

山手台クリニックの医師/グループホーム「バナナ園横浜山手」の訪問医 日本うんこ学会を主宰する石井先生にお伺いしました



小学生の間で漢字学習帳『うんこ漢字ドリル』が大ヒット。ご存知のように巷では空前の「うんこブーム」が巻き起こっています。今回はそんなブームの火付け役の一人「日本うんこ学会」の会長である石井洋介先生にお話を伺いました。実は石井先生、横浜市中区のグループホーム「バナナ園横浜山手」の訪問医をされており、日々医師として患者様と接しながら「うんこ」普及のために八面六臂の活躍をされています。

Q:日々「バナナ園横浜山手」の入居者様の訪問診療・健康管理ありがとうございます。まず「日本うんこ学会」を発足させた経緯について?

石井:実は僕自身一時人工肛門のお世話になっていた時期があるのです。15歳の時に血便が出、夏休み明けに具合が悪くなって検査入院しましたが、その時は熱が下がらないとだけお医者さんに伝えていて、聞かれることもなかった。血便に関しては言っていなかった。その後、血便の事を伝え難病指定とされる「潰瘍性大腸炎」と診断されたのです。退院して学校に戻りましたが病状は一進一退、やる気もなくし偏差値は30まで落ちました。高校を卒業してフリーをしていましたがその時に更に病状は悪化、遂に手術して大腸を全摘出、人工肛門のお世話になることになりました。その頃は「私の人生終わったな・・・」とゾクゾクに思っていました。

Q:若くして難病に人工肛門・・・、それは落ち込みますね。それがどうして医師の道に?

石井:自暴自棄の生活が続きましたが二十になる頃、大腸全摘出後でも人工肛門を閉じる手術ができるということを知り、それができる病院のひとつが僕が外科医をスタートさせた横浜市民病院だったのです。さいわいにも手術は成功し、肛門生活に復帰「人生変わった! 医者ってすげえ」と思い医師を目指すことに、それから2年勉強して医学部に入学。2012年なんとか医師になれました。

Q:なるほど! 先生が「日本うんこ学会」を始められたのは想像に難くない。

石井:「大腸がん」や「潰瘍性大腸炎」は早期発見が大切なのに「お腹の悩み」「うんこの悩み」はなかなか外に出てこない。そんな時に「うんこ」という言葉がネットやSNSの世界で非常に検索されやすく拡散される言葉であることを知りました。このキーワードを使って大腸がん検診の普及ができないかとあれこれ考え、そうして誕生したのが「日本うんこ学会」です。「うんこ」を使った面白いコンテンツで、健康に対する意識が低い人にも「うんこ」に関心を持ってもらえればと2013年に立ち上げました。

Q:さて「日本うんこ学会」の活動は。

石井:講演や出版もありますが、エンゾアやデザイナとも相談し「うんコレ」というスマホゲームに行き着きました。「うんコレ」では敵を倒すのに有効なアイテムなどを得る課金の代わりに、自分の排便状況を観便し美少女キャラの「カバンズ様」報告することでポイントゲット、アイテムなどが得られる仕組みを採用しています。観便で自分の健康状態に興味を持ってもらうのが狙いです。

石井洋介先生:横浜市生まれ。高知大医学部卒。専門は消化器外科。横浜市の病院に勤務していた2013年に日本うんこ学会設立、メンバーとともにスマホゲーム「うんコレ」を開発。現在は山手台クリニックの医師として在宅医療に力を入れている。どんなに忙しくてもゲームをしない日はないという大のゲームマニアでもある。

Q:なるほど自分の「うんこ」を観察してアイテムをゲットするんですね。

石井:そうです!! 患者さんとお話をしていると「うんこがおかしい」と言う時期があったとおっしゃる。そんな兆候を早く見つけてほしいという思いからアプリを作っています。現在β版を配布中で、年内にはなんとかリリースしたいと考えています。

Q:うんこの観察<観便>の重要性がわかりました、さて「観便」のポイントは何?

石井:うんこの「色」「形」「下痢気味」なのか「便秘気味」なのか「残便感」の有無などですが、「良いうんこ」「悪いうんこ」ということよりも、自分の「うんこ」や「排便期間」のスタンダードを知り、体内の変化を察知することが大事だと思います。

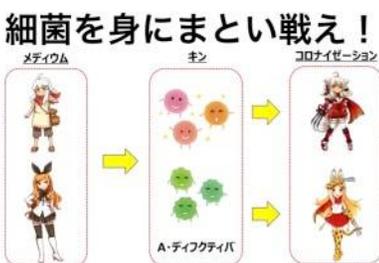
Q:最後に高齢者の「快便生活」について一言。

石井:「規則正しい排便生活=快便生活」に繋がるとは思いますが便秘に悩まれる方が非常に多いですね。60歳代までは女性が中心ですが70~80歳代になると男性も非常に多いです。便秘の原因は①「うんこが硬い」②「腸の動きが悪い」③「物理的な問題<閉塞や腫瘍>」です。①の場合はまず水分の摂取、植物繊維の摂取、そしてヨーグルトなどによる「乳酸菌の摂取」が重要です。②の場合は血流が悪くなっている場合や運動不足が考えられます。植物繊維摂取を心がけること、場合によってはお薬に頼る場合もあります。そして③の場合は医療的処置が必要になるケースです、③にならないためにも是非ご自分の「うんこ」に関心を持ってもらいたいです。<敬称略>

日本うんこ学会



日本うんこ学会のホームページ <<http://unkogakkai.jp/>>。うんこに関わる様々な話題や「イベント」等がここから発信される。



↑「うんコレ」事前登録ページ <unkore.jp> キャラクターは大腸菌を身にまとって世界の平和のために闘います。日々のうんこ報告の中に、何か病気を示す徴候がある時には神様のお告げが出ます。



「うんコレ」に登場するキャラ「アビ・トクワ・デ・イ・クワ・ア」(左)と「ケ・ラ・ユ・カ・ラ・デ・イ・クワ・ア」(右) 彼女らはともに口腔内に住む細菌だ。



川崎市中原区のグループホーム「のんびり〜す等々力」より 年末・年始は行事が盛り沢山！

川崎市中原区のグループホーム「のんびり〜す等々力」では、年末から年始にかけて行事が盛り沢山。まず12月16日には「音楽療法」が開催されました。この施設では音楽を聴いたり演奏したりすることによって心身の健康の回復、向上をはかる「音楽療法」をアクティビティの一つとして取り入れ、音楽療法士の先生の指導で楽器を演奏したりピアノ伴奏で歌を歌ったり、体を動かしたりして楽しんでいます。この日も唱歌や演歌をピアノの伴奏に合わせて歌ったり、ゴム製のバナナを使ったストレッチを行いました。皆さん「懐かしいね〜」と笑顔で歌ったり、ストレッチをされスッキリとした表情をされていました。そして年もおしめまつた12月21日には、謎のボランティア集団「蕎麦打ち名人」による「(ちょっと早めの)年越し蕎麦打ち」が開催されました「年越し蕎麦打ち」はこの施設が3年前にオープンして以来の恒例行事で入居者様も楽しみにされています。まずは「蕎麦打ち名人」のそばの蒔き蒔きから始まり、いよいよ本番。「そば打ち」を入居者様、スタッフが体験。普段出来ないことに皆さん真剣な表情、しかし入居者様は長年主婦をされてきた方が多いので、包丁の扱いはお手の物、スタッフが「お上手ですね」と声をかけると、「そう？」と少し自慢げな様子。打ちたてのそばが茹で上がると、普段食事があまり進まない方も黙々と召し上がりおかわりをされ「おいしかったね」「また食べたいね」と満足そうに話されていました。

年が明けて元旦には、入居者様の代表がスタッフと地域の氏神様である「関神社」に参拝し、施設の安全と皆様の健康を祈願しました。毎年入居者様の代表が職員と参拝しており、今年は1階と2階の入居者様四人が代表として参拝を致しました。天候にも恵まれて「寒いけど良いお天気ね」と話されていました。施設管理者の山岸は「この施設では様々なイベントを企画します、施設運営では、平穩無事を第一に考えなければならないなか、如何に＜非日常＞を演出できるかが課題なのです。そのためスタッフには常にアクティビティを出してもらっています。」今年もすこやかで楽しいスタートを切ることが出来ました。



捏ねて延ばして切る、蕎麦打ち体験はバビリーにもなります。おそばはヘルシーで栄養価も高いので食欲が無い時にピッタリ!



バナナを持ってノビノビ。音楽療法でスタッフ！無事にお参りを済ませました。

バナナ園グループで働きステップ・アップをしませんか？ 介護スタッフ募集中

★介護はアイトイ〜未経験だからこそそのアイトイが必要です!

■募集要項

★職種:ケア・スタッフ①正社員/②非常勤職員★無資格・未経験からスタート/年齢不問

★給与:① 月給:193,000円〜(夜勤5日含む)

② 時給970~1,120円<介護福祉士>夜勤1回15,000~16,000円

※ 別途処遇改善加算交付金あり

★時間:9:00~17:00 17:00~翌9:00

★待遇:社保・有休・交通費規定内支給:月額50,000円迄

★勤務場所:当社各施設10箇所の中から通勤し易い場所を選べます。

●問合せ:(株)アイ・ディ・エス 採用担当まで

☎044-455-6117

2018年度新卒社員募集中

会社説明会随時開催中

エントリーはこちらから→

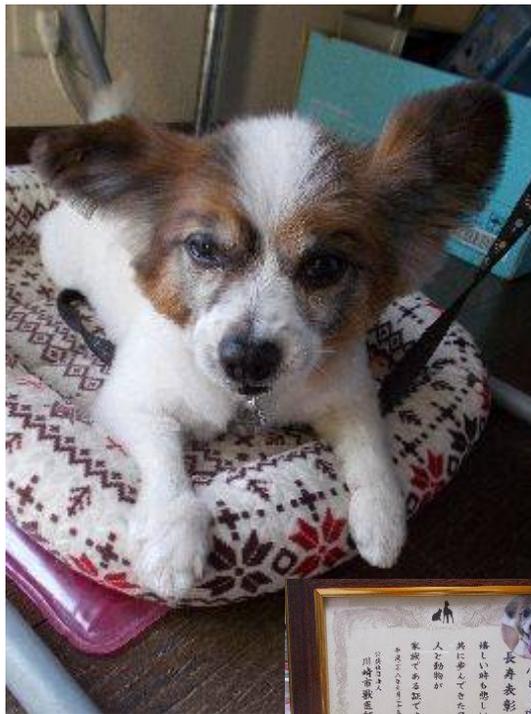


川崎市幸区のグループホーム「第2バナナ園」より

~今年は『成年』第2バナナ園の広報部長「パピー」(施設犬)~

平成30年がスタートして一ヶ月が経ちました。皆さん寒さに負けずお元気でお過ごしですか。川崎市幸区小倉のグループホーム「第2バナナ園」のご入居の皆さんはお元気でお過ごしです。中でもひととき元気なのが、我がホームの看板犬パピー君の「パピー」です!この新聞BANANA NEWSにパピーが初紹介されたのが2016年8月号。あれから約一年半。もうすっかり高齢犬、つい先日は「川崎市獣医師会」から長寿の表彰まで受けました。衰えるどころか元気が増すばかり。お散歩は全力疾走!餌もペロリとたいらげ、日中は入居者様、スタッフに愛想を振る舞い、夜は大化けをかいておやすみなさい。そんな毎日を送っています。そして「パピー」にとって今年が特別な年。そう「成年」なのです。「パピー」がこの第2バナナ園にやって来たのが平成27年8月。最初の頃はみんなから可愛がられるアイドル犬でした。時が経つに連れて地域にもその存在が知られるようになりました。お散歩中に地域の方から「可愛いワちゃん、お住まいはどちら?」などとお声を掛けられるようになりました。「パピー」のおかげで第2バナナ園の存在を広く知っていただくきっかけにもなりました。

また今ではボランティアの方が週に3回朝夕のお散歩をしてくれています。そのお方は小林五一さん。小倉中町内会交通部部长をされておられる頼もしいお方。小林さん曰く「パピー」の散歩で私も元気をもらっています。またここ(第2バナナ園)が好きなので、素敵なグループホームがあるのを近所の人たちに知ってもらいたいのですよ。大変ありがたいお言葉。これも「パピー」の活躍のおかげですかね。今では第2バナナ園の「広報部長」と言ってもいいでしょう。とは言っても人なつこくて甘えん坊の「パピー」。ホーム内では入居者様に抱っこして貰って大喜び。「いつ見ても可愛いね!」「パピーちゃんはいいい子、いい子〜」と入居者様も笑顔。ほのほのとした暖かい空気が流れます。内でも外でも大人気の「パピー」。今年あなたは主役ですぞ。第2バナナ園のために今年も活躍してくれるかな?「ワン!ワン!ワン!(いいとも!!)」



まだまだ元気な長寿犬パピー、表彰状もいただきました。



宣伝部長の小林さんと広報部長の「パピー」今日もお散歩嬉しいワ!!ご入居者様もモリモリの「パピー」が大好き。



バナナ園グループ

【グループホーム】

●川崎大師バナナ園 ☎044-280-2386

●第2バナナ園 ☎044-587-1773

●バナナ園武蔵小杉 ☎044-863-7101

●バナナ園ほりうち家 ☎044-722-5361

●のんびり〜す等々力 ☎044-750-9203

●のんびり〜す ☎044-422-2295

●バナナ園生田ヒルズ ☎044-911-1599

●バナナ園生田の社 ☎044-789-5691/5692

●バナナ園生田の泉 ☎044-789-5693

●バナナ園横浜山手 ☎045-264-9634

【居宅介護支援事業所】

●ばななケアプラザセンター☎044-712-5945

グループホーム空室情報

空室情報、入居に関するお問い合わせは上記の各施設もしくは総合案内

044-455-6119



月刊 MONTHLY BANANA NEWS (毎月1日発行)
通算第158号 編集:株式会社アイ・ディ・エス
川崎市中原区新丸子町734-2 ☎044-455-6119
<HP> <http://www.bananaen.com/>