

敬和会と地域をつなぐ広報誌【リンク】

# Link

vol.01 創刊 / 秋号

take free

ご自由にお持ち帰りください



特集

敬和会の挑戦

地域を支える2本の柱





和会の職員の日々の活動の中にどのように生かされているかをご理解いただくことです。

そして、その広報の役割は、持続的かつ長期的な観点から、敬和会と地域社会との間に公的な信頼関係を築いていくことにあると思います。

新しい広報誌のタイトルは「Link」です。この「Link」には、地域社会とのつながりをさらに深めたいという願いが込められています。また、これからさらにきめの細かい、地道な広報活動を継続することで、「敬和会ヘルスケアリンク」の活動に対するご理解と共感を得られるように、地域社会との双方向コミュニケーションを深めてまいりたいと存じます。

この新しい冊子を手にした患者さんや地域の方々が、敬和会職員の活動に対し信頼を寄せていただき、今後とも末永く、私たちの公益法人としての活動に対しご支援いただくことが、私たち職員の望みです。

職員一人一人の日々の活動を、そして敬和会全体の活動をお伝えすることで、この新しい広報誌が新たな懸け橋となることを期待しています。末永くご愛読いただきますようお願い申し上げます。



# 創刊 新広報誌 Link

このたび、2007年より発行してまいりました、大分岡病院の院外向け広報誌「おかのかお」に変わり、新たに法人広報誌を発行する運びとなりました。

敬和会の法人広報のビジョンは、社会医療法人敬和会の理念である、「敬和」に基づくものであるべきと考えています。すなわち、医療・介護・福祉を担う者として、何よりも命を尊重すること、そして、地域社会の中でもともに生きしていくという思いが、敬

社会医療法人敬和会  
理事長 岡 敬二



# 敬和会ヘルスケアリンク

## 地域を支える2本の柱 敬和会の挑戦 | 特集

敬和会は、大分岡病院、大分東部病院、大分豊寿苑、在宅支援クリニックすばるの4施設が連携して、高度な急性期医療から回復期、生活期、在宅までの切れ目のない、質の高い医療介護サービスを提供しています。このような地域包括的な医療介護提供体制を、私は「敬和会ヘルスケアリンク」と呼んでいます。

この「敬和会ヘルスケアリンク」を軸として、敬和会と地域の病院、診療所、介護福祉施設とが互いに連携（リンク）し合うことで、地域住民が安心して暮らせるサービスの提供、そして、大分の医療介護基盤をより強固なものにすることができると考えています。

ます。



## おおいた先端 リハビリテーション・ ケアクラスター～大分創世構想～

森 照明  
敬和会統括院長

日本は2025年には未曾有の少子超高齢社会を迎えます。

このたび私たちは地域包括ケアシステムの早期完遂とリハビリテーション・ケアの研究開発を主目的として、日本初の「おおいた先端リハビリテーション・ケアクラスター」構想を企画しました。

クラスターとは「集合体、房」を意味し、全く新しい発想でリハビリ・ケアを中核に産・学・官・民協働体を構築し、医療・介護・福祉・在宅連携をシームレス、総合的に進めます。高齢者の尊厳ある自立に向けて、在宅支援と予防・健康医学も同時に充実させ、その質の向上・維持のため、より高い技術と機器開発の研究開発を目指します。

クラスターは3つの創造（拠点づくり、人づくり、ものづくり）から成り、さらに5つのプロジェクト（在宅リハビリテーション・ケア、人材養成、情報ネット、臨床研究、国際交流）で構成されています。

大分にこの拠点ができることで、新しくアジアとの交流がさらに発展し、地域創性、活性化、雇用促進にもつながると考えています。

現在、構想案ができたばかりで、これから行政や各関係団体・病院・施設等と相談しながら、地域と住民に貢献したいと考えています。皆様の温かいご協力、ご指導をお願いします。



大分東部病院は2006年に敬和会の仲間入りをしました。

近年の少子高齢社会に対応するための医療システムである地域包括ケアシステム構想が政府から提言され、敬和会においても「敬和会ヘルスケアリンク」という急性期から回復期、生活期まで、患者さんを中心とした、切れ目のない充実した医療サービス

## 回復期病院として 地域とリンクする

院長  
山口 豊

を提供するための体制が整えられました。それまで当院は、産婦人科、消化器科、整形外科、総合診療科、健診部門を受け持つ、近隣にお住まいの方々が受診やすい小規模の一般病院でした。が、「敬和会ヘルスケアリンク」における回復期病院として、昨年4月から回復期リハビリテーション病棟を開設し、急性期治療を終えてリハビリテーション治療を必要とする患者さんの受け入れを始めました。この1年間でたくさんの患者さんを各急性期病院からご紹介いただきま

した。患者さんの多くはこの大分市東部地区にお住まいの方々ですが、その他にも大分県全域や他県からもご紹介をいただき、当院での治療を受けられています。また当院には、回復期リハビリテーション病棟の他にがんの早期発見、生活習慣病の予防を目的とした健診センターがあります。ウォーキングは、全身の筋肉を使用するので、準備体操は不可欠です。準備体操は筋肉の柔軟性を高め、体を温めることで、運動効果を上げるばかりでなく、けがの防止にもつながるといわれています。

暑さも和らぎ、ウォーキングなど運動をするにはいい季節になってきました。

しかし、突然運動を始めると、膝、足首、腰などを痛めるといったトラブルが起きる場合があります。そこで、大分東部病院のリハビリスタッフがウォーキング前の準備体操の目的と方法を紹介します。

ウォーキングは、全身の筋肉を使用するので、準備体操は不可欠です。準備体操は筋肉の柔軟性を高め、体を温めることで、運動効果を上げるばかりでなく、けがの防止にもつながるといわれています。

また、筋肉を伸ばす際には、筋肉に充分な酸素が行き渡るよう、ゆっくり深呼吸を行なながら実施しましょう。

2

### 内もも、背筋伸ばし

大きく足を広げ、腰を落とします。ひざをなるべく外側に向かって、右肩をゆっくり前に出します。ひざを広げるように押し、背中を伸ばします。左右交互に行います。



### 背伸び

かかとを地面につけたまま、手の指を組んでゆっくりと背伸びをします。まっすぐ前を向いて気持ちよく体を10秒間伸ばしたら、ゆっくり戻しましょう。

3

### アキレス腱伸ばし

右足を前に踏み出し、両手を右ひざに置いて体重を乗せます。後ろ足のかかとを地面につけ、アキレス腱を伸ばします。両足の先は正面に向けましょう。左右交互に行います。



## Let's ウォーミングアップ

ちょっと  
リフレッシュ

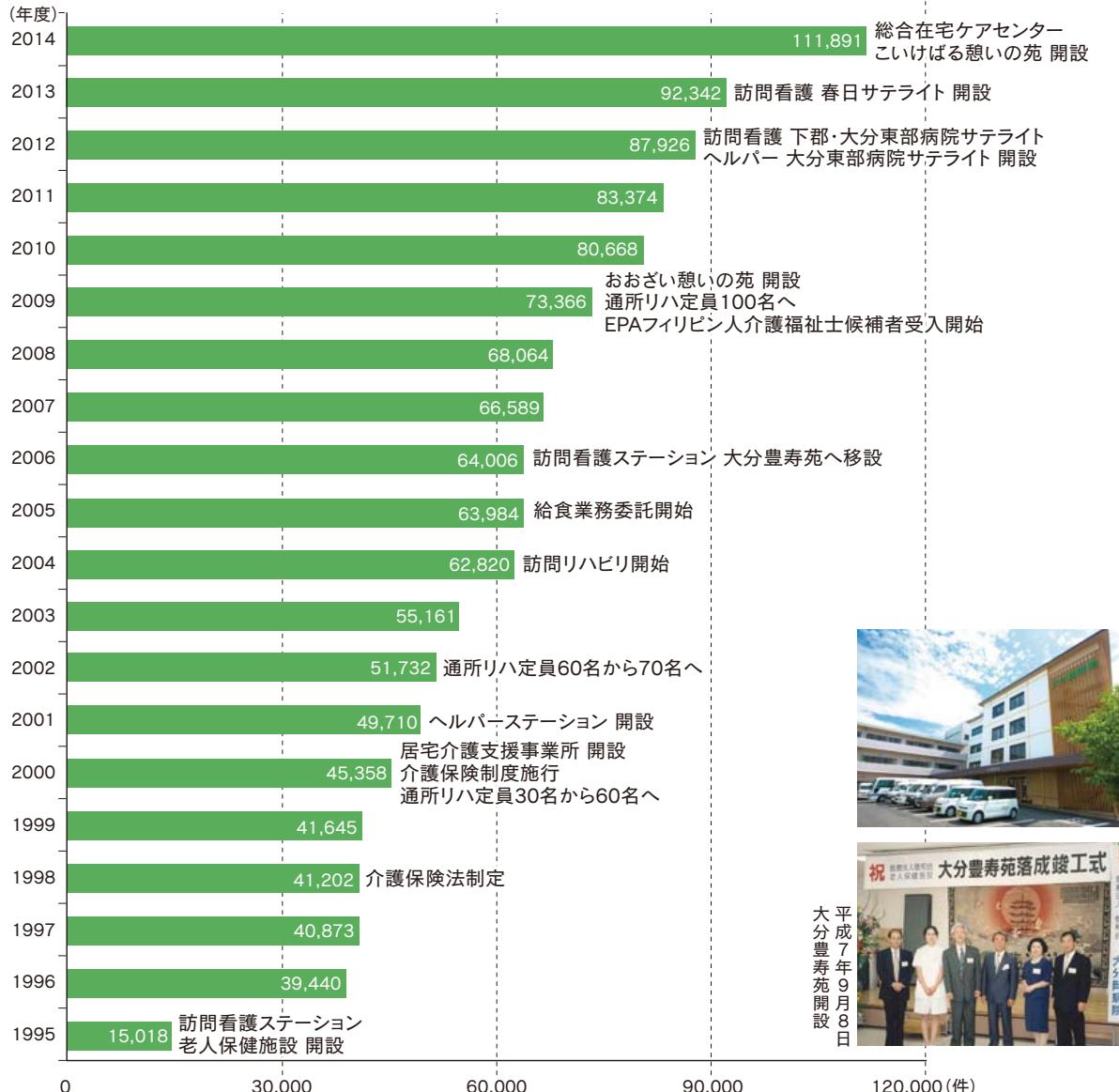


大分東部病院  
リハビリテーション部  
理学療法士  
渡邊 裕也さん



# 地域とともに20年 そして次の10年へ

ますます広がる地域と大分豊寿苑の輪(リンク) 大分豊寿苑が20年間で提供したサービスの総計です。



大分豊寿苑開設



平成7年9月8日

1995年は、1月に阪神淡路大震災が起り、災害復興とボランティアの活躍に注目が集まつた年でした。そんな中「いつも元気になる施設、高齢者が自分らしく楽しみを見つけられる施設をつくりようと取り組んでまいりました。

2015年9月、開設から20年を迎えた今、団塊の世代が75歳を迎え、要介護者が激増するといわれる「2025年問題」が10年後に迫っています。深刻な

問題を抱える時代に、地域の介護・福祉の要となることが私たちの使命です。  
現在、地域の方が住み慣れた自宅や地域で生活を送ることができるよう、多くの方に在宅へ復帰していただくための支援を進めています。その一步として2014年4月に、地域の方の在宅生活を支える拠点「総合在宅ケアセンター」をオープンしました。これからも活気にあふれた、地域と共に歩む大分豊寿苑であります。

施設長  
岸川 正純



大分豊寿苑は、敬和会の老人保健の担い手として1995年にその歴史をスタートさせました。

まだ、介護保険が始まる前の1995年6月に「大分豊寿苑訪問看護ステーション」を大分岡病院の1階に開設し、その後9月に「老人保健施設 大分豊寿苑」を開設しました。

敬和会の  
グループホーム



おおざい憩いの苑

敬和会が有する二つのグループホーム。入居される認知症の皆さんに「おもいやり」「まごころ」「やしさ」を込めて介護を提供しています。

『おおざい憩いの苑』は、緑に囲まれた静かな環境で、鳥のさえずりや虫の声を聞き、うつりゆく四季を肌で感じ、ゆったりとした時間を過ごせます。

『こいけばる憩いの苑』は、在宅支援クリニックすばると隣接しており、24時間スムーズな医療連携体制で安心な暮らしを支えています。



こいけばる憩いの苑



訪問診療の様子

じて、定期的な訪問や急変時の往診など柔軟に対応していますので、在宅診療をご検討の際は、すばるを思い出してください。

敬和会が取り組むヘルスケアリンクの在宅部門を支えるべく、さらに日々精進していきます。自宅療養をされている地域の患者さんのもとへ医師が直接駆けつけます。疾患や容態に応

じるには、「統ばる、一つになる」という意味が込められています。我々は、すばるへの思いを込めて、患者さんの癒しの場となり、家庭と診療所、病院、介護施設との連携を始め、患者さん、家族、介護・医療関係者との密な連携をつくっていきます。

在宅支援クリニックすばるは、2014年10月1日に大分市小池原地区に開設しました。在宅支援を標榜し、2025年問題に対する在宅診療の受け皿として訪問診療・往診に取り組んでいます。

すばるには、「統ばる、一つになる」という意味が込められています。我々は、すばるへの思いを込めて、患者さんの癒しの場となり、家庭と診療所、病院、介護施設との連携を始め、患者さん、家族、介護・医療関係者との密な連携をつくっていきます。

院長  
姫野 浩毅

地域と一つになる  
細やかな支援で  
患者さんに安心な暮らしを



常備して便利  
クルミ味噌

とつておき  
レシピ

味噌とクルミを基本にネギやにんにく、生姜などの香味野菜を加えた濃厚なクルミ味噌。ソースや和え衣、麻婆豆腐や鯖の味噌煮なども簡単に作れ、おにぎりの具にもぴったりです。常備するととても役立ちます。



管理栄養士  
高浪久美さん

【材 料】できあがり 300g

白ネギ1本(100g)	酒	大さじ3
にんにく 10g	濃口醤油	大さじ3
生姜 25g	水	大さじ2
ごま油 大さじ2	クルミ 50g	
砂糖 大さじ3	※フライパンで香ばしい香りがするまで炒める。	
豆板醤 小さじ1		
味噌 大さじ6		



【クルミ】植物性脂質を多く含み、コレステロール値を下げる、血管を柔軟にする、血液の流れを良くする、心疾患のリスクを下げるなどの効能があると言われています。なかでも、クルミに多く含まれるオメガ3脂肪酸は、血中LDL(悪玉)コレステロールを低下させ、HDL(善玉)コレステロールを維持または上昇させるとと言われています。

敬和会管理栄養士の



あなたのことをもっと知りたい。敬和会で働く輝く人にインタビュー!



地域の方が  
集まる場所へ

小規模多機能型居宅介護事業所  
陽だまりの郷みなはる  
介護支援専門員  
相良円香さん

私は小規模多機能型介護のケアマネージャー（介護支援専門員）として、利用者の多様なニーズに応じて、利用者のプランを作り、入浴や料理などの動作が一人でできるように「通い」のプランを作り、入浴や料理などの動作が一人でできるように「訪問」というプランに切り替え、スタッフが自宅を訪問して生活をサポートしていきます。そうなれば家族の介護負担も軽くなります。自分のつくるプランに沿って、スタッフが利用者のために一生懸命になっている姿を目にしたとき、そのスタッフから「仕事が楽しい！」という言葉を聞いたとき、私も負けられないとする気が湧いてきます。また、スタッフの仕事ぶりを利用者や家族に褒められるとともに励みになります。

地域の人が困ったとき気軽に相談に立ち寄れる場所、地域に根ざした事業所にしていくことが私の今後の夢です。



オープンから2年。いまだに行列のできる人気の「Hasama House (ハサマハウス)」のオーナーシェフにお話を伺いました。



オーナーシェフ  
挾間 一雄さん

大阪の調理師学校卒業。その後東京・フランスなどで修業。38歳で別府の大分香りの森博物館のカフェ サ・サンボン開業、2013年「Hasama House」をオープンさせる。



「お店のコンセプトは? あえて看板は小さく、住宅街の一軒家のような店舗にしています。お客さんに期待をもつて足を運んでもらいたくて、中心街から少し離れた大在にお店を構えました。

木のぬくもりや間接照明、こだわりの家具や食器など、試行錯誤を重ね **Hasama House** オリジナルをそろえています。

——メニューについて  
教えてください。

ランチもディナーも和食と洋食の2コースです。玉手箱のような器に入った10種類の前菜、オリジナリサラダ、季節の一皿など、量も種類も盛りだくさんのコースメニューです。シーズンごとに内容を変え、リピーターの方にも毎回楽しんでいただけ

—今後の目標を  
教えてください。

食事を提供するだけではなく、食を通してお客様に喜んでいただけるイベントや企画を考えています。新しい企画を考案し続けるのは非常に大変ですが、お客様の期待に応えるためにチャレンジします。

11月末には昨年好評だったプレミアムボックス(おせち)の予約を開始します。**Hasama House**オリジナルの折箱に入った遊び心を盛り込んだおせちを考案中です。どうぞお楽しみに♪

るよう工夫しています。お客様に「おいしい」と言って、また来てもらえることが本当にうれしいです。



**Hasama House**  
大分市大在北2-1-1 Tel097-529-7889  
営業時間 ランチ:11:30~14:30  
デイナー:17:30~20:30  
定休日 毎週火曜・第一月曜



# ON TIME 私の OFF TIME

## 頼れる地域のドクターの意外な一面!



2015年、長崎西海トライアスロン大会に出場

明野循環器内科クリニック  
〒870-0161 大分市明野東二丁目33番11号  
TEL 097-576-7111  
診療科目 循環器科、内科、心臓リハビリテーション  
診療時間 8:30~12:30、14:00~18:00  
月曜~土曜  
(木曜午後は訪問診療のため一般外来は休診)  
休 診 日 土曜日の午後、日曜日、祝日

# 疲れたときこそ走る！

ここ10年、休日を含め平日の仕事帰りのほとんどを運動に充てる日々を送っています。

この話をするといつも「なんでそんなきついことするの?」と聞かれます。子どもが小さい時は妻からの賛同も得られないまま続けてきました。

「運動した後のビールがうまいから」「やせてサイズの心配なく服を選べる」などいろいろプラスな理由はありますが、一番の理由は精神的な疲れをほぐすことです。仕事終わりに疲れたと思つても運動をすると不思議と疲れがとれることがあります。

疲れているときの8割以上は精神的な疲れなのかもしれません。精神的疲れはいくら安静にしても解消できるものではないようです。専門用語で認知行動療法といい、心配ごと以外のことに集中することにより、悩みごとをくよくよ考えずストレスの解消になると言われています。仕事などたまつた疲れがなかなかとれない方は、運動を始めみてはいかがでしょうか？ ゆっくりとしたジョギングでも運動すると食事が美味しくいただけますよ！

## 本場鶴崎踊大会で 華麗な舞を披露！

8月23日(日)、450年以上の歴史と伝統を持つ、国の「選択無形民族文化財」本場鶴崎踊大会に出場しました。今年は法人内有志で「鶴崎踊り愛好会(総勢23名)」を編成し、地域の皆様と一つの輪になつて楽しく踊りました。



## リレー・フォー・ライフ・ ジャパン2015大分で がんと向き合おう。

「がん制圧」への願いや「がん」に対する理解と絆を深めあうチャリティーアイベントです。「がんは

い」「がん患者は24時間がんと闘っている」というメッセージを掲げ、参加者がリレー方式で24時間歩きながら寄付を募り、チームでタスキを繋ぎます。

【日時】平成27年

10月10日(土)～11日(日)

【場所】大分スポーツ公園

大芝生広場



## 「第4回ハートアタック (心臓発作)救命教室」を開催!!

冬場に多発する心臓発作。家族や目の前にいる方が心臓発作を起こしたとき、迷わず行動できるよう救命処置法やAEDの使用方法を学びましょう。

【定員】60名 参加費無料  
(定員になり次第受付終了)  
事前申込みが必要です。  
付窓口にてお申し込みください。

TEL 097-522-3131(代)  
(午前8時30分～午後5時30分)

大分岡病院 医療福祉支援部(岡田)



【日時】平成28年1月16日(土)  
午後1時30分～3時30分

【場所】コンパルホール  
3階多目的室

【定員】60名 参加費無料

（午後1時開場）

## 社会医療法人敬和会



大分岡病院  
大分岡病院 検索

〒870-0192 大分県大分市西鶴崎3-7-11  
TEL.097-522-3131(代)  
TEL.097-503-5033(コールセンター)  
FAX.097-503-6606  
<http://www.oka-hp.com>



大分東部病院  
大分東部病院 検索

〒870-0261 大分県大分市志村字谷ヶ迫765番地  
TEL.097-503-5000(代) FAX.097-503-5888  
健診センター TEL.097-503-5918  
<http://www.oitatohbu-hp.net/>



介護老人保健施設  
大分豊寿苑  
大分豊寿苑 検索

〒870-0131 大分県大分市皆春1521番地の1  
TEL.097-521-0110 FAX.097-521-1247  
<http://www.hoyuen.jp/>



在宅支援クリニック  
すばる  
敬和会すばる 検索

〒870-0147 大分県大分市小池原1021  
TEL.097-551-1767 FAX.097-551-1722  
<http://www.zaitaku-subaru.com/>

