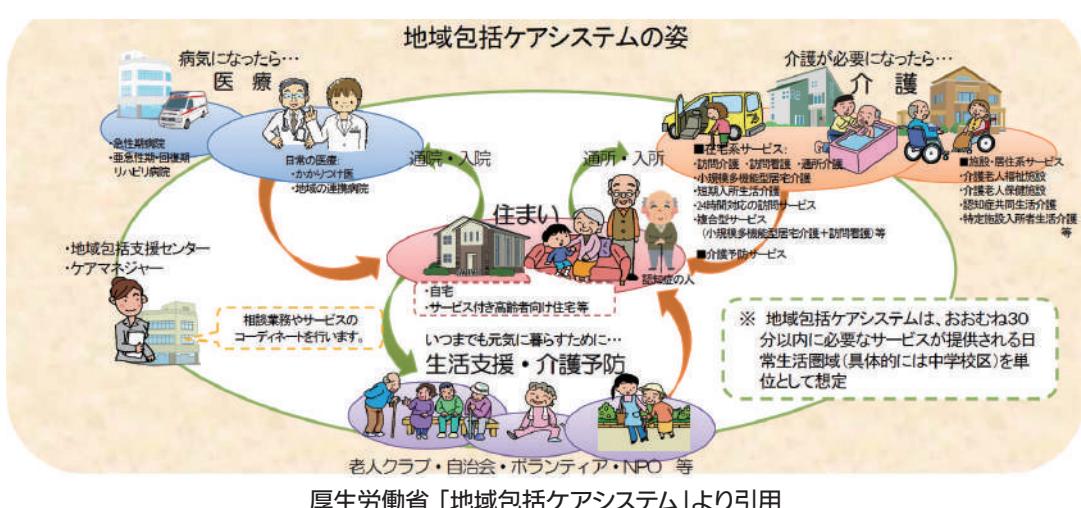
ついて語られることが多いのですが、「この概念は高齢者のみを対象とするものではなく、障がい者や在宅養護を必要とする成人・小児の難病患者なども対象に含まれています。日常生活圏域を単位として、活動と参加について何らかの支援を必要としている人々、例えば児童や幼児、虚弱ないし要介護の高齢者や認知症の人、障がい者、その家族、その他理由で疎外されている人などが、望むなら住み慣れた圏域のすみかにおいて、必要なさまざまの支援(一時的な入院や入所を含む)を得つつ、できる限り自立し、安心して最期の時まで暮らし続けられる多世代共生の取り組みを「地域包括ケア」といい、その仕組みが「地域包括ケアシステム」です。

地域包括ケアの実践には、医療、介護、福祉、保健の連携が重要です。その様な地域包括ケアを支えるための病床を地域包括ケア病床といいます。大東よつば病院は、43床の一病棟からなる病院ですが、すべてが地域包括ケア病床です。また、通所リハビリテーション施設のみの木、訪問リハビリテーション事業所を併設しており、大分市大東地区唯一の地域包括ケア病院です。

地域包括ケア病棟には、主に①急性期治療を終えた患者さんの受け入れ、②自宅や介護施設等からの緊急時受け入れ、③在宅・生活復

ついて語られることが多いのですが、「この概念は高齢者のみを対象とするものではなく、障がい者や在宅養護を必要とする成人・小児の難病患者なども対象に含まれています。日常生活圏域を単位として、活動と参加について何らかの支援を必要としている人々、例えば児童や幼児、虚弱ないし要介護の高齢者や認知症の人、障がい者、その家族、その他理由で疎外されている人などが、望むなら住み慣れた圏域のすみかにおいて、必要なさまざまの支援(一時的な入院や入所を含む)を得つつ、できる限り自立し、安心して最期の時まで暮らし続けられる多世代共生の取り組みを「地域包括ケア」といい、その仕組みが「地域包括ケアシステム」です。

よつば病院は、同じ建物内の介護老人保健施設やさきぎ苑とともに、地域の中で医療介護連携を推進し、地域包括ケアの中心的な役割を果たせるよう職員一同努力して参ります。



厚生労働省「地域包括ケアシステム」より引用

地域貢献 REGIONALIST a Go-Go で行こう！

S(株)セキ土建

本誌8号で佐賀関製錬所（JX金属製錬株式会社）様をご紹介しました。その工場群から道一つ隔てたところに今回ご紹介するセキ土建様の社屋があります。戦後間もない1948年に佐賀関の地に生まれたこの建設会社は、爾来、製錬所と「佐賀関の町」に軸足をおきながら総合建設業として歩を進め、来年には創立75年の節目を迎えます。創立から現在に至るまでの歴史、製錬所や佐賀関の町への想いを語っていただきました。



代表取締役社長 嵯峨 雄二 様

今も応接室に並ぶ風格ある8つの椅子には、かつて創業者たちが座っておられたそうです。



関愛会の施設にも同社施工によるものがあります。

ー 設立の経緯はどのようなものだったのですか。

一九四八（昭和二三）年、製錬所の指導のもと、仕事は会社組織でということで、それまで、町内や製錬所で仕事を請け負っていた一人親方（大工・土工等）8人が集まって佐賀関土建（株）として4月に発足したのが設立のきっかけです。

※ 昭和五九年八月一日に（株）セキ土建に社名変更
ー 設立後の「苦労や会社の成長についてお聞かせ下さい。

苦しかったのは…先代（社長）の頃の話ですが…

一九七三年（昭和四八年）のオイルショックの頃。仕事が少なかつたようです。ところがその時期に、農協の

一尺屋みかん選果場と旭メディカル大分工場設立時の第1期工事を、それぞれ特命で受注させていただき、それで助かりました。以降町内の学校等の公共施設も建設することができます。二〇〇五年（平成二七年）の市町村合併で佐賀関町が大分市に編入されたのですが、これまで同様に地域への貢献をこころがけ現在に至っています。

ー 地域の中核企業である製錬所にその出自をもうつというのも御社の特徴だと思います。

仕事の多くは製錬所関連の工事で、それは設立当時から変わりません。製錬所は操業優先となるので、操業と並行しながら工事を進めることができます。製錬所の中でしか生じないような特殊な環境に対応しながらも何とか工夫してやっていく、それが社員のモチベーションに繋がっているのだと思

います。難しい案件に対し「それはできん」という社員はいませんので私共は安心しているし、そういう難しい仕事を仕上げていくというのが私共の誇りでもあります。

ー 最後に「地域への想い」をお聞かせ下さい。

受注産業である建設業では常に各現場の特殊事情と向き合う。それは時に請負業者にとっての障壁となるが、逆に発注者の要請を満足する技術的ノウハウを獲得し、成長する機会にもなる。そのような機会に多く恵まれ、取引先との信頼関係を醸成してきたこともこの企業にとっては幸運だったのではないだろうか。

全国展開を図るゼネコンに対し、地元密着型の建設業者を「地場」「ソ」と呼ぶことがある。地域貢献を通じた地元企業や住民とのネットワークを活かす営業スタイルがその基本であり、株式会社セキ土建の経営戦略もまたそこにあります。「セキの町」への想いに裏打ちされた地場「ソ」としてのプライドと自信を聞かせていただいた。（記者）

あ の 曜 より

今 は 若 い か ら

— 医師の生活、いまむかし —

渡辺英宣先生が綴る回顧録的隨想

其ノ式「渋谷病院の夜」

渋谷駅から徒歩5分のところに病院がある。夕方6時『救急治療の実際』などの本を持って当直室に入る。白衣に着替えて看護婦詰所に顔を出す。

今から50年程以上前、『所得倍増論』、『マイカーブーム』などの言葉が生まれた時代である。医師免許は手にしたが研修医として働く大学病院での月給は2万円と少ない。不足分を補うため夜間の当直に出向く。

夜の7時～8時はおだやかである。時々小児の肘関節脱臼(肘内障)が来院する。不安そうな若い母親と腕を動かさずに今にも泣きだしそうな子供。やさしく声をかけて、エイ！と整復してあげる。すっかり元通りになつて親子ともども満面の笑顔で帰つて行く。

10時をすぎると左の小指を血のにじんだガーゼでくるみ、痛そうな顔をした若い男性が数人の人相のよくない男たちに付き添われてやつて来る。どうしたのかと聞く。必ず、料理中に包丁をすべらせたと答える。なんと左手の小指が2cmほど短くなっている。切れ端を持つて来る事もよくある。あきらかに『指をつめた』のである。

ヤクザの世界で、不始末をしでかした組員がおわびのしるしに左の小指を自ら切り落とす『指つめ』だ。局所麻酔の『伝達麻酔』を行つて、断端形成を行う。白い骨が露出している場合は骨切り術も同時に行う。ちなみに



My Back Pages

に、切断された小指の末端は残念ながら、縫合することは不可能である。

夜も深まつて日付の変わることになると、救急車で昏睡状態の若い女性が運ばれてくる。睡眠薬による自殺未遂の患者である。そのほとんどがバーやクラブで働いている若い女性なのである。従業員である彼女が夜おそくなつても出勤して来ないのでママさんが心配して救急隊に連絡する。隊員が彼女のアパートを訪ね、そして昏睡状態で発見される。

空になつた睡眠薬のビンが枕元に転がつている事が多く、ただちに渋谷病院へ運ばれる。呼吸は浅く心音も弱い。ただちに大量の水による胃洗浄をくり返し行う。胃内に残る睡眠薬を体外に排出するためである。次いで点滴を開始する。アンチバルビタール(抗睡眠薬剤)も同時に静脈内注射をする。酸素吸入を行い入院させる。数日で回復、退院となるのがお決まりのコースである。

夜の勤務でいつも一緒に働く若い気だての良い看護婦さんがいた。

彼女の生まれは福岡県だといふ。よもやま話をしているうちに

先生って、



好きなものあるの？



渡辺 英宣 (医師)

大分県 豊後高田市出身
東京医科歯科大学医学部卒業後、
大分県内の病院・保健所長を歴任。

趣味
囲碁、ゴルフ、フグ料理

理学療法士レスラーの誕生

関愛会では謎の覆面レスラーが職員として働いています。
彼の名はxxxx（フォーエックス）。
リングに地域に、八面六臂の大活躍の理学療法士です。
(仕事中は覆面してません^~;)



その後デビューした団体を退団し、私を含む4人の選手で現在のプロレスリングFTOを立ち上げました。

「大分県活性化計画」を掲げ、プロレスを通じて大分を元気に！と積極的に地域のイベントで活動してきました。関愛会の法人理念に「地域貢献」がありますが、プロレス活動と法人の考え方が似ているなと感じていました。

大学卒業後は福岡で就職しましたが、「理学療法士になりたい！」との思いから大分に戻って専門学校に通いました。その頃は少しプロレスから離れていましたが、何と、大分にプロレス団体があることを知り、どうしてもプロレスがしたくなつて入門・デビューしたのがきっかけです。

リハビリってプロレスと似てない？



先代上田馬之助さんの名言に、「プロレスの敵は目の前にいる敵ではなくお客様だ！」という言葉があります。プロレスには強さも大事ですが、いかにお客さんを楽しませるか？ということがその真相にあります。リハビリで足が動くようになつたり、歩けるようになることも大事ですが、病気や怪我で生きる樂

しみを失くした方々に、いかにリハビリーションを通じて楽しんでもらうかを大切にしています。「心が動けば身体が動く」という言葉の通り、患者さんの心が踊るような関わり方をすることで、より効果的な質の高いリハビリーションが行え、身体機能も変わってくると思っています。

痛いけど…仕事なのよね

大変だったのは大阪で試合をして試合中に肩が抜けてしまい、大分に帰る車中、振動だけでも肩がうずいた時ですね。大分に戻り、そんなに休みがとれる状況でもなかつたので、そのまま朝から勤務。とりあえず肩が抜けて定まらないので、テーピングで肩を固めてリハビリの仕事をしましたが、何やら肩から汗がポタポタ…よく見るとテープで皮膚が負け、浸出液がタラタラと垂れているのでした。試合で蹴られて肋骨が折れている状況で、翌日からバストバンドを巻いて仕事をしていた時期もありましたかね～(笑)。

1たす1は2じゃないぞ！



故アントニオ猪木さんの「迷わず行けよ！行けばわかるさ！」故橋本真也さんの「破壊なくして創造なし」という言葉が、理学療法士としての自分のバイブルになっています。固定概念にとらわれず、新しい発想を大事にし、まずはやつてみて、ダメなら修正すればいいじゃないかという前向きな気持ちを大切にしています。

また、SNSでリハビリの活動を発信してきたことで、同じ志を持つ仲間ができました。プロレスのタッグマッチのように $1+1=2$ が 3 にも 4 になるタッグパートナーが増えつあります。地域を元気にする方法がプロレスだけではなく、理学療法士としてという場面も多くなってきました。これからもプロレスマインドを大事にして活動していきます！

一地域の暮らしを支え続ける 関愛会運営施設

機能強化型
在宅療養支援病院
佐賀関病院



〒879-2201 大分市大字佐賀関 750-88
tel.097-575-1172

診療科：内科・循環器内科・呼吸器内科・
消化器内科・小児科・整形外科・外科・
リハビリテーション科・眼科・歯科・
耳鼻いんこう科

入院病床：68 床

- 大分県へき地医療拠点病院
- 日本静脈経腸栄養学会NST稼働施設認定病院
- 大分DMAT指定医療機関

機能強化型
在宅療養支援病院
坂ノ市病院



〒879-0307 大分市坂ノ市中央 1-269
tel.097-574-7722

診療科：内科・消化器内科・小児科・
リハビリテーション科

入院病床：36 床

- 在宅医療連携センター
- 坂ノ市リハビリテーションセンターもみの木
- 坂ノ市病院訪問リハビリテーション事業所
- 坂ノ市メディカルフィットネスジムABIES
- 医療型特定短期入所きらりん

機能強化型
在宅療養支援病院 介護老人保健施設
大東よつば病院 / やすらぎ苑



〒870-0125 大分市大字松岡 1946 番地
tel.097-520-3555 (大東よつば病院)
tel.097-520-3535 (やすらぎ苑)

診療科：内科・循環器内科・呼吸器内科・
リハビリテーション科

入院病床：43 床 (大東よつば病院)
入所定員：50 名 (やすらぎ苑)

- 大東リハビリテーションセンターもみの木
- 大東よつば病院訪問リハビリテーション事業所
- 在宅ケアサポートやすらぎ(居宅介護支援)

〒879-7761 大分市中戸次 4575-1 tel. 097-535-7053



高齢者介護施設
ひまわり

〒879-2201 大分市大字佐賀関 880-1
tel. 097-524-4141

- 佐賀関デイケアひまわり
- ヘルパーステーションひまわり
- ケアセンターひまわり (居宅介護支援)



有料老人ホーム
海風

入所定員：37 名
〒879-2201 大分市大字佐賀関 792-1
tel. 097-575-4800

- デイサービス海風 定員 45 名



機能強化型在宅療養支援診療所
王子クリニック

診療科：内科・消化器内科・心療内科
〒870-0009 大分市王子町 1-11
tel. 097-536-6633



機能強化型在宅療養支援診療所
よつばファミリークリニック

診療科：内科・小児科
〒870-0126 大分市大字横尾 1859
tel. 097-520-8686



機能強化型在宅療養支援診療所
こうざきクリニック

診療科：内科
〒879-2111 大分市大字本神崎 251-8
tel. 097-576-1782

- こうざきデイケア・リハビリテーションセンター もみの木
- こうざきクリニック訪問リハビリテーション事業所



在宅療養支援診療所
三重東クリニック

診療科：内科・小児科・循環器内科
〒879-7104 豊後大野市三重町小坂 4109-61
tel. 0974-22-6333

- 介護サポートセンター三つ葉 (居宅介護支援)



有料老人ホーム
ひかり
ナーシングホーム輝

入所定員：21 名
〒879-2111 大分市大字本神崎 256-4
tel. 097-578-8133



清川診療所

診療科：内科
〒879-6903 豊後大野市清川町砂田 1877-3
tel. 0974-35-3561



訪問看護ステーション
いろは

〒870-0307 大分市坂ノ市中央 3-14-33-1
tel. 097-535-7577



機能強化型在宅療養支援診療所
江別訪問診療所

診療科：内科
〒067-0064 北海道江別市上江別 476-4
tel. 011-375-9470

- かかりつけ訪問看護ちいきの森
- ヘルパーステーションちいきの森
- ケアプランセンターちいきの森



居宅介護支援事業所
ケアセンター坂ノ市ひまわり

〒870-0307 大分市坂ノ市中央 3-18-9-1
tel. 097-585-5818



北区王子クリニック

診療科：内科・循環器内科・禁煙外来
〒114-0002 東京都北区王子 2-17-5
tel. 03-3913-8725



<https://sekiaikai.jp>

