

健

康

通

信

No.141
冬号



< 下弦の月沈まず >

撮影／山岸眞理

理念『夢』

すべての利用者様に、医療・福祉を介して「夢」を実現する。

<基本方針>

私たちは患者様とご家族様に、「夢」を提供します。

患者様とご家族様の笑顔が私たちの「夢」です。

- 1 私たちは、利用者様の尊厳と権利を重んじ、常に謙虚な気持ちで接します。
- 2 私たちは、プライマリーケアの精神を厳守し、実践します。
- 3 私たちは、プロとしての自覚を持ち、質の高いサービスを提供します。
- 4 私たちは、常に最新の知識を学習し、自己研鑽の努力を怠りません。
- 5 私たちは、※EBMに基づき、インフォームドコンセントに努めます。
- 6 私たちは、よい職場環境を構築し、チーム医療を円滑におこないます。

※EBM(Evidence Based Medicine)実証に基づいた医療

2026年の年頭に当たって

医療法人社団三愛会 名寄三愛病院
院長 山岸 眞理

「地球規模で考え、足元からの行動を」

という標語は、1960年代に、アメリカの細菌学者ルネ・デュボスが提唱したといわれています。環境を考えることは、大気、水を含めた生態系全体を視野に入れる必要がありますが、具体的な対策を取る場合には局所的なところしかできません。

地球が誕生して46億年、生命が誕生して38億年と言われています。太陽系の歴史とともに地球の環境も変わりました。生命も誕生と絶滅

あるいは進化を繰り返し、多種の生命が生まれました。生命も生き残るために、その時の環境に合わせて必死に進化してきました。そしてある種の平衡状態に達します。この平衡状態は変化していないように見えますが、実はお互いに影響しあって動いています。この状態を「動的平衡」と言います。個々に動いていますが全体としてバランスを保っている状態が「動的平衡」です。

「動的平衡」の状態に安易にある種の変化を加えると、それが時間を経て全体に波及することがあります。食物連鎖を通して生態系はつながっているため、安易にある種の動物を滅ぼすと生態系全体に影響を及ぼすかもしれないという視点が大事です。

例えば、食用を目的として、外来種のウチダザリガニを自然に放した結果、同じ環境内に生息する、日本固有種のニホンザリガニが駆逐され絶滅危惧種となりました。毎年日本各地で、ウチダザリガニの駆除を目的としたバスターズが行われています。





産業革命後人類はエネルギー源として石炭や石油を使いました。

その結果二酸化炭素を地球上に排出し、温室ガス効果で地球温暖化に繋がりました。北極・南極の氷が解け、アルプスの氷河が後退し、海面が上昇し、水没する国と地域があると報じられました。この現象が温室ガス効果によるものだとする考えが正し

いなら、その対策として、二酸化炭素を増やす燃焼行為を減らすことと、植物を増やし光合成を増して二酸化炭素を生態系に戻してやるのが考えられます。地球環境と気候変動への対策を議論する国際会議としてCOP(締約国会議)があります。温室ガス排出量を削減する目標設定と具体的行動が発表されています。

人類は長い間、結核をはじめとする感染症に悩まされてきました。1928年イギリスのアレキサンダー・ Flemingによってペニシリンが発見されました。ここに抗生物質の歴史が始まります。病気の原因となる細菌を抗生物質でたたくと、細菌の世界では動的平衡のため、使われた抗生物質に対して耐性菌が現れます。耐性を持った細菌をたたくためには、もっと強力な抗生物質が必要となります。現在は新たな抗生物質の開発が追い付かないため、抗生物質が効かない多剤耐性の感染症が起きています。また酸素を嫌う嫌気性菌が腸内に生き残るCD感染症が問題となっています。これは、抗生物質の使用により腸内細菌の動的平衡が失われた結果と言われています。このように、安易な抗生物質の使用は控えなければなりません。

目先の利益や効率ばかりを考えて行動するのではなく、生命全体、地球全体のことを考えて、動的平衡を意識し身の回りのことを行う必要があると思います。

「地球規模で考え、足元からの行動を」

“Think Globally, Act Locally” です。

本年も幸せな一年であることを祈ります。



三度の飯より写真が好き！という
山岸理事長のコラムです。

表紙の写真 < 下弦の月沈まず >

寒い日の晴れた朝、イタドリの枯草に樹氷が凍りつき朝日に照らされる。
澄んだ空気が行きわたる青空の中に、下弦の月が沈まずに、名残り惜しそうに佇んでいる。

午年生まれの職員より 令和8年の抱負を申し上げます



新年あけましておめでとうございます。
当院では、**午年生まれの職員**が11名在籍し、**1954年から2002年生まれ**まで、幅広い世代で医療介護と患者様のサポートを行っております。

各世代を代表して抱負を述べさせていただきます。

1954年うまれ 年女



みんなに迷惑をかけないで
元気で重たいワズオで
いられる様に頑張ります。

当時の出来事

- ベビーブームの到来
- ローマの休日大ヒット



1966年うまれ 年女

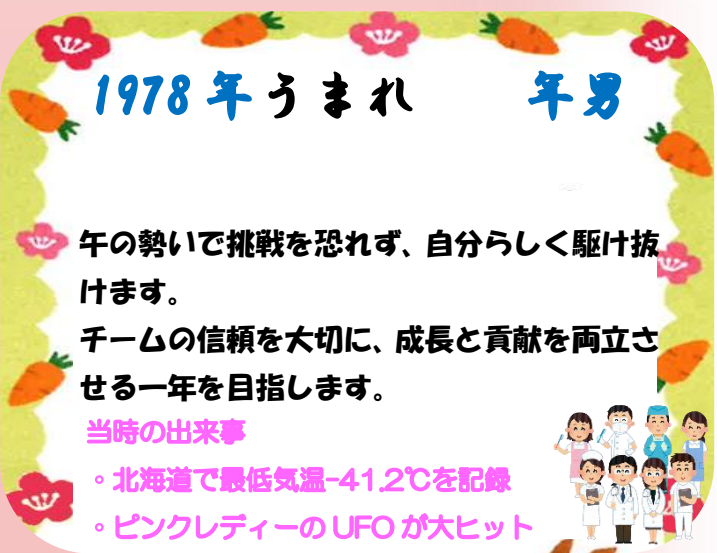


体調を崩さず
元気に過ごしたいです。

当時の出来事

- 日本の総人口1億人突破
- 笑点の放送開始

1978年うまれ 年男



午の勢いで挑戦を恐れず、自分らしく駆け抜けます。

チームの信頼を大切に、成長と貢献を両立させる一年を目指します。

当時の出来事

- 北海道で最低気温-41.2℃を記録
- ピンクレディーのUFOが大ヒット



1990年うまれ 年女



こどもに
負けない体力を
つけたい!!
免疫力UP!!

当時の出来事

- 日本人初の宇宙飛行士誕生
- アニメちびまる子ちゃん放送開始

2002年うまれ 年女



毎日のストレッチを継続し、
健康に過ごそう!

当時の出来事

- 日韓共催サッカーW杯開催
- ハリーポッターと賢者の石が大ヒット



2025年の作品を振り返って

…デイクアセンター…



春には雪が解け、桜の花を咲かせました。
連日続いた夏の暑い日は
気球が空を飛び、収穫の秋にはブドウが実りました。

そして冬、利用者様がクリスマスツリー作製している所をポチッと撮影しました。

また、夏に作成したスイカを再利用し、クリスマスツリーや赤いブーツに変貌をとげました。

デイルームに内には写真に載せきれていませんが、たくさんの作品が飾られました。

これからも「作ってみたい!」と思える作品を提供したいと思いますので、来年もよろしくお願いいたします。



明けましておめでとうございます。

本年は午年ですね。 馬は力強く駆け抜けます。前進・飛躍の象徴です。

そんな年の10月に、**名寄三愛病院は、開院40周年**という大きな節目を迎えます。

今、日本は高齢化率が29.3%（2024年10月現在）で超高齢化社会となっています。名寄はそれよりも高く34.3%（2025.1現在）となっております。3人に1人が65歳以上です。

総人口に占める65歳以上の人口割合が21%を超えたら超高齢化社会となるので、その基準を大きく上回っていますので、超超高齢化社会といってもいいかもしれません。

高齢となり、介護や長期療養を必要とする方も多くいらっしゃると思います。

名寄三愛病院は、本年も介護や長期療養を必要とする患者さんに良質な医療・看護・介護・リハビリテーションを提供し、馬が前に向かって力強く駆け抜けるように、皆様の「夢」の実現を力強くサポートさせていただきます。

「夢」



令和8年1月 外来診察予定

曜日	日	月	火	水	木	金	土
					1	2	3
午前					—	—	—
午後					—	—	—
歯科					—	—	—
	4	5	6	7	8	9	10
午前	—	西堀・山岸	西堀	山岸	山岸/竹内 ^{10:30~}	山岸	—
午後	—	竹内	竹内	竹内	山岸・寺本	竹内	—
歯科	—	○	○	○	○	—	—
	11	12	13	14	15	16	17
午前	—	—	西堀・千葉	山岸・千葉 ^{11:00~}	千葉	山岸・千葉	—
午後	—	—	竹内	千葉	山岸・寺本 (千葉14:00まで)	竹内 (千葉14:00まで)	—
歯科	—	—	○	○	○	○	—
	18	19	20	21	22	23	24
午前	—	西堀・山岸	西堀	山岸	山岸/竹内 ^{10:30~}	山岸	—
午後	—	竹内	竹内	竹内	山岸・寺本	竹内	—
歯科	—	○	○	○	○	—	—
	25	26	27	28	29	30	31
午前	—	山岸	山岸・千葉	山岸・千葉 ^{11:00~}	千葉	山岸・千葉	—
午後	—	竹内	竹内	千葉	山岸・寺本 (千葉14:00まで)	竹内 (千葉14:00まで)	—
歯科	—	○	○	○	○	—	—

都合により、外来医師が変更になる場合があります。あらかじめご了承ください。
 歯科の診療日は、○が記載されている日になります。歯科の診察時間は19時までです。



〒096-0031
 名寄市西1条北5丁目1番地19
 TEL: 01654-3-3911
 FAX: 01654-2-1555
 ホームページ <http://www.sanai-kai.or.jp>

当院は介護保険事業所を併設しています。

- ◆**名寄三愛デイケアセンター**
ご自宅まで迎えに行き、リハビリや入浴を行います。
- ◆**名寄三愛リハビリテーションセンター**
スタッフが、自宅に伺いリハビリを行います。
- ◆**居宅介護支援センター「しあわせ」**
名寄出張所
介護保険についての相談を行います。

利用希望や話を聞いてみたい方は、
 ←左記までお問い合わせください。