



医療法人社団 **徳耀会**
Medical Corporation Tokuyukai

令和8年4月238号 発行
徳耀会医科・歯科・介護
http://www.tmhc.jp/
Tel 03-5616-1094
fax 03-3605-1092

医科・歯科・介護通信

不登校問題

北綾瀬駅メンタルクリニック 榎本 先生



近年、不登校の児童生徒は増加しており、文部科学省の調査では小中学生だけでも30万人を超えています。不登校はしばしば「怠け」や「甘え」と誤解されがちですが、実際には不安や抑うつ、対人関係の困難、発達特性（自閉スペクトラム症や注意欠如多動症など）といったさまざまな背景が関係します。

精神科医の立場から重要なのは、単に「学校へ戻すこと」を目標にするのではなく、子どもが安心して生活できる環境を整え、心身の回復を優先することです。まずは家庭で生活リズムを整え、安心して話せる関係を保つことが大切です。そのうえで学校や医療機関と連携し、通学再開に限らず、別室登校やオンライン学習など柔軟な学び方も検討することが、長期的な社会参加につながります。

欲しいものは見るだけにする

徳耀会心療内科クリニック 京野 先生



珠洲市の特産である切り出し七輪の製造が再開になり、能登の復興を感じるこの頃ですが、製造工程に時間を要するのか、オンラインショップに七輪が入荷されてもすぐ売れてしまい中々購入が出来ません。買えないと「ああ、買えなかった、悔しい」とモヤモヤします。

先日、何の気なしにヤフオクを覗いたら、藍鍋島の七寸皿が出品されておりました。これは名品だと勢いづいて落札し、商品を受け取って見たところ、絵付けがプリントで「ああ、偽物だった。悔しい」とモヤモヤしました。七輪も皿も今の私の生活にとって必要のないものなのですが、所有欲という煩惱にとらわれた挙句、心を乱されてしまったのです。こういうとき「ムーミン谷の彗星」でスナフキンが言っていた「本当に欲しいものを見るだけにしているんだ」という言葉が頭にこだまします。その言葉を胸に、外にでて空を見上げてみますと、目に映る世界があまりに綺麗で、所有することのちっぽけさに気がきます。

そのうちモヤモヤ、煩惱も雲散霧消してしまうとよいのですが、そうはならないところが修行不足ですね。

花粉症と口腔乾燥

榎本歯科(外来・往診) 歯科医師 烏田 先生(女医)



今年花粉症の流行が早く、今まで花粉症ではなかったのに今年から発症してしまった方もいらっしゃると思います。

花粉症は、鼻づまりによる口呼吸の常態化や、抗ヒスタミン薬の副作用により、口が乾燥する「ドライマウス」を引き起こしやすくなります。乾燥は唾液を減少させ、細菌繁殖による虫歯、歯周病、口臭のリスクを高めます。口腔乾燥には、①こまめな水分補給です。ジュースなど甘い飲み物ではなく水やお茶で口内を潤してください。甘い飲み物を定期摂取すると虫歯のリスクが上がってしまうからです。②加湿です。就寝時のマスク着用や部屋の加湿で乾燥を防ぎます。③鼻呼吸の意識をしてみてください。意識的に口を閉じ、舌を上あごにつけるようにしてみてください。④保湿ケアです。保湿成分入りの洗口剤やジェルを使用することも効果的です。分からないことがあれば歯科へ口腔ケアの相談をしに来てください。

<入職のお知らせ>

北綾瀬メンタルクリニックに4月より窪田先生、山口先生、吉武先生(女医)漆谷先生が入職されました。また、徳耀会財務経理部に事務職金子さんが入職されました。宜しくお願い致します。

徳耀会 心療内科クリニック

	AM	PM
月～金	9:00～12:00	13:00～18:00
土	9:00～13:00	14:00～18:00

	AM	PM
月(隔週)	田邊心理士	
火	白井	
水		田村
水(隔週)	大楽(女医・総合内科)	
金	河口心理士	
金		車地
土	田畑	
土(隔週)	京野・稲川(女医)	

TEL 03(3605)1094

北綾瀬駅メンタルクリニック

月～土	10:00～14:00
月～土	10:00～19:00
日	10:00～14:00

※祝日休み

月	車地	車地・窪田
火	山口	
水	外山	
木	榎本・吉武(女医)	榎本
金	漆谷	田村・漆谷
土	上里・藤本(女医)	
日	上里	

TEL 03(5856)2778

医療スタッフコラム

川戸歯科衛生士 入職時ご挨拶

始めまして。昨年十二月に徳耀会に入社いたしました歯科衛生士の川戸と申します。現在、外来と訪問で勤務させていただいております。どちらの環境もとてもやりがいを感じています。特に私はコミュニケーションを大事にしています。患者様の不安を聞き私が今まで得た知識、経験をお伝えしながら患者様の話しやすい雰囲気作りを心がけていけたらと思っております。安心感そして笑顔があふれる時間を作っていきたいです。よろしくお祈り致します。



江原歯科衛生士 入職時ご挨拶

はじめまして。衛生士の江原です。患者さまに安心して心地よくケアを受けていただけるよう心掛けています。私生活では野球観戦が趣味で選手たちの全力プレーに元気をもらっています。皆さまの食べる楽しみや笑顔を守るお手伝いできれば嬉しいです。どうぞよろしくお祈りいたします。



原田看護師 入職時ご挨拶

はじめまして。入職のご挨拶をさせていただきます。北綾瀬駅メンタルクリニック開院時より看護師として勤めさせていただいております原田奈保子と申します。以前は総合病院の病棟で勤務しておりました。耳鼻咽喉科や眼科、口腔外科など頭頸部領域が主となる病棟で、入院患者さまの手術前後や化学療法の看護を通して、身体の病気は心に大きく影響すると感じております。心療内科に勤めるのは初めてになりますが、これまでの経験を活かして、お力になればと思います。家庭には未就学児の子どもがおりまして、時短勤務で働かせていただいております。また、子どもの予定に合わせてお休みをいただくこともあり、ご理解のある職場に感謝しております。不慣れで、ご迷惑をおかけしますが、今後ともよろしくお祈りいたします。



ホワイトデー



消防訓練



足立消防署
大谷田出張所の消防士さんにご来訪頂きました。

グループホーム ゆとりあ



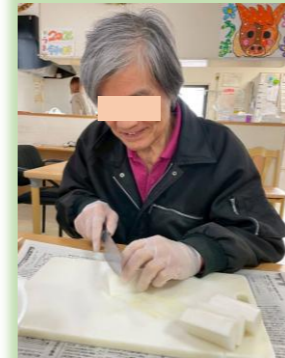
2F

- SKさん 食レクでは、大根の皮むき、カットをしました。たくさんのご飯ととん汁を作りました。
- T.Yさん 3月生まれ、食レクでは、さつまいもの皮むきとカットを手伝いました。
- MKさん 昔の写真（野球をしていた当時の）をみて、「青春でしたね！」という「ホントに」と話されていました。
- ISさん 3月生まれ。座席（テーブル）が変わって、スタッフともよく話しかけてすごしています。
- KHさん 座席が変わって、同テーブルの方をよくお話しされたり、TVをみたりよい雰囲気です。
- NKさん 3/14ホワイトデーの時に、クッキーとおかしの盛り合わせを満喫しました。
- S.Uさん 食事の前後、テーブルを拭くのを手伝っています。仲間からもとても喜ばれています。
- T.Tさん 3/3のひな祭りでは、ちらしずしやおやつに甘酒を飲んで楽しみました。
- KKさん 食レクでは、人参の皮むきとカットを手伝いました。元気です。

3F

- KAさん 食レクでは、油あげや人参のカットを手伝いました。色々なレクにも参加しています。
- T.Mさん 3月生まれ。春のうたを皆様で祝い、歌って楽しい時間を過ごしました。
- T.Sさん 3/14ホワイトデーの時に久しぶりにクッキーを食べて楽しみました。
- MSさん きのこ（しめじ）をほくしたり、簡単な手作業を手伝いました。
- AMさん 3月生まれ。3/3ひなまつりの時に甘酒をお祝いに飲みました。
- S.Kさん 3/14ホワイトデーでは、甘い紅茶とクッキーやバナナチップスを食べました。
- MKさん 食レクでは、とん汁を作りました。「がんばる!!」と人参の皮むきを手伝いました。

食レク



介護コラム

鈴木看護統括
グループホーム施設長

春暖の候、ますますご清祥のこととお喜び申し上げます。先月のゆとりあでは、消防訓練を行いました。キッチンからの出火を想定した初期消火、避難経路の確認、消火器の使い方も消防士さんから学びました。

また、食レクでは、たけのご飯と豚汁を皆様で召し上がりました。ホワイトデーには、クッキーを用意し、会話を楽しみながら過ごしています。

4月に入りましたがまだ寒さの残る日もあります。季節の変わり目ですので、体調崩さないようどうぞご自愛ください。

来月もまたよろしくお祈りします。

松本介護職員

ようやく春がやってきました。寒い冬のあいだは「あと少し暖かくなってほしいなあ」と思っていたのですが、いざ暖かくなると「今日はちょっと暑いですね」と、つい口にしてしまうのが不思議なものです。

ゆとりあでのご利用者様の過ごし方は、入浴やテレビ視聴を楽しんだりお隣の方と雑談や歌を口ずさんだりと、それぞれのペースでゆったりとした時間を過ごされています。時には昔話に花が咲き、思わず笑い声が広がる場面も見られ職員もつい一緒に笑顔をいただいております。

春のやさしい陽気のなか、これからも穏やかで心あたたまるひとときを、皆さまと大切に重ねていければと思います。

日	月	火	水	木	金	土
			1 体操	2 おり紙	3 ボールあそび	4 ぬり絵
5 歌	6 散歩	7 体操	8 おり紙	9 散歩	10 お誕生日会	11 お手玉
12 言葉あそび	13 散歩	14 食レク	15 歌	16 散歩	17 タオル体操	18 ぬり絵
19 ぬり絵	20 おやつレク	21 ボールあそび	22 言葉あそび	23 ボールあそび	24 お手玉	25 タオル体操
26 体操	27 おり紙	28 言葉あそび	29 ボールあそび	30		

精神科往診： 14、21、28
面談日
5月の面談日： 11(月)、12(火)、21(木)、29(金)
内科往診： 8(水)、22(水)