

もっといきいき健康に！地域がつながる医療と介護を目指して

帰巖会

ご自由に
お持ち帰りください

かわら版

2023.6.1

June

vol. 84



6月 吉野診療所眺望 田植え、ほたるの飛び頃
直耕団吉野診療所 所長 中野俊彦

コンテンツ

巻頭言

かんせつきょうし か しゅじゅつ

関節鏡視下手術について—4K内視鏡カメラシステムを導入しました— …… 2

帰巖会介護予防教室～楽しく運動を続けるヒント～ …… 3

樺～たすき～ お食事処「若竹」 …… 3

郷土の歴史 …… 4

インフォメーション/時事寸感 …… 4

言 / 頭 / 卷
ごあいさつ

社会医療法人帰巖会理事 長

松山 幸弘



先日、大学時代の同級生が母校の主任教授になったことを機会に他大学を合わせて計5人の教授が誕生したことを祝して同窓会が開かれ出席してきました。同じ医局や同県出身者以外の同級生は卒業以来28年ぶりに会う方がほとんどでした。見た目に直ぐに分かる人が多かったのですが、かなり変わってしまった容貌から面影を探り当て名前を思い出す作業を楽しませてもらう方もおられました。改めて過ぎ去った時の重みを感じつつ互いに知らない環境で精一杯頑張っていることを称え合えた素晴らしい時間でした。皆それぞれの地で充実した人生を送っていることを知り心の中に力強いエネルギーを充電することが出来ました。残念ながら物故者も数名おられました。苦しい時には助け合いの良かった知り合いが既にこの世に存在していないことを突然知らされ表現し難い喪失を感じました。これからはこういった会がある度に少しずつ会うことができると人々が減っていくという事実が気が付かされました。人生は一度きり過ぎ去った時間は戻っては来ません。一瞬一瞬が大切であり永遠に大切なのです。私に残された時間はこれまでより早く過ぎ去り消えていきます。先に亡くなられた方々のご冥福を祈り、これから出逢う人々、流れていく時を大切に日々生きていくことを決意した同窓会の夜でした。

かんせつぎょうしゅ
関節鏡視下手術
——4K内視鏡カメラシステムを導入しました——

関節鏡視下手術は、皮膚や筋肉、関節を大きく切開せずに、関節内を手術する治療法です。

関節鏡とは、直径5mm程度の細い棒状の先端に超小型高性能カメラが搭載されています。そして、このカメラによる撮影の様子は、手術中は手術室内のモニターに映し出されますので、医師はそれを見ながら対象となる部位（病変部）の中の様子を見ていきます。

病変部の中の様子は、灌流液（生理食塩水など）を流入させ、関節腔を拡張させてから関節鏡がその中を進み、モニターを通して確認します。そして、病変部を発見したら関節内を操作する器具によって切除や縫合といった手術をしていきます。最も有利なことは、その広い視野にあります。膝関節鏡は関節内に水圧をかけて膝を膨らませ、さらに内視鏡で拡大して観察します。この『膨らませて』『拡大する』ことで正確に診断でき、より繊細な手術操作が可能となります。

病変部位にアプローチするために、関節鏡を入れる穴を開けなくてはなりません。その手術創は1cm程度で済みます。そのため、身体への負担がとて低く、大きく切開する手術と比べて創部の痛みは大幅に軽減されます。さらに手術創が小さいことで膝関節周囲筋肉の機能を低下させる可能性が少なく、術後のリハビリも早期に開始することができ、生活への復帰が早くなります。

関節鏡視下手術が選択される手術は、半月板の切除あるいは縫合術（半月板損傷、

韧带再建術（膝十字韧带損傷）、滑膜切除術（関節リウマチ）、自家骨軟骨移植術（離断性骨軟骨炎）、遊離体摘出術（関節内遊離体）などがあります。今回はこれらの中で、半月板損傷について触れたいと思います。

半月板は膝関節の大腿骨と脛骨の間にあり、体重が伝達される衝撃を和らげるクッションの働きをしています。内側と外側に二つあり、形態はアルファベットのCの形をしています。

半月板を損傷したときの症状として、膝の曲げ伸ばしの際に痛みやひっかかりを感じたりします。症状がひどい場合は、膝に水（関節液）がたまったり、急に膝が動かなくなる「ロッキング」という状態になり、歩行が困難になるほどの痛みが出現する場合があります。

損傷の原因については、スポーツ等の怪我で起こる場合と、加齢により傷つきやすくなったところに外力が加わって損傷する場合があります。

スポーツでの損傷の場合、ひねりや衝撃によって前十字じん帯損傷等に合併して起こるものも見られます。加齢に伴い変性する特徴があるため、40歳以上では軽微な外傷でも損傷が起こりやすくなるとされています。

半月板損傷に対しては、リハビリテーションや抗炎症薬の処方など保存的治療で症状が改善する場合がありますが、改善しない場合は手術を行います。

帰巖会みえ病院 整形外科部長 岩崎 元氣

手術には、切除術（損傷した部分を切り取る）と縫合術（損傷した部分を縫い合わせる）の2種類があり、特別な場合を除き、関節鏡を使用した「鏡視下手術」を選択します。

また、半月板損傷に対する手術において、リハビリは非常に重要です。半月板損傷直後から筋力が低下していますので、術後にこの筋力低下を正常の状態に戻し、安定性、持久性などを高めるトレーニングを十分に行っていくことが重要です。

当院では、4K超高精細解像度カメラシステムを使用しております。

これからも安全で確実な内視鏡下手術を行って参ります。気になる症状がある方は、是非一度ご相談下さい。



*写真はイメージです

帰巖会介護予防教室

帰巖会介護予防教室の活動

住み慣れた地域で健康を維持しながら暮らしていくためには予防の取り組みが必要で、年齢と共に筋力や心身の活力低下を自覚するもの、どうしたらいいかわからない、そんな方に帰巖会の介護予防教室をお勧めします。介護保険の介護認定を受けていなくてもご利用できます。「転倒したくない。友達を作りたい、話し相手が欲しい」等、思いあたることがあれば遠慮なく帰巖会予防教室へご相談ください。現在約20名の方が週に1回、教室に通い活動に取り組んでいます。

月の最終週には運動が終わった後に、希望者には買い物サービスも行っています。三重町内のスーパーマーケットに送迎を行い食材や日用品の購入に活用されています。運転免許を返納された方や近隣にお店がない方からも「助かる。楽しい。子どもに頼まなくて良くなった」とのお声をいただきました。

4か月間の短期間、集中的に受ける予防サービスも実施しています。「介護予防・生活支援サービス事業通所型サービスC」

リハビリ職等専門職による個別の運動機能向上プログラムを受けることができます。聞き慣れない方もいるかと思いますが、生活機能を改善するための運動プログラムです。

短期間で集中した運動を好む方にピッタリです。



楽しく運動を続けるヒント
わくわくデイサービスセンター主任 森迫 聖子



ご利用案内 見学・お試し希望者大歓迎です。一緒に汗を流しませんか!!

利用対象：概ね65歳以上の方。今は介護を必要としなくても健康維持や自立した日常生活に取り組みたい方。

ご利用日：毎週木曜日 13:50~15:50 (2時間)

ご利用料金：1回 500円

※月末最終利用日の買い物サービスを利用するときは別途200円かかります。

内容：みえ病院理学療法士が考案した歩行、ステップ、バランスに重点をおいたいちばんメソッド、マシントレーニングなど、楽しくてついで体を動かしたくなるゲーム等多彩な運動メニューを実施しています。また外部講師の運動機能訓練士による全身のストレッチ、ボール運動、リズム体操、運動と脳の二重課題運動を取り入れた脳刺激運動。

ご連絡先：豊後大野市三重町赤嶺1163番地 わくわくデイサービス内

TEL 0974-22-0018 担当 もりさこ

今月は地元で知らない人はいない「若竹」2代目店主高倉さんをご紹介します。高倉さんは昨年より豊後大野市料飲店組合の組合長も務めています。引き継いだ昨年はまさに新型コロナ感染拡大の最中、会食の機会が減少し組合員の生活も一変しました。この5月、5類感染症に移行しましたが、物価高が日本中を駆け巡り「繋がっている同士、地元同士、何をどのように助け合うのか」今も模索しています。

2代目のきっかけ

高倉さんは父親が創業した食事処「若竹」で成長していきます。寡黙ながら確かな技術でもてなす父親。そして側で明るく支える母親。子どものときは忙しい両親を助けようと手伝うこともありましたが。一方で店を継ぐ気はなかったと言います。その後、大学受験に猛烈に取り組み、合格を手にとると進学、就職と東京で生活圏をひろげていきます。30代で生まれ育った豊後大野に帰郷すると料理人としての歩みが始まります。十数年たった今も師匠でもある「父親にはかなわない」と実感するそうです。家族同士で助け合い、協力しあい、これからも店を守っていきます。



これから・・・
地元の高齢化、人材不足、

課題は山積していますが「大分県人が注目している市町村第1位は豊後大野なんですよ」と、プラス面に光を当てる高倉さん。「原尻の滝、犬飼リバパーク、スポーツ施設、サウナ・・・いろいろあるんですよ」今年、4年振りに開かれた地元酒蔵所開催による「ぶんごおおの巡蔵」の話にも花が咲きます。人を気に掛け、仲間と一緒に伸びていくことを考える高倉さん。次世代のリーダーにエールを送らせて頂きます。(取材 帰巖会 橋本茂子)



お店の情報

〒879-7131 大分県豊後大野市三重町市場1153-3

電話・FAX 0974-22-6360

営業時間：11:00~13:30 (OS)

※夜の営業は予約のみ

お昼の定食：とり天定食、とんかつ定食、あじフライ定食等

各種宴会は予算御相談ください。会席料理は3,300円~会席料理、お弁当、オードブルなど予約が必要です。

定休日：不定休



豊後大野編

File 7

お食事処「若竹」

店主 高倉 健至さん

人から人へ絆で繋がっていく

大野町の歴史 八坂神社(祇園宮)

大野町西部、住吉の鳥居場より西北へ石段を登ると、元社務所跡の台地に出る。眼下には酒井寺川に沿って、県道(旧国道57号線)が南北に白い帯のように走り、住吉、大鳥の里が見える。遠く南へ眼を転ずれば、祖母、傾の峰々が東西に翼を拡げている。

この台地のすぐ上、広峯の社殿の内に八坂神社が鎮座している。本社が発祥は遠く、今を遡る一二八六年前の天平九年、聖武天皇の御宇十月十五日、東の空より岩の辺(今この地を「京出」という)を照らす。十六日暁に至り、七歳の児「我は出雲の神なり」と告ぐ。里人岩麓に行き、岩穴の奥に金幣一本、鶏の一翼あり。(後賊の為此を失う)。里人群衆礼拝した。その詔を国司に訴へ奉行来て宮居を造る。これ本社創祀なりと。豊後国誌に依れば、高倉帝の御宇嘉応元年(八五四年前)豊後国司、京都東山祇園宮の分霊を迎えて今の広峯に遷し奉り、次いで石清水八幡宮、若宮八幡宮を合祀した。これ史料に見えし初めに、宮居の創建は平安朝の初期なるべし。正中二年献灯の石灯籠の柱、嘉応元年奉獻の鳥居額は、今神殿内に奉納してある。天正十四年十月、薩州島津義弘の軍豊後に乱入し、本郡通過の際、社殿、宝物、古文書を焼失し、

神主は神霊を負い奉り神角の中峯に退いた。後に其処を神石と名づけた。寛永十九年岡藩主中川久盛、祇園社領として永代田高三石を寄附し奉る。元禄六年五代岡藩主御厨子を献じ、天文四年神殿拜殿を再建、享和四年拜殿を更に再建した。文政六年直北郷古殿守小野忠兵衛(古殿の車橋を独力架設寄附した人)大鳥、住吉、小原の氏子と、神幸所鳥居を建設(現在のものはその後建て直された)、文政七年岡藩主中川久教宝鏡を献ず。明治四年拜殿を再建する。孝徳天皇勝宝四年釈正覚酒泉を発見し、酒井寺(今の醍醐寺)を建て、寛元二年大友親秀の弟八子良慶が就職してより本社の別当寺となり、江戸時代初期までは僧が奉仕して神主の役を勤めた。神幸大祭は、往昔は旧八月二十六日より三日間、近隣はもとより、郡内清川、三重等より獅子二十余頭、白熊十六本、杖十組奉納、現在は四月二十日に住吉、神松、門前の神楽、大鳥、小原の獅子、窪の杖供奉として奉仕している。



神主は神霊を負い奉り神角の中峯に退いた。後に其処を神石と名づけた。寛永十九年岡藩主中川久盛、祇園社領として永代田高三石を寄附し奉る。元禄六年五代岡藩主御厨子を献じ、天文四年神殿拜殿を再建、享和四年拜殿を更に再建した。文政六年直北郷古殿守小野忠兵衛(古殿の車橋を独力架設寄附した人)大鳥、住吉、小原の氏子と、神幸所鳥居を建設(現在のものはその後建て直された)、文政七年岡藩主中川久教宝鏡を献ず。明治四年拜殿を再建する。孝徳天皇勝宝四年釈正覚酒泉を発見し、酒井寺(今の醍醐寺)を建て、寛元二年大友親秀の弟八子良慶が就職してより本社の別当寺となり、江戸時代初期までは僧が奉仕して神主の役を勤めた。神幸大祭は、往昔は旧八月二十六日より三日間、近隣はもとより、郡内清川、三重等より獅子二十余頭、白熊十六本、杖十組奉納、現在は四月二十日に住吉、神松、門前の神楽、大鳥、小原の獅子、窪の杖供奉として奉仕している。

インフォメーション information

令和5年度 募集中 介護の資格「介護福祉士実務者研修(通信課程)」

帰巖会は、5年前から「介護福祉士実務者研修」を始めました。

豊後大野市にお住まいの方が遠距離通学することなく介護の勉強ができる環境を提供したいと感じたことがきっかけです。この研修を受講することで「実務者研修修了の介護職員」となり介護福祉士の資格取得に近づきます。「通信教育」ですので毎日のように学校に通う必要もなく働きながら学ぶことが十分可能な研修です。

本年は第6回受講生を募集中です。応募締め切りは7月3日(月曜日)ですのでお早めにご応募ください。

令和5年度の主な予定

- ① 4月 受講受付開始
- ② 4月～ 受付後、随時通信教育開始
- ③ 7月 スクーリング
(対面授業：全10回：
7/9・7/23・8/6・8/20・
8/27・9/3・9/10・
9/24)
- ④ 9月24日 修了式



スクーリング
(医療的ケア)



スクーリング
(介護技術)

お問い合わせ

豊後大野市三重町赤嶺1259番地
介護事業部 担当：橋本・麻生 TEL：0974-26-4170

時事寸感

「今が一番人材が獲得しやすい」という状況がずっと続く…。リクルート系研究所のリポートである。宿泊施設で時給2000円のアルバイトを募集しても応募がないらしい。体力のない企業はふるい落とされ、人手不足倒産は22年度で146件、今後も悪化し、2040年には保健医療専門職の不足率も17.5%になると社は予測している。事は深刻だ。

帰巖会も例外ではない。今年度の事業計画でも人員不足で病床制限や事業拡張の自粛、借入金縮小による財務の安定ということが基調になっている。妥当というか止むを得ないともいえる。一方でこのまま事業規模を縮小していくのかという問題も同時に発生する。そんな中で、5月中旬、日経新聞に掲載されていた記事が興味深かった。「シャドーボードの勧め」としてガエールは目覚めたか」と題する小論だ。ブル崩壊以降、多くの企業は売上高より最終損益の黒字にこだわらず、縮小均衡経営に陥り、超低金利政策にもかかわらず、設備投資の抑制や賃金停滞をもたらし、生産性の低下をきたしたと指摘。しかし今後の未曽有かつ永遠とも思える人材難が、逆に、今の「危機感なきゆでガエル状態」を目覚めさせる契機となるかもしれないと指摘している。

他方、シャドーボードとは政治の「シャドーキャビネット」影の内閣ならぬ「影の取締役会」ともいうもので、若手や女性職員がボードを作り、役員に進言していく仕組みである。イタリアの高級ブランド・グッチが最も成功した例で、2014年からの5年間で売上が倍増した。逆にこの制度に消極的だったプラダは減収になったという。アマゾンにも16項目の行動規範があり、上位者に対して安心して反対意見を言える文化を最も重視しているという。

ゆでガエルを目覚めさせるのは単に環境の悪化だけでは難しい。やはり、危険であつても命を張って新しい餌場を開拓する「ファーストペンギン」の登場が欠かせないようだ。

(帰巖会副理事長 橋本 祥文)