

ひまわり

No.347号

「おいしい」と感じて食べることの幸せ

日々管理栄養士として願っていることは、「おいしく食べてほしい」という事です。

おいしく食べるという事は、口から食べるため口の中だけで味を感じていると思ってしまうますが、人間は五感（味覚、聴覚、視覚、嗅覚、触覚）を総動員して食を楽しんでいるそうです。

また「実際には五感以外にも、食事環境、経験、食文化、食習慣、食情報、心身の状態もおいしさに影響を与える(『感性の起源』都甲潔 著)」と書かれています。「おいしい」と感じることは色々な複雑な要因があるようです。

風邪をひいて味を感じにくくなったことはありませんか？食べ物をおいしく感じられるようになると幸せを感じますよね。

訪問している患者さんの中には、病気のために食べ物を飲み込むことが難しくなってしまう食べることが困難になった方がいらっしゃいます。

当クリニックでは管理栄養士と言語聴覚士と一緒にその方に合った形態を細やかに調整します。嬉しそうに、おいしそうに食べる姿を見ていると、こちらまで幸せな気持ちになります。

まだ行き届いていないとは思いますが、皆さんが「おいしい」と笑顔になるためのお手伝いができれば幸いです。(在宅栄養専門管理栄養士 小淵)

「食べたい」をかなえる訪問

ご家族

管理栄養士

言語聴覚士

- ・ご本人、ご夫婦、ご家族、ご友人とのエピソードやお好きなものについて
- ・季節の行事や懐かしい思い出話

リクエストメニュー作成
嚥下調整食の作り方を指導

間接的嚥下訓練（食べ物を
使用せず嚥下機能を維持向上
させる訓練）や言語訓練も
行います



ご飯とミートボールをミキサー食に調整しています

(患者さん・ご家族に写真掲載のご協力を頂きました)

下甕(しもこしき)島への診療応援について

2025年4月より、下甕島(鹿児島県薩摩川内市)の診療応援に行くことになりました。『Dr.コトー診療所』のモデルとなった瀬戸上健二郎先生が実際に働いていた離島です(今は引退されています)。

都心部での地域医療を担う本院が、へき地での地域医療をサポートすることも、ひとつの使命だと認識しています。コトー先生ほどの高度な技術はありませんが、力の限り島の患者さんのために貢献し、何より自分自身の能力を高めるチャンスにしたいとも思っています。

4月は、25・26日の2日間勤務してきました。5月以降も同様に院長不在となる日

がありますが、診療は平常通り他の医師が行います。ご理解をお願い致します。

尚、漫画『Dr.コトー診療所』は、外来待合室の本棚にも並んでいますので、是非手に取ってご覧くださいね。

(院長 ニノ坂 建史)



診療所の屋上から望む景色です。

研修医たちの学びの場

地域医療研修で学んだこと

本院では、2014年より近隣の病院から研修医の受け入れを継続的に行っており、毎月1～2名の研修医が、ひと月という短い期間のなかで、一緒に訪問診療を行いながら、在宅医療の現場を体験します。

ともにクリニックで過ごした研修医が症例を通して学んだことや在宅医療・在宅ホスピスに関わって感じたことを最終週に発表してくれます。フレッシュな研修医の感性や視点は、私たちクリニックのスタッフにとっても良い刺激になっており、多くの学びを得ることができています。

～ 研修医の発表や提出レポートの中から ～

・在宅医療でできる診療の幅がかなり広いことを研修を通じて実感したので、「在宅医療」という選択肢を提案しやすくなりました。

・患者さんにとっては、難しい治療の話よりも、その方の「大切にしたいこと、気がかり、これだけは避けたいこと」等を一緒に見つめることで、その方らしさを支えるヒントが見えてくるような気がしました。

心身の疲れが原因で起きる五月病

心と体が発するSOSサイン

ゴールデンウィークの大型連休後になんともなく体調が悪くなったり、気分が落ち込んだり、仕事や学校に行きたくない気持ちになることを総称して「五月病」と言いますが、医学用語にある正式な病名ではありません。

医学的には、適応障害、うつ病、パニック障害、不眠症などが考えられますが、症状は特に定まっておらず、「疲れやすい・頭が重い・眠れた感じがしない・元気がでない・漠然とした不安感」など、人によっての感じ方は様々です。

これらの症状は、特に新社会人や、入学したばかりの学生に多く見られ、転勤や転職などに伴って新しい環境になれない中高年の方も増加傾向にあります。

五月病は、主にストレスが原因で誰にでも起こりえます。十分な睡眠、休息を取るよう心がけ、自分にあったストレス解消法を見つけましょう。

五月病の原因と対処法

原因となるストレス

- ・環境の変化
- ・生活習慣の乱れ
- ・心の緊張、不安
- ・不眠等の身体的不調

なりやすい性格

- ・几帳面で真面目
- ・完璧主義
- ・責任感が強い
- ・他人に気を使いすぎる

休養や気分転換をしても、不調な症状が2週間以上も長引く時は早めに専門医へご相談ください



「能登半島地震被災者支援活動募金」の御礼と報告

ご協力ありがとうございます

当院では、令和6年1月に発災した能登半島地震の直後から「被災者支援活動のための募金箱」を受付窓口横に設置していますが、皆さんからの温かいご厚意ご協力のもと、これまでに総額46,982円の募金[2025/3/31時点]が集まりました。

お寄せ頂きました募金は、「日本ホスピス・在宅ケア研究会」を通じて被災された方々への支援活動に役立てています。

被災地の1日も早い復旧・復興のため、これからも引き続き募金を続けてまいりますので、ご協力をよろしくお願いします。



Event 催し物・イベントのご案内



クリニックからのお願い



感染症対策
～発熱時の受診について～

発熱もしくは風邪症状のある方は
お車の中で待機していただくか
こちらが指定した時間に
受診していただくことで
発熱や風邪症状のある方との接触を
できる限り避けるようにしています



発熱または風邪症状のある方は
まずはお電話にてご相談ください
受診できる時間や受診する方法について
ご案内いたします

にのさかクリニック
☎ 092-872-1136

症状や経過によっては、
他の医療機関へ受診をお願いする場合があります



定期の受診、その他の症状で受診される方は
できるだけ12時までの受診をおすすめします

皆様のご理解とご協力をお願いいたします

採用情報



スタッフを募集しています



“地域のかかりつけ医”として、患者さんや
ご家族の気持ちに寄り添いながら、共に
働くスタッフを募集しています。

まずは、クリニックの見学・訪問診療の
同行・毎週行っている勉強会への参加から
でも構いません。

どうぞお気軽にお電話か当院のホームペ
ージにあります「問い合わせフォーム」から
ご連絡ください

にのさかクリニック TEL:092-872-1136

<募集職種>

- ・医師（常勤・非常勤）
- ・看護師（常勤）

右のQRコードから、採用
情報をご覧ください。



		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
9:00	午前	外来診療		訪問診療	外来診療		
13:00		昼休み			昼休み		休診
14:00	午後	訪問診療			訪問診療		
17~18:00		※外来診療			※外来診療		

※ 午後5:00~6:00の外来診療は、訪問診療の都合により診療開始時間が遅れる場合や診療ができない場合がございます。診察をご希望の方は、事前にお電話いただくと幸いです。