

地域とともに、あなたと生きる。正峰会グループの広報誌

2019  
Spring

Vol.76

# ふれあい



- 特集 **1** 脈の乱れと脳梗塞の関係 ~危険な不整脈の見分け方~  
**2** メンタルヘルス ~ポジティブな考え方に転換する「リフレーミング」~  
**3** 健康は最高の宝です 人間ドックを受けましょう



## Contents Vol.76

理事長からのメッセージ

特集 1 Special Feature.1

脈の乱れと脳梗塞の関係

〜危険な不整脈の見分け方〜

3

特集 2 Special Feature.2

メンタルヘルス

〜ポジティブな考え方に転換する「リフレーミング」〜

5

特集 3 Special Feature.3

健康は最高の宝です

人間ドックを受けましょう

7

素敵な人インタビュー

株式会社ブレイン 代表取締役社長 神戸 壽さん

9

うまいもん探訪

加西創作イタリアン goituno (ごいっお)

10

おいしい健康レシピ

簡単つくりおきお弁当レシピ

11



今日の表紙

ミズバショウ (ハチ北高原)

撮影者/宮崎 和義様 (兵庫県西脇市黒田庄町石原)

その葉がバショウの葉に似ていることが、名前の由来。雪解けとともに、20cm程の花を出します。純白の可憐な花をつける4月上旬〜5月上旬が見頃です。



# 意識を変えよう！

正峰会グループ 理事長 大山 正

国際医療福祉大学教授の高橋 泰氏の講演を聴く機会に恵まれました。

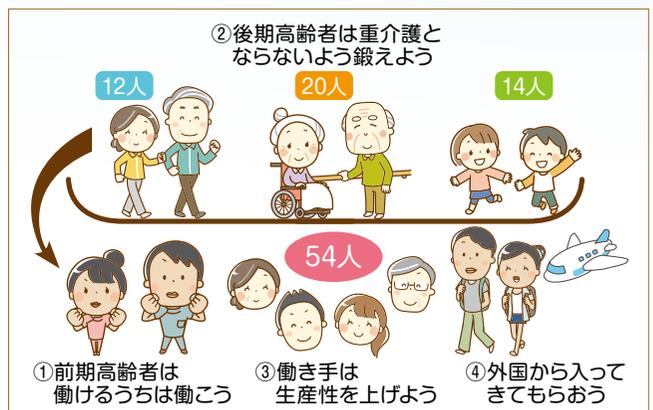
「人口減少社会に向かう日本の医療介護はどう変わるか」をテーマに、医療介護の従事者に向けてのものでした。

団塊の世代の医療介護の需要が急増する2025年には、誰がその高齢者を支えるのか…。超少子高齢社会の今の日本には、働き手が足りず、高齢者の医療介護を誰が担うのかが喫緊の課題となっています。

高橋泰氏は得意のイラストを用いて

- ①前期(～75歳)高齢者に働き手側に回ってもらう→働けるうちは働く！
- ②後期(75歳～)高齢者に自立してもらう→重介護とならないよう鍛えよう
- ③働き方改革などで働き手の生産性を上げる→業務改善やIT化で効率を上げよう
- ④外国人に入ってきてもらう→若い労働力を増やそう…など。

以上の対策が必要と解説されました。



私ども正峰会ではどれも取り組んでいる課題であり、今はまだ緒についたばかりですが、先生のお話を伺い、意を強くしたところです。

生き延びる意思が強いとされる世代から、要介護となって負担をかけて生きるのをしのびなく思う世代、そしてビートルズを象徴として、生活の質や亡くなり方の質にこだわる団塊の世代へと移りゆきます。

もうずいぶん慣れ親しんだ地域包括ケアシステム、最近よく使われるACP(今後の治療・療養について、患者・家族と医療従事者があらかじめ話し合う自発的なプロセス)という考え方など、皆さまとともに学び、意識を変え、住みやすい地域社会にしていきたいと思います。

# 脈の乱れと脳梗塞の関係 危険な不整脈の見分け方



2月23日、健康ふれあい教室にて、関谷純一医師による講演がありました。

今回はその内容を編集部でまとめたものをお届けします。

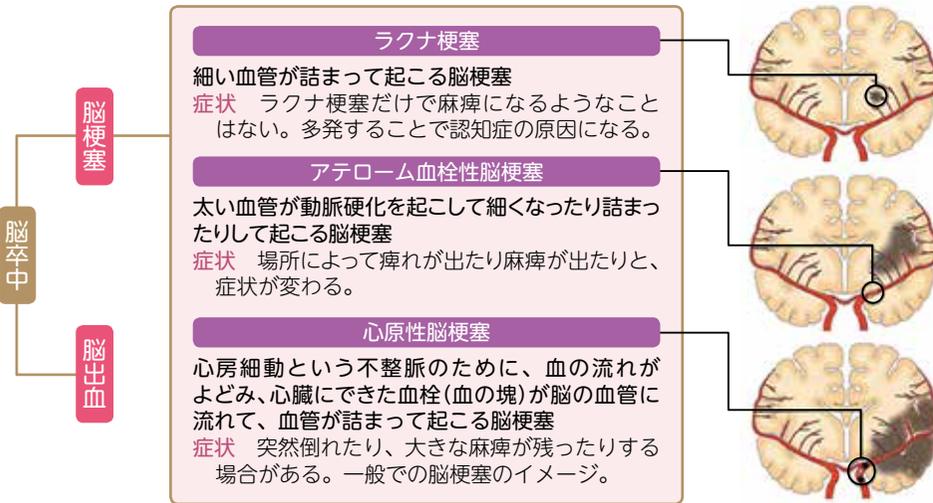
## 1. 脳卒中とは？

脳の血管が原因で、脳にトラブルが起こることを脳卒中といいます。

脳卒中には、血管が破れて出血する脳出血と、血管が詰まる脳梗塞があります。

昔はCTやMRIが無かったため、脳の血管が原因で倒れた場合に出血なのか梗塞なのか、すぐには分かりませんでした。そのため、どちらも含わせて脳卒中と呼ばれるようになりました。

ここでは脳梗塞についてお伝えします。



## 2. 心原性脳梗塞の主な原因

心臓の病気なのに脳梗塞？と不思議に思われる方もいらっしゃるかもしれませんが、不整脈には、特に

治療の必要のない

「期外収縮」や、脳梗塞の原因となり

命を脅かす危険の

ある「心房細動」

などがあり、心原性

脳梗塞の主な原因

は、心房細動です。

「期外収縮」とは？

心臓のしゃっくり

のようなもので、正常

より少し早いタイミ

ングで心臓が収縮

します。特に治療の

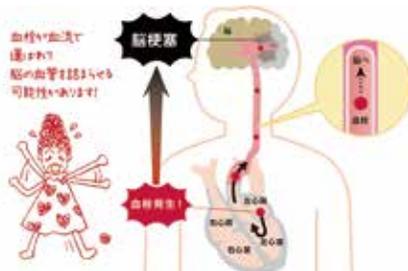
必要はありませんが、

診断を受けた場合、

他の心臓の病気がない

か診てもらったことも

大切です。



### 「心房細動」とは？

心臓は全身に血液を循環させるポンプの役割をしています。その効率を高める補助ポンプが心房で、この心房が痙攣してバラバラに脈打つことが心房細動です。脈が速くなったり、ときどきしたり、急に遅くなったり止まったりと、脈が乱れます。60歳以上で男性の発症率が増加し、80歳以上では15%を超えます。

#### 慢性心房細動

慣れてしまい自覚症状がないこともある。

#### 発作性心房細動

動悸など強い症状が現れる。



### 3. 心原性脳梗塞を防ぐには

心房細動によって血の塊ができないように普段から予防することが大切です。

心房細動の治療は、動悸や胸の苦しみ、意識を失って倒れるなどの発作性の症状を取るには有効ですが、それだけでは脳梗塞を防ぎきることはできません。

また自覚症状が少ないからといって放置せずに、血が固まらないようにしっかりと予防することが大切です。

脳梗塞の予防には、薬を使うことが有効で、発症を劇的に減少させることができます。

これにはワーファリン療法が有名ですが、症状に合わせた調整が非常に複雑で、納豆やクロレラ、青汁などを食べたり飲んだりできないという食事制限などのデメリットもありました。

最近では、食事制限などが必要のない新しい薬も出ています。新しい薬ですので、ワーファリンより薬価は高くなります。

これらの抗凝固薬は、「何もない状態を維持する」ために飲む薬ですので、「何もなくても」飲み忘れないように続けることが大切です。

左記のような方は一度、診察や健康診断を受けられることをおすすめします。

●健康診断で不整脈や心房細動、期外収縮と診断された

●動悸がある・胸が苦しいなどの自覚症状がある

●長らく健康診断を受けていない

※ワーファリンとは…血液が凝固する時間を正常時の2倍前後になるようにする薬。

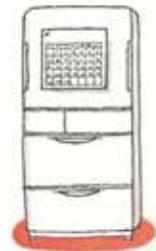
### 飲み忘れを防ぐために…



薬を飲んだら記録するなどして管理しましょう



薬を飲み忘れていないか家族で確認しましょう



目につく場所に服用メモを貼っておきましょう



# メンタルヘルス ポジティブな考え方に転換する「リフレーミング」

春になり、新年度を迎えて、ワクワクして人と、憂鬱になる人のどちらもいるでしょう。

出会いと別れ、新しい環境、新しい人間関係：「新しさ」には、こころ新たに頑張ろうと高揚感をもつことができる反面、慣れないことに対して緊張したり、戸惑ったりするという面もあります。

このように、「良いと悪い」、「楽しいと辛い」、相反する気持ちを感じることを「葛藤」といいます。相反する感情をもつことは極めて自然なことで、異常なことではありません。

新しい環境や状況に対して、ワクワクできる人は、これまでも新たな環境や人間関係で良い影響があったり、上手く適応できたイメージがあるのではないのでしょうか。反対に、緊張感や不安感を強く感じる人は、「これから何が起るんだろう」という見通し

がはつきりしない状況に対して、敏感に反応してしまうのかもしれませんが。

人は、ひとつの出来事があっても、誰もが同じ捉え方をするとは限りません。

例えば、この水が入ったコップを見て「水が半分も入ってる!」と思いますか?それとも「半分しか水がない!」と思いますか?コップに半分の水が入っている状態に対し、「半分も」と考えるか、「半分しか」と考えるかで、気持ちの持ち方は変わらなんでしょうか?このように、同じ事象でも、物事の捉え方ひとつで、私たちの気持ちは大きく変わります。



物事には二面性があります。ひとつの見方だけでなく、別の見方をすることによって物事の解釈や受け止め方を変えることを心理学用語では「リフレーミング」といいます。一般的に、ネガティブな考え方をポジティブな考え方に切り替えるときに使う技術として使われています。

たとえば…

うちの子は最後まで一人でお着替えができない…



をリフレーミングするとうづなるでしょうか?

「袖を通すところまでは一人でできる」といえるかもしれません。



「ひとつの活動を集中して行なうことができない人」をリフレーミングするとうづでしょうか?いろいろ答えはあると思いますが、「興味の幅が広い」、「好奇心旺盛」と表現できるかもしれません。「優柔不断で困る同僚」をリフレーミングするとうづでしょうか?「広い視野がある、他人の意見を尊重している、柔軟性がある」と捉えることができるかもしれません。

他のリフレーミング例は表1にまとめました。

# リフレーミングについて もっと知りたくなったら

## 180° 気持ちが変わる「ポジ語」図鑑

話題の達人倶楽部／青春出版社

この本には、ポジティブな言葉が一覧表にリストアップされています。自分でリフレーミングしようとしたときに、ネガティブな気持ちや言葉をポジティブに変換するのが上手いかないこともあるでしょう。そんなときに、この本に載っている例文を見ると、ポジティブな言葉がすぐに見つかります。



## 見方を変えればうまくいく！

### 発達が気になる子の子育てリフレーミング

阿部 利彦／中央法規出版

発達障害のある子をもつ親御さんが、子どもに対してどう接すれば良いのか、どういう心持ちでいけば良いのかなどをリフレーミングの立場から解説している本です。お子さまとの関わりで悩んでいるという方へのヒントになるかもしれません。



## 悩まない！技術

### 人生を変えるリフレーミング思考

堀 公俊／朝日新聞出版

「一生懸命努力しているのに相手に理解してもらえない」と悩んだことがある方は、かなり多いと思います。柔軟な発想で自分や他者を見ることがいかに大切かが、分かりやすく書かれています。



短所	リフレーミング後
頭がかたい	まじめ
いかげん	おおらか
うるさい	元気がいい
怒りっぽい	熱血
意見が言えない	協調性がある
頑固	意思が強い
おとなしい	人の話をよく聴ける
消極的	控えめ
そっけない	客観的
冷たい	冷静
おしゃべり	自己表現が上手
あわてんぼう	行動的

表1



人は、往々にして「できていない面」よりも「できていない面」に着目しがちです。上手くできなかった自分を責めたり、相手の悪いところを見つけたり、ネガティブな側面しか見ることができないと、ころがしんどくなってしまうこともあるでしょう。リフレーミングは、「甘やかし」や「その場しのぎ」ではありません。多少強引に聞こえるかもしれませんが、「他にどんな意味があるか？」「他にどんなプラスの価値があるか？」を考えることで、ネガティブな印象からポジティブなものに変えること

ができ、これまでは見過ごされてきた新たな魅力を発見することが出来ます。「相手の良いところ」がよく見えるようになるメガネをかけるイメージで、リフレーミングを始めましょう。



春の到来です。自分だけの価値観で物事の良し悪しを判断、評価せず、新しい視点をもって、周りの世界を見渡してみてはいかがでしょうか。

正峰会 臨床心理士 高田紗英子

# 健康は最高の宝です 人間ドックを受けましょう

会社にお勤めの方は年に一度、健康診断を受けることが義務付けられていますが、退職後は自分で予約する等の手配が面倒で、健康診断を受けない方も多くいらっしゃると思います。

「〇〇数年、特定健診しか受けていないという方はいらつしやいませんか？特定健診はメタボリック症候群を見つけることを目的とした健診ですので、そのような方は一度、人間ドックの受診を検討されてはいかがでしょうか？」

胸部CT検査、胃カメラ検査がある2時間ドックは、検査費用19,440円(税込)と費用的にも時間的にも、受診いただきやすいプランになっています。また、腹部超音波検査、腹部CT検査、腫瘍マーカー検査など、更に手厚い検査をご希望の場合は**1日人間ドック**もありますのでご利用ください。

●乳がん検診・子宮がん検診は、月・火・木で予約が可能です。

●頭部MRI・MRA検査は月々土日で予約が可能です。

※予約状況にもよります。

## 大山記念病院の1日人間ドック スケジュールと検査項目

状況により検査の順番は前後します

受入人数：月～土 各5人 検査費用：43,200円(税込)



### 大山記念病院の人間ドックの特長

多くの病院で行なっている 胸部レントゲン(X線)検査ではなく、胸部CT検査を行なっています！

	胸部レントゲン(X線)検査	胸部CT検査
投影・読影方法	立体である肺を一方から平面の写真に投影。	多方向からX線を照射してX線吸収度(CT値)を測定し、それをもとにコンピュータで画像化。
読影の特徴	臓器の影に重なって見えにくい部分がかなり大きく存在する。	体の断面を描いたり、得られた写真から立体構成を描いたりすることが可能で、がんの大きさ、性質、周囲の臓器への広がりなど、胸部レントゲン検査よりも多くの情報を得ることができる。

詳細は大山記念病院のホームページか、パンフレットをご覧ください。  
パンフレットは、ご自宅への発送も承っています。お気軽にお電話ください。

大山記念病院 健康管理センター ☎ 0120-300-503



# New Face

新任医師のご紹介

大山記念病院 外科  
 大山<sup>まさと</sup> 正人 医師



平成31年4月より外科に入職いたしました大山 正人です。私は前任地の兵庫県立がんセンター消化器外科で8年間勤務し、大腸がんに対する外科治療を中心に研鑽を積んできました。特に大腸がんの腹腔鏡下手術の執刀は500症例、指導的助手を含めると1,000症例以上の経験を積んでいます。大山記念病院でもその経験を活かし、大腸がんのみならず胃がん、その他のがん、良性疾患に対する腹腔鏡下手術を積極的に行なう予定です。当院では若輩者になりますが精一杯地域の医療に貢献しますので、どうぞよろしくお願いいたします。

## 診療科紹介 大山記念病院 婦人科

何かお困りの症状や、ご相談がありましたら、いつでもご来院ください。



森川 哲 医師

思春期のお子さんの場合も、ご本人や保護者の方と相談しながら診察いたします。まずは一度お気軽にご来院ください。



嘉嶋 那津見 医師

女性医師が、婦人科に常勤となりました。

婦人科の常勤医師となりました嘉嶋那津見です。平成30年度より、健診センターでの健診を中心に診察しています。婦人科腫瘍の検診、症状に応じた検査、治療を行なっています。

大山記念病院 婦人科<診察日> 森川 哲 医師：月・火・水・第1,3土 嘉嶋 那津見 医師：木・金

## 大山記念病院 糖尿病教室 開催時間：10時～11時 大山記念病院1階 多目的ホールにて

開催日

正峰会グループ職員「自由楽望」による演奏も予定しています。

- 5月21日 薬剤課：糖尿病 VS インスリン～あなたがインスリン注射を打つことになったら～  
 栄養課：栄養管理のDIY
- 8月20日 看護課：お口から考える健口のお話  
 リハビリ課：糖尿病と運動の関係性～自宅でできる簡単な運動～
- 12月17日 検査課：糖尿病に関わる生理機能検査について



## 2019年 4月・5月 連休期間の外来休診表

2019年度のゴールデンウィークが10連休になることから、大山記念病院の外来休診の予定をお知らせいたします。

### 【外来休診日】

4月29日、5月1日、5月3日、5月4日、5月6日

日	月	火	水	木	金	土
4/21	22	23	24	25	26	27
28	29 外来休診	30	5/1 外来休診	2	3 外来休診	4 外来休診
5	6 外来休診	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18

# 素敵な人<sup>★</sup> interview

1982年に地元である兵庫県西脇市にブレイン（現：株式会社ブレイン）を創業。2012年にベーカリースキャンで「自動認識システム大賞」優秀賞、2015年に第6回ものづくり日本大賞を受賞された株式会社ブレインの代表取締役社長である神戸 壽さんにお話を伺いました。



株式会社ブレイン

かん  
べ  
ひさし  
神戸 壽さん

## 「AIレジ」ベーカリースキャンとは何ですか？

トレイ上の複数のパンをカメラで撮影し、種類と値段を一括で自動識別するAI-Scan画像識別エンジンを搭載した、パン画像識別システムです。パンの名称と値段がタッチパネルに表示されるので、店員は誤りがないかを確認するだけです。



パンは「異種間の類似性」と「同種間の個体差」という外見上の相反する特性があります。AIが正確に判断するには限界があり、そこで最終判断は人間が行なう発想の転換をしました。その繰り返しからレジが「学習」をし、より正確に判断できるようになっていきます。これが「AIレジ」のすごいところです。ベーカリースキャンの導入により店員の負担軽減やレジ業務のスピードアップが図れるようになりました。

また採用して間もない人や、お金の計算が苦手な人でもレジ業務につけるなど、雇用の幅が広がり多様な人材の活用が可能になったと喜びの声を聞いています。

※ AI：人工知能

## 他にも多数のシステムを開発されていますが、今後の方向性を教えてください。

いろいろな分野の企業から依頼を受けて、薬剤監査システムや播州織設計支援システム、エアバック設計システムと、いろいろなシステムを開発していますが、今後特に力を入れたいのは、AIを使ったガン細胞識別システムです。症例数が多くなればなるほど「推測」

と「学習」を繰り返し、正確な診断をスピーディに行なうことができます。

上記のベーカリースキャン同様、見分けるのが困難な場合は「識別不能」として判断を人に委ねるなど、専門医の高い知見と組み合わせることで、効率化と精度の向上が図れます。医療従事者の負担軽減と正確な診断、早期の発見・治療につながればと思います。

## 最後に、AIは社会をどのように変えるのでしょうか？

AIの出現で「〇〇の仕事が消える」とマスコミが大きく報道し世間に不安を煽っていますが、AIは人間の仕事を奪うのではなく、人間をサポートし、可能性を広げるものだと思います。

多種多様な人が働きやすく、暮らしやすい環境を作り、多くの人が幸せになるお手伝いをするものではないでしょうか。AIが人間に取って代わることはありません。AIとの共存の道は、明るいものだと思います。人間がAIを有効に利用することで、人間の幸せを、可能性を広げ、新しい世界を切り開いていけるのです。

## 株式会社ブレイン

住所：〒677-0033  
兵庫県西脇市鹿野町 1352  
TEL：0795-23-5510





牡蠣のオープン焼き 980円(税別)



ホタルイカとフレッシュトマトのジェノベーゼ 1,300円(税別)



## うまいもん探訪

vol. 21 加西創作イタリアン  
ごっつお gottuo



すっきりとした店内



最大8名の個室



オーナーの北野雄也さん



ワインにも日本酒にも合う、そんな創作料理店をいつか自分が生まれ育った加西市でオープンさせたいという夢をもち続けてこられたオーナーの北野雄也さん。19歳から阪神間でイタリア料理店、フランス料理店、日本料理店で修業を積み、2017年6月に「加西創作イタリアン gottuo(ごっつお)」をオープンされました。

「gottuo」の由来を聞くと、「この地域では、“ごちそう”や“おかず”のことを“ごっつお”って言うんです。皆さんに“ごっつお”と思ってもらえたら。」と話されました。地産地消を心がけておられ、料理には地元野菜がふんだんに使われています。また魚は毎朝オーナーが市場で仕入れ、その時期に1番おいしい

素材を、1番おいしい方法で食べてもらえるよう考えて調理されています。

ランチのコースは、前菜、肉か魚のメイン料理またはパスタ、パン、デザート、ドリンク付きで1,350円。店内はカジュアルで、子ども連れでも気を遣うことなく過ごすことができます。

夜はワイワイがやがやとお酒や料理を楽しんでもらえる場所になり、料理やお酒を通して、人と人が出会い、さまざまなつながりや絆が生まれる場所になればと話されました。

また個室もあり(要予約)、昼は1人3,000円～、夜は1人5,000円～でとても落ち着いた空間で、特別な時間を過ごすこともできます。

ロゴマークは加西市の地図がベースになっていて、随所に「地元愛」が感じられます。加西市外からのお客さまも多く、加西の良さを知ってもらえる、そして発信する、そんな場所にもなっているように感じました。



加西創作イタリアン



### 加西創作イタリアン gottuo(ごっつお)

〒675-2311 兵庫県加西市北条町横尾307-2

【営業時間】LUNCH 11:00～14:00(L.O.13:30)

DINNER 17:30～22:00(L.O.21:30)

【定休日】水曜日 【予約・お問い合わせ】☎0790-42-5210

# 管理栄養士がつくる 簡単つくりおきお弁当レシピ

おいしい  
健康レシピ



休みの日に作り置きば、平日は詰めるだけ。不足しがちな野菜がたっぷりとれる簡単レシピです。電子レンジを活用したり、お鍋で煮ても10分くらいで完成のレシピばかりです。



お弁当の栄養価 約500kcalのお弁当になりました。

ご飯 150g / エネルギー 493kcal / タンパク質 20.7g / 糖質 63.6g / 塩分 2.2g

## ひじきとツナの煮物

乾燥ひじき ……1袋 (小パック)  
[水で戻して水気を切っておく]  
ツナ缶 ……小1缶 [汁ごと]  
砂糖 ……大さじ2  
しょうゆ ……大さじ2  
★ひじきは水につけて戻し、水気をよく切ってから耐熱皿に入れ、ツナと調味料を入れてかき混ぜ、蓋をしてレンジで6分。  
★ひじきごはんにできます。

## 煮豚

豚肉肩ロース ……300g  
めんつゆ ……100cc  
★鍋に湯をわかし(ネギや生姜があれば入れる)、豚肉肩ロースが浸った状態で40分くらいゆでる。  
★そのまま冷ましておく。  
★冷めたら、フリーザーバックに入れて、めんつゆを加え、冷蔵庫で保存する。  
★8mm程に切って盛り付ける。

## 煮たまご

ゆで卵 ……2個  
めんつゆ(2倍)……卵がひたひたになるくらい  
★卵をひたひたになるくらいのめんつゆに入れ、漬けておく。  
★半分に切って盛り付けます。

## れんこんの甘酢漬け

レンコン水煮スライス ……1パック  
市販の合わせ酢 ……75ccくらい  
(なければ砂糖…大さじ2・塩…小さじ1/5・酢…大さじ3)  
★れんこんはさつとゆでて調味料に漬けておく。  
★ハムやツナと胡麻ドレッシングで和えるとおいしい。



## ほうれん草や小松菜

★青菜はさつとゆでて、切りそろえておく。  
★めんつゆと鰹節でおひたし、塩とごま油でナムル、炒めたお肉と合わせる、胡麻和え、きざんでごはん混ぜるなど、たくさん使い方ができます。

## 薪割りきんぴら

ごぼう(細いもの) ……1袋  
[3~4cm長さに切り、縦4つ割り]  
人参 ……1/2本 [5mm角の拍子木切り]  
ごま油 ……小さじ1  
だし汁 ……50cc  
砂糖 ……大さじ1  
しょうゆ ……大さじ1と1/2  
★鍋にごま油を入れ、ごぼうと人参を炒め、調味料を加えて煮含める。  
★お肉と合わせたり、きざんでごはん混ぜたりできます。

## パプリカの味噌マリネ

パプリカ(色はお好みで) ……1個  
あわせ味噌 ……小さじ1  
砂糖 ……小さじ1  
オリーブオイル ……小さじ1  
★パプリカは1cmの厚さに切って、フライパンやグリルで焼く(焦がして皮をむくとおいしい)。調味料で和える。

## もやしのピリ辛和え

もやし ……1袋  
もやし用ドレッシング市販品 ……大さじ3  
★もやしはゆでて水気を切り、市販のドレッシングで和える。

## 神戸ゆうこう病院

神戸ゆうこう病院は、地域に根ざした病院として、皆さまにご利用いただいています。この度、現在地で段階的に増床・建替え工事を行ない、診療機能を強化した新病院に生まれ変わります。

運用開始予定：【Ⅰ期】2019年11月1日

【Ⅱ期】2021年4月1日

工事期間：2018年2月1日～2021年3月31日

構造：鉄筋コンクリート造 地下2階 地上6階



2019年2月の工事の様子

## 桜丘訪問看護ステーション・桜丘ケアプランセンター

桜丘訪問看護ステーションと桜丘ケアプランセンターが移転し、住所、電話番号なども変更しました。

新住所 〒679-0321 兵庫県西脇市黒田庄町田高 313

桜丘訪問看護ステーション	大山記念病院 2階へ移転
	TEL：0795-25-5505 FAX：0795-25-5506
桜丘ケアプランセンター	大山記念病院 1階へ移転
	TEL：0795-25-5507 FAX：0795-25-5508



## ハーベストコート桜丘3号館

サービス付き高齢者向け住宅 ハーベストコート桜丘3号館

Opening  
—オープニングスタッフ募集—  
Staff 募集

生活援助員  
訪問看護師  
訪問ヘルパー  
募集中

お問い合わせ ☎ 0795-28-3688 人事部 山本まで



2020年  
4月

京都府舞鶴市  
西舞鶴駅前に

# 医療介護複合施設 「グランマーレせいほう」が オープンします！



【事業内容】 ※各事業の名称等は今後変更となる場合があります。

名称*	事業種別	定員など
舞鶴正峰会クリニック	内科・人工透析	20床
グランマーレせいほう	サービス付き高齢者向け住宅	53戸
	特定施設入居者生活介護	27床
	サテライト厨房	—
デイサービスセンターせいほう	通所介護	30名
ケアプランセンターせいほう	居宅介護支援	—
舞鶴せいほう保育園	企業主導型保育	10名
みらいポケットまいづる	児童発達支援・放課後等デイサービス	10名
	障がい児相談支援	—
あんしんケアコールセンターきょうらく	定期巡回・随時対応型訪問介護看護	サテライト
ヘルパーステーションきょうらく	訪問介護	サテライト
訪問看護ステーションきょうらく	訪問看護	サテライト

昨年12月末に着工の運びとなり、これまでに地中杭の打設と土止め工事が完了しました。

現在は2019年5月末までの予定で基礎工事に取りかかり、全体として予定どおり進捗しています。

今後は2019年10月に上棟、2020年2月末竣工の予定で工事を進めていきます。

建設工事期間中、近隣の皆さまには騒音等でご迷惑をおかけすることとなりますが、ご理解とご協力をお願いいたします。

## 就職 説明会

【開催スケジュール】 4月27日(土)・5月25日(土) 10:00~11:00

※毎月第4土曜日に定期開催

【場所】 西駅交流センター

【内容】 正峰会グループ概要説明、事業所概要説明、個別説明・相談会(希望者のみ)

要予約

【募集職種】 \*看護師、准看護師 \*臨床工学技士 \*(主任)介護支援専門員・相談員

\*理学療法士・作業療法士・言語聴覚士 \*介護職員(介護福祉士・初任者研修修了者 無資格の方も参加OK)

\*調理師 \*保育士 \*児童発達支援管理責任者・児童相談員 \*児童指導員・児童福祉経験者

大山記念病院

健康ふれあい教室 【会場】大山記念病院 4階大ホール

4月27日(土) 13:30~14:30

【演題】

地域医療

【講師】

西脇市多可郡医師会 会長  
村上クリニック 院長  
村上 典正 医師



6月22日(土) 13:30~14:30

【演題】

循環器疾患について(仮)

【講師】

大山記念病院 循環器内科  
小林 良幸 医師



送迎ご希望の方は、開催1週間前までにご連絡ください。

社会医療法人社団 正峰会 大山記念病院 総務課 ☎0795-28-3773 FAX:0795-28-2921

8			2		3		7
	ア	7		イ	6		1
		4		8		9	
	7			6	1		
			1	3			
	5		ウ	9	4		
		1		7			3
		9			4	エ	2
6			9		7	オ	5

前回の答え... 20

頭の体操

正解者の中から  
抽選で5名の方に、  
クオカード500円分をお送りいたします。  
(発送をもって発表に代えさせていただきます)



【ルール】

- 1) 3X3のブロックに区切られた正方形の枠内に1から9までの数字が入ります。
- 2) 縦にも1から9の数字が入ります。
- 3) 横にも1から9の数字が入ります。

空白を全て数字で埋めて、ア、イ、ウ、エ、オの数字の合計をお答えください。答えが分かった方は、官製はがきに下記①~⑤をご記入の上、ご応募ください。

- ① 答え
  - ② お名前
  - ③ ご住所
  - ④ 面白かったページ、興味深かった記事
  - ⑤ 今後知りたい内容 ☆(さしつかえなければ)年齢
- ◆締切 2019年6月10日(月)

◆宛先 〒679-0321 兵庫県西脇市黒田庄町田高 313-294 地域交流館くろだしょう 4階 (社医) 正峰会 統括本部 広報部 宛

2019年度『広報誌ふれあい』予告

※変更になる場合もあります。

- \*理事長からのメッセージ
- \*特集1 知って健康 医療ニュース
- \*特集2 季節との上手なつきあい方

- \*特集3 西脇・神戸・舞鶴 地域ニュース (vol.77より配布地域に合わせた内容となります)
- \*素敵な人インタビュー

- \*うまいもん探訪
- \*おいしい健康レシピ
- \*お仕事1日密着

診察時間 【午前診】 9:00~12:00 【午後診】 15:00~17:00 【夜間診】 17:00~19:00

\*手術・救急・学会などにより、担当医師が予告なく変更になることがあります。ご了承くださいませ。

	日	月	火	水	木	金	土
総合診療科・外科	院長/加来 誠一郎 (第1・3・5) (第2・4) (隔週交替)	大山 正人	加来 誠一郎	加来 誠一郎	院長	鷲田 昌信	院長
乳 腺 外 科				岸本 昌浩 (第1・2・3・5)		土屋 和彦 (第2・3・4・5)	岸本 昌浩 (第1・2・3・5)
大 腸 肛 門 科		院長		鷲田 昌信		院長	
内 科	荻野 仁志 大串 美奈子 (糖尿病) 4月21日 第3日曜日 5月26日 第4日曜日 6月は未定	関谷 純一 内橋 猛	内田 淳 関谷 純一 入江 宏史 (予約制) 大串 美奈子 (糖尿病 第2)	関谷 純一 入江 宏史	内田 淳 関谷 純一 (予約制) 内橋 猛	関谷 純一 内橋 猛	内田 淳 入江 宏史
循 環 器 科		森下 陽子	森下 陽子	小林 良幸	森下 陽子	小林 良幸	小林 良幸 (紹介・緊急)
消 化 器 内 科		大島 庶幾	高取 健人	高取 健人	大島 庶幾	高取 健人	大島 庶幾
呼 吸 器 科			大搦 泰一郎				
整 形 外 科	担当医	照喜納 光信 担当医	木谷 直司	担当医	照喜納 光信 下村 隆敏	下村 隆敏 石本 勝彦	照喜納 光信 下村 隆敏 担当医
形 成 外 科		照喜納 光信			照喜納 光信		照喜納 光信
皮 膚 科			太田 智秋	太田 智秋	太田 智秋	太田 智秋	太田 智秋
泌 尿 器 科		小島 圭二	小島 圭二	小島 圭二	近藤 有/小島 圭二 (第2)	小島 圭二	担当医
婦 人 科		森川 哲	森川 哲	森川 哲	嘉嶋 那津見	嘉嶋 那津見	森川 哲 (第1・3)
眼 科		西浦 正敏	西浦 正敏	西川 憲清 (9:30~)	西浦 正敏	西浦 正敏	西浦 正敏
脳神経外科(物忘れ外来) 10:00~12:00		西崎 知之					
総合診療科・外科							担当医
内 科							高取 健人
乳 腺 外 科				岸本 昌浩 (第1・2・3・5)		土屋 和彦 (第2・3・4・5/13:00~15:00)	岸本 昌浩 (第1・2・3・5)
下 肢 静 脈 瘤 外 来						土屋 和彦 (第2・3・4・5/13:00~15:00)	神戸大学 担当医 (第1・3・5/14:00~17:00)
眼 科 15:00~17:30			西浦 正敏	西川 憲清 (~14:00)	西浦 正敏	西浦 正敏	
脳神経外科(頭痛・漢方・禁煙) 15:00~16:30		上田 徹	上田 徹	上田 徹	上田 徹	上田 徹	
脳神経外科(物忘れ外来) 13:00~17:00		西崎 知之					
健康食品・サプリメント相談外来 13:30~14:00				上田 徹 (完全予約制)			
総合診療科・外科		鷲田 昌信	担当医	担当医	担当医	大山 正人	
内 科		関谷 純一	高取 健人	入江 宏史	内田 淳	内橋 猛	
整 形 外 科		担当医	木谷 直司	担当医	照喜納 光信	下村 隆敏	
形 成 外 科					照喜納 光信		
泌 尿 器 科			小島 圭二				
皮 膚 科		太田 智秋	太田 智秋	太田 智秋	太田 智秋	太田 智秋	

循環器科 カテーテル検査・治療	救急対応	心臓カテーテル 午後	救急対応	心臓カテーテル 午後	心臓カテーテル 午後	心臓カテーテル 全日	救急対応
--------------------	------	---------------	------	---------------	---------------	---------------	------

\*担当医師の一部変更があります。内科の糖尿病外来は、4月の第1火曜日になります。ご確認の上、ご来院くださいますようお願いいたします。

	日	月	火	水	木	金	土
午前診 (9:00~12:00)		生野 哲雄	生野 哲雄	内橋 猛	生野 哲雄	生野 哲雄	生野 哲雄
午後診 (16:00~18:00)		生野 哲雄	生野 哲雄	内橋 猛		生野 哲雄	



正峰会  
グループ  
【基本理念】

- 患者さま・お客さまの権利の尊重を第一に考え、信頼される病院・施設づくりをめざします。
- より良い医療・福祉をやさしく効率的に提供するため、職務能力の開発と人間性の向上に努めます。
- 利益を地域社会と職員に還元できるように、経営基盤を安定させます。

編集・発行  
社会医療法人社団 正峰会  
☎ 0795-28-3688

ホームページアドレス  
<http://www.seihokukai.com>



外科・整形外科・内科・循環器内科・リハビリテーション科

神戸ゆうこう病院

TEL: 078-578-0321

〒652-0802 神戸市兵庫区水木通10-1-12

外来診察担当表

(2019年4月1日現在)

診察時間 【午前診】 9:00~12:00 【夜間診】 17:00~19:00

※手術・救急・学会などにより、担当医師が予告なく変更になることがあります。ご了承くださいませ。

リハビリテーション部門 平日 【午前】 9時~12時 【夜間】 17時~19時 土曜 【午前】 9時~12時

		月	火	水	木	金	土
午前診	1診	溝渕 一哉 (内科)	垣内 富栄 (内科)	溝渕 一哉 (内科)	垣内 富栄 (内科)	溝渕 一哉 (内科)	秋田 耕嗣 (内科)
	2診	塚本 英資 (整形外科)	佐古 辰夫 (外科)	佐古 辰夫 (外科)	酒井 俊幸 (整形外科)	酒井 俊幸 (整形外科)	佐古 辰夫 (総合診療科)
	3診	—	小林 良幸 (循環器内科)	塚本 英資 (整形外科)	—	担当医 (外科)	—
夜間診	1診	溝渕 一哉 (内科)	佐古 辰夫 (総合診療科)	文 宣貴 (総合診療科)	秋田 耕嗣 (内科)	垣内 富栄 (内科)	—
	2診	佐古 辰夫 (総合診療科)	担当医 (整形外科)	担当医 (整形外科)	担当医 (整形外科)	担当医 (総合診療科)	—
	3診	—	—	—	—	—	—

※ 24 時間救急対応いたします。



心療内科・精神科・内科・消化器内科・脳神経外科・人間ドック

谷上ノリジッククリニック

TEL: 078-595-8731

〒651-1245 神戸市北区谷上東町13-22  
プラティーク谷上103

外来診察担当表

(2019年4月1日現在)

診察時間 【午前診】 9:00~12:00 【午後診】 15:00~18:00 (土曜日のみ午後診13:00~17:00)

※手術・救急・学会などにより、担当医師が予告なく変更になることがあります。ご了承くださいませ。

		月	火	水	木	金	土
心療内科 精神科	午前診	山本 昭雄	—				
	午後診	山本 昭雄	—				
内科 消化器内科	午前診	—	—	担当医	担当医	担当医	—
	午後診	—	—	担当医	—	担当医	—
脳神経外科	午前診	—	—	—	—	—	西崎 知之
	午後診	—	—	—	—	—	西崎 知之

●物忘れ外来・禁煙外来も行なっています。ご相談ください。



正峰会  
グループ  
【基本理念】

1. 患者さま・お客さまの権利の尊重を第一に考え、信頼される病院・施設づくりをめざします。
2. より良い医療・福祉をやさしく効率的に提供するため、職務能力の開発と人間性の向上に努めます。
3. 利益を地域社会と職員に還元できるように、経営基盤を安定させます。

編集・発行

社会医療法人社団 正峰会

☎ 0795-28-3688

ホームページアドレス

<http://www.seihoukai.com>

# 15th anniversary

平成30年4月1日でアザレア舞鶴、モンファミユ舞鶴は開設から15年を迎えました。

「地域とともに、あなたと生きる。」を基本理念に、舞鶴の地で地域の皆さまの暮らしに寄り添い、必要とされる施設をめざしてきました。平成24年には居宅介護支援事業所を開設。平成28年秋には訪問リハビリを開始し、同年12月には有料老人ホームきょうらくを開設しました。舞鶴で初となる定期巡回・随時対応型訪問介護看護のサービスをはじめ、訪問看護、ヘルパーステーションなどの事業を開始し、住み慣れた地域で暮らし続けることを支援しています。来年4月には西舞鶴に「透析クリニック」「サービス付き高齢者向け住宅」「児童発達支援・放課後等デイサービス」などの事業を行なう複合施設を開設いたします。子どもから高齢者まで安心して住み続けることができる地域の実現に向けて、これからも正峰会は地域の皆さまと歩んでいきたいと考えています。

開設時 / 階ホールにて



平成30年4月施設玄関前にて

## 「アザレア舞鶴開設 15 周年記念感謝祭」

アザレア舞鶴は開設から15年を迎えました。地域の皆さまへの日頃の感謝の気持ちを込め、平成31年3月10日(日)開設15周年記念感謝祭を開催いたしました。

地域ケア総合研究所所長の竹重 俊文氏による講演会をはじめ、せいほうアカデミー(法人内研究発表会)の演題発表、正峰会グループおよび舞鶴エリアの生い立ちのパネル展示や(株)三笑堂様による福祉用具展示などを行ない、たくさんの方にご来場いただきました。



## SNS 始めました!!

アザレア舞鶴では、施設の取り組みや季節の行事などをSNSを通じて発信しています。

ぜひ一度ご覧下さい。



Instagram



facebook



Youtube

京都府  
老健協会主催、  
時代は「老健」!!  
～老健 PR 動画  
コンテスト～にて  
最優秀賞獲得

## 管理栄養士監修!! 栄養満点のお弁当!!

1食 650円

通所利用者さま向けの持ち帰り弁当サービスを4月1日より開始します。

管理栄養士監修で栄養バランスはもちろん、高血圧やカロリーコントロールなど、さまざまな病状に合わせ、またさまざまな食事形態(普通、刻み、極刻み、みじん)のお弁当を提供します。

申し込み・詳細は、施設へお尋ね下さい。



介護老人保健施設アザレア舞鶴 通所リハビリテーション 担当: 乾 TEL: 0773-66-6680



正峰会  
グループ  
【基本理念】

1. 患者さま・お客さまの権利の尊重を第一に考え、信頼される病院・施設づくりをめざします。
2. より良い医療・福祉をやさしく効率的に提供するため、職務能力の開発と人間性の向上に努めます。
3. 利益を地域社会と職員に還元できるように、経営基盤を安定させます。

編集・発行  
社会医療法人社団 正峰会  
☎ 0795-28-3688

ホームページアドレス

<http://www.seihoukai.com>