

# CareCure

豊資会

ご自由にお持ち帰りください

ケアキュアとは？  
care(介護)とcure(医療)を組合わせた造語です。医療と介護で地域を支えたいという願いを込めて。

## 特集 場所を選ばず、簡単リフレッシュ！ 肩こり解消の鍵は肩甲骨にあり！



医療

医療  
介護

尿管腫瘍について

教えてドクター！

地域交流 実績報告

地域の皆様と豊資会、一年間の交流記録

おかげさまで

37周年

迅速、正確、気配り。

豊資会

### ■ケアハウスどんぐり

気持ちよく晴れた空のもと、新緑を感じながら童心に返ってシャボン玉に挑戦していただきました。徐々に息の吹き加減に慣れ、大きなシャボン玉が出来た瞬間です。大きな歓声が上がリ、温かな楽しい時間を過ごしました。

設立当時の思い出

豊資会グループ 代表  
医療法人豊資会

理事長

かの もとのり  
加野 資典



社会福祉法人豊資会でハイマート花梨を開設して2年半後の平成17年11月にハイマートどんぐりの森を開設しました。古賀市グリーンパーク内の複合介護施設の公募で選定を受けた時は、親や将来の自分たちが入ってもいいと思える施設を作るのだと意気込んで建築に取りかかりました。

一階の基礎部分が出来上がった時点で、建築会社から地盤の強度を再計測した方がよいのではというアドバイスを受けました。完成時期の遅れや追加費用など困難は山積していましたが、17年2月に決断し一旦建築を中断しました。そして3月20日に西方沖地震が発生しました。そのまま工事を続けていたらと思うと

ぞっとします。それまでのベタ基礎を撤去し100本近い基礎杭を打つたので思わぬ経費が掛かりましたが、どうにか11月末には完成することができました。その時は暗澹たる気持ちで思わず天を仰ぎたくなりましたが、今となっては少々の地震には耐えうる建物になったのではと、災い転じて福と思えるようになりました。

建築後のケアハウスやグループホームへはいろいろなご縁での知り合いの家族も入居され、直に満室になりました。当初は社会福祉法人の理事長とショートステイの嘱託医も兼ねていましたので入居者の医療面でのサポートもしていましたが、訪問診療の制度ができ、現在は私自身が診療に関わることは少なくなりました。

開設12年目を迎えようとしているケアハウスですが、入居者の高齢化、重度化が進み、入居者35名のうち90歳を超す方が25名で、100歳以上が3名に成っています。12年間に19名の看取りを行い、思い出の人が去った寂しさを感じることもあります。もちろんグループホームも高齢化、重度化が進んでいます。若年性認知症の方の受け入れもしています。

いずれも終の棲家として職員は入居者が最後までその人らしく生き生きと暮らしていただきたいと努力しています。

緩和ケアについて

医療法人豊資会 加野病院

院長

おんづか まさこ  
恩塚 雅子



加野病院では、4月から外来が予約制となりました。多くの患者様に来院いただいた際に、待ち時間が長くなることや、私どもの対応が行き届かない事態が生じるため、少しでも患者様への心配りが丁寧に行けるようにとの気持ちから導入に踏み切りました。ご迷惑をおかけしている部分もあるかもしれませんが、ご協力をお願いいたします。

予約制にした際に、予約日以外に受診しづらいと思われる方もおられるようです。予約日以外を受診ができないということではございませんので、調子が悪い際やご都合が悪い際は、遠慮なくお申し出ください。

また、女性専門泌尿器外来を開設いたしました。女性特有の骨盤臓器脱や腹圧性尿失禁などの疾患についての診察を行っています。このような疾患は癌のような命にかかわる病気ではありませんが、生活するうえではやっかいな病気です。また、治療が多岐にわたっており、どの治療が一番良いかは、治療内容をご理解いただいた上で、相談し決めていく必要があります。時間をとってゆっくりご相談できるように予約制となっております。

医療法人豊資会 加野病院

泌尿器科（人工透析）・内科  
麻酔科・リハビリテーション

電話 092・962・2111

住所 福岡県糟屋郡新宮町中央駅前  
1丁目2・1

# 場所を選ばず、簡単リフレッシュ！

## 肩こり解消の鍵は肩甲骨にあり！

お仕事や家事の最中に肩の凝りや、張りを感じることはありませんか？平成25年の厚生労働省のデータによると、男性・女性ともに症状別の痛みの訴え第一位は肩こりなのです。

原因はデスクワークやスマートフォン、現代社会において、いかに肩こりに悩む人が多いかということがよく分かります。毎日元気に楽しく過ごすためには、肩こりとは無縁でいたいものです。

そこで今回は疲労が溜まりやすい肩周りをリフレッシュするため、簡単にできて効果の高い体操をご紹介します。どこでもできる、気分転換にもおすすめです。

監修

加野病院リハビリセンター

黒田 遼介・坪島 千裕

**1** 指先を肩につけて、腕を180度に開きます。

この時点で、肩に痛みがある方は無理をして持ち上げないようにしてください。

**2** 肘と肘を胸に近づけます。

呼吸が止まらないように気を付けてください。肩甲骨同士が外側に引き離されるようなイメージでやってみましょう。

**3** 手首が耳に近づくように肘を持ち上げます。

肩甲骨が動いているのを感じてください。余裕があれば、肘で円を描くように肩甲骨を大きく動かしてみましょう。



ポイント



脇が閉じないように、腕と脇腹の角度は90度のイメージで。



イスに座ったままでもできます。



ポイント



肘で円を描くよう肩甲骨を動かす。無理をせず、3回～5回を目安に動かしてみてください。

私たちは普段何気なく身体を動かして生活していますが、様々な要因で姿勢が崩れ、肩を痛める方がいらっしゃいます。今回ご紹介した体操は場所を選ばず簡単にできます。仕事や家事の前後に試して「あれ？いつもと違う！」という感覚を実感してください。

加野病院リハビリセンターでは、リハビリや運動を通じて「来た時よりも元気に帰って頂けるように」ご利用者様と向きあっています。体だけでなく心も元気になってもらえるよう、明るく活気のある職場づくりにも取り組んでいます。

2025年には、超高齢化社会のピークを迎えます。加野病院リハビリセンターは、予防の重要性を推進する中で、要支援者の予防教室等への参加の促進や、要支援からの卒業、要介護者へのリハビリに対応していきます。また、ご家族の介護負担の軽減など必要に応じた提案を行います。

スタッフが一丸となって、多くの方の健康に携わっていきけるよう、地域ナンバー1のリハビリ施設をめざして前進していきます。

加野病院リハビリセンター

福岡県糟屋郡新宮町中央駅前

1丁目2-1

(JR新宮中央駅東口より3分)

092-962-2122

# 地域交流実績

平成28年7月～平成29年6月までの豊資会と地域の皆様との交流実績をご報告します。

地域のボランティアの皆様、楽しい交流をありがとうございました。医療や介護の現場に臨まれた実習生の皆様、今後の活躍をお祈り申し上げます。

おかげさまで年々交流が増え、新しい繋がりが生まれています。こちらに全ての交流を掲載することはできませんが、来期も宜しくお願いたします。

交流団体	人数	内容
<b>デイサービス花梨</b>		
井口バンド 様	17名	バイオリン演奏
博多女子高校 様	10名	ハンドベル
宇美独楽クラブ 様	12名	ハーモニカ演奏
花見こども園 様	10名	お遊戯披露
舞の里おやじバンド 様	5名	楽器演奏・歌
アンダンテ 様	11名	リコーダー演奏
まつぼっくり 様	117名	コーラス・ハンドベル
坂本 様	2名	サクソ演奏
花鶴ヶ丘保育園 様	10名	お遊戯披露
古賀 BG バンド 様	13名	演奏会
花見コーラス 様	1名	コーラス
西鉄バス 様	4名	バーチャル観光
華音 様	10名	和太鼓
花見あおぞら保育園 様		お遊戯披露
花見東 様	16名	コーラス
ひよっこ踊り同好会 様	14名	ひよっこ踊り
古賀北中学校 様	4名	職場体験学習
古賀北中学校 様	5名	福祉交流活動
舞の里小学校 様	60名	福祉交流活動
福岡女学院看護大学 様	37名	老年看護学実習
ミレ・ジョブカレッジ 様	2名	介護実習
<b>余香庵</b>		
GH 花梨運営推進委員 様	1名	紙芝居
古賀北中学校 様	2名	職場体験学習
かちかち会 様	7名	紙芝居
<b>ルーエハイム安心</b>		
古賀北中学校 様	3名	職場体験学習
福岡女学院看護大学 様	6名	聞き書きボランティア
<b>加野病院リハビリセンター</b>		
福岡医健専門学校 様	6名	理学療法臨床実習
倉敷リハビリテーション学院 様	1名	理学療法臨床実習
<b>加野病院 看護部 透析課</b>		
博多高等学校 看護科 様	12名	看護実習
精華女子高等学校看護専攻科 様	6名	看護実習
<b>訪問看護ステーションやまびこ</b>		
福岡女学院大学 様	4名	在宅看護実習
西南女学院大学 様	4名	在宅看護実習
九州大学看護科 様	2名	在宅看護実習

交流団体	人数	内容
<b>ケアハウスどんぐり</b>		
あやすぎ太鼓 様	2名	太鼓演奏
古賀東中学校 様	2名	職場体験
青柳小学校 様	16名	交流（運動）
カモミール 様	5名	オカリナ演奏
ペアボランティア 様	2名	整容・マッサージ・傾聴
個人	1名	洗濯たみ・食器洗いなど
個人	1名	サクソ演奏
福岡女学院看護大学 様	17名	老年看護学実習
<b>グループホームどんぐり</b>		
GH 花梨推進委員 様	1名	紙芝居
ひよっこ愛好会 様	10名	ひよっこ踊り
古賀北中学校 様	2名	職場体験学習
いきいきセンターゆい 様	5名	餅つき・いちご狩り
三日月の会 様	10名	オカリナ演奏
華音 様	7名	和太鼓
<b>デイサービスどんぐり</b>		
井口バンド 様	7名	バイオリン・ギター演奏
重淵 真由美 様	1名	ウクレレ演奏
Halau Hula O Hanaaloha 様	6名	フラダンス
古賀東中学校 様	2名	中学生職業体験学習
箏美会 様	7名	琴演奏
古賀 BG バンド 様	27名	演奏会
瀬崎 博 様	2名	コンサート（歌）
福岡女学院看護大学 様	35名	老年看護学実習
<b>デイサービス新宮中央</b>		
在宅マッサージハピネス 様	6名	マッサージ・ツボ押し講座
しんぐうあおぞら保育園 様	12名	ハロウィン
あおぞら上府保育園 様	12名	交流会・お遊戯披露
花鶴どろんこ保育園 様	10名	交流会・劇披露
傾聴ボランティア	5名	傾聴
福岡女学院看護大学 様	33名	老年看護実習
西南学院大学 様	1名	インターンシップ
近畿大学 様	1名	インターンシップ
<b>ハイマート杏</b>		
河東中学校 様	2名	職場体験学習
池野コミュニティ 様	5名	文化祭参加・出展
岬コミュニティ 様	6名	文化祭参加・出展
玄海東小学校 様	約90名	餅つき・体験学習・交流
<b>グループホーム花梨</b>		
古賀北中学校 様	2名	職場体験学習
GH 花梨運営推進委員 様	1名	紙芝居（季節の歌）

※人数はのべ人数 ※青字は実習受け入れ



## 郊外レクリエーション「飾り山笠」

小規模多機能型居宅介護

余香庵 よこうあん

博多の夏の風物詩「飾り山笠」を、川端商店街まで観に行きました。アーケード街には所狭しと商品が並べてあり、目でショッピングを楽しみながら飾り山の前に到着。見学者用の椅子に座って、その大きさと美しさに、思わず「凄いねえ、立派やねえ。」と感嘆の言葉がこぼれました。

「商店街の中にもう一つ飾り山が有りますけど、行ってみますか？」  
「行こう、行こう。」

ご利用者様も職員も、額に汗を流しながら二つ目の飾り山笠へ移動して、心ゆくまで鑑賞しました。

最後のお楽しみは、知る人ぞ知る、お豆腐屋さんの豆乳ソフトクリーム。さっぱりした甘さが特長です。お店の前の縁台に並んで腰掛け「美味しいね。」と暑さを暫し忘れて、至福のひと時を過ごしました。帰りの車中でもにぎやかに感想を語り合い、大満足の郊外レクリエーションになりました。



## 古賀市職域対抗ソフトボール大会

5月14日に行われた「第34回古賀市職域対抗ソフトボール大会」に豊資会グループも参加しました。古賀市の企業や団体、約30チームがエントリーし、優勝カップ獲得を目指して競い合いました。

今回が初参加となる豊資会チームは、精鋭15人で挑み、強豪古豪を相手に珍プレー好プレーを繰り広げました。1勝1敗で予選敗退という残念な結果でしたが、職員の交流も深まり、とても素晴らしい時間を過ごすことができました。来年こそは優勝カップを持ち帰ろうと、固く誓い合いました。



5月の爽やかな空のもと、古賀市小野野球場で熱戦を繰り広げました。

## 見守り活動で地域貢献「みまもり隊」

デイサービスどんぐり

「気をつけて渡らなよ。」  
「はーい、さようなら。」

デイサービスどんぐりでは今年の5月より地域・社会交流の一環として青柳小学校前の横断歩道にて、下校する子ども達が安全に横断できるように、見守る活動をしています。

子ども達を見守ることから「みまもり隊」と名づけました。ユニフォームを着用し、二十分程の活動ですが、子ども達との交流や「見守る・声を掛ける」という役割がご利用者様にとって大きな喜びとなっているようです。活動の回を重ねる度にご利用者様の表情も変わってきています。地域に貢献できるように、これからもご利用者様と一緒にみまもり隊の活動を続けていきたいと思っています。



# 地域の お医者さん

原外科医院 | 新宮町  
下府



今回は、新宮町下府の原外科医院 原院長先生にお話を伺いました。

——新宮町に開院されて歴史の長い原外科医院さんですが、患者さんも含めて昔と現在で違いはありますか？

父が病気になってから診療所の手伝いで帰ってくるようになりました。当時は、ほとんど患者さんがいない状態が続いていました。父が他界して閉院するのが偲びなく診療所を継ぐことになりましたが、その頃からすると、現在は昔に比べ患者さんの層が広いですね。

——地域医療の将来像はどうお考えでしょうか？

地域包括ケアシステムが必要とされています。一人で医療する時代は終わっています。僕ら開業医一人一人がチーム医療として、そして介護と医療の連携で「新宮町でひとつの病院」として新宮町を支えていくことが大事です。医療従事者の「働き方改革」が必要だと思います。そのためには、もっ

と若い先生たちに開業医になって頂きたいです。そして、地域医療に長く携わっておられる先生方から次世代に継承してほしいです。これからは特養や老健、また地域の病院診療の手伝いなど私たちが世代から団塊世代が長く活躍することが必要だと考えています。

——加野病院に期待したいことはありますか？

新宮町の加野病院として、地域の診療所と会話しやすい病院であって欲しいですね。いざという時の支えになって頂きたいですし、何かあったときは加野病院に行けばなんとかなるといふ病院になって欲しいと思います。

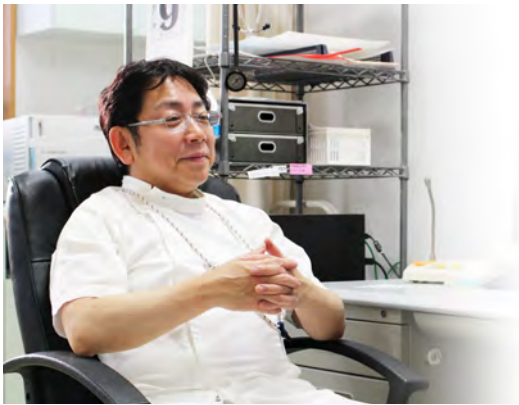
## 原外科医院 有床診療所

外科・消化器科・胃腸内科・肛門外科

診療時間… 平日 9時～18時  
土曜 9時～13時 日・祝日休診

福岡県糟屋郡新宮町下府1丁目3-5

092-962-0704



院長の原速（はらはやし）先生。患者さん思いの優しい先生です。サーフィン・ボディボード・ギターと多彩な趣味をお持ちです。

カラダにおいしい  
かんたんレシピ



ほうしキッチン

## じゃがいものニヨッキ

きのこのクリームソース

ニヨッキは団子状の Pasta の一種で、イタリヤでは定番のお母さんの味です。今回はじゃが芋と小麦粉の組合せで作ってみましょう。

### ニヨッキ

- 1 じゃが芋は皮をむき、一口大に切る。
- 2 鍋に湯を沸かして1をゆで、ざるにあげる。
- 3 熱いうちに2をマッシュポテト状にし、卵・塩・強力粉を加えて混ぜ、耳たぶ状の固さにこねる。
- 4 まな板に打ち粉をし、3を3cmくらいの棒状に伸ばして1cmくらいの幅に切る。
- 5 4の断面をおして楕円形にする。
- 6 鍋に湯を沸かし、油を小さじ1杯入れて5をゆで、浮いてきたら冷水にとる。

### きのこのクリームソース

- 7 ベーコン・玉葱は短冊、しめじ・舞茸は一口大、ニンニクはみじん切りにしておく。
- 8 鍋にオリーブ油を薄くしき、ニンニク、ベーコンの順に入れて炒め、火が通ったら、玉葱・しめじ・舞茸の順に入れて中火で炒める。
- 9 弱火にし、8にバターと小麦粉を入れ、焦げないように炒める。
- 10 9に牛乳を入れてとろみがつくまで混ぜ、粉チーズと塩コショウ・ナツメグを入れて味を整え、ニヨッキを加えてあえる。
- 11 10を皿に盛り、みじん切ったパセリを散らして出来上がり。

監修

管理栄養士  
原口みつえ



栄養量  
(1人分)

熱量 418kcal  
蛋白質 14.7g  
塩分 1.5g

### ● 材料(2人前) ●

ニヨッキ	じゃが芋	200g
	強力粉	50g
	溶き卵	1/2個
	塩	小さじ1/4杯
	オリーブ油	小さじ1杯
きのこのクリームソース	ベーコン	30g
	ニンニク	1/2かけ
	玉葱	40g
	しめじ	40g
	舞茸	40g
	バター	15g
	牛乳	150cc
	小麦粉	大さじ1杯
	塩	少々
	ナツメグ	少々
	こしょう	少々
粉チーズ	大さじ1杯	
みじんパセリ	少々	

# 豊資会は、介護職を目指す方を応援しています。

豊資会グループは、介護の資格取得のための研修事業を行っています。詳しくは、研修担当までお問い合わせください。

研修	概要	開講時期	取得可能資格	開講実績
介護職員初任者研修	介護についての基本的な知識・技術と介護を行う際の考え方を身につけるための研修です。	年2回 (5月・10月)	介護職員初任者 研修修了	2015年より 計5回開講
介護福祉士実務者研修	より実践的な知識と技術を身につけるための研修です。介護福祉士資格取得時に必須となります。	2018年 6月予定	介護福祉士実務者 研修修了	2018年6月より 開講予定



お問い合わせ ●受付時間 | 9時～17時  
**0120-658-441**

## 外来担当表 2017年9月現在

### 加野病院（新宮町）※赤字は女性医師

月	泌尿器科				内科		外来診療時間 月曜～土曜日
	午前		午後		午前	午後	
月	待鳥	佐藤	小西	—	大本	—	午前 9:00～12:30 午後 13:30～17:30
火	待鳥	恩塚	佐藤	武居	南	—	※受付は診察終了時間の 30分前まで ※内科は土曜日のみ午後 の診療あり ※月～金曜日 武居医師の 午後診療は 14:30～ ※日・祝日休診
水	小西	佐藤	待鳥	武居	加勢田	—	
木	小西	恩塚	後藤	武居	九大医師	—	
金	小西	待鳥	恩塚	武居	山崎	—	
土	九大医師	武居	武居	—	九大医師	九大医師	

### 加野クリニック（古賀市）

月	泌尿器科	外来診療時間 月曜～金曜日
	午前	
月	加野	午前 9:00～12:30
火	武居	※受付は診察終了時間の 30分前まで ※土・日・祝日休診
水	武居	
木	武居	
金	武居	
土	—	

●手術等の都合により担当医が変更になることがあります。ホームページ、院内掲示をご確認ください。

## 脳の健康教室

### 計算穴埋め問題

空いているマスに数字を入れて、たて・よこ・ななめの合計が同じになるようにしてください。

※答えは下にあります。

問題①

10	イ	8
ア	7	エ
6	ウ	オ

ヒント  
先に合計を計算するとスムーズです。

問題②

ア	1	ウ
5	6	エ
4	イ	3

合計のヒント  
○の番。得意なこと  
のたとえ。おはこ。

### 脳の健康教室開講中!

脳の健康教室は、いつまでも元気に過ごしたい方への脳の活性化を目指す教室です。毎週火曜日の10時～11時30分に開講しています。楽しい交流の場としてもご利用ください。

### 受講者の90%に効果!

軽度認知障害や認知症疑いのある受講者の9割が、受講後に正常の範囲に戻るといった成果がでました。

無料の体験教室を実施中です! お気軽にお問い合わせください。

古賀市花見南2丁目11-1 ルーエハイム安心1F

●受付時間 | 月～金曜(祝日休業) 9:00 - 17:00

お問い合わせ **080-2775-9421**

## 豊資会グループ

### 医療法人 豊資会

加野病院	新宮町中央駅前 1-2-1	092-962-2111
加野クリニック	古賀市花見南 1-2-15	092-944-1212
ハイマート橘	新宮町中央駅前 1-2-1	092-962-2188
ルーエハイム安心	古賀市花見南 2-11-1	092-943-2130
ハイマート杏	宗像市田野 1370-2	0940-38-7500

### 社会福祉法人 豊資会

ハイマート花梨	古賀市花見南 2-14-15	092-940-7200
ハイマートどんぐりの森	古賀市青柳町 803	092-943-7810
ふれあいセンターりん	古賀市青柳町 801	092-940-2002

### 有限会社 プラス

余香庵	古賀市今の庄 1-2-12	092-940-1722
-----	---------------	--------------

### 株式会社 プラスネット

ハイマート桑の実	古賀市駅前 2-11-14	092-942-1983
----------	---------------	--------------

編集後記 7月の豪雨では多くの地域で甚大な被害が出ており、被災された皆様によりお見舞いを申し上げます。豊資会も微力ながら復興への支援を続けていきます。編集F



豊資会グループのホームページはコチラから

豊資会グループの facebook はコチラから



医療・介護のお問い合わせは、豊資会コールセンターへ。  
フリーダイヤル ロゴハ ホウシカイ  
**0120-658-441**  
受付時間 | 月 - 金曜日 9:00~17:00 | 祝祭日除く

2017年10月号 発行人 豊資会グループ 編集 広報委員会 代表 加野資典

採用情報もホームページにて随時更新しています。

無料配布