

FUYOU



理 念

入所している方とそのご家族も安心して医療・介護を受けられる地域に必要とされる施設を目指します



CONTENTS

教えてドクター ついお酒に頼ってしまいがちな方へ
ふようトーク 村上病院医師ふたり
ふらっとカフェに行ってきました！

あおもり食命人 豚肉のヨーグルト味噌漬け焼き
お金の話 医療費控除について

教えて！ドクター



ついお酒に頼って しまいがちな方へ

お酒の依存を治せないのは、本人の気合と根性の問題？

飲酒問題は「意思が弱いから酒がやめられない」「酒が好きだから」ではありません。

ちゃんと治療すれば回復できる病気です。

お酒の飲み方、量に違和感や不安を持っている方は、一人で悩まず専門医にご相談ください。



お酒に依存してしまい次の日の仕事に支障をきたしたり、家族からは攻められて…肩身の狭い思いをしつつ本人もわかってはいるけどやめられない。家族も「お酒をやめてほしい」と言っているが、頼まれると買ってきてしまうという悪循環を繰り返しながら、悩んでいる方はいませんか？長期間に及ぶ過度な飲酒は、肝臓に負担がかかり、アルコール性肝炎の原因となります。さらに、そのまま飲酒し続けると肝硬変などを引き起こすことにもなります。

早期発見・早期治療が大切！近年の補助薬の活用

一昔前は「断酒至上主義」の治療で底つき体験が必要！

落ちるとこまでいかないと治療が進まない！

という考えのもと、治療が進められていました。

薬にしても、酒を飲むと具合が悪くなる抗酒剤しかありませんでした。

これでは、なんだか治療する気が湧かないですね。そこで近年は、

・断酒補助薬（飲酒に対する欲求を抑える日本で初めての作用を持つ薬）

・減酒薬（日本で初めて減酒を目的とした薬：承認申請中）

と新たな取り組みが始まり、治療の手助けになる補助薬が増えてきました。



自分のために、家族のために

飲酒時に問題やトラブルを起こしても、本人は酒に酔って覚えていないことが多いので、ご家族の悩みや気持ちが伝わりにくいことがあります。本人を含め、関わる方々の心の健康を取り戻すためにも自己治療をするのではなく、専門病院へ是非ご相談ください。

飲酒問題に関する治療相談は

お問合せ：芙蓉会病院

〒030-0133 青森市大字雲谷字山吹 93-1

代表TEL **017-738-2214**

お問合せ：村上病院

〒030-0843 青森市浜田 3 丁目 3-14

代表TEL **017-729-8888**



医療法人芙蓉会
理事長 村上 惇

昨年 は地震や大型の台風が日本列島に
来襲し甚大な被害をもたらしました。
お亡くなりになりました被災者様の
ご冥福を心からお祈り申し上げますと共に
一日も早い復旧・復興を切に願います。
さて、新しい天皇が即位され、年号が
変わる年です。また、消費税が増税にな
りますが、社会保障費にどの位割り当て
られるか気になります。
当法人では今年度は設備投資が必要で
す。現状維持即ち衰退です。
理念にありますように、社会に必要と
されるなら生き残れると思つて居ます。
その為の努力が必要です。
今年も宜しくお願い致します。



謹賀新年

新年 明けまして
おめでとうございます。

ヨーグルトや味噌などの発酵食品は栄養価やうま味成分、香りを高めて特有のおいしさを作り出すことができます。また、発酵食品は、身体の免疫力を高めると言われています。

豚肉のヨーグルト 味噌漬け焼き

【作り方】

- ①豚肉は、しゃぶしゃぶ用に薄く切ったものを使用。
- ②だし汁に味噌、みりん、酒、砂糖、ヨーグルトを合わせ、豚肉を30分程度、浸ける。
- ③ズッキーニとパプリカは付け合せにするので、食べやすい大きさに切る。
- ④フライパンにサラダ油を敷き、熱せられたらんにんにくを入れ香りがでたら、豚肉を丁度良い焼き色がつくまで焼く。
- ⑤付け合せの野菜は、オリーブオイルで炒め、塩少々で味付けする。

彩りよく、丁寧に盛り付けて出来上がり。

※豚肉は県産食材のガーリック豚を使用しています。

1人前 (1人前) 177kcal 塩分 0.8g

【材 料2人分】

・豚肩ロース (しゃぶしゃぶ用)	100g	・にんにく	1g
・だし汁 (野菜荒葉)	適量	・ミニトマト	2個
・醸造味噌	10g	・ズッキーニ	80g
・みりん	4g	・パプリカ	10g
・調理酒	2g	・塩	0.2g
・砂糖	2g	・オリーブオイル	2g
・ヨーグルト無糖	6g		



村上病院



120 床というコンパクトな病院でありながら、全室が個室というプライバシーに配慮された県内では唯一無二の斬新な病院。内科だけでも消化器内科・循環器内科・糖尿病内科・脳神経内科などそれぞれの専門医がいるほか、整形外科では脊椎外科の患者様を中心とした手術数は市内でも有数となっている。また、泌尿器科の専門医がいるため、全科において患者の排尿障害の管理を行うことができる。このほか健診外来や訪問診療にも力を入れており、24時間在宅看取りも行うなど時代に合った医療の提供を行っている。



これまで行ってきた下肢動脈疾患についても積極的に治療を行っていきたいと思います。また、昨年9月から導入された下肢静脈瘤



昨年3月まで心臓血管外科医として積極的に手術をこなされてきた先生なので、非常に新しい知識や技術を持っていますし、温厚で落ち着いた物腰は、優しい雰囲気を作ってくれています。

循環器内科医の村上先生にとっても、非常に力強い兄貴的存在と言えます。また、手術をされる患者様などの不整脈や心臓機能評価などにも気軽に相談に乗ってもらえます。

循環器を内科と外科の両面から見ることで、患者様にとってのも総合的な循環器の疾患の窓口となることと思います。



の血管内レーザー治療によって、静脈瘤の症状に悩まされている患者様の治療を行っていきたいと考えています。これまでは外科医（循環器）としての診療が中心であったため、三戸先生が専門とされる整形外科の手術におけるリスクに対して外科医目線での評価も心掛けています。

診療科の異なる医師同士のコミュニケーションや評価を心がけることは、患者様の不安を取り除き、治療への大きな支えにもなります。村上病院では病院の特性を活かし、患者様と共に積極的な診療・治療を行っています。



ふようトーク 村上病院

整形外科

さんのへ あきお

三戸 明夫

脊椎脊髄外科は正確な診断が最も大切です。神経学的所見と画像を組み合わせて、最適な治療方法を検討し、治療しています。

脊椎脊髄外科専門医（日本専門医機構）
日本脊椎脊髄病学会外科指導医
日本整形外科学会専門医、脊椎脊髄病医
日本感染症学会（ICD 感染症制御医師）
日本体育協会公認スポーツドクター
KYPHON Balloon Kyphoplasty 認定医

9つの科を有する村上病院に勤務する医師
診療科目の異なる2人が「村上病院」という
場所向き合う「医療」についてお聞きしました。

 三戸先生は整形外科を専門としていらっしゃいますが、村上病院ではどのような診療が主ですか？

 整形外科一般の骨折、捻挫、関節痛などの治療もしていますが、首の痛み・腰痛を含め、手足のしびれや麻痺を伴うような脊椎（せぼね）の病気を専門としています。
平成25年3月末からは、脊椎を中心とした整形外科手術を行っています。もう少しで1000件になります。

 棟方先生は循環器内科と血管外科の2つの科を専門とされていますが。

 はい。息切れ、動悸など症状のある方、高血圧、心臓の手術後など循環器全般に対応いたします。また、血管外科では歩行時に下肢が痛くなる、足が冷たいなどの動脈疾患による症状のある方、下肢のたるさ・むくみ・かゆみ・黒ずみといった静脈瘤の症状のある患者様など幅広く診療いたします。

 棟方先生は、昨年村上病院へ赴任されたということですが、当初の村上病院の印象などはありますか？

 医局の雰囲気明るいな、というのが第一印象です。
しばらく八戸に単身赴任していたので、家族との生活もとても新鮮でした。新しい勤務先と仕事内容に、最初は緊張しましたが、医局の先生方やスタッフの方々にいろいろ親切に教えていただいたので、仕事もとてもやりやすく出来ているように思います。
三戸先生に、村上病院面接後にお礼のメールをしたのですが、とても熱い返信をいただきました。
この病院をけん引されている先生のおひとりでもあり、私もその姿勢を見習っていききたいと感じました。

 棟方先生が村上病院で勤務されてからの変化やこれからの展望をお聞かせください。

医師ふたり

循環器内科 血管外科

棟方 護

むなかた まもる

治療や検査にはメリット・デメリットがありますが、それらをきちんと説明し、本人やご家族にとって最善の選択ができるよう心がけています。

心臓血管外科専門医

日本外科学会 外科専門医、指導医

下肢静脈瘤血管内焼灼術指導医

日本胸部外科学会

日本循環器学会

日本心臓血管外科学会

日本血管外科学会

日本冠動脈外科学会





医療費控除について

医療費控除とは？

医療費控除とは所得税の一部が還付される制度です。

生計をひとつとする家族全員の医療費の合計が年間（1月1日～12月31日までの1年間）で10万円、またはその年の総所得金額等が200万円未満の人は、総所得金額等の5%を超えた場合、申告すると税金の一部が戻ってきます。この医療費には医師が必要と認めた紙おむつ・尿とりパッドなどの購入費も認められます。（*）

* 傷病によりおおむね6ヶ月以上寝たきりで医師の治療を受け、おむつを使う必要があると認められた場合に限りま。す。（おむつ使用証明書）

医療費控除額の計算式

医療費控除額

=

1年間に支払った
医療費 ※1

—

各種保険からの
補填金額

—

総所得金額 × 5%
※2

※1 実際にかかった医療費及び証明書、領収書があればおむつ購入費用も対象となります。

※2 10万円を超える場合は10万円

医療費控除を受けるための必要書類

- 医療費控除の明細書（青森市または国税庁 HP よりダウンロードできます）
* 健康保険組合等が発行する「医療費のお知らせ」を添付すると記入を省略できます。
- おむつ使用証明書（かかりつけの医師に相談して、発行してもらってください）
または 主治医意見書の写し、または主治医意見書の内容を市町村が確認した書類
※おむつ代を申告する場合、「医療費控除の明細書」に使用者の氏名・おむつ代であることの記載が必要となります。



医療費控除の明細書



おむつ使用証明書

対象	確定申告で提出する書類	
	1年目	2年目
介護保険の適用以外の方（従来通り）	「医療費控除に関する明細書」	「医療費控除に関する明細書」 +
介護保険の要介護認定者	+	医師が発行する「おむつ使用証明書」 または「主治医意見書の写し」 または主治医意見書の内容を「市町村が確認した書類」

※平成29年（2017年）分の確定申告から、医療費控除の際に領収書の提出が原則不要になりましたが、医療費の領収書は5年間の保管が義務付けられています。領収書は決められた保管期限まで大切に保管しておきましょう。

詳しくは、お近くの税務署や市区町村の福祉相談窓口へお問い合わせください。

青森税務署

住所：〒030-0861 青森市長島1丁目3番5号 青森第二合同庁舎

電話：017-776-4241（自動音声でご案内します）

すこしでも
還付があると
うれしい♪



医療法人芙蓉会からのお知らせ

求人
イベント
検診
レポート



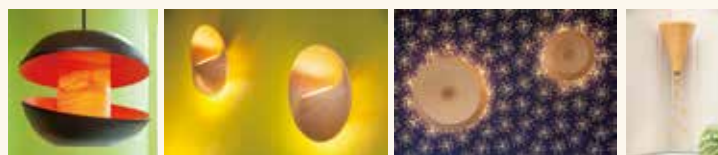
ふらっとカフェに行ってきました！



浜田にある村上病院1階入り口に、昨年8月にできたカフェ。

「患者さまも、ご家族も、地域の方も、どなたでもフラット（flat）に。気軽に心地よく“ふらっと”立ち寄り、ほっと安らげるように」と院内の公募で決まった、店名通りの空間でした。

店内をさらに心地いい雰囲気してくれるのは青森県産のブナコの照明。やわらかく店内に差し込む外光と、照明の光が思わず長居したくなる空間を演出していました。



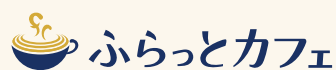
おすすめは
どれですか？

今話題の低糖質トーストと、青森県産のカシスを使ったバウムクーヘンをいただきました。トーストはもちっと食べ応えがあるのに、これで低糖質とはうれしい♪朝食抜きの健診後にもいいですね。

ふらっとカフェのこだわり MENU

- ◆ 青森県産の和栗やカシスを使ったバウムクーヘン
- ◆ 青森県産のりんごを使ったアップルパイやゼリー
- ◆ ワンコインのセットメニュー
- ◆ 低糖質クロワッサン・トースト など

このほか、厳選したブレンドのコーヒーや、地産限定の牛乳を使用するなど、ドリンクメニューも充実。



営業時間 9:00 ~ 16:00
定休日 日曜・祝日



Takeout
テイクアウト
もできるよ！

芙蓉のひと

FUKUSHI KEIKO

ニューライフ芙蓉は、10代から60代まで110名のスタッフが在籍しており、幅広い年代が一丸となって利用者様とご家族が、安心してサービスを受けられる施設を目指しております。

担当施設：ニューライフ芙蓉

ケアサービス部 部長
ふくし けいこ

福士 桂子

糖尿病教室のお知らせ

糖尿病は長く付き合っていかなければならない病気です。仲間と共に学び支えあう機会として糖尿病教室を開催しています。



1/11	■ 歯周病の話	看護師
	■ 運動をしよう！！	理学療法士
2/8	■ 糖尿病と肥満 ～太りすぎはなぜ悪い～	糖尿病専門医
	■ ヘモグロビンA1cについて	臨床検査技師
3/8	■ 食品交換表使用のポイント	管理栄養士
	■ インスリンの働き	薬剤師

*テーマや担当者は変更になる場合があります。

毎月第2金曜日 10:00 ~ 10:30 2階会議室で行っています。

お問合せ：村上病院 糖尿病内科外来 TEL 017-729-8888



医療法人 芙蓉会のホームページをご活用ください

- 各施設情報・活動報告・ブログ
- イベント情報 ■求人情報 など

随時更新中 <http://www.fuyoukai.or.jp/>

芙蓉会

検索

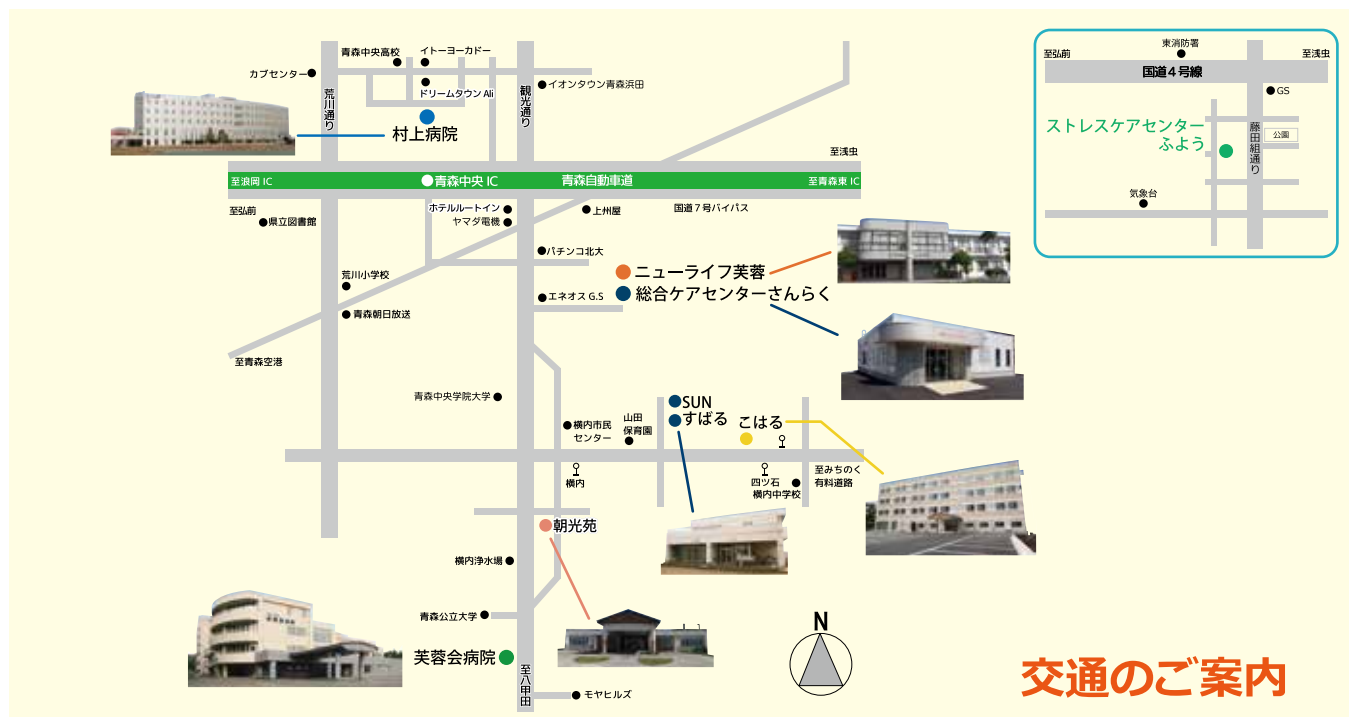
QRで

簡単
アクセス



芙蓉会グループのネットワーク

一人ひとりの患者さま、利用者さまの状況に合わせた医療・介護・福祉サービスを提供できるように、各施設が互いに協力し合うネットワークを結んでおります。



交通のご案内

■ 芙蓉会病院	青森市大字雲谷字山吹 93-1	TEL:017-738-2214	FAX:017-738-2249
■ 村上病院	青森市浜田 3 丁目 3-14	TEL:017-729-8888	FAX:017-729-8887
■ 介護老人保健施設 ニューライフ芙蓉	青森市妙見 3 丁目 11-14	TEL:017-728-2200	FAX:017-728-2203
■ 住宅型有料老人ホーム こはる	青森市大字四ツ石字里見 76-1	TEL:017-728-1226	FAX:017-728-1227
■ 総合ケアセンター さんらく	青森市妙見 3 丁目 11-14	TEL:017-728-2201	FAX:017-728-3452
【グループ施設】			
■ 特別養護老人ホーム 朝光苑	青森市横内字亀井 245-1	TEL:017-764-5117	FAX:017-764-5118
■ ストレスケアセンター ふよう	青森市花園 1 丁目 25-20	TEL:017-718-2566	FAX:017-718-1533

本誌のお問合わせ：地域サービス部 017-764-1815 kouhoufuyou@fuyoukai.or.jp