

わが家の



祖父母を支えて

第4回 ^{たけお} 齋藤長夫さん（105歳）

診療所だより

第四二二号（7月号）

発行 医) 宏友会
上田診療所
酒田市上野曽根
字上中割73番地
TEL.0234-27-3306
責任者 矢島恭一



酒田市上野曽根町

酒田市上野曽根町にあり、昭和30年代に建てられた、木造の2階建ての建物である。現在は、酒田市立上野曽根小学校の校舎として使われている。建物は、酒田市の歴史を伝える貴重な文化財である。

酒田市上野曽根町にあり、昭和30年代に建てられた、木造の2階建ての建物である。現在は、酒田市立上野曽根小学校の校舎として使われている。建物は、酒田市の歴史を伝える貴重な文化財である。

酒田市上野曽根町にあり、昭和30年代に建てられた、木造の2階建ての建物である。現在は、酒田市立上野曽根小学校の校舎として使われている。建物は、酒田市の歴史を伝える貴重な文化財である。

酒田市上野曽根町にあり、昭和30年代に建てられた、木造の2階建ての建物である。現在は、酒田市立上野曽根小学校の校舎として使われている。建物は、酒田市の歴史を伝える貴重な文化財である。



酒田市上野曽根町

酒田市上野曽根町にあり、昭和30年代に建てられた、木造の2階建ての建物である。現在は、酒田市立上野曽根小学校の校舎として使われている。建物は、酒田市の歴史を伝える貴重な文化財である。

酒田市上野曽根町にあり、昭和30年代に建てられた、木造の2階建ての建物である。現在は、酒田市立上野曽根小学校の校舎として使われている。建物は、酒田市の歴史を伝える貴重な文化財である。



シリーズ「ふるさと」

その1-3 ソロバンとコンピュータ

コンピュータ講座の時「ソロバンとコンピュータではどちらが便利ですか」との質問を受けた。「どちらも便利ですが、ソロバンを使つて月にロケットを送ることは不可能です」と答えた・・・

が、まだソロバンの方が早かった。酒田市では昭和57年に総合文化センターでコンピュータ講座を開始した。その時、市の担当者として指導に当たっていた。

酒田市が他市に先駆けてコンピュータに取り組んだのは、都会に出た同窓生と再会する時「都会的なファッションに圧倒される」「流行の話題に乏しく何を話して良いかわからない」等々の「若者の悩み」からだった。その対応策として、情報のやり取りで



きるコンピュータの導入に踏み切った。

当時、コンピュータの導入は困難を極めた。誰も見たことがない機械を導入し、講座を開くことは夢のようなことだだった。業者に

対して機器の入札を行ったが、電卓とコンピュータの区別がでない業者もいた。今では当たり前に行われているインターネット

やホテルの予約などは想像のできないことだだった。

インターネットが普及し、自宅で仕事や学習ができる時代になった。ネットの普及はふる里の生活を大きく変えようとしている。

(庄内 平也)

～ 令和5年度 上田診療所の方針を紹介します ～

Ⅲ. 継続は力なり！当法人の特性を活かした地域包括ケアを推進する

1. 外来や在宅の閉じこもり傾向の患者様に対して、**介護サービス**に繋げて行く
2. 患者様へ生活習慣病や感染症、予防接種についての情報提供を行う
 - ①製薬会社から提供して頂いた**パンフレット**を配布
 - ②中待合や掲示板へ**ポスター**掲示
 - ③**診療所だより**での情報提供
3. 外来患者様、患者様家族へ**認知症カフェ**を紹介する



夏は可愛いバゴニアがお出迎えます

夏は可愛いバゴニアがお出迎えます



安い！
職員の共同購入がはじまりました

ありがたい！



美味しい！



こんなはずじゃなかった(2)

矢島 恭一

今月は先月号の続きです。

先月号には5月1日に入院して、自分では1週間程度で帰れるものと思っていたところ、とんでもない展開になり、『こんなはずではなかった』と早川一光先生の言葉を借り、入院中の病室から原稿を送りました。結局5月31日には退院したものの、仮出所の身で、「仕事はするな」という病院の偉い先生からの厳命つきでした。

入院したその日から浮腫を取る点滴を始めたことは先月号に書きましたが、その点滴を2週間以上続けたところ、体重が最大で24kg減り、私が大学に入った頃の体重まで落ちました。つまり余分な水分が浮腫になっっていたのです。

様々な検査をしたところ、どうもペースメーカーのリード線の一本が、(右心房の右心室の境にある)三尖弁という逆流防止弁の動きを邪魔している可能性があり、そのリード線を抜去する手術を5月19日に全身麻酔下で行うことになりました。

この手術は、全身麻酔下といえども、麻酔から覚めても痛みもなく、一泊集中治療室に泊まったあと元の病室に戻されました。

ただこの時は、情けないほど体重が落ち、よく映画に出てくるようなシワシワ人間になっていました。現在は、そこから約2kg増やした状態

で止まっています。さてここからは、今回の入院を通して私が感じたことを総括してみます。

まず病院中が、とにかく忙しいという事です。働いている多職種の病院スタッフにとっては忙しすぎるのかも知れません。特に救急医療の現場では、救急車の受け入れ、ヘリポートへのヘリコ



プターの発着は私の想像以上の数でした。

また全館放送で召集をかけられるので分かるのですが、「心筋梗塞の循環器治療(ドクター)チームは救急センターに集まってください!」という放送を1日に3回も聞いた日もありました。私も大学病院の頃、救命救急セン

ターで半年間過ごしたことがありますが、48時間(2日間)寝ずに働いたことを思い出しました。当時は、医師の働き方改革などない時代で、時間外労働も当たり前だと思っていました。

次に心不全に対する治療では、リハビリテーションと栄養管理がとても大事だということを改めて感じました。

手術の翌日からリハビリスタッフが付いてリハビリが始まりました。初めは、短時間の歩行や階段昇降からですが、必ず血圧と脈拍、場合によっては心電図の波形を見ながら行います。その後エアロバイクという自転車こぎです。これによって、心臓に適正な負荷はどの位か数値化するのです。エアロバイクは、1日15分から30分やりますが、この運動より階段昇降の方が心臓への負荷がかかるのだということを身をもって体感しました。

心不全の治療で最も重要なのは、塩分の摂取量を厳密に守ることだと教えてくれたのは、循環器認定管理栄養士でした。1日に塩分6グラム以内、1600kcalを守るのは、意外に難しいことです。これも器械で測定し数値化して説明してくれました。心不全の治療に早期から多職種が拘わるというのは、全国的な趨勢のようです。

さらに私が最後まで抵抗していた、鼻と口を覆うマスクを付けての補助呼吸治療も入院中から始まりました。これらは退院後も続けています。

子どもたちの

たくひん

もとたて保育園



2歳児さんの作品 「わたしのワンピース」



1歳児さんの作品 「かたつむいのおせんぼ」

▶今年、4年ぶりに行われた庄内町廿六木の春祭りです！



Instagram



介護支援専門員
森屋恵



職員が撮ったお気に入りの紹介します★

富山市在住の土田芳男さんより届いた絵手紙をご紹介します。

今月の絵手紙

6月号の答え
829円
でした!

富山市在住の土田芳男さんより届いた絵手紙をご紹介します。

頭を柔らかくして考えてみましょう！
答えは来月号です♪

健⇒完⇒開
画⇒本⇒屋⇒元

☆矢印に従って読むと二字熟語になるように口に漢字を入れて下さい！

脳トレ

アタマの体操

編集後記

長夫さんは、花にも奥様にも優しく、とても面倒見のよい方だと言われます。奥様は失笑もよく、現実向きな合言葉の「ぼほえみ」に合わせ、私も「ぼほえみ」のふりかたで書いてみます。

(M3)

お知らせ

新型コロナウイルス検査
(抗原検査・遺伝子検査) できます。検査をご希望の方はスタッフまでお声がけください。予約は電話にて可能です。

熱中症の起こりやすい季節です。こまめな水分・塩分の補給、室温等の確認を行い、熱中症の起こりにくい環境を作りましょう。

會計窓口で、「かっこいいでしょ！」と歌手の写真のテレホンカードを見せてくれたKさん。いつまでも「押し」を追いかけることが長生きの秘訣かな。

(萌子)

ぼほえみがえし