

なでしこ新聞

NADESHIKO NEWS PAPER

Volume 88

医療法人 起生会
表参道 吉田病院
介護老人保健施設 なでしこ
熊本県熊本市中央区
北千反畑町2-5
http://www.kiseikai.or.jp/

Attention News

肥満症治療について



代謝内科 診療部長
橋本 章子
はしもと しょうこ

【略歴】

・熊本県立熊本高等学校卒業
・熊本大学医学部医学科卒業
・熊本大学病院 代謝内科研修医
・国立熊本病院(現 国立病院機構熊本医療センター)内科研修医
・熊本市立熊本市市民病院 代謝内科レジデント
・熊本大学大学院医学研究科 博士課程修了
・熊本大学大学院医学教育部(研究生)期間満了
・国立病院機構熊本医療センター 内科医員→糖尿病・内分泌内科医長→同 副部長

【所属学会】

・日本内科学会認定内科医
・日本糖尿病学会
・日本内分泌学会



肥満症の定義、診断

肥満は、脂肪組織が過剰に蓄積した状態で、BMI (Body Mass Index) 25 kg/m²以上と定義されます(BMI=体重(kg)÷身長(m)×身長(m))。一方、肥満症は肥満に起因ないし関連する健康障害を合併するか、その合併が予想され、医学的に減量を必要とする疾患と定義されます。また、内臓脂肪型肥満は健康障害の合併リスクが高いため、現在健康障害を伴っていないでも「肥満症」と診断されます。つまり、太っていることが原因で病気になっていたり、病気になる可能性が高いと考えられたりする状態が「肥満症」です。肥満に起因ないし関連する健康障害は表のとおりで、肥満は全身に多大な悪影響を与えることがわかります。そのため、積極的な治療介入が必要とされます。



表：肥満に起因ないし関連する健康障害

1. 肥満症の診断に必要な健康障害

1	耐糖能障害(2型糖尿病・耐糖能以上など)
2	脂質異常症
3	高血圧
4	高尿酸血症・痛風
5	冠動脈疾患
6	脳梗塞・一過性脳虚血発作
7	非アルコール性脂肪肝疾患
8	月経異常・女性不妊
9	閉塞性睡眠時無呼吸症候群・肥満低換気症候群
10	運動器疾患(変形性関節症:膝関節・股関節・手指関節、変形性脊椎症)
11	肥満関連腎臓病

2. 肥満症の診断には含めないが、肥満に関連する健康障害

1	悪性疾患:大腸がん・食道がん(腺がん)・子宮体がん 膵臓がん・腎臓がん・乳がん・肝臓がん
2	胆石症
3	静脈血栓症・肺塞栓症
4	気管支喘息
5	皮膚疾患:黒色表皮腫や摩擦疹など
6	男性不妊
7	胃食道逆流症
8	精神疾患

(出典：肥満症診療ガイドライン 2022)

肥満症の治療指針

肥満症の治療では、現体重の3%以上の減量で複数の健康障害が改善するというエビデンスに基づいて、3%以上の減量を目標とします。高度肥満症(BMI 35以上)の場合は、合併する健康障害に応じて減量目標は異なりますが、現体重の5~10%を減量目標とします。食事・運動・行動療法を行ったうえで減量目標を達成できない場合は、肥満治療の強化や薬物療法、外科療法の導入を考慮していくこととなります。

2024年、薬物療法については持続性GLP-1受容体作動薬の肥満症治療剤としての承認があり、外科療法については肥満症に対する腹腔鏡下スリーブ状胃切除術の保険適用基準の変更があり、わが国の肥満症治療の環境は大きく変化しました。

肥満症の薬物療法・外科療法

2024年に肥満症治療剤として承認された持続性GLP-1受容体作動薬は、脳の満腹中枢に働きかけて食欲を抑制し、また、胃の蠕動運動を抑えて満腹感を出すことで、体重を減少させる働きがある週1回の皮下注射薬です。食

事療法等と合わせれば、週1回の投与を68週間行うことで、平均15%前後の減量効果が示されています。ただし、投与できる方は、肥満症・高度肥満症で、高血圧・脂質異常症・2型糖尿病のいずれか1つ以上について薬物療法を受けていること、適切な指導を受けて食事・運動療法を6か月以上行っても十分減量できなかったこと、という条件を満たしている必要があります。また、治療を行うことのできる施設も現状では大学病院や一部の公的病院に限られます。

外科療法はいくつかの術式がありますが、わが国で行われている肥満手術の約90%は腹腔鏡下スリーブ状胃切除術です。胃の外側の部分を切除し、胃を小さくして食べる量を少なくするだけではなく、胃から分泌される食欲増進ホルモングレリンが減るため、食欲が低下するとされています。この治療にも保険適用基準があり、また行える施設は非常に限られています。

熊本大学病院 肥満症治療センター

最近新聞やテレビでも報道されていますが、熊本大学病院に「肥満症治療センター」が設立されました。肥満症・高度肥満症の方を対象に、適切な診断・鑑別のため、内科的積極的治療およびスリーブ状胃切除術を含む、多職種による包括的肥満症治療を提供する診療科・職種横断的センターです。肥満の原因の鑑別や併存症・合併症評価のための様々な検査や、6か月間の食事・運動療法、行動療法、心理支援の基本的プログラムのための通院(あるいは入院)が必要で、安易に薬物や手術で痩せるといったものではないため、参加するには自身の治療への強いモチベーションが必要です。それでも減量で得られる健康には非常に大きな価値があると思いますので、センターでの治療を受けてみたいと思われる方は、一度外来で相談ください。

基本方針

- 1 患者さまの人格と権利を尊重し、患者さま中心の医療を提供します。
- 2 職員はこころと技術の研鑽をつみ、良質で安全、安心な医療の提供に努めます。
- 3 地域において、高齢者に質の高い医療とケアを展開し、他の医療機関、介護福祉施設との連携を図ります。
- 4 予防医学から治療まで包括的な医療を提供します。
- 5 健全な病院運営をめざします。

表参道吉田病院の理念

思いやりの心と
良質で安全な医療と職場を提供し
選ばれる病院をめざします。

教えて、ドクター!

vol.82



呼吸器内科
かしわばらこうすけ
柏原 光介

【略歴】

熊本県立済々黉高等学校卒業
防衛医科大学校卒業
自衛隊第8師団第8衛生隊勤務
自衛隊熊本病院内科勤務
東京医科大学第5内科勤務
球磨郡公立多良木病院呼吸器科勤務
熊本大学医学部呼吸器内科勤務
国立病院機構熊本医療センター呼吸器内科勤務
熊本地域医療センター呼吸器内科勤務

【所属学会】

日本内科学会
日本呼吸器学会
日本呼吸器内視鏡学会
日本肺がん学会
日本臨床腫瘍学会
日本がん治療学会
International Association for the Study of Lung Cancer (IASLC)

胃カメラで睡眠時無呼吸症候群がわかるの？

当院では、患者さんに胃カメラを安全かつ快適に受けていただくために、静脈注射による鎮静処置(患者さんに眠ってもらうこと)を行っております。この鎮静処置は患者さんの普段の睡眠状態に近いことがわかっており、胃カメラの検査中に「強いいびき」「呼吸が弱くなる、止まる」や「酸素の値が悪くなる」などが観察された患者さんでは、「自宅でも睡眠中に同様の症状が起きている危険性があります。加えて、胃カメラを口から入れた時に、患者さんのノドの奥が狭くなっている状態が観察されることもありま。これらの症状や状態が観察された患者さんでは、睡眠時無呼吸症候群(SAS)と言った病気が隠れている可能性があります。

1 SASとはどんな病気でしょひか？

睡眠中(特に吸気時)にノドが狭くなり、「無呼吸や低呼吸」(10秒以上呼吸が止まったり、呼吸が浅くなったりすること)を繰り返すことで身体が低酸素状態となつて熟睡を妨げてしまつ病気で。SASが疑われる患者さんには、まず外来で睡眠検査を行い病気の程度を調べます。「睡眠1時間当たりの無呼吸や低呼吸の合計回数を「無呼吸低呼吸指数(AHI)」と呼び、AHI 5回/時以上の場合にSASと診断します。表1に示すように、SASの症状には、患者さんが家族やパートナーの方から指摘される「他覚症状」と、患者さん自身が感じる「自覚症状」の二つがあります。SASでは、睡眠中の継続する低酸素状態によって心臓や脳・血管に負担がかかり、不整脈、脳卒中、狭心症、心筋梗塞などの重篤な合併症を引き起こす危険があります。また、糖尿病や

表1

	症状
他覚症状 ご家族などから指摘される症状	強いいびき、無呼吸や低呼吸、あえぎ・息つまり、寝返りや体動が激しい など
自覚症状 患者さん自身が感じる症状	夜間に目が覚める、日中の強い眠気や集中力低下、眠りが浅い、夜間頻尿、寝汗、起床時の頭重感 など

高血圧症などの持病への悪影響も報告されています。

胃カメラで行う鎮静処置と関連したSASは、「偶然発見」されていることから軽症と思われるがちですが、我々は43%が重症であったことを報告しています(第93回日本呼吸器学会九州支部秋季学術講演会・2024年で発表)。胃カメラで発見された患者さん(検査群、56例)と症状のため専門外来を受診した患者さん(症状群、123例)を比べてみました。表2に示すように、睡眠検査前の問診では、検査群の87%の方にも症状が存在しており、症状群に比較して、自覚症状と昼間の眠気の頻度が少ないことがわかりました。つまり胃カメラで発見されたSAS患者さんは、「ご家族などから強いいびきや無呼吸」を指摘されているけれど自覚症状や眠気に乏しいことから

2 胃カメラで偶然発見されたSASは軽症ですか？

SASのスクリーニング検査では入院を必要とさせません。患者さんに「簡易型無呼吸検査機器」を自宅に持って帰っていただき2日間睡眠時に装着していただくことで、SASの大まかな病気の程度を知ることができます。

3 当院では、SASの専門外来を行っています

早期発見・早期治療のため、096-343-6161にお電話ください。

表2

		検査群56例(%)	症状群123例(%)
検査前の問診	症状なし	13	0
	自覚症状あり	61	75
	他覚症状あり	70	70
エプワース眠気尺度* ≥11点 (正常10点以下)		18	37
SASの重症度	正常 (AHI <5回/時)	4	14
	軽度 (AHI 5-15回/時)	18	30
	中等度 (AHI 15-30回/時)	36	17
	重度以上 (AHI ≥30回/時)	43	39
最低酸素飽和度 ≤80%		52	51
最長無呼吸時間 ≥70秒		52	52

*昼間の眠気の程度を見る尺度であり11点以上は「眠気が強い」と判断

ら専門外来を受診していない患者さんが多いことを示しています。さらに酸素飽和度(90%未満は呼吸不全)が80%を下回る患者さんや無呼吸時間が70秒を超える患者さんが両群とも半数で観察されており、「なんともないから受診しなくていいや」と言ってしまう病気ではありません。





はじめまして!

新入職者紹介



塚田 千穂 (一般病棟)

令和6年11月入職

11月より一般病棟に入職しました。何年かぶりに病棟勤務に戻り、久しぶりの電子カルテに悪戦苦闘する日々を送っています。分からない事も多く、ご迷惑をかける事もありますが、周囲の人に助けをもらいながら楽しく仕事をさせて頂いています。

一つ一つの事に時間がかかるタイプですが、これからも丁寧に少しずつ仕事を覚えて行きたいと思えます。よろしくお願いします。

これからも職員一同ご利用者様を全力でサポートいたします!

これからもどうぞよろしくお願ひいたします!

健康講演会開催のお知らせ

今年4月より健康講演会の開催を予定しております。地域の皆様へ、健康に役立つ情報を4回シリーズでお話しさせていただきます。

リハビリスタッフより元気に歳を重ねるためのコツと、実際自宅でできる体操について紹介します。どうぞ皆様お誘いあわせの上ご参加ください。

- ※事前申し込み不要、参加費は無料です。
- ※お車でお越しの方は、当院の駐車場をご利用下さい。
- ※実際に運動することがありますので、動きやすい服装でお越しください。

2025年度
テーマ

のんびり健康塾

～さて、元気に歳でもとりますか～



シリーズ1回目 「転倒予防」～転ばぬよういまからはじめる転倒予防～

日時/2025年4月5日(土) 14:00～14:45
場所/碩台地域コミュニティセンター

お問い合わせ

- 表参道吉田病院
電話/(096)343-6161 (担当/医療連携室 木村)
- 介護老人保健施設なでしこ
電話/(096)343-7450 (担当/看介護部 吉田)

外来担当医師予定表

受付時間

平日/午前…8:30～12:00(診療は9:00からとなります)
午後…13:00～17:00(診療は13:30からとなります)
土曜日/午前…8:30～12:00(診療は9:00からとなります)
休診日/日曜・祝祭日

※SAS…睡眠時無呼吸外来/田中・安藤・柏原

外来診察について

外来診療は **全て予約制** になっております。
前日までのご予約 をお願いします。
尚、体調不良での来院の方は、
状況に応じて対応致しますので、
ご遠慮なくお声掛け下さい。

お問い合わせ先:

TEL.096-343-6161
FAX.096-343-7626

●2025年1月1日より

医師名		月	火	水	木	金	土
吉田元	午前	●			●		
	午後						
安藤	午前	●	●			●	
	午後			●			
吉田俊	午前		●			●	●
	午後			●			
田中	午前		●	●			
	午後	●				●	
小島	午前						
	午後		●		●		
山之内	午前			●		●	
	午後						
橋本	午前				●		
	午後			●			
柏原	午前	●			●		
	午後		●				
天野	午前			●			●(第1・3週)
	午後					●	
原田	午前						●
	午後						
糖尿病内科	午前						(第2週)岡川 (第4週)板井
	午後			(第4週)板井			
呼吸器内科	午前						
	午後				(第1・3週)坂上		



NADESHIKO INFORMATION

なでしこ広場

「表参道 吉田病院」や「介護老人保健施設 なでしこ」の様々な情報をお届けします。

ウィンターコンサート2024

昨年の12月21日、ルーテル学院高校生のハンドベル部「Sonus Angelicus」によるウィンターコンサートが開催されました。病院の入院患者さんや、なでしこなでしこガーデンの入所者さんたちと楽しい時間を過ごしました。

曲目はクリスマスを待ち望むアドヴェントソング、クリスマスキャロル、クリスマスソングなど、どこかで聞いたことがある曲が多く、どの曲もハンドベルの音色とぴったりで、素晴らしい演奏でした。

ちなみに、アドヴェントソングはマリア様が我が子の誕生を待ち望む様子を表現するため、穏やかな曲が多く、クリスマスキャロルはキリストの誕生の喜びや希望を表現するため、明るく楽しいリズムの曲が多いそうです。

生徒さんたちの真剣な表情と美しいハンドベルの音色で、会場は荘厳な雰囲気に包まれ、穏やかで和やかな気持ちになる、大変心温まるひとときでした。

Sonus Angelicusの皆さん、今年のウィンターコンサートも楽しみにしています！



(病院・吉田俊彰)

**起生会スタッフブログの
ご紹介**

随時更新中!




平山温泉に行きました
こんにちは。放射線科の今野です。先日、父の82歳の誕生日だったので、平山温泉の中でお気に入りの【車の舞台】に行ってきました。...

© 2023.01.22



高文化に魅了しました
こんにちは。ゲームセンターの今野です。先日、父の82歳の誕生日だったので、平山温泉の中でお気に入りの【車の舞台】に行ってきました。...

© 2023.01.22

採用情報は
こちら




吉田病院公式サイト



介護保険で何が利用できるの？

介護保険における地域密着型サービスについて①

居宅介護支援事業所 なでしこ
渡邊 あゆみ



今回は「介護保険における地域密着型サービス」のシリーズの第1回目として、「地域密着型通所介護」について説明します。

地域密着型通所介護とは？

地域密着型通所介護とは、ご利用者が小規模なデイサービスセンターなどに通いながら、入浴・排せつ・食事などの日常生活動作の介助や、生活等に関する相談及び助言・健康状態の確認、その他日常生活上の世話、心身機能の維持・向上のための機能訓練やレクリエーションといったサービスを日帰りで受けることができるサービスです。

地域密着型通所介護の対象者

地域密着型通所介護の対象者は、以下の3つを全て満たしている必要があります。

1. 原則65歳以上であること。あるいは40～64歳で特定疾病による要介護認定を受けている人。
2. 要介護1以上の要介護認定を受けていること。
3. 事業所と同一の市区町村に住民票があること。
・例外として、デイサービスが
①地域密着型通所介護(対象者は要介護者)
②総合事業の通所型サービス(対象者は要支援・事業対象者)
この両方の認可を受けている場合のみ、要支援でも利用することができます。

地域密着型通所介護と通常の通所介護との違いは、定員数、対象者、管轄、費用の点にあります。表にまとめましたのでご覧ください。

	地域密着型通所介護	通所介護(デイサービス)
利用定員	少ない(18人以下)	多い(19人以上)
対象者	事業所がある地域に住んでいる人が利用できる	住所に関係なく利用できる
管轄	市区町村	都道府県
費用	通所介護より高い	安い

○利用料金について(7時間以上8時間未満用)

要介護区分	自己負担額		
	1割負担	2割負担	3割負担
要介護①	753円	1,506円	2,259円
要介護②	890円	2,670円	3,560円
要介護③	1,032円	2,064円	3,096円
要介護④	1,172円	2,624円	3,936円
要介護⑤	1,312円	3,519円	4,691円

地域密着型通所介護は、通常のデイサービスよりも費用が高かったり、利用者も限られたりします。しかし、各地域の特性を生かしたサービスを受けることができたり、利用者のニーズに合わせた柔軟な対応をしてもらえたりと、小規模ならではのサービスが提供されます。自宅にいるようなアットホームな雰囲気でも過ごせることも特徴です。介護保険の事でご不明な点やお困りの際は、居宅介護支援事業所なでしこまでご連絡、ご相談ください。

介護保険の事でご不明な点やお困りの際は、
居宅介護支援事業所 なでしこまでご連絡、ご相談ください。

tel 096-343-7458

お気軽に
ご相談ください!

vol.35

部署紹介

各部署で活躍するスタッフや日々の業務をご紹介します!

病院受付



病院に訪れる患者様やそのご家族が最初に接するのが、私たち受付の窓口です。私たちの部署では、外来の受付/会計業務をはじめ、院内の各施設への案内、入院手続き、そして面会者や業者対応など、多岐にわたる業務を担当しています。

最近では、マイナンバーカードを保険証として利用する「マイナ保険証」の普及に伴い、その利用方法に関するご質問を受けることが増えています。特に「従来の保険証はいつまで使えるのか?」といった疑問や、マイナ保険証を読み取るためのカードリーダーの使い方を説明する機会が多くあります。読み取り機の使い方が分からない、機械が反応しない等がありましたらすぐにご案内いたしますので、お気軽にお声掛け下さい。

私たちの目標は、患者様にとって分かりやすく安心できる窓口であり続けることです。不安や緊張を抱えて来院される患者様に少しでもリラックスしていただけるよう、丁寧で温かい対応を心がけています。これからも地域医療を支える一員として、皆様のお力になれるよう努力してまいります。

主な業務内容

- 外来の受付
- 会計業務
- 各施設へのご案内
- 入院手続き
- 面会者や業者対応 など

(病院受付・古川/大久保)

介護の知恵袋

介護老人保健施設
なでしこ

NADESHIKO
NEWS

タクティールケアを御存じですか？

皆様はタクティールケアというものを御存じでしょうか？

タクティールケアとはスウェーデン発祥の緩和ケア療法の事です。1960年代に看護師シーヴァーデーやグニッラ・ビルケスタッドらによって考案されたマッサージ法です。ツボや筋肉を刺激するマッサージとは異なり、優しい接触を継続的に行い、肌の触れ合いを通してオキシトシンの分泌を促し、ストレスに関するホルモンであるコルチゾールのレベルを低下させて、相手の不安な感情を取り除く効果を得るとされます。

また、痛覚の信号より、早く脳に到達する触覚の信号によって痛覚の信号の伝達を阻むゲートコントロール効果を通じて、痛みを緩和するとされます。このほか、コミュニケーション能力の向上や攻撃性・自虐性を減少される効果があるとされ、人間の尊厳を重視した認知症ケアや、がんの緩和ケア、未熟児ケア、障がい者ケア、いじめ予防など、色んな場面で使えます。



例えば

認知症の方には次のような目的でタクティールケアを行います。



介護抵抗、閉じこもりなどに対し、言葉を介さないコミュニケーション手段で、相手との信頼関係を築く。



不安、抑うつ、イライラなどの症状を和らげる。



運動機能や痛覚には問題ないのに、歩きにくい、箸を使いにくいなど、自分の身体をうまく使いにくいという症状に対し、自分の身体の一部への認識を高める。



不眠によって夜間よく眠れていない、不安やイライラがあって食事が十分にとれない、落ち着いて過ごせないなどの症状を緩和し、生活の質の向上を図る

など…。



タクティールケアの特徴としましてはケアを始める際には、相手の了解のもとにケアに移ることが大切です。終わる時は終わりますと相手に言葉で伝え、最後はありがとうございましたと相手への感謝の気持ちも忘れずに伝えましょう。

ケアはお互いの協力、信頼関係の下で行っている為、相手に了承を得て、始めと終わりの知らせ、感謝の気持ちを伝えることが大切です。ケアを行う際には終始、触れている手が相手から離れない様になります。触れ方は、筋肉をほぐすマッサージのように、さすったり、揉んだり、押ししたりするのではなく、同じ動き同じ力で、ゆっくりと優しく包み込むように触れます。こちらのタクティールケアに関しては認知症の方への業務としてケアを行うには、認定資格の取得が必要ですがご家族の方にやられる場合必要ではないのでお家でできますので是非試されてみて下さい。

タクティールケアの実施するやり方としましては手、背中、足、お腹、顔へのケア方法があります。インターネットでもやり方が写真でも動画でも多数紹介されておりますのでご興味があれば是非とも調べてみてから試してみてください。家でもできるお勧めのケアをご紹介しますのでご紹介します。

入所トピックス 充実したレクリエーション!



すばらしい書初めです!

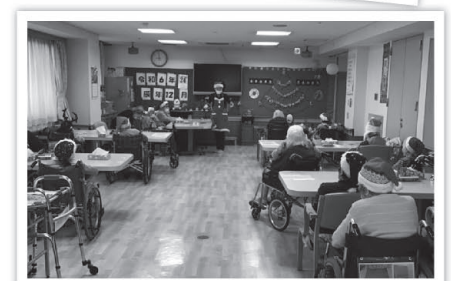


なでしこ入所では12月にクリスマス会、1月には書き初めと獅子舞に初詣と利用者様と一緒に楽しんでもらいました。

クリスマス会では歌とプレゼントにじゃんけん大会と盛り上がり、じゃんけん大会に関しては一番欲がない方が勝利されてました。(笑)

1月の行事に致しましては、書き初めに獅子舞が盛り上がったことはもちろんですが一番はやはり初詣に利用者様も喜ばれておられました。コロナウイルスが流行り始めてから外出できることが少なくなっており久しぶりの初詣となりました。

これからもこういった外出レクリエーションなども増やして行きたいと思います。



(なでしこ入所・亀崎)

デイケアトピックス 楽しいクリスマス会

今年も通所リハビリテーションでは、恒例のクリスマス会を行いました。ご利用者様にはサンタクロースの帽子やトナカイの被り物を被っていただき、雰囲気味わいつつビンゴゲーム大会を行いました。

色々な景品に皆様一喜一憂しながらスタッフと共に楽しんでおられたご様子でした。最後にXmasソングを皆さんで歌って最高に盛り上がった次第です。今後も季節のイベント事など、より喜んでもらえるような企画を考えていきたいと思ひます。



ビンゴ大会で
はりきってます!

(通所リハビリテーション・藪下)

こ・こ(Co・Co)トピックス 満喫したお正月



笑顔の書初め♪
素敵な1年になりますように

本年も毎年恒例スタッフ手作りのお節とお雑煮で新年が始まりました。

海老の甘煮やぶりの照り焼き、お煮しめ等、どれも愛情と手のこもった出来上がりになりました。

スタッフも慣れた手つきで毎年上達しているはずですが、常食や刻み食、ミキサー食など多種多様な食事形態の入居者さんがいらっしゃいますが、個々に対応しております。

書初めや初詣も行いお正月を存分にホーム内で満喫いたしました。

入居者さんの笑顔がスタッフの活力源です。

本年も沢山の笑顔が見られますようにお手伝いさせていただきます。



(グループホームCo・Co・甲斐野)

なでしこ基本理念

個人として、家族・社会の一員として自分らしい生活を、生きがいのある生活を共に考え、共に歩んでいきたい。

なでしこ

ワクワク

その87 調査隊

ちょうさい

「表参道 吉田病院・なでしこ」の周辺には、楽しいスポットがたくさん！
今回は子飼スクランブル交差点近くの「NEWPORT COFFEE and DONUT」
(ニューポート コーヒー アンド ドーナツ)さんにお邪魔しました。



素材にとっても
こだわっています♪



NEWPORT COFFEE and DONUT (ニューポート コーヒー アンド ドーナツ)

今回調査隊は、子飼スクランブル交差点近くの「NEWPORT COFFEE and DONUT」(ニューポート コーヒー アンド ドーナツ)さんに行ってきました。昨年11月15日OPEN!九州産米粉を使用したグルテンフリーのドーナツと挽きたてコーヒーのテイクアウト専門店です。

ドーナツは米粉を使用することで小麦粉よりもっちりした食感。揚油に九州産米油を使用し、ビタミンEなど抗酸化作用に優れた栄養素が豊富な米粉ドーナツに仕上がっています。砂糖は奄美諸島産きび糖、塩は天草天日塩、ココアは添加物を一切含まない良質なカカオ豆から作るなど素材にこだわっていらっしゃるそうです。全体的に甘さ控えめで大人はもちろんお子さんも安心して食べていただけます。

種類はシュガー、チョコ&ココナッツ、きな粉など10種類ほどで、バナナやアールグレイなど日替わりもあるそうですよ。取材中も主婦や学生さんがうれしそうにドーナツをテイクアウトされていました。

挽きたてコーヒーは焙煎所に特注した中深煎りのスペシャルティコーヒー。芳醇な香りと柑橘系の柔らかい甘み、雑味の無いクリアでマイルドな後味が

- ◎住所 / 熊本市中央区西子飼町10-20
- ◎営業時間 / 11:00~16:00 ※売り切れ次第終了
- ◎定休日 / 不定休(毎週Instagramにアップ)
- ◎駐車場 / なし
- ◎Instagram / newport.coffee_and_donut
- ※事前注文はDMにてお問い合わせ下さい



長く続きます。
米粉ドーナツとスペシャルティコーヒーでホッとひと息、おやつ時間を楽しんでみてはいかがでしょうか。
ここでワイン好きの方におすすめのアレンジをご紹介します!
《其の一》プレーンorココアプレーンドーナツに、オリーブオイルと塩をディップ。
《其の二》プレーンorココアプレーンドーナツを半分に切ってトースターで軽く焼き、クリームチーズや生ハムなどを挟んで完成。ワインと相性抜群だそうです。ワインと米粉ドーナツの組み合わせも気になりますよね。
テイクアウトだからこそ組み合わせや楽しみ方は無限大。皆さんもぜひ足を運んでみてください♪

(病院・後藤/上村/木村)

スマイルクラブ

スマイル
クラブ
とは

「なでしこ」・「こ・こ」・「なでしこガーデン上熊本」で
イキイキと活動されているご利用者の紹介コーナーです。

元気いっぱい「おしゃべりが大好き」
お宮さんを楽しくおそうじされています!



今回は、ヘルパーを利用
されている

「緒方 様」をご紹介
いたします。

近隣のお宮さんを綺麗に掃除するのが毎日の楽しい日課とされていらっしゃる緒方様。「手も足も耳も不自由だけど口だけは達者」がいつもの口癖。その言葉通り元気いっぱい笑い声を響かせ、掃除をしながらおしゃべりを楽しむ姿には周りの人たちも思わず笑顔になります。

私達訪問介護のスタッフが訪問する時も、笑顔で迎えてくれます。スタッフも笑顔から元気をもらっています。先日は高校生ボランティアの協力が有り、見学させていただきましたが、共に掃除等の活動も見られ「ひとりじゃなく皆で掃除出来て楽しかった。いつもやっていた甲斐があります」との声も聞かれました。

高校生ボランティアは少人数でご自宅へ来訪され、日頃上手くできていない事業を依頼された方と協力し取り組まれます。今後もいろんな場面での活躍を期待しています。これからも無理せず安全に気を付けながら笑顔で今の日々を続けていってほしいです。周りの温かい支えも緒方様の元気の源になっていると思います。



(ヘルパーステーション・白川)

編集室から

次号(89号)の発行は2025年5月を予定しております。お楽しみに!

当新聞の校正、編集におきまして個人情報の保護に注意を払いながら作成しております。構成上、写真等を掲載する場合がございます。特定の個人を識別できる情報や写真の掲載に関しましては、あらかじめ本人様又はご家族等の同意を頂いております。尚、新聞記事又は個人情報に関するご意見・ご感想がございましたら下記の連絡先までお問い合わせください。