

# おおぞら



## ふれあい 看護体験

今年も多くの学生の方が参加されました



### 【沼南会理念】

私たちは、医療・看護・介護のトータルサービスで、地域のみなさまが笑顔でいきいきと人生をおくることができるよう支援します。

### 【沼隈病院理念】

私たちは、急性期医療から在宅医療までのトータルケアで、地域のみなさまの健康と安全な生活を支援します。

### 【患者のみなさまの権利】

1. 個人の尊厳と安全で安心な医療を平等に受ける権利
2. インフォームドコンセントと自己決定の権利
3. 診療情報の提供を受ける権利
4. プライバシーの保護と機密の保持の権利

# 私が感動した1冊の本

この度はノーベル平和賞を受賞されたマザーテレサの生き方を取り上げさせていただきます。



マザーテレサのことは、わたくしがいうまでもなく、皆さますでによくご存じと思います。

※まずマザーテレサの経歴をご紹介します。

- |             |   |
|-------------|---|
| 1910年 (M43) | マケドニア(東ヨーロッパのバルカン半島)で生まれる<br>9歳の時実業家の父親が亡くなる(アルバニアの独立運動の闘士) |
| 1928年       | 18歳の時 ロレット修道会に入会  |
| 1931年       | インドのコルカタ修道会に入会  |
| 1946年       | 天の啓示を受ける「貧しい人々に仕える決意をせよ」                                    |
| 1947年       | インド独立、印パ戦争  |
| 1950年       | 「神の愛の宣教会」スラム街学校開設   |
| 1952年       | 「死を待つ人々の家」ホスピス  |
| 1955年       | 「孤児の家」「HIV 患者の家」  |
| 1957年       | ハンセン病の診療所開設 「平和の村」  |
| 1979年       | ノーベル平和賞受賞、バートラ・ラトナ賞、<br>アメリカ名誉市民 その他多数                      |
| 1981年~      | 来日(東京 宝塚 長崎 福岡 大阪)  |
| 1997年 (H9)  | 87歳(心臓発作)逝去 インド国葬   |



日本には三度来日された様です。  
三度目の来日時(1984年)通訳をされたのがノートルダム清心の理事長で「置かれた位置で咲きなさい」の著者渡辺和子さんでした。

ノートルダム清心の理事長先生の渡辺和子氏によると、直接お会いされた時、笑顔は穏やかで柔和だけれど、顔には深いしわが刻まれており、目はとても厳しい鋭い目をされていたとのことでした。

戦争といえば、マザーは第1次、第2次世界大戦、インド独立、印パ戦争等いずれも遭遇されておりそのための暴動・飢餓・貧困・孤児 etc. のあまりにも厳しい世の中の不条理を見つめてこられたための表情ではないでしょうか。

- ① 来日された時の、日本に対するマザーテレサの感想は…。

日本に来て繁栄ぶりに驚きました。  
物質的に本当に豊かな国です。

しかし町を歩いていて気づきましたが、日本人の多くは弱い人、貧しい人に無関心です。  
物質的に貧しい人は他の貧しい人を助けます。  
精神的に大変豊かな人たちはです。  
物質的に豊かな人たちは他人に無関心です。  
精神的に貧しい人たちはです。  
愛の反対は憎しみと思うかもしれませんが、  
本当は無関心。  
憎む対象にすらならない無関心なのです。

そしてマザーテレサは言われる。

- ② 「この世で一番貧しいのは、食べ物やお金がないことではなく、自分なんて必要とされていないと思うことである」  
インドにおいて、貧しさは経済的な貧困として表れているが豊かな日本においては、

精神的な貧しさによる家庭崩壊  
となって現れている。

少子化が進んだ現代では、  
夫婦はほんの一人か二人の  
子供たちの幸せを守ればよい。



自宅と会社を往復する父が、人のために働いている姿を見たことがない。テレビ、洗濯機冷蔵庫と次々に発明される文明の利器は、現代人の心から「もったいない」とか「ありがたい」という気持ちを奪い去っていった。

「何のために私は生まれて来たの?」と子供に聞かれても、親は答えることはできない。

「人間は他に尽くしたときに喜びを感じ、自分のことだけを考えているときに孤独に陥る」という簡単な生命の法則のことは、誰も教えてくれなかった。

どうしたら魂が喜ぶのか。家庭に喜びを見いだせない少年少女たちは、家庭の外に喜びを求めて行き場をみうしない、罣(非行 etc.)にはまる者も少なくない。

彼らは一様に、自分の存在がわからないのである。



理事長 檜谷まりこ

沼隈町常石出身。広大附属福山高等学校卒業後、関西医科大学入学。同大学第一内科入局後、塙本病院（現、常石医院）勤務。平成3年に医療法人社団 沼南会理事長就任。平成22年に社会医療法人社団 沼南会理事長に就任。沼隈病院、常石医院、訪問診療の診察を行う。

- ・前広島大学臨床教授
- ・第40回広島県医療功労賞受賞
- ・関西医科大学森本園子賞（医療功労賞）受賞



理事長 檜谷まりこ

③ マザーテレサの非常に示唆に富んだ格言があります。



思考→言葉→行動→習慣→性格

- ◆思考に気をつけなさい、それはいつか言葉になるから。
- ◆言葉に気をつけなさい、それはいつか行動になるから。
- ◆行動に気をつけなさい、それはいつか習慣になるから。
- ◆習慣に気をつけなさい、それはいつか性格になるから。
- ◆性格に気をつけなさい、それはいつか運命になるから。

間違った考え方(思考)をしていると言葉に現れ、行動に現れる。その時、行動を注意してくれる人がいればまだ気づくこともできるが、間違いに気づかなければ、習慣になってしまい、その歪みが**性格**として定着してしまう。その拳句は**運命(負)**を呼び寄せてしまうということだと思われま。氷のような不燃性の人ではなく、前向きにものを考える自然性(自らも燃える)の人でありたいものだ

④ インドのコルカタへボランティアを申し出た日本の学生たちに、マザー・テレサが言った言葉です。

「あなた方は、わざわざコルカタまでやってきてボランティアをする必要はないんです。あなたの街に一人っきりで寂しく暮らしているお年寄りがいらっしゃるでしょう。目が悪くて、手紙を書くのに困っていらっしゃる人、体がきつくてスーパーに買い物に行くのも大変な人がいらっしゃるでしょう。そういう方に親切にしてあげなさい。それがコルカタにやってくるよりも尊いことです。日々の足元を忘れないでね。遠くインドまで出かけて、どんなにボランティア精神があるのかと思いがちですが、マザーはそれは違いますよ。

自分の足元をしっかりと見てください。そこまで出かける旅費があるなら貧しい困っている人に寄付してあげてください。インドのことはインドにいる私たちがします。ですから日本にいるあなた方は日本のことをしっかりと。

あなたたちは人のために何かしてあげていると思わないでください。あなたたちのほうがどんなにしてもらっているか、その恵みに気づいて帰ってください。」



「遠くにいる人たちを愛するのは簡単なことです。まず自分の家に、次にお隣にそしてあなたの住んでいるところ、あなたの街に目を向けなくてはなりませんそれから、初めて外に向かうのです。」 マザーテレサ



マザーテレサの詩でわたくしが強く心を打たれた詩があります。



世話するだけでなく  
あなたの心を与えなさい

親切で慈しみ深くありなさい  
あなたに出会った人が誰でも  
前よりもっと気持ちよく明るくなって  
帰るようになさい  
親切があなたの表情に  
まなざしに、ほほえみに  
温かく声をかけることばにあらわれるように  
子供にも貧しい人にも  
苦しんでいる孤独な人すべてに  
いつでもよるこびにあふれた  
笑顔を向けなさい

半田 基子

いつもこの詩に考えさせられ、学ばされています。本当に私に出会った人が、前よりもっと明るくなって帰っているでしょうか？

診察前より、少しでも安らぎや勇気を患者さんがもって帰られているでしょうか？

この言葉は胸に刺さり、響きます。

世話するだけでなく、あなたの心を与えなさい。

見せかけだけでなく、あなたの心を与えていますか？

人は(わたくしは)直ぐに大切なことを忘れてしまいがちです。この詩はわたくしの座右の銘のように、これからは忘れないように繰り返し読んでみることにしています。

(参考文献その他)

- ・マザー・テレサの真実 五十嵐薫
- ・もしも天国のマザー・テレサが君のそばにいたら 中井俊巳
- ・ふがいない自分と生きる 渡辺和子



沼隈病院副院長  
山田 信行

平成31年4月1日に沼南会 沼隈病院に参りました山田信行と申します。生まれは岡山県真庭市の山村地域の農家で、牛・山羊・鶏・犬・猫などと同じ屋根の下で一緒にのんびりと育ちました。イノシシ・タヌキ・キツネ・ネズミ・カエル・ヘビ・ドジョウ・キジ・ホタルなども友達で、山や川・田んぼ・畑も庭のようなもので、農作業の手伝いを通して土に触れることの大切さと自然の大きさと怖さを身をもって体験しながら育ちました。

昭和49年3月に岡山大学医学部を卒業後、国立岩国病院へ2年半、南フロリダ大学に2年（動物実験と遊びに明け暮れ、英語はからっきしダメ）、昭和63年9月から福山市民病院、平成22年7月から井原市民病院に勤務していました。

専門医など  
日本循環器学会専門医  
日本内科学会認定内科医  
日本超音波医学会指導医  
日本老年病学会指導医  
日本医師会認定健康スポーツ医

座右の銘  
誠実に今を生きる。

患者さまへの一言  
解からない事や疑問があれば、気軽に聞いてください。多くの慢性病(生活習慣病)の主治医は自分自身です。ともに頑張りましょう。

専門は循環器内科で、福山市民病院時代はカテーテル検査や治療（冠動脈ステント留置など）を中心に診療していましたが、その後は、もっぱら狭心症・心筋梗塞などの発症予防や再発予防、高血圧、高脂血症（高コレステロール血症、高中性脂肪血症）、糖尿病、下肢閉塞性動脈硬化症、心不全などの治療と増悪予防を行っています。これら慢性病（生活習慣病）の治療の主治医は患者さん自身であり、いわば自己責任ですが、自分の欲望を抑えることには並外れた努力が必要であり、病気の克服を目指して、共に戦っていきたいと思います。誠意をもって丁寧な診療と説明に心掛けたいと思いますので、何でも気軽に話しかけてください。よろしくお願い致します。

専門医など  
日本プライマリ・ケア連合学会家庭医療専門医  
プライマリ・ケア認定医  
日本内科学会認定内科医  
日本内科学会総合内科専門医

座右の銘  
晴耕雨読

患者さまへの一言  
困った事があればなんでも相談してください。



沼隈病院 医師  
小池 隆夫

2018年4月より、常勤医として沼隈病院に赴任した小池です。木曜日・土曜日を除く毎週午前9時から12時30分を中心に内科一般外来を担当させていただいております（木曜日は14時30分から18時）。2008年に大阪医科大学を卒業後、大阪府高槻市にある高槻日赤病院で2年間の初期研修を行い循環器内科として同院に勤務しました。その際3年先輩に当院の副院長である檜谷興Drが在籍されており、仲良くなりお話を伺うと出身地・出身幼稚園・出身小学校が同じであった事が判明、この度その縁があり福山に戻って参りました。今年で医師12年目となりますが、8年目から3年間は広島大学総合診療科に入局し総合診療・家庭医療の分野を中心に研鑽を積み昨年専門医を取得いたしました（日本内科学会専門医、日本プライマリ・ケア連合学会家庭医療専門医）。

内科を中心に小児科、皮膚科等の他科の初期対応・相談、漢方治療、人生のライフステージに応じた予防医療等にも対応いたしますので些細な事でもまずはお気軽に相談いただければ幸いです。

また少し遠方にはなりますが、毎週土曜日は福山市内で実家（福山市明治町、小池内科循環器科）の医院の手伝いをしております。近所であれば往診等の対応も可能ですので診療が必要な方がいらっしゃったら是非ご相談ください。

最後になりますが今後とも宜しくご指導ご鞭撻お願い致します。



沼隈病院副院長

檀谷 興

専門医など

日本内科学会認定内科医  
日本整形外科専門医  
日本整形外科学会認定リウマチ医  
日本整形外科学会運動器リハビリテーション医  
JPTEC プロバイダー  
JATEC インストラクター

座右の銘

敬天愛人

患者さまへの一言

主に整形外科診療をしておりますが、循環器(心臓や血管)を主とした総合内科研修も終えております。なんでもお気軽にご相談ください。

この度副院長に就任させていただきました檀谷興と申します。私がこの沼隈病院に整形外科部長として赴任させていただいて早5年が経過致しました。沼隈病院をこれまで20年間育んで来られたスタッフの方々にはもちろんですが、地域の患者様方に支えられ、なんとかこの沼隈の地で医療に従事させていただいていることに感謝を致しております。

この5年間の診療で感じていることですが、この地域にも日本の超高齢化社会の波は確実に押し寄せてきているということです。私が医師として働かせて頂けるようになって約15年ですが、始めの5年間は内科を勉強させていただいておりました。その後地域医療を目指すにあたり、高齢者の患者さんには欠かせない整形外科の研鑽もさせていただき、現在はこの超高齢化社会において患者さんのお役にしっかり立てるように整形外科・総合診療科を標榜させていただいております。

整形外科医としては、これまでに骨折や関節の手術に主に従事させて抱いておりますが、最も大切なことは「病気を未然に防ぐこと」だと思っております。

骨折であれば骨粗鬆症の検査(最新鋭のDEXAを導入)を行い、必要に応じた治療を行い、初発の骨折を未然に防ぐこと。また、一度脊椎圧迫骨折や、大腿骨頸部骨折を起こした患者さんができる限りもう一度骨折を起こさないように予防することを目指しています。関節病であれば、まだ破壊が進行していない早期の段階で、生活指導や、膝への負担を軽減するリハビリを積極的に指導しています。

総合診療医としては、骨粗鬆症の血液検査等で散見される脂質異常症や糖尿病の所見を見落とさず、心筋梗塞や脳梗塞等の致死的な疾患の予防に努めて参りたいと思っております。

「病気は起きてしまった場合には丁寧に治療にあたるが、本当の医療の目的は病気を無くしていくことである」という意識を大切にしながら、患者さん一人一人を丁寧に診察して参ります。若輩者ではありますが、今後ともどうぞよろしくお願い致します。

専門医など

日本内科学会認定内科医  
日本呼吸器学会専門医

座右の銘

誠心誠意

患者さまへの一言

長引く咳や息切れなどで困りでしたら気軽に相談してください。

沼隈病院 医師

橘高 誠



この度沼隈病院に赴任しました橘高です。出身は福山市です。この度縁あって故郷に帰ってくることができ嬉しく思っています。大学卒業後は呼吸器内科に勤務し、呼吸器内科専門医を取得しています。沼隈病院では内科全般を診療させていただきます。

肺の病気は、肺炎などの感染症、肺がん、喘息・COPD(慢性閉塞性肺疾患)、睡眠時無呼吸症候群などいろんな分野にわたります。最近では喘息や肺がんの治療がめまぐるしく発展していき、色々な新薬が世にでています。常に知識を更新し、皆様のお役にたてるよう努力していきたいと思っております。

息切れ、長引く咳、いびきなどありましたら、気軽にご相談ください。趣味はカーブの応援です。最近チームが強くなったおかげでチケットが手に入らず中々観戦にいけないのが贅沢な悩みではありますが、残念です。

皆様のご期待に応えていけるよう努力いたしますので今後ともよろしくお願い致します。





# 施設案内

昨年、沼隈病院本館 1 階に歯科を開  
設致しました。このたびは室内やスタ  
ッフの紹介をさせていただきます。今  
後とも沼隈病院グループを宜しくお願  
い致します。



ゆったりと落ち着いた環境でリラック  
スした雰囲気の中、治療を受けて頂け  
ますよう努めています。主として、虫  
歯、入れ歯、歯垢除去、歯科検診(福山  
市・尾道市)を中心に行います。日常  
生活で「食事が噛みにくい」「口の中が  
乾燥する」「入れ歯が合わない」「入れ  
歯を新しくしたい」など、小さなこと  
でもお気軽にご相談ください。ご来院を  
お待ちしております。

入院中、施設への入所・入居中の方  
へも訪問による歯科診療の対応をし  
ています!



## 歯科

檜谷 拓 歯科医師

### ■ 歯科を受診するには

予約制になります。

受付窓口、またはお電話にて  
ご予約ください。

電話 ハニョイ  
**084-980-8241**

診療時間  
**9:00~12:30**  
**13:30~18:00**

診療時には口腔衛生管理のため  
歯ブラシをご持参ください。



診察室(3ブース)



待合室



レーザー



レントゲン

### ■ 歯科衛生士がサポートします!



受付



口腔内の病気やトラブルの予  
防をし、食事がおいしく食べ  
られるように健康をお手伝い  
します。気になる事はいつで  
もご相談ください。健康のた  
めに一緒に頑張りましょう。

# 地域

高齢者の方々が、  
健康でいきいきとした生活を続けるための応援です!!!

福山市保健福祉局長寿社会応援部高齢者支援課より一般介護予防事業の受託機関として、「介護老人保健施設ぬまくま」の医療・介護の専門職（リハビリ・歯科衛生士・栄養）が地域の高齢者の方々を対象に、健康教室（年 12 回程度）を開催させていただいています。各地域でそれぞれの事業所が開催していますが、「介護老人保健施設ぬまくま」では常石地区、内海地区を担当しています。

2019年度も、引き続き受託機関として、活動させていただいています。事前申し込みも不要ですので、お近くのプラザ・公民館等からの案内チラシが入ったときは、お気軽にご参加いただければ嬉しく思います！

一般介護予防事業とは…

市町村・地域・民間サービスが一緒になって、高齢者の方に通いの場をつくり、人とのつながりを広げていく事業です。年齢や心身の状況等に関わらず、要介護状態になっても、生きがい・役割をもって生活できる地域の実現を目指すことを目的としています。



## 開催内容

- ◆ 歯科衛生士によるお口に関する教室
- ◆ 管理栄養士による食に関する教室
- ◆ リハビリテーション専門職による運動に関する教室



下記テーマについて、それぞれの専門職が、運動・栄養・口腔を中心に、日常生活で気軽に行える予防や、取り組み方法を 1 回 90 分程度で、わかりやすく解説、実演しています。

## テーマ

- 生活習慣病の予防
- 骨粗鬆症の予防
- 脳梗塞の予防
- 認知症の予防
- 転倒予防
- アンチエイジング
- ロコモジティブシンドローム
- ウォーキングのすゝめ
- 膝の痛みの予防
- 腰の痛みの予防
- 心疾患の予防
- 熱中症の予防





沼隈病院

**休日** 乳がん検診 子宮がん検診 予約受付中

10月20日 日曜日

日曜日に乳がんマンモグラフィ検査、子宮がん検診を受けられます。

- 問合せ 084-988-1888
- 受付時間 9:00~12:00
- 女性技師が撮影をします
- 3名以上のグループでの受診の場合は、送迎を行いますのでご相談ください。

当施設はJMSプログラム登録医療機関です。

広げよう健康の輪 ~令和から始める第一歩~

第14回 **健康まつり**

10月20日 日曜日

- 会場 介護老人保健施設ぬまくま1階
- 時間 10:00~13:30
- ステージ内容 山田副院長 記念講演  
サンバルオーケストラ 演奏 等
- 模擬店やバザーも予定しています。

ぜひ、皆さんでお越しください!!

**職員募集**

見学は随時対応しています。

《令和2年卒業の方対象》一緒に働きませんか?キャリア支援や資格取得も応援します!

看護師、准看護師、介護福祉士、看護補助者(介護士)、薬剤師、社会福祉士  
理学療法士、作業療法士、言語聴覚士、歯科衛生士、診療情報管理士

《中途採用》職場復帰をお考えの方、長いブランクのある方、初めての方、しっかりサポート致します。託児所完備ですので、幼いお子さまがいらっしゃる方も安心して働けます。

看護師、准看護師、介護福祉士、看護補助者(介護士)、訪問看護、ドクターアシスタント  
理学療法士、作業療法士、言語聴覚士、歯科衛生士、介護支援専門員、医療事務

職員寮や託児所の見学も随時対応しています。詳しくはホームページをご覧ください。



経営管理部 084-988-1995

社会医療法人社団 沼南会

**沼隈病院** ☎(084)988-1888

**常石医院** ☎(084)987-0045

介護老人保健施設 **ぬまくま**  
(通所リハビリテーション)

☎(084)988-1165

社会福祉法人 **まり福祉会**

地域密着型特別養護老人ホーム **まり沼隈**  
ショートステイ **まり沼隈** ☎(084)980-8011

まりホーム **熊野** グループホームぬまくま  
☎(084)959-1166 ☎(084)987-4115

まりホーム **内海** まりデイサービス内海  
☎(084)986-2255 ☎(084)986-2200

求人のお問い合わせ

ホームページ

沼南会 経営管理部

〒720-0402 福山市沼隈町大字中山南469-3  
TEL(084) 988-1995 FAX(084) 988-1996  
honbu@shounankai.com

沼隈病院 検索

**まり高齢者複合施設 山南** ☎(084)988-1767

山南クリニック まり訪問看護ステーション  
まり介護付高齢者住宅 山南 (訪問リハビリ)  
まりショートステイ 山南 まり訪問介護ステーション  
まりデイケア 山南



沼隈病院は、救急指定を受けた24時間診療の病院です。



急病やケガの場合は、休日や18時以降も受け付けております。

