

# ふれあい



## 特集

**1** 不整脈をカテーテルで治す  
カテーテルアブレーション治療

**2** 大腸がん検診を受けましょう

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	大山正人/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	大山正人	院長
乳腺外科	岸本昌浩 (第2・4/予約制)						岸本昌浩 (第2・4/予約制)
大腸肛門科		院長				院長	
内科	乙井一典	関谷純一 内橋猛	内田淳 関谷純一 ベースメーカー外来(予約制)	関谷純一 鶴田直敏	内田淳 関谷純一 (予約制) 内橋猛	関谷純一 内橋猛	内田淳 大倉敬之
糖尿病内科	担当医 (第1・4)	北野則和	大串美奈子 (第2)	北野則和		北野則和	担当医 (第3)
循環器内科	小林良幸 (内科・循環器内科)	森下陽子	森下陽子	小林良幸 嶋谷祐二 第3水曜日(不整脈)	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		大島庶幾
呼吸器科 9:00~11:00					大島庶幾 大嶋泰一郎		
整形外科	担当医	照喜納光信 (予約・紹介) 担当医	担当医	下村隆敏 (予約・紹介) 担当医	照喜納光信	下村隆敏 担当医	照喜納光信/下村隆敏 (予約・紹介) (予約・紹介) 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		児島彬	内本泰三	南幸一郎	林和賢	谷口俊理	中森啓太 (第1-4-5) 木下将宏/徳永雄希 (第2) (第3)
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		吉田利彦	吉田利彦	吉田利彦	吉田利彦	吉田利彦	
物忘れ外来 10:00~12:00		西崎知之					
総合診療科・外科							担当医
泌尿器科					林和賢	谷口俊理	高取健人
整形外科 15:00~18:00				石本勝彦			
下肢静脈瘤外来							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	
特殊外来(頭痛・漢方・旅行・禁煙) 15:00~16:30		上田徹	上田徹	上田徹	上田徹	上田徹	
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		加来誠一郎	担当医	担当医	担当医	大山正人	
内科		関谷純一	高取健人	鶴田直敏	内田淳	小林良幸	
整形外科		担当医	担当医	担当医	照喜納光信	下村隆敏 担当医	
形成外科					照喜納光信		
泌尿器科			内本泰三				
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

	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・福祉をやす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、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.seihokai.com>

# 医師や医療従事者の多い組織に…

正峰会グループ 理事長 大山 正

梅雨明けが待ち遠しい昨今ですが、皆さまのお身体の具合はいかがでしょうか？コロナ禍のなか、7月23日からのオリンピック開催を間近に控え、私たち国民は成り行きを見守るしかできません。とても悩ましい限りです。

この『ふれあい』の紙面では、毎度コロナのことを嘆いてまいりましたが、ワフチンが行き届き始め終息もするであろうことから、今回はコロナ後の医療についてお話しします。

私ども正峰会グループの二つの病院は、正峰会に所属する常勤の勤務医師だけではなく、大学病院をはじめとした非常勤医師の応援を得て成り立っています。コロナ後に医師の働き方改革が一気に進むと予測され、これまでのような医師の配置が難しくなると考えています。

正峰会グループで大切にしている理念の一つは、「断らない医療・介護です。地域の患者さまが夜間や救急時に困られることがないように、また検査や処置までの待ち時間が長くなる、がんになってもすぐに手術を受けられない、などといったことがないようにしていきたいと思っています。

そのためには医師の働きやすい環境を整え、医師を増やそうと思います。そうなれば他の医療従事者も働きやすくなり、何より患者さまに喜んでいただけます。決して生易しいことではないことは承知の上で、重大な覚悟を表明するものです。



## Contents Vol.85

理事長からのメッセージ	2
特集 1 Special Feature.1 不整脈をカテーテルで治す	
カテーテルアブレーション治療	3
特集 2 Special Feature.2 大腸がん検診を受けましょう	5
舞鶴 倉梯・倉二・与保呂地域包括支援センター	7
神戸 モンファミーユ北六甲デイサービスセンター 認知症対応型通所介護(共用型)について	9
西脇 桜丘あんしんケアコールセンター 定期巡回・随時対応型訪問介護看護について	10
素敵な人インタビュー 多可町の絵描き 市位翼さん	11
うまいもん探訪 ロカッセタンバ	12
おいしい健康レシピ たっぷり野菜をあえて食べるそうめん	13



今月の表紙

**ゼフィランサス**  
 撮影者：竹内 和之 様(京都府舞鶴市)  
 ヒガンバナ科タマズダレ属で、よく晴れて乾燥した土に、雨が降って球根が潤うと開花するため、レインリリー(雨ゆり)という別称もあります。  
 花言葉は「便りがある」「期待」。  
 毎年、他の可愛い花と一緒に庭に咲きます。

# 不整脈をカテーテルで治す カテーテルアブレーション治療



大山記念病院  
循環器内科  
森下 陽子 医師

心臓は、刺激伝導系という部位から発生する電気信号により規則正しく動いています。不整脈とは、脈の乱れを引き起こす余計な電気信号が発生し、心臓が規則正しく動いていない状態のことです。

不整脈の中で代表的な心房細動の患者さまの割合は、総人口の1〜2%といわれています。加齢とともにその割合は増加し、高齢社会を背景に今後ますます増加すると予想されています。その適切な対策について知ることがとても重要です。

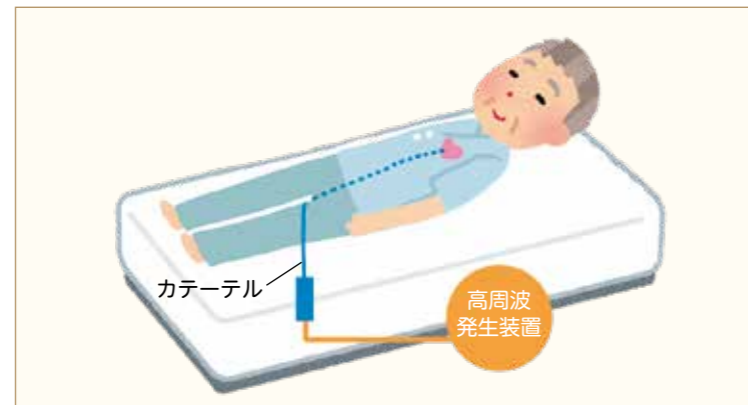
## 不整脈の治療方法

不整脈の治療方法は、大きく分けて薬物治療とカテーテルアブレーション(焼灼)治療の2つがあります。

薬物治療には、内服や注射、点滴などがありますが、これは不整脈の原因となる異常な電気信号を引き起こすものであり、原因そのものが消える根治治療ではありません。



このように、カテーテルアブレーション治療は不整脈自体の根治だけでなく、不整脈が原因の心不全を引き起こしたり、脳梗塞の治療に伴う心配を取り除いたりもできるのです。



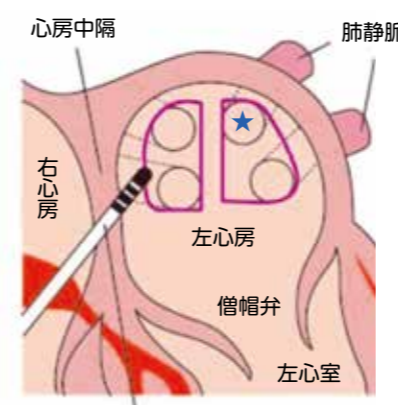
カテーテルを太ももや首の付け根から血管を通じて心臓に挿入、カテーテル先端から高周波電流を流して焼灼します。

## 大山記念病院での治療

不整脈の種類や患者さま個人の病態にもよりますが、手術時間は大体2時間〜4時間ほどで、局所麻酔や静脈麻酔(全身麻酔)で行われます。経過により異なりますが、入院日数は当院では5日から1週間程度です。カテーテルアブレーション治療後は、再発の有無などを確認しながら、外来で経過を観察します。

それに対しカテーテルアブレーション治療とは、不整脈治療用のカテーテルで異常な電気信号の発生箇所を直接焼灼する、もしくは周囲を焼灼して異常な電気信号の発生部位を切り離す、根治治療です。

心房細動という不整脈で、異常な電気信号の発生箇所が心臓の左心房にある肺静脈の場合、その肺静脈を囲むように焼灼し(左図ピンク線)、異常な電気信号が心臓全体に伝わらないように切り離します。



アブレーション用カテーテル



手術中の様子(写真左から、小林 良幸医師、嶋谷 祐二医師)

当院では、第3水曜日の午前診に不整脈専門外来を設けています。カテーテルアブレーション治療に適した状態か否かを医師が判断し、詳しい説明の上、治療方針を相談させていただきます。



## 嶋谷 祐二 医師

日本内科学会  
認定内科医  
日本循環器学会認定 循環器専門医  
日本不整脈心電学会 不整脈専門医

27年前から不整脈の診療・カテーテル治療を行なっている不整脈担当医の嶋谷です。

患者さまのための、患者さまに優しい診療を心がけています。お気軽にご相談ください。

## ■大山記念病院 循環器内科

診察時間	日	月	火	水	木	金	土
午前診 9:00 ~ 12:00	小林 良幸 (内科・循環器内科)	森下 陽子	森下陽子	小林 良幸 嶋谷 祐二 (第3水曜日 不整脈)	森下 陽子	小林 良幸	小林 良幸 (紹介・緊急)



☎ 0120-05-3773 TEL : 0795-28-3773 (携帯電話・PHS からはこちらにおかけください)

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



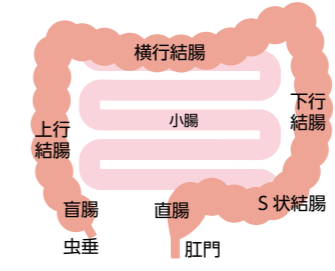
カテーテルアブレーション治療

**カテーテルアブレーション治療**  
不整脈(特に心房細動)は、「心不全の原因となる」ことがあります。しかし、カテーテルアブレーション治療で心房細動を根治することにより、心不全が起きにくくなります。  
また不整脈の中で代表的な心房細動を発症すると「脳梗塞」にもなりやすく、予防のために抗凝固療法(血液をサラサラにする薬を服用する)を用いるため、出血しやすくなります。しかしカテーテルアブレーション治療で不整脈を根治できれば、薬を服用する必要がなくなり、出血の心配もなくなります。

# 大腸がん検診を受けましょう

2020年のがん統計予測で大腸がんの患者数は、男性では前立腺がん・胃がんに次いで3番目、女性では乳がんに次いで2番目に多いがんです。男女の総数では、大腸がんが最も多いがんとなっています。(国立がん研究センターがん情報サービス「がん登録・統計」より)

大腸がんは、大腸(結腸・直腸・肛門)に発生するがんで、腺腫という良性のポリープががん化して発生するものと、正常な粘膜から直接発生するものがあります。日本人ではS状結腸と直腸に、

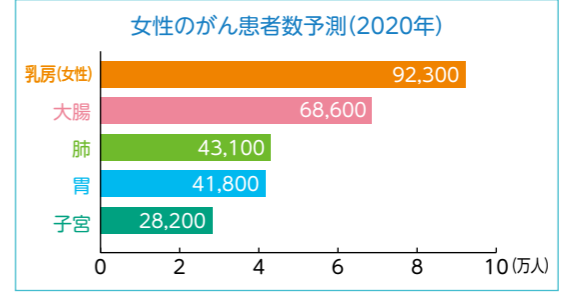
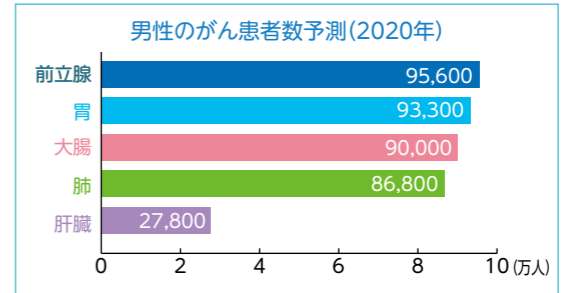


がんがでやすいといわれています。進行すると下血、下痢と便秘の繰り返し、便が細い、便が残る感じ、おなかが張る、腹痛、貧血、体重減少などの症状が出てきます。

下血は、痔などの良性の病気でも見られますが、大腸がんは早期の段階では自覚症状がほとんどなく進行していきます。

自己判断せず、早期発見のために大腸がん検診を受けましょう。

※腸からの出血により赤または赤黒い便が出たり、便の表面に血液が付着したりすること。



## 大腸がん検診について

大腸がん検診では、便潜血検査、大腸内視鏡検査、大腸CT検査があり、その中でも一般的には、便潜血検査をおすすめしています。

便潜血検査とは、大腸がんやポリープなどによる出血が、便に混じっていないかを調べる検査です(通常、便の潜血は微量で目には見えません)。

当院では、ご家庭で2日分の便を採取してご提出いただく、2日法を採用しています。1日分の便をご提出いただく1日法では、病変があっても検出されない可能性があるためです。

## 検査結果で陽性の場合

なるべく早く、消化器内科を受診しましょう。早期治療が、重症化を防ぐ鍵となります。精密検査は、主に大腸内視鏡検査を行います。

### 大腸内視鏡検査

検査着に着替え、腸の中をきれいにし、内視鏡で腸内をじっくり観察します。



きれいになった腸

### 大腸CT検査

CT検査により大腸の様子を観察します。



便潜血検査は、大腸がん死亡率を減らす有効な手段で、安全で簡単にできる検査です。

## 便潜血検査「正しい大便のとり方」

1 ラベルに氏名などを記入する。

① キャップを回して、

② 引き抜く。



2 便をとりすぎると、正しい検査ができないので注意しながら表面をまんべんなくすりこむ。

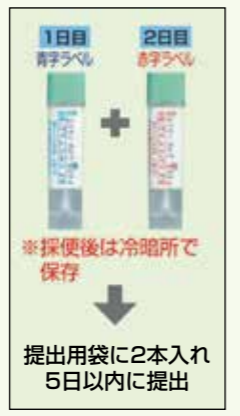


3 差し込んで、キャップを強く押す。

※1回差し込んだら、抜かないこと。



提出用袋に2本入れて提出する。



## 【注意事項】

- ・アルミシールは、やぶらない。
- ・1本の容器に、2日分をとらない。
- ・容器の液を捨てたり、水を足したりしない。
- ・なるべく新しい便(5日以内の便)を提出する。
- ・生理中は、採便をしない。
- ・人体に直接使用しない。
- ・大便をとる目的以外には使用しない。
- ・子どもの手の届かないところに保管する。

## がん予防について

- ・禁煙をする
- ・飲酒をひかえる
- ・バランスのよい食事を摂る(食物繊維を摂る)
- ・適度な運動をする
- ・適正な体形維持に努める

がんは1回の検診で見つからないことや、急速に進行することもあります。毎年定期的な検診を受診してください。また腹痛、便の性状や回数の変化など気になる症状が続く場合は、次の検診を待たずに、早めに消化器内科を受診してください。

次回は  
**乳がん・子宮がん検診**  
について  
特集します

■大山記念病院 消化器内科 ☎0120-05-3773 TEL:0795-28-3773

診察時間	日	月	火	水	木	金	土
午前診	—	大島 庶幾	高取 健人	高取 健人	大島 庶幾	—	大島 庶幾

お問い合わせ・お申し込み  
大山記念病院 健康管理センター ☎0120-300-503  
＜受付時間＞ 月～金曜日9:00～17:00 土・日曜日9:00～12:00

倉梯・倉二・与保呂地域包括支援センター

【お問い合わせ】  
倉梯・倉二・与保呂地域包括支援センター  
☎0773-77-5002

令和3年4月1日より、舞鶴市から委託を受け、社会医療法人社団正峰会が倉梯・倉二・与保呂地域包括支援センターを運営しています。

介護のこと、暮らしのこと、健康のこと、認知症のこと、家族のことなど、皆さまの悩みや不安を聞かせてください。  
住み慣れた地域で、より良い暮らしに導くお手伝いをさせていただきます。



健康のこと

足腰が弱くなって寝たきりになることや、認知症への不安があります。

市が行なう介護予防の取り組み（一般介護予防事業、介護予防・日常生活支援総合事業）が利用できます。物忘れや認知症への不安がある場合は、お早めにご相談ください。

一人暮らしで持病もあり、急に具合が悪くなったら…と不安です。

緊急通報装置の登録や貸し出しなどを紹介します。また老人クラブやサロンなどの集まりに参加することで、近所の人との交流も生まれ、孤立を防ぐこともできます。



家族のこと

離れて住んでいる一人暮らしの父が心配ですが、なかなか様子を見に行けません。

まずは、地域包括支援センターにご相談ください。訪問にて様子を確認させていただき、ご家族との連携のもと安心して暮らせるようお手伝いします。

安否確認も兼ねた配食サービスを紹介します。地域の方にも相談しながら、できる限り見守りができる環境を整えます。また認知症などにより火災の心配がある場合は、電磁調理器や火災警報器などの給付を受けることもできます。



近所のこと

最近顔を見かけなくなった、一人暮らしの高齢者がいて心配です。

高齢者宅に訪問して様子を確認し、必要な場合は関係機関と連携して解決に努めます。

近所の高齢者が虐待されているようなのですが、どうしたらいいですか？

虐待を発見したときや、虐待があると思われるときは、地域包括支援センターに通報してください。早期に発見し、第三者が介入することで、虐待の深刻化を防ぐことができます。

介護のこと

介護保険を利用したいのですが、どうすればいいですか？

まず市への申請が必要です。本人またはご家族などが申請に行けない場合には、地域包括支援センターが手続きを代行することもできます。

要支援と認定されたのですが、その後はどうすればいいですか？

介護保険サービスを利用するための計画（介護予防ケアプラン）を作成しますので、ご連絡ください。

お金のこと

判断能力が低下し、お金の管理や契約などに不安がある場合、必要に応じ「成年後見制度」や「日常生活自立支援事業（福祉サービス利用援助事業）」などへの支援につなげます。

振り込み詐欺の被害にあってしまいました。

おかしいなと思ったときや、被害にあってしまったときはご相談ください。



この他にも、ご高齢者に関する相談や悩みを受け付けます。まずは、お気軽にご相談ください。



〒625-0063 舞鶴市丸山町 51番地  
TEL:0773-77-5002  
【営業日】月～土曜日  
※祝日・年末年始(12/31～1/3) 除く  
【営業時間】8:30～17:15



モンファミーユ北六甲デイサービスセンター  
**認知症対応型通所介護（共用型）**について

【お問い合わせ】モンファミーユ北六甲デイサービスセンター ☎078-586-5450

モンファミーユ北六甲デイサービスセンターは、平成28年11月に開設しました。  
 神戸市北区にて、認知症対応型通所介護（共用型）を提供しています。



モンファミーユ北六甲  
 デイサービスセンターの特長

- グループホームの共用スペースを使ったデイサービスです。
- グループホームのご入居者とアットホームな雰囲気の中、少人数で、行事を楽しみながらゆったりと過ごしていただけます。
- 認知症の研修を修了した職員も配置しているので安心です。
- 毎食職員が手作りで家庭的な食事提供を行っています。
- デイサービスを利用しながら、環境に馴染んでいただくことができるので、ご入居を検討されている方にもおすすめです。



「ある1日の過ごし方」

- 9:00 モンファミーユ北六甲デイサービスセンター到着 健康チェック
- 10:00 ティータイム
- 10:30 体操
- 12:00 昼食
- 13:00 レクリエーション
- 15:00 おやつタイム
- 16:15 ご自宅へ向けて出発



対象者：神戸市在住かつ、要介護認定を受けている方  
 サービスのご利用にあたっては、担当ケアマネジャーとよくご相談ください。  
 営業日：月曜日～金曜日（12/31～1/3を除く）

桜丘あんしんケアコールセンター  
**定期巡回・随時対応型訪問介護看護**について

【お問い合わせ】桜丘あんしんケアコールセンター ☎0795-28-5006

桜丘あんしんケアコールセンターは、平成27年12月に開設しました。西脇市黒田庄町田高にて、定期巡回・随時対応型訪問介護看護サービスを提供しています。  
 ご高齢者が住み慣れた地域で医療や介護を受けながら最後まで暮らし続けられるよう支援しています。  
 現在65名のお客さまにこのサービスをご利用いただいています。



桜丘あんしんケア  
 コールセンターの特長

- 【介護職員数】  
30名以上が在籍しています。
- 【国家資格保持】  
7割以上の職員が介護福祉士の国家資格をもっています。
- 【ベテラン職員】  
約3割の職員が10年以上の経験を積んでいます。
- 【キャリア段位レベル4認定者】  
西脇市で6名しかいない認定者のうち、3名が桜丘あんしんケアコールセンターに在籍しています。  
 （令和3年5月時点）

私たちにお任せ  
 ください！



4つのサービスをご提供

名前に負けない「あんしん」をお届け

- ① 定期巡回サービス（毎日のあんしん）  
介護職員が定期的に巡回訪問し、配膳や排せつ介助などを行います。
- ② 訪問看護サービス（看護もあんしん）  
看護師が訪問し、病状の観察や内服薬の管理などを行います。
- ③ 随時対応サービス（繋がるあんしん）  
ご自宅に緊急通報ベルを設置し、24時間365日いつでもオペレーターが相談に応じます。
- ④ 随時訪問サービス（いつでもあんしん）  
オペレーターとお話された後、必要な場合は介護職員や看護師が自宅に駆けつけます。

対象者：西脇市在住かつ、要介護認定を受けている要介護1以上の方  
 サービスのご利用にあたっては、担当ケアマネジャーとよくご相談ください。

糖尿病  
 コラム

Vol.5



糖尿病の治療は「食事療法」「運動療法」「薬物療法」の3本柱になります。今回は「食事療法」についてお話しします。  
 生活習慣病を予防するため、食べすぎないこと、適正体重にしていくことは重要なことです。しかし糖質制限や過度の食事制限では、筋力が低下し健康を過すことが難しくなります。  
 現在の糖尿病の治療方針としては、①適正体重(BMI22)の維持②バランスを考えた食事をとることを推奨しています。  
 高齢化が進んでいる我が国では、元気に自立して過ごすことが重要と考えられています。適度な運動量を意識し、適正体重を維持して、必要な栄養は摂取し、健康に過ごしていきます。

管理栄養士 落合 絵令奈  
 糖尿病看護認定看護師 東田 美紀





ベーコンチーズバーガー  
1,430円(税込)



アサイーボウル  
990円(税込)

## うまいもん探訪

vol. 29 **ロカッセタンバ**

ロカッセタンバは、代表の清水 浩美さんが地域(ローカル)を活性化(カッセイカ)させたいと、2019年4月にオープンされました。人が集まり地域が活性化するしかけを作りたいと場所を探されていたところ、三尾山を望むロケーションが気に入り、丹波のこの地に決められたそうです。その思いはロゴにも反映されています。

屋外は直営のLOCASSE CAFÉ(バーガー)の他、ヤマネベーカリー(パン)、屋内飲食スペースの奥には、KNOCKOUT TAMBA(ノックアウトタンバ)として、アメリカ、ヨーロッパからのアウトドア用品、ミリタリー雑貨、ワークウェア、キャンプ用品のセレクトアイテムのほか、丹波ゆかりの方が作られた雑貨や加工品などが所狭しと並べられ販売されています。山奥の自然とリゾートが調和したおしゃれで開放的な空間です。バリ島の料理は期間限定で登場、今後も、そば屋やクレープ屋などさまざまな業種の出店を予定しています。

清水さんおすすめのベーコンチーズバーガーは、高さが10cmほどありボリューム満点。まず目に飛び込んできたのは大きな厚みのある自家製ベーコン。7日間かけて丁寧に作られたその味は香ばしく、ジュシーで食べごたえ十分です。バンズは、もっ



代表の清水 浩美さん



屋内の飲食スペースと雑貨販売



季節のフルーツパフェ  
990円(税込)



クワトロハニーバーガー  
1,650円(税込)

ちりとしてほのかな甘みがあります。大きな口でかぶりつくと新鮮な野菜の食感とともにベーコンの燻製の香りがふんわり口いっぱいに広がり、思わず笑顔がこぼれます。他にも4種のチーズをたっぷり使用したクワトロハニーバーガーなど、メニューが充実しています。アサイーボウルのトッピングには地元で採れたブルーベリーとイチゴがたっぷりのっています。はちみつがかかっていてすっきりとした甘みで、ひんやりと冷たく爽快な気分を味わえます。

また、廃棄予定の食材を活用した草木染めや炭マスクなどのフードロス対策、氷上高校とのタッグ、ブルーベリーサプリメントでおなじみの「わかさ生活」初の直営農場としてのブルーベリー栽培など、幅広い視野で運営されている清水さんに、今後の展望をお聞きしました。

ロカッセタンバの原点でもある「地域を活性化させる」ための場所でありたい。まず丹波がどんなところなのかを知ってもらうために、人が来る場所を提供し、次のステップで地元の人と他愛のない話をして、地域や人を知ってもらって、最後に移住や農業を選択される方がいれば地元にとっても嬉しい。地元の人にとっては当たり前の特産品や地域資源を、新たな形で発信することで、また違った魅力になる。それを地元の人にも市外の人にも気付いてもらえる場でありたい。

自然いっぱいの解放感あふれる屋外で、三尾山を眺めながら食べるハンバーガーは格別で、清水さんから元気をいただきました。



**LOCASSE TAMBA (ロカッセタンバ)**

〒669-4271 兵庫県丹波市春日町柚津 67 番 1

【TEL&FAX】0795-75-1122

【ホームページ】<https://locasse-tamba.com/>

(※お休みは、ホームページにてご確認ください。)

MAP



インスタ



## 素敵な人 interview

絵の魅力にはまり、個性あふれるペインティングアート作品を生み出されている多可町の絵描き：市位 翼さんにお話を伺いました。

【プロフィール】

市位 翼

1993年生まれ

<http://museum0.wp.xdomain.jp/>



### 活動のきっかけを教えてください。

小さいころから絵を描くのが好きで、よくラクガキをしていました。高校生のときもノートによくラクガキをしていたのですが、就職してからは全く絵というものに触れる機会がありませんでした。仕事は大変で毎日なんで生きているのか分からなくなっていました。そんなとき僕は思いきって、ジャマイカ1人旅を決行しました。当時20歳の僕は、乗り継ぎ3回、2日と半日かかってなんとかジャマイカまでたどり着きました。ジャマイカでは、みんなが自信をもって、素直に生きていると感じました(ちなみに言語はパトワ語です)。そこで見た景色や温度、人、街並み、色、いろいろなものに衝撃を受け、それからまた絵を描くようになりました。



僕の表現や活動の原点は、この最初の1人旅だったかなと今は思います。

また機会があれば長々と書かせてください。

### 作品の発想について教えてください。

いろいろですが、そのとき1番興味を惹かれていることから発想して描いています。本を読んでいて“めちゃくちゃ面白いなあ”と思って、その人を調べているうちにその人を描きたくなったり、“春やなあ、いい季節やなあ”と思っているうちに自然と、自然を描いていたりするような感じです。自分の中で1番芽が出てきた気持ちを題材にすると、とても熱中できます。



### 制作中に大切にされていることを教えてください。

制作中に大切にしていることは「集中」です。描いているときは携帯電話を見ないようにして、今自分がしていることだけに集中するようにしています。他にも部屋は片付いている方が集中できるし、時計は無い方が時間を忘れて集中できます。また早く寝てスッキリ起きた方が集中できるので早く寝ることを心がけています。最近ではちょっと夜更かしがみで反省です。

### 今後の方向性を教えてください。

絵は最高で毎日描いています。今後も絵を中心にいろいろな芸術にチャレンジしたいです。

最近では映像の面白さに魅せられ、映画をつくってみました。今は、紙芝居や絵本をつくっています。

文章を書くこと、音楽をつくること、建築にも興味があります。日本には素晴らしい伝統芸能、文化が沢山あります。学んで、僕も美しい新しい芸術を見つけたいです。



### 皆さまにメッセージをお願いします。

僕の地元は多可町八千代区で「敬老の日」発祥の町です。「敬老の日」は「敬老会」が始まりで、「老人を大切にしよう」と「お年寄りの知恵を借りて村作りをしよう」という趣旨から開催されたといわれています。この組み合わせはなかなか素敵だなあと思っています。

今から田んぼや畑を少しずつですがやっつけていこうと思っているので、また知恵を借してください。



New 新任医師のご紹介 Face

大山記念病院 兼 神戸大山病院

**麻酔科 米温子 医師**  
令和3年4月より大山記念病院で麻酔科、神戸大山病院で麻酔科と婦人科検診を担当しています。安心して手術や検診を受けていただけるよう尽力したいと思います。どうぞよろしくお願いいたします。



神戸大山病院

**内科 佐野均 医師**  
30年来、今日まで透析医療も行なってきました。専門は心臓血管、胸部外科ですので、今後も、循環器と呼吸器の患者さまの助けができれば幸いです。



神戸大山病院

**整形外科 戸田誠 医師**  
はじめまして。整形外科の戸田 誠と申します。専門は外傷と関節外科です。この度、人工関節手術にロボット支援手術システムが導入される予定です。より安全で安心な医療の提供をめざします。



舞鶴正峰会クリニック

**院長 田村亨 医師**  
令和3年7月1日、舞鶴正峰会クリニックの院長として着任しました。よろしくお願いいたします。

Topics

母の日のにが絵展

(大山記念病院の多目的ホールにて5/1~5/16開催)  
61名のお子さまから、にが絵をご応募いただきました。多くの笑顔で、病院内が明るい雰囲気になりました。保育園、こども園の皆さまにもご協力いただきました。ありがとうございました。  
来年も開催を予定していますので、どうぞよろしくお願いいたします。



図書目録贈呈

2021年5月7日、黒田庄中学校を訪問し、図書目録を贈呈しました。  
**新保校長先生より**  
「毎年、ありがとうございます。昨年の贈呈分では、医療や人権に関する書籍をたくさん購入させていただきました。中でも『はたらく細胞』シリーズは分かりやすく、生徒たちが自分の健康や医療に関心をもつきっかけになればと思っています。」



中止のお知らせ

正峰会 大山記念病院グラウンド・ゴルフ交歓大会  
大山記念病院院長杯 健康ふれあいゲートボール大会  
新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、中止いたします。

2021年度(令和3年度)園児募集!!

~年度途中でもご入園いただけます~

西脇さくら保育園

〒679-0321 兵庫県西脇市黒田庄町田高326-1 ☎0795-28-4197  
地域のお子さまの入園をお待ちしています。園見学・説明、お気軽にお問い合わせください。

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

頭の体操

正解者の中から抽選で10名の方に、「クオカード500円分」もしくは「カフェ クルドット コーヒー or 紅茶 1杯無料券(モーニングサービスも利用可)を2枚」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】

- 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。
  - 縦にも1から9の数字が入ります。
  - 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、郵便はがきにて下記①~⑦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 ⑥希望の景品(クオカードorカフェ クルドット1杯無料券 2枚)  
⑦(さしつかえなければ)年齢  
◆締切 令和3年9月10日(金)

前回の答え... 21

◆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

おいしい健康レシピ



たっぷり野菜を  
あえて食べる  
そうめん

栄養価

エネルギー	663kcal	炭水化物	65.8g
タンパク質	25.6g	塩分	2.5g
脂質	28.5g		

野菜とそうめんを、ラー油で和えて食べるシンプルなお料理です。たっぷりの野菜でも最後まで飽きることなく食べられます。  
いろいろな野菜を食べて、夏を元気に過ごしましょう。  
管理栄養士 山本 朝香さん



紫水菜や紫玉ねぎ、紫キャベツを入れると鮮やかになります。

サニーレタス、せり、クレソンの組み合わせも一味違った風味が楽しめます。

❖ 材料 (一人分)

- ・そうめん ..... 1束 (50g)
  - ・水菜 ..... 15g
  - ①・サニーレタス、ねぎ、大葉 ..... 合わせて15g
  - ・にんじん ..... 30g
  - ・きくらげ ..... 30g
  - ・もやし ..... 30g
  - ・鶏そぼろ
  - サラダ油 ..... 適宜
  - 鶏むねひき肉 ..... 50g
  - しょうゆ、砂糖 ..... 少量
- (カレー粉を入れるとアクセントになります)

- ・ミックスナッツ (ジャイアントコーン、ピーナッツ、くるみなど) ..... 30g
- ・フライドオニオン (市販品) ..... 5g (ポテトチップスを砕いたものでも代用可能)
- ・食べるラー油 ..... 大さじ2
- ・すだち、レモン、ライムなどの柑橘 \*絞しやすい大きさに切っておく



- 1 そうめんは2分茹でて水にとり、ぬめりを取って水切りをしておく。
- 2 ①をそれぞれ洗って水を切り、3cmぐらいの長さに切る。  
きくらげは、もどして干切りにする。  
にんじん、もやしはそれぞれさっと茹でておく。

- 3 フライパンに薄くサラダ油をひき、鶏むねひき肉を入れ、しょうゆと砂糖を加え、かき混ぜながら火を通し、鶏そぼろを作る。
- 4 大きいお皿の真ん中にそうめんを置く。その周りに2と、ミックスナッツやフライドオニオンを盛り付ける。
- 5 最後に上から食べるラー油をかけて出来上がり。  
お好みで、すだちなどの柑橘を絞り全体を混ぜると、さっぱりとして食べやすくなるので、おすすめです。