五省会ニュース

発行所
特定医療法人五省会西能病院
〒930-0884 富山市五福1130
TEL (076) 441−2481 (代)
発行人　西能 正一郎

五省
一、至誠に悖るなかりしか
一、言行に恥ずるなかりしか
一、気力に欠くるなかりしか
一、努力に憾みなかりしか
一、不精に亘るなかりしか

宮中で天皇陛下からねぎらいのお言葉

西能会長に藍綬褒章

防衛業務の遂行に協力

菊の御紋の「褒章の記」

自衛官募集相談員として一役

秋の褒章で、特定医療法人財団五省会・西能病院会長、西能正一郎氏(七二)＝富山市五福＝が藍綬褒章(らんじゅほうしょう)受章の栄誉に輝いた。授賞式は十一月十四日、東京・明治記念館で、天皇陛下から賜った藍綬褒章と、菊の御紋章の入った「褒章の記」(内閣総理大臣　森喜朗、総理府賞勲局長　佐藤正紀　署名)を虎島防衛庁長官から受け取った。このあと、宮中に参内、寶明殿で天皇陛下からねぎらいのお言葉をいただいた。

藍綬褒章を着用した西能会長

「褒章の記」には、―多年防衛業務の円滑な遂行に協力した、まことに公同の事務に勤勉し、労功顕著である。

よって、褒章事例により、藍綬褒章を賜りつつ、その善行を表彰されたーとある。

正一郎氏は、海軍兵学校一年在学中に終戦、一命を国に捧げた純粋さを、今も胸の内に…。

国防についても、深い関心をよせている。機会ある毎に、陸上、海上両自衛隊の面倒を色々とみている。自衛隊富山地方連絡部の隊員からは「先輩、先輩」と慕われている。

その面倒の一つが平成四年からの自衛官募集相談員。県下の高校を訪れ、校長に自衛隊の重要性を説いて、自衛官獲得に一役かっている。

藍綬褒章とは
教育、社会事業、産業などの分野で公共の利益のために大きな功績のあった人に政府が与えるあい色のリボンが付いた記章

幅広い分野で活躍

若者の教育に情熱

西能会長は、西能病院の院長、理事長を永く務め、医療奉仕の功績が数々ある。富山県で初めての救急病院に認定、北陸初のリハビリテーションのと開設などは、その一部である。

老人介護にも力を入れた。富山市吉作に特別養護老人ホーム「梨雲苑」を設立し、また富山市秋ヶ島で介護老人保健施設「みどり苑」を建設中。

子供たちの健かな成育にも関心を持っており、かたかご保育園を設立、富山市五福小学校へ毎年児童本を贈っている。

このように、医療は勿論のこと、福祉、厚生、教育、運輸、スポーツ、など幅広い分野で活躍している。

これまでに戴いた表彰状や感謝状は、厚生大臣、労働大臣、防衛庁長官、中沖知事をはじめ各方面から六十一通の多くに達している。

今回の受章の理由は「自衛隊への損得抜きの協力活動」があげられているが、今も若者の教育やボランティアに、なみなみならぬ情熱を捧げている。

国防のために

西能　正一郎

先程から、お褒めの言葉を聞いておりますと膝が震えるほどのお話でございまして、そんな事したかいなと、思うくらいのところでございます。

私どうして、こんな事になったのか、先月の月末頃にいきなり藍綬褒章があたるという話になりまして、どう考えて見てもそんなにひどいことお世話した覚えがないのです。

この前の、睦友会の理事会の時に、わたしは発言いたしまして「命を掛けて国を守っている自衛隊の皆さんに、今頃まだ防衛庁とは何事だ、国防省にでも格上げしなければならないのではないか。」というたのであります。

そしたら、「言いだしっぺのあんたがやれ」という事になったのでありますが、そんな事でも実現したら、喜んで褒章もお頂きできたと思うんですけども、今の段階としては、なんとなく先にもらったような気がするわけであります。

これからこそ、責任を感じて

さて、そんなら何をしたのかということでありますが、実は今もご紹介にありましたように、私海軍兵学校におりましたために、自衛隊の特に海上自衛隊の皆様方がちょいちょいとわたしのタワークリニックに遊びに来てくれました「おー、来たがなら一杯のみに行くか」と、そういってちょいちょい飲みに行っていたのでありますが、その飲みしろのお返しではないかなと思っているわけでございます。

いずれにせよ、何しろ、ろくな事をしとらんうちに、こんな章を頂いたんでございますので、これからこそ責任を感じて、国防のためになる何かをやらせていただきたいと思っております。

手前みそですが、医師をしている娘より「お父さんを目標に…誇りに思っております」のお祝いをもらいました。こんごの医療界の人材を育成するため、さらに精進する覚悟です。

ご支援のほどをよろしくお願い申し上げます。どうもありがとうございました。(祝賀会挨拶から)

あすなろ

西能正一郎さんが藍綬褒章に輝いた。早速、祝賀会が催されたが、この章がどんな章か知らない人が意外に多い。「褒章には紅や黄や紫…などの色名がついているが、一体、ラン(藍)って何色のこと?」という若者もいた。藍は蘭ではない。訓読みは「アイ」、染色に使うタデアイの草で、そのアイ色、つまり濃青色だ▼「綬」は、上代に、身分、位階を示す官印をつけて首からさげた組みひものこと。その色別だ。ところで、褒章といえば戦後の産物と思われ勝ちだがとんでもない。明治十八年の褒章条例で決められた章で、実に百二十年の伝統を持つ。国家に功績ある人に与えた勲章に対し、社会、公共のために尽くした民間人に与えたいかにも明治新世紀にふさわしい栄典だった▼当時は、紅綬、緑綬、藍綬の三種だけで、藍綬は「教育、病院施設、道路、橋梁などの修築、田野の開墾、実業の発達などに貢献した者」に与えることになっている。その後、大正期に紺綬、戦後の一部条例改正で、黄綬と紫綬が加えられた▼今度の受章対象の「自衛官募集相談員」に、意外という声をきくが、海軍兵学校出身の彼の日ごろのボランティアや若者教育の一つとしてとらえると納得がいく。西能病院生みの親であり、数々の医療、幅広い教育活動を考えれば藍綬こそ、その創設の意にかなう、ふさわしい章というべきだ。

西能会長の主な業績

昭和39年5月　県下病院に先がけて救急車を購入。県下初の救急病院に認定。
昭和43年4月　日本病院会代議員、昭和五十八年四月、同会常任理事
昭和43年8月　北陸初のリハビリテーション部を開設
昭和49年　社会福祉協議会西能基金を毎年十回一千万円を寄付。紺綬褒章を受章
昭和51年6月　厚生省の新医療審議会の常任理事に選出
昭和52年　社会福祉法人、かたかご保育園を設立、理事長
昭和53年1月　病院の経営管理基本方針を発表、職員に配布
昭和54年4月　西能夫妻(病院長時代)新宿御苑での大平総理大臣主催の園遊会に出席
昭和54年11月　西能夫妻(当時病院長)が天皇陛下御招待の赤坂御苑の園遊会に出席
昭和57年　富山市立五福小学校に毎年新しい本をどっさり寄贈。「西能文庫」を開設
昭和59年5月　病院事業の発展向上に務めた功績に対し、厚生大臣賞
昭和59年10月　献体の輪「しらゆり会」(金沢大学医学部内)に入会申し込み
昭和63年4月　入浴車の無料サービス
「患者さまに休日はない」と、日曜・祝祭日返上の休日診療体制
平成3年6月　社会福祉法人・梨雲福祉会特別養護老人ホーム梨雲苑を設立、理事長
平成12年4月　富山市秋ヶ島で介護老人保健施設「みどり苑」を建設中

主な役職

(社)日本医療法人協会評議会員
日本医療法人政治連盟常任委員
県病院厚生年金代議員
経営者協会理事
(社)県自家用自動車協会連合会理事
富山市網引協会会長
富山県バレーボール協会名誉副会長
富山市護国神社崇敬会副会長
(社)富山県農村医学研究会理事
県民カレッジ友の会「雷鳥会」理事
富山県網引連盟会長
富山県車椅子の会医療顧問
自衛隊富山地方連絡部睦友会理事

「いつまでも、元気でいてね」
かたかご保育園児と祝う誕生会

療養型病床を持つ西能病院では、介護保険開始後、誕生会が恒例行事となり、誕生を祝われる方も祝う方もその日を心待ちにしている。九月十八日午後、かたかご保育園の園児を迎えて、八、九月生まれの誕生会が行われた。

西能病院五階ホールいっぱいに、患者様四十名余りと職員が待つなか、白いセーラー服姿のかたかご保育園児二十二名が拍手で迎えられて来場、誕生会が始まった。

八月生まれ五名、九月生まれ九名の誕生者の紹介とプレゼント贈呈があり、その後、みんなでハッピーバースデーの歌で祝った。この日は、西能正一郎会長も参加し、祝辞を述べた。また、会場の全員で童謡やなつかしの歌などを歌って交流を深めた。「げんこつ山のたぬきさん…」など園児たちのかわいいしぐさに、患者様の顔は終始ほころんでいた。

この日、誕生者の浅野ハルエさんはうれしくて、広島にいるひ孫を思い出しては涙がとまらなくなったとのこと。同じく鍛冶仲子さんも三人のひ孫に囲まれているようだったと童心に返って楽しんでいた。毎月の誕生会が待ち遠しいとの声も多く聞かれた。

誕生会は患者様の楽しみ。かたかご保育園児が初めて訪れ、どの顔もうれしそう

健康教室㉔
脳梗塞について
講師＝碓井雅博医師

脳卒中の最近の傾向

脳血管障害には脳梗塞と脳出血があります。近年は暖房が普及、高血圧の治療が進み、食生活の変化から脳出血が減少しています。一方、軽症高血圧の持続と高齢化、肥満による動脈硬化の進行から脳梗塞が増加しています。

脳梗塞の種類

脳梗塞自体も、細小動脈が閉塞するラクナ梗塞から、大血管が狭窄・閉塞するアテローム血栓性梗塞へと変化しています。また、心臓内の血栓が脳に運ばれて大血管を閉塞する心原性梗塞があります。

症状と診断

脱水、感染症、手術などが誘因になり、ほとんど前触れなく発症します。しびれ、舌のもつれ、失語などの症状が短時間続くのが一過性脳虚血発作です。これを繰り返すうちに、進行して重症になることもあるので、入院して頭部CTやMRIの検査が必要です。

脳梗塞の治療と予防

軽度でも入院治療が必要です。急性期には酸素投与、点滴で血液の塊を流したり、抗浮腫薬を投与します。慢性期はリハビリテーションを中心に、脳代謝賦活薬、脳血流改善薬を内服します。

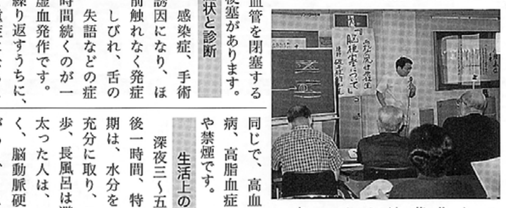
予防は危険因子の治療と同じで、高血圧、糖尿病、高脂血症の治療等や禁煙です。

生活上の注意

深夜三～五時と起床後一時間、特に暑い時期は、水分をこまめに充分に取り、早朝の散歩、長風呂は避けます。太った人は、血液が濃く、脳動脈硬化の個向があり、リスクが高いので、体重を減らす努力も大切です。また、大量飲酒は塞栓性脳梗塞が誘発されるので、アルコールはほどほどに。野菜、魚、生のままの果物がよく、冬はみかんがおすすめです。

（九月二十七日の健康教室を再構成）

黒板に図解しながら、脳梗塞とその予防について講義する碓井医師



健康教室㉕
介護保険とリハビリテーション
講師＝浅野　裕医師

介護保険をめざすもの

人生五十年から八十年になりましたが、高齢になると身体が弱り、介護を必要とすることもあります。高齢化率がまもなく二十％台となりますが、社会的に幅広い年代で介護を受け止めるために、介護保険制度ができました。

介護保険がめざしているのは、身体が不自由になっても、日常空間（在宅）で生活を持続できるようにサポートすることです。施設ケアは在宅のための準備として位置付けられています。

介護保険のしくみ

介護保険では、保険者は市町村です。被保険者はすべての四十歳以上の人で、保険料を払います。介護サービスを受けられるのは、加齢に伴う疾患が原因で要介護状態になった六十五歳以上の人です。

①保険者に申請します。

②病院で主治医意見書を作成し、保険者かケアマネージャーによる認定審査を受けます。

③自分で、またはケアマネージャーに依頼してケアプランを作成します。

④在宅サービス事業者や介護保健施設による介護サービスを受けます。費用の一割が自己負担となります。

在宅支援サービス

在宅サービスには、福祉機器のレンタル、訪問介護、訪問看護、訪問介護リハビリ、施設通所（デイケア、デイサービス）などがあり、利用施設には、老人福祉施設や老人保健施設、療養型医療施設があります。ケアマネージャーは、介護の申請代行からケアプランの作成、実際のサービスの調整役として、本人の障害の状態や希望を聞き、生活環境や経済的な問題などを考えて、適切なプランを立てます。よいケアマネージャーを見つけて契約するがこと大切です。

（十月二十四日の健康教室を再構成）

介護保険を上手に利用して、在宅で元気に過ごすようにとアドバイスする浅野医

第八回看護の翼
韓国の大学病院を視察
興味深い相違点や共通点

第八回看護の翼（団長、林桂子県看護協会理事）は、派遣団員二十五名、及び顧問、名誉団長他三人の管理者らを乗せて、九月三十日、富山空港から韓国のソウル空港へと飛んだ。富山県、県医師会、県看護協会の共催。

日程は十月四日までの五日間で、目的は、中堅看護職員を海外に派遣、国際的視野を広げ、保健医療の向上に資するため。春川の江原大学病院を訪問、友好交流を深め、さらに現地看護協会でも国際交流した。

今回、西能病院からは、二名が参加した。

観光地では心身をリラックス、韓国の文化に親しんだ（雪岳山の麓で、木林看護部長（左）と刑部看護婦）

次は、感想。

異国の文化に触れる

木林米子看護部長

初めての海外旅行で緊張の出発であったが、言葉の壁は全くなく、ガイドさんはもちろん、ホテルマン、お店の人も流暢な日本語で話され、日本と錯覚する程であった。天候に恵まれ、「国軍の日」と「建国記念日」で観光地はにぎわっており、韓国の人々の生活に触れることができた。

ソウルでは、突如買い物ツアーに早変わりし、韓国経済に貢献したように思う。全団員はすっかり打ち解け合い、異国の文化に触れ、大いに心身のリフレッシュになった。このエネルギーを今後の看護活動に役立てたい。

有意義だった視察

刑部和子看護婦

九月三十日から五日間の日程で韓国を訪問。今回の目的である病院視察では、江原大学病院を訪問、韓国と日本の医療の違いや看護教育等を話し合い、その後、院内を見学した。交流会では、職員の皆さんにさわやかな笑顔で迎えられ、互いの国の相違点や共通点をあらためて知ることができ、大変有意義だった。

民俗村では、朝鮮王朝時代の村の情景そのままが再現され、当時の韓国の生活や歴史文化に触れることができた。また、団員の皆様とも交流を図り、よいリフレッシュができたと思う。カムサハムニダ（＝感謝いたします）

「みどり苑」
12月より入所相談開始

来年四月富山市秋ケ島にオープンする介護老人保健施設「みどり苑」の入所相談を十二月より開始いたします。

「みどり苑」は介護を必要とする多くのお年寄りが家庭へと復帰できるように生活リハビリを中心に行う施設です。

入所（定員百名－うち痴呆専門棟四十名）

対象となる方

▼病状が安定して、病院での治療が必要のない方

▼六十五歳以上（または、四十歳以上六十五歳未満で、指定された特定疾病に該当する方）で、介護保険の介護度認定（要介護1から5）に該当する方

通所（定員三十名）

対象となる方

▼介護度認定（要支援、要介護1から5）に該当する方。

詳しい情報をお知りになりたい方は、西能病院内みどり苑開設準備室、高村までおたずねください。

らくらく介護用品
⑨食事を楽しく

テーブルの上の食器から、自分の好きなものを、好きな順番に、好きな量だけ取って食べる、こんな当たり前のことができれば、食事が楽しくなります。そのためのいろいろな道具を紹介します。

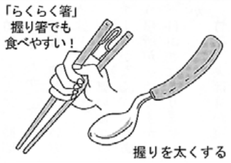
食事の姿勢

テーブルの高さは、ひじがテーブルの上に自然につくくらいがちょうどいいでしょう。身体は少し前かがみがいいので、背もたれと椅子の間に座布団などをはさんで調節します。

箸・スプーンなど

箸の間にバネが付いていて、自分の握りやすい持ち方で食事ができるのが、「らくらく箸」。

スプーンやフォークは握力が弱くなると持てなくなります。市販品もありますが、握り部分をホースのようなものに差し込んで太くして持ちやすくします。手首を思うように動かせない人には、先の部分の角度を調節するとよいでしょう。市販品では、形状記憶ポリマーで、ひとりひとりの手の形に合わせて握りやすくするタイプもあります。口が大きく開かないときは、子供用の小さめのスプーンがおすすめです。



器・コップ

皿の縁が高くなっているものは、その壁を利用すると、すくいやすくなります。コップは、持ち手が大きくてしっかり握れ、安定感のあるものがよいでしょう。ストロー付きカップなども便利です。

食事用エプロン

服を汚すまいと気を張って食べるより、エプロンを利用しましょう。食べこぼしを受けるように、ポケットを付けるとよいでしょう。赤ん坊でもないのにといやがる方も多いのですが、好みの生地に防水の裏をつけて、おしゃれなベストのように手作りしてはいかが。市販品でも素敵な模様のものがあります。

いまを生きる
西能正一郎対談シリーズ

何事も天命天職⑤

元富山県出納長
太閤山カントリー顧問
坂本重一氏

斬新な発想で行政に取り組む

高岡市長の指名で、商工労働部長として赴任した坂本氏は、持ち前の行動力と豊かな発想で次々と新事業に着手。一生懸命に取り組めばアイデアは出てくるし、なんとかなると思い込んでやってきたと語る。

「役人冥利につきますな」と西能会長

高岡市の初代商工労働部長に

西能　吉田知事が技術屋を課長にと言われた時、頭の中には、きっと坂本さんの名前があったんだと思いますよ。

坂本　四年間、県の工業課長をやった後、高岡市の商工労働部長になったが、これも堀市長に引っ張られたんです。

僕が工業試験場長の頃、中小企業の世話をよくしていたのを、堀さんは知っておられた。それで、高岡が、農業と商業をいっしょにした経済部を組み替えて、新しく商工労働部をつくったので、その初代部長に坂本をと、堀さんから知事に頼まれたそうです。

西能　役人冥利につきますな。

坂本　労働組合は、よそからの受け入れ人事はするな、と反対したんです。そしたら、堀さんは、「お前たち何を言っとるか。あの人は中小企業指導や商工業のベテランなんや。高岡の職員の中にはそういう人間がおらんではないか」と言って、つっぱねたそうなんですよ。

西能　それは嬉しい話ですね。

次々と奇抜な観光アイデアを

坂本　部長になって、二上山に火をつけたり、ろくなこともせんかったけどね。

西能　えっ、火をつけたって、それはどういうことですか。

坂本　高岡の商工業が沈滞しているので、何か元気の出る珍しいことはないかと、ある人に相談したら、「二上山に火をつけるこっちゃ。京都の大文字焼きの真似をするがや」と。「そんな人真似したってつまらないやろ」と言うと、「いや、そういうもんじゃない。十年、二十年と続けると、三百年前からあったような気になってくるもんだ」。（笑）

西能　たしかにね。

坂本　高岡では、観光イベントとして、前田利家が入城する時の大名行列をずっとやっていた。夏の暑い盛りに、京都の業者からボール紙で作った兜や、ペラペラの鎧を借りて、おしろい塗ってヒゲつけてね。参加する市民がおらんから、市の職員が出ていっている。「こんなのはもう止めましょう」と市長に言った。

「そのかわりに、高岡の七夕に力を入れましょう。仙台と平塚と高岡は全国の三大七夕です。仙台と平塚はあんなに有名なのに、高岡の七夕は誰も知らない。ここでひとつPRしましょう」と、予算をとった。

まず、北日本新聞主催の花火大会が、富山八月一日、高岡八月二日だったのを、七夕と同じ七日にしてもらった。花火業者が効率良く動けなくなった分の経費の補償をして、七夕と花火を盛大にやるための補助金を商店街に出した。

それともうひとつ、二上山に火をつけましょう、と提案したんです。ところが、火をつけると言ったら、危ないと消防が反対しましてね。「わかった。じゃあ悪いが、あんたらに三十万円あげるから、自分たちで火をつけて消してくれないか。プロがやるんだから危ないことはないだろう」と。三十万円が効いて、「おー、おらっちゃがやってやる」と、消防に火をつけさせた。（笑）

きれいだったですよ、あちこちから見えて。残念なことに、僕の次の商工労働部長が止めてしまった。今頃まで続けていれば、平安時代とまではいかなくても、鎌倉時代からやっとったと言ってもいいくらいだ。（笑）

西能　見てみたかったな。それにしてもあなたはアイデアマンですね。

坂本　本当に一生懸命に取り組んだらアイデアは出てくるもんですよ。やる気も出てくるし。

中田知事のもと企業局管理者に

西能　吉田知事の次の中田幸吉さんの時はどうでしたか。

坂本　高岡の商工労働部長の時に、県知事の選挙があってね。

西能　中田さんは旧制富山高校の同窓生ですし、応援しとられたんでしょ。

坂本　中田さんは呉東では五分五分だが、呉西は弱い。堀市長が中田さんを応援していたので僕もやりやすかったですがね。

富山市以外の開票結果では負けていたから、堀さんなどはもう負けたと思って、フトンをかぶってしまった。

西能　結果がわかったのは夜中の十二時過ぎ。わずかな差での逆転でしたね。

坂本　たしか一万八千票ぐらいでした。高岡の市議会議員も、中田さんを応援しているのは、ほんの一握りでしたしね。

西能　よく勝たれたもんだね。（笑）

坂本　中田知事になってからも、僕は人がやらないようなことを一つや二つはするようにしていました。

西能　たとえば何ですか。

坂本　極楽坂の上にゴンドラのスキー場があるでしょ。あれは、日本で三番目のゴンドラです。イタリア製なんですよ。

西能　ほお。ゴンドラスキー場は、坂本さんが企画されたもんでしたか。

坂本　県の企業局の管理者をしている時です。景気にかげりが出て来て仕事が減ってきていたんですね。県議会議員の中から、企業局は何もやらん、もっと何かやれという声があった。

知事にゴンドラスキー場の建設を提案したら、「それ、もうかるのか」と言う。

「知事、もうかるなら先に民間がやる。もうかるかどうかわからんから民間がやらない。だから企業局みたいなところがやらなきゃあかんのです。ま、全然もうからないものをやるわけにはいかんが、五年経てば黒になるでしょう」と、答えた。今だに黒になっとらんが。（笑）

だけど、インパクトはあったと思いますよ。

西能　そうですね。極楽坂スキー場ともつながって大きいスキー場になりましたし。

「なんとかなる」と思い込んできた

坂本　天命天職だと思ってやってきて、ずっとうまくいったのは、人の協力があったからです。いい人が回りにおって助けてくれる。少し足りんような顔をしとったほうが助けてくれる。（笑）

たとえば、「なんとかなる」「なるようにしかならない」という言葉のうち、どれを取るかというと「なんとかなる」だね。僕にはツキがある、と思い込んでるんだよ。

西能　なるほどね。その自信と斬新な発想が、良い結果を生み出して来たのかもしれませんね。

坂本　会長こそ、医者にしておくのはもったいないほど、アイデアマンだと思うよ。

（つづく）

「僕にはツキがある」と坂本氏

いまを生きる
西能正一郎対談シリーズ

療養型病棟の入院患者様５人の座談会（下）

“車椅子”の声

二病棟西デイルームで開催

出席者

患者様側
▽黒瀬よしえ（八五）＝八尾町
▽境　あや（八〇）＝八尾町
▽竹花ノブエ（八五）＝大沢野町
▽三鍋　清範（五六）＝富山市
▽吉江多美子（七〇）＝富山市

病院側
▽看護部長　木林　米子
▽二病棟婦長　坪内奈津子
▽二病棟看護主任　栗原　純子
（司会）

司会　介護保険の認定時からよくなっていて、自分自身の励みになっているようですが…。

動きがよくなった

黒瀬　お盆の外泊時に家族から大分動きがよくなったといわれた。

手のふるえがとれ

吉江　手のふるえもよくなり、食事も上手に食べれるようになった。湯タンポも入れてもらった時期もあったが…。

司会　催し物はどうですか。

竹花　一時間程で腰が痛くなった。

三鍋　個人的には、やった方がよい。

竹花　たまに、時間さえ長くなかったら…。

黒瀬　時間は短い方がよい。

司会　見舞いはフロアーしかなく、ふれあう場所が必要ですか。不自由さはありませんか。

竹花　夫は耳が遠いので病室で話をします。

三鍋　フロアーで不自由はない。

司会　病室は六人床から四人床と広くなったが、廊下の幅、トイレの使いやすさなどに混雑などの不自由はありませんか。

境　西トイレは朝、混みますが、西の方が使いやすいです。

司会　お風呂はどうですか。

一人で洗える

竹花　楽に一人で身体を全部洗える。

境　片方しか手すりがないので、湯ぶねにつかれない。

物干しが高い

竹花　初めて洗たく物をほしてみようとしたが、物ほしが高くてハンガーのシャツがかけづらい。

黒瀬　洗たく機は使えそうだが、物ほしはできないだろう。

司会　食事はどうですか。

竹花　御飯がおいしい。おひたしも具を色々といれられ、考えておられるなと思う。食べることが楽しみです。

食事が一番楽しい

吉江　食事が一番楽しみです。

三鍋　色々な物がでる。

黒瀬　おかずが一杯で、残すことがある。

竹花　御飯を食べないで、副食を食べるようにしている。

三鍋　兄弟が菓子を持ってきてくれる。

司会　配茶をしていますが、どうですか。

三鍋　小便の出方が違います。

家から朝づけを

黒瀬　漬物が好きで、新づけを持ってきてもらっている。

竹花　家に行くと、みそ汁が塩からく感じる。

司会　塩分制限以外にも病院は薄味になっています。

看護部長　看護部長に要望はありますか。

竹花　秋で帰られると思ったが、車椅子では残念である。心臓が悪いため腰の手術ができず、一週間つらかった。

部長　思った以上に車椅子に慣れられ、自分の事は自分でしておられるようですね。

竹花　退院も九月か十月になるかわからないが、夫がさみしがっているし、趣味の編物でもして余生を過したい。

部長　介護保険制度もありますので、福祉を利用すれば、ヘルパーさんに買い物、清掃、通院等手伝ってもらいながら、ご主人と二人でも暮せますよ。

司会　本日は皆さんありがとうございました。一日も早い快復を祈っております。

朝礼のスピーチから

歩いてストレス解消も

今年は二〇〇〇年富山国体と、きらりんぴっく富山が開催され、当院から二名の方が出場されましたが、皆さんの中で毎日続けて運動をしておられる方はおられるでしょうか。

総理府の調査では、平成三年以降、国内で一番行われている運動はウォーキングだそうです。ウォーキングは、ゆっくり時間をかけながら体内に酸素を取り入れる有酸素運動で、歩く事で脳に酸素が行き渡る効果があります。

人間は脳に酸素が不足すると、イライラしたり集中力が無くなったりするといわれますが、歩いている時の脳への酸素供給量は安静時より三〇％から五〇％もアップするということでストレス解消の効果があります。三〇分位続けて歩いて「ややきつい」か、「きつい」位の運動を続けていると効果があるそうです。

日頃運動不足と感じておられる方は、体力作りの他にストレス解消という意味でも実践されてみてはいかがでしょうか。

（リハビリテーション科　主任　森田　忠秀）

病院だより

十月

三日＝入院患者様九十一人が県知事選の不在者投票。

九日～十日＝西能病院旅行委員会の主催で職員が草津温泉へ。（第二班）

紅白で運動会

二十二日＝互助会主催の第二十回西能病院大運動会は、富山市西部農村環境改善センター体育館で開催された。

職員、家族ら百人が参加、紅白に分かれて二人三脚や、ムカデ競技などを競った。おわってバーベキューを楽しんだ。（写真左）

診療体制のご案内

休日診療

（日曜日・祝日）

午前8時30分～午後5時

- 整形外科
- 内科
- リハビリテーション科

平日診療

（月曜日～土曜日）

通院バスのご案内

月曜～土曜　午前運行（日曜、祝日は休み）
○印は常時停留所、その他、臨時停車します。

①富山駅・西町コース：丸の内→西能病院→富山大橋→丸の内→新富町→富山駅→桜橋通り→西町→旅籠町→丸の内

②婦中・長沢・金屋方面：金屋→西能病院→神明→羽根→鵜坂農協→速星駅→古里郵便局→平岡→友坂口→金屋

③呉羽・中老田・北代・田刈屋方面：畑中→西能病院→吉作→花ノ木→中老田→女子短大→呉羽駅→北代→石坂→畑中

整形外科

午前
8：30～12：00
午後
4：00～7：00

内科

午前
8：30～12：00
午後
3：00～5：00
（火・金曜日は7:00）

リハビリテーション科

午前
8：30～12：00
午後
1：30～7：00

脊椎外来

水・金曜日
午前
9：00～12：00

糖尿病外来

月・水・木・金曜日
午前9：00～12：00
午後3：00～5：00

眼科外来

火・水・金曜日
午前10：30～12：00

循環器外来

火・木曜日
午前
8：30～12：00

泌尿器科外来

月曜日
午後
1：30～5：00

神経内科外来

土曜日
午前
9：00～12：00

画像センター

MRI・CT・骨密度

人間ドック

日帰りコース
1泊2日コース
2泊3日コース
3泊4日コース
（申込先）
健康事業部
8:30～17:30

スポーツ整形外科

水・土曜日
午後
4：00～7：00

体力測定

月～金曜日
午前10：00～5：00

栄養指導

糖尿病ウエイト・コントロール
月～土曜日
午前10：00～11：00

在宅診療・看護

月～水曜日
午後1：30～4：00