

ふれあい

2016

12

No.357

牛久愛和総合病院 広報誌



「還暦」

循環器科 医長 栗原 正人



さてさて、何を書こうかと迷っていたところ自分も間も無くなつたまつてしまふ年齢となつてきましたため筆を執りました。

年齢60歳を還暦と言うことは年配の方であれば多くの方はご存知かと思いますが、60年で干支が一回りして再び生まれた時の干支にかかることから、元の暦にかかると「還暦」と呼ばれます。医療の向上もあり、現在では平均寿命が男女とも長生きとなり80歳を超えてきましたが、1890年頃は42~44歳程で、戦後の1950年代に男女とも60歳を超えるようになつてきたのです。少し前は、一般的に勤め人ですと60歳が定年退職となつており一線を退いてお迎えられることは大変な長生

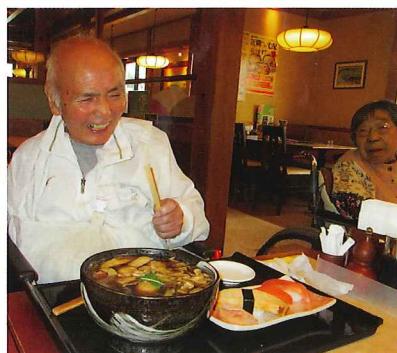
きであったことと推測に難く有りません。現在では60歳を超えても再雇用にて働いている方も多くいらっしゃる時代となつており、多くの方の通過点となつております。

さて、60歳を還暦と呼ぶ詳細を説明させて頂きますと、私は成年生まれですが通常使用している干支は、十二種類の動物のみを使っております。本来、還暦（かんれき）で用いられる干支（十干十二支）は十干と十二支を組み合わせます。十干は甲（木の兄＝きのえ）、乙（木の弟＝きのと）、丙（火の兄＝ひのえ）、丁（火の弟＝ひのと）、戊（土の兄＝つちのえ）、己（土の弟＝つちのと）、庚（金の兄＝かのえ）、辛（金の弟＝かのと）、壬（水の兄＝みずのえ）、癸（水の弟＝みずのと）の十種と、よくご存知の十二支は子（ね）、丑（うし）、寅（とら）、卯（う）、辰（たつ）、巳（み）、午（うま）、未（ひつじ）、申（さる）、酉（とり）、戌（いぬ）、亥（い）と、十二種の通常使用している干支があります。それぞれ一列に繰り返



これから更なる医療の進歩で還暦を迎える方の増加とともに、還暦が二周する大還暦を祝える人もしばしば出現する時代が訪れるのでしょうか？そのような場面を身近に見ることがでなければ幸いです。

して並べて対比すると組み合わせが60通りあり、生まれた時の十干と十二支とを組み合わせた干支による暦は60年で一周することになります。つまり、一巡して起算点となつた生まれた年の干支に戻ることでこれを還暦と言います。文字通り、「暦（こよみ）」が還（かえ）る」わけです。



春秋園だより

木枯らしが吹きすぎぶころとなりましたが、皆様いかがお過ごしですか？

さて今回、外食会について紹介いたします。外食会に参加される利用者様は1週間前から「何、食べようかしら」

「これは何が入っているの？」

「見てるだけでお腹一杯になりそう」と、メニューをスタッフと一緒に見ていました。

皆さんは「美味しい」「ハンバーグ食べたかったのよ」「全部食べちゃったけど、夕飯食べれるかしら」と話をしながらスタッフと共に昼食を召し上がりました。

春秋園に戻つてから参加者の皆様で「また行つて食べたい、今度はいつあるの？」と話をしておりました。

普段は外出されない利用者様にとって今回の外食会が気分転換になつたようです。来年も皆様が楽しめる企画を催していきたいと考えています。

(春秋園入所スタッフ一同)



めて通つた」と話をしていました。

そして「すぎのや」に到着し、うどん・ハンバーグ御膳などを注文されました。

外食には多くの診療科目があり、「日にたくさんの方が訪れます。その中には、定期的に通院されている方、緊急に処置、あるいは入院が必要となる方など、様々なケースがあります。私達、外来で働く看護師は、医師や看護師、検査技師などの医療スタッフと連携をとりながら、適切に迅速に対処しなければなりません。

外来では、看護師と看護補助者、歯科衛生士を含め、44名の看護スタッフが働いています。診療科により仕事内容は違いますが、患者さんがスムーズに診察を受けられるよう診療の手助けをしています。

外来では定期的に勉強会を開催し、新しい知識の習得、専門的な技術の向上を目指しています。病院の窓口として、地域住民の皆様のお役に立つことができるように、スタッフ一同で努力しております。



病棟紹介

外来

看護師長 齋藤 江利子

た物品の片付け・補充も看護師の仕事となります。また、医師の治療方針に沿つて、食事制限や運動療法、服薬など、患者さんは理解できるよう説明することも大切な仕事です。健康に関する問題を抱えている方であっても、地域で安心した生活を送つていただくための援助を心がけています。

私は学生時代に部活でサッカーに興じたが、今では体力も衰え、運動が趣味となってしまった。

ブラジルでの学会参加の折、キン・ペレが所属したサントスで3

点差を逆転した試合を観る機会を得た。エンドライン側のキーパー

に手が届くかと思う位、ピッチに近

い席だったので、ゴール前に走りこんでくる選手達の足音が、ドッド

ツと振動して伝わり、あたかも自分でプレーしているかの如く同化

してエキサイティングであった。

本場欧州のサッカー場も陸上競

技場との兼用は少なく、選手の汗

が観客席に飛び散る程、ピッチと

体化した専用施設が多い。

Jリーグの発足以来、日本でも欧洲スタイルを取り入れる所が出て、当院近くの柏や鹿島は専用スタジアムを誇っている。是非近いうちに、興奮と感動を求めて足を運んでみたいと思っている。



Dr.趣味リレー

サッカー観戦

院長 亀岡 信悟

私は学生時代に部活でサッカーに興じたが、今では体力も衰え、運動が趣味となってしまった。

私は学生時代に部活でサッカーに興じたが、今では体力も衰え、運動が趣味となってしまった。

私は学生時代に部活でサッカーに興じたが、今では体力も衰え、運動が趣味となってしまった。

第2回 健康教室

テーマ 「痛みのリハビリテーション
～腰の痛み～」

日時 平成29年2月1日(水)
14時から約1時間程度

講師 リハビリテーションセンター
理学療法士 関一博

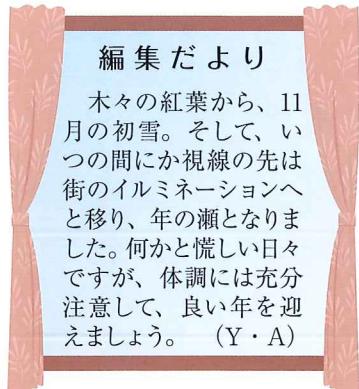
会場 牛久愛和総合病院
C館1階 からだ情報館

参加費 無料



多くの方が1度は経験する腰痛について、実際にリハビリで行っていることや、日常生活で気を付けること、簡単な運動についてお話し致します。事前申し込みは不要です。お気軽にご参加ください。

◎お問い合わせ先
牛久愛和総合病院
リハビリテーションセンター
☎ 029-873-3126(直通)



多くの方が1度は経験する腰痛について、実際にリハビリで行っていることや、日常生活で気を付けること、簡単な運動についてお話し致します。事前申し込みは不要です。お気軽にご参加ください。

セプトで行いましたが、いざ始まつてみると、皆真剣そのものです。優勝チームは「リハビリセンター」でした。日ごろから鍛えているので流石です。あるチームは前日から大縄とびの練習をしたり、廊下でムカデ競走の練習をしたり、成果は發揮できただのでしょか。

いろいろハッピニングもありましたが、みなさんお疲れ様でした。



体育祭

11/18

出来事ピックアップ

病院理念 我々は医療全般は基より、3つの柱「救急医療」「予防医療」「高齢者医療」を通じて地域住民の皆様に最高の医療・福祉を提供すると共に、職員一同自己研鑽に励みます。

病院概要

病床数 489床 (一般391床 医療療養型55床
地域包括ケア43床)

施設

敷地 59,449.60m² 駐車場 1151台



日本医療機能評価機構認定病院
医療法人社団 常仁会

牛久愛和総合病院

〒300-1296 茨城県牛久市猪子町896番地
Tel 029-873-3111 Fax 029-874-1031
ホームページ <http://www.jojinkai.com>

関連施設

総合健診センター

Tel 029-873-4334

健康増進施設 スポーツリラックス

Tel 029-874-8791

介護老人保健施設 春秋園

Tel 029-870-3100

