

ほくピーたより

北部病院 情報誌・第23号

2025.07.01 号

北部病院キャラクター
「ほくピー」

発行・文責：渡邊 理香



おかげさまで開院46周年！

6月4日は北部病院の開院記念日です。

昭和54年の開院以来、今年で**46周年**を迎えることになりました。これもひとえに患者様方やそのご家族、地域の皆様方のおかげです。誠にありがとうございます。

すっかり新外来にも電子カルテにも慣れ、新しいスタッフもどんどん入職しています。今後も皆様が院内でより快適にお過ごしいただけるよう皆で力を合わせ、精進してまいります。

これからも患者様や地域の皆様に「北部病院があってよかった。あるから安心。」と言っていただけるような病院作りを目指してまいります。「人が輝く地域社会づくり」に地域の一員としてもスタッフ一同で取り組んでいきます。またより働きやすい職場環境づくり、働き甲斐のある職場づくりにも取り組んでいく所存です。

みなさま引き続き北部病院をどうぞよろしくお願いいたします！



訪問看護ステーションほくぶです

このたび、「**訪問看護ステーションほくぶ**」を開設いたしました。

病気を抱えながらご自宅で生活し続ける事を望んでいても、実際には容易でないこともありますよね。

訪問看護は、看護師やリハビリがご自宅にお伺いし、介護や医療行為を行い、主治医やケアマネジャーと連携を図りながら、ご本人・ご家族様が安心してご自宅での生活が継続できるよう支援いたします。

ご利用いただく患者様やご家族の方々の思いに寄り添い、安心して生活できるよう常に心がけます。

また、依頼に対しては、お断りせず（出来る限り）迅速に介入することを目指しています。

困ったときは「**訪問看護ステーションほくぶ**」にご相談ください。

まずはお気軽に先生やケアマネジャーさんへお問い合わせください。

「話を聞いてみたい。」でも構いません。ご連絡お待ちしております。

訪問看護ステーション ほくぶ 管理者 園田 TEL:096-201-6119



「第11回 ほくピーカフェ」を開催いたしました

6月21日（土）14時から「第11回 ほくピーカフェ」を開催いたしました。参加者は過去最高の25名でした。

渡邊院長による「パーキンソン病の治療について ～非運動症状に注目して～」という講話のあと、2班に分かれ、おしゃべり会をいたしました。病気になってからのこと、最近困っていること、頑張っていることなど、それぞれに会話が弾みました。

参加された方からは「先生の話しはためになりました」、「ここに来て話しをしたら気持ちがすっきりしました」、「何回も参加しているが、今日も収穫がありました」とのお声をいただきました。

次回は10月18日を予定しています。ぜひご参加ください。

《ほくピーカフェとは？》

「病院と地域の垣根を超えた憩いの場」

病気の有無に関わらず、どなたでもご参加いただけます。各分野の医療スタッフが参加し、医療や健康に関するテーマを設け、お話しいたします！



医療法人社団 原武会
北部病院

〒861-5515
熊本市北区四方寄町 1281-3
TEL 096-245-1115
FAX 096-245-1126

「第2回 ほくピーの知恵袋」 皆さん 一緒に学びませんか！

当院は「身近な地域密着型病院」として、地域で暮らす方々の在宅支援に日々取り組んでいます。医療においても地域包括ケアシステムで鍵となるのは「病院完結型」ではなく、「地域完結型」であり、その地域の医療や介護を担う私たちにも地域の皆様と創り上げる“地域力”が求められるようになりました。

そこで第2回ほくピーの知恵袋は、地域のクリニックの先生や医療・介護スタッフにもご参加いただき、“共に育ち地域力アップ”に繋がる学習会を実施しました。今回は誰もが関心のある「認知症高齢者とのコミュニケーション」について、熊本再春医療センター、認知症看護認定看護師の永廣ひろみ様よりご講演いただきました。

皆さまは「スピーチロック」という言葉を知っていますか？

日頃私たちが何気なく使っている言葉が認知症高齢者の方にとってはスピーチロック(否定・抑制など)となり、不穏や徘徊に繋がることもあるようです。

スピーチロック やってはいけないコミュニケーション例

- 相手を試すような質問をしない 「今日は何日でしょう？」
- 否定しない 「違います！ ダメです！」
- 叱責しない 「何回言ったら分かるの！」
- 行動を抑制しない 「動かないで！」



また、演習の中で言われる側（認知症高齢者）の体験をし、患者様の思いや我々スタッフの日頃の声かけや対応を振り返ることができました。これからは認知症や高齢者の方々が安心していただける療養の場や生活の場を作るために、地域で共に学びあう“地域力”を高めていきたいと思います。

管理栄養士「夏バテ対策」おススメレシピ

鯖缶の冷や汁

宮崎県の郷土料理を紹介します。

火を使わないので暑い時期にぴったりです。食欲がない時にこれ 1 つで手軽に栄養補給できます。

❀ 材料（4人分）

サバの水煮缶	1 缶
木綿豆腐（絹豆腐でも可）	1/2 丁
きゅうり	1 本
みょうが	2 本
大葉（ねぎでも可）	5 枚（適量）
トマト	1 個
塩	適量
白ごま	適量
だし	600 cc
ご飯	お好みで

★調味料

味噌	大さじ 4
おろし生姜	小さじ 1
醤油	小さじ 1
みりん	大さじ 1
ごま油	小さじ 1



- ① きゅうりは輪切りに切り、塩もみしておく
- ② みょうがは根本の硬い部分を切り落とし小口切りする
- ③ 豆腐はペーパータオルでつつんで水切りして置いておく
- ④ 大葉は千切りする（ねぎの場合は小口切りする）
- ⑤ トマトはさいの目切りに切る
- ⑥ サバ缶のサバのみを取り出し、身を荒く刻み少し大きめのボウルに入れる
※火を使用しないため汁は臭みが出るので残す。残った汁は普通の味噌汁や煮物、炊き込みご飯などに使用するのがおすすめ
- ⑦ サバ缶を入れたボウルに★印の調味料を入れサバと混ぜる
- ⑧ 冷やしただしを⑦に少しずつ加えて味噌を溶きのばし冷蔵庫に入れ冷やしておく
- ⑨ きゅうりの水気をしぼる
- ⑩ 水気を切った豆腐を手で食べやすい大きさにちぎる
- ⑪ 冷やしておいただしの中に残りの野菜と豆腐を全部入れる
- ⑫ 最後に白ごまを上からちらして完成！



お好みで熱々のご飯の上にかけても美味しいです。夏バテして食欲がない時にぜひ！

暑さやストレスに負けない体作りに

旬の野菜や果物には暑さやストレスに対する抵抗力を高めたり、消化を助けてくれたり・体の熱を冷ましてくれたりしてくれる働きがあります。オススメ夏野菜はゴーヤ（にがうり）・トマト・なす・きゅうり・ピーマン・オクラ・ニラなどがあります。

果物ではスイカやパイナップル、モモなどがあります。ぜひ取り入れてみてくださいね。

