



医療
法人 多胡クリニック

四季の調べ 第 63 号

発行所：多胡クリニック

〒708-1117 津山市草加部 955-1

TEL 29-7111

FAX 29-7113

北京冬季オリンピック2022が2.4～2.20、同パラリンピックが3.4～3.13の日程で開催された。特に、オリンピックの日本のメダルは金3・銀6・銅9 冬季五輪メダル総数18個は、18年平昌大会を上回り史上最多となった。コロナ禍で全世界の人々の希望の光ともなった。一方、2.24からロシアによるウクライナ軍事侵攻が開始され全世界に暗い影を落としている。この許しがたい暴挙に対し、いかなる結末がくだされるかは不明だが、この戦争(プーチン戦争)は一刻も早くやめるべきだ。



【ハーフパイプ平野歩夢】



【小林陵侑・高木美帆・平野歩夢】



【クリミア半島】

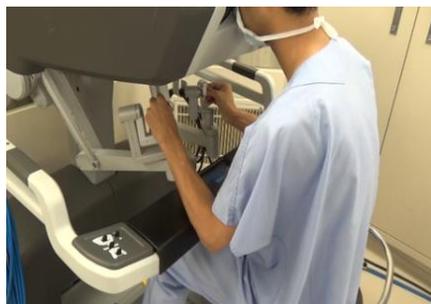
「大腸癌治療の最先端：da Vinci手術(ダヴィンチ手術)」 津山中央病院 多胡 和馬

はじめに、現在日本で最も罹患率の高い癌のひとつとなった大腸癌に対しては、全国で各種治療が行われています。大腸癌診療の質の地域間格差、施設間格差をなくすことに尽力しなくてはなりません。津山中央病院は2022年4月から直腸癌に対するロボット支援下直腸切除術を開始します(県内では大学病院を含め6施設目)。

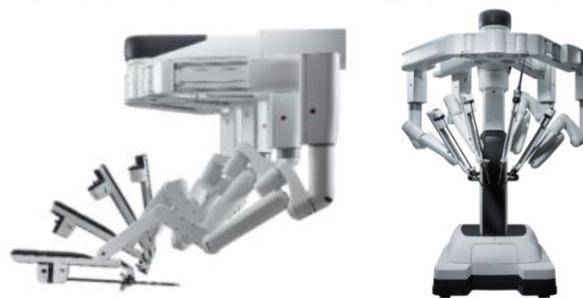
da Vinci手術(ダヴィンチ手術)：ロボット支援下手術

2018年4月からは大腸癌では直腸癌に対して保険適用となり、健康保険でカバーされるようになりました。ダヴィンチという、アメリカで開発された手術支援ロボットを使用して手術を行います。

術者はコンソールで操作します。術野ではロボットアームを介して、実際の術者の手の動きが細かく再現されるうえに、手振れも補正されて正確な操作が可能です。繊細な手術を行うことにより根治性、肛門・排尿・性機能などの機能温存の向上が期待できます。特に直腸に密接する神経(排尿や性機能を担っている)を繊細な操作で丁寧に温存することにより、術後の排尿・性機能の保持や早期の回復が期待されます。後遺症の少ない、体に優しい手術が可能となります。術後は翌日から飲水・リハビリ開始、3日目から食事開始となり7-10日で退院となる方がほとんどです。



術者とサージョンコンソール
(遠隔操作でロボットを操作する)



パシエントカート
(実際の術野で手術を行う)

しかし、ロボット手術は触覚がないために、巨大な腫瘍などには従来の開腹手術が適する場合もあります。御自身の直腸癌に対して最適な手術について、外来診察時にご相談ください。また、2021年12月から、胃癌に対するダヴィンチ手術も施行しております。今後とも岡山大学病院や全国の施設と同程度の治療を提供できるように努力してまいります。

■ 寄稿

「160歳 14mのアジを釣る」

綾部在住 多胡 靖恵様 (81歳)

ある秋の日の昼食時、夫が「今日海行くで！」と、いつもながら急に言い出す。私はそそくさと洗濯物を取り入れ、玄関に鍵をかけて戸締りを終え、飲物と少々のおやつを準備した。午後1時30分出発。通いなれた53号線を北に進む。

奈義トンネルを越えると急に季節のうつろいを感じる。ヒノキやスギ林の山頂付近は紅葉が始まっている。黒尾トンネルを出た所で甘露飴を口に入れる。飴を口にしなかった時や違う場所で口にした時は、なぜか釣果が悪い。智頭から鳥取自動車道に入り、鳥取インターで下車。釣具店で餌のオキアミとサビキ用具を購入し、9号線を東進する。



【釣りの様子】

今日の釣り場は網代新港で午後3時20分目的地に到着(多胡家の漁場は賀露港・網代港・田後港が主たるもの)。いつも陣取る場所は先客があり、仕方なく別々に釣り場を決め、準備する。準備といっても全て夫まかせ。竿の選定・仕掛け針の選定・棚の設定等々、私には何一つわからない。私に出来ることは餌の準備くらい。クーラーボックスを椅子にして仕掛けを投入。あとはアジちゃんの当たりを待つだけ。夫は別のポイントで浮きの投げ釣りを準備している。

手竿釣りを始めたのが午後4時頃。竿先から目を離さないが何の当たりもない。何回目かの餌を入れ、じっと時を待つ。突然竿先が水の中に入り、左右に動き始めた。「来たー」大きい声が出る。婆さんの力では、なかなか竿先が上がらない。全身の力を両手に込めて「よーいしょ！」。やっとこさ足元に釣り上げた。大きい。30cmはある(尺アジだ)。口から針をはずすのにアジのヒレが手に刺さり痛いことこの上なし。そんなことは言っておれない。早くはずして餌を入れ、竿を投入しなければ。まさに時合(じあい)が来たのだ。午後5時半までに尺アジ2尾と20cm級を5尾追加できた。食いが止まったので夫の場所に行って見ると釣りバケツが一杯になっている。20~30cm級が40尾ぐらい。今日は投げ浮き釣りが絶好調だったようだ。午後6時前に食いが止まってしまった。道具を仕舞い、釣り場を清掃し、愛車(釣り専用車)で帰路についた。今日の釣果は上々、アジを横1列に並べ合わせると14mだった。



【今回の釣果】

海釣りは磯釣りであれ船釣りであれ、潮流や天候に左右され、釣果が変わる。釣れた時は、また行こう。釣れなければ、リベンジに。いずれにしても釣行する。海はいいなあ!!!



■ 寄稿

「山林作業」

加茂在住 尾島 賢三様 (76歳)

僕は、昭和21年生まれ、加茂町生まれの山男です。山林作業を始めて約40年のベテランで、現在愛妻と2人暮らしです。四季を通じて仕事を行うのは春が一番良い。何故なら朝、山へ行くと僕の友達のウグイスの鳴く声を聞きながら山林作業を行えるからです。人生色々で歌の文句ではないけれど、立木も色々で同じ木は一本もない。チェーンソーで採伐し、思い通りの位置に倒せたときは、何とも言えない程の達成感があります。だから山仕事は辞められない。



多胡先生も色々な病気を患った人が先生を訪ね、その人に治療を行い予定通りに病気が回復した時には同じような達成感が得られるのだと思います。



令和2年4月に私は急に足が立たなくなり、多胡先生の門をくぐりました。その後3ヶ月位で歩けるようになり、リハビリをしながら現在も仕事を続けています。人生何が起こるか分からない今日ですが、僕は毎日感謝の気持ちを忘れずに、まだ若い人には負けられん、ガンバルぞ! 山仕事は、僕に任しといて!

■ 紹介

「デイケアまどか苑について」

まどか苑職員 藪木 若菜

通所リハビリと通所介護では「医療系サービス」と「介護系サービス」と決定的な違いがあります、まどか苑は通所リハビリ（デイケア）です。初回ご利用日までに医師が個々の状態に合わせたリハビリメニューを指示し、そのメニューに従ってサービスを提供します。日々の状態観察を行い病気の早期発見にも努めています。また、まどか苑では心身両面に渡るリハビリに積極的に取り組んでいきたいと考えています。



さらに、利用者様にとって一日の利用が充実したものになり、休まず来苑したくなる施設づくりを目指しています。ですが寒い冬の間は、朝早起きして準備する事がおっくうになり、つい今日は休まれる方が残念ながらいらっしゃいます。そんな日でも休まず来苑していただけるような魅力のある施設にしていきたいと思っています。

今まで以上に利用者様に楽しい時間を過ごしていただけるよう職員一同知恵を出し合い、よりよい施設を目指し努力していきますので今後ともよろしくお願い致します。

それでは、まどか苑での様子について紹介します。

◎誕生日の際には、その日の前後で近い来苑日に写真を撮影し誕生日カードを作成、他利用者様、職員からの歌のプレゼントと共にお渡ししています。

2/28に100歳を迎えられた内田幹栄様のお祝いの様子を少し紹介します。手作りのちゃんちゃんこ、帽子を着用していただき写真撮影をしました。写真になるとどうしても皆様表情が硬くなったり、すまし顔になりがちですが、そばで職員や他利用者様が笑わせてできるだけ素敵な笑顔で写っていただけるよう心がけています。幹栄様も良い笑顔をしてください、ご家族様もとても喜んでくださいました。やっぱり笑顔が一番ですよ。100歳のお祝いの際には、くす玉を割り豪華にお祝いをさせていただきました。



【100歳のお祝いの様子】

◎敬老会やクリスマス会等のイベント時には、利用者様も参加型のゲームや出し物をしたり、職員が身体を張った二人羽織り等行っています。昨年の敬老会では、「大きなカブ」のお話をまどか苑風にアレンジし、利用者様も参加型で行いました。なかなか抜けない大きなカブが育ち、主役のおじいさんや他の登場人物だけでは到底抜けず、客席の利用者様を呼びに行き、一緒に引っ張っていただきました。他利用者様方には、「うんとこしょ、どっこいしょ」と大きなかけ声を一緒にかけていただき、無事大きなカブを抜くことができました。



【敬老会での様子】

◎レクリエーションでは、身体を使ったものや、頭を使った脳トレなど週替わりで考え、取り組んでいただいています。身近な物を使ったゲームも行っています。今回は牛乳パックを2センチ幅で切り、ジェンガに見立てて高く積み上げるゲームの様子を載せています。30秒でどこまで高く積み上げられるかを競います。「よーい、スタート」と始まると、皆様とても真剣な表情で積み上げ始めます。30秒終了の合図で手をとめてもらい、積み上がった数を数えます。



【レクリエーション風景】

積み上げている時は真剣な表情の皆様も、高く積み上げられた方は喜びの笑顔、終了とともに倒れてしまった方は「あー」と言いながらも楽しそうな笑顔に変わっています。高く積みたけれど、急ぐとバランスをくずし倒してしまう・・・ゆっくり慎重だと高く積めない・・・頭も指先も使って楽しむレクリエーションです。

まどか苑給食レシピ
小豆入りチョコケーキ

【材料6個分】

1個あたり / 354kcal

小林 理紗
栄養士 多胡 真琴



A 卵白 2個 砂糖 18g(大2)
B 卵黄 2個 砂糖 18g(大2)
チョコレート100g バター 75g ゆであずき 200g
チョコチップ 12g
上新粉 20g アーモンドプードル 18g
ベーキングパウダー 5g

作り方

- ①チョコレートとバターをボールに入れて湯煎にかけて溶かしておく。
- ②ボールにAの卵白を入れ少し泡立ったら砂糖を加え角が立つまで泡立てる。
- ③ボールにBの卵黄を入れ少し泡立ったら砂糖を加え白っぽくなるまで混ぜる。
- ④①の溶かしたチョコレートにゆであずき、チョコチップを加え混ぜる。
- ⑤泡立てた卵黄に④を加えて混ぜる。
- ⑥上新粉とベーキングパウダーを⑤に振るい入れて混ぜる。
- ⑦泡立てた卵白を3回に分けて⑥に入れて切るように混ぜる。
- ⑧カップに入れ170度に予熱したオーブンで18分焼いて完成。



【新人紹介】

令和3年6月から多胡クリニックに勤務しております。



医療事務員
中尾真奈美

美作市在住です。
趣味は、おしゃべりしながらのウォーキングと花や多肉植物・メダカを育てることです。今年
は交配に挑戦しています。皆様
のお役に立てるよう頑張ります
ので、どうぞよろしくお願いし
ます。



介護職員
井口詩織

利用者の皆さんに顔と名前を
覚えて頂けるようになり日々、
やり甲斐を感じています。
利用者の皆さんに満足して頂け
る施設作りに貢献して参りたい
と思いますので、宜しくお願い
致します。

外来からのおしらせ

- ◎新型コロナワクチン接種については、3月20日から5～11歳の1・2回目接種が始まりましたが、当院では日曜のみ行っています。また、4月中旬から12～17歳の3回目接種も始まります。希望される方は予約をお願い致します。
- ◎特定健診・高齢者健診・がん検診が今年度も6月1日から始まりますので、早めの予約をお願い致します。



【編集後記】

まどか苑職員 森数 千鶴

早いもので、もう新年度となりました。春がそこまでやってきていますが、まだ、朝・夕と寒い日がありますね。今年もコロナウイルス感染拡大がまだまだ油断できない状況です。
さて、私事ではありますが、今年は卒園、卒業、入学が重なり慌ただしい日々ではありますが、嬉しい春を迎えています。在校生、来賓不在で寂しい式ではありますが、挙行される事に感謝し、子供達の成長した姿をしっかりと目に焼きつけておこうと思います。寂しい卒業式・入学式が今年で終わりますように。1日も早くコロナ以前の日常が戻ってくる事を願うばかりです。

■ 寄 稿

「大人の玩具」 奥津川在住 平山 明子様 (98歳)

「光陰矢の船」令和三年も後数日となり、こうした大晦日を迎えるのが何回目か？・・・。
大正、昭和、平成、令和三年も健やかに過ごし、山あり谷あり、一喜一憂の長い人生を振り返ると私は、あらゆる面の何事にでも挑戦したくなる性格と云うか、悪い癖をもち、身の程知らずの行動はプラス面のみならず、困ったり、苦しんだり、悔いる事も多々ありました。

その一例を思い起こすと、丁度ワープロ時代に習いたくてチャンスを狙っている間にパソコン時代となりました。今度は是非と躍起になっていた矢先「高齢者のパソコン教室」の特報を見つけ、主人に話すと「また始まった、ワープロも扱った事も無いのにパソコンとは・・・」と一笑に布され、取り付く島もない状態なれども、今度はばかりはと諦めきれない私の様子を見抜いたのか「どうせ三日坊主だろう」としぶくの返事を貰って申し込みました。

開講式の日には嬉しくて、早くから出席し待っていると、来られる人が皆んな私の子供位の若者ばかり(高齢者講習なのに)次第に不安になり振り返れば自分は「高齢も超高齢の八十歳」に気付くと、急に恥ずかしくなり帰ろうとした時、最後に少し年配の二人連れが入られたので隣席に座って話してみると「一度習ったけれども再度の受講」を聞き一層恥ずかしくなり出ようとした時、講師の先生が三人入室され、退席も出来ずとうとう「開講式、種々の説明等」上の空で聞きやっと午前中を努め「高齢すぎるので帰るから」と云うと隣席の人が「おばさん折角来たんだから、もう少し頑張って実際に当たったら意外に面白いんで」と止められ、又そのままズルズルと午後の実技に入り、初めてマウスを握って文字が出た時の感触は嬉しいのか楽しいのか何とも表し難い気持ちで今迄の不安も恥じらいもどこかへやらマウスの虜になってしまい帰宅しても机の上に厚紙を敷き、小皿を伏せてマウスを動かす真似をしていた。

大人げない姿は丁度幼児が初めての玩具を持って楽しんでいる姿と重なり今思い出しても恥ずかしさ一杯です。でもあの時は一生懸命でした。パソコンが無くてはどうにもならないので又「今回でもう最後にするから大人の玩具と思って買わせて、いろいろ出来る様になったら教えてあげる」と必至の説得が通り、持ち歩かないのでデスクパソコンにし、本体を中心に机、プリンター、照明等一切揃えて高額の玩具を買い、我儘(わがまま)な私も済まない気持ちで一杯と横文字に弱い痛みを持ちながらも楽しくて一生懸命アイウエオの練習をしている時、長女達が来て婿が「うちの事務所では年配の人は平仮名打ちでしておられる」と聞き、早速変換方法も習い益々面白くなりました。

でも一週間の基礎講習だけでは物足りなく思っている時「自由な時間で個人指導するパソコン教室が(高野)に出来たと聞き、開講早々の塾を見つけ、塾生四人で中の一人は私が栄養委員時代にお世話になった先生で「退職して暇だったので来た」とやはり平仮名打ちで受講されており一層心強くなって通い続けました。

いろいろ簡単に出来る様になると自身も出来(生まれついたお節介者)ゆえに替歌や童謡等印刷して老人クラブやこけない体操のレクリエーションに、又レシピ(料理)や種々の文章、報告書類等、主人や友人のも進んで手伝いゲームのみならず大変楽しく多忙な月日が何年か続いたかな・・・
丁度三年前に年賀状をと始めたものの機種が古くてCDが全く合わなく、とうとう十数年愛用したパソコンにも終止符を打ちました。

すると孫が「お祖母ちゃん、あんなに楽しんでいたパソコン無しでは淋しいだろうから今度は小さくて何処でも使えるタブレットを買ってあげるから、ただゲームや写真だけぐらいで楽しんだら」と早速買って、使い方も教えてくれたので第二の玩具に恵まれて今では、その中のナンプレにハマり、又生け花や偏物等の趣味も通して少しでも明るい余生をと頑張ったら、ピンピンコロリを願っております。