

季刊紙

医療法人社団 岡田会
理念
正義・友愛・奉仕
基本方針
医療にヒューマニズムを

やまのべ

(題字)

奈良県指定無形文化財

無監査 刀匠 月山 貞利



『淡路島国営明石海峡公園』

着任のごあいさつ／静電気の悩みはこれで解決！すぐに試せる5つの対策……………	01
診療報酬改定……………	02
メイクアップで心晴れやか♪……………	03
介護事業部アレコレ……………	04
やまのべグリーンヒルズ入所棟／歌謡教室のご紹介／やまのべ健康川柳……………	05
連載：地域の光と風 大安寺	
大安寺副住職 河野 裕韶 ……	06
山の迎病院の待合室にデジタルサイネージ（電子看板）が設置されました！／令和6年度新入職者／編集後記……………	07
送迎車時刻表／外来診察一覧表……………	07

発行 **医療法人社団 岡田会**
〒633-0081
奈良県桜井市草川61番地の1
TEL 0744-45-1199
FAX 0744-42-1320
e-mail office@yamano.or.jp
https://www.yamano.or.jp

責任者
編集委員会



2024年1月1日に着任しました。中本吉彦と申します。

内科という内臓に関わる診療を全般的に行っております。

我が国でも高齢化が急速に進み、多くの方々が一つだけではなく、さまざまな複数の病気を抱えている時代となってきました。病気によっては高度医療機関や専門医療機関、時には複数の診療科にて治療されている方、健康管理も含めてお住まいの近くの医療機関にて治療されている方もいることと存じます。

山の辺病院におきましては健康管理を含めた通院治療や必要な際には入院での治療、場合によっては少し遠方になったとしても高度医療機関や専門医療機関にご紹介するといった地域にお住まいの方々が安心して生活することができる医療機関をめざしています。体調面は当然のこと、心配な事を含めたお気持ちの面もご相談下さればと考えています。

私の山の辺病院における業務内容としましては、内科医として毎週月曜日と金曜日の午前外来診療をしています。担当日には胃カメラや大腸カメラも施行させていただいております。その他にも救急医療やリハビリテーション療法、健康診断等にも従事させていただいております。また毎週火曜日と土曜日には近畿大学奈良病院（生駒市）にて血液内科医として、診療に従事しております。

山の辺病院スタッフ一同 末永くよろしくお願い致します。

静電気の悩みはこれで解決！ すぐに試せる5つの対策

静電気が起きるのはなぜ？

静電気とは、物質内にたまった状態の電気のことです。人間の体を含め、どんな物質もすべてプラスとマイナスの電気を持っていて、通常はプラスとマイナスの電気が釣り合った状態になっています。しかし、摩擦などが原因でプラスとマイナスの電気のバランスが崩れることがあります。

この状態でたまった電気が「静電気」です。

静電気発生メカニズム



① 通常は「+」と「-」のバランスが保たれている

② 摩擦によって「+」と「-」が移動する

③ 「+」と「-」が偏り、帯電する



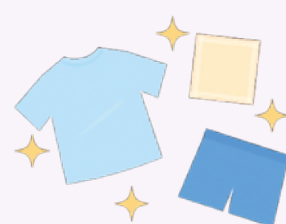
洋服を脱ごうとしてバチバチと静電気が発生した経験は、多くの方がお持ちではないでしょうか。通常、体にたまった静電気は、日常生活の中で知らないうちに少しずつ放電されていきます。湿度の高い夏には空気中の水分を通して静電気は自然と放電されます。水は電気を通しやすいため、空気中の水分が多ければ多いほど放電が進むのです。

冬は乾燥して空気中の水分が少ないため、静電気が放電されにくくなりどんどん体にたまっていきます。体に静電気がたまった状態で、金属製のドアノブなど電気が流れやすいものを触ると、体にたまっていた静電気は、ドアノブに向かって一気に流れます。ドアノブに向かって一気に流れます。あの「バチッ」という痛みは、この急激な放電によって生じるのです。

静電気は、湿度 20%以下、気温 20℃以下になると発生しやすくなります。晩秋から春先にかけて、特に注意が必要です。

今日から始める静電気対策

- ① 部屋の加湿をする
- ② 肌の保湿をする
- ③ 洗剤を少なめに
- ④ 湯船の温度は40℃以下に
- ⑤ 天然繊維の衣服を身に着ける



静電気は不快なものです。静電気に悩まされるということはそれだけ肌の乾燥が進んでいるサインでもあります。今回紹介した静電気対策を是非試してみてください。

診療報酬改定

診療報酬とは

病院や診療所で診察を受けると、料金が発生します。
この料金形態は国によって決められており、2年に1度、見直しがなされます。

誰にでも加入が義務付けられています医療保険制度があります。
会社員 A さんが、風邪をひいたので、保険証を提示して、病院で診察を受けました。

病院で診察を受ける場合、1つ1つの項目に点数が決まっています。診察料が74点、薬が34点、検査が504点などです。
この合計612点に10円を掛けた、6,120円が診察代（診療報酬）となります。Aさんは、社会保険に加入していて、3割負担とすれば、自費負担は1,836円の支払いとなり、残りは、病院が社会保険に請求することになります。

診療明細書

区分	項目	点数
初診・再診	外来診療料	74
投薬	風邪薬A	20
	胃薬B	14
検査	採血	294
	胸部レントゲン	210

この点数は、政府が年末に予算編成する際、診療報酬全体の改定率を決定します。それを厚生労働大臣が、中央社会保険医療協議会に諮問して意見を求めます。よって、病院や診療所で診察を受けた診察代になる点数は、個々に見直しが行われ、決まることとなります。
その点数の見直しが、2024年6月に行われます。

注：薬の点数は、種類によって変わる場合があります。
検査の点数も、項目の違いなどによる理由で、変わる場合もあります。



参考 日本医師会ホームページ

メイクアップで 心晴れやか月



デイサービスやまのベ
メイク教室

メナード特別講師

清水千尋 先生

担当：戸田有香

開催日時：第二土曜日

13時～14時

定員数：10名

メイクアップの効果は化粧をすることで楽しい気持ちになったり、気分が晴れたり認知機能の低下を抑制する等があります。また、ふたを開け閉めする、ファンデーションを塗る、眉を描くなどのお化粧の一連の動作で、手指や腕を適度に動かし筋力維持にもつながります。メイクで見た目も心も美しく健康になりましょう♪

メイクの後のお楽しみは記念撮影♪季節に合わせて衣装やアイテムが変わります。1月はお正月気分を着物を、2月は節分で金棒を持って…と利用者さんもポーズをとって笑顔で撮影に参加されています。メイクアップした状態でのお写真は、必ずお

渡しし本人様・家族様にも喜んでいただいています。化粧している内に、変わってゆきご自身の顔を見て笑顔になられたり、回数を重ねるごとに、御自分でメイクに取り組まれるようになってきました。

これがしたい、あれがしたい、とメイクに対する意欲が湧いておられ、メイク教室の日を楽しみに来ていただく事ができています。中には「いくつになってもいつまでもキレイでいやなあかん!」とおっしゃる利用者様もいらっしゃり、職員も刺激をいただいているほどです。



新しい自分に
出会いませんか?
教室体験お待ちしております。



■山の辺病院
■やまのベリハビリセンター
☎ 0744 (45) 1199
桜井市草川 60 番地

■介護老人保健施設(従来型)
やまのベグリーンヒルズ
☎ 0744 (45) 5960
桜井市大豆越 104 の 1
◇入所 ◇短期入所療養介護
◇通所リハビリテーション
介護予防通所リハビリテーション(デイケア)

■介護老人保健施設(ユニット型)
まきむく草庵
☎ 0744 (45) 1502
奈良県桜井市草川 58 番地
◇入居 ◇短期入所療養介護
◇通所リハビリテーション
介護予防通所リハビリテーション(デイケア)

■指定通所介護施設
デイサービスやまのベ
☎ 0744 (45) 0280
桜井市大豆越 104 の 1
入浴・機能訓練・カルチャー教室・グループ
イベント等各種実施中
無料体験もお気軽にどうぞ

■短期入所生活介護施設
やまのベオレンジヒルズ
☎ 0744 (45) 5966
桜井市大豆越 104 の 1

■訪問看護・訪問介護
アップル
☎ 0744 (45) 0604
桜井市大豆越 104 の 1

■在宅介護支援センターやまのベ
☎ 0744 (45) 5962
桜井市大豆越 104 の 1
各種介護保険サービスのご相談はお気軽に
お問い合わせ下さい。(相談は無料です。)

■児童発達支援・放課後等デイサービス
発達・教育支援センター アミックス
☎ 0744 (46) 3730
桜井市辻 53 番地
営業時間：火・金・土 9:00～17:00
水・木 11:00～18:45
※日・月・祝はお休みとなります
対象：0～18歳までの受給者証をお持ちの方

介護事業部 アレコレ

節分・ひな祭り

やまのベグリーンヒルズ 2月の節分とオレンジヒルズ 3月のひな祭りのレクリエーションの様子です。グリーンヒルズでは赤鬼 VS 青鬼のチーム対抗玉入れゲームで、皆様元気に厄除けをされ春の訪れを待たれていました。



やまのベグリーンヒルズ 節分



やまのベオレンジヒルズ ひな祭り

BCP 研修

「やまのベグリーンヒルズ」「まきむく草庵」「その他介護事業所」では、全職員を対象に BCP（業務継続計画）研修を実施しました。2024 年は能登半島地震という大災害からのスタートになりました。災害が起きてもサービス提供を続けていくために、職員の参集基準・優先して取り組むことなどを確認し、エアストレッチャーの使用法についても学びました。もしもの時はあってはほしくないですが、日頃から意識づけていくことが大切と感じています。



口腔衛生

「やまのベグリーンヒルズ」「まきむく草庵」では口腔ケアに力を入れて取り組んでいます。口腔内のケアは健康維持に欠かせません。口腔内のケアが不十分だと、虫歯や歯周病が進行し、歯を無くしてしまうだけでなく、肺炎の原因となる菌の増殖で肺炎を発症しやすくなるともいわれています。「口腔衛生管理加算」の適用についてご不明な点がございましたら各施設窓口にお問合せください。



桜のお花見ウィーク

今年は桜の開花が遅く、皆様まだかまだかと心待ちにされていました。医療法人社団岡田会の公園にもやっと咲いた桜。ぽかぽか陽気の日はお花見を楽しめます。通所リハビリに通われている方も綺麗な桜をご覧になろうと、セラピストと一緒に公園まで足をのばされこのシーズンを楽しみにされていたご様子でした。ご近所のピカピカの 1 年生もランドセル姿で記念撮影をされたり、地域の方の憩いの場となっています。



お花見中にオレンジヒルズとまきむく草庵の利用者様が公園でこんにちは ^^ 道端でつんだつくしを利用者様同士プレゼントされていたご様子にほっこり。

やまのベグリーンヒルズ入所棟

毎月1回の『旨いもん祭』では、メニューに夏には鰻や鯉をとりいれたり、冬には鍋物など、季節を感じる旬の食材を使ったお食事を提供しています。日頃とは異なる献立に合わせた食器やお重・小鍋などを使うことで、趣向を変えています。利用者様に「いちばんの楽しみは何ですか？」と聞くと、やはり「食事」と答えられることが多いです。その中でも『旨いもん祭』を特に楽しみにされている方が多く、前日から「明日は旨いもん祭や」「ご馳走の日や」と、



心待ちにされている様子が伺えます。食事は五感のすべてを使い、気持ちを前向きにするきっかけにもなります。

「しっかりリハビリをする→食欲が湧く→美味しく食べる」のように、美味しく楽しい食事で生活の質を高めることにつながっていかばと思います。

メニュー表

〈あったか鍋〉

- ・カレー鍋
- ・油揚げと生姜の混ぜご飯
- ・白菜のゆずドレ和え
- ・パンナコッタ



〈中華御膳〉

- ・中華風炊き込みご飯
- ・バンバンジー
- ・茄子のナムル
- ・春雨サラダ
- ・中華スープ
- ・杏仁豆腐



歌謡教室のご紹介

こちらも大人気のカルチャー教室です。懐かしい曲・新しい歌、先生の引き語りで楽しく皆で歌える喜び。

「歌を歌う」ことで脳や肺、口腔機能などの運動に最適です。口まわりの筋肉を鍛えることで食べ物のどに送り込む力も強化され、誤嚥防止にもつながります。

特に、普段車椅子やベッド上で過ごすことが多い利用者様にとっては、身体や口を動かす良い機会となっています。カラオケが好きな方が多いのは、理にかなっているのですね！



古泉 健二 先生

デイサービスやまのベ・やまのベグリーンヒルズデイケア・まきむく草庵入所棟で月に2回、開催されています。先生の美声も人気の理由のひとつです。



面会し

子の手のぬくもり 変わらぬに
まきむく草庵 利用者様

芸達者

フロアに広がる 笑い声
まきむく草庵 職員

一歩ずつ

毎日前進 コツコツと
グリーンヒルズ 利用者様

西瓜切る

大きい小さい もめる子等
グリーンヒルズ 利用者様

初夏待つが

暑さも困り 勝手に思う
デイサービスやまのベ 利用者様

若き日の

家族多けり ボヤク日多し
デイサービスやまのベ 利用者様

孫は皆

巣立ちて 老夫婦のみ残り
デイサービスやまのベ 利用者様

やまのべ健康柳

地域の光と風



大安寺

大安寺副住職 河野裕韶

日本最古の官立寺院である大安寺。南都七大寺の一つにも数えられ、奈良時代は約26万m²の境内地に七重塔2基をはじめとする90余りの堂塔と、空海や最澄ら887名もの学僧を擁した国家筆頭寺院でした。

その歴史は大変古く、聖徳太子の時代にまで遡ります。太子は薨去の際、自らが平群の地に建立した道場である「熊凝精舎」を国家の大寺となすよう、後に舒明天皇となられる田村皇子に遺願されました。舒明天皇は即位から11年後、その遺願により「百濟大寺」を建立されました。これが我が国最初の官立寺院、つまり天皇自らが発願して建立した最初の寺院になります。

その後、「高市大寺」、次いで「大官大寺」と名と所を変えながら飛鳥時代の中心寺院として栄え、やがて平城遷都にともない今日の平城京内の地に遷

され「大安寺」となりました。

中世の度重なる災禍等により、現在は壮麗なる大伽藍は全て消失して地下の遺構に埋もれ、境内地も最盛期の約1/25、たった4%にまで縮小し寺運衰微してしまいましたが、奇跡的に貴重な天平時代の仏像9体が今に伝えられています。

また、近年は癌封じの祈禱寺としても篤い信仰が寄せられ、毎年1月23日に開催される「光仁会癌封じ笹酒祭り」には約1万人の参詣者が訪れ、境内は人々の熱気に包まれます。光仁天皇はまだ即位される前の白壁王の時代に、しばしば大安寺を訪れては竹を切って酒を注ぎ、温めて召し上がる「林間酒を温める」風流を楽しまれました。その験あって病弱であった体質が改善され、実に62歳という高齢で帝位につかれた方です。この光仁天皇の故事にあ



癌封じ祈禱

やかり、癌等の悪病を封じて息災にすごそうと催されるのが笹酒祭りであり、早朝には光仁天皇の御忌法要も厳修されます。

また、近年はかつての大伽藍を奈良文化財研究所様ご監修の下、CGで復元した「大安寺天平伽藍CG復元プロジェクト」と7体の天平仏をお祀りする「宝物殿増改修工事」をクラウドファンディングを活用して実施させていただく等、従来の慣習にとらわれない新たな方法での復興や活動にも積極的に取り組んでいます。

このように堅固な伝統と少しの革新が共存する大安寺に、是非一度お参りいただけましたら幸いです。



天平伽藍 CG 復元



宝物殿



光仁会 癌封じ笹酒祭り

山の辺病院の待合室に デジタルサイネージ（電子看板）が設置されました！

デジタルサイネージ（電子看板）とは？

ディスプレイやタブレットなどの電子表示媒体を活用した情報発信システムの総称でサイネージ（Signage）には、建物や公共の場にある看板や標識といった意味があり、デジタルサイネージは「電子看板」や「電子掲示板」とも呼ばれています。

山の辺病院では、毎日朝8：00～19：00頃まで休診情報や医療に関する情報、院内のイベント情報などを掲示していますので皆さん是非、ご活用ください。



令和6年度 新入職者

病院	6名
介護事業部	10名
アミークス	7名

が新たに岡田会の仲間として
加わりました！
皆様、よろしくお祈りします。

編集後記

皆さん、金八先生をご存じでしょうか？私も、オープニングの河川敷を歩く、金八先生を見て育ちました。先日も、直に金八先生を見に行きました。歌も、しっかりとるんですが、ドラマの中での金八先生の名言。その1つに、次のような名言がありました。

「正しいという字は、「一つ」「止まる」と書きます。「どうか、一つ止まって判断できる人になってください」

私たちは、いつでも、判断を下さなければならない時がありますね。そういった決断は、焦って、失敗に陥りやすいですが、一度、立ち止まって考えることができると、冷静に、判断できるようになります。忙しく、時間がない時こそ、一度、立ち止まることで、正しい選択ができ、無駄な時間を割くこともなくなるのでしょうね。



近鉄桜井駅

YAMANOBE HP やまのべリハセンター

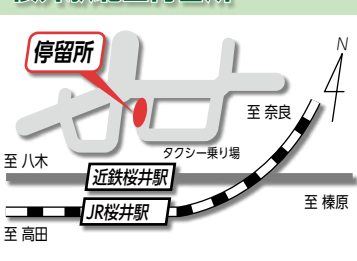
送迎車時刻表

桜井駅（北口）	山の辺病院	山の辺病院	桜井駅（北口）
8：00	8：23	8：30	8：53
9：05	9：28	9：10	9：33
9：40	10：03	9：40	10：03
10：15	10：38	10：15	10：38
10：45	11：08	10：50	11：13
11：25	11：48	12：05	12：28
12：30	12：53	13：00	13：23
15：55	16：13	15：25	15：48
		20：10	20：33

15人乗りです。
運転手を除いて
定員は14人です。
7人乗りです。
運転手を除いて
定員は6人です。

職員送迎専用です。
職員送迎専用です。同乗できます。
※片道20分程度を見込んでおりますが、遅れる場合がございます。
※当分の間、平日の午後、日祝日は運休いたします。
※その他については、病院事務所にお問い合わせ下さい。
※但し、日曜・祝日/年末・年始は運行していません。

桜井駅北口待合所



無料送迎車運行中！

医療法人社団岡田会 山の辺病院 外来診察一覧表 (2024年5月1日現在)

		月	火	水	木	金	土	日
内科一般	一診	田原	福居	若月	築瀬	中本	担当医	-
	二診	中本	浪崎	近森	森元	若月	松山	-
内科 専門外来	糖尿病 田原	-	-	糖尿病 若月	-	-	-	-
皮膚科		-	-	-	樋口	-	-	-
整形外科		-	岡田憲	岡橋	山藤	磯本	中西 (第1) 担当医	-
							松井 (第2) 担当医	-
							松井 (第4) 担当医	-
整形外科 専門外来		-	-	膝関節 岡橋	-	足・足関節 磯本	中西 (第3) 担当医	-
外科系総合外来	岡田	-	-	-	-	-	岡田	-
外科	山田行	-	山田行	-	-	國重	-	-
脳神経外科	-	山田修	-	-	-	-	-	-
リハビリ	岡田	森元	山田行	中本	國重/石田*	田原	-	-
午後診	内科一般	田原	浪崎	森元	田原	森元	-	-
	処置外来	山田行	担当医	山田行	担当医	國重	-	-

診察時間 午前診 9：00～12：00 午後診 (内科一般) 17：00～18：00
(如置外来) 月・水・金 17：00～18：00
火・木 18：00～19：00

石田* リハビリ 要予約

医療法人社団岡田会 山の辺病院 歯科口腔外科外来診察一覧表 (2024年5月1日現在)

	月	火	水	木	金	土	日
9：00～12：00	○	○	△	○	○	○	-
13：00～16：30	○	○	-	○	○	○	-
17：00～19：00	○	-	-	○	-	-	-

△ 水曜日 午前診 9:30～ 要予約