

病院年報

(2018年度・2019年度)



社会医療法人 禎心会 札幌禎心会病院

病院年報 2018 年度、2019 年度 目次

理念・基本方針	1
札幌禎心会病院 5 つの特徴	2
法人組織図	3
病院概要	4
院長挨拶	5
法人沿革	6
組織図	7
委員会図	8
診療実績<2018 年度>	
1) 外来患者数	9
2) 入院患者数	15
3) 病棟実績	21
4) 救急実績	22
5) 手術実績	23
6) 紹介・逆紹介実績	25
診療実績<2019 年度>	
1) 外来患者数	28
2) 入院患者数	35
3) 病棟実績	41
4) 救急実績	42
5) 手術実績	43
6) 紹介・逆紹介実績	45

部署紹介

看護部	48
感染防止対策室	54
医療安全対策室	56
褥瘡対策委員会	58
薬剤部	60
放射線部	62
臨床検査部	65
リハビリテーション部	66
地域医療支援センター	68
臨床工学部	70
栄養科	71
医事課	72
総務課	73
秘書課	74
広報室	75
診療情報管理室	76
システム部	77

理念・基本方針



----- 法人理念 -----

良質な医療・介護を通じて、地域社会の繁栄に貢献する

----- 基本方針 -----

- ・ 三大疾病（がん・脳卒中・心臓病）を中心に、
専門性の高い医療を提供します。
- ・ 患者さん及びご家族の立場と権利を尊重します。
- ・ 地域の医療・介護・福祉機関との連携をはかります。

札幌禎心会病院5つの特徴

1. 三大疾病に特化した医療

高齢社会の進展から、今後の医療ニーズの中心となる「がん、脳卒中、心臓病」という三大疾病に特化した医療提供を行います。高度専門医療センターを設置し、最高レベルの臨床医との交流、各疾患研究者による定期的講演・シンポジウム招聘などを通じ、可能な限り最先端の診療を目指します。

2. 個別性を重視した診療

がん診療では患者さんのQOL(生活の質)を考え個別性を重視した診療を基本にします。そのため、

- 手術、放射線治療、化学療法に加え、第4の治療法と言われるワクチン療法も将来取り入れる予定です。
- 放射線治療は、開設時から道内三医大にも未配備のリニアック最高機種(限局した病巣から広範囲の病巣まで照射可能かつ高線量から低線量まで可変可能な装置)を設置して開始します。陽子線治療は機器の調整後、秋には治療が可能となります。
- 化学療法は、診療科の垣根を越えた腫瘍内科チームに一元化する診療体制とします。
- 個々の患者さんに最も適した治療法を選択できるよう関連各科の医師の検討会を開催し、治療では医師や看護師等メディカルスタッフ全ての参加のもとにチーム医療を実践します(集学的診療体制を立ち上げます)。

3. 複数科で協働診療

血管障害として密接な関係のある脳卒中と虚血性心疾患を脳卒中診療医と循環器診療医が協働して診療に当たる体制を構築します。

4. 研修センターでスタッフ養成

研修センターを設置し、医大等との連携のもとに若手医師の養成を行うとともに、各領域における専門診療に対応できる看護師、メディカルスタッフの養成も行います。

5. 連携体制で地域医療を実践

地域の先生方との交流を図り、ICT(情報通信技術)も利用した連携体制を構築し、地域医療を守ります。

病院概要

名称	シャカイイリョウホウジンテイシンカイ サッポロテイシンカイビョウイン 社会医療法人禎心会 札幌禎心会病院
理事長	トクダ サダヒサ 徳田 禎久
院長	トクダ サダヒサ 徳田 禎久
創立年月日	昭和 59 年 4 月 9 日
移転開設日	2015 年 11 月 1 日
住所	〒065-0033 北海道札幌市東区北 33 条東 1 丁目 3-1
電話	011-712-1131
FAX	011-751-0239
敷地面積	本館：7,968.01m ² 陽子線治療センター：2,093.50m ²
延床面積	本館：S 造 8 階建て 2 万 5,862.67m ² 陽子線治療センター：R C 造 4 階建て 2,650.71m ²
診療科	脳神経外科／神経内科／消化器内科／消化器外科／内科／循環器内科／心臓血管外科／ 頭頸科／腫瘍内科／乳腺外科／婦人科／放射線治療科／放射線診断科／リハビリテーシ ョン科／形成外科／ペインクリニック外科／麻酔科／病理診断科／歯科口腔外科 糖尿病内科／呼吸器内科／泌尿器科



- 南北線「北34条駅」2番出口から徒歩5分



- ※中央バス「札幌禎心会病院」下車

- 東76・78 ●屯田線02 ●ひまわり団地線28 ●花畔団地線16 ●篠路駅前団地線36
●石狩線 ●あいの里・篠路線22 ●札幌線 ●花川南団地線14・60



- 新千歳空港から

- JAL、ANA、国際線各到着口前から中央バス「北24条・麻生行き」乗車、「札幌禎心会病院」下車
(所要時間約50分)
- JR「新千歳空港駅」から札幌行きに乗車、「札幌駅」下車(所要時間約40分)、地下鉄南北線「さっぽろ
駅」から麻生行きに乗車、「北34条駅」下車(所要時間7分)、2番出口から徒歩5分



- 札幌自動車道「札幌北インターチェンジ」上下各出口から約1分

院長挨拶

安全で良質な医療を提供します。

徳田 禎久
トクダ サダヒサ

「札幌禎心会病院」は、医療介護複合体である禎心会グループの基幹病院です。1984年の「禎心会病院」創業以来、人口26万人を超える札幌市東区において、脳卒中を中心とした専門的医療と地域密着型医療を提供してまいりました。

創業当時から脳卒中の診療において超早期からベッドサイドでのリハビリテーションを行う施設として運営してきておりましたが、2012年4月から新たに「脳卒中センター」を開設し、24時間365日の診療対応と優秀な手術指導医のもとに若手脳神経外科医の養成を行う取り組みも始めました。

2015年11月1日から「健康寿命の延伸」を大きなスローガンにして、これまでの脳卒中に「がん」「心臓病」も加え、三大疾病を中心とした医療提供を目指して、北33条東1丁目に新築移転し、名称も「札幌禎心会病院」と変更致しました。

血管病として共通した病変の多い脳卒中と循環器病を一緒に診療することは開設以来の念願であり、2017年4月からは24時間365日対応の救命救急から一般診療まで脳神経外科医と循環器内科・外科医が連携して対応する市内初の施設に整備しました。

がん治療では、手術・化学療法と、体にやさしくQOL(生活の質)を担保できる治療として高く評価されるようになった放射線治療に加え、今話題の免疫治療も取り入れ、各科専門医が連携する集学的診療体制をとっております。

欧米に比べて半分程度の普及にとどまっている放射線治療を充実させるために、道内第1号である最高機種種の放射線治療装置(米国バリアン社製リニアック)、話題の「陽子線治療機器」も道内2号機、民間初として導入しました。陽子線治療は2018年4月から疾患によっては健康保険適用となりましたので、たくさんの方々に受けていただけるようになりました。ぜひ、ご相談ください。

当院では、地域の先生方と連携を密にするために診療所の先生方が利用できる「開放病床」も設置しており、当院医師とかかりつけ医とが一緒に治療に当たることができるようになっております。急な不調時でもかかりつけ医に相談いただけますと、即入院治療へ移行していただけるようになりました。

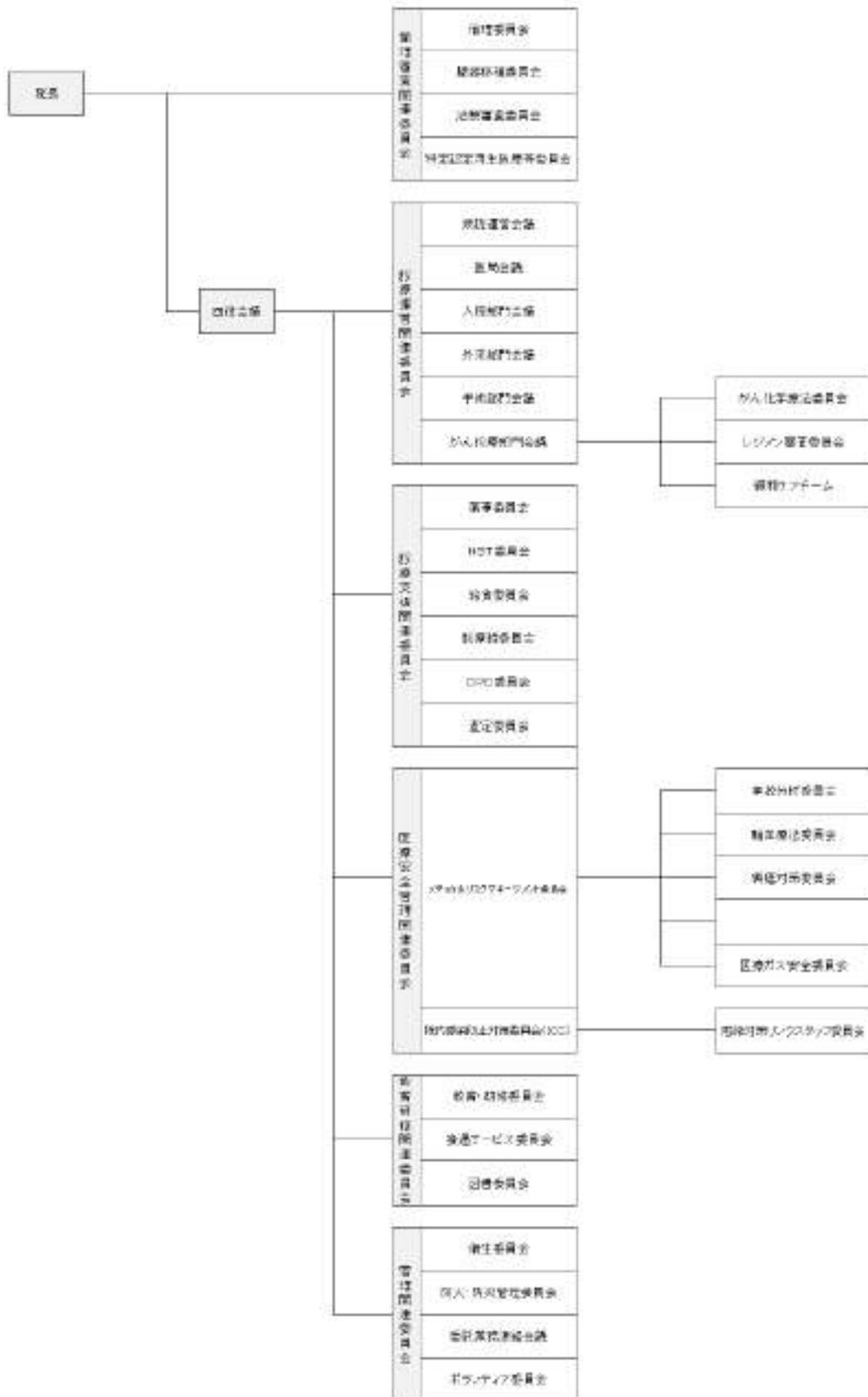
- 三大疾病(がん・脳卒中・心臓病)を中心に、専門性の高い医療を提供する
- がんに関して、全ての治療法が可能な集学的治療を行う
- 脳卒中、心臓病に関して、救急からリハビリテーションまで一貫した医療を行う
- 患者さん及び家族の立場と権利を尊重する
- 地域の医療・介護・福祉機関との連携をはかる

という方針のもとに、より一層安全で良質な医療提供を心がけてまいります。

法人沿革

1984年	4月9日	禎心会病院開設(80床)
	10月1日	禎心会病院増床(48床増床し128床)
1985年	7月1日	禎心会病院増床(14床増床し142床)
1987年	9月1日	医療法人禎心会設立
1995年	7月1日	禎心会病院デイケアセンター開設
	10月2日	セントラルCIクリニック開設
1996年	7月1日	札幌市東区禎心会病院在宅介護支援センター開設
1997年	7月1日	ホームヘルプサービスステーション開設
1999年	1月11日	稚内禎心会病院開設(110床)
	4月20日	老人保健施設ら・ぷらーさ開設(100床)
	9月1日	訪問看護ステーション禎心会東開設
2000年	4月1日	禎心会東センター開設
		禎心会北センター開設
		ら・ぷらーさセンター開設
2003年	9月1日	禎心会東センター移転
2004年	8月9日	セントラルCIクリニック移転(PET-CT導入)
2005年	5月1日	介護老人保健施設ら・ぱーす開設(80床)
		ら・ぱーすセンター開設
2006年	4月1日	禎心会北センター移転
	9月1日	新札幌恵愛会病院開設(86床)
	10月1日	セントラル女性クリニック開設(1床)
2010年	3月1日	社会医療法人認定
2011年	6月1日	禎心会東在宅クリニック開設
2013年	5月15日	禎心会病院増床(1床増やし143床)
	6月1日	ら・かるまセンター開設
		サービス付き高齢者向け住宅 ら・かるま開設
8月5日	さっぽろ北口クリニック開設 (セントラル女性クリニックの診療機能移設)	
2015年	4月1日	新札幌恵愛会病院医療事業を別法人へ継承
	11月1日	札幌禎心会病院開設(禎心会病院の移転新築、名称変更) 禎心会北44条クリニック開設(禎心会東在宅クリニックの機能移転、名称変更)
2017年	4月1日	禎心会東センター移転

委員会図



診療実績 2018

1) 外来患者

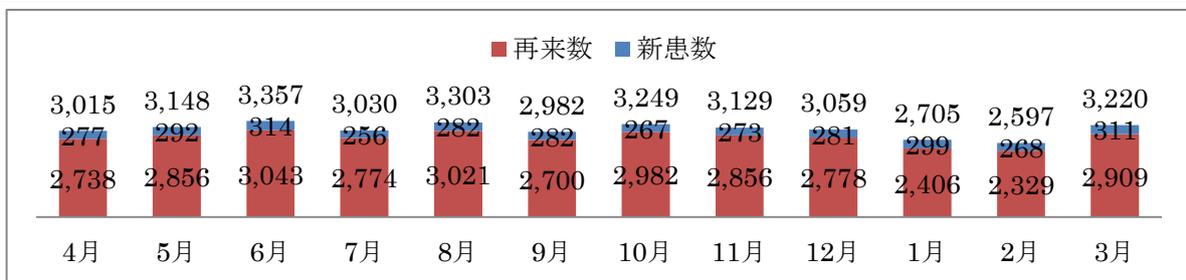
【病院全体】

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
新患者数	450	521	546	513	477	508	553	565	547	604	526	679
再来数	7,184	7,417	7,527	7,578	7,986	7,040	8,202	8,624	7,832	7,254	6,958	8,373
計	7,634	7,938	8,073	8,091	8,463	7,548	8,755	9,189	8,379	7,858	7,484	9,052



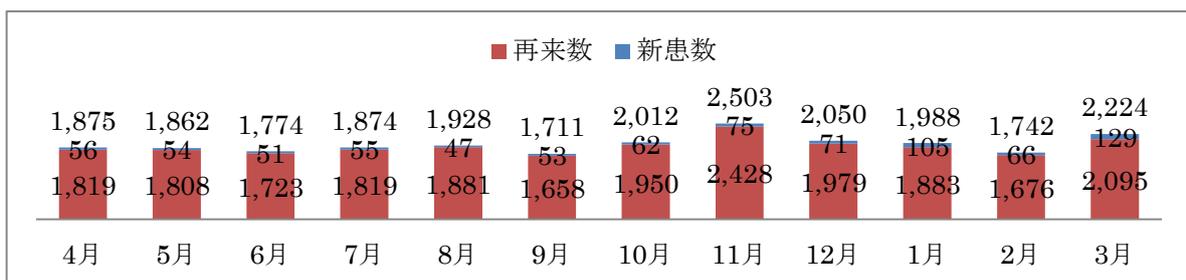
【脳神経外科】

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
新患者数	277	292	314	256	282	282	267	273	281	299	268	311
再来数	2,738	2,856	3,043	2,774	3,021	2,700	2,982	2,856	2,778	2,406	2,329	2,909
患者合計	3,015	3,148	3,357	3,030	3,303	2,982	3,249	3,129	3,059	2,705	2,597	3,220



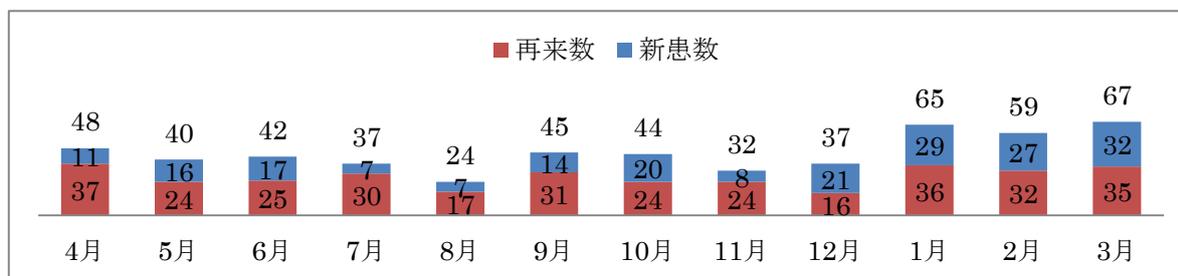
【循環器内科】

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
新患者数	56	54	51	55	47	53	62	75	71	105	66	129
再来数	1,819	1,808	1,723	1,819	1,881	1,658	1,950	2,428	1,979	1,883	1,676	2,095
患者合計	1,875	1,862	1,774	1,874	1,928	1,711	2,012	2,503	2,050	1,988	1,742	2,224



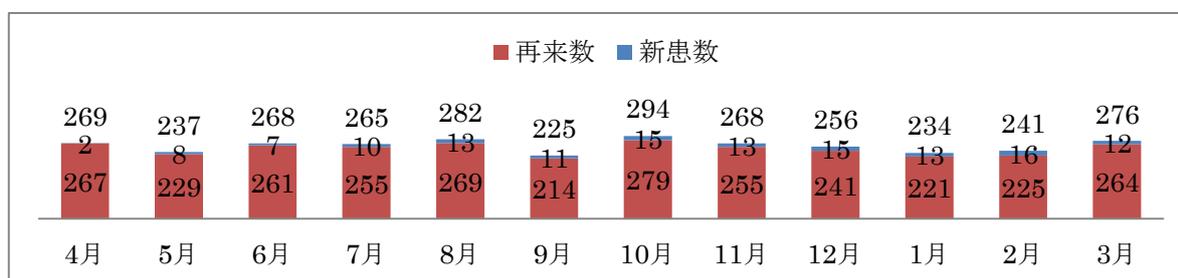
【整形外科】

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
新患者数	11	16	17	7	7	14	20	8	21	29	27	32
再来患者数	37	24	25	30	17	31	24	24	16	36	32	35
患者合計	48	40	42	37	24	45	44	32	37	65	59	67



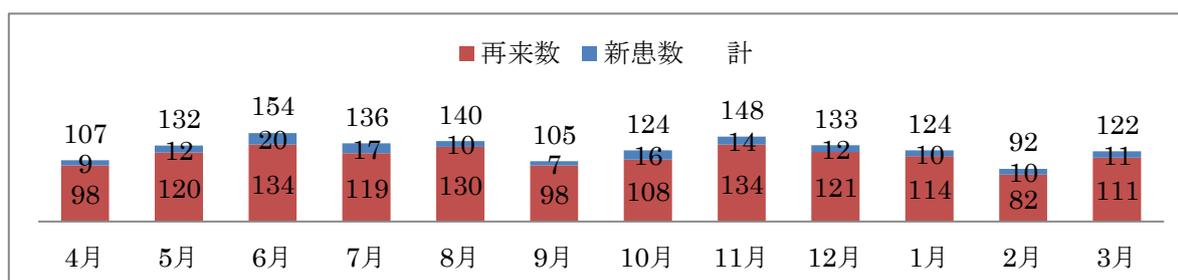
【ペイン】

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
新患者数	2	8	7	10	13	11	15	13	15	13	16	12
再来患者数	267	229	261	255	269	214	279	255	241	221	225	264
患者合計	269	237	268	265	282	225	294	268	256	234	241	276



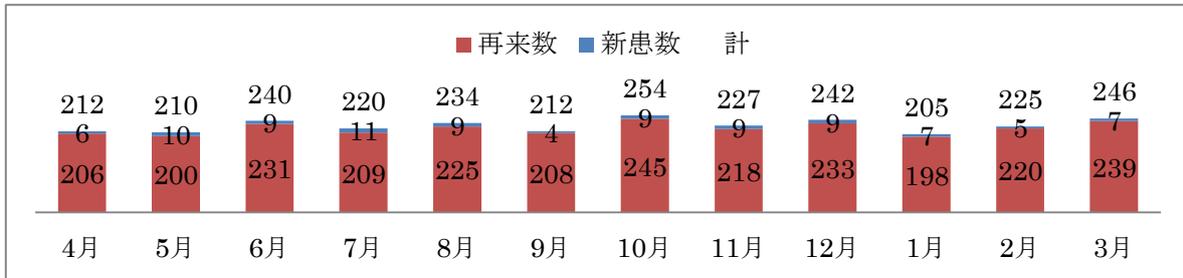
【形成外科】

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
新患者数	9	12	20	17	10	7	16	14	12	10	10	11
再来患者数	98	120	134	119	130	98	108	134	121	114	82	111
患者合計	107	132	154	136	140	105	124	148	133	124	92	122



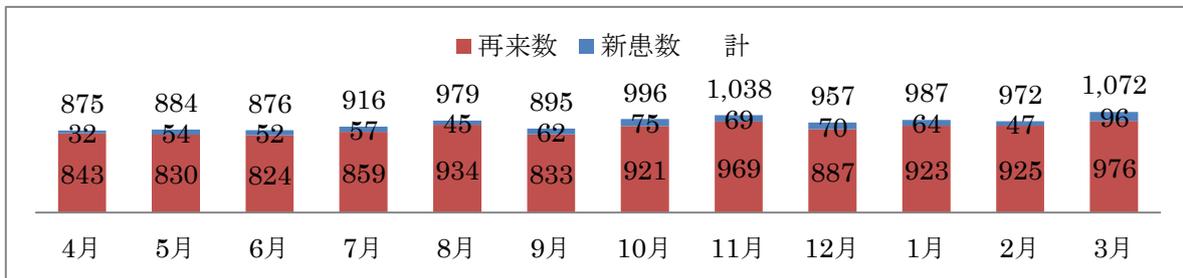
【神経内科】

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
新患者数	6	10	9	11	9	4	9	9	9	7	5	7
再来数	206	200	231	209	225	208	245	218	233	198	220	239
患者合計	212	210	240	220	234	212	254	227	242	205	225	246



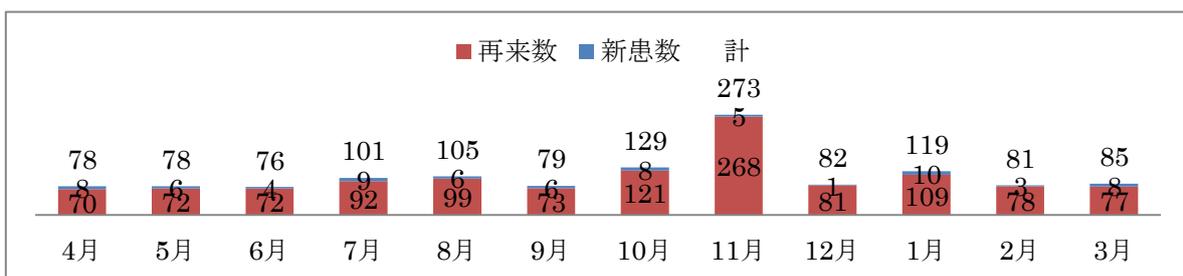
【消化器内科】

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
新患者数	32	54	52	57	45	62	75	69	70	64	47	96
再来数	843	830	824	859	934	833	921	969	887	923	925	976
患者合計	875	884	876	916	979	895	996	1,038	957	987	972	1,072



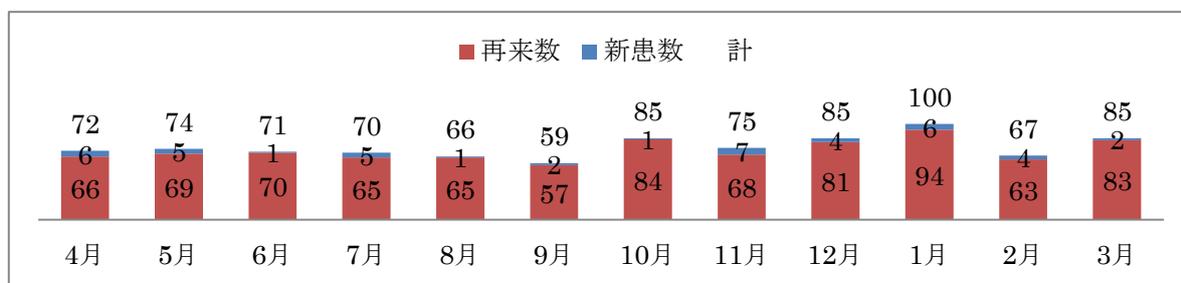
【心臓血管外科】

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
新患者数	8	6	4	9	6	6	8	5	1	10	3	8
再来数	70	72	72	92	99	73	121	268	81	109	78	77
患者合計	78	78	76	101	105	79	129	273	82	119	81	85



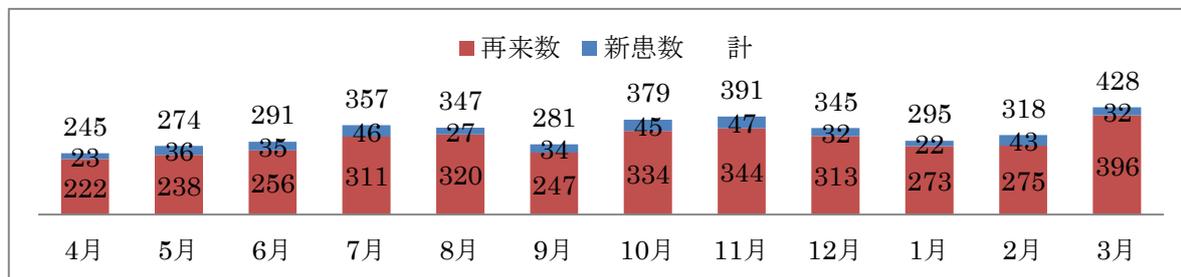
【消化器外科】

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
新患者数	6	5	1	5	1	2	1	7	4	6	4	2
再来患者数	66	69	70	65	65	57	84	68	81	94	63	83
患者合計	72	74	71	70	66	59	85	75	85	100	67	85



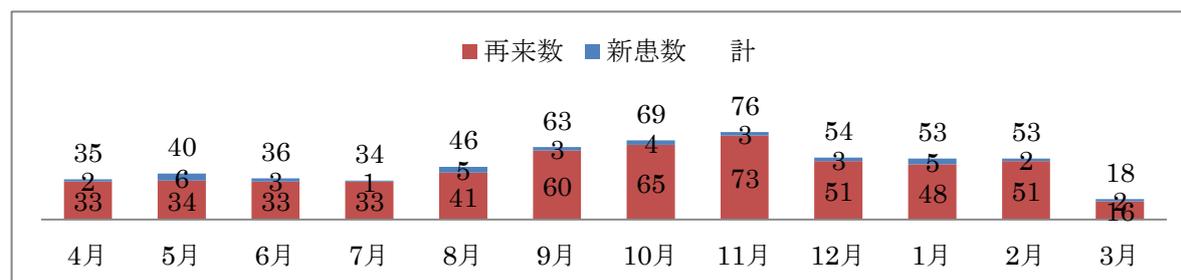
【頭頸科】

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
新患者数	23	36	35	46	27	34	45	47	32	22	43	32
再来患者数	222	238	256	311	320	247	334	344	313	273	275	396
患者合計	245	274	291	357	347	281	379	391	345	295	318	428



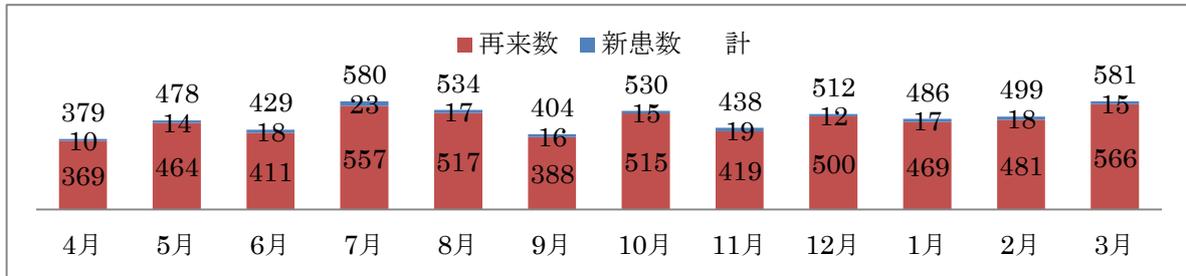
【乳腺外科】

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
新患者数	2	6	3	1	5	3	4	3	3	5	2	2
再来患者数	33	34	33	33	41	60	65	73	51	48	51	16
患者合計	35	40	36	34	46	63	69	76	54	53	53	18



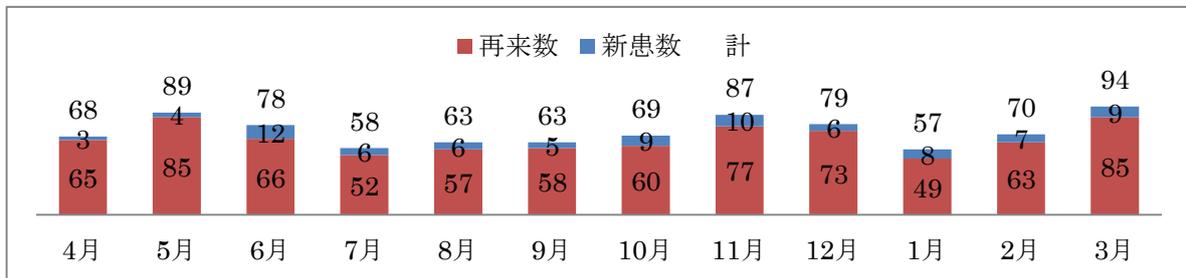
【放射線治療科】

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
新患数	10	14	18	23	17	16	15	19	12	17	18	15
再来数	369	464	411	557	517	388	515	419	500	469	481	566
患者合計	379	478	429	580	534	404	530	438	512	486	499	581



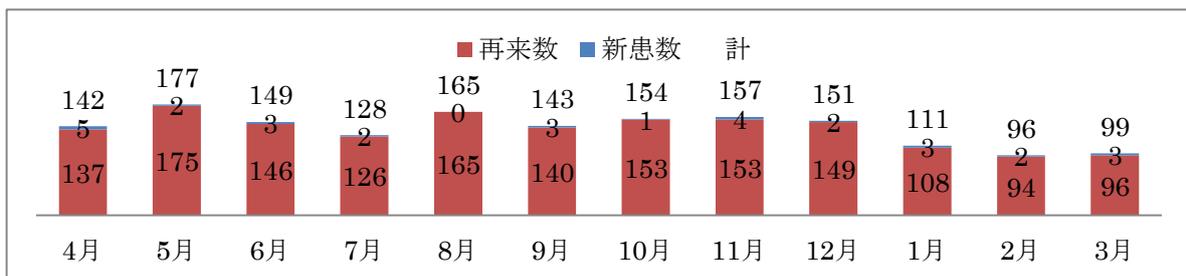
【婦人科】

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
新患数	3	4	12	6	6	5	9	10	6	8	7	9
再来数	65	85	66	52	57	58	60	77	73	49	63	85
患者合計	68	89	78	58	63	63	69	87	79	57	70	94



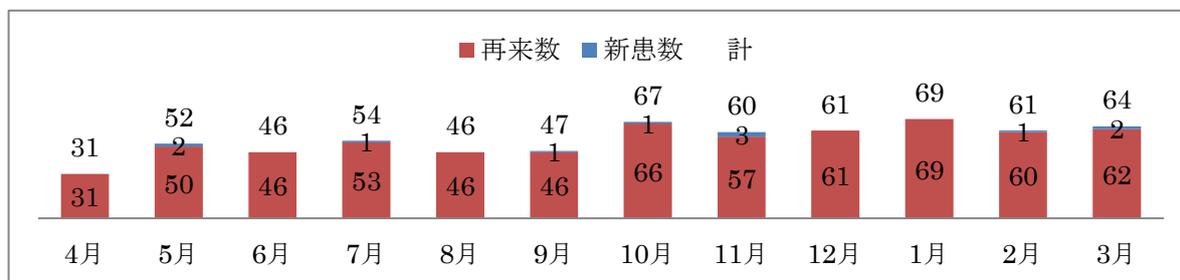
【脳神経外科脊椎】

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
新患数 外来患者数		2	3	2	0	3	1	4	2	3	2	3
再来数	137	175	146	126	165	140	153	153	149	108	94	96
患者合計	142	177	149	128	165	143	154	157	151	111	96	99



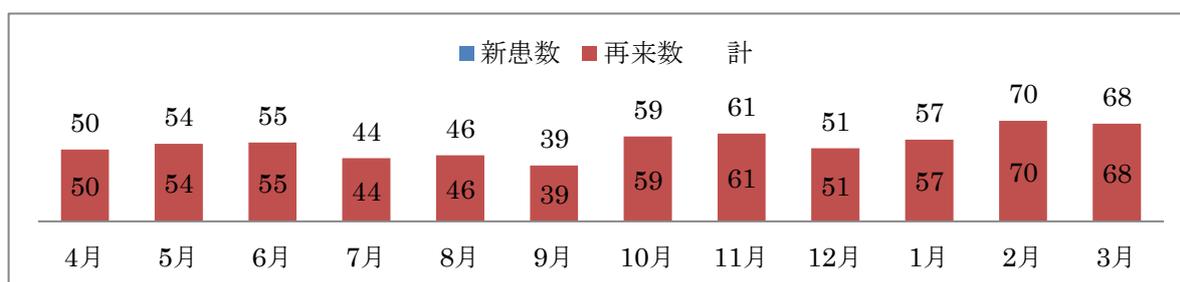
【糖尿病内科】

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
新患者数	0	2	0	1	0	1	1	3	0	0	1	2
再来数	31	50	46	53	46	46	66	57	61	69	60	62
患者合計	31	52	46	54	46	47	67	60	61	69	61	64



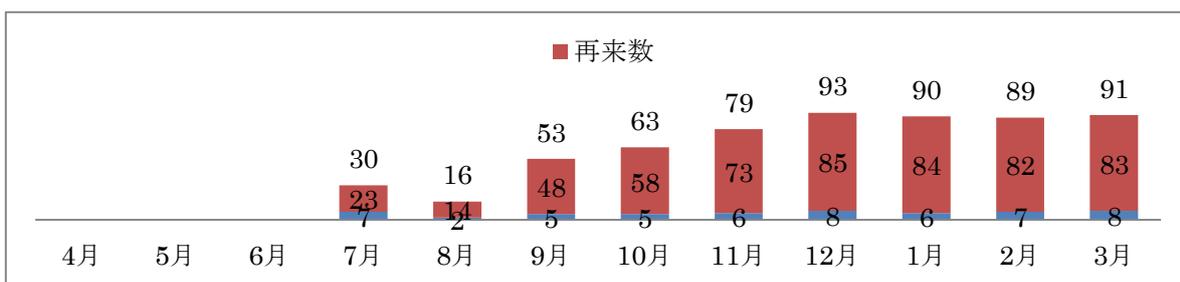
【病理診断科】

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
新患者数	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
再来数	50	54	55	44	46	39	59	61	51	57	70	68
患者合計	50	54	55	44	46	39	59	61	51	57	70	68



【呼吸器内科】

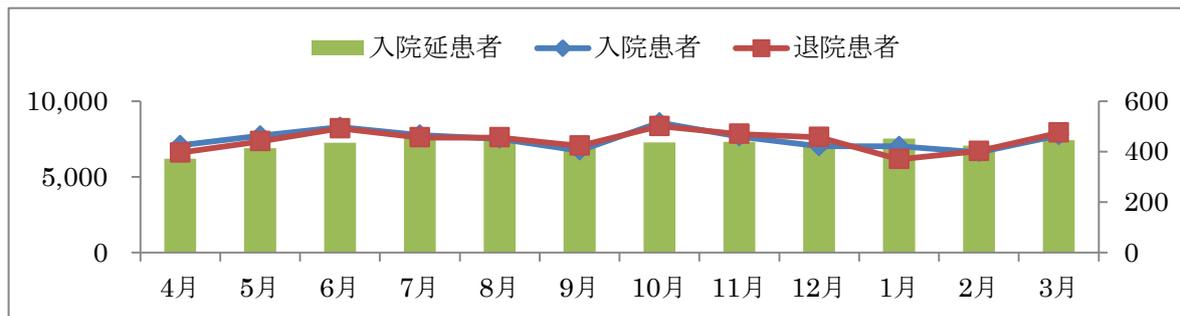
	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
新患者数	0	0	0	7	2	5	5	6	8	6	7	8
再来数	0	0	0	23	14	48	58	73	85	84	82	83
患者合計	0	0	0	30	16	53	63	79	93	90	89	91



2) 入院患者

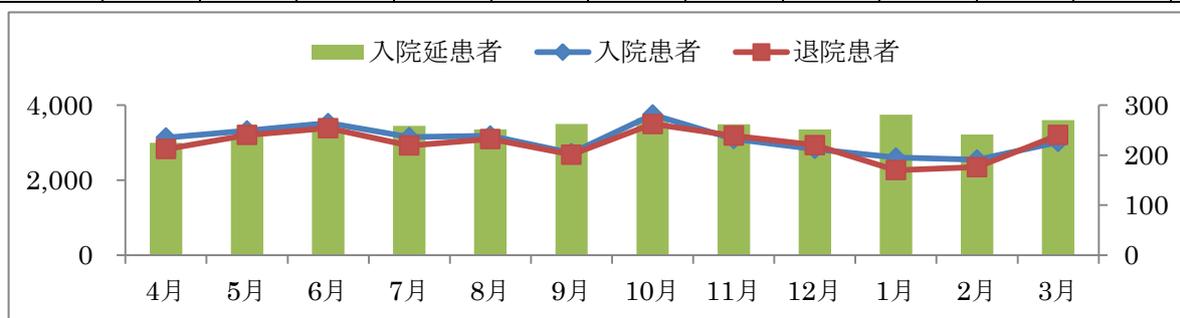
【病院全体】

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
入院患者	425	463	497	466	451	404	515	460	421	421	398	465
退院患者	396	441	492	456	456	423	501	470	457	370	402	475
入院延患者	6,212	6,908	7,267	7,695	7,643	7,319	7,268	7,318	7,305	7,528	7,078	7,421



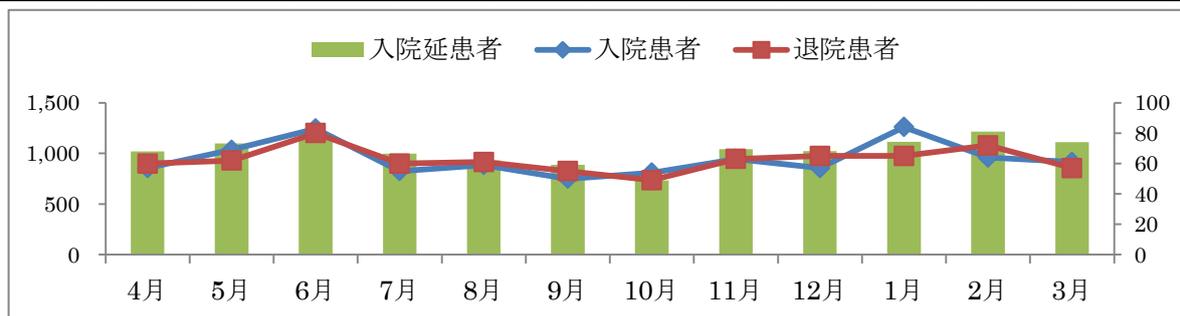
【脳神経外科】

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
入院患者	235	249	264	236	239	204	281	232	212	195	191	226
退院患者	212	240	254	219	232	201	262	239	220	170	176	240
入院延患者	2,995	3,186	3,291	3,450	3,353	3,495	3,648	3,488	3,352	3,740	3,220	3,601



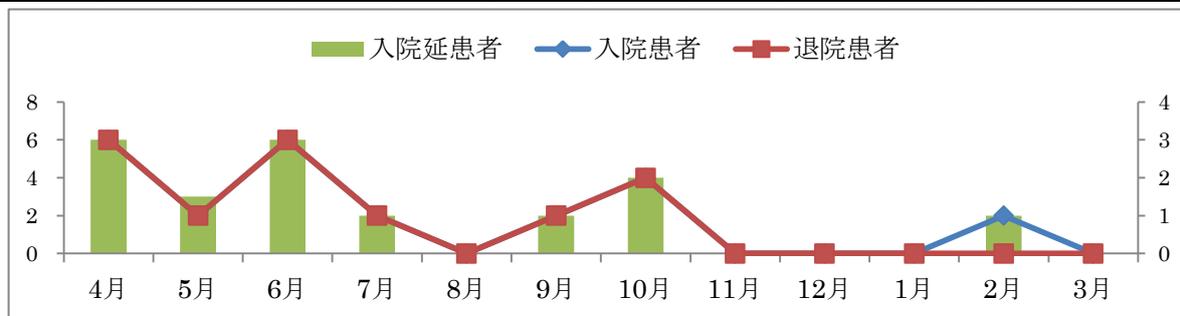
【循環器内科】

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
入院患者	57	69	83	55	59	50	54	63	57	84	64	61
退院患者	60	62	80	60	61	55	49	63	65	65	72	57
入院延患者	1,019	1,100	1,134	999	933	887	732	1,043	1,022	1,115	1,215	1,110



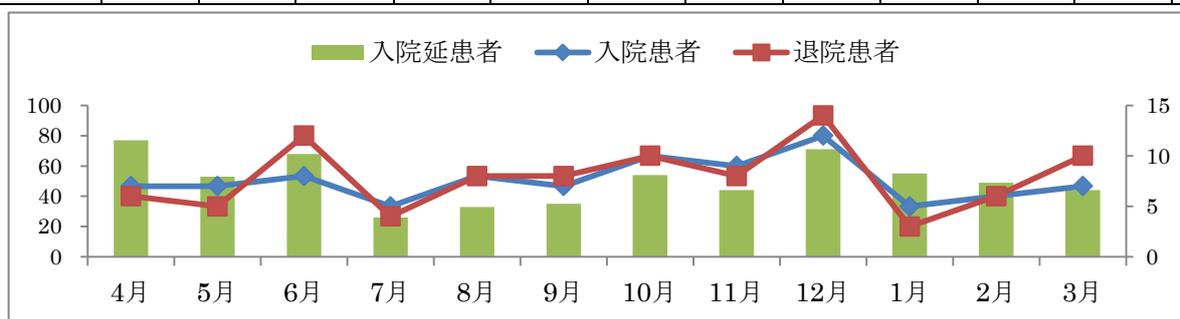
【整形外科】

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
入院患者	3	1	3	1	0	1	2	0	0	0	1	0
退院患者	3	1	3	1	0	1	2	0	0	0	0	0
入院延患者	6	3	6	2	0	2	4	0	0	0	2	0



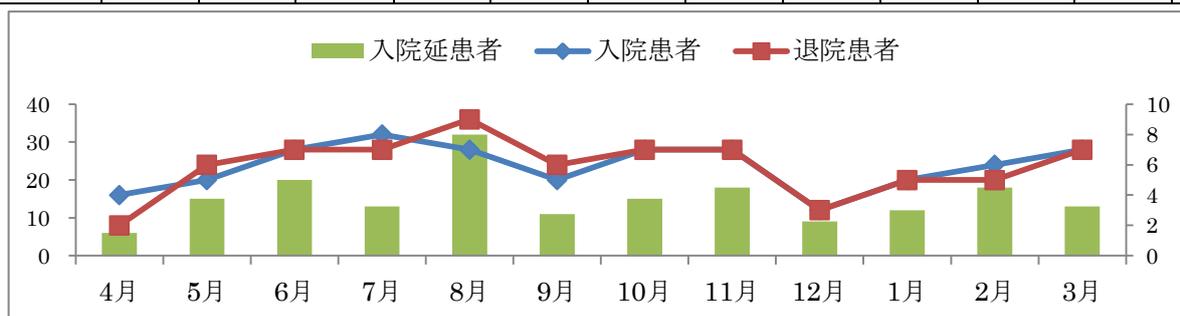
【ペイン】

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
入院患者	7	7	8	5	8	7	10	9	12	5	6	7
退院患者	6	5	12	4	8	8	10	8	14	3	6	10
入院延患者	77	53	68	26	33	35	54	44	71	55	49	44



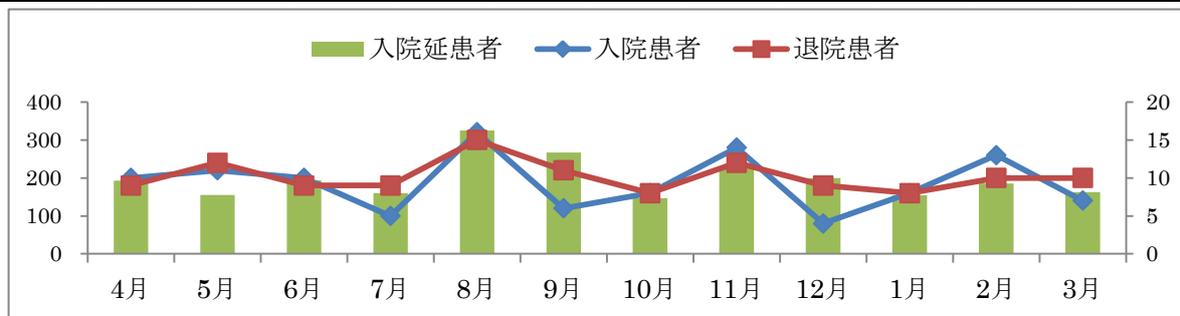
【形成外科】

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
入院患者	4	5	7	8	7	5	7	7	3	5	6	7
退院患者	2	6	7	7	9	6	7	7	3	5	5	7
入院延患者	6	15	20	13	32	11	15	18	9	12	18	13



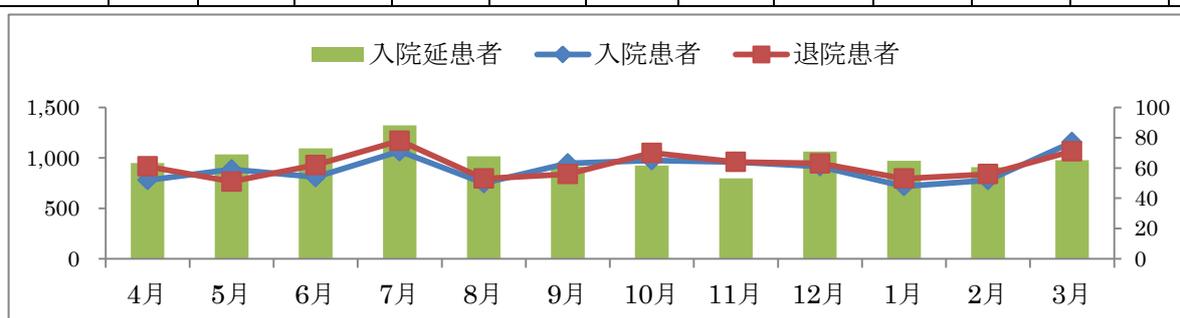
【神経内科】

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
入院患者	10	11	10	5	16	6	8	14	4	8	13	7
退院患者	9	12	9	9	15	11	8	12	9	8	10	10
入院延患者	193	155	194	160	325	267	147	227	200	154	185	163



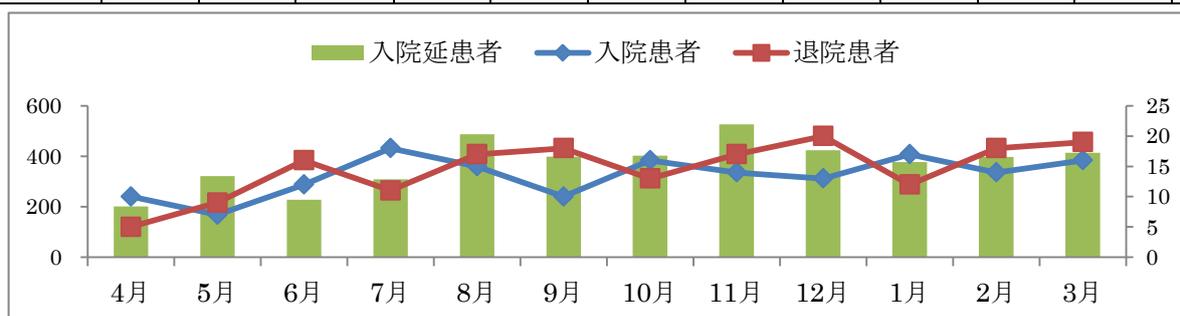
【消化器内科】

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
入院患者	52	59	54	71	50	63	65	64	61	48	52	77
退院患者	61	51	62	78	53	56	70	64	63	53	56	71
入院延患者	948	1,034	1,096	1,321	1,017	916	925	797	1,063	971	909	977



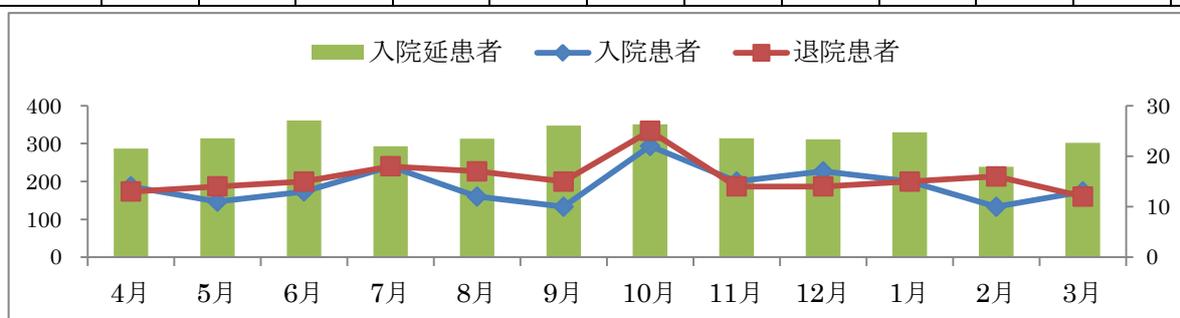
【心臓血管外科】

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
入院患者	10	7	12	18	15	10	16	14	13	17	14	16
退院患者	5	9	16	11	17	18	13	17	20	12	18	19
入院延患者	201	321	228	309	487	399	403	526	424	377	398	414



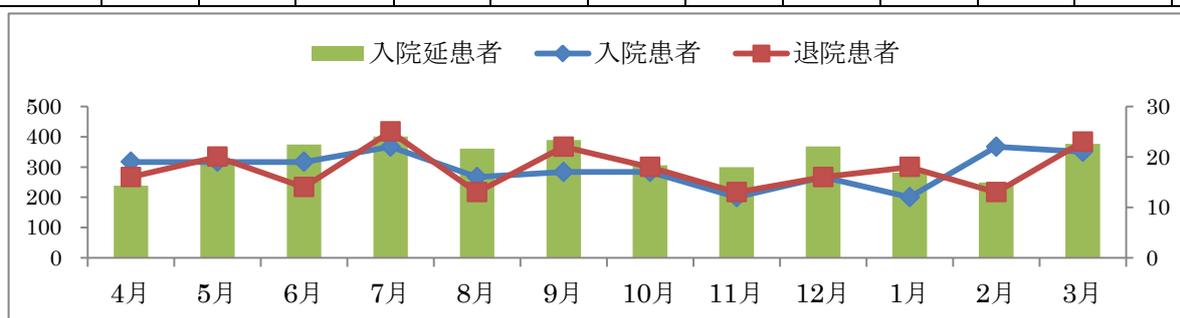
【消化器外科】

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
入院患者	14	11	13	18	12	10	22	15	17	15	10	13
退院患者	13	14	15	18	17	15	25	14	14	15	16	12
入院延患者	287	314	361	293	313	348	351	314	311	330	239	302



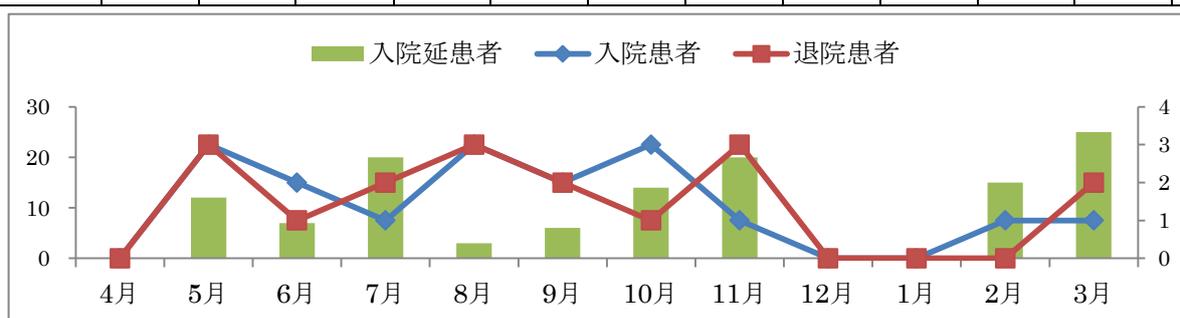
【頭頸科】

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
入院患者	19	19	19	22	16	17	17	12	16	12	22	21
退院患者	16	20	14	25	13	22	18	13	16	18	13	23
入院延患者	238	327	374	401	361	389	306	300	368	282	249	376



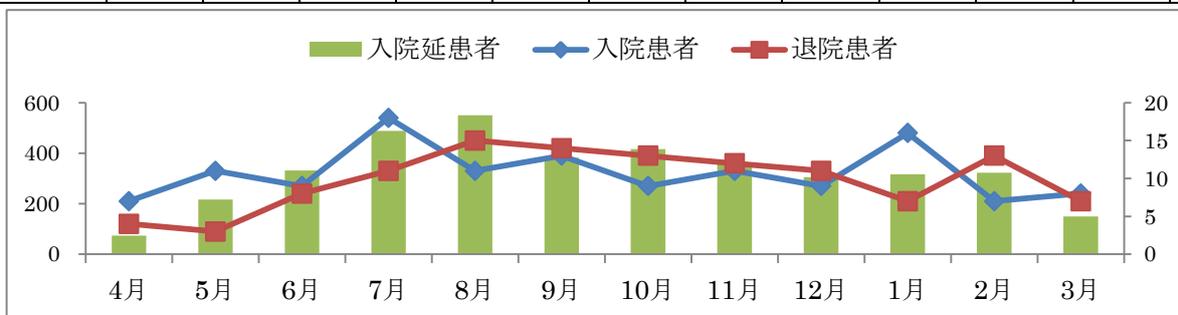
【乳腺外科】

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
入院患者	0	3	2	1	3	2	3	1	0	0	1	1
退院患者	0	3	1	2	3	2	1	3	0	0	0	2
入院延患者	0	12	7	20	3	6	14	20	0	0	15	25



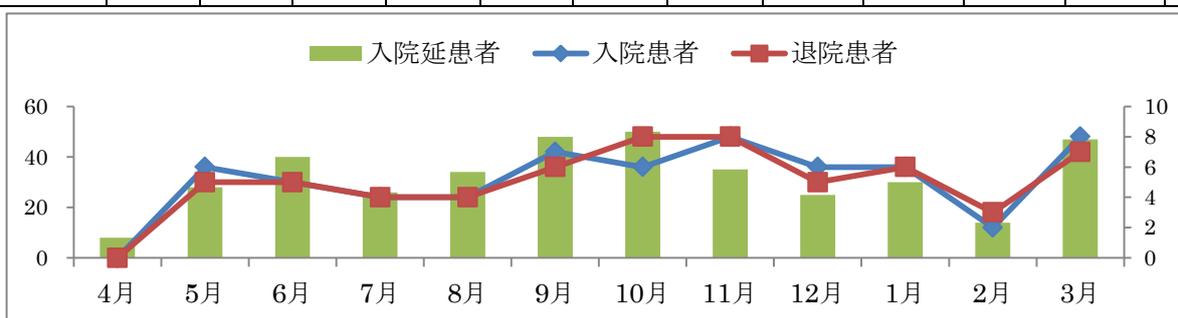
【放射線治療科】

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
入院患者	7	11	9	18	11	13	9	11	9	16	7	8
退院患者	4	3	8	11	15	14	13	12	11	7	13	7
入院延患者	74	217	332	489	551	382	417	360	305	317	323	149



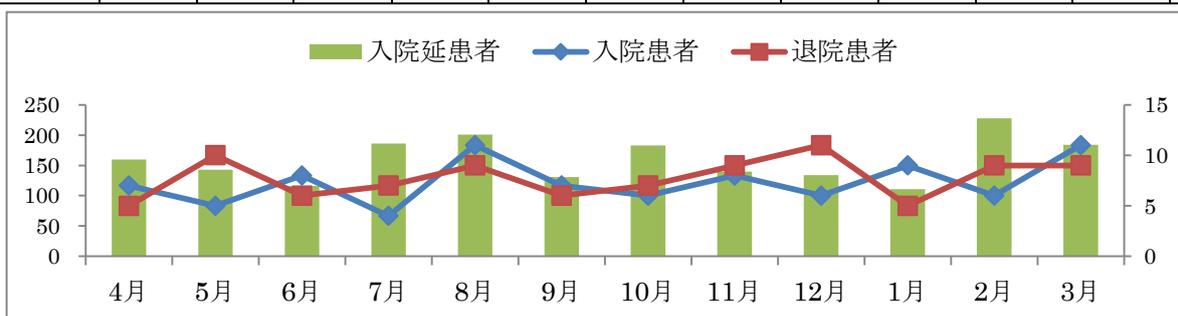
【婦人科】

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
入院患者	0	6	5	4	4	7	6	8	6	6	2	8
退院患者	0	5	5	4	4	6	8	8	5	6	3	7
入院延患者	8	28	40	26	34	48	50	35	25	30	14	47



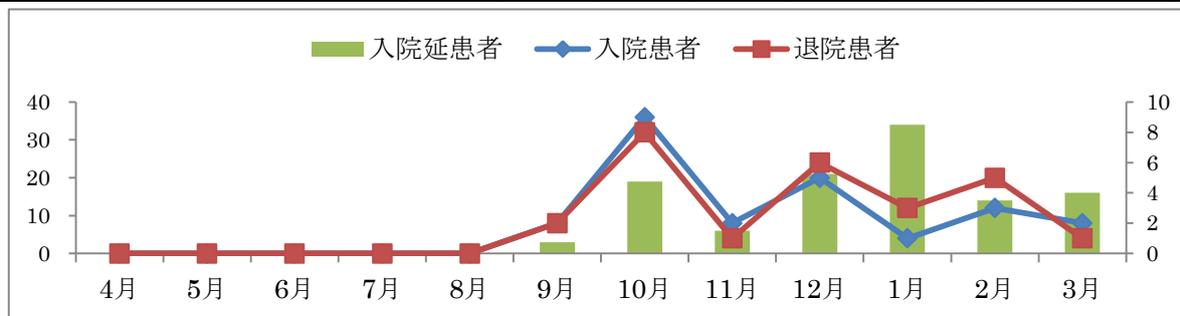
【脳神経外科脊椎】

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
入院患者	7	5	8	4	11	7	6	8	6	9	6	11
退院患者	5	10	6	7	9	6	7	9	11	5	9	9
入院延患者	160	143	116	186	201	131	183	140	134	111	228	184



【呼吸器内科】

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
入院患者	0	0	0	0	0	2	9	2	5	1	3	2
退院患者	0	0	0	0	0	2	8	1	6	3	5	1
入院延患者	0	0	0	0	0	3	19	6	21	34	14	16



3) 病棟実績

【病院全体】

	分類	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	計
4階 SCU (18床)	入院	59	61	50	46	52	61	77	66	63	66	64	66	731
	退院	4	4	8	6	4	5	7	11	7	4	12	8	80
	延	539	556	533	552	554	538	550	531	556	557	497	557	6,520
5階病棟 (60床)	入院	156	160	168	155	152	119	158	138	132	123	120	139	1,720
	退院	115	143	134	113	115	95	124	108	106	80	99	126	1,358
	延	1,550	1,581	1,624	1,719	1,720	1,641	1,686	1,647	1,660	1,686	1,572	1,688	19,774
6階東病棟 (49床)	入院	44	61	70	65	58	66	73	61	57	71	47	69	742
	退院	60	67	73	73	69	90	80	82	83	71	61	82	891
	延	899	1,149	1,289	1,375	1,384	1,276	1,239	1,268	1,260	1,297	1,287	1,232	14,955
6階西病棟 (46床)	入院	65	74	74	89	75	72	88	95	78	66	74	94	944
	退院	67	64	79	78	80	64	98	91	66	59	76	92	914
	延	1,144	1,170	1,216	1,322	1,287	1,259	1,232	1,198	1,288	1,292	1,188	1,265	14,861
7階東病棟 (49床)	入院	85	95	115	101	95	73	105	83	86	85	79	87	1,089
	退院	74	74	111	92	94	77	91	74	79	74	75	83	998
	延	1,152	1,260	1,271	1,349	1,332	1,291	1,276	1,329	1,276	1,393	1,270	1,337	15,536
7階西病棟 (46床)	入院	16	12	19	10	19	13	14	17	5	10	13	11	159
	退院	76	90	86	94	94	92	101	104	116	82	79	85	1,099
	延	928	1,192	1,334	1,378	1,368	1,314	1,285	1,345	1,265	1,303	1,263	1,342	15,317
全体 (268床)	入院	425	463	496	466	451	404	515	460	421	421	397	466	5,385
	退院	396	442	491	456	456	423	501	470	457	370	402	476	5,340
	延	6,212	6,908	7,267	7,695	7,645	7,319	7,268	7,318	7,305	7,528	7,077	7,421	86,963

※2019年3月末時点の稼働病床数

【病棟別平均在院日数】

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	計
4階 SCU	17.1	17.1	18.4	21.2	19.8	16.3	13.1	13.8	15.9	15.9	13.1	15.1	16.1
5階病棟	11.4	10.4	10.8	12.8	12.9	15.3	12.0	13.4	13.9	16.6	14.4	12.7	12.8
6階東病棟	17.3	18.0	18.0	19.9	21.8	16.4	16.2	17.7	18.0	18.3	23.8	16.3	18.3
6階西病棟	17.3	17.0	15.9	15.8	16.6	18.5	13.2	12.9	17.9	20.7	15.8	13.6	16.0
7階東病棟	14.5	14.9	11.2	14.0	14.1	17.2	13.0	16.9	15.5	17.5	16.5	15.7	14.9
7階西病棟	20.2	23.4	25.4	26.5	24.2	25.0	22.3	22.2	20.9	28.3	27.5	28.0	24.4
全体	15.1	15.3	14.7	16.7	16.9	17.7	14.3	15.7	16.6	19.0	17.7	15.8	16.2

4) 救急実績

【外来】

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	計
救急車	45	65	65	76	76	101	86	102	105	131	66	81	999
Wark-in	162	164	142	141	136	234	173	121	192	266	179	280	2,190
計	207	229	207	217	212	335	259	223	297	397	245	361	3,189

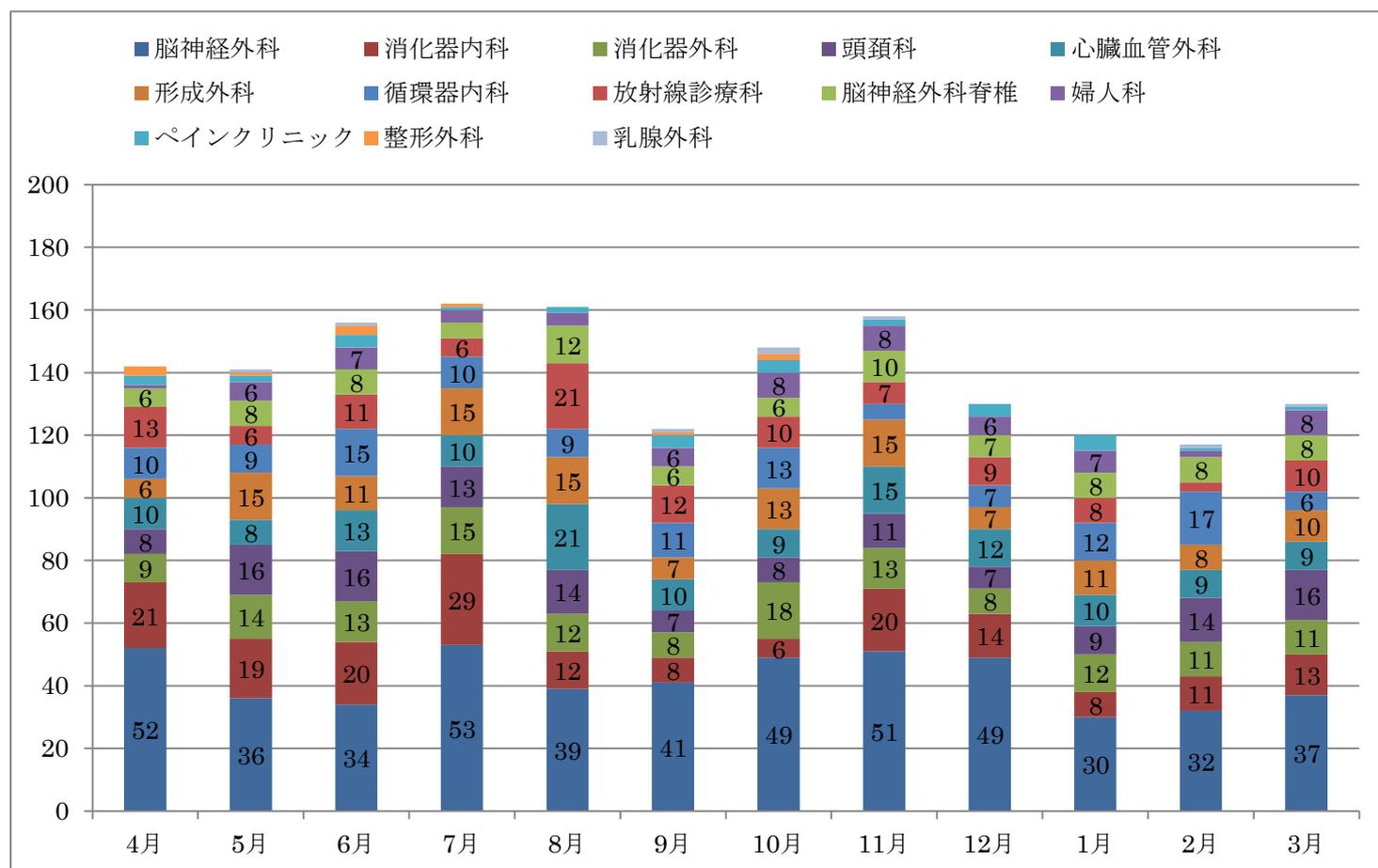
【入院】

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	計
救急車	144	164	147	142	141	136	147	133	143	158	141	148	1,744
Wark-in	38	44	43	37	46	33	44	36	42	35	30	49	477
計	182	208	190	179	187	169	191	169	185	193	171	197	2,221

5) 手術実績

【手術件数(術場外 AG 室、内視鏡室、外来処置室を含む)】

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	計
脳神経外科	52	36	34	53	39	41	49	51	49	30	32	37	503
消化器内科	21	19	20	29	12	8	6	20	14	8	11	13	181
消化器外科	9	14	13	15	12	8	18	13	8	12	11	11	144
頭頸科	8	16	16	13	14	7	8	11	7	9	14	16	139
心臓血管外科	10	8	13	10	21	10	9	15	12	10	9	9	136
形成外科	6	15	11	15	15	7	13	15	7	11	8	10	133
循環器内科	10	9	15	10	9	11	13	5	7	12	17	6	124
放射線診療科	13	6	11	6	21	12	10	7	9	8	3	10	116
脳神経外科脊椎	6	8	8	5	12	6	6	10	7	8	8	8	92
婦人科	1	6	7	4	4	6	8	8	6	7	2	8	67
ペインクリニック	3	2	4	1	2	4	4	2	4	5	1	1	33
整形外科	3	1	3	1		1	2						11
乳腺外科		1	1			1	2	1			1	1	8
計	142	141	156	162	161	122	148	158	130	120	117	130	1,687



【主要算定手技】

医事算定手技	計
脳動脈瘤頸部クリッピング	214
皮膚、皮下腫瘍摘出術	83
内視鏡的大腸ポリープ・粘膜切除術	77
慢性硬膜下血腫穿孔洗浄術	70
経皮的冠動脈ステント留置術	63
脊椎固定術、脊椎固定術、椎弓切除術	49
四肢の血管拡張術・血栓除去術	40
中心静脈注射用植込型カテーテル設置	30
腹腔鏡下胆嚢摘出術	27
ステントグラフト内挿術(胸部大動脈)	26
経皮的カテーテル心筋焼灼術	25
内視鏡的消化管止血術	25
経皮的脳血栓回収術	24
頭蓋内腫瘍摘出術(その他)	24
脊髄刺激装置植込術(脊髄刺激電極を留置)	21
ステントグラフト内挿術(腹部大動脈)	21
動脈血栓内膜摘出術(内頸動脈)	19
血管塞栓術(頭部、胸腔、腹腔内血管等)(その他)	18
抗悪性腫瘍剤静脈内持続注入用植込型カテーテル設置	18
経皮的椎体形成術	18

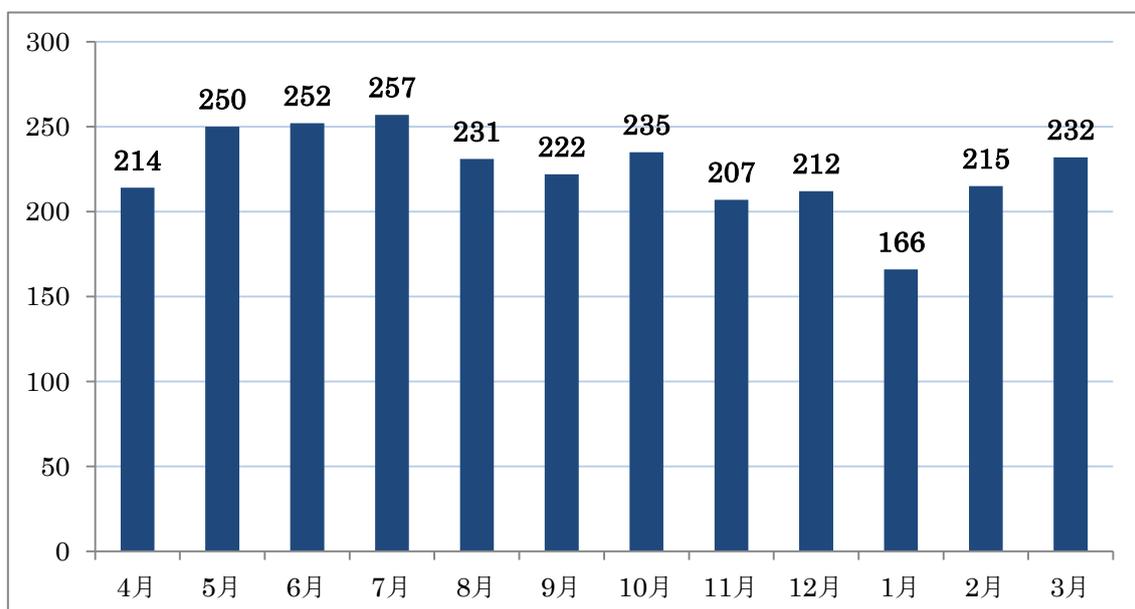
【術場外検査等実績】

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	計
AG	6	8	3	3	4	2	3	6	8	5	2	10	60
BOT	0	0	0	1	1	0	0	0	1	1	0	1	5
CAG	11	12	16	16	10	13	11	13	11	11	8	14	146
EPS	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
下肢造影	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1
右心カテ	2	1	2	1	0	2	1	0	0	0	0	0	9
GTF	126	134	141	160	133	108	174	168	155	126	153	159	1737
CF	41	58	41	59	50	49	55	79	61	42	58	71	664

6) 紹介・逆紹介実績

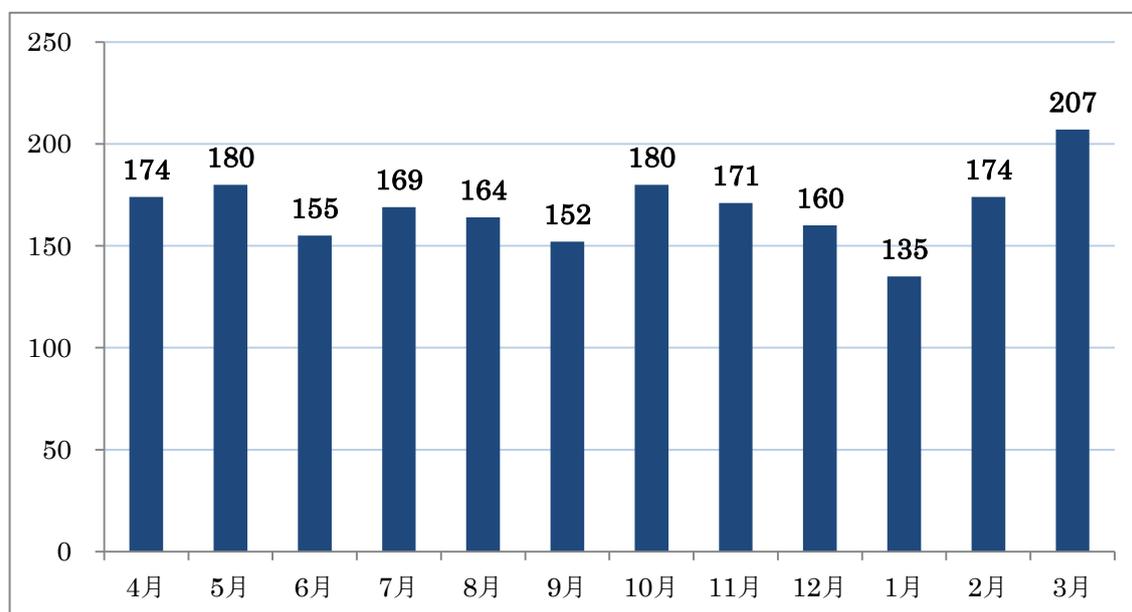
【紹介患者数】

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	計
脳神経外科	82	84	102	85	82	74	77	60	78	60	63	93	940
救急	26	35	20	28	29	23	28	23	25	24	27	25	313
頭頸部外科	23	32	31	36	20	30	30	24	15	12	32	24	309
循環器内科	22	24	26	24	23	18	22	26	14	17	23	24	263
消化器内科	19	28	23	23	18	30	26	15	26	16	13	22	259
放射線治療科	12	12	22	25	21	18	13	22	14	18	21	18	216
神経内科	13	11	11	8	12	5	10	12	7	4	5	6	104
ペインクリニック	2	7	6	7	8	8	8	7	10	7	11	4	85
形成外科		2	3	6	3	1	6	3	4	3	7	3	41
消化器外科	4	2	2	2	3	2	2	3	6			2	28
脳神経外科脊椎	6	4	2	4	1	2	1	2	1	1	1	2	27
心臓血管外科	2	4		3	3	3	3	1	3		2	2	26
呼吸器内科				2	3	2	4	2	5	3	3	2	26
婦人科		2	2	2	2	1	4	3	4		4	1	25
糖尿病内科		1		2		2	1	3				2	11
放射線診療科		1				2		1			2	1	7
腫瘍内科	1	1	2		1							1	6
乳腺外科	1				1	1				1	1		5
整形外科	1				1								2
計	214	250	252	257	231	222	235	207	212	166	215	232	2,693



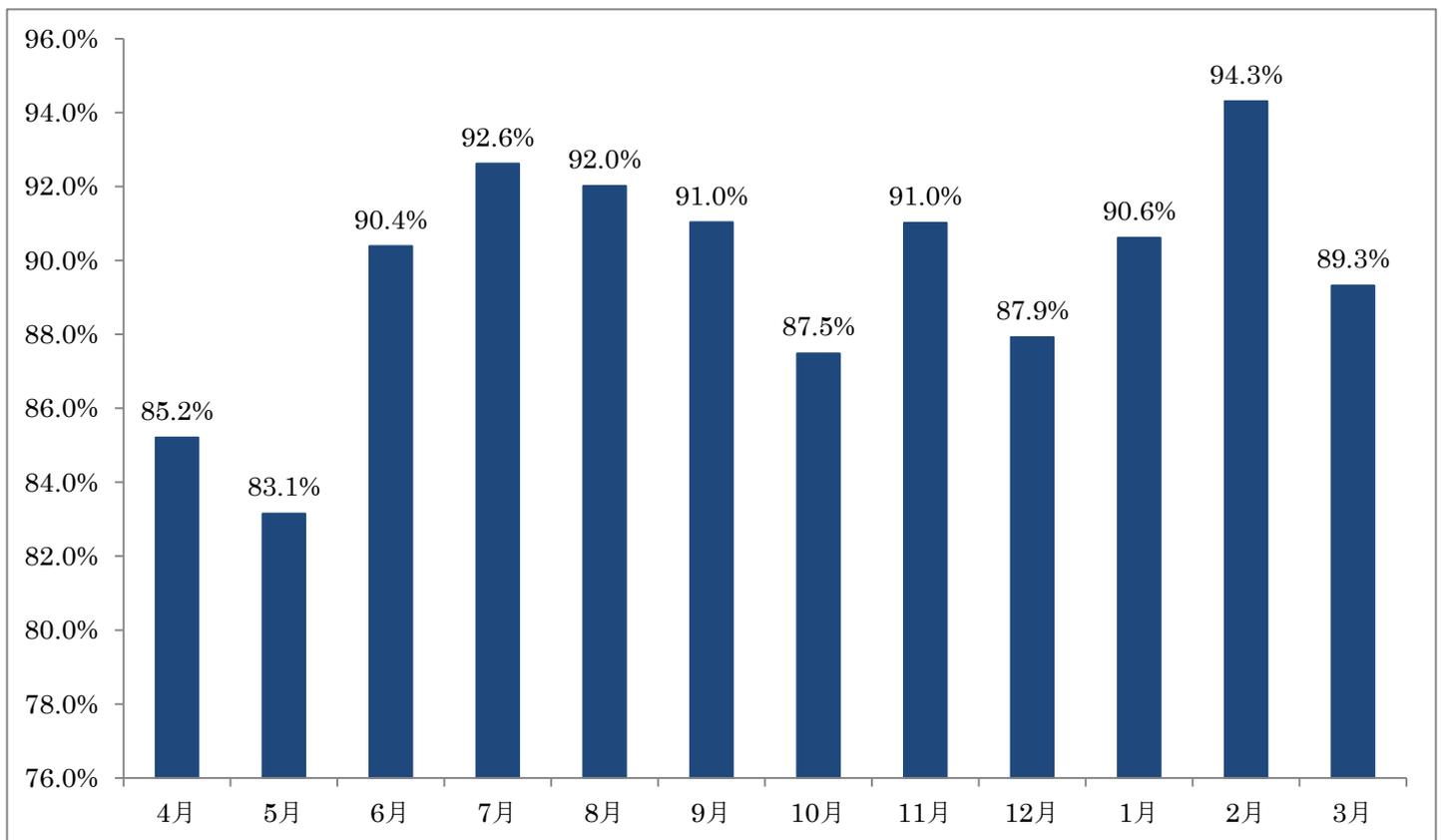
【逆紹介患者数】

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	計
脳神経外科	83	89	73	75	76	72	97	93	66	52	69	87	932
循環器内科	24	30	21	25	25	24	14	21	25	25	32	21	287
消化器内科	28	19	26	17	20	17	18	24	24	20	23	32	268
救急	9	9	15	20	13	14	12	7	11	14	16	17	157
頭頸部外科	3	14	2	4	2	6	6	9	5	4	4	11	70
放射線治療科	3		5	5	6	7	7	6	5	4	7	8	63
神経内科	5	2	4	7	8	1	6	3	1	3	5	8	53
心臓血管外科	4	2	2	5	7	4	2	3	8	4	1	6	48
消化器外科	4	6	1	3	2	3	3	3	6	3	3	2	39
脳神経外科脊椎	1	4	1	3	1	2	5		5		4	5	31
形成外科	2	1	2	2	2		2		1	1		2	15
ペインクリニック	3	2	1	1			2	1	2	1		1	14
放射線診療科	3	2			2	1				1	2		11
呼吸器内科							2	1		2	2	2	9
乳腺外科			1				1				5	2	9
婦人科				2		1	2		1	1	1		8
糖尿病内科			1									3	4
腫瘍内科	2						1						3
計	174	180	155	169	164	152	180	171	160	135	174	207	2,021



【稼働率】

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	平均
SCU	99.8%	99.6%	98.7%	98.9%	99.3%	99.6%	98.6%	98.3%	99.6%	99.8%	98.6%	99.8%	99.2%
一般病床	83.2%	81.6%	88.2%	91.2%	90.5%	89.3%	85.9%	88.9%	86.7%	89.6%	93.1%	87.3%	88.0%
地域包括	88.4%	83.6%	96.7%	96.6%	95.9%	95.2%	90.1%	97.5%	88.7%	91.4%	98.1%	94.1%	93.0%
全体	85.2%	83.1%	90.4%	92.6%	92.0%	91.0%	87.5%	91.0%	87.9%	90.6%	94.3%	89.3%	89.6%



診療実績 2019

1) 外来患者

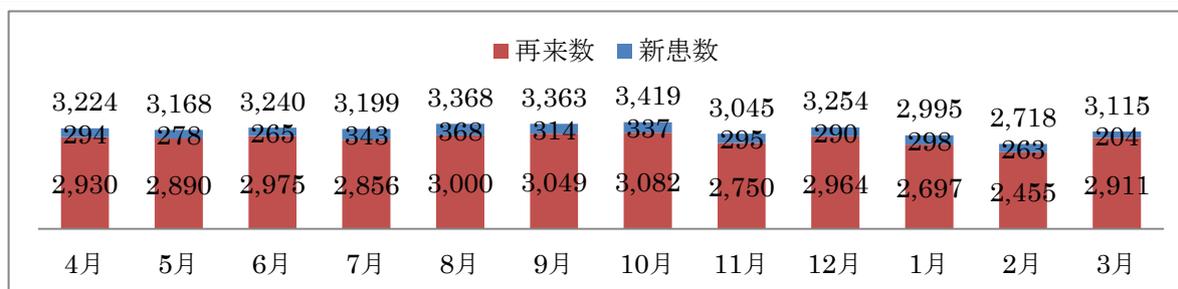
【病院全体】

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
新患数	592	577	564	663	700	619	720	614	610	802	576	452
再来数	8,192	8,107	8,385	8,739	8,282	8,635	9,221	9,608	9,163	8,355	7,796	8,523
計	8,784	8,684	8,949	9,402	8,982	9,254	9,941	10,222	9,773	9,157	8,372	8,975



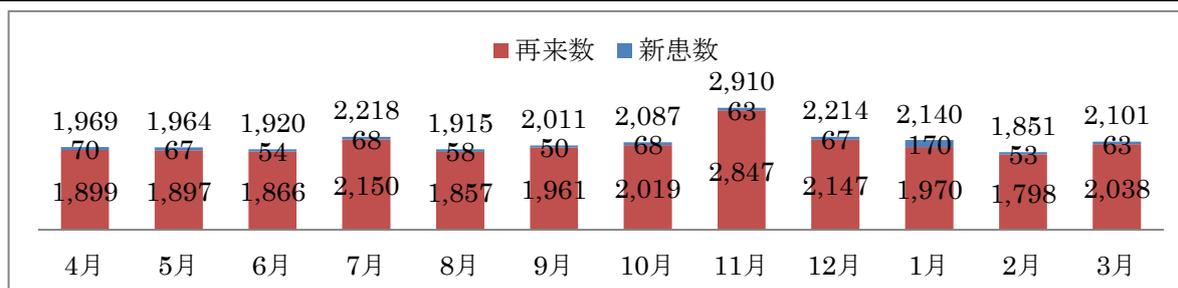
【脳神経外科】

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
新患数	294	278	265	343	368	314	337	295	290	298	263	204
再来数	2,930	2,890	2,975	2,856	3,000	3,049	3,082	2,750	2,964	2,697	2,455	2,911
患者合計	3,224	3,168	3,240	3,199	3,368	3,363	3,419	3,045	3,254	2,995	2,718	3,115



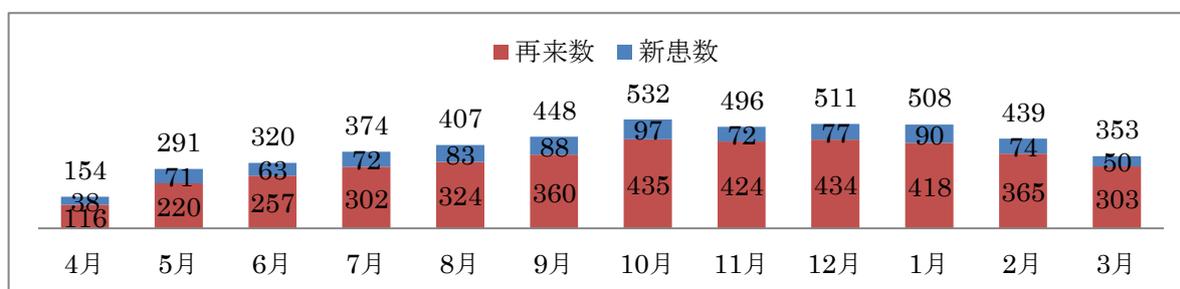
【循環器内科】

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
新患数	70	67	54	68	58	50	68	63	67	170	53	63
再来数	1,899	1,897	1,866	2,150	1,857	1,961	2,019	2,847	2,147	1,970	1,798	2,038
患者合計	1,969	1,964	1,920	2,218	1,915	2,011	2,087	2,910	2,214	2,140	1,851	2,101



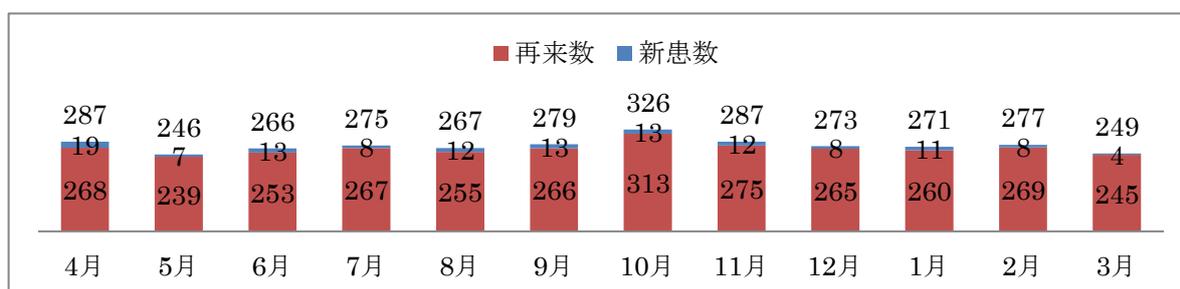
【整形外科】

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
新患者数	38	71	63	72	83	88	97	72	77	90	74	50
再来患者数	116	220	257	302	324	360	435	424	434	418	365	303
患者合計	154	291	320	374	407	448	532	496	511	508	439	353



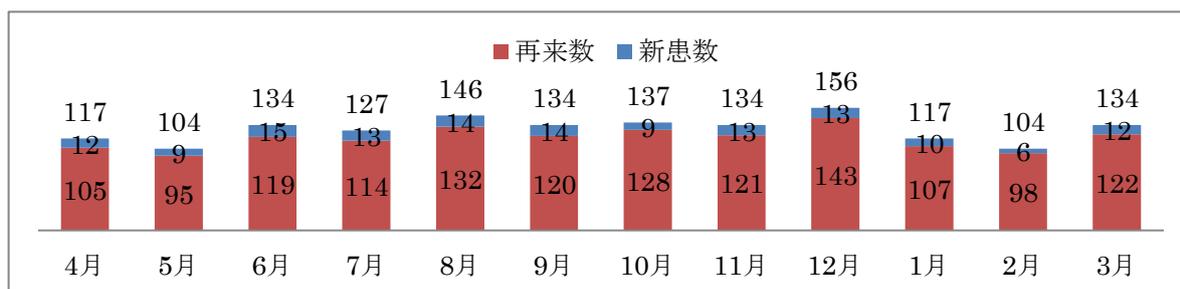
【ペイン】

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
新患者数	19	7	13	8	12	13	13	12	8	11	8	4
再来患者数	268	239	253	267	255	266	313	275	265	260	269	245
患者合計	287	246	266	275	267	279	326	287	273	271	277	249



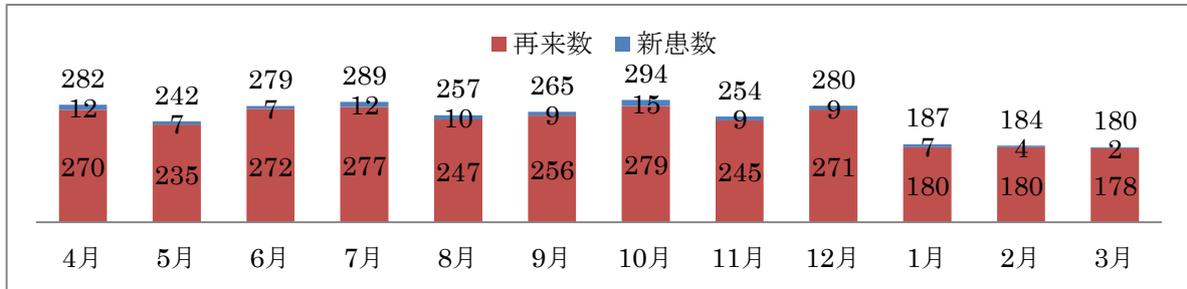
【形成外科】

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
新患者数	12	9	15	13	14	14	9	13	13	10	6	12
再来患者数	105	95	119	114	132	120	128	121	143	107	98	122
患者合計	117	104	134	127	146	134	137	134	156	117	104	134



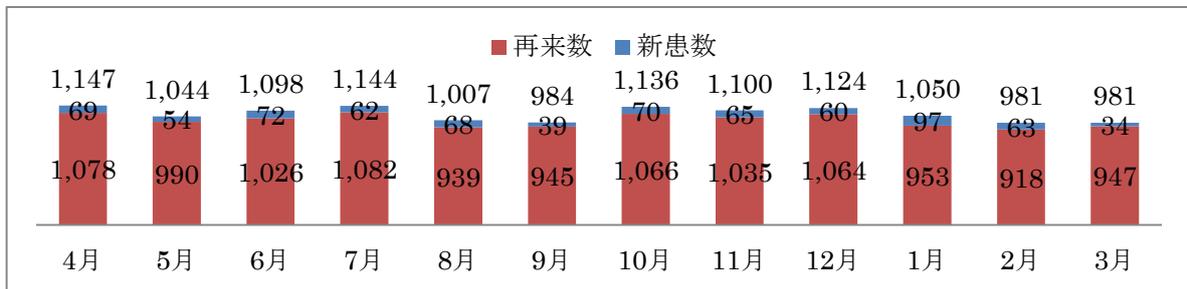
【神経内科】

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
新患者数	12	7	7	12	10	9	15	9	9	7	4	2
再来数	270	235	272	277	247	256	279	245	271	180	180	178
患者合計	282	242	279	289	257	265	294	254	280	187	184	180



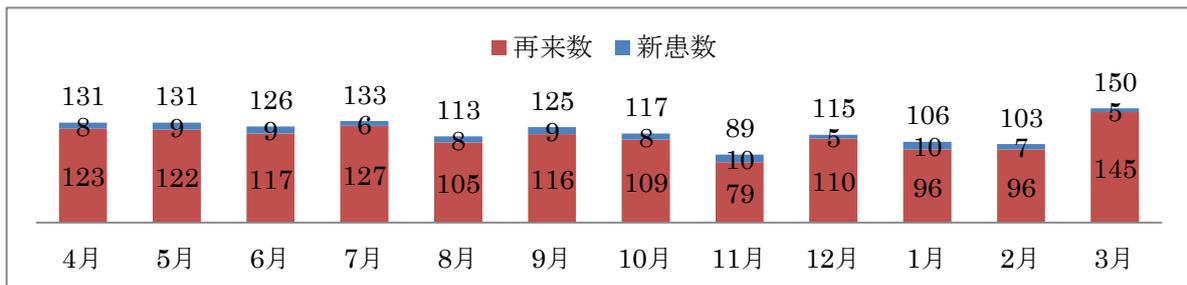
【消化器内科】

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
新患者数	69	54	72	62	68	39	70	65	60	97	63	34
再来数	1,078	990	1,026	1,082	939	945	1,066	1,035	1,064	953	918	947
患者合計	1,147	1,044	1,098	1,144	1,007	984	1,136	1,100	1,124	1,050	981	981



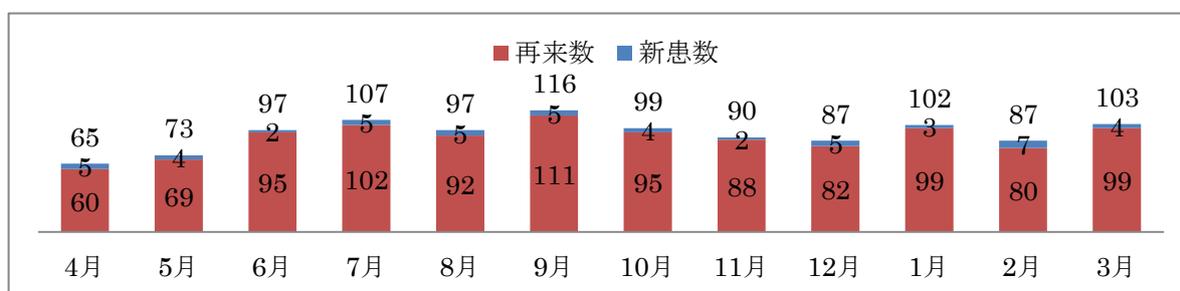
【心臓血管外科】

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
新患者数	8	9	9	6	8	9	8	10	5	10	7	5
再来数	123	122	117	127	105	116	109	79	110	96	96	145
患者合計	131	131	126	133	113	125	117	89	115	106	103	150



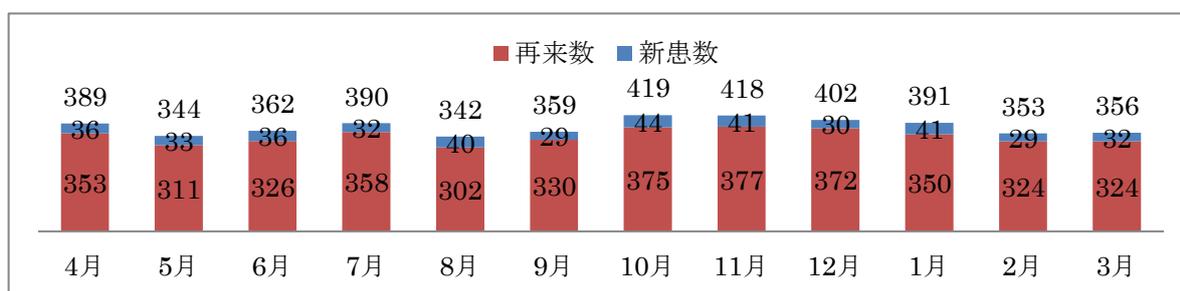
【消化器外科】

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
新患者数	5	4	2	5	5	5	4	2	5	3	7	4
再来患者数	60	69	95	102	92	111	95	88	82	99	80	99
患者合計	65	73	97	107	97	116	99	90	87	102	87	103



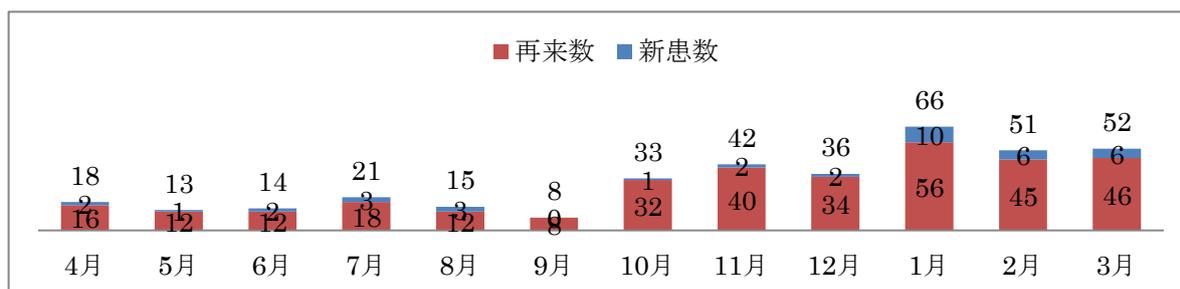
【頭頸科】

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
新患者数	36	33	36	32	40	29	44	41	30	41	29	32
再来患者数	353	311	326	358	302	330	375	377	372	350	324	324
患者合計	389	344	362	390	342	359	419	418	402	391	353	356



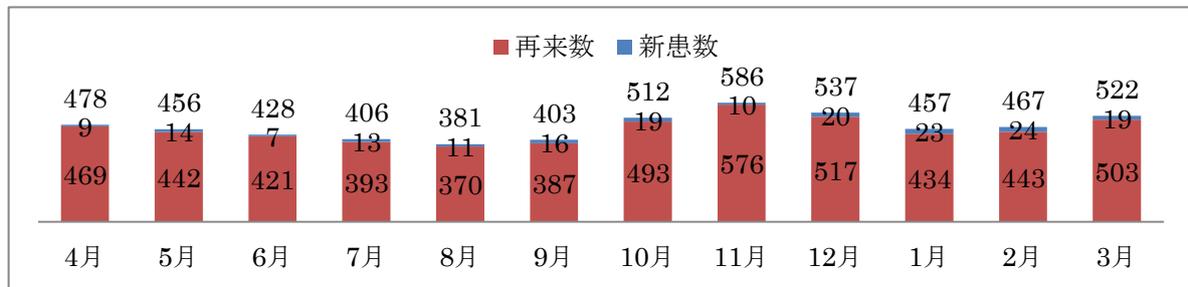
【乳腺外科】

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
新患者数	2	1	2	3	3	0	1	2	2	10	6	6
再来患者数	16	12	12	18	12	8	32	40	34	56	45	46
患者合計	18	13	14	21	15	8	33	42	36	66	51	52



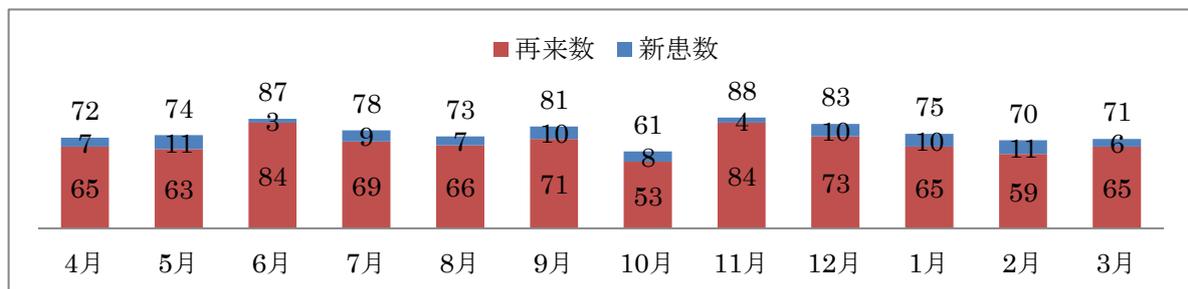
【放射線治療科】

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
新患者数	9	14	7	13	11	16	19	10	20	23	24	19
再来数	469	442	421	393	370	387	493	576	517	434	443	503
患者合計	478	456	428	406	381	403	512	586	537	457	467	522



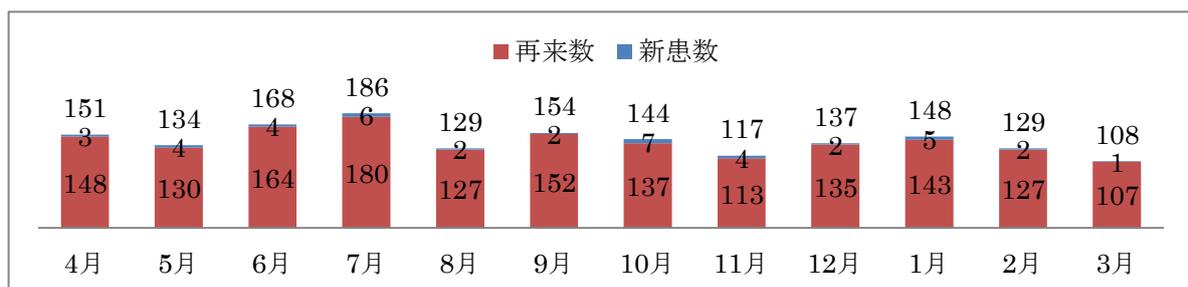
【婦人科】

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
新患者数	7	11	3	9	7	10	8	4	10	10	11	6
再来数	65	63	84	69	66	71	53	84	73	65	59	65
患者合計	72	74	87	78	73	81	61	88	83	75	70	71



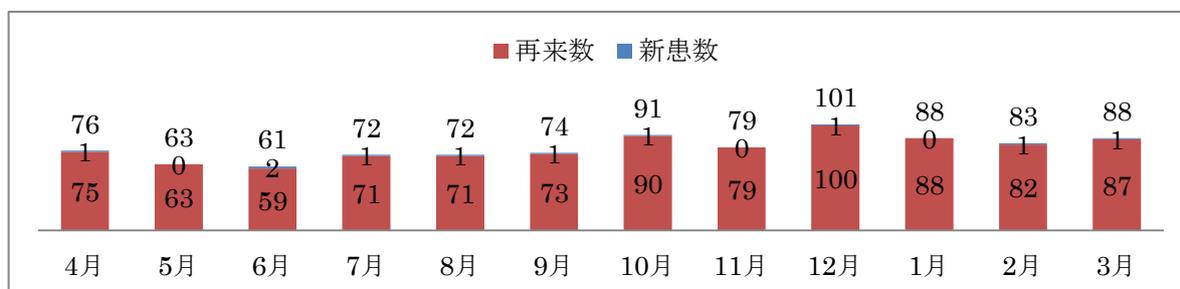
【脳神経外科脊椎】

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
新患者数	3	4	4	6	2	2	7	4	2	5	2	1
再来数	148	130	164	180	127	152	137	113	135	143	127	107
患者合計	151	134	168	186	129	154	144	117	137	148	129	108



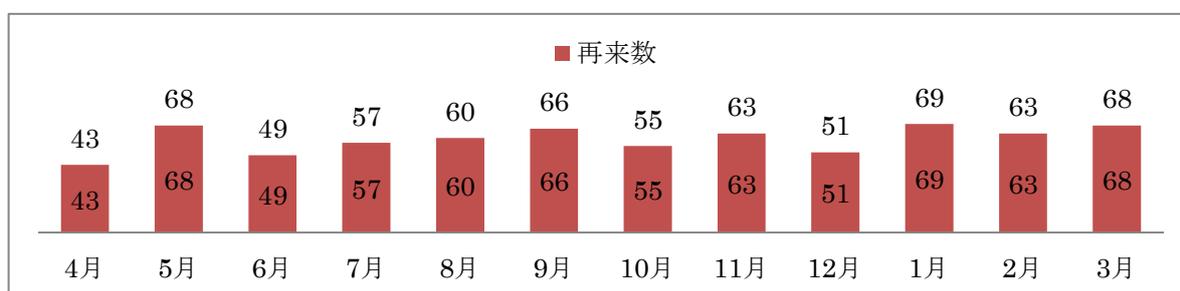
【糖尿病内科】

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
新患者数	1	0	2	1	1	1	1	0	1	0	1	1
再来数	75	63	59	71	71	73	90	79	100	88	82	87
患者合計	76	63	61	72	72	74	91	79	101	88	83	88



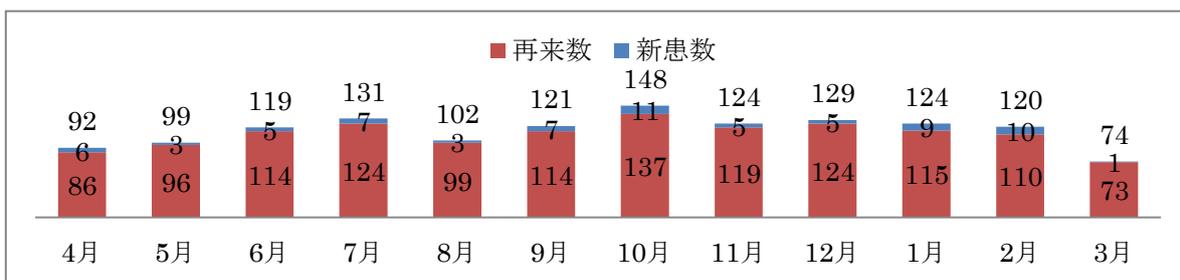
【病理診断科】

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
新患者数	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
再来数	43	68	49	57	60	66	55	63	51	69	63	68
患者合計	43	68	49	57	60	66	55	63	51	69	63	68



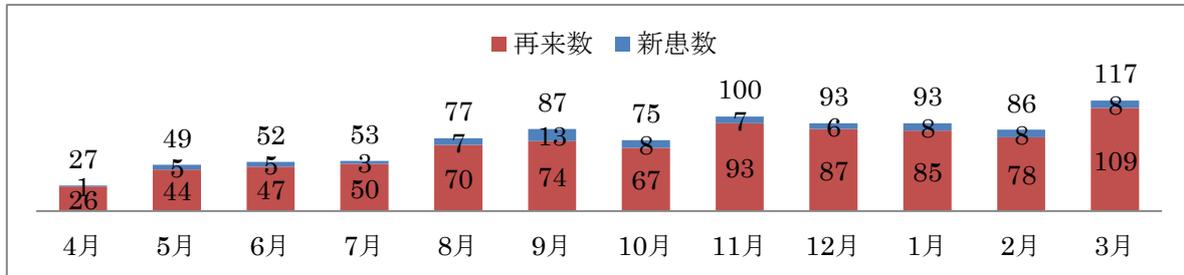
【呼吸器内科】

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
新患者数	6	3	5	7	3	7	11	5	5	9	10	1
再来数	86	96	114	124	99	114	137	119	124	115	110	73
患者合計	92	99	119	131	102	121	148	124	129	124	120	74



【泌尿器科】

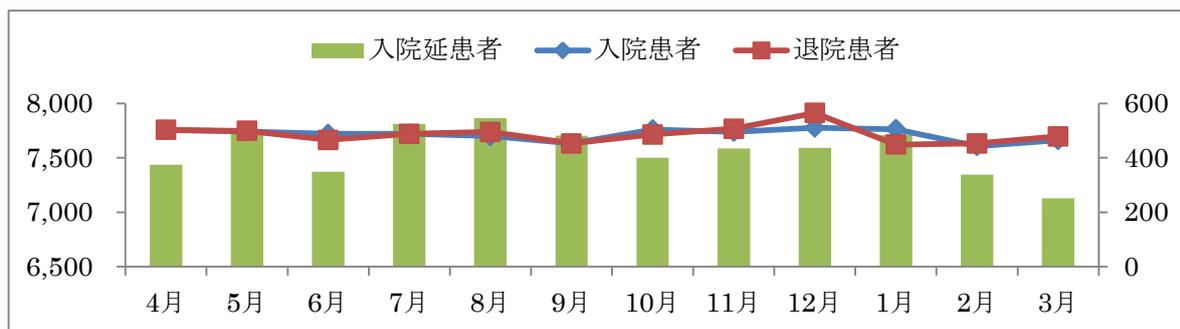
	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
新患者数	1	5	5	3	7	13	8	7	6	8	8	8
再来患者数	26	44	47	50	70	74	67	93	87	85	78	109
患者合計	27	49	52	53	77	87	75	100	93	93	86	117



2) 入院患者

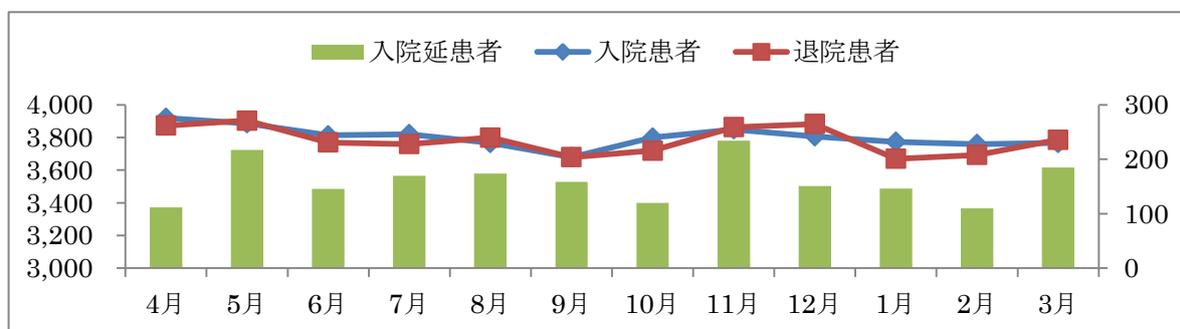
【病院全体】

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
入院患者	503	497	488	488	480	453	504	496	511	505	443	465
退院患者	503	499	466	488	495	453	486	507	565	449	453	479
入院延患者	7,436	7,752	7,373	7,811	7,864	7,703	7,501	7,587	7,593	7,709	7,346	7,130



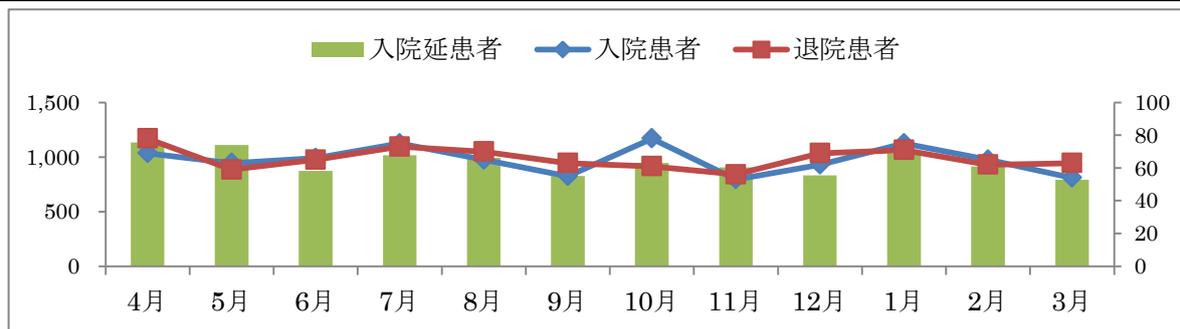
【脳神経外科】

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
入院患者	276	266	244	246	230	204	240	255	242	232	228	230
退院患者	262	271	231	228	240	204	216	259	265	201	208	236
入院延患者	3,372	3,725	3,486	3,565	3,579	3,528	3,400	3,780	3,504	3,487	3,366	3,616



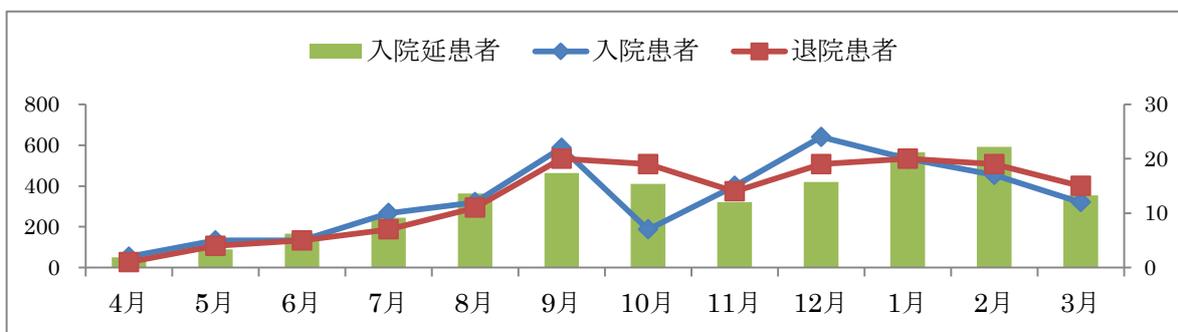
【循環器内科】

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
入院患者	69	63	66	75	65	55	78	53	62	75	65	54
退院患者	78	59	65	73	70	63	61	56	69	71	62	63
入院延患者	1,135	1,109	873	1,017	992	826	947	907	833	1,033	915	791



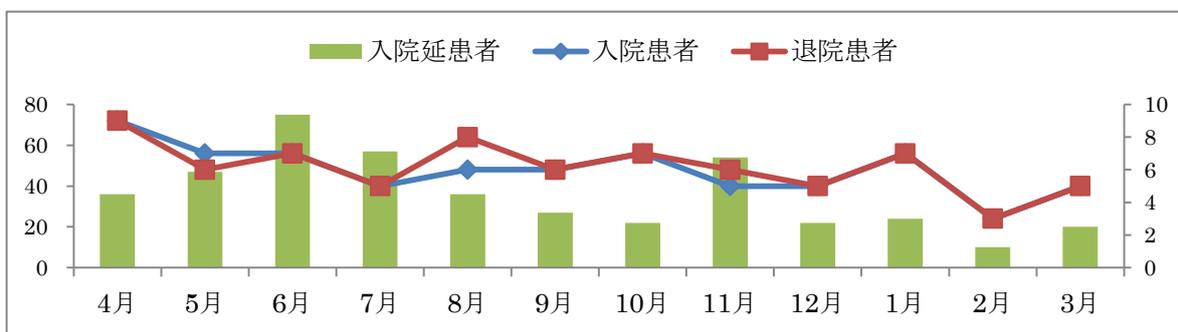
【整形外科】

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
入院患者	2	5	5	10	12	22	7	15	24	20	17	12
退院患者	1	4	5	7	11	20	19	14	19	20	19	15
入院延患者	50	89	167	244	363	463	410	321	420	565	591	354



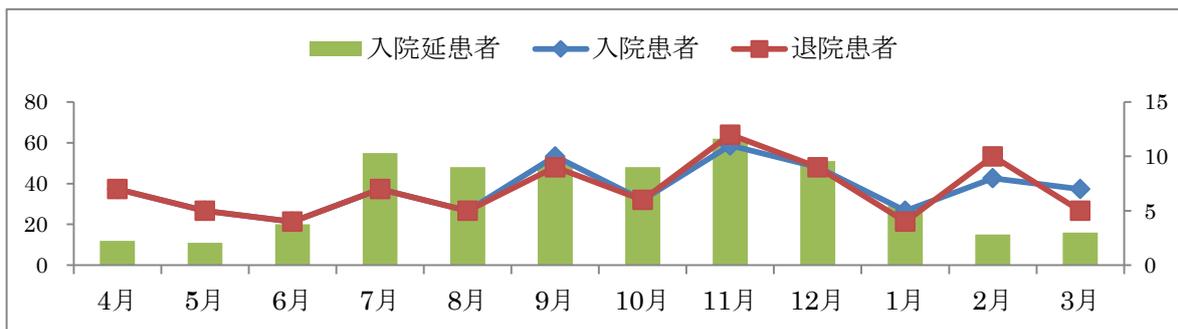
【ペイン】

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
入院患者	9	7	7	5	6	6	7	5	5	7	3	5
退院患者	9	6	7	5	8	6	7	6	5	7	3	5
入院延患者	36	47	75	57	36	27	22	54	22	24	10	20



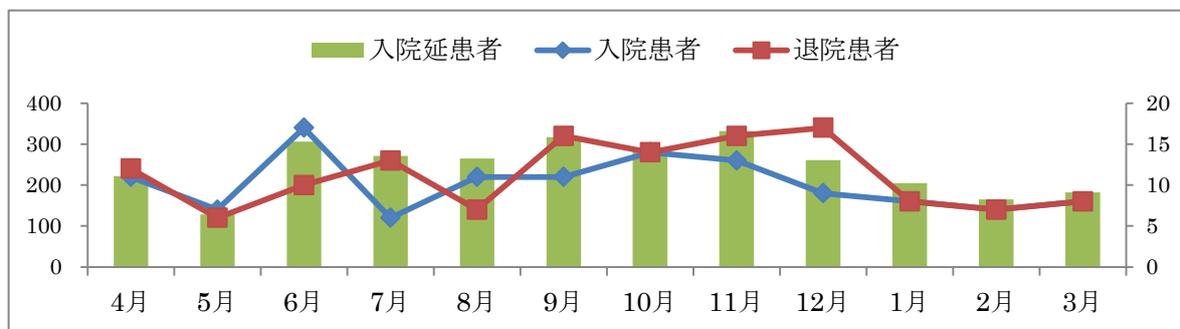
【形成外科】

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
入院患者	7	5	4	7	5	10	6	11	9	5	8	7
退院患者	7	5	4	7	5	9	6	12	9	4	10	5
入院延患者	12	11	20	55	48	49	48	62	51	29	15	16



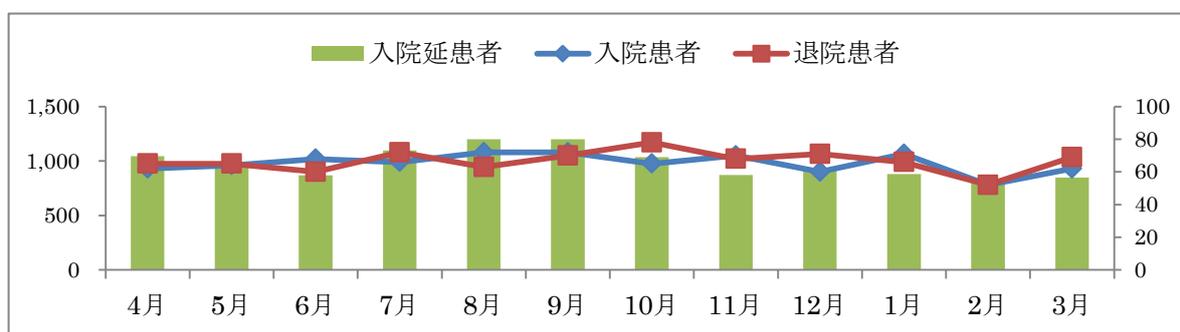
【神経内科】

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
入院患者	11	7	17	6	11	11	14	13	9	8	7	8
退院患者	12	6	10	13	7	16	14	16	17	8	7	8
入院延患者	222	128	306	271	265	317	291	332	261	205	165	182



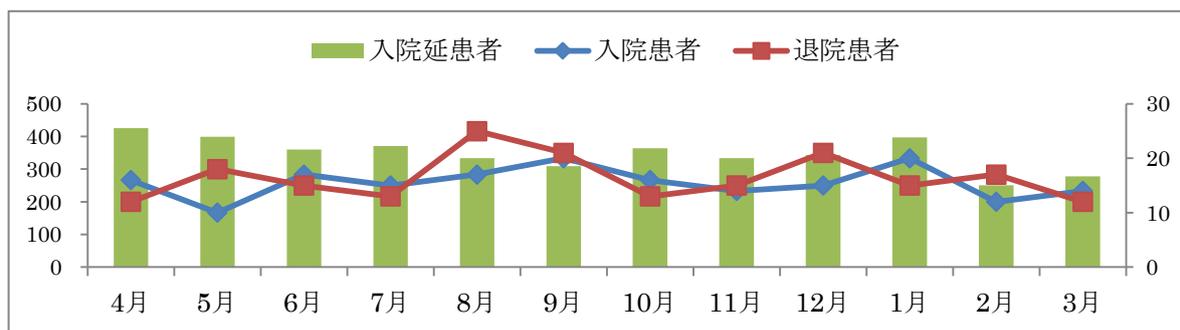
【消化器内科】

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
入院患者	62	64	68	66	72	72	65	70	60	71	52	62
退院患者	65	65	60	72	63	70	78	68	71	66	52	69
入院延患者	1,046	952	870	1,099	1,200	1,201	1,037	872	913	880	818	847



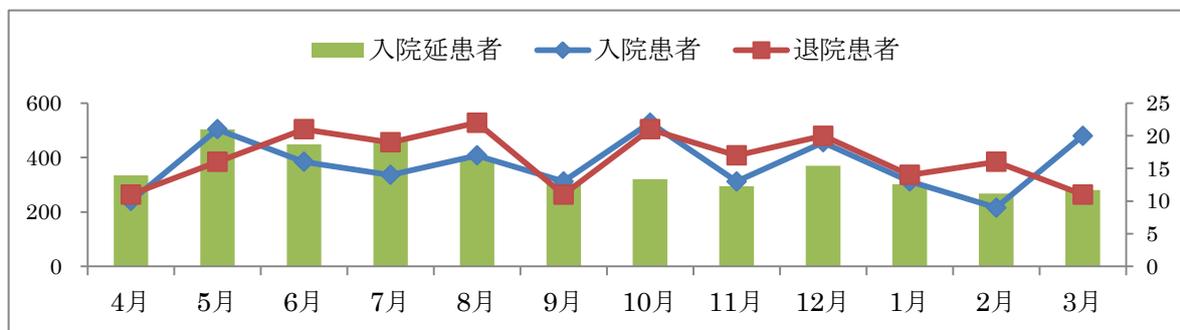
【心臓血管外科】

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
入院患者	16	10	17	15	17	20	16	14	15	20	12	14
退院患者	12	18	15	13	25	21	13	15	21	15	17	12
入院延患者	426	399	360	371	334	309	364	334	343	397	251	278



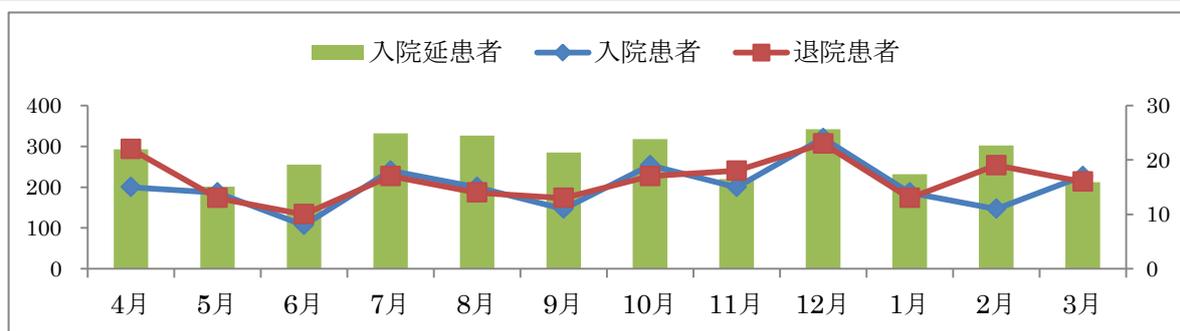
【消化器外科】

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
入院患者	10	21	16	14	17	13	22	13	19	13	9	20
退院患者	11	16	21	19	22	11	21	17	20	14	16	11
入院延患者	335	504	449	462	394	305	321	295	370	302	268	281



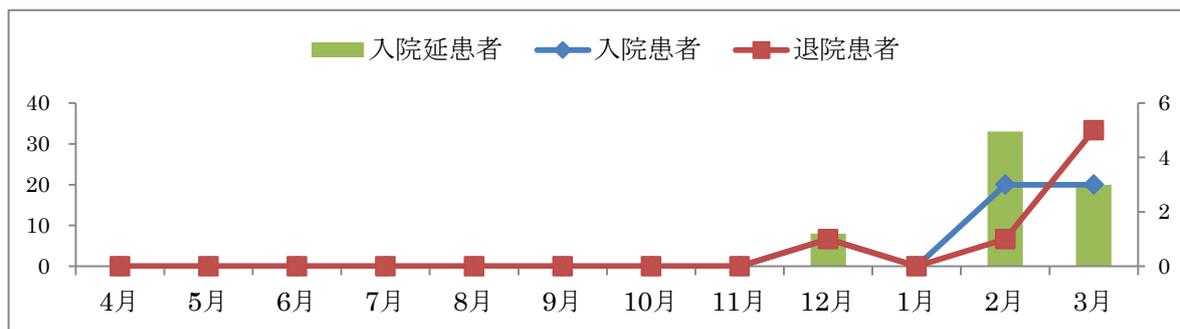
【頭頸科】

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
入院患者	15	14	8	18	15	11	19	15	24	14	11	17
退院患者	22	13	10	17	14	13	17	18	23	13	19	16
入院延患者	293	201	255	332	326	285	318	220	342	232	302	212



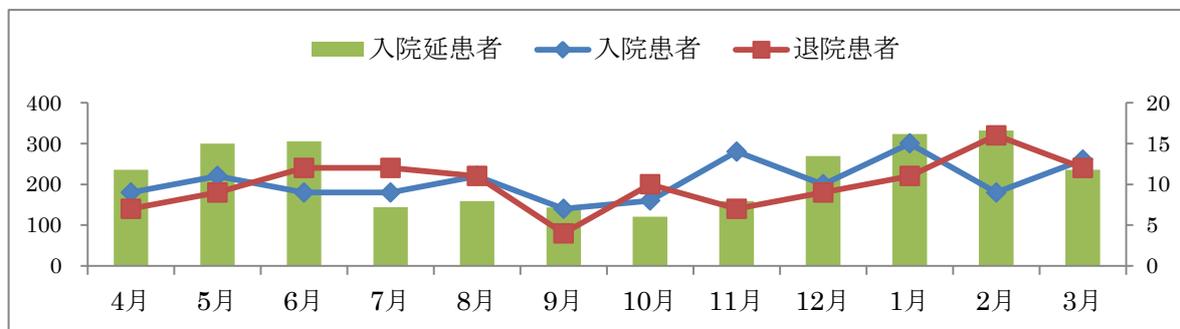
【乳腺外科】

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
入院患者	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	3	3
退院患者	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	5
入院延患者	0	0	0	0	0	0	0	0	8	0	33	20



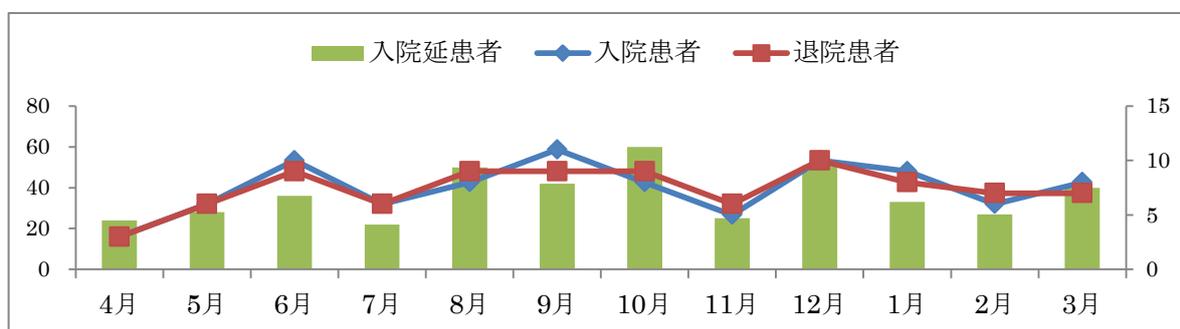
【放射線治療科】

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
入院患者	9	11	9	9	11	7	8	14	10	15	9	13
退院患者	7	9	12	12	11	4	10	7	9	11	16	12
入院延患者	236	300	305	144	159	143	121	159	269	323	332	236



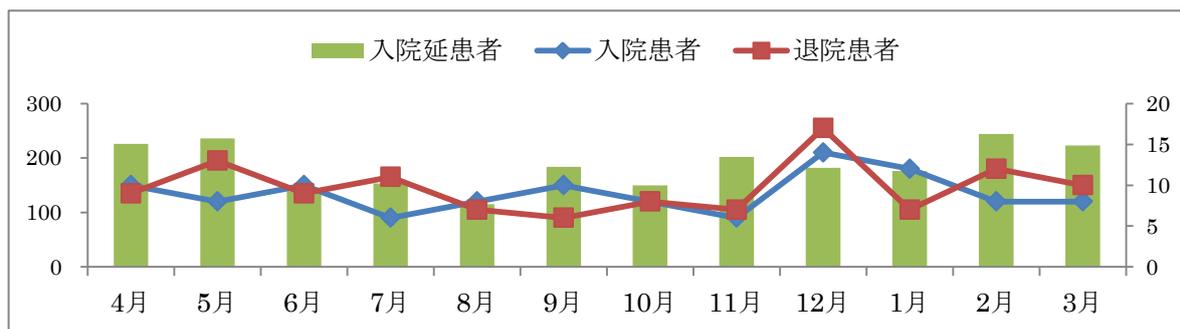
【婦人科】

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
入院患者	3	6	10	6	8	11	8	5	10	9	6	8
退院患者	3	6	9	6	9	9	9	6	10	8	7	7
入院延患者	24	28	36	22	50	42	60	25	51	33	27	40



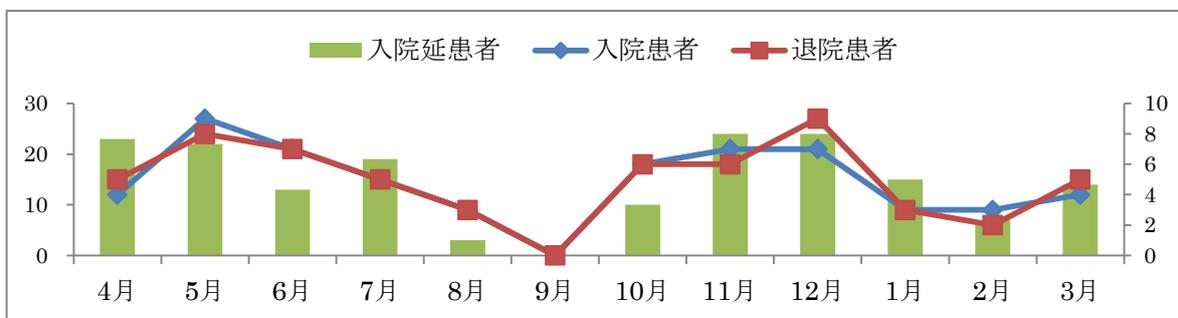
【脳神経外科脊椎】

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
入院患者	10	8	10	6	8	10	8	6	14	12	8	8
退院患者	9	13	9	11	7	6	8	7	17	7	12	10
入院延患者	226	236	139	153	115	184	150	202	182	176	244	223



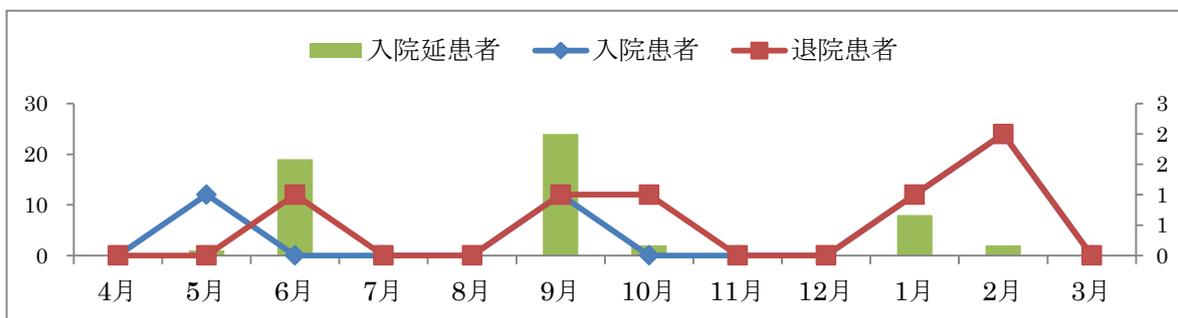
【呼吸器内科】

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
入院患者	4	9	7	5	3	0	6	7	7	3	3	4
退院患者	5	8	7	5	3	0	6	6	9	3	2	5
入院延患者	23	22	13	19	3	0	10	24	24	15	7	14



【泌尿器科】

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
入院患者	0	1	0	0	0	1	0	0	0	1	2	0
退院患者	0	0	1	0	0	1	1	0	0	1	2	0
入院延患者	0	1	19	0	0	24	2	0	0	8	2	0



3) 病棟実績

【病院全体】

	分類	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	計
4階 SCU (21床)	入院	75	74	62	66	63	62	63	71	77	77	69	79	838
	退院	1	5	6	14	8	11	6	8	15	10	5	10	99
	延	540	646	629	646	645	626	650	628	646	647	602	640	7,545
5階病棟 (60床)	入院	147	148	143	155	148	138	146	131	144	124	122	108	1,654
	退院	130	125	117	115	133	95	95	76	101	71	96	90	1,244
	延	1,669	1,719	1,640	1,720	1,707	1,692	1,713	1,713	1,709	1,742	1,640	1,706	20,370
6階東病棟 (49床)	入院	70	82	78	79	73	64	69	76	86	84	65	81	907
	退院	99	108	96	117	104	83	98	110	106	83	70	84	1,158
	延	1,308	1,358	1,247	1,319	1,361	1,347	1,280	1,348	1,354	1,373	1,332	1,270	15,897
6階西病棟 (46床)	入院	83	89	83	78	83	86	99	103	88	102	82	89	1,065
	退院	78	77	71	71	73	70	84	89	92	97	92	91	985
	延	1,272	1,260	1,277	1,328	1,368	1,330	1,254	1,241	1,274	1,280	1,212	1,177	15,273
7階東病棟 (49床)	入院	107	91	102	100	99	92	110	100	106	105	95	97	1,204
	退院	94	81	99	100	103	106	93	103	116	82	102	104	1,183
	延	1,332	1,355	1,248	1,397	1,392	1,348	1,325	1,333	1,314	1,400	1,311	1,185	15,940
7階西病棟 (46床)	入院	16	13	20	10	14	11	17	15	10	15	10	12	163
	退院	101	103	77	71	74	88	110	121	135	106	88	101	1,175
	延	1,315	1,414	1,332	1,401	1,391	1,360	1,279	1,324	1,296	1,267	1,249	1,152	15,780
全体 (271床)	入院	498	497	488	488	480	453	504	496	511	507	443	466	5,831
	退院	503	499	466	488	495	453	486	507	565	449	453	480	5,844
	延	7,436	7,752	7,373	7,811	7,864	7,703	7,501	7,587	7,593	7,709	7,346	7,130	90,805

※2020年3月末時点の稼働病床数

【病棟別平均在院日数】

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	計
4階 SCU	14.2	16.4	18.5	16.2	18.2	17.2	18.8	15.9	14.0	14.9	16.3	14.4	16.1
5階病棟	12.1	12.6	12.6	12.7	12.1	14.5	14.2	16.6	14.0	17.9	15.0	17.2	14.1
6階東病棟	15.5	14.3	14.3	13.5	15.4	18.3	15.3	14.5	14.1	16.4	19.7	15.4	15.4
6階西病棟	15.8	15.2	16.6	17.8	17.5	17.1	13.7	12.9	14.2	12.9	13.9	13.1	14.9
7階東病棟	13.3	15.8	12.4	14.0	13.8	13.6	13.1	13.1	11.8	15.0	13.3	11.8	13.4
7階西病棟	22.5	24.4	27.5	34.6	31.6	27.5	20.1	19.5	17.9	20.9	25.5	20.4	23.6
全体	14.9	15.6	15.5	16.0	16.1	17.0	15.2	15.1	14.1	16.1	16.4	15.1	15.6

4) 救急実績

【外来】

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	計
救急車	66	69	78	104	108	113	125	124	129	142	95	85	1,238
Walk-in	169	243	185	221	274	240	220	189	221	416	165	130	2,673
計	235	312	263	325	382	353	345	313	350	558	260	215	3,911

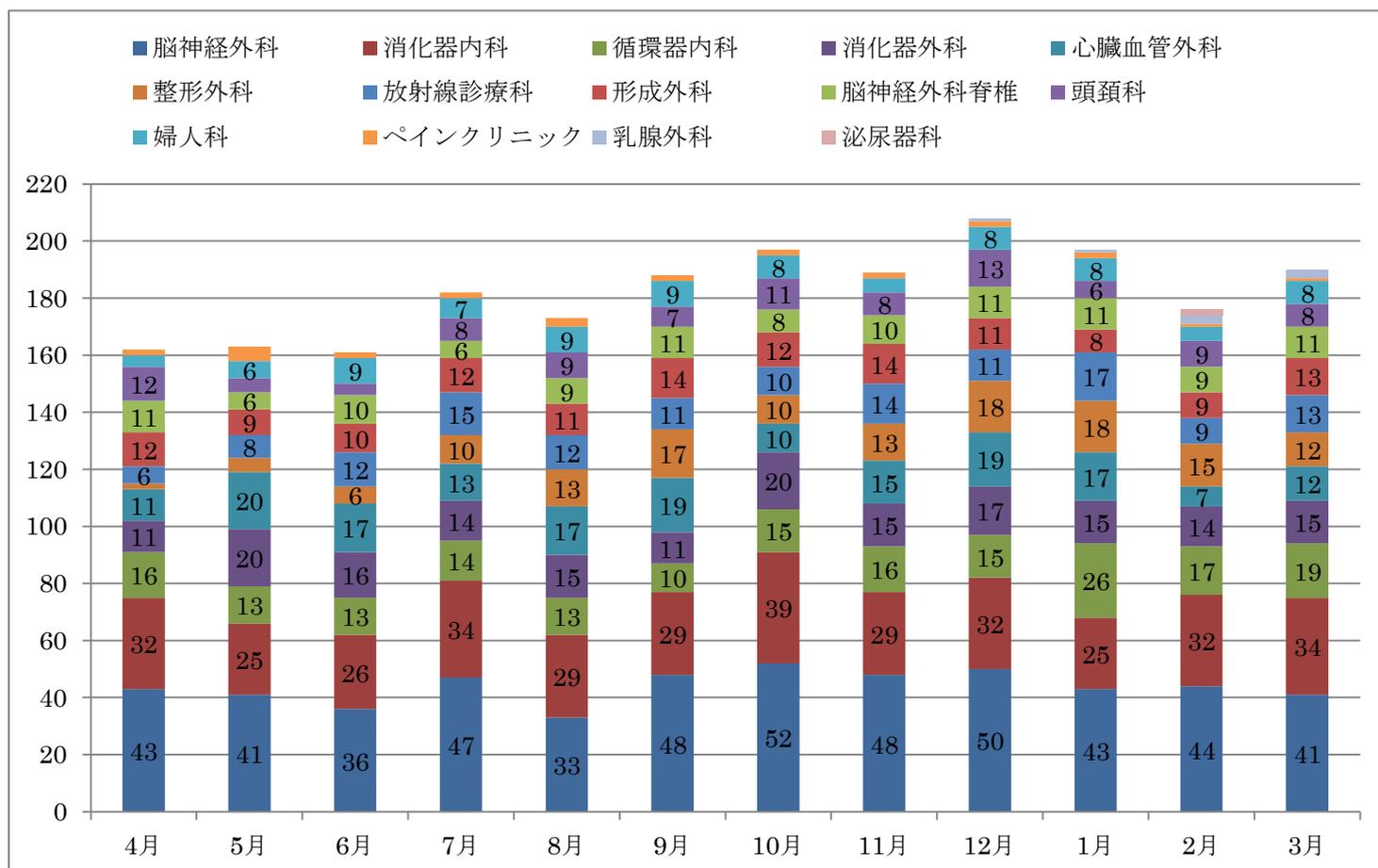
【入院】

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	計
救急車	156	174	158	161	173	163	150	165	190	170	165	171	1,996
Walk-in	51	49	38	46	30	34	50	44	36	54	52	34	518
計	207	223	196	207	203	197	200	209	226	224	217	205	2,514

5) 手術実績

【手術件数(術場外 AG 室、内視鏡室、外来処置室を含む)】

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	計
脳神経外科	43	41	36	47	33	48	52	48	50	43	44	41	526
消化器内科	32	25	26	34	29	29	39	29	32	25	32	34	366
循環器内科	16	13	13	14	13	10	15	16	15	26	17	19	187
消化器外科	11	20	16	14	15	11	20	15	17	15	14	15	183
心臓血管外科	11	20	17	13	17	19	10	15	19	17	7	12	177
整形外科	2	5	6	10	13	17	10	13	18	18	15	12	139
放射線診療科	6	8	12	15	12	11	10	14	11	17	9	13	138
形成外科	12	9	10	12	11	14	12	14	11	8	9	13	135
脳神経外科脊椎	11	6	10	6	9	11	8	10	11	11	9	11	113
頭頸科	12	5	4	8	9	7	11	8	13	6	9	8	100
婦人科	4	6	9	7	9	9	8	5	8	8	5	8	86
ペインクリニック	2	5	2	2	3	2	2	2	2	2	1	1	26
乳腺外科									1	1	3	3	8
泌尿器科											2		2
計	162	163	161	182	173	188	197	189	208	197	176	190	2,186



【主要算定手技】

医事算定手技	計
内視鏡的大腸ポリープ・粘膜切除術	216
脳動脈瘤頸部クリッピング	195
経皮的冠動脈ステント留置術	80
慢性硬膜下血腫穿孔洗浄術	76
脊椎固定術、脊椎固定術、椎弓切除術	68
皮膚、皮下腫瘍摘出術	57
経皮的カテーテル心筋焼灼術	57
四肢の血管拡張術・血栓除去術	56
抗悪性腫瘍剤静脈内持続注入用植込型カテーテル設置	39
頭蓋内腫瘍摘出術（その他）	38
血管塞栓術（頭部、胸腔、腹腔内血管等）（その他）	31
経皮的脳血栓回収術	31
中心静脈注射用植込型カテーテル設置	29
内視鏡的消化管止血術	29
ステントグラフト内挿術（腹部大動脈）	29
内視鏡的胆道ステント留置術	28
骨折観血的手術（大腿）	26
動脈血栓内膜摘出術（内頸動脈）	25
鼠径ヘルニア手術	25
腹腔鏡下胆嚢摘出術	22

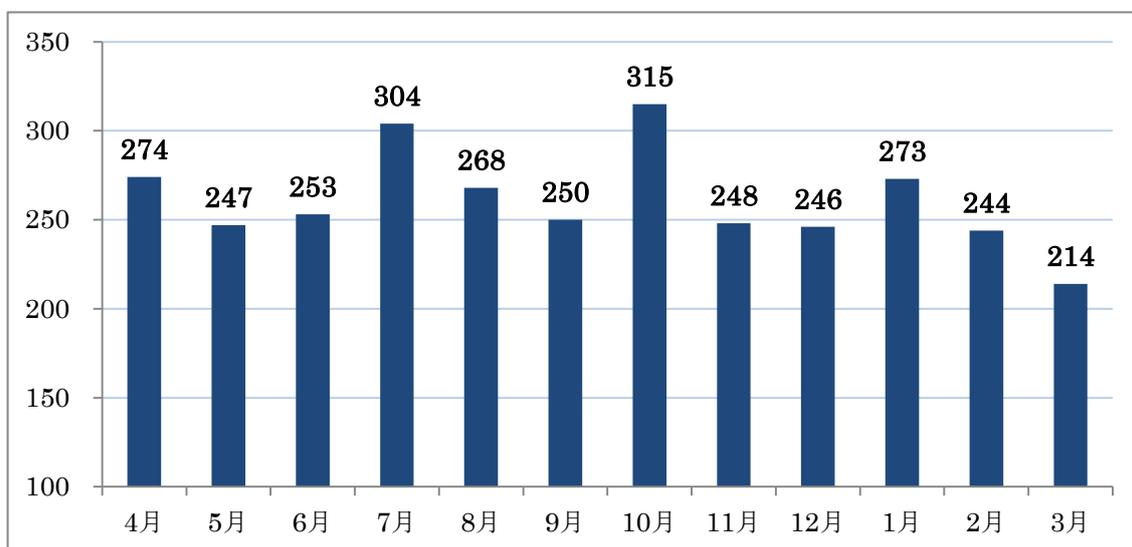
【術場外検査等実績】

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	計
AG	5	7	7	7	4	4	9	7	6	7	3	8	74
BOT	0	0	0	0	0	1	3	1	0	0	0	0	5
CAG	10	7	15	21	12	10	8	9	6	7	12	6	123
EPS	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
下肢造影	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
右心カテ	2	1	0	1	0	1	1	0	0	0	0	1	7
GTF	131	150	143	152	135	128	143	149	135	126	64	116	1,572
CF	74	84	72	63	77	59	42	59	75	64	68	66	803

6) 紹介・逆紹介実績

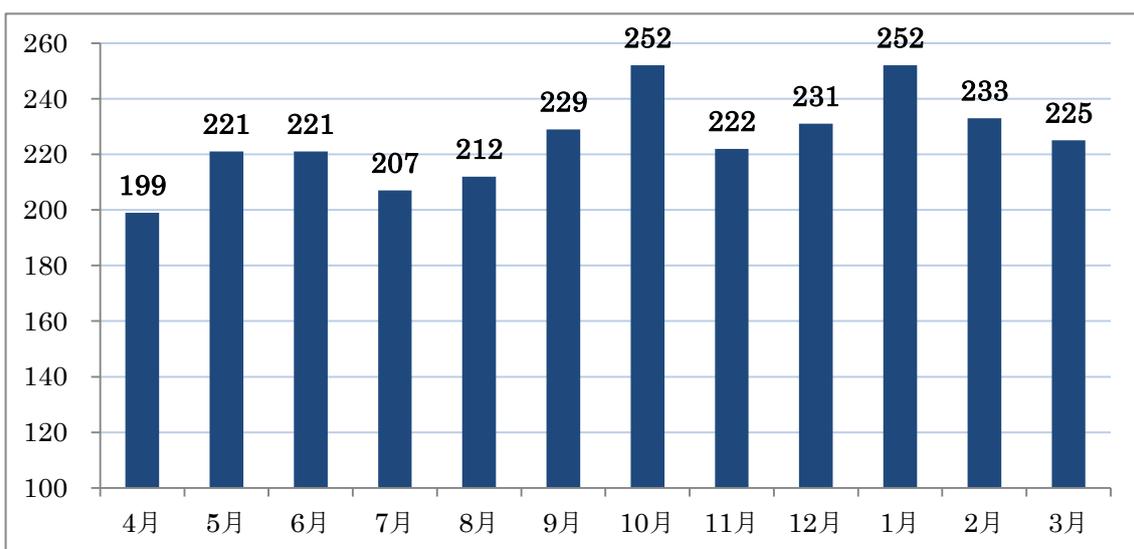
【紹介患者数】

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	計
脳神経外科	108	85	91	104	104	80	108	87	79	91	68	67	1,072
救急	26	20	25	40	23	29	39	29	30	34	25	36	356
循環器内科	36	26	24	43	32	23	34	23	22	29	30	19	341
消化器内科	24	25	28	26	22	25	29	34	25	29	32	14	313
頭頸部外科	27	24	21	22	22	21	28	23	21	26	22	24	281
放射線治療科	14	16	10	21	12	12	19	11	19	17	20	19	190
神経内科	10	10	8	9	16	12	17	10	7	8	4	6	117
ペインクリニック	8	9	14	7	9	5	9	9	7	9	7	7	100
整形外科	4	6	7	5	8	9	5	4	5	4	7	1	65
心臓血管外科	2	5	6	4	2	4	5	2	6	4	4	5	49
婦人科	2	4		4	5	5	4	1	4	3	5	2	39
脳神経外科脊椎	2	5	5	5	2	4	5	3	2	2	2	1	38
形成外科	3	3	3	4	2	4	3	2	4	4	2	2	36
呼吸器内科	5	3	1	3	3	3	1	2	4	2	4		31
泌尿器科	1	1	1	2	2	6		4	2	3	3	2	27
消化器外科	1	3	1	3	2	1	5		3	2	2	4	27
糖尿病内科	1		4	2	1	3	2	1	2	1	2		19
乳腺外科			1		1		2		3	4	3	2	16
腫瘍内科		1	3			1		2			1	1	9
放射線診療科						3		1		1	1	1	7
放射線診断科		1							1			1	3
計	274	247	253	304	268	250	315	248	246	273	244	214	3,136



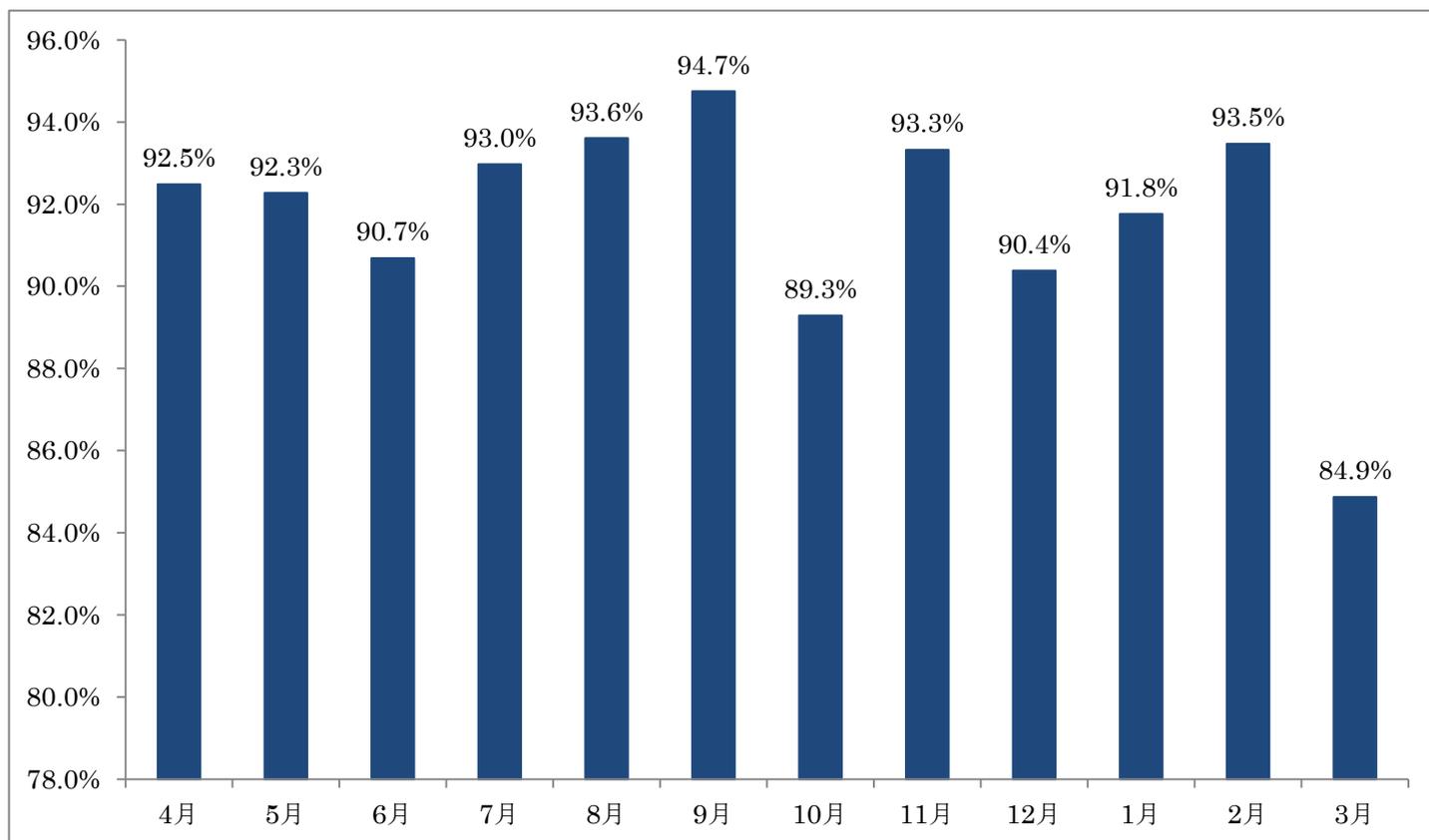
【逆紹介患者数】

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	計
脳神経外科	90	100	110	85	104	107	112	108	118	117	107	106	1,264
循環器内科	38	28	25	35	30	26	34	35	32	33	36	33	385
消化器内科	20	24	23	30	24	28	37	23	18	26	13	27	293
救急	13	19	18	21	14	14	11	13	12	29	18	26	208
神経内科	14	10	11	7	5	6	12	9	9	7	5	3	98
整形外科		3	2	5	8	12	9	7	13	11	15	6	91
頭頸部外科	6	10	6	2	7	9	5	6	7	4	8	3	73
放射線治療科	2	5	12	7	3	4	5		5	7	7	4	61
心臓血管外科	8	6	4	3	4	4	4	4	3	3	4	1	48
消化器外科	1	8	2	3	8	2	2	3	2	5	2	2	40
脳神経外科脊椎	1	3	1	3	2	5	5		4	1	6	3	34
泌尿器科	1	1	2		1	2	5	3		3	3	3	24
呼吸器内科	2	1	1	2	1	3	3	2	2	2	1	3	23
ペインクリニック			1	2		3	2	2		1	1	2	14
婦人科	1			1	1	2		3	1		2		11
糖尿病内科			2				1	2	1	2	2		10
形成外科		1	1	1		1	1	1	1	1	1		9
放射線診療科	1						2				2	2	7
乳腺外科	1	1				1		1	2			1	7
腫瘍内科		1					2		1				4
計	199	221	221	207	212	229	252	222	231	252	233	225	2,704



【稼働率】

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	年度平均
SCU	100.0%	99.2%	99.8%	99.2%	99.1%	99.4%	99.8%	99.7%	99.2%	99.4%	98.9%	98.3%	99.3%
一般病床	91.2%	90.0%	88.4%	91.1%	92.2%	93.4%	88.1%	92.1%	89.4%	91.6%	92.9%	84.4%	90.4%
地域包括	95.3%	99.2%	96.5%	98.2%	97.5%	98.6%	89.7%	95.9%	90.9%	88.8%	93.6%	80.8%	93.8%
全体	92.5%	92.3%	90.7%	93.0%	93.6%	94.7%	89.3%	93.3%	90.4%	91.8%	93.5%	84.9%	91.7%



部署紹介

看護部

看護部管理室及び各部署

【概要】

看護部職員数 2019年4月1日付 371名
(看護師310名、介護福祉士28名、看護事務4名、
補助者26名、歯科衛生士3名)

看護方式：受け持ち看護体制+チームナーシング

入院基本料算定病床

急性期一般入院料1 204床：7対1

特定入院料算定病床

脳卒中ケアユニット24床：常時3対1

地域包括ケアユニット46床：10対1

勤務体制：2交代制(一部で3交代勤務者在)

【看護部理念】

看護部は良質で患者・家族と共に考えることを基本とした、思いやりのある看護を提供する。

【看護部基本行動指針】

1. 安全、安楽を保証し、人格と権利を尊重した看護を提供する。
2. 患者さんを中心としたチーム医療の一員としての役割を果たす。
3. 地域と連携した継続看護の展開をする。
4. 人間性豊かな専門職業人を目指して自己啓発に努める。
5. 経済性を踏まえ、効率的な看護を提供する。

看護部長：中山日登美(認定看護管理者)

副看護部長：矢野優子(認定看護管理者)

家保美恵子(認定看護管理者)

専門看護師：がん看護 川瀬 文香

認定看護師

感染管理認定看護師：宮木未果、前田孝則

がん化学療法認定看護師：永井満里子

認知症認定看護師：奈良楨子

脳卒中リハビリテーション認定看護師：

黒沢侑司 清水政孝

皮膚排泄ケア認定看護師：高江洲 亜利沙

【2018年度の取り組み】

2018年度の重点目標

1. 看護職員の労働環境、業務改善、改革
2. チームの看護をリードする人材育成
3. 経営貢献
4. 継続看護の強化

取り組みについては、以下である。

1. 看護職員の労働環境、業務改善、改革

1) 質改善活動(小チーム活動)を行い、自分たちの労働環境改善に向けた取り組みを実施。前年度を越える14演題がエントリー、改善に向けて活発な意見交換ができた。

2018年度 QC 成果発表

テーマ	セクション・メンバー
患者オリエンテーションを見直そう！ -患者満足度調査からわかったこと-	陽子線治療センター 森岡未来・渡邊智子
コスト漏れ守れ -コストもれもれ-	7階西病棟 信太美穂・野呂麻珠・澤崎綾美
胃管の自己抜去がない日々を夢見て -申し送りを見直そう-	SCU 高橋杏沙・染川信幸・生野美佳
陰部洗浄・体位変換の取り組み -安全で質の高い業務の効率化に向けて-	6階西病棟 坪田美香子・阿羅裕見子 小倉理華・姉崎里紗
介助浴・ミスト浴の搬送の効率化について	7階西病棟 工藤友紀・喜多由紀子・須貝加津子・石山拓哉・清川智之
はっとして！Good -ヒヤリハットを消えない記憶へ-	6階東病棟 若本理恵・池上志穂・工藤悦子
苦痛で面倒な薬剤定数う確認を何とかしよう -もっと簡単に確認できるように-	救急 杉山大樹・水戸梓央 土田あゆみ
消化器特殊体位のツボを押さえる！！ -麻酔時間の短縮を目指して-	手術室 坂井あずさ・斎藤法子 ・勝田千裕
つなげよう！入院に対する思い -アンケートから見えた看護ケアに活かせる情報-	地域医療連携室 菅原ゆかり・佐藤美香
正しくゴミ分別できないのはなぜ -なんでも感染性廃棄物に入れない-	7階西病棟 藪島真里子・松田珠美・藤井里恵・松岡瑞希
夜勤から日勤への申し送り方法改善	5階病棟 川崎さやか・菅原美聡 有本悠華
そのナースコールは何を求めているのか！？ -離床センサー作動を減らすための取り組み-	7階東病棟 村木安奈・加藤真梨子 阿部舞子・牧野有紗
予約検査を遅らせない！ -ルート確保を見直そう-	外来 吉本愛・山崎静恵・関奈穂美真 柄美保子
それゆけ介護福祉士 -役割発揮の見える化-	6階東病棟 高橋力・渋谷信子

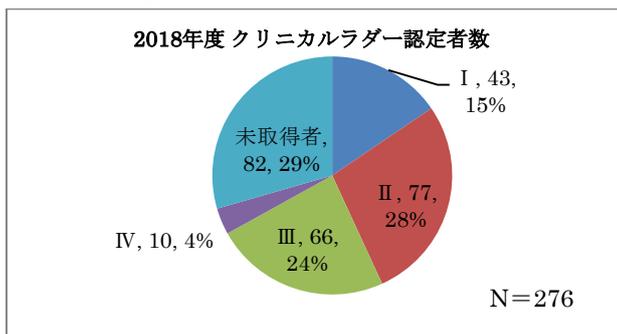


2. チームの看護をリードする人材育成

1) 「看護職のクリニカルラダー（日本看護協会版）」を基に当院の看護師教育のためのクリニカルラダーを見直し運用を開始した。

新人教育プログラムも改定し、よりきめ細やかな教育を実施できた。

新クリニカルラダーでは、203名が申請し、195名が認定された。



2) 学会・研修会・研究

学会・研修会など院外研修への参加を支援しており、多岐に渡る学会参加や院内外で研究発表を行っている。

○院内研修会

- ・新人看護師研修
年 20 回実施 延べ参加人数 853 名
- ・看護部主催研修
年 19 回実施 延べ参加人数 338 名

○院外研修会

- ・北海道看護協会主催研修 延べ参加人数 72 名
 - ・保健師助産師看護師実習指導講習会 1 名
 - 認定看護管理者教育課程ファーストレベル 2 名
 - 認定看護管理者教育課程セカンドレベル 1 名
 - 認定看護管理者教育課程サードレベル 1 名 など
 - ・その他主催研修 延べ参加人数 68 名
- 北海道病院学会主催

病院看護師のための認知症対応力向上研修

S・QUE 研究会主催

重症度、医療・看護必要度評価者 院内指導者研修

○学会

延べ参加人数 40 名、参加学会は以下である。

日本脳卒中学会、日本看護管理学会、日本環境感染学会、日本褥瘡学会、日本看護学会、日本がん看護学会、日本臨床腫瘍学会、日本手術看護学会、日本老年看護学会、日本パーキンソン病・日本介護学会・運動障害疾患学会、日本脳神経看護研究学会、北海道病院学会、北海道看護研究学会、

研究発表（院内） 8 演題

演題名	所属・研究者
スキルアップに関する外来看護師の意識調査 -外来看護師に求められる役割と学習基盤のある組織づくりを目指して-	外来 佐藤幸恵・加藤郁恵 佐藤禎子・佐々木美香
B病棟における看護師のタッチングの実施状況とその背景	6階西病棟 伊藤麻里・牧田裕香・吉成沙月・古館雄輝・重成湖由妃
脳卒中ケアユニット入室中における患者体験の実態について	SCU 谷本唯香
新たに取り入れた指導体制が新卒看護師に及ぼした影響と今後の課題	手術室 越野明佳
認知症を有するがん患者の退院後の生活を見据えた家族の体験	7階西病棟 大木万悠子
初発脳梗塞患者の健康管理に関する知識と実践内容	7階西病棟 山崎春佳
パーキンソン病の老老介護者が行っていた生活の工夫とその思い	7階西病棟 千葉恭子
卒後2年目看護師が直面している看護実践能力の現状と課題 -人工呼吸器装着患者の看護に着目して-	5階病棟 宇波春樹

研究発表（院外） 6 演題

学会名	演題名/発表者
第17回北海道病院学会	口腔ケアの質向上に向けた取り組み -OAGの導入と口腔ケアチームの活動- 清水政孝・永井満里子・高江洲亜利沙 前田孝則・本間美恵子
第17回北海道病院学会	地域包括ケア病棟における内服自己管理への取り組み -服薬能力判定試験(J-RACT)を用いた評価と課題 中川原英恵・野呂麻珠・曾根瑞穂
第17回北海道病院学会	地域包括ケア病棟における介護福祉士の患者受け持ち導入の取り組み 清川智之・工藤友紀・須貝加津子・石山拓哉
第49回日本看護学会 慢性期看護学術集会	パーキンソン病患者の服薬に関する認識 菫口亜寿紗
第60回全日本病院学会	退院後訪問を行った病棟看護師の体験 -急性期から退院した1事例を通して- 浅井静香
第60回全日本病院学会	口腔ケアの質向上に向けた取り組み -OAGの導入と口腔ケアチームの活動- 清水政孝・永井満里子・高江洲亜利沙 前田孝則・本間美恵子

3. 経営貢献

1) 脳卒中ケアユニット(SCU)18床を看護配置3対1で維持。

夜勤時間帯の看護配置を従来の看護師3名から4名とし、介護福祉士や看護補助者らと共に夜勤時間帯の安全な看護提供体制を整備した。

4. 継続看護の強化

1) 教育段階の各レベルに地域の視点を組み込んだ教育を実施。病院看護師が病院にとどまらず、法人内の老人保健施設、訪問看護ステーションでの看護を学ぶ法人内看護出向研修を開始。組織全体で地域包括ケアシステム推進に貢献できる人材の育成に取り組んだ。研修は、3名の看護師が出向し住み慣れた地域での生活を支える看護の意義・役割、必要性を考える機会となった。参加者が研修で学んだ知識・技術を実践で活かせることを期待したい。

更に、病院内では、法人内訪問看護ステーションの看護師と月2回病院内でカンファレンスを実施。

患者さんが安心して地域へ戻られるよう連携強化を図った。

地域看護研修プログラム

平成30年度 地域看護研修	
	平成30年9月7日
【目的】	1. 法人内において、急性期から在宅看護までの看護実践能力を備えた人材を育成する。 2. 訪問看護や老人保健施設での実践研修により在宅看護を学び、退院後の療養を見据えた退院支援力、在宅療養支援能力を養う。
【目標】	1. 在宅療養者・介護老人保健施設入所者及び家族の生活状況を理解し、その特性を述べる事ができる。 2. 訪問看護ステーション又は、介護老人保健施設での活動を通して、提供している機関のシステムと活動の特性を述べる事ができる。 3. 医療、福祉サービス等の関連職種との連携の重要性を理解し、チームの一員として行動できる。 4. 地域社会で生活する療養者及び家族の健康と生活に則した看護を実践できる。 5. 研修終了後、学んだ知識と技術を生かし、所属ふいよでの退院支援、在宅療養支援を実践することができる。
【研修場所】	1) 訪問看護ステーション 嶺心会東 2) 訪問看護ステーション 嶺心会北 3) 介護老人保健施設 ら・ばーす
【期間】	1) 2) 平成30年10月1日～12月31日 3) 平成30年10月1日～平成31年1月11日
【事前課題】	別紙の地域看護研修評価/体験チェックリストに自己課題を記載し、研修初日に持参する。
【事後課題】	事後レポート：提出期限は研修終了から1週間以内。 地域看護研修で、体験し学びえた事、新たな知見をA4 1枚に記載して所属長を通して、看護部矢野へ提出。 事後レポートは研修施設管理者にも提出するため期限厳守のこと。
	研修担当者：矢野

【2019年度の取組】

2019年度の重点目標

1. よりよい看護の為の働き方改革
2. チームをリードする看護管理者育成
3. 経営貢献
4. 継続看護の強化

取り組みについては、以下である。

1. よりよい看護の為の働き方改革

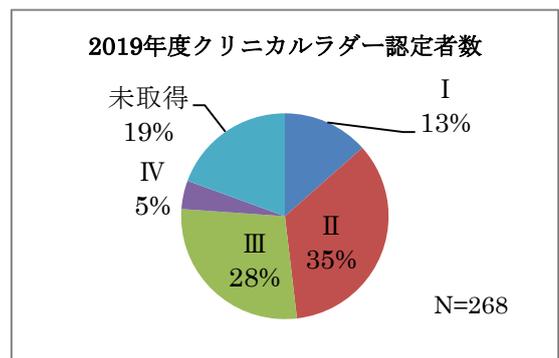
1) 質改善活動(小チーム活動)を継続して実施。看護部のみの活動から他部門との協働取組チームもあり、成果発表の場を設け、共有する機会とした。全11チームの取り組みテーマは以下記載。

2019年度 QC 成果発表

テーマ	セクション・メンバー
看護計画共有率上昇を目指して	5階病棟 堀口舞・清水政孝
業務改善活動	6階西病棟 喜多喜恵子・米澤みゆき・瀬戸里奈 高橋幸由梨・小倉理華・姉崎理紗
5Sへの取り組み -2019年まず3S目指して-	6階東病棟 工藤悦子・池上志穂・加古貴子
鋼製小物定数管理の取り組み	7階西病棟 石山拓哉
時間外業務削減に向けた取り組み -インスペが生まれた日-	7階東病棟 竹部綾香・羽原光江・阿部舞子・三田真琴・美濃佳奈子・堀内湖・古森若葉 吉田奈生
検査をスマートに	SCU・生理検査・放射線 成澤美樹・深井美沙・内海司昆 祥貴・小林亮太
朝一番の手術準備に対する 効果的な取り組み	手術室 長塚麻実・小岩えりか・佐久間紳 長尾春菜・西山直美
治療オリエンテーションに動画を導入！ -前立腺癌患者の理解向上と業務効率の改善を図る-	陽子線治療センター 渡辺智子・森岡未来
造影剤漏出時のフローチャート作成に取り組んで	外来 石尾由井
カテーテルアブレーションサラットと準備	救急 向山真理・長嶋梨花・三上加奈子
入退院受付における緊急入院手続き待ち時間 ZERO-スムーズな手続きをするために-	入退院支援室 菅原ゆかり・木村英恵

2. チームの看護をリードする看護管理者育成

1) 本年は新たに101名が看護実践能力評価のクリニカルラダーレベル認定に挑戦。結果、87名が認定され、次のステップに進むこととなった。



2) 新人看護師教育は、院内で延べ472名、現任教育プログラムにある研修への参加者は延べ371名参加した。院外への研修は、看護協会主催研修47名、他33名の計80名が参加した。

3) 病院での特定行為に係る看護師の教育に関して、推進するプロジェクトチームを立ち上げ、取り組みを進めていった。2019年12月に厚生局に申請、翌2月に研修施設としての認可を受けた。

4) 看護管理者の育成強化に向けて、日本看護協会から出されている「病院看護管理者のマネジメントラダー 日本看護協会版」を基に、看護管理者のマネジメントラダーを作成した。看護管理者の計画的かつ段階的に育成するための指標として活用する予定である。

札幌禎心会病院マネジメントラダー6つの能力の定義

能力	定義
組織管理能力	組織の方針を実現するために資源を活用し、看護組織をつくる力
質管理能力	患者の生命と生活、尊厳を尊重し、看護の質を組織として保証する力
人材育成能力	将来を見据えて看護人材を組織的に育成、支援する力
危機管理能力	予測されるリスクを回避し、安全を確保するとともに、危機的状況に陥った際に影響力を最小限に抑える力
対人関係能力	組織を活性化するため良好な人間関係を築く事ができる力
創造する能力	幅広い視野から組織の方向性を見出し、これまでにない新たな物を作り出そうと挑戦する力

5) 学会・研修会・研究

研究発表(院外) 10演題

学会名	演題名/発表者
日本脳神経看護研究学会 北海道地方部会研究発表	A病院深部静脈血栓スクリーニングによる評価と 深部静脈血栓発症の現状 黒澤侑司・清水政孝
第18回北海道病院学会	消化器特殊体位の習得・実践への取り組み -患者の身体的負担軽減を目指して- 坂井あずさ
第18回北海道病院学会	卒後2年目看護師が直面している看護実践能力 の現状と課題 宇波春樹
第18回北海道病院学会	B病棟における看護師のタッチングの 実施状況とその背景 伊藤麻里・牧田裕香・吉成沙月 古館雄輝・重成湖由妃
第61回全日本病院学会	卒後2年目看護師が直面している看護実践能力 の現状と課題 宇波春樹
日本手術看護学会	手術室内集合研修プログラムを受けた 新人看護師の思い 越野明佳・長尾春菜
第10回ICNJ北海道支部研修会	ICD-9-CM分類CRANの清潔創手術における予 防抗菌薬術中追加投与の有効性について 前田孝則
第46回日本脳神経外科 看護研究学会	深部静脈血栓発症予測因子の検討 黒澤侑司
第50回日本看護学会慢性期看 護学術集会	脳梗塞を発症した患者の健康管理に関連した 知識と実践内容 山崎春佳
第34回日本がん看護学会	放射線治療患者における 倦怠感の経時的変化 川瀬文香

3. 経営貢献

脳卒中ケアユニット(SCU)を増床し21床とした。脳卒中救急搬入件数の増加もあり、今後も増床に向け、調整をしていきたい。

また、5階病棟の中で救急に対応するチームを設けていたが、11月に新たに救急部門として独立させた。地域住民のスムーズな救急受診に対応する専門チームとして、より専門性を高めていきたい。

患者満足度に大きく影響する看護職員満足度向上を図る目的にて、看護業務調査、働きやすさに関する調査を実施。

看護業務では全国に比して直接看護が高値であった。働きやすさの全項目平均も全国平均を上回る結果であった。看護師の定着を促進していくために業務の改善にさらに取組をしていきたい

4. 継続看護の強化

本年も法人内の老健、訪問看護ステーションでの看護を学ぶ、法人内看護出向を開始。在宅看護を学び、退院後の療養を見据えた退院支援力、在宅療養支援を養うことを目的に2名が老健、訪問看護ステーションに3ヵ月出向した。参加者は「生活者」として入所者や利用者、家族を捉え、その生活状況及び生活を支える各職種の役割や連携の重要性を学びえていた。

また、訪問看護ステーションと共同による新人訪問看護師の育成を開始。病院と訪問看護共同での研修、支援を実施。

地域で看護師する人材育成については、継続し、さらに法人内にとどまらず地域施設との協働による人材育成へと進めていきたい。

出向による地域研修の様子



【部署の特徴・方針】

・ SCU (脳卒中ケアユニット)

SCUは21床あり、対象疾患である脳卒中の急性期治療に特化した看護を提供しています。倫理的配慮、患者・家族の立場に立った看護を大切にしています。また、患者・家族が生活の再構築ができるよう、多職種と共により良いチーム医療の提供に励んでいます。



・ 5階病棟 (脳外科急性期病棟)

主に脳神経外科疾患の術前・術後の看護を提供しています。非常に難易度の高い手術を行っているため、医師や多職種と協働し、最善の医療を提供できるよう看護師も専門性を高めています。



・ 6階東病棟 (頭頸部外科、脊椎センター・放射線治療科など)

6階東病棟はがん患者さんの入院病棟として開設された病棟です。主に頭頸部のがん患者さん、脊椎疾患の手術前後の急性期看護を提供しています。

がん治療においてはチーム医療が非常に重要です。医師、薬剤師、がん看護専門看護師、認定看護師、リハビリ、栄養科、MSW等との連携を大事にしています。患者さん一人一人を尊重した看護の提供を目指しています。



・ 6階西病棟 (消化器外科、内科、ペイン、泌尿器科)

6階西病棟は、今後更に増加することが予測されるがん患者さんの入院病棟として開設した病棟です。患者さんの思いにそった看護の提供を目指していま

す。がん化学療法認定看護師の支援もあり、スタッフ一同、日々学習です。



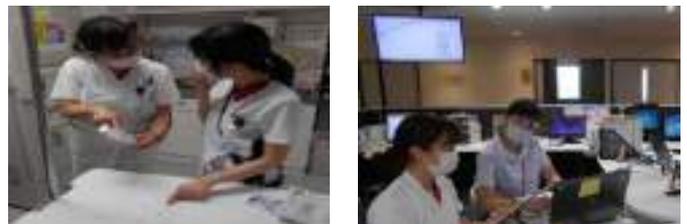
・ 7階東病棟 (循環器内科、心臓血管外科、形成外科)

7階東病棟は循環器、心臓血管外科、形成外科の病棟です。検査や治療が安心、安全に行われるよう患者さんのニーズをしっかりと把握し、援助を行っています。また、患者さんや家族の思いを尊重し、早期社会復帰が可能となるよう医師、看護師、リハビリ、MSWなど多職種と連携をとりチーム医療を実践しています。



・ 7階西病棟 (地域包括ケア病棟)

7階西病棟は、地域包括ケア病棟です。患者さんが退院後も、安心して住み慣れた地域での生活が可能となるよう、生活の支援者として十分に役割を發揮できるよう多職種で協働しています。



・ 外来

病院の2・3階は外来フロアになっています。脳神経外科、循環器内科、消化器外科外来をはじめ、専門外来 (物忘れ、不整脈、膠原病、脊椎、めまい)、内視鏡など、様々な患者さんに対応できるようになりました。外来看護師として、患者さんが安心して検査・治療を受けられるよう、患者さんのニーズを把握し、思いやりのある看護提供を目指しています。



・手術室

手術室は7室あり、脳神経外科を筆頭に年間900件以上の多様な手術対応を行っています。確かな技術を身につけていきたいと全スタッフレベルアップに取り組んでいます。安心できる、話しやすいチーム内の雰囲気も手術室の大事にしているところです。



・化学療法室

当院は28床の化学療法室があり、皮膚排泄認定看護師、がん化学療法認定看護師が安全・安心できる治療・ケア提供をしています。医師、薬剤師らと協働で患者さん、地域のニーズに応えていきたいと思っています。



・陽子線治療センター

新病院開設時に最新リニアックでの治療を開始しました。2017年には北海道民間病院初の陽子線治療も開始となりました。4名の専従スタッフが、医師、技師らと協働しています。患者さん個別のニーズを把握し、QOLの維持に努め、安心いただけるような看護提供を目指していきます。



・地域医療支援センター

病院にある地域医療支援センターに看護部から看護科長、係長、看護師を配置しています。入院前から必要な情報提供、ニーズを把握し、看護の継続を図る重要なセクションです。

退院調整・支援機能も持ち、患者さんが安心して住み慣れた地域へ帰れるよう支援しています。



【概要】

患者、来訪者、医療従事者、施設、環境を対象に、感染に対するリスクを最小限に抑えるため組織横断的に活動している部署

【業務内容】

多職種から構成される ICT（感染制御チーム）は、感染症や薬剤耐性（AMR）微生物の院内感染を防止する為活動している。

2018 年度からは、ICT から独立した AST（抗菌薬適正使用支援チーム）が発足され、AMR 微生物を発生・蔓延させる原因となりうる抗菌薬の不適正な使用を適正に管理・支援するための活動を行っている。法人関連施設の感染症対策に関わる相談や、研修会講師等も受け、法人全体の感染防止対策が向上するよう活動している。

【2018 年度の取組】

2018 年度の活動

項目	具体的内容
サーベイランス	<ul style="list-style-type: none"> ・ SSI・UTI ・ 針刺し・粘膜汚染 ・ 手指消毒薬使用状況
環境ラウンド	感染防止の視点で各部署の環境を確認
耐性菌・抗菌薬ラウンド	<ul style="list-style-type: none"> ・ 耐性菌・感染症の発生状況把握 ・ 感染症レポートの作成 ・ 抗菌薬使用状況のモニタリングと適正使用支援 ・ アンチバイオグラム作成 ・ 血液培養採取に関するモニタリング
教育	<ul style="list-style-type: none"> ・ 院内感染対策研修 ・ 広報の発行 ・ 各部署での研修開催 ・ 委託業者研修 ・ 新入職員研修（新人・既卒）
マニュアル	定期的な見直し
医療材料	<ul style="list-style-type: none"> ・ 定期的な見直し ・ 医療材料の洗浄消毒滅菌方法の検討
地域連携	<ul style="list-style-type: none"> ・ 連携施設とのカンファレンス ・ 連携施設との相互査察

サーベイランス

MRSA 分離状況	
分離患者数	98 件
分離率(MRSA 分離患者数/検体提出患者数×100)	7.3%
血液曝露発生件数	
針刺し・切創	14 件
粘膜曝露	9 件

教育：広報の発行



2018 年度は、耐性菌によるアウトブレイクの発生なく経過した。MRSA は、5 月に分離率の増加が見られたが、持込みによる件数が多かった為と考える。

また、3 月には特殊な耐性を示す緑膿菌が検出され、調査報告を行っている。

次年度も、兆候が見られた際には、早期に対応出来る様 ICT 内だけでなく、現場スタッフとの連携もとりながら観察を続けていく

【部署の特徴・方針】

主に、医師・看護師・薬剤師・臨床検査技師からなる感染制御チーム（以下 ICT）、抗菌薬適正使用支援チーム（AST）で活動している。ICT が病院内の感染防止対策を担い、AST が抗菌薬の適正使用についての役割を担っている。

各部署には感染防止対策の役割を担うリンクスタッフがおり、ICT と連携し部署内での役割モデルとして活動している。

【今後の目標】

感染症拡大防止へ向け、病院内で発生する感染症状況の把握や防止対策の改善に努める。病院職員全員が、同じように感染防止対策を実施できるよう活動していく

【2019年度の取組】

2019年度の活動

項目	具体的内容
サーベイランス	<ul style="list-style-type: none"> ・SSI・UTI ・針刺し・粘膜汚染 ・手指消毒薬使用状況
環境ラウンド	感染防止の視点で各部署の環境を確認
耐性菌・抗菌薬ラウンド	<ul style="list-style-type: none"> ・耐性菌・感染症の発生状況把握 ・感染症レポートの作成 ・抗菌薬使用状況のモニタリングと適正使用支援 ・アンチバイオグラム作成 ・血液培養採取に関するモニタリング
教育	<ul style="list-style-type: none"> ・院内感染対策研修 ・広報の発行 ・各部署での研修開催 ・委託業者研修 ・新入職員研修（新人・既卒）
マニュアル	<ul style="list-style-type: none"> ・新型コロナウイルス感染症防止対策 ・定期的な見直し
医療材料	<ul style="list-style-type: none"> ・定期的な見直し ・医療材料の洗浄消毒滅菌方法の検討
地域連携	<ul style="list-style-type: none"> ・連携施設とのカンファレンス ・連携施設との相互査察

サーベイランス

MRSA 分離状況	
分離患者数	77件
分離率(MRSA 分離患者数/検体提出患者数×100)	5.7%
血液曝露発生件数	
針刺し・切創	10件
粘膜曝露	4件

2019度は、耐性菌によるアウトブレイクの発生がなく目標達成された。

MRSAは、4月、8月、9月に分離率の増加見られた。しかし平均値より低く、発生状況も持込みや元々持っている為の発生であった。

院内感染と考えられる発生も少なからずある事から、次年度も、早期に対応出来る様 ICT 内の連携をとりながら観察を続けていく必要がある

1月には、新興感染症である新型コロナウイルス感染症が発生し、感染防止対策の強化が必要とされた。院内の体制を整備すると共に、全職員の手指消毒や防護具の正しい着脱などより正しい標準予防策の実施が必要とされ指導を行った。

針刺し件数に関して、針の誤分別により針刺しをする事例が発生した。病院内で従事する職員全員が安全に勤務できるよう早急にゴミ分別の方法等について分析・改善を図る必要があり対策を行った。

【部署の特徴・方針】

主に、医師・看護師・薬剤師・臨床検査技師からなる感染制御チーム（以下 ICT）、抗菌薬適正使用支援チーム（AST）で活動している。ICTが病院内の感染防止対策を担い、ASTが抗菌薬の適正使用についての役割を担っている。

各部署には感染防止対策の役割を担うリンクスタッフがおり、ICTと連携し部署内での役割モデルとして活動している。

【今後の目標】

年度末には、新興感染症である新型コロナウイルス感染症が発生し、より厳重な対策が必要とされている。病院内での感染拡大防止に向け、対策を講じていく必要がある。

感染防止対策の基本は、標準予防策であり、中でも手指衛生が重要な対策となる。

医療従事者全員が、必要なタイミングで手指衛生を実施できるようまた、その他の標準予防策が効果的に実施できるよう指導していく必要がある

【概要】

医療安全管理部は、患者に安全な医療サービスを提供するとともに、職員や病院に係る全ての人の安全を考え活動する部門です。

医療安全対策室は、安全に関する情報の収集、分析、対策、評価を通じ、医療の質向上のためのマネジメントを行います。また、安全の視点からの職員の教育・研修・指導を実施しています。

【業務内容】

- ・ MRM 委員会／事故分析委員会の運営
- ・ 上記委員会、看護部安全推進委員会との連携し、ヒヤリハット事例の分析・対策の実施、職員への周知、評価の実施
- ・ 医療安全に関する組織体制整備に関する業務
- ・ 医療安全に関する情報収集
- ・ ヒヤリハット・事故報告の収集・分析・対策（初期対策）の実施と記録、その後の評価
- ・ 各部署セーフティマネージャーへの支援
- ・ 全職員に対する安全教育の推進・実施・評価
- ・ 医療事故発生時の対応
- ・ 患者・家族等からの医療安全に関する相談への対応

【2018・2019年度の取組】

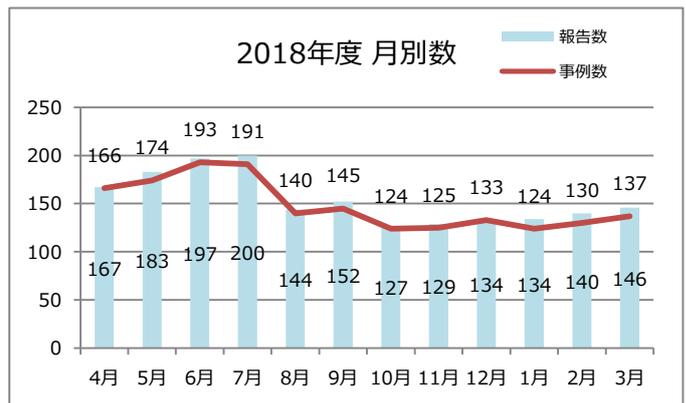
2018年度は、新しい取り組みとして、栄養科と放射線部対象に、くり返し同じ内容でパトロールを実施しました。栄養科は、食物アレルギーのある患者への対応ルールが実践されているかについて、5.7.9月にパトロールを実施、食物アレルギーへの対応チェックリストを用いて実践していました。しかし、確認した者のサインが抜けていることがありました。食物を触る間にペンを持つことに対する抵抗感が、守れないことに繋がっていることが分かりました。ペンを触った後に手洗いすることや患者がアレルギーを摂取した時に大きな影響が出る可能性があることを周知しました。放射線部は、MRI撮影の直前に磁性体の持ち込み等の確認を実践しているかについて実施しました。ルール通りに行われており、他職種によるチェッ

ク漏れや記載間違い等を発見でき、安全なMRI撮影に繋がっていました。

中堅職員対象の研修を分析手法 Im SAFER (アイムセーフアー) を用いた事例の分析実践を取り入れました。参加者へのアンケートで、事例を分析する必要性の理解は理解した・まあまあ理解したが 91.6%でした。しかし、分析手法の理解は、理解を示した回答が 52.2%、あまり理解できなかった・理解できなかったが、47.8%でした。理解できなかった要因は、時間が短いため、十分に理解できなかったという意見が多く挙げられていました。内容の割に時間設定が短かったことや事前に資料を配付すると良いなど、次回の開催に繋がられる意見がありました。中堅職員が、自部署での事例を分析し、対策を実践することは、職場安全の実現に大きな影響を与えていると考えています。今回の経験を次年度以降に活かし、安全な職場の実現に向けて継続して取り組みたいと考えています。

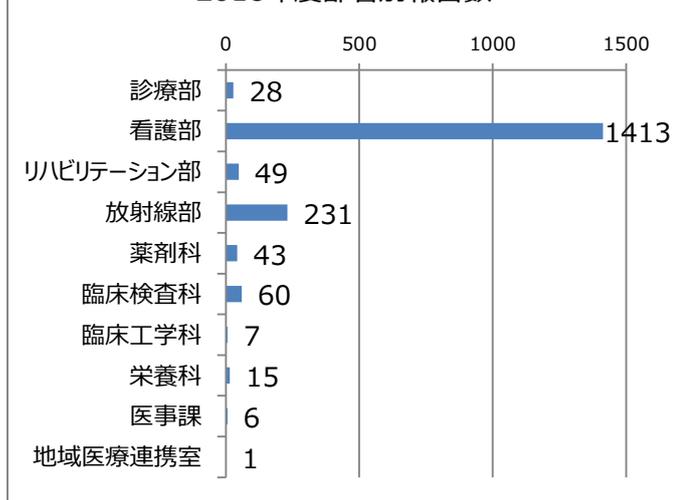
【2018年度報告】

- ・ ヒヤリハット報告総数は、1853件で、事例数は、1782件でした。月平均 155.4 件の報告数でした。



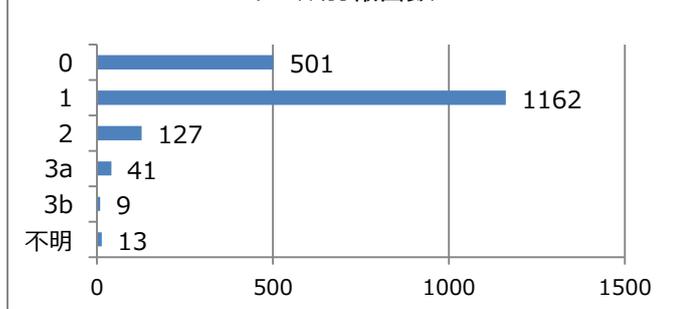
- ・ 報告部署は、例年看護部が一番多く全体の 76.3% でした。
- ・ 今年度は、放射線部からの報告が 231 件で、前年度より 10 ポイント増加しました。

2018年度部署別報告数



- ・ 影響度別では、レベル0の報告が、全体の20.7%で、レベル3bの事故が9事例ありました。

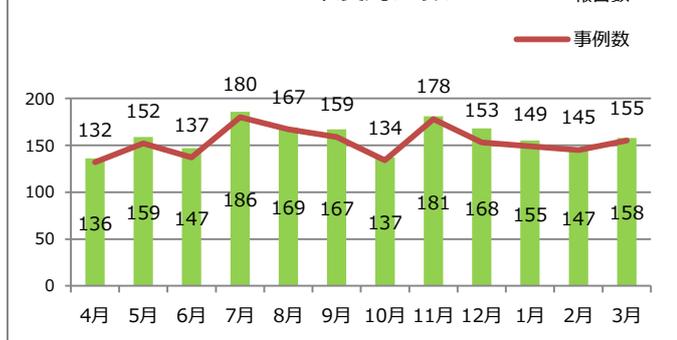
レベル別報告数



【2019年度報告】

- ・ ヒヤリハット報告総数は、1910件で、事例数は、1851件でした。月平均159.2件の報告数でした。

2019年度月別数

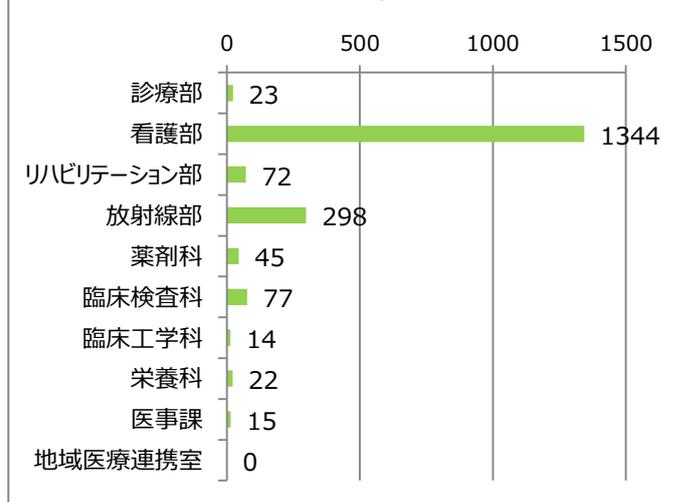


- ・ 報告部署は、看護部が一番多いのは変わりませんが、昨年度より6ポイント減で、全体の70.3%でした。
- ・ 今年度も放射線部からの報告が298件と部署とし

て2番目に多い報告数でした。

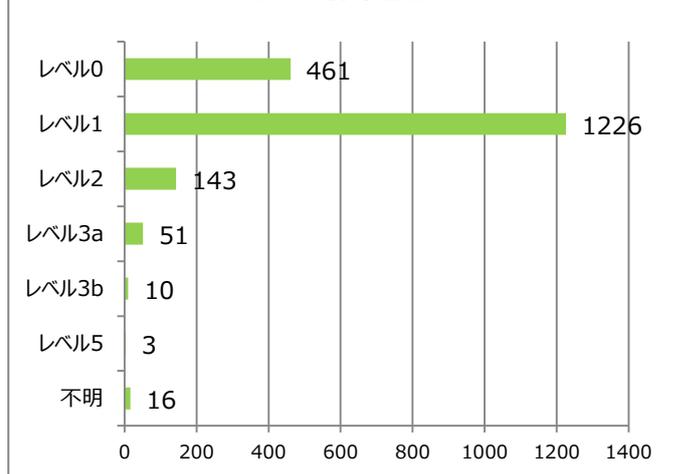
- ・ 今年度報告数が増えた部署が多くありました。リハビリテーション部と臨床検査部は、昨年度より1.2ポイント増加しました。臨床工学科は、0.4ポイント増加しました。

2019年度報告数



- ・ 影響度別では、レベル0の報告が、全体の18.1%でした。
- ・ 当院ではレベル3b~5を医療事故と定義しています。2019年度は、10事例ありました。

レベル別報告数



【今後の目標】

- ・ 事例に基づくカンファレンスを継続して行い、職員の皆さんが安全な職場を作っていることを実感できるよう活動していきます。活動を通して、患者さんが安心して医療、ケアを受けられるよう貢献します。

【概要】

様々な職種と協働しながら、褥瘡の予防ケアや治療を中心に行う委員会で、院内褥瘡発生率の低下を目指して活動している。

【業務内容】

院内で発生した褥瘡や、褥瘡をもって入院してくる患者、褥瘡発生リスクの高い患者の把握をし、病棟の看護師とともに褥瘡の予防や治療に必要な対策の検討と実施・指導を行っている。

1回/週の高職種による褥瘡回診と、1回/月の会議を行い、回診日以外にも、褥瘡ケアについての相談ができる体制をとっている。

創処置に関わる指導、マットレスの種類やポジショニング、ケア方法に関する医療従事者・患者・家族からの相談を受け、指導などを行っている。

その他に、マニュアル作成や 法人関連施設からの相談や、研修会講師等も受け、法人全体のケアが向上するよう活動している。

【2018年度の取組】

褥瘡発生件数

院内発生 64件

院外発生 38件

褥瘡発生率

褥瘡発生率 0.07%

推定褥瘡発生率 1.62%

褥瘡有病率 2.23%



院内勉強会の開催

日時	テーマ	参加者
4月	スキンケアと褥瘡予防	新人看護職員
11月	スキンケアの概要と対策	全職員
12月	創傷における感染管理	全職員
12月	創傷管理	新人看護職員

【2019年度の取組】

褥瘡発生件数

院内発生 72件

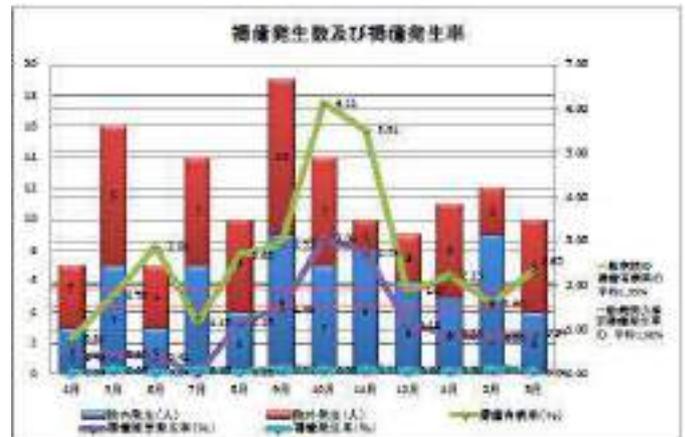
院外発生 67件

褥瘡発生率

褥瘡発生率 0.08%

推定褥瘡発生率 1.12%

褥瘡有病率 2.66%



院内勉強会の開催

日時	テーマ	参加者
4月	スキンケアと褥瘡予防	新人看護職員
11月	スキンケアの概要と対策	全職員
12月	創傷における感染管理	全職員

院内褥瘡発生率の低下を目指し、褥瘡回診以外に、褥瘡ケアについて検討するカンファレンスと、褥瘡対策チームによるポジショニング勉強会を行っている。カンファレンスでは、各部署で困っている褥瘡ケアについてテーマを選択し、病棟のスタッフとともにケアの検討を行った。

勉強会では、各病棟の委員と他部署の委員が協力し、ポジショニングについての実技演習を行った。

その他の活動では、褥瘡患者の栄養管理を NST(栄養サポートチーム)と協働して行ったり、拘縮などによりポジショニングの検討が必要な場合には、褥瘡委員メンバーの理学療法士や作業療法士が中心となっている。

活動により、褥瘡対策に対する課題なども明確になっているため、今後も継続して活動していきたい。

【参加研修会・学会・勉強会】

日本褥瘡学会

日本創傷・オストミー・失禁管理学会

【部署の特徴・方針】

主に、医師・看護師・薬剤師・療法士・管理栄養士・診療情報管理士をはじめとする多職種で活動し、最善のケアが提供されるようカンファレンスし、実践に繋がっている。

各部署にはリンクナースが配置され、部署内の褥瘡ケアのリーダーとして活動している。

データの管理については、診療情報管理士が中心となり行っている。

【今後の目標】

院内褥瘡発生率の低下に向けて、多職種で協働して褥瘡予防対策に取り組んでいく。

今後は、院内だけでなく、法人内の施設とも連携をとりながら取り組んでいきたい。

【概要】

薬剤部は、医師・看護師等医療スタッフとともに医療チームの一員として、多様化する高度な医療を支え、安全・安心で効率的な薬物療法を提供するため、医薬品の適正使用・適正管理に努めております。特に、入院中の患者さまには服用単位での薬の管理、注射薬のセット・調製を行い、安心できる薬物治療に寄与しています。

【業務内容】

調剤、注射調剤、無菌製剤調製、抗がん剤調製、院内製剤、薬品管理、麻薬管理、治験薬管理、医薬品情報管理、病棟業務（病棟薬剤業務・薬剤管理指導業務）チーム医療（感染対策・栄養サポート・がん化学療法・緩和ケア・褥瘡対策・排尿ケア等）

【2018・19年度の取組】

薬剤師の病棟での活動を強化し、特に薬剤管理指導業務を積極的に行うことで、薬剤師がベッドサイドに行く機会が増え、服薬アドヒアランスの向上に寄与した。また、医師の負担軽減について、新しいPBPMを導入（がん患者の外用薬使用）・協働入力の充実等、タスクシフト・タスクシェアを積極的に行い、大きく寄与できた。

【参加研修会・学会・勉強会】

全日本病院学会
日本緩和医療薬学会
日本医療薬学会
日本臨床腫瘍薬学会
日本化学療法学会
北海道病院学会
北海道薬学大会

【学会発表】

2018/5/13 第65回北海道薬学大会
「がん化学療法における病院・薬局間の患者情報の共有」
尾崎 良輔

2018/5/26 第12回緩和医療薬学会年会
「オキシコドン持続静注（PCA）で疼痛コントロールができた1例」

石成 凌

2018/7/7 第17回北海道病院学会
「医師との協働によるSSI予防抗菌薬マニュアルの作成効果」

清水 勇基

2018/10/6 第60回全日本病院学会
「札幌禎心会病院における脂肪乳剤の使用状況調査と今後の課題」

川上 麻衣子

2018/10/27 第23回札幌薬学会発表会
「当院における新人薬剤師が早期から病棟薬剤業務に従事する実態」

北田 衛

2018/11/23 第28回日本医療薬学会
「抗菌薬適正使用支援チームにおける薬剤師の関わり」

岡野 翔

2019/2/2 第39回札幌市病院学会
「消化管出血にて入院した患者の薬剤使用状況」

奥村 美佑

2019/5/19 第66回北海道薬学大会
「札幌禎心会病院におけるナルテメジントシル酸塩の使用状況調査」

鍋城 竣

「ケイセントラ静注用の適正使用と投与量換算表の運用」

山田 哲也

2019/7/6 第18回北海道病院学会
「札幌禎心会病院におけるナルテメジントシル酸塩の使用状況調査」

鍋城 竣

「ワルファリン管理に際するPT-INRを用いた調剤室での運用」
梅原 さくら

2019/9/28 第 61 回全日本病院学会

「薬剤総合調製加算の算定状況とポリファーマシー解消にむけた課題」

北田 衛

2019/11/9 第 24 回札病薬会員発表会

「トルバプタン新規導入時における電解質モニタリングと投与状況」

柴田 香奈

【今後の目標】

- ・外来化学療法加算及びポリファーマシーの取り組みの推進
- ・薬剤管理指導・病棟薬剤業務実施加算の推進
- ・医薬品の在庫管理の徹底
- ・チーム医療の推進
- ・更なるタスクシフト・タスクシェアの検討と実践
- ・人材育成と強化

【部署の特徴・方針】

「薬剤師は薬の専門家」と言われておりますが、患者様の背景に応じた薬物治療に貢献していくためには、多忙な日常業務をこなすだけではなく、専門的な知識の習得が必要です。そのためには日々の努力が必要不可欠と言えます。薬剤部では、新人教育にプリセプター制度の導入・学会や研修会に積極的に参加できるようなフォローアップ体制等、一人前の臨床薬剤師として成長できるような環境作りを大切にしております。また、各種認定薬剤師が在籍し、専門性の高い薬物治療へ寄与するのは勿論のこと、他職種への指導・教育も行っています。



放射線部

放射線診断技術科・放射線治療技術科

【概要】

放射線部は最新の検査・治療機器と専用の画像処理コンピュータを使用し、患者さんが安心して検査・治療を受けていただくために放射線診断用画像の撮影や手術支援画像の作成を日頃の研鑽を通して病態に合った検査・放射線治療を心がけています。

又、放射線被ばく管理、放射線機器管理を日々行い患者さんに対して安全な検査・放射線治療が行える管理を行っています。

【業務内容】

- 一般撮影
- CT検査
- MR I 検査
- 血管撮影検査
- X線TV検査
- 外科用イメージ
- マンモグラフィー検査
- 核医学検査
- 放射線治療

【2018・2019年度の取組】

救急医療の拡大において、夜間当直帯での血管撮影検査・X線TV検査・IVR（血管内治療）検査の増加が予想される事から当直者による対応技師の増加のため引き続きその指導に重点をおきました。

健診センター開設に伴いマンモグラフィー・胃バリウム検査等の対応の為、撮影対応技師及び認定技師の育成を行いました。（消化器がん健診認定技師1名、マンモグラフィー認定技師2名）

MR Iにおいては2018年8月に3T-MR I装置が新たに導入され3台のMR I装置が稼働しました。検査の迅速な対応を可能としそれに伴いより高度な知識を持つスタッフの養成を行いました。

（磁気共鳴専門技術者1名）

学会・研修会参加に関しては学会・研究会発表題 研修会参加とそれぞれのスタッフが知識と技術の研鑽に励んでいます。



3 T MR I 装置



血管撮影検査

【参加研修会・学会・勉強会】

- 日本診療放射線技師学会
- 日本放射線技術学会
- 日本磁気共鳴医学会
- 日本医療情報技師学会
- 日本消化器がん検診学会
- 日本核医学学会
- 日本放射線腫瘍学会
- 日本医学物理学会
- 北海道放射線技師会
- 北海道放射線技術学会

【学会発表】

2018/10/4

第46回日本放射線技術学会秋季学術大会
「頭部における3D SPACE-constant法を用いたT2W
コントラストの基礎的検討」

石川 剛

2018/10/6

全日本病院学会
「動脈瘤術前4DCTAにおける軌道同期
サブトラクション法を用いた撮影条件の検討」

石川 雅嵩

2018/7/7

北海道病院学会
「急性期脳梗塞患者に対するMRIシークエンス
の検討」

松尾 栄治

2019/7/6

北海道病院学会
「救急検査における頭部DWIの活用」

三木 佑輔

2019/7/6

北海道病院学会
「多層電離箱検出器（ジブラ）を用いた患者の
線量QA」

嶋中 雄希

2019/10/17

日本放射線技術学会秋季学術大会
「陽子線スキャンニングビームにおける電離箱の
線量特性及び多層電離箱検出器を用いた患者の
線量評価」

嶋中 雄希

【部署の特徴・方針】

放射線を扱う様々なモダリティー、様々な診療科の検査・治療に対応できるように短期のローテーションを行いそれぞれの技師が様々な検査に対応できる体制を取っています。その中で専門的に興味を持って対応できるモダリティーを個人個人が目標を持ち学会等を通して日々の努力を行っています。当直体制をとっており24時間救急患者を受け入れるよう当直者は全ての検査機器を操作出来る様に教育し体制を取っています。

放射線治療においては、放射線治療品質管理士のもと安全性と確実性を重視した高精度な治療を行っています。

放射線被ばく管理・放射線機器管理に関しては放射線管理士・放射線機器管理士により管理を行っております。

またPACSを含めた画像に関する管理は医療情報技師が行っています。



【今後の目標】

診断技術科では脳神経外科の業務においてMRI新規増設により新たな撮影シーケンスを用いた画像の理解を深め臨床に役立てるようにしたい。診療科も増加し各科の様々な検査・治療に対応できるスタッフを養成していきたい。特に循環器内科・心臓血管外科の業務（心カテ・PCI・アブレーション・EVAR・TEVAR・PTA・PTE）に対応できるスタッフを養成が急務であります。整形外科が開始され一般撮影業務が増加した。基本に戻って一般撮影業務にあたっていきたい。新たに加わった新規スタッフに対しては当直業務を行えるように指導を行い土日夜間の救急検査に対応できるようにしたい。治療技術科ではさらなる安全性と確実性を重視した高精度な放射線治療を行えるよう技術の向上に努める。放射線治療専任加算の施設基準をクリアできるよう経験年数5年以上の技師の育成が必須となっているので長期の計画によって育成をおこないたい。治療技術科のスタッフによる診断技術科へのローテーション業務を継続的に行っていききたい。又、様々な認定技師の取得も目指していきたい。



陽子線治療装置



【概要】

診断の客観的根拠となる検査データを担当する。臨床検査技師 18 名が所属し、それぞれの専門性を発揮しながら生理検査、病理検査、輸血検査等を実施している。検体検査については院内ランチとして 24 時間 365 日稼働している。輸血部門として検査から製剤管理まで一元的に関与する。各種学会活動や各種チーム医療に参画し、臨床検査を通して質の高い医療の提供を行い、地域医療に貢献する。

【業務内容】

検体採取（採血、採尿、穿刺介助等）、生理検査（脳波、誘発電位、誘発筋電図、術中モニタリング、心電図、ホルター心電図、トレッドミル、心臓カテーテル、ABI、肺機能、聴力、眼底写真、熱画像、超音波検査、めまい検査、骨密度検査等）、病理・細胞診検査、がん登録、輸血検査、輸血管理、精度管理、データ解析、統計データ作成

【2018・2019 年度の取組】

呼吸器内科、泌尿器科新設に伴い新規検査項目受託を開始した。既設の診療科に於いても、従来の検査方法の見直しに加え、随時、新規検査項目を導入し、診断能の向上に貢献した。各々の検査スキル向上のため学会認定資格の取得を推奨し、新たに認定技術師（術中脳脊髄モニタリング分野）、認定心電図検査技師、心血管インターベンション技師資格を各 1 名ずつ取得した。研修・セミナーへの参加や学会発表を積極的に行うとともに、部内研修・勉強会を定期的に行い知識・技術の向上に努めた。臨床検査技師を増員し、検査業務の立て直しを図った。2 年間で生理検査は約 4 割増し、外来採血は約 2 割増となった。



【参加研修会・学会・勉強会】

日本臨床検査技師会、北海道臨床検査技師会、札幌臨床検査技師会、日本超音波医学会、日本超音波検査学会、日本臨床神経生理学学会、日本神経生理検査研究会、日本輸血細胞治療学会、日本臨床細胞学会、日本糖尿病学会ほか

【学会発表】

2018/10/20 第 92 回 北海道医学検査学会

「前頭葉に発生した成人脳室外脈絡叢乳頭癌の一例」

川中 早希

2018/10/20 第 92 回 北海道医学検査学会

「上顎骨内額骨中心性明細胞型粘表皮癌の一例」

佐々木 敏洋

2018/12/16 第 26 回 画論

「下咽頭癌術後再発放射線治療後皮膚潰瘍の一例」

栗澤 麻美

2019/10/26 第 93 回 北海道医学検査学会

「奇異性脳塞栓症が疑われた一例」

小林 亮太

【部署の特徴・方針】

迅速かつ正確な検査体制を維持していくために、積極的に学会・勉強会などで知識と技術の向上に努める。

患者様と直接接する機会が多いこともあり、言葉遣いや態度など接遇向上に力を入れる。

心カテ、緊急輸血に対応するよう 365 日 24 時間オンコール体制をしている。

【今後の目標】

各診療科の検査に対応すべく人員の確保および教育を行うとともに、各々がスキルアップを目標とし自己研鑽を積極的に行う。

各診療科カンファレンスに参加し他部署との連携を図りながら業務を行う。

患者様に質の高い医療を提供することにつながるよう部門全体で一丸となり日々邁進する。

リハビリテーション部

理学療法科 作業療法科 言語療法科

【概要】

リハビリテーション部は理学療法科、作業療法科、言語療法科から構成されている。運動機能、高次脳機能、言語機能、摂食・嚥下機能等の回復を目指し、さらには日常生活上の困難さ・不自由さの改善を目標に、病気の発症間もない時期や手術後などの早期から、理学療法士、作業療法士、言語聴覚士による治療を実施している。

算定疾患別リハビリテーション

- ・脳血管疾患等リハビリテーション
- ・運動器リハビリテーション
- ・心大血管リハビリテーション
- ・呼吸器リハビリテーション
- ・がんのリハビリテーション



【業務内容】

理学療法科

動作や歩行の分析・誘導による治療を基本とし、日常生活動作の改善に努めている。筋力の改善、関節可動域の拡大などの機能回復を行っている。急性期では早期離床や日常生活動作の練習に取り組んでいる。亜急性期では動作分析・誘導による治療を基本とし、患者さん自身が気づき、修正できる治療を心がけ、基本動作や日常生活動作能力の拡大に努めている。

最も処方が多いのは脳神経外科領域の疾患であり、頭頸部外科や消化器内科・外科での治療、治療予定の方、循環器内科や心臓血管外科で治療中の方への理学療法も実施している。また整形外科領域の処方も増加してきているところである。

作業療法科

日常生活動作(食事・整容・更衣・排泄・入浴)や日常生活関連活動(家事動作・外出等)など様々な作業活動を通じて、心身機能の回復、社会復帰を目指している。病気を発症された直後から開始し、身体機能、高次脳機能の治療に加え、当院退院後の生活を見据え、日常生活動作や家事、仕事、自動車運転など様々な活動への援助を行っている。また、脳動脈瘤等の手術を予定されている方に手術前後の高次脳機能・身体機能の評価を実施するとともに、もの忘れ専門外来を受診された方の高次脳機能評価(記憶力や注意力などの検査)を実施している。疾患別リハビリは理学療法科と同様、脳神経外科領域の処方が最も多い。患者さんのニーズに合わせ、がんのリハビリ、心大血管リハビリの実施も徐々に増えてきている。



言語療法科

脳血管障害などによる失語症・構音障害等のコミュニケーション障害、高次脳機能障害の方への言語聴覚療法や、嚥下障害(水分でむせる、肺炎を繰り返している、飲み込みづらい等)への摂食機能療法、脳神経外科での開頭手術の術前後評価等を実施している。摂食嚥下障害については、VF(嚥下造影検査)による評価やNST(栄養サポートチーム)との協力のもと、安全に食べられるよう訓練及び環境調整を行っている。また頭頸部外科で治療中の方への摂食・嚥下、発声、構音、

頸部・顔面機能へのアプローチも継続して取り組んでいる。加えて開頭術後の方や主に頭頸部外科疾患の放射線治療、治療後の方の開口障害に対する評価やプログラムの実施を行っている。

【2018・2019年度の取組】

- ・急性期リハビリテーションの実践継続
- ・病棟担当制の確立（各病棟の情報把握と目標設定のサポート）、SCU から一般床、地域包括ケア病棟とのシームレスな情報交換、目標設定
- ・がん関連疾患へのリハビリテーション実施継続
- ・循環器内科、心臓血管外科入院患者へのリハビリテーション実施継続
- ・整形外科疾患へのリハビリテーション処方への対応等



【部署の特徴・方針】

・リハビリテーション室は365日開室し、急性期からリハビリテーションを開始する体制作りをしている。多職種と連携し、早期離床、早期に日常生活活動が向上できるよう病棟でのプログラムや活動も積極的に取り組んでいる

方針

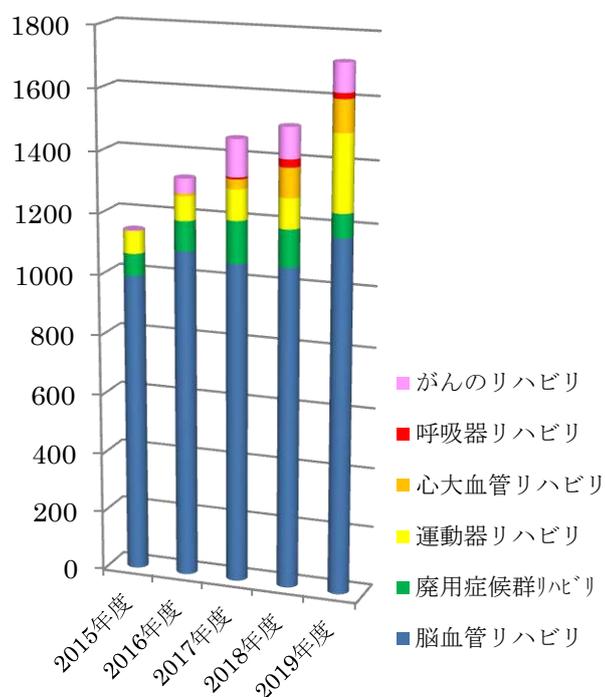
- 1 最新のリハビリテーション医療のコンセプトを導入しながら、発症（受傷）直後から早期に開始し、急性期から亜急性期を中心にリハビリテーションを実施する
- 2 在宅での生活の質向上を目標としてリハビリテーションを展開し、地域の医療・介護・福祉機関と連携を図りながら、地域住民の生活を支援する

【今後の目標】

多くの患者さんにリハビリテーションが提供できるよう体制を充実させ、今後もより一層、リハビリテーション評価技術、治療技術を向上させ、患者さんとの目標設定、リハビリプログラムの実践の質を高めていきたいと考える。

また、処方が増えてきている整形外科、循環器内科、心臓血管外科疾患の知見を深め、診療科医師と連携しながらリハビリテーションを実践していきたい。

疾患別リハビリ処方件数



【学会発表】

2018.11.10 第16回日本神経理学療法学会学術大会
「くも膜下出血術後における昇圧療法が早期離床に与える影響」

地域医療支援センター

連携室・入退院支援室・医療相談室・広報室・健診室

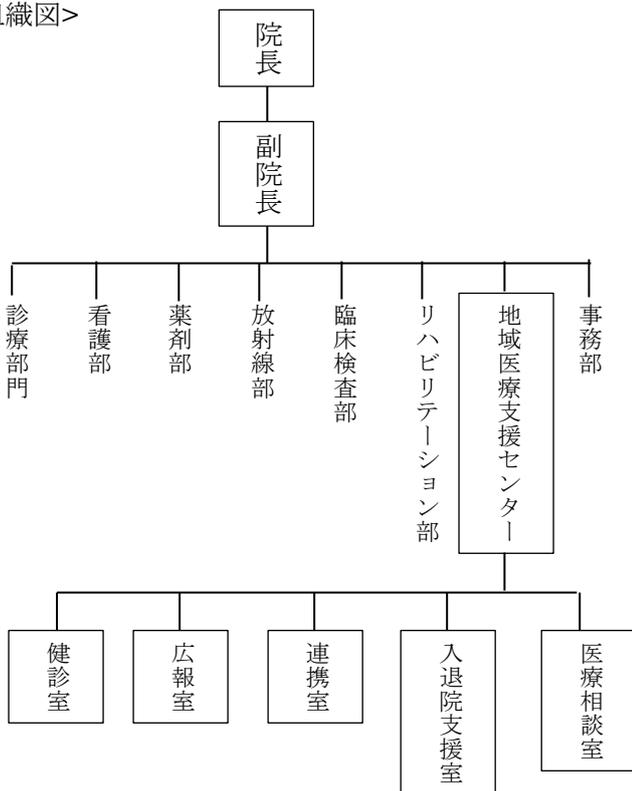
【概要】

【概要】

平成28年10月、地域医療支援センターは、「札幌禎心会病院理念の下、患者様が安心して治療・療養生活がおくれるよう地域の医療機関および介護・在宅関連事業所との連携を強化し、切れ目のない医療を提供する。また、患者サービスの充実、地域への広報活動を積極的に行い、選ばれる病院を目指す。」ことを目的として設置されました。

センター内には、入退院支援室、連携室、医療相談室、広報室、健診室があり、それぞれの機能を担っています。

<組織図>



【部署の特徴・方針】

- ・入院から退院までのシームレスな医療サービスの提供、質の確保
- ・総合的なアセスメントを通じての患者満足度向上
- ・医療連携による経営の安定化
- ・病院情報の一元管理による急性期医療の維持（重症度・看護必要度、在院日数、稼働率）

- ・看護業務のサポートによる看護師の生産性の向上（直接看護業務の拡大）
 - ・広報活動による院内外への情報発信
- 以上の役割を果たすため、それぞれの部署で連携を図りながら、活動を行っている。

【業務内容】

<連携室>

- ・紹介患者の受診調整（外来受診、検査依頼）
- ・紹介元医療機関への受診及び入退院報告
- ・医療連携に関する情報発信
- ・院内案内（コンシェルジュ）サービスに関すること
- ・稼働率の管理（病棟との連携）

<入退院支援室>

- ・患者の総合的なアセスメント
- ・入院時、退院時の説明及び手続き
- ・転院受け入れ及び転院依頼時の調整
- ・入院支援、退院支援、退院調整、退院後支援
- ・在宅、介護サービスとの連携
- ・病床稼働率管理（病棟との連携）
- ・入院予約調整

<医療相談室>

- ・医療費等経済的な問題についての相談
- ・介護保険、社会福祉制度等についての相談
- ・退院及び退院後の支援（在宅、施設訪問を含む）
- ・病気、障害を抱えて生活することの不安についての相談
- ・在宅、介護サービスとの連携
- ・退院調整と稼働率管理（病棟との連携）
- ・セカンドオピニオン外来の対応

<広報室>

- ・広報紙の編集
- ・ホームページの管理、更新
- ・各種パンフレットの製作、DVDの企画、製作
- ・プレスリリースの作成
- ・各種広告の検討、掲出
- ・講演会の企画、実施
- ・テレビ取材のコーディネート、各種マスコミ対応

- ・学会、研究会開催のサポート
- ・各種写真撮影など

<健診室>

- ・健康診断、ドック、保健指導

【2018年度の取組】

- ・リハビリ職だけではなく看護師による退院前訪問・退院後訪問指導を増加させるため、現場に仕組みの周知をすすめました。
- ・退院時紹介元医療機関への返書率を出した。今後、データを分析し紹介元への返書率 100%をめざし、返書システムの検討をすすめる事を目標としました。
- ・医療講演会は月平均 9.5 回行い、今後も継続していく。また、地域包括支援センターと協力し、認知症サポーター養成講座と介護相談会を実施しました。
- ・健診センターは、健診数が前年度 25%増加する。又、結果票の見直しを行い診断結果の迅速化を図りました。
- ・開放病床の稼働率を上げる事、顔の見えるつながりを強化していく事を目的に、医療・介護施設への訪問を積極的に行いました。

【2019年度の取組】

- ・地域医療機関との連携強化の目的で、返書率アップ・開放病床の受け入れシステムの見直しに取り組みました。
- ・開放病床のスムーズな受け入れのため、地域医療支援センターとして、スタッフ全員が統一した対応が可能となるよう、システムの検討を行いました。
- ・退院支援に関しては、診療報酬改定に基づいて、介入を要するケースの見落としを防ぐ目的で、スクリーニング項目の見直しを実施。8/1 から新スクリーニング稼働、1/1 から SCU/5 病棟の退院支援カンファレンスを週 1 回⇒週 5 回へ変更し運用を開始。結果、介入割合が月平均 26%⇒33%へアップし、より多くのケースに介入することができています。
- ・診療科の拡大に伴い、入院オリエンテーションの実施件数も増。患者に対するオリエンテーションの満足度調査を実施するため、調査内容の実施等を行いました。
- ・地域医療機関や介護施設への訪問を継続して行っており、年間 108 年、月平均 9 件。コロナウイルスの影響で 3 月から訪問を自粛しており、件数が伸びま

せんでした。

- ・総合機能評価加算の算定については、新システムの運用を 8 月より開始しました。
- ・入院病床の効率的な利用を目標として、4 月～病棟科長と週 1 回のベッド会議開催。7 東病棟・地域包括ケア病棟の病棟運営会議の参加。8 月入院の長期化についてデータ分析・9 月病床運営会議での報告を実践しました。

【参加研修会・学会・勉強会】

全日本病院学会
 北海道病院学会
 北海道医療ソーシャルワーク学会
 退院支援アクティブミーティング
 東区医療介護ネットワーク・退院支援看護師会
 北海道病院協会研修会
 北海道相談員スキルアップ研修
 救急認定ソーシャルワーカー認定研修
 日本 HIS 研究センター(法人会員)

【学会発表】

2019 年度

研修・学会参加述べ 37 名、学会論文投稿 1 名

【今後の目標】

2020 年度は地域医療機関、介護事業所等福祉機関との連携推進と拡大を重点目標としていく。

<具体策>

- ・開放病床の拡大
- ・健診事業の拡大
- ・地域包括支援センターと協業し予防事業の実施
- ・医療講演会の推進と診療情報発信
- ・看護添書返書システムの確立
- ・退院前訪問、退院後訪問指導の増加
- ・「入院時支援」システム確立と実施
- ・入院時カンファレンス実施システム構築、退院前カンファレンスの実施

【概要】

臨床工学技士（Clinical Engineer：CE）とは、昭和62年5月に制定された「臨床工学技士法」に基づく医学と工学の両面を兼ね備えた国家資格です。

臨床工学技士は医師の指示の下に、生命維持管理装置の操作及び保守点検を行う事を業とする医療機器の専門医療職種です。

医師や看護師などとともに医療機器を用いたチーム医療の一員として生命維持をサポートしています。

※生命維持管理装置とは、人の呼吸、循環又は代謝の一部を代替し、又は補助する装置です。

【業務内容】

臨床工学技士の業務として、「呼吸治療」「人工心肺」「血液浄化」「手術領域」「心・血管カテーテル」「高気圧酸素治療」「ペースメーカー」「保守点検関連」業務があります。

医療機器保守管理業務では、院内すべての医療機器が対象となります。各臨床業務についても手術室だけではなく、血管造影室や内視鏡センターでも全ての症例で関わっています。

外来から病棟、各種検査・治療室から手術室まで多くのエリアそして全ての診療科に関わり、院内すべての職員と連携を取り日々業務をしております。

【2018・2019年度の取組】

部門内で医療機器担当者を配置し、医療機器の安全確保と有効性維持のため、保守点検に関して強化しました。

臨床業務については、体外循環、血液浄化、血管造影検査、血管内治療、内視鏡検査・治療、高気圧酸素治療等に関わっており、件数は増加しています。

また医師や看護師等の職員に対しての勉強会を開催し、医療機器であれば導入時および定期研修、臨床業務関連についても知識・技術向上のために定期的に行っています。

【参加研修会・学会・勉強会】

主な所属学会

- ・日本臨床工学技士会
- ・北海道臨床工学技士会
- ・日本心血管インターベンション治療学会
- ・日本体外循環技術医学会
- ・日本消化器内視鏡技師会
- ・北海道消化器内視鏡技師会
- ・日本医療機器学会
- ・日本高気圧環境・潜水医学会
- ・日本高気圧環境・潜水医学会北海道地方会

【部署の特徴・方針】

現在、臨床工学技士9名在籍し、急なトラブルや緊急性の高い治療に対して、24時間365日のオンコール体制で迅速に対応しています。

臨床業務が増えていることや高度化・複雑化する医療機器に対応すべく、各種学会認定等の取得も行っていきます。

■取得資格

臨床工学技士	9名
体外循環技術認定士	1名
心血管インターベンション技師	1名
3学会合同呼吸療法認定士	1名
消化器内視鏡技師	1名
透析技術認定士	1名
高気圧酸素治療専門技師	2名
医療機器情報コミュニケーター(MDIC)	1名
医療情報技師	1名

【今後の目標】

医療機器の技術進歩に伴い、医療機器の高度化・複雑化が一層進む中、医療機器の安全確保と有効性維持の担い手としてチーム医療に貢献していきます。

【概要】

専門的な知識を生かし、幅広く「食」や「栄養」に関してサポートしています。

入院患者の栄養状態を把握し、医師・看護師・他職種と情報を密に連携し、栄養状態の改善・維持に努めています。

【業務内容】

栄養管理（スクリーニング・アセスメント・プランニング・評価など）/入院・外来・化学療法・アンチエイジング栄養指導/各種回診・カンファレンスの参加/ミールラウンド/嗜好調査/給食管理/衛生管理/健康教室/保健指導/NST 活動など

【2018・2019 年度の取組】

（栄養管理）

管理栄養士を病棟担当制とし、より専門性を生かした栄養サポートを行っています。

また在宅訪問栄養指導を開始し、在宅高齢者への食支援を含めた栄養管理の体制づくりを始めています。

（給食管理）

給食部門はコープフーズ株式会社に委託しています。昔から病院給食は美味しくないというイメージが根強く残っていますが、地産地消の食材を使用することで「ここの病院の食事は美味しいね」と言って頂けるように努力・改善を続けています。

【参加研修会・学会・勉強会】

日本静脈経腸栄養学会、日本病態栄養学会
北海道病院学会、全日本病院学会、
北海道胃腸研究会、北海道栄養士会研修会
など

【学会発表】

2018/5/17 北海道病院学会

「当院における管理栄養士の脳外科回診参加の取り組み」

◎早坂愛・角直子・井戸川久美子・丸山沙織

2019/9/28・29 全日本病院学会

「当院における後期高齢入院患者の世帯構成別栄養状態とその他関連要因の検討」

◎角直子・井戸川久美子・丸山沙織・早坂愛

「放射線・陽子線治療を行う前立腺がん患者への便・腸管ガス貯留予防を目的とした栄養指導の取り組み」

◎井戸川久美子・角直子・丸山沙織・早坂愛

2020/2/27・28 日本臨床栄養代謝学会学術集会

「カーボカウント法とスライディングスケールを併用した脳卒中急性期の経鼻経腸栄養管理中の血糖コントロール」

◎角直子・丸山沙織

【部署の特徴・方針】

4 人の管理栄養士がチーム医療の一員として医療に貢献することを目標にし、高いスキルと技術の習得に日々励んでいます。

（取得資格）

NST 専門療法士 2 名、

病態栄養専門管理栄養士 1 名

在宅訪問管理栄養士 1 名、

栄養経営士 1 名

日本抗加齢医学会指導士 1 名

次年度は 2 名の管理栄養士が NST 専門療法士、病態栄養専門師の資格得を目指しています。

給食委託会社：コープフーズ株式会社

管理栄養士 3 名、栄養士 2 名、調理師 5 名

調理員・洗浄パート 20 名、事務員：1 名

【今後の目標】

2020 年度診療報酬改定では、栄養管理に関わる多くの項目において新設や見直しが行われます。そのため、新たに評価された栄養管理などを推進していくことは大変重要であると考えます。しかし、それだけではなく今後に向けて、本来、管理栄養士が行うべき業務が何かを整理し、適切な栄養管理が実施できるよう一丸となって取り組んでいきます。

【概要】

病院は患者さんと共に、様々な職種が手を取りあつて病に立ち向かう機関です。我々医事課は、「診療」という直接的な介入では無いものの、窓口や会計など、様々な場面で患者さんと接し、その担うべき業務は重要であると認識しています。よって、患者サービスの重要性を常に意識し、外来アンケート、目安箱等を用いて、患者さんからの「声」に耳を傾けるよう努めています。また、病院経営の企画や運営にも携わっており、接遇のみならず、幅広い知識と経験が必要となる部署です。

法人理念である「良質な医療・介護を通じて、地域社会の繁栄に貢献する」を実現すべく、医師やその他の職種と協同し、地域に求められる病院にしていけるよう、日々精進を重ねていきたいと思ひます。

【業務内容】

病院を訪れた際、まず患者さんの対応をさせて頂く総合案内をはじめ、外来・入院の請求業務や、保険者への診療報酬請求などを行っています。その他にも各保険会社からの診断書の依頼の受付、診療費に関する問合せの対応業務なども行っています。

◎外来担当

- ・新患受付
- ・外来の診療費計算
- ・診療報酬請求書の作成及び点検業務
- ・その他外来で発生する料金の計算等
- ・各書類（診断書等の医師の証明が必要な書類）の依頼受付
- ・未収金管理、督促業務及び債権委託業務
- ・料金の収納業務

◎入院担当

- ・入院の診療費計算
- ・診療報酬請求書の作成及び点検業務
- ・その他入院で発生する料金の計算等
- ・未収金管理、督促業務及び債権委託業務

◎共通

- ・診療報酬に関わる各種届出
- ・保険請求の分析（査定・返戻）

【参加研修会・学会・勉強会】

- ・接遇セミナー
- ・医療安全に関する研修会
- ・感染対策に関する研修会
- ・診療報酬請求に関わる各研修会

【部署の方針】

医事課は、外来担当、入院担当、健診担当の総勢 30 名程のスタッフがおり、若手スタッフが大半を占めています。不慣れな部分がありますが、患者さんにとってより良い医療が提供できるには、先ずは職員の「雰囲気」が大切であり、笑顔絶えぬよう部署の雰囲気には気を付けています。

【今後の目標】

- ・人材育成
- ・人材確保
- ・アナログ業務からの脱却
- ・業務の可視化
- ・効率性の向上
- ・残業時間の短縮

事務部

総務課

【概要】

職務は法人本部業務と各事業所総務課に分担されており、銀行取引・預金管理などの資産管理、就業規則・内規作成等の社内規定管理、福利厚生施策は本部業務。職員入退職に係る手続きや申請・出張手配、設備・用度管理等を事業所総務課の業務として行っている。

【業務内容】

- ・人事労務管理：職員入退職手続き・勤怠処理
- ・会計管理：支払依頼、小口現金処理。
- ・給与計算：給与処理
- ・防災管理：消防計画の作成、運用等
- ・福利厚生：補償手続・慶弔手続等
- ・安全衛生：各種健康診断の実施、衛生委員会運営
- ・文書の收受、配付、発送及び保存
- ・設備管理：保守点検・営繕・車両管理
- ・その他：補助金申請・労災申請、修練医師の申請、医師派遣・要請、研修職員の出張手配病院行事の運営他

【2018年度の取組】

- ・資格変更に伴う新基本給の決定
- ・職員家族の葬儀参列に伴う費用取扱い方
- ・胆振東部地震の影響に伴う勤務の対応
- ・計画停電を回避するための節電努力

【参加研修会・学会・勉強会】

- ・防火管理実務講習
- ・自衛消防業務講習

【2019年度の取組】

- ・新勤怠管理システムへの移行対応
- ・時間外勤務手当の支給(割増)方法変更
- ・年末年始特別手当の支給基準統一
- ・年次有給休暇の年5日取得徹底
- ・同一労働同一賃金導入にむけての調査
- ・正職員、契約職員、嘱託職員等の定義明確化

【参加研修会・学会・勉強会】

- ・外国人患者対応力向上研修
- ・医療通訳セミナー
- ・労務担当者向けセミナー
- ・渡航受診者受け入れのためのセミナー

【部署の特徴・方針】

- ・海外研修医師に対応のため、英語通訳の職員を配置。また、中国人の患者増加を見据え、中国語通訳の職員を採用した。
- ・衛生委員会と連携し職員の健康診断の実施、結果管理を所管している。

【今後の目標】

- ・設備・施設の保守点検計画の策定。
- ・定型業務の標準化（体制強化）
- ・耐震対策。
- ・保守・修繕項目の予算化。
- ・定型業務の標準化（体制強化）
- ・災害訓練の工夫と耐震対策。

【概要】

医師が各々その職務に専念できるよう、質の高い秘書業務プロセスを構築し、万全なサポート体制で秘書業務を執り行っている。 現在3名体制。

【業務内容】

医局会議の開催にかかる準備、医局内及び応接室の環境整備、スケジュール管理、出張手配、旅程表の作成、出張旅費・交際費清算等に係る経理事務、電話対応、来客対応、文書作成事務及び管理、会議準備、情報収集と資料の作成、講演会資料作成、贈答品管理、礼状の作成と管理、慶弔手配、診察・検査諸対応、住所録管理

【2018年度・2019年度の取組】

医師が仕事をしやすい環境整備に努める。
業務の効率化を図り残業時間減少に努める。

【参加研修会・学会・勉強会】

北海道病院学会
北海道銀行秘書室訪問、情報交換

【部署の特徴・方針】

突発的な業務が多いため、マニュアル化が困難な部署である。標準化できないことは都度口頭と文書で情報を共有することを心掛けている。また、院内外を問わず取り次ぎ役を担うことが多いため、迅速かつ正確にその内容を伝えることを心がけている。

日々の業務で多忙な医師にタイミングよく確実にその内容を伝え確認を行えるよう日頃から積極的にコミュニケーションをはかり、良好な協力関係を築けるよう努めている。

【今後の目標】

流動的で突発的な業務内容が多く、その都度最適に、柔軟に対応できるよう心掛けている。今後も同様に、さらに新しい知識を常に取り入れながら業務に取り組んでいきたい。

【概要】

患者さんやご家族、地域住民など病院に関わるすべての方々とのお互い良好な関係づくりを目指し、広報業務全般を行っている。

【業務内容】

広報誌の編集、発行／ホームページの管理、更新／各種パンフレット、ポスターの制作／プレスリリースの作成／各種広告の検討、掲出／各種マスコミ対応／講演会の企画、実施／DVD の企画、制作／学会、研究会開催のサポート／各種写真撮影等

【2018、2019 年度の取組】**■2018 年度**

ホームページのページ追加、更新。院外広報誌を 4 回、法人内広報誌を 12 回発行。パンフレット「陽子線治療」「各種健診・ドックのご案内」の更新。一般向け講演会(外部からの依頼を含む)101 回実施。プレスリリース作成。テレビ、雑誌取材対応複数。各種広告の作成、掲出。各種協賛の検討、実施。

■2019 年度

ホームページのページ追加、更新。院外広報誌を 4 回、法人内広報誌を 12 回発行。パンフレット「陽子線治療(英語版)」の作成。パンフレット「病院総合案内」の更新。一般向け講演会(外部からの依頼を含む)、67 回実施。プレスリリース作成。テレビ、雑誌取材対応複数。各種広告の作成、掲出。各種協賛の検討、実施。

【参加研修会・学会・勉強会】

日本 HIS 研究センター(法人会員)

【学会発表】

なし

【部署の特徴・方針】

専任は 1 人だが、院内外の協力を得ながら行う業務が多い。病院だけではなく、法人広報も担当している。法人、病院理念に沿った広報活動を行っている。

【今後の目標】

陽子線治療の周知を図る。

事務部

診療情報管理室

【概要】

病院の統計や各種調査票、学会への定期症例報告、NCD、全国がん登録、各部門からのデータ抽出依頼、診療報酬改定時のコード関連、電子カルテの伝票やテンプレート、各種書類関連、そしてDPC関連全般と、その業務の幅は非常に多岐に渡り、情報の収集・蓄積・抽出・分析を担当している。

【業務内容】

DPC関連業務/全国がん登録/NCD登録事業/各種調査票/学会定期報告/診療録管理/各種統計/電子カルテ書類・伝票・テンプレート管理・クリニカルパス/電子カルテ操作レクチャー/各種用紙管理/個人情報保護関連/診療情報関連実習生受入など

【2018・2019年度の取組】

2018・2019年度においては、DPC、がん登録、NCDに加え、脳卒中学会がNCDから独立した形でJNDの登録事業が新たに開始された。人員も、2017年度にて欠員となった職員の補充も入り、業務拡大の影響もあり更に増員となった。これにより、部署の方針である「二人一組（ツーマンセル）」の組み立てができなかった業務においても可能となり、がん登録などにおいて第二世代（バックアップ要員）の育成にも取り組んだ。

診療情報管理室は、年間約400件以上のデータ抽出依頼を一手に引き受け、その役割を担っている。この2年間で、Accessを自由自在に扱えるスタッフも2名育成した。また、電子カルテの書類管理においても、独力で取り仕切りが可能な人材の育成に取り組み、電子カルテの運用上で、大きな役割を若手が担ってくれており、日々の成長を大変嬉しく思う。

【参加研修会・学会・勉強会】

全日本病院協会
北海道病院学会
日本診療情報管理学会

北海道診療情報管理研究会
北海道医療情報技師会
全国がん登録研修会
北海道がん登録研究会

【学会発表】

今期なし

【部署の特徴・方針】

診療情報管理室の特徴は、「自分達の業務はこれだけ」と宣言しないスタンスである。例え、他部署で「自分達じゃない」「できない」と言われた案件であっても、その内容が「病院としてやらなくてはならない」事柄であれば、部署の垣根を飛び越え、最前線で物事に取り組んでいる。この姿勢こそ、当部署の最大の強みであり、裏方と呼ばれる部署にも関わらず、相当数の表舞台で活躍をしている理由である。

筆者の独断ではあるが「小回りが効く技術屋さん」として、事務の中心を目指していきたい。

【今後の目標】

2020年春季、新型コロナウイルス感染症が全国で蔓延しはじめ、今もって先が見えない状況である。国の方針にもよるが、病院として発熱外来やワクチン接種など、今までにない業務が相当数増えてきており、運用などにおいても事務としての業務が相当数、想定される。既に、通常業務に加えてのコロナ関連の業務が日々増えている状況であり、職員も不安な日々を過ごしている。研修や学会などにおいても、既にオンラインのみの開催通知も増えており、若手の育成においても、今後は手法を考えなくてはならず、難航する事が予想される。しかしながら、こういう時こそ、Accessや基本的な技術の向上を目指し、日々、努力を重ねていかなくてはならない。

一日も早く、新型コロナウイルス感染症の規制が抜け、平和な日々が戻ってくることを切に願う。

【概要】

法人全体のシステム企画・運用管理を行い法人全体の業務改善を推進する。

【業務内容】

法人全体の基幹システム（財務・給与・人事）の管理・メンテナンスの実施、HIS（医療情報システム）の管理・メンテナンスの実施、法人全体のネットワークシステムの管理を行っている。

【2018/2019年度の取組】

《2018年度》

札幌禎心会病院 仮想サーバー各ブレードファームウェアのバージョンアップ実施。
サーバー機、クライアント端末の全ての WindowsOS のセキュリティパッチ適用。

《2019年度》

新勤怠管理システムの導入、人事給与システムのリプレイス実施。
Windows7サポート終了に伴うインターネット端末の更新作業。
サーバーハードウェア第三者保守導入によるコスト削減。（セントラル CI クリニック）

【参加研修会・学会・勉強会】

全日本病院協会
北海道病院学会
北海道医療情報技師会
北海道医療情報研究会

【部署の特徴・方針】

法人全体のシステム企画・運用・管理をチーム3名で実施している。業務範囲は財務・給与・人事・勤怠・電子申請など基幹システムからネットワーク・電子カルテ及びサブシステムまで多岐に渡り、医療から介護まで幅広く対応をしている。
当院の電子カルテは仮想技術を使用しており日々仮想化技術は進歩している、メンバー全員が仮想化技術を習得し安全で安心な医療情報システムの維持・向上に努めている。

【今後の目標】

ストレージサーバー更新による医療情報システムのデータ移行作業。
電子カルテ DB サーバーの OS 更新等、コストと要求事項のバランスを取りながら新たなシステム創りを企画していきたい。



ひまわり

[特集]

心臓血管センター内に
「低侵襲治療センター」を開設しました。

○インフォメーション ○新人スタッフ紹介 ○栄養レシピ ○地域医療連携施設のご紹介 ○トピックス



心に寄りそう、医療と介護をめざして。

わたしたちは法人理念に基づき、
良質な医療・介護を通じて
地域社会の繁栄に貢献します。



INDEX

特集

01 心臓血管センター内に「低侵襲治療センター」を開設しました。

[禎心会インフォメーション]

- 05 あなたのお薬手帳は、こんな時に役立ちます
- 07 迷走神経反射について
- 08 乳がん検診・ドックを受けましょう。
- 09 MRI装置を更新しました
- 10 生活の質向上をお手伝いしています
- 11 介護保険制度の自立支援
- 12 サービス付高齢者向け住宅(サ高住)ら・かるまで、不安、寂しさや無縁の生活を
- 13 [連載] 誤嚥性肺炎を予防するために
- 14 栄養レシピ
- 15 禎心会新人スタッフ紹介
- 16 地域医療連携施設のご紹介
- 17 禎心会トピックス
- 18 禎心会総合案内



禎心会のもっと
詳しい情報はこちら!

各施設の詳しい情報は
ホームページでもご覧
いただけます。ぜひご覧
ください。

<http://www.teishinkai.jp>

色弱の方にも見やすいユニバーサルデザインに
基づいた配色を採用しています。



[特集]

心臓血管センター内に「低侵襲治療センター」を開設しました。

当院は心臓血管センター内に心臓血管外科治療部門の「低侵襲治療センター」を新たに開設しました。センター長として着任した大谷則史医師、心臓血管外科の坂田純一部長の心臓血管外科専門医2人体制で昨年11月にスタートしました。

photo:Kei Utsuki(SAPPORO COMMERCIAL PHOTO STUDIO)



●現在使用されている腹部用ステントグラフト

よって動脈瘤を血管の内側から治療する手術法です。腹部では大きく切開することなく、胸部では肋骨を切らずに体外循環(人工心肺)を使用しないで治療できますので、患者さんにとって身体に優しい治療法と言えます。心臓(冠動脈)のステントと異なり、大動脈瘤のステントグラフトは挿入するための管が6〜9mmと太いので、通常、そけい部(足の付け根)を外科的に切開して実施します。

患者さんの中で、特に高齢者、合併症を多く有する方には従来の開腹、開胸手術と比べ、周術

対象疾患は狭心症などの冠動脈閉塞症、胸部大動脈瘤、急性大動脈解離、腹部大動脈瘤、下肢慢性動脈閉塞、下肢静脈瘤、深部静脈血栓症などです。開心術での皮膚小切開手術、心拍動下冠動脈バイパス術、治療範囲が広範に渡る胸腹部大動脈瘤などに対しては主要な臓器動脈へのバイパス術と血管内治療を併用するハイブリッド手術にも積極的に対応していきます。

身体に優しく、負担の少ない低侵襲治療

大谷センター長は前任地で、腹部ステントグラフト内挿術を約500症例、胸部ステントグラフト内挿術を約350症例手がけてきました。これまでに全国の多くの施設で指導医として指導を行い、1500症例以上のステントグラフト治療に携わってきました。坂田部長もステントグラフト指導医(胸部、腹部)です。ステントグラフト手術とはステントと人工血管(グラフト)を組み合わせた器具(ステントグラフト)を用い、カテーテル操作に

期(術前、術後を含めた一連の期間)の重篤な合併症の発生を大幅に低減できます。最近の国内での検討では在院死亡は1%以下で、従来の開腹、開胸手術時の10分の1です。低侵襲治療は身体に優しいだけでなく、治療後の負担も少ないので、生活の質が落ちることがありません。10年前から超高齢者に対する外科治療が当たり前のようになってきましたが、今後はこれまで以上に超高齢化が進むと考えられ、外科治療の適応のある心臓血管疾患においても低侵襲治療を選択すべき症例がますます増加すると推測されます。

今後は救急対応も

当院は国内有数の脳神経外科専門病院から先進的ながん治療を専門的に行える総合病院となりました。

現在は医師も充足され、救急外来では脳疾患、循環器疾患を含め初期救急治療を要する患者さんをすべて24時間積極的に受け入れております。

心臓血管外科で外科治療を要する主な病気

心臓手術

開心術においても小皮膚切開による低侵襲手術も含め、弁膜症、冠動脈閉塞症に対する手術を行なっています。

特に大谷センター長は心臓を止めない冠動脈バイパス術を北海道でいち早く行なって来た経緯がありますので、超高齢者、動脈硬化のハイリスクな症例に対しても対応していきます。

胸部大動脈瘤

胸部大動脈瘤についてもステントグラフト実施指導医2人がすべてのステントグラフト機種を扱える施設となっています。北海道・東北地区では唯一です。破裂性胸部大動脈瘤や急性大動脈解離に対してもしっかり対応していきます。

超高齢者、手術困難と診断された患者さんに関しても、胸を大きく開けて心臓を止め人工心肺

腹部大動脈瘤

という機械をつけて行う開胸術ではなく、低侵襲手術で治療することが可能なケースがありますので、気軽に相談ください。開心術は人工心肺を使用する胸部大動脈瘤にも対応できるハイブリッド手術室で行なっています。

当施設はステントグラフト指導医が2人在籍している数少ない施設です。札幌市の医療圏においても腹部で4施設、胸部で3施設しかありません。クリン度の高いハイブリッド手術室で低侵襲治療を指導医2人で積極的に進める施設です。

大谷センター長は北海道・東北エリアの各施設で手術指導を行っており、これまでも数多くの症例を経験しています。



胸部ステントグラフト留置

腹部大動脈瘤に対しては腹部ステントグラフト実施指導医が2人おり、腸骨動脈瘤に対しても実施医認定・施設認定を取っています。

これまでの経験からも今後は、お腹を大きく切開する開腹術での腹部大動脈治療症例は少なくなると思いますが、当院では常時ステントグラフト治療ができる体制です。

緊急を要する破裂性腹部大動脈瘤症例などにもしっかりと対応していきます。



腹部ステントグラフト留置

下肢静脈瘤

下肢静脈瘤血管内焼灼術実施医及び指導医が治療しています。重症例には下肢静脈瘤除去術

も行いますが、画像診断、機能診断で治療方針を検討し、適応症例には低侵襲治療である下肢静脈瘤レーザー治療を始めます。

下肢つつ血が強い場合は小皮膚切開で静脈瘤除去術も行います。軽症の場合は硬化療法、弾性ストッキング着用などにも対応します。

下肢動脈閉塞症

四肢の動脈が閉塞する病気も積極的に治療していきます。

当院は大動脈ステントグラフト実施施設でもあり、札幌市内では心臓血管外科医が治療を行っている数少ない施設です。

カテーテルによる血管内治療、カテーテルで治療困難な重症虚血肢に対しても低侵襲治療を心がけています。

高齢で最近足が冷たくなった、歩くのが不自由になってきた、あまり歩かなくなったといった方が身近にいましたら、最新検査機器で痛みを伴うことなく的確な診断ができますので、受診をお勧めください。

当院は下肢動脈閉塞症の患者さんは動脈硬化の進行している全身病と考え、全科的に診療していきますので安心して受診してください。

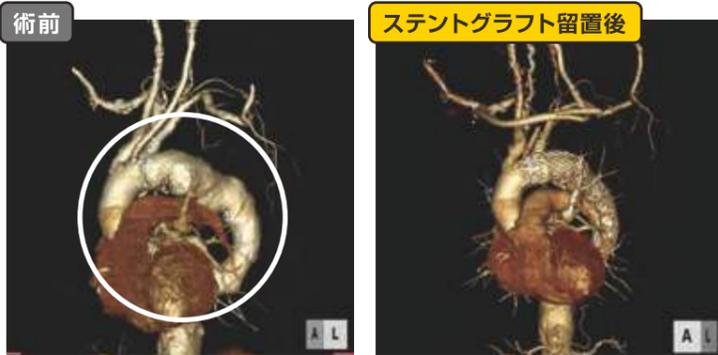
リンパ浮腫

当院は最先端のがん治療施設でもあります。外科治療、放射線治療後に1年から2年かけて徐々に四肢がむくんでくるリンパ浮腫に対しても治療後から積極的に介入していきます。

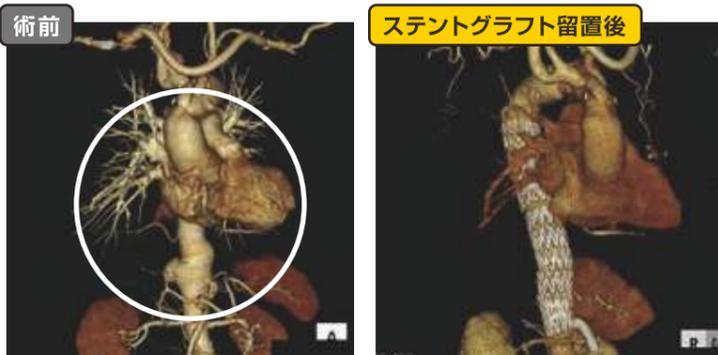
特に腫れが強くなると、日常生活においても支障が出てきますので、自己管理も重要です。近隣の方で足が腫れるなどの症状があればご相談ください。

腫れる原因を特定し、病態に応じた治療を行なっています。当院ではリンパ浮腫療法士の研修をしっかりと受けたス

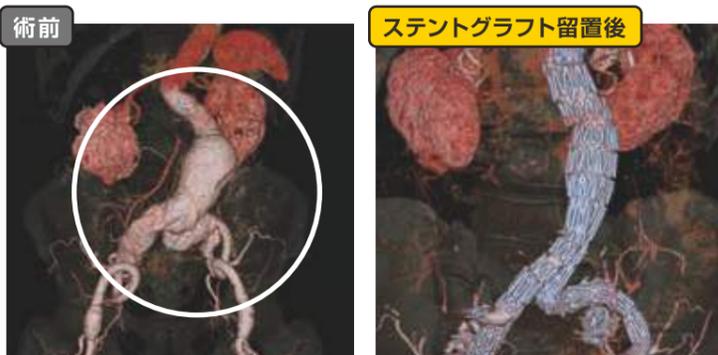
症例 1 胸部大動脈瘤



症例 2 胸腹部大動脈瘤症例



症例 3 腹部大動脈瘤+腸骨動脈瘤



※術前の白丸部分は病巣部です。

タッフがいますので安心して受診してください。

全身の脈管疾患を診療

心臓血管センター・低侵襲治療センターはこれからの超高齢者社会を見据えて、患者さんに安全、安心して心身に負担の少ない低侵襲治療を受

けていただけるよう努力していきます。

全国的にも珍しいと思いますが、当院は脳神経外科、循環器内科と協力して全身の脈管(動脈・静脈疾患)疾患を診療しています。

セカンドオピニオン、健診も含め心配なことがあります。たら気軽に来院してください。



札幌禎心会病院
心臓血管センター
低侵襲治療センター
センター長
大谷 則史
(おたに のりふみ)

ご相談先

札幌禎心会病院

☎011-712-1131

住所:札幌市東区北33条東1丁目3番1号



札幌禎心会病院
薬剤部
主任
坂本 和央
(さかもと かずひさ)

あなたのお薬手帳は、 こんな時に役立ちます

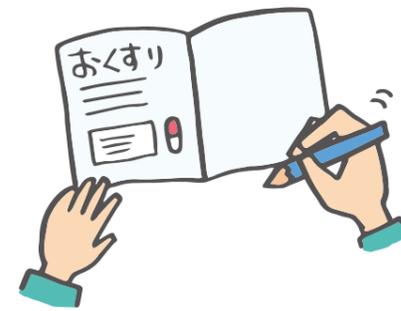
お薬手帳をきちんと使って、持ち歩いていますか。
お薬手帳は使用している薬の情報や副作用歴、
アレルギーの有無などを記録、管理する大切な手帳です。

情報をしっかりと残す

薬局に処方せんを持って行って薬を調剤してもらおう際、お薬手帳に張るラベルをもらう機会があります。このラベルをしっかりとお薬手帳に張り、適切に使用することで、薬による悪い効果を未然に防止できます。

お薬手帳には自分の情報を書き込むページがあります。このページに副作用歴やアレルギー歴を書き込むことで、これらを引き起こす恐れのある薬が処方されるのを防げます。

病歴を記入することで、その



病気に使用できない薬が処方されることを防ぐこともできます。他にも情報を書いておくことで、悪い効果の防止にもなりますので、自分の情報をしっかりと残すことが大切です。

1つにまとめて使用を

お薬手帳には現在使用している薬の情報をしっかりと載せてください。複数の医療機関で薬を処方してもらっている場合、お薬手帳を使用することで、同じ薬が同時に処方されてしまうのを防げます。薬の飲み合わせについても事前に確認することができ、なので、お薬手帳は病院毎に使い分けず、1つにまとめて使用することが重要です。

病院で処方される薬だけでなく、市販薬やサプリメントの情報も記載してください。これらの飲み合わせによっても薬の効果は変わってしまう恐れがあります。市販薬やサプリメント

トの情報もしっかりと記入し、病院へ伝えてください。

災害時の情報提供に

お薬手帳は情報の記載だけでなく、普段から持ち歩くことも重要です。

東日本大震災では使用していた薬が流されてしまい、自分の使っていた薬がわからなくなってしまうことがありましたが、お薬手帳を持っていた人はスムーズに薬を準備することができました。非常時、限られた人員で業務をしなければならぬ中、業務効率が上がりに多くの人を助けることが可能となりました。

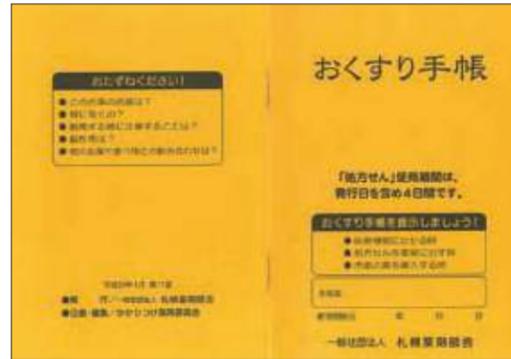
他の地域や避難所へ移動する際の情報提供にも活用されました。このように、お薬手帳を持ち歩くことは、自分だけでなく他の人の助けにもなります。震災や台風などで避難するときはお薬手帳を持って行ってください。



①お薬手帳の中の私の大切な情報のページ

お薬手帳を持ち歩き、調剤薬局などへ提出して常に最新情報にすることも重要です。薬が変わらないからと古い情報のままにしておく、急病などで病院に運ばれた際、本当にその薬を飲んでいるのか分からないことがあります。

歯科医院にも持参が必要なケースがあります。血液をサラサラにする薬を飲んでいたり、抜歯など出血を伴う治療で血が止まらなくなる危険性がありますが、事前にお薬手



②お薬手帳(札幌病院薬剤師会)



③お薬手帳に市販薬・サプリメントも記入

【ご相談先】

札幌 禎心会病院
☎011-712-1131
住所:札幌市東区北33条東1丁目3番1号

さっぽろ北口クリニック
☎011-709-1131
住所:札幌市北区北7条西2丁目8番1号
札幌北ビル2階

禎心会北44条クリニック
☎011-712-5161
住所:札幌市東区北44条東8丁目1番6号

稚内 禎心会病院
☎0162-29-4311
住所:稚内市栄1丁目24番1号

帳で情報を伝えることで防ぐことができます。

お薬手帳を適切に使用して持ち歩くことは、薬の悪い効果から身を守り、もしものときの情報提供にも利用できます。次のことをきちんと行って、今後の治療に役立ててください。

- ① 自分の情報をしっかりと書き込む
- ② お薬手帳をひとつにまとめる

- ③ 処方薬だけでなく、市販薬やサプリメントの情報も載せる
- ④ お薬手帳を普段から持ち歩く
- ⑤ 病院、調剤薬局、歯科医院などにきちんと提出する
- ⑥ 常に最新情報に更新する

乳がん検診・ドックを受けましょう。

当クリニックは乳がん検診・ドックを行なっています。
安心して生活できるよう年1回の受診をお勧めします。



さっぽろ北口クリニック
事務部
冷水 里緒
(ひやみず りお)

乳がんドック

Aコース

- マンモグラフィ
- 乳腺超音波検査
- 甲状腺超音波検査
- 視触診

7,000円

日本人女性の12人に1人
生涯に乳がんを患う日本人女性は2017年現在、12人に1人と言われ、とても身近な病気となりました。しかし、早期に発見し適切な治療を行えば、良好な経過が期待でき、9割以上は治ると言われています。
当クリニックは札幌市乳がん検診指定医療機関となっており、札幌市に住民票がある40歳以上の偶数歳の方はマンモグラフィと視触診の検査を定額で受けることができます。費用は40歳以上50歳未満の方が1,800円(マンモグラフィ2方向)、50歳以上の方は1,400円(マンモグラフィ原則1方向)です。奇数歳の方は

Bコース

- マンモグラフィ
- 視触診

5,000円

でも、前年度に検査を受けていなければ対象となります。
乳がんドックは左記の表の通り3コースあり、結果は受診後に口頭で説明し、後日レポートをご自宅へ郵送しています。
症状があれば健康保険で
しこりや痛み、皮膚の変化(くぼみや腫れ)、脇の腫れやしこりといった気になる症状がある方は健康保険での受診も可能です。
一方、札幌市は40歳の方に無料クーポンを配布しています。有効期限は3月31日までとなっていますので、まだ使用していない方は一度、検査を受けて

Cコース

- 乳腺超音波検査
- 視触診

4,000円

※金額はすべて税別

【ご相談先】

さっぽろ北口クリニック

☎011-709-1131

住所:札幌市北区北7条西2丁目8番1
札幌北ビル2階

札幌禎心会病院

☎011-712-1131

住所:札幌市東区北33条東1丁目3番1号

迷走神経反射について

採血中、貧血で具合が悪くなった経験はありませんか。
これは穿刺による疼痛や処置に対する過度の緊張、
ストレスにより迷走神経が刺激されて起こる症状です。



セントラルC1クリニック
看護部
主任
佐藤 こそえ
(さとう こそえ)

迷走神経って何？

迷走神経は血圧を下げる副交感神経に含まれる脳神経の一つで、脳(延髄下部)から頸部、胸部、腹部にわたり広く分布し、心拍数の調整や呼吸、胃腸の蠕動運動といった生命活動に重要な役割を担っています。
この迷走神経が何らかの原因で刺激されて起こる反応を迷走神経反射といい、誰にでもある生理現象です。しかし過度の刺激(痛み、ストレス)がかかると、迷走神経が過剰に反応しさまざまな症状が出現することがあります。
心拍数抑制による除脈や急激な血管拡張による血圧低下によって、一時的に脳虚血(脳血流量低下)が起こり、めまいやふらつき、時には失神することもあります。他にも吐気や冷汗、顔面蒼白、耳鳴り、視界が悪くなるなどの症状が出現します。

症状の予防と対応



私たちは「採血で具合が悪くなったことはありませんか」と聞くことがあります。これは過去に迷走刺激反射を起こしたことがないかを確認しています。経験がある方は事前にお伝えください。迷走神経反射による血圧低下を防ぐため、横になって処置を受けていただくなどの対応をします。
初めて症状が出たケースも同様で、すぐに横になり、頭を低くして下肢を上げさせて血圧低下による失神を防ぎ症状改善を促します。
過去になったことがある方でも、その日の体調により起こらなかったり、今まで何度

も採血の経験がある方でも起こしたりする場合があります。もし採血の途中でどうきかしてきた、視界が悪くなってきた、吐気があるなど穿刺前と違う異変を感じたときは、我慢せず看護師へ知らせ、迷走神経反射による血圧低下や失神を防ぎましょう。

【ご相談先】

セントラルC1クリニック

☎011-623-1131

住所:札幌市中央区大通西17丁目1番27号 札幌メディアセンタービル1階

札幌禎心会病院

☎011-712-1131

住所:札幌市東区北33条東1丁目3番1号

さっぽろ北口クリニック

☎011-709-1131

住所:札幌市北区北7条西2丁目8番1
札幌北ビル2階

禎心会北44条クリニック

☎011-712-5161

住所:札幌市東区北44条東8丁目1番6号

稚内禎心会病院

☎0162-29-4311

住所:稚内市栄1丁目24番1号

生活の質向上をお手伝いしています

当事業所は稚内禎心会病院併設のら・ぷらーセンター内にあり、南地区居宅介護支援事業所、在宅介護支援センター、ヘルパーステーション優とともに運営されています。



訪問看護ステーション
あい
所長
小林 真由美
(こばやし まゆみ)

各所と連携し事業実施

開設から17年目を迎え、社会保険制度や医療保険、介護保険制度の変遷を経て今日に至ります。法人内の札幌の各事業所を始め、宗谷地域の医療機関や介護施設、障がい者施設、地域包括支援センター、保健所などと連携を取りながら事業を行っています。

スタッフは看護師とリハビリスタッフ(理学療法士、言語聴覚士)が専従し、かかりつけ医の指示の下、利用者さんのご自宅へ訪問してケアを提供しています。

介護保険利用は担当ケアマネジャー、医療保険では相談支援員らと連携しながら、生活の質の向上が図れるようお手伝いします。

住み慣れた地域で生活を

利用者さんがおかれている状況は病気や障がいによりさ



まざまです。生活習慣病や先天性疾患、慢性疾患、難病、事故などによる後遺症、高齢による心身機能低下など、生活障がいが生じることは、ご本人はもちろんです。ご家族や周囲の人たちにとっても生活する上で悩まされるケースが多々あると思います。

ご家庭は介護を受ける側もする側もがんばり過ぎず、困り込み過ぎず、ご自身の心身両面からの健康維持が大切です。ご家族でできること、専門職に相談して解決できることを整理してみることをお勧めします。

[ご相談先]

訪問看護ステーションあい

☎0162-34-9812

住所: 稚内市栄1丁目24-2
老人保健施設ら・ぷらーさ内

訪問看護ステーション禎心会東

☎011-790-8102

住所: 札幌市東区北47条東16丁目1番5号

訪問看護ステーション禎心会北

☎011-768-6110

住所: 札幌市北区新川1条6丁目3番3号

めします。対話により、気持ちを表に出すことも大切です。私たちは学生時代に実習先で患者さんやご家族それぞれのライフステージにおける背景、疾患とその治療法、生活の再構築、尊厳や死生観について多くのことを学ばせていただきました。

住み慣れた地域で安心して生活を維持できるよう、協力機関と連携を図りながらお手伝いさせていただきます。お電話での相談も受け付けております。

MRI装置を更新しました

当院は昨年10月にMRI装置を更新し、検査環境を充実させました。



稚内禎心会病院
放射線部
診療放射線技師
加藤 拓也
(かとう たくや)

時間短縮、追加検査も

更新前のMRI装置と比べ、寝台が低い位置まで下がるようになりました。車いすやつえをついて歩行困難な患者さんでも寝台に上り下りしやすくなり、恐怖心や転倒、転落のリスクを回避できたと思います。

撮影時間も短くなり、脳血管を調べる検査は以前の約半分に短縮できました。患者さんの身体にかかる負担を少しでも軽減できていると感じています。

検査画像の画質も向上しており、脳卒中とよばれる脳梗塞や脳出血、くも膜下出血の判別がより一層しやすく、診



断に役立っています。新しい撮影方法も可能となったことで、これまでできなかった検査も追加して行えるようになりました。

装置が新しくなったことにより、検査環境を大きく充実させることができました。

市内唯一の脳神経外科

稚内市内に脳神経外科は当院しかありませんので、頭痛やめまい、吐き気といった症状がある方や家族に脳卒中の病歴がある方、高血圧、糖尿病といった病歴のある方は気軽に受診して、検査を受けていただけたらと思います。

ただし、MRI検査は強力な磁石を使用するので、検査の際はペースメーカーや3か月以内に身体へ人工関節やス TENTといった金属を入れた方は、検査ができない場合があります。このような方には別の検査が可能ですので、安

心して受診してください。今後も患者さんに安心していただける医療、検査を提供できるようスタッフ一同、努めていきます。



[ご相談先]

稚内禎心会病院

☎0162-29-4311

住所: 稚内市栄1丁目24番1号

サービス付高齢者向け住宅(サ高住)ら・かるまで、不安、寂しさと無縁の生活を

サ高住ら・かるまは生活支援サービスを受けながら、各季節の楽しい行事に参加できます。一人暮らしの不安、寂しさとは無縁の生活が待っています。



サービス付高齢者向け住宅ら・かるま 社会福祉士 管理者
岩内 敏晃
(いわない としあき)

単身高齢者の新生活スタイル

お一人で「家」を維持していくのはとても大変なことですが、万が一のときは、家や荷物の整理をすべて子どもに託してしまいます。元気がうちに身一つにさっぱり整理し、新しい生活をスタートさせたいとお考えの方もいると思います。しかし、高齢単身者だと札幌市内の賃貸物件はなかなか契約できない傾向にあります。そんなとき、新しい生活スタイルとして選択肢にサ高住を加えてみてはいかがでしょうか。

当施設は生活支援サービスとして、2週に1回の居室清掃、週1回の買物代行、1日3回の安否確認を行っています。健康管理のため、ご希望の方には血圧測定、毎朝の体操を実施しています。体調が優れないときは、体温測定や必要に応じてアイソロンを使ったクーリング、心身状態の観察、安静の声かけ、

ご家族への連絡などを行います。居室に緊急呼び出しボタンがあり、24時間緊急対応をします。ほかに、クリーニングや訪問理美容、訪問マッサージ、訪問歯科などの利用のお手伝いをしています。社会福祉士2人を配置し、介護サービスにとどまらず、日常のお困り事への相談にも対応しています。

加えて、当法人の医療・介護・在宅事業所だけでなく、地域の各医療機関、サービス事業所とも連携しながら入居者さんの生活を支えています。

寂しさ無縁な快適生活

一方、部屋にキッチンが設置しているのが自炊も可能です。入居者皆さんが一同に集まり語らう場として食堂、ダイニングがあり、一人暮らしの寂しさとは無縁の環境です。毎月行われる誕生会やバーベキュー、敬老会、忘年会といった季節行事、花見や紅葉見学などの外出行事、さらにフルート演奏、地域の幼稚園からの慰問など、ボランティアとの交流もあり楽しく過ごせます。

居室にご家族の宿泊も可能ですので、道外からの面会も心配ありません。ご家族への食事提供も可能です。

見学、入居相談は随時受け付けていますので、お気軽にお問い合わせください。



【ご相談先】

サービス付高齢者向け住宅ら・かるま
☎011-785-6110
住所:札幌市東区北47条東16丁目1番5号

介護保険制度の自立支援

介護保険制度の目的に「自立支援」があります。では、自立支援とは何でしょうか。



ホームヘルプサービスステーションら・ばーす 介護福祉士 管理者
九町 ゆかり
(くちよう ゆかり)

意欲的に実行できる支援

自立支援とは、たとえ年をとっても、障がいを持っても、介護が必要になっても、そのとき持っている体力、気力を使って、生活の中でできることは自分で行ってもらい、その人らしく生活をしていただく支援です。

老化や病気、障がいなどにより、ごきないことや必要なことは手助けさせていただく一方で、利用者さんの自己決定を尊重します。私たちホームヘルパーが自立を強制するのではなく、利用者さんの望む生活を理解し、ご本人が意欲的に実行できるよう支援します。

「生活援助」と「身体介護」

ホームヘルパーの支援には「生活援助」と「身体介護」があります。生活援助は日常生活の家事を利用者に代わって行う支援です。利用者さんが生活するスペースの掃除や調理、洗濯、

- 買い物代行、薬の受け取りなどがあります。一方、身体介護は次の3つです。
 - 1 身体に直接触れて行うもの
 - 2 生活動作や意欲向上を目的とし、一緒に行うもの
 - 3 専門的な知識や技術を必要とするもの
- 具体的には次の通りです。
- 食事介助
 - 排泄、更衣、整容、清拭や入浴の介助
 - 体位交換、移乗・移動介助
 - 利用者さんが家事を行う際、安全を確保するための声かけや見守り
 - 共同で行う調理や掃除などの家事
 - 服薬介助
 - 嚥下困難な方に対する流動食や糖尿病食など、特別な配慮が必要な食事を作るため、医師や管理栄養士などの指示に沿って行う調理
- 直接働きかけるのが身体介護ですから、体力の低下により

1人で買い物に行けない利用者さんに同行し、ご自分の目で見て買物をしていただいたり、台所に長く立っているのが大変であれば、安全に調理ができるように、食卓のいすに座って味付けや盛り付けを行っていただいたりします。

認知症で段取りを忘れてしまった利用者さんには、声かけにより一緒に家事を行っていく、入浴は手の届く部分をご自分で洗っていただくようになります。

【ご相談先】

ホームヘルプステーションら・かるま
☎011-785-6110
住所:札幌市東区北47条東16丁目1番5号

ホームヘルプサービスステーション積心会東
☎011-711-6110
住所:札幌市東区北44条東8丁目1番6号

ホームヘルプサービスステーション積心会北
☎011-768-6110
住所:札幌市北区新川1条6丁目3番3号

ホームヘルプサービスステーションら・ばーす
☎011-774-1131
住所:札幌市北区篠路町上篠路6番286

ヘルパーステーション優
☎0162-29-4330
住所:稚内市栄1丁目24番2号
老人保健施設 ら・ぶらーさ内

誤嚥性肺炎を 予防するために

【第3回】

作業療法士からのアドバイス

今回、誤嚥性肺炎予防のための食事環境の注意点を解説します。



訪問看護ステーション
禎心会東
作業療法士
林 忠利
(はやし たたとし)

年齢とともに死亡率が増加

厚生労働省によると、肺炎による死亡率は年齢とともに増えています。肺炎治療の安静期間中に身体機能や認知機能が低下する危険性もあり、普段から予防することが大切です。

体に合ったいすと テーブルを

食事中に体の大きさに合わないいすやテーブルを使っていると、猫背であごが上がった姿勢をとりやすくなり、飲み込むための筋肉が働きづらく、誤嚥を引き起こしやすいといわれています。誤嚥予防には体の大きさに

に合ったいすとテーブルの使用が重要です。

いすは「両足がしっかりと床に着く高さ」が理想的で、着かない場合は足台を利用しましょう。もともと猫背の人が背もたれ付きのいすに座ると、背骨の一部に体重がかかるため、姿勢が崩れやすくなります。背もたれに触れていない部分へタオルなどを入れ、背中から腰全体で寄り掛かると姿勢を長時間保ちやすくなります。(図1)

環境、一口量、温度にも配慮

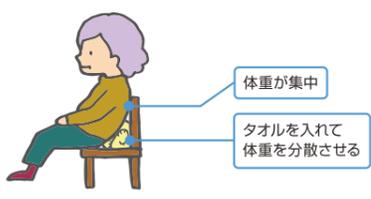
テレビを見ながらなど、食事から気がそれやすい環境は誤嚥の危険性が高まります。

一方、とても静かな状態は緊張してしまふ可能性があるため、ゆったりとした音楽をかけるなどリラックスできる環境をつくるのが効果的です。

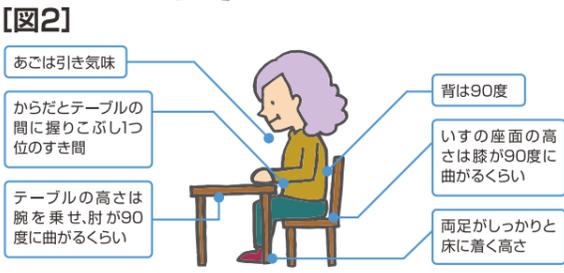
1回に口へ運ぶ量はデザートスプーン3分の2程度を目安に。一口量が少な過ぎると飲み込みづらく、多過ぎると誤嚥の危険性が出てきます。口に入れた食事を確実に飲み込んでから、次の一口を運びましょう。

口内に熱い(50℃)、冷たい(10℃)と温度差のはっきりした料理が

運ばれることで、飲みこみの反射が刺激されます。逆に口内と同じ温度だと刺激が少なく飲み込みにくくなるため、料理の温度にメリハリをつけましょう。



【図1】



【図2】



札幌禎心会病院
栄養科
管理栄養士
早坂 愛
(はやさか あい)

栄養レシピ 第38回

旬のうまみたっぷり!

冬野菜のラタトゥイユ

ラタトゥイユと言えばナスやズッキーニといった夏野菜を使ったものが一般的ですが、今回は今が旬の冬野菜を使ったラタトゥイユをご紹介します。冬の野菜はビタミンCを多く含んでいるのが特徴で、免疫力アップや健康な皮膚、粘膜の保護、老化予防の効果を期待できます。加えて、レンコンなどの根菜類には体を芯から温めてくれる働きもあり、寒い冬にぴったりの食材です。旬の野菜をたくさん食べて、風邪に負けない体を作りましょう。



作り方

- 1 タマネギ、カブは2cm角に切り、レンコン、ゴボウは乱切り。ブロッコリーは洗って一口大に切り、ゆでておく。にんにくはみじん切り。
- 2 鍋にオリーブオイルとニンニクを入れて弱火にかけ、香りが出てきたらタマネギを加えて炒める。タマネギがしんなりしてきたらカブ、レンコン、ゴボウを加えて炒める。
- 3 具材に火が通ったらトマト缶、白ワイン、ローリエを加えてふたをし、中火にかける。煮立ったら弱火にして15～20分ほど煮込む。
- 4 最後に塩、コショウで味を調えたらできあがり。

材料 [4人分] 594kcal

タマネギ	1個
カブ	小1個
レンコン	160g
ゴボウ	1本
ブロッコリー	1房
ニンニク	1片
カットトマト缶	1缶
白ワイン	大さじ1
オリーブオイル	大さじ1
ローリエ	1枚
塩	小さじ1/2
コショウ	少々

地域医療 連携施設の ご紹介

私たちは、
近隣の先生方、
施設と連携して
地域密着の
医療・介護に
取り組んでいます。

[標榜科目] 内科・外科・放射線科

〒060-0042
札幌市中央区大通西15丁目1-10
ITOメディカルビル札幌5階
☎011-688-6440
<http://www.kojin-kai.jp/sapporo/>



院長
岩久 建志 先生
(いわく けんじ)

Q 施設の特長を教えてください。
A 現在、甲状腺疾患診療の95%以上は外来で完結できるようになっています。当院は入

Q 診療方針を教えてください。
A 「甲状腺を病む方々のために」を理念に掲げています。伊藤病院で培った経験を駆使し、患者さま目線で、質の高い医療を提供できるよう職員一同努めています。

Q 対象患者さんを教えてください。
A 施設名の通り甲状腺疾患の方です。東京で80年続く甲状腺専門の伊藤病院の診療連携施設として、昨年11月に開業しました。北海道の皆さまが抱えている甲状腺疾患の治療を少しでもお手伝いできればと思っています。

医療法人社団 甲仁会 さっぽろ甲状腺診療所



読者にメッセージを。
ほとんどの疾患は即日診断、治療開始が可能です。札幌への通院が負担となる方、仕事などで十分な時間が取れない方々にも安心して治療を受けていただける環境をご用意しています。

院施設こそ無いものの、迅速血液検査の実施やアイソトープ治療施設など伊藤病院と同等の体制を整えています。
アイソトープ治療はⅡ治療や核医学治療とも呼ばれ、放射性同位元素を含む薬を用いて治療を行います。放射性の薬剤が内服、注射などにより体内へ入ると、特定の組織(甲状腺、腫瘍、がんなど)に集まります。
当院では放射性ヨウ素の内服による、パセドウ病アイソトープ治療、甲状腺分化がん全摘術後の外来アブレキシオン治療を主にこなしています。

禎心会 新人スタッフ紹介



私たちは禎心会の新しいスタッフです。
皆さまのお声を励みに進んでいきますので、
よろしくお願いいたします。

札幌禎心会病院

	氏名 高橋 美香 (たかはし みか)
	職種 看護師

札幌禎心会病院

	氏名 石川 琴音 (いしかわ ことね)
	職種 看護師

札幌禎心会病院

	氏名 生沼 淳子 (おいぬま じゅんこ)
	職種 臨床検査技師

札幌禎心会病院

	氏名 佐々木 美聡 (ささき みさと)
	職種 薬剤助手

ら・かるまセンター

	氏名 浅野 佳子 (あさの けいこ)
	職種 言語聴覚士

ら・かるまセンター

	氏名 谷 裕美 (たに ひろみ)
	職種 介護支援専門員

稚内禎心会病院

	氏名 山岸 佑実 (やまぎし ゆうみ)
	職種 看護師

稚内禎心会病院

	氏名 富永 良英 (とみなが よしひで)
	職種 診療放射線技師

稚内禎心会病院

	氏名 加藤 さとみ (かとう さとみ)
	職種 看護助手

介護老人保健施設 ら・ぱーす

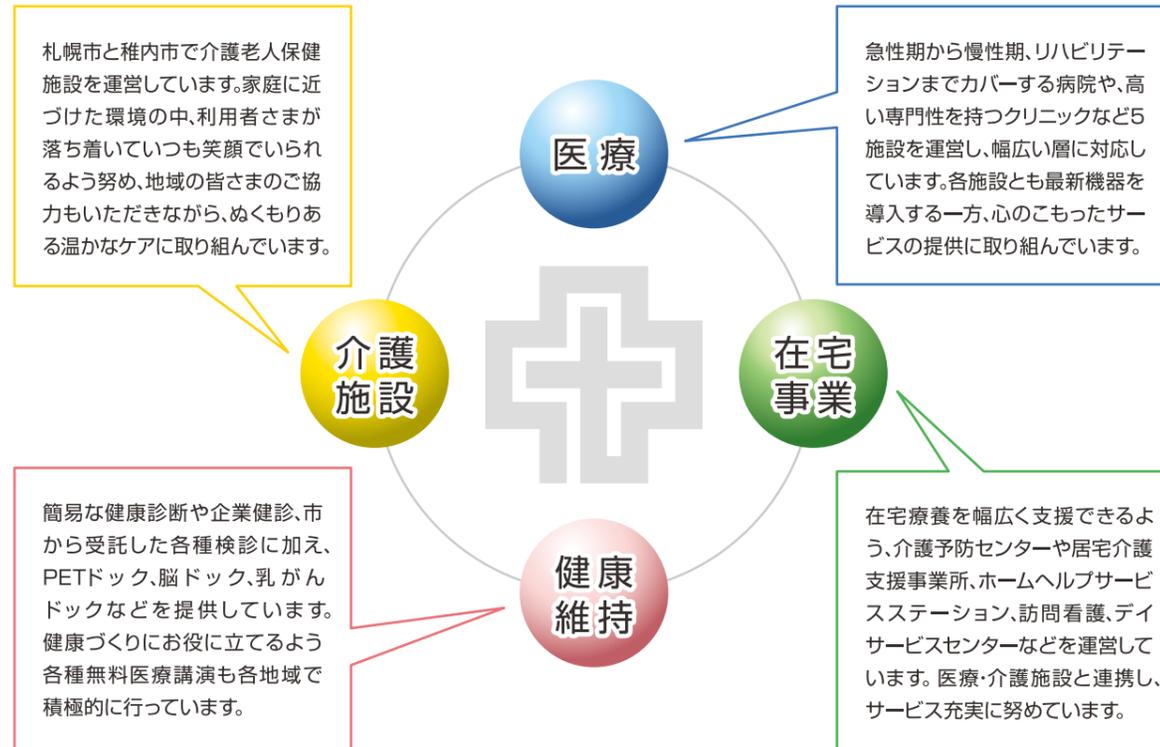
	氏名 結城 良介 (ゆうき りょうすけ)
	職種 介護福祉士



禎心会総合案内

INTRODUCTION

私たち社会医療法人禎心会は、『良質な医療、介護を通じて地域社会の繁栄に貢献する』という理念の下、札幌市、稚内市で医療や介護、在宅関連事業、健康維持に役立てるさまざまな活動を実践しています。各地域に密着しながら、患者さまや入所者さま、利用者さま、ご家族の立場に立ち、信頼される各種サービスの提供に職員一同、努めています。



医療	介護施設	在宅事業	健康維持
医療機関のご案内 <ul style="list-style-type: none"> ●札幌禎心会病院 ●稚内禎心会病院 ●セントラルCIクリニック ●さっぽろ北口クリニック ●禎心会北44条クリニック 	介護老人保健施設のご案内 <ul style="list-style-type: none"> ●介護老人保健施設 ら・ぱーす ●老人保健施設 ら・ぷらーさ 	在宅事業のご案内 <ul style="list-style-type: none"> ●禎心会東センター ●禎心会北センター ●ら・ぱーすセンター ●ら・ぷらーさセンター ●ら・かるまセンター (サ高住ら・かるま併設) 	各種ドック検診のご案内 <ul style="list-style-type: none"> ●PETドック ●脳ドック ●隣がんドック ●胃がんドック ●大腸がんドック ●乳がんドック・検診 ●子宮がんドック・検診

協業法人 社会福祉法人 **札幌山の手リハビリセンター**

ケアセンター栄町 〒007-0847 札幌市東区北47条東17丁目1番1号 ☎011-789-1152	ケアセンター山の手 〒063-0009 札幌市西区山の手433番地1 ☎011-642-1152	ケアセンターら・せれな 〒002-8081 札幌市北区百合が原3丁目1番地1号 ☎011-702-1152
●障がい者支援施設栄町 (短期入所) ●生活介護栄町 ●地域密着型介護老人福祉施設栄町	●障がい者支援施設山の手 (短期入所) ●生活介護山の手	●介護老人福祉施設ら・せれな ●ショートステイら・せれな ●デイサービスセンターら・せれな ●居宅介護支援事業所ら・せれな

TOPICS 1

札幌禎心会病院、ロシアサハリン州で道内医療情報を提供



札幌禎心会病院は道内医療情報をロシアへ提供するため、サハリン州ユジノサハリンスク市で昨年10月に医療セミナーを開催しました。

同州政府保健省の全面協力を受け、州立がんセンターで実施。同州の医療関係者を対象に徳田禎久院長が「日本における認知症診療—Alzheimer型認知症に対する取り組み—」、晴山雅人放射線治療センターセンター長が「新しい放射線治療：がん陽子線治療」をテーマに各1時間講演しました。参加者からは具体的な効果や費用について質問が相次ぐなど、日本の最新医療技術に高い関心が寄せられましたほか、現地医療機関の視察や同州医師との意見交換を行いました。セミナーの様子はNHKのニュースで紹介されました。

TOPICS 2

セントラルCIクリニック、チャリティーマラソンに初参加



セントラルCIクリニックのスタッフ12人は昨年10月に豊平川河川敷で行われたチャリティーマラソン「テリーフォックス・ラン札幌2017」に初参加しました。

テリーフォックスは18歳で骨肉腫が判明し右足を失いながら、がん治療の研究資金を募るため義足を着けてフルマラソンを毎日走り続けたカナダ人。彼が亡くなった1981年以降、意思を受け継いだチャリティー大会が世界各国で催され、集まった寄付金は全額、カナダ・テリーフォックス財団を通じ、がん研究機関に寄付されています。

札幌では一昨年に続く2回目の開催。参加無料で400人以上が出場し、1,000m、3km、5km、10kmの各種目を走りました。募金総額は100万円を超えたとのことです。

TOPICS 3

ら・ぱーす、コンサドーレサントラ隊を招き楽しいひととき



介護老人保健施設ら・ぱーすはプロサッカーチーム、北海道コンサドーレ札幌のサントラ隊と一緒にクリスマスイベントを行い、楽しいひとときを過ごしました。

昨年に引き続き、チームマスコットのドーレ君、オフィシャルダンスチーム、コンサドーレの女性2人に加え、今回は進藤亮佑選手が選手として初来所。デイケア利用者さんとのPK対決やダンスパフォーマンスで大いに盛り上がったほか、チームスポンサーからニットマフラーとお菓子が利用者さん全員に配られました。

編集
後記

8ページで乳がん検診・ドックについて紹介しました。乳がんになる方は年々増え、今後増加することが予想されています。

乳がんはほかの臓器のがんに比べて若い女性がかかることが多く、子育てや職場の中心で活躍する女性を直撃する、家族や社会に対する影響が大きい病気といわれています。

一方、乳がんは比較的進行が遅く、早期発見・治療ができれば、予後が良いがんとしても知られています。体の表面にできるため、自己発見が期待できる数少ないがんの一つでもありますので、自己検診を行うことも重要です。

「自分の健康は自分で守る」という意識を持つことが大切です。皆さんも早期発見へ向け、定期的な自己検診に加え、積極的に乳がん検診・ドックを受けてください。

(三上)

心に寄りそう、医療と介護をめざして。

社会医療法人 禎心会

札幌禎心会病院

〒065-0033 札幌市東区北33条東1丁目3番1号
☎ 011-712-1131

三大疾病(がん・脳卒中・心臓病)に特化した医療を提供いたします

- 科目
- ・脳神経外科
- ・神経内科
- ・消化器内科
- ・消化器外科
- ・内科
- ・循環器内科
- ・心臓血管外科
- ・頭頸科
- ・腫瘍内科
- ・乳腺外科
- ・婦人科
- ・放射線治療科
- ・放射線診断科
- ・リハビリテーション科
- ・形成外科
- ・ペインクリニック外科
- ・麻酔科
- ・病理診断科
- ・歯科口腔外科



私たちは良質な医療・介護を通じて、
地域社会の繁栄に貢献します。

セントラルCクリニック

〒060-0042 札幌市中央区大通西17丁目1番27号 札幌メディアセンタービル1F
☎ 011-623-1131

がん診断にPETを活用
PET、MRI、CTの画像診断専門クリニックです

- 科目
- ・放射線診断科、PETドック



さっぽろ北口クリニック

〒060-0807 札幌市北区北7条西2丁目8番1 札幌ビル2F
☎ 011-709-1131

最先端の医療で皆さまの健康を守ります

- 科目
- ・脳神経外科
- ・ペインクリニック外科
- ・乳腺外科



禎心会北44条クリニック

〒007-0844 札幌市東区北44条東8丁目1番6号
☎ 011-712-5161

在宅療養される地域の方々を支援します

- 科目
- ・内科
- ・脳神経外科



介護老人保健施設 ら・ぱーす

〒002-8052 札幌市北区篠路町上篠路6番286
☎ 011-774-1131

和みの時間を提供いたします

- 利用施設
- 入所定員80名(全室個室8ユニット)
短期入所療養介護(入所定員内)



サービス付き高齢者向け住宅 ら・かるま

〒007-0847 札幌市東区北47条東16丁目1番5号
☎ 011-785-6110

生き生きとした落ち着いた暮らしを提供いたします

- 利用施設
- 全40戸(約25㎡で台所、水洗トイレ、収納設備、浴室完備)



稚内禎心会病院

〒097-0017 稚内市栄1丁目24番1号
☎ 0162-29-4311

道北における信頼の地域医療を目指して

- 科目
- ・脳神経外科
- ・神経内科
- ・消化器内科
- ・循環器内科
- ・リハビリテーション科



老人保健施設 ら・ぷらーさ

〒097-0017 稚内市栄1丁目24番2号
☎ 0162-29-4322

このぬくもりが大好きです

- 利用施設
- 入所定員100名(一般棟50名/認知症専門50名)
短期入所療養介護(入所定員内)



QRコード



<http://teishinkai.jp>

ていしんかい

在宅関連事業所

禎心会東センター

〒007-0844 札幌市東区北44条東8丁目1番6号
☎ 011-711-6110

- 居宅介護支援事業所 禎心会東
- ホームヘルプサービスステーション 禎心会東
- デイサービスセンター 禎心会東(70名/日)
- 札幌市東区介護予防センター 栄町

禎心会北センター

〒001-0921 札幌市北区新川1条6丁目3番3号
☎ 011-768-6110

- 居宅介護支援事業所 禎心会北
- ホームヘルプサービスステーション 禎心会北
- 訪問看護ステーション 禎心会北

ら・ぱーすセンター

〒002-8052 札幌市北区篠路町上篠路6番286
☎ 011-774-1131

- 居宅介護支援事業所 ら・ぱーす
- ホームヘルプサービスステーション ら・ぱーす
- デイケアセンター ら・ぱーす(75名/日)

ら・かるまセンター

〒007-0847 札幌市東区北47条東16丁目1番5号
☎ 011-785-6110

- 居宅介護支援事業所 ら・かるま
- ホームヘルプサービスステーション ら・かるま
- 訪問看護ステーション 禎心会東

ら・ぷらーさセンター

〒097-0017 稚内市栄1丁目24番2号 老人保健施設 ら・ぷらーさ
☎ 0162-29-4322

- 稚内市南地区居宅介護支援事業所
- ヘルパーステーション 優
- 訪問看護ステーション あい
- 稚内市南地区在宅介護支援センター ぬくもり
- デイケアセンター ら・ぷらーさ(70名/日)

ひまわり



[特集]

陽子線治療の対象疾患を拡大、 前立腺がんなどが保険適用に

○インフォメーション ○新人スタッフ紹介 ○栄養レシピ ○地域医療連携施設のご紹介 ○トピックス

心に寄りそう、医療と介護をめざして。

わたしたちは法人理念に基づき、
良質な医療・介護を通じて
地域社会の繁栄に貢献します。



INDEX

特集

01 陽子線治療の対象疾患を 拡大、前立腺がんなどが 保険適用に

[禎心会インフォメーション]

- 05 転倒予防
～骨折で寝たきりにならないために～
- 07 PETがんドックのご案内
- 08 MRSを用いた認知症検査
- 09 脳ドックのすすめ
- 10 介護報酬の改定が行われました
- 11 身近なシニアが立ち上げた
「新しい通いの場」のお話
- 12 まかせて安心! 当法人の私的サービス
- 13 禎心会新人スタッフ紹介
- 15 地域医療連携施設のご紹介
- 16 栄養レシピ
- 17 禎心会トピックス
- 18 禎心会総合案内



[特集]

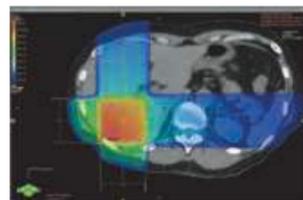
陽子線治療の 対象疾患を拡大、 前立腺がんなどが 保険適用に

札幌禎心会病院は道内民間病院初の
がん陽子線治療を先進医療として昨
年2月から実施。前立腺がんから受け
入れを始め、順次、治療対象の疾患を
拡大してきました。今年4月には前立
腺がんを含む、一部のがんが保険適
用となりました。

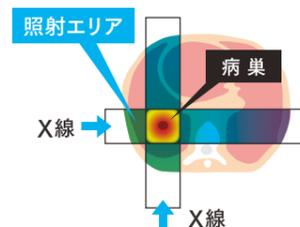
[陽子線とX線の線量分布比較]

X線治療

X線は病巣を突き抜けます

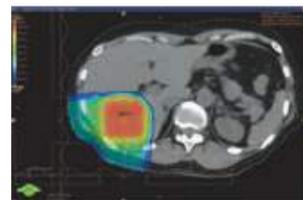


色の濃淡が放射線量を示す
(赤が強い)

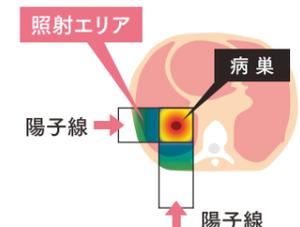


陽子線治療

陽子線は病巣でとまります



色の濃淡が放射線量を示す
(赤が強い)



QOLに優れた治療法

陽子線治療は外科手術や従
来の放射線治療では治すこと
が難しかった種類のがんに対
しても、優れた治療成績を示す
ことが明らかになりつつあり
ます。正常細胞へのダメージが
少ない利点もあり、世界的に注
目を集めているからだに優し
い治療法です。
陽子線治療は放射線治療の
一種。放射線治療では長年X
線やガンマ線を使用していま
した。陽子線治療は陽子とい

仕組みです。

陽子線治療を含めた放射線
療法は、がん細胞を死滅させる
局所療法です。病巣がある臓
器の形態や機能を温存するこ
とが可能なため、治療後も病
気になる前と同じ生活を送るこ
とができ、QOL(生活の質)に
優れた治療法と言えます。

がんの種類にもよりますが、
手術と比べ、5年あるいは10
年生存率もほとんど遜色はあ
りません。

加えて、外来(通院)で治療
ができるので、仕事を続けたり、
ご自宅でご家族と過ごし
たりする時間も持てますし、
身体への負担が少ないので、
高齢の方や体力が低下した方
も治療が受けられます。

ピンポイントに腫瘍を照射

従来のX線を用いた放射線
治療は身体の表面近くで一番
強いエネルギーを放ち、体内
へ入るに従ってエネルギーは
減少し、病巣を越えて体を突



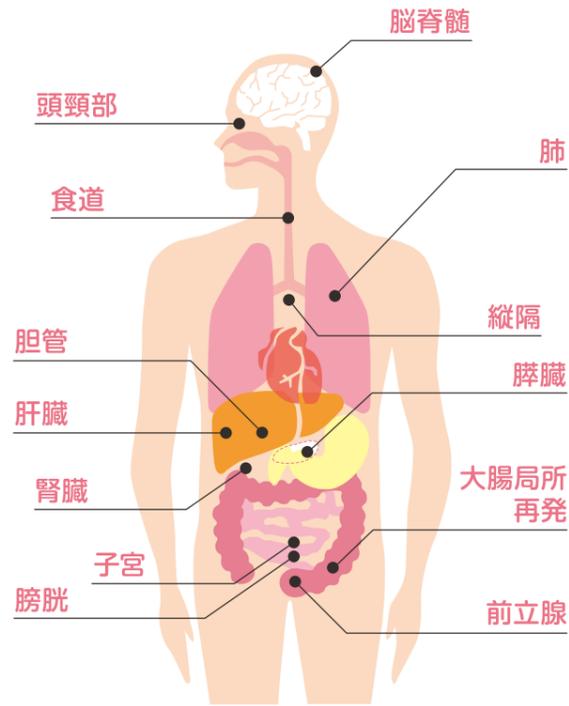
禎心会のもっと
詳しい情報はこちら!

各施設の詳しい情報は
ホームページでもご覧
いただけます。ぜひご覧
ください。

<http://www.teishinkai.jp>

色弱の方にも見やすいユニバーサルデザインに
基づいた配色を採用しています。

[陽子線治療の適応疾患]



札幌禎心会病院
放射線治療センター
センター長
晴山 雅人
(はれやま まさと)

ご相談先

**札幌禎心会病院
放射線治療センター**

専用ダイヤル (平日9時~17時)
☎011-712-1134

住所: 札幌市東区北33条東1丁目3番1号

順次、対象疾患を拡大

当院の陽子線治療は前立腺がんからスタートした後、数々の準備や治療装置の調整を行い、肝がん、肺がん、頭頸部領域、脳腫瘍(神経膠芽腫、神経膠腫)、骨軟部腫瘍、膀胱がん、子宮がんへ順次、対象疾患を拡大し、先進医療として実施してきました。

先進医療とは厚生労働大臣の承認を受け、通常の保険診療と併用できる治療です。患者

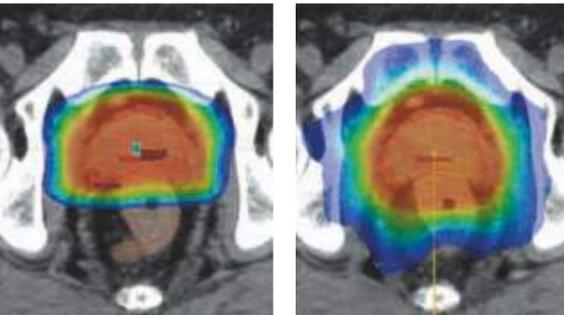
前立腺がんなどが保険適用に

今年4月の診療報酬改定により、一部のがんの陽子線治療が保険適用となり、先進医療から保険診療に移行しました。2016年から小児腫瘍の

さんの費用負担は先進医療の陽子線治療は全額自己負担、保険診療(診察、検査、投薬、入院など)は一部負担(3割など)となります。

当院は前立腺がん治療について、最新のスキニング法を用い、これまでよりも1回当たりの線量を増やし、治療回数を減らすことで治療期間を短縮、患者さんの負担を一層軽減しています。

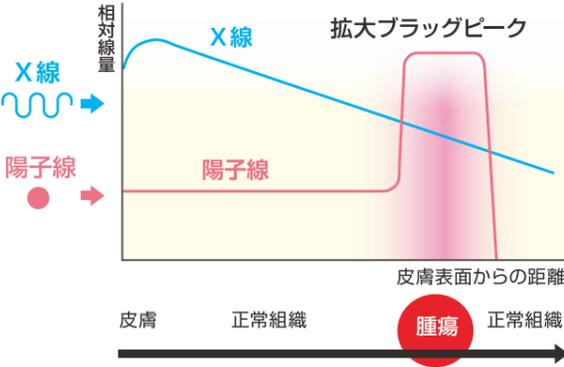
[前立腺がんの線量分布(放射線の量と当たっている部分)]



陽子線スキニング法 | **IMRT(放射線治療)**

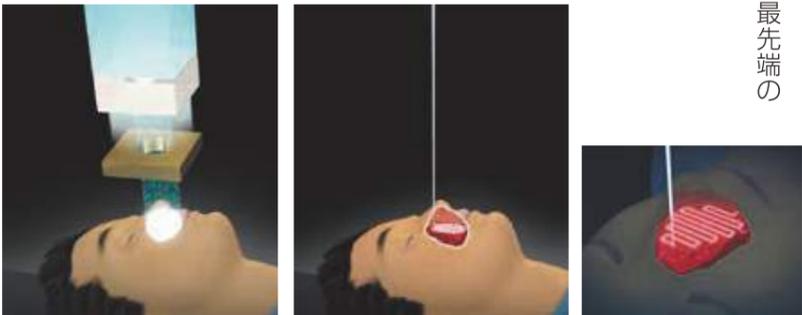
IMRTに比べ、陽子線スキニング法は前立腺に線量を集中して照射可能

[X線と陽子線の深部特性]



- 陽子線治療のメリット**
- 正常細胞へのダメージを最小限に抑え、身体への負担を軽減
 - 放射線の影響を受けやすい器官の周辺にあるがんにも照射可能
 - 従来の放射線治療では生き残ってしまうがんも死滅可能
 - 外来(通院)での治療が可能
 - 身体への負担が少なく高齢者や体力が低下した方も治療可能
 - 治療後、社会復帰や日常生活への支障が少なく、QOL(生活の質)を保つことが可能

[疾患別の使い分けが可能]



- 拡大ビーム法**
[適応疾患] 肺がん、肝がんなど
- スキニング法**
[適応疾患] 頭頸部がん、前立腺がんなど

き抜けます。病巣以外の正常な部分へも放射線が当たることにより、結果として副作用が生じていました。

これに対し、陽子線はあらかじめ設定した深さに達したときに最大(ブラッグピーク)のエネルギーを放出して停止する性質を持っていません。この性質を利用して、病巣のある深さに合わせて照射する設定をすることで、腫瘍に対してピンポイントに治療することが可能です。そ

の結果、通常の放射線治療に比べて正常細胞へのダメージが少なく、副作用を少なくすることが可能です。

全国で14施設

日本は世界をリードする陽子線治療先進国で、当院を含め全国で14施設(2018年4月現在)が陽子線治療を行っています。当院は他施設と比較して以下の特徴を持っています。

2種類の治療法を採用し使い分けが可能

当院の陽子線治療装置は陽子線の出口部分に、ユニバーサルノズルという構造を採用しています。これによって、がんの種類に応じて2種類の照射法を使い分けることができ、より適切な治療を実施します。

拡大ビーム法

呼吸などにより動くことが予

想されるがんに対して行います。照射室まで運ばれてきたビームを拡大し、専用器具でがんの形状に合わせて照射します。

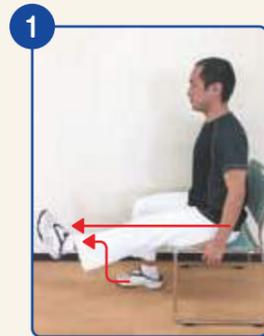
スキニング法

動きが少ないがんや、より精密な治療が必要ながんに用います。ビームを点描のように、がんを塗りつぶすように照射する最先端の方法です。

身体を動かしてみよう



体操前に正しい姿勢にしましょう!



1 膝の曲げ伸ばし
～太ももの強化～



2 つま先上げ
～すねの強化～



3 かかと上げ
～ふくらはぎの強化～



4 もも上げ
～股関節の強化～



5 骨盤の前・後傾～体幹強化～



6 足じゃんけん

グー チョキ パー

①～⑥を「各20回」「一日3セット」「毎日継続」してください。難しければ、一日1セットから始めてみてください。

【ご相談先】

札幌禎心会病院

☎011-712-1131

住所:札幌市東区北33条東1丁目3番1号

す。足を骨折すると、多くの場合で手術が必要となり、歩けなくなると、寝たきりとなってしまうケースが少なくありません。

骨折しやすいのは骨粗しょう症、毎日の飲酒や喫煙習慣がある人と言われています。転ばない身体づくりへ向けて、栄養バランスの良い食事を取り、しっかりと水分補給をして、積極的に身体を動かすことが大切です。

転ばない身体に必要なことは①良い姿勢②適度な筋力③適度な柔軟性④バランスを取れる⑤自分の身体のことをよくわかっていくことです。

転倒予防

～骨折で寝たきりにならないために～



札幌禎心会病院
リハビリテーション部
理学療法科
主任
大澤 奨道
(おおさわ まさみち)

骨折で寝たきりにならないため、転倒予防はとても重要です。

6か月以上で寝たきり

寝たきりとは病気やけがなどが原因で、寝ている状態が6か月以上経過し、介護が必要な状態を指します。

障がい高齢者の日常生活自立度(寝たきり度を詳しくみると、「生活自立」は何らかの障がいがあるが、日常生活はほぼ自立して自力で外出できる状態です。以下、屋内の生活は概ね自立しているが介助なしに外出できないランクA、屋内の生活は何らかの介助を必要とし、日中もベッド上での生活が主体だが、座位を保てるランクB、一日中ベッド上で過ごし、排泄や食事、着替えに介助を要するランクCに分類されます。

骨折・転倒は65歳以上で寝たきりになる主な原因(平成12年厚労省調査)で3位(1位・脳卒中、2位・高齢による衰弱、4位・認知症)、介護が必要になった原因(平成25年厚労省



調査)で4位(1位・脳卒中、2位・認知症、3位・高齢による衰弱)となっています。

転んで骨を折って、寝たきりになったり介護が必要になったりするのを防ぐため、転倒予防はとても重要です。

「家の中」は意外と危険

転倒しやすい場所の1位は普通の道(屋外)で以下、階段(屋外、屋内)、家の中(屋内)です。転び方はつまづいたがトップで、滑った、足がもつれた、と続きます。転んだときの履き物を見ると、屋外は運動靴、革靴、サンダル、屋内は靴下、ストッキング、スリッパ

の順で、転んだ方向は前が最も多く、次が横です。

順位が低く盲点となりがちですが、「家の中」は最も過ごす時間が長いので、意外に危険との指摘があります。

特に注意が必要なのは浴室やキッチンといった床がぬれていて滑りやすい場所です。このほか、玄関や階段、敷居など段差がある場所には手すりを設置したり、段差を解消したりするなど環境整備をすることが望ましいです。

一方、屋外を歩く際に履く靴は自分のサイズに合っている、軽くて滑らないなどに留意してください。適度に休憩を取りながら時間に余裕を持って行動することも大切です。

積極的に運動を

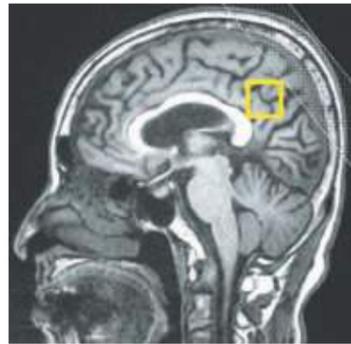
骨折の傾向として、60代までは腕の付け根や手首付近が多いのに対し、70代以降は太もも付け根の骨折が増えま

MRSを用いた認知症検査

当院は認知症検査にMRI検査の一種であるMRSという検査を用いています。



さっぽろ北口クリニック
検査部放射線科
主任
千川 賢
(ほしかわ まさる)



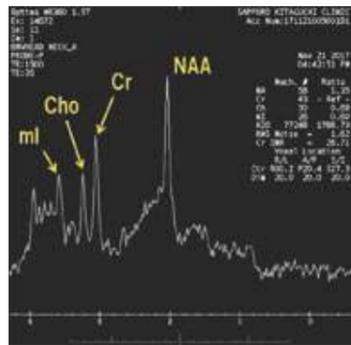
①

細胞内の成分を測定

MRIという検査を一度は耳にしたことがあるかと思いますが、MRIは身体の断面の撮影だけでなく、血管の立体像の作成や血流速度の測定、組織の硬さの評価、さらに、脳機能の評価など多様な検査が可能です。

MRI検査の一種にMRS (MR Spectroscopy) という検査があります。あまり聞き慣れないと思いますが、簡単にいうと、MRI装置を用いた「成分測定」です。

具体的には測定したい体の部位に立方体の関心領域(写



②

症状と経過を裏付け

一般的にアルツハイマー型認知症の診断支援を目的としたMRI検査は、脳の萎縮の度合いを調べるVSRADという検査が有名ですが、萎縮

真①を設定してデータ収集を行うことで、細胞内にある成分がグラフで表示されます(写真②)。

特に頭の検査においては脳細胞内の成分比を調べることにより、アルツハイマー型認知症に特徴的なパターンを見つけることができると言われています。

がまだ起こっていない「早期」の症例ではVSRADでの評価が困難であることも知られています。

この問題を取り上げた最近の研究では、VSRADに加えMRSを併用することで、VSRAD単独よりも診断精度が良くなったという結果が報告されました。

MRIの結果だけで認知症の診断を行うことはできませんが、当院の物忘れ外来では患者さんの「症状と経過」を裏付ける有力な診断支援情報として、VSRADとMRSを併用したMRI検査を活用しています。

【ご相談先】

さっぽろ北口クリニック

☎011-709-1131

住所:札幌市北区北7条西2丁目8番1
札幌北ビル2階

札幌禎心会病院

☎011-712-1131

住所:札幌市東区北33条東1丁目3番1号

PETがんドックのご案内

当クリニックはPET検査を取り入れたがんの早期発見を目的とする「PETがんドック」(人間ドック)を行っています。



セントラル
CIクリニック
事務部
ドックアテンダント
熊谷 香織
(くまがい かおり)

複数検査で発見率向上

PET検査は多くのがんの早期発見に有効ですが、不得意な臓器、部位があります。それらのがんを見つげるためには他の検査を組み合わせたことが必要となります。

当クリニックのPETがんドックは見逃しが無いようPET検査のほかに、CT、MRI検査を行なって放射線診断専門医が画像診断するのに加え、甲状腺の超音波検査、腫瘍マーカーなどの血液検査を組み合わせて発見率を向上させています。

医師による検査前の問診、検査後の結果説明も行いますので、健康状態に心配がある方も安心して受診していただけます。

専任担当者がご案内

当ドックは問診から結果説明まで、ご受診者一人ひとり

PETがんドックの流れ

受付をして開始→医師による問診→MRI検査→超音波検査→血液・尿検査→FDG投与(PET検査のための注射)→安静(FDGを体内に行き渡らせるため)→PET/CT検査→安静(FDGを減らすため)→軽食→医師による結果説明→終了

※完全予約制で所要時間は約5時間です。

詳細な情報やパンフレットをご希望の方はドック専用コールセンターまでお気軽にお問い合わせください。

【PETがんドック専用コールセンター】

0120-505-118

【ご相談先】

セントラルCIクリニック

☎011-623-1131

住所:札幌市中央区大通西17丁目1番27号
札幌メディックアセンタービル1階



う、いつも丁寧な対応を心掛けています。

介護報酬の改定が行われました

介護保険の利用料を決める介護報酬が4月に改定されました。



老人保健施設
ら・ぷらーさ
事務課
川口 誠一
(かわぐち せいいち)

6年一度の同時改定

介護保険制度は平成12年の施行以来、3年に一度、制度改定が行われてきました。前回の平成27年は通所介護を中心に基本報酬がマイナスとなり、高額所得者の自己負担は2割へ上がりました。今回の介護報酬改定でも、より所得が高い方の負担割合が今年8月から3割となります。

6年に一度の医療と介護の同時改定のため、診療報酬との整合性を図りながら通常の介護報酬改定以上に医療との連携を促す内容となっています。

サービス提供時間を変更

当施設では通所リハビリテーション(デイケア)を運営しています。定員は1日70名で平日及び祝日も行っています(年末年始除く)。

通所サービスと聞くと通所介護(デイサービス)を思い浮

予防のきっかけに

近年、自動車運転中の病気が原因で起きる突然死による交通事故が増えています。増加要因は運転手の高齢化、脳卒中(脳梗塞、脳出血、くも膜下出血)や心疾患の既往患者が運転中に再発してしまったためです。既往歴のない健常者が突然、発症するケースもあります。

当院は脳ドックを実施しています。血管の動脈硬化チェックと診断に加え、早期発見した場合や危険な徴候を見つけたときは早期の受診を促します。

- 脳ドックを受診していただいても将来的に脳卒中になるかならないかの予測はできませんが、ご自身で予防していただくきっかけになると思います。次に該当する方にはお薦めします。
- 血圧やコレステロール値が高い
- 頭痛などの自覚症状がある
- 糖尿病

- 肥満気味
- 家族に脳卒中患者がいる
- 最近、物忘れが多い

今は特に症状はないが脳の状態が気になる、頭の検査を一度受けてみたいなどとお考えの方は、お電話か窓口で脳ドックを予約してください。

毎週水・金曜日(祝日は除く)午後から実施しています。診断結果はドック受診後、10日以内に文書とCD-Rを郵送し、報告しています。

循環器内科診療を実施

血管障害として脳卒中と緊密な関係にあるのが虚血性心疾患です。厚生労働省発表の「平成26年人口動態統計(確定数)の概況」によると、同年1年間の死因別死亡者総数のうち、心疾患は約20万人で全体の15.5%を占め、悪性新生物(がん)に次いで2位でした。

現在、稚内市の循環器診療は

出張医か内科医が担っている状況で、当院でも出張医が対応しています。

当院で受けられる検査は24時間心電図計測ができる「ホルター型心電図検査」や心臓の形態的・機能的診断が可能な「心臓超音波検査」、さらに、安静時ではわからない心電図の変化、脈や血圧の変化を調べるため、運動しながら心電図記録などを行う「ツリッドミル検査」です。

循環器内科診療は毎週ではありませんが、火曜日午後、水曜日午前(祝日は除く)です。循環器疾患でお悩みの方、循環器内科を受診したい方はお気軽にご相談ください。

稚内 稚心会病院

☎0162-29-4311

住所: 稚内市栄1丁目24番1号

札幌 稚心会病院

☎011-712-1131

住所: 札幌市東区北33条東1丁目3番1号

さっぽろ北口クリニック

☎011-709-1131

住所: 札幌市北区北7条西2丁目8番1
札幌北ビル2階

【当施設の1日のスケジュール】

- | | |
|-------------------------------------|-----------------------|
| 1. 職員による送迎(自宅から施設へ送迎) | 5. 昼食 |
| 2. 体調チェック(血圧、脈拍など) | 6. レクリエーション(ゲーム、体操など) |
| 3. 入浴(希望者のみ) | 7. おやつ |
| 4. リハビリテーション
(個別リハビリ、集団体操、マシン操作) | 8. 帰宅(施設から自宅へ送迎) |

今回の介護報酬改定を受け、4月からサービス提供時間を次の通り変更しています。

- 4時間以上6時間未満 → 5時間以上6時間未満
- 6時間以上8時間未満 → 6時間以上7時間未満
- 6時間以上8時間未満 → 7時間以上8時間未満

※1日の基本スケジュールに変更はありません。

変更に伴い、利用料金の変更や書類の説明などでご自宅へうかがったり、施設へお越しのお願いがあります。

老人保健施設ら・ぷらーさ

☎0162-29-4322

住所: 稚内市栄1丁目24番2号

介護老人保健施設ら・ばーす

☎011-774-1131

住所: 札幌市北区篠路町上篠路6番286

脳ドックのすすめ

脳卒中予防のきっかけとして、脳ドックの受診をお薦めします。



稚内 稚心会病院
医事課
主任
遠藤 寛昌
(えんどう ともあき)

まかせて安心！ 当法人の私的サービス

当法人札幌在宅事業所は介護福祉士、ホームヘルパーがご自宅に訪問し、お困り事のお手伝いをさせていただく私的サービスを提供しています。



ホームヘルプサービス
ステーション禎心会北
管理者
兼崎 満江
(かねざき みつえ)

サービス提供は365日年中無休で、時間は9時から22時です。
サービスご利用までの流れは、まずはお電話でご相談、お申し込みをいただき、事前

365日年中無休

ご家族不在時の見守りやデパートへの買物、散歩などの同行もできます。
同居家族が働いているためにできない、独居が気になるけど仕事で行けないというご家族の方々にご利用していただいています。

当法人在宅事業所は「まかせて安心！」を掲げ、例えば、窓ガラス拭き、換気扇やご家族同居のトイレやリビングといった共有部分の掃除、入退院の付き添いなど、介護保険、障害者自立支援法など公的保険では対応できないサービスをカバーしています。

公的保険外をカバー

■ 私的サービス利用料金表

私的サービス料金について

介護保険制度の支給限度額を超過したものと及び障害者自立支援法の介護給付支給量を超過したものは厚生労働省で定めた費用の全額実費負担とします。

サービス利用料

現在、当事業所のサービスを受けている方

サービス種類	30分未満	30分以上60分未満	30分増すごとに
家事援助・身体介護	1,100円	1,900円	700円
通院介助中の待ち時間	無 料	500円	500円

現在、当事業所のサービスを受けていない方

サービス種類	30分未満	30分以上60分未満	30分増すごとに
家事援助・身体介護	1,750円	3,500円	1,750円

※交通費込みの料金となっております。 ※上記料金に消費税が加算されます。

[ご相談先]

ホームヘルプサービスステーション禎心会北
☎011-768-6110
住所:札幌市北区新川1条6丁目3番3号

ホームヘルプサービスステーション禎心会東
☎011-711-6110
住所:札幌市東区北44条東8丁目1番6号

ホームヘルプサービスステーションら・ばーす
☎011-774-1131
住所:札幌市北区篠路町上篠路6番286



身近なシニアが立ち上げた 「新しい通いの場」のお話



札幌市東区介護
予防センター栄町
センター長
加藤 奈穂子
(かとう なおこ)

当センターは地域のシニアの皆さんが「新しい通いの場」をつくることを目的としたモデル事業の委託を札幌市から受けました。

広がる介護予防

平成29年度は東区の8か所の介護予防センターが受託し、地域住民が住み慣れた地域で、自らが運営する通いの場をつくり、自立した生活が続けられるよう運動を中心とした活動をサポートしました。

当センターが担当している栄西地区では、シニア対象に「期間限定3か月週1回の介護予防教室」を4か所で立ち上げ、東区で普及啓発をしている。※みんなのタッピー体操」を実施しました。

合わせて、理学療法士と連携し「転倒予防のお話」や教室の開始時と終了時に歩行スピード測定などの体力測定を行いました。63歳から99歳までの延べ約550人が参加し、終了後のアンケートでは「手足の動きが良くなった」「つまづきがなくなった」「体の中が温かくなった」などの声が聞かれました。介護予防教室終了後は参加

者が主体的に運営する通いの場が新たにできたことや、所属する老人クラブの例会で体操を継続するなど、参加する皆さんの活躍によって介護予防の取り組みが栄西地区に広がりました。

意義ある社会貢献

モデル事業に参加したシニアの方はご自身たちが体操を続けられるために、禎心会東センターで新たに通いの場を立ち上げました。栄西地区に週1回タッピー体操ができる環境が整い、転倒予防に向けた継続的な取り組みが可能となりました。



※みんなのタッピー体操
転倒予防のため、東区で作成した筋トレ、ストレッチ体操です。

地域のシニアの方が主体的に参加、運営し、介護予防へ積極的に取り組み、住み慣れた地域に何もないところから新しい通いの場を生み出していくことは決して簡単なことではありません。このように、地域に新たな社会資源を生み出すことは地域にとって大変有意義なことであり、活動を継続していくことは地域への社会貢献にもなっています。介護予防センターは身近な地域で、介護予防活動が自主的に続けられるよう、普及啓発や技術支援、運営についての助言などをしていきたいと考えています。シニアの皆さま、よろしくお願ひします。

札幌市東区介護予防センター栄町
☎011-748-8484
住所:札幌市東区北44条東8丁目1番6号

新入職員 オリエンテーションを実施

当法人は4月2日、「平成30年度新入職員オリエンテーション」を札幌 禎心会病院大会議室で実施し、同市、稚内市の各事業所から新卒、中途採用を合わせ81人が参加しました。

徳田禎久理事長は訓示の中で、自分、他人を大切にすることを求めたほか、健康管理の重要性、社会人、職業人としてのあり方を伝えた上で、「患者さん、利用者さん、ご家族から感謝の言葉をいただけるよう努めてほしい」と期待を寄せました。

このほか、各担当者が就業規則や給与、人事評価、情報システムなどについて解説。午後は外部講師を招き、社会人としての心得やビジネス マナー、コミュニケーション技法を学びました。



介護老人保健施設 ら・ぱーす



佐々木 勇太
(ささき ゆうた)
介護福祉士



田代 裕子
(たしろ ゆうこ)
准看護師

ら・かるまセンター



秋山 早希恵
(あきやま さきえ)
看護師

禎心会北センター



原田 桃
(はらだ もも)
理学療法士

稚内禎心会病院／老人保健施設 ら・ぷらーさ



禎心会東センター



玉木 祐司
(たまき ゆうじ)
事務員

近藤 七星
(こんどう ななせ)
介護福祉士

高橋 淳平
(たかはし じゅんぺい)
ケアマネジャー



禎心会 新人スタッフ紹介

私たちは禎心会の新しいスタッフです。

皆さまのお声を励みに進んでいきますので、よろしくお願いいたします。

※4月1日に入職した職員についてはスペースに限りがあるため氏名、職種を割愛させていただきます。

札幌 禎心会病院



馬場 智子
(ばば ともこ)
看護師



小野 佳央理
(おの かおり)
看護師



原田 彰仁
(はらだ あきひと)
看護師



佐々木 瑞帆
(ささき みずほ)
看護師



瀧澤 愛
(たきざわ あい)
看護師



南 真貴子
(みなみ まきこ)
看護師

セントラルC1クリニック



小松 由紀子
(こまつ ゆきこ)
事務員



小林 葉月
(こばやし はづき)
診療放射線技師



倉田 遥平
(くらた ようへい)
診療放射線技師



坂本 滯美
(さかもと れみ)
診療放射線技師



杉本 亜由美
(すぎもと あゆみ)
歯科衛生士



栄養レシピ 第39回

ヘルシーで塩分ひかえめ!

鶏肉と豆腐のゆず風味サラダ

鶏肉は脂肪分が少なく皮を取るとヘルシーに食べることができます。新タマネギは春に出回り甘味があるため、苦味が苦手な方でもおいしく食べられます。加えて、ビタミンB1が豊富で糖質から有効的にエネルギーを作り出す手助けをしてくれます。ゆず皮粉末やレッドペッパーなどで味にアクセントを付けることで薄味でも食べやすくすることができ、塩分の摂り過ぎが気になる方にもいいです。



札幌禎心会病院
栄養科
管理栄養士
丸山 沙織
(まるやま さおり)

作り方

- 豆腐の水をきる(キッチンペーパーや重石を使い冷蔵庫に1時間以上おいてしっかりきる)。
- 鍋に[A]を入れて沸騰する前に鶏肉を入れ、弱火で約15分程度ゆでて火からおろし粗熱をとる。
- 鶏肉と豆腐は2mm程度、新タマネギは1mm程度の厚さ、ラディッシュは実を薄切り、葉を食べやすい長さに切る。
- [B]を合わせドレッシングを作り、鶏肉と野菜を加えて混ぜ合わせる。豆腐は崩れやすいので最後に加えざっくりと混ぜる。

材料 [2人分]

2人分:382kcal

鶏胸肉(皮なし)	150g	[B]	
豆腐	100g	オリーブ油	大さじ1
新タマネギ	40g	穀物酢	大さじ1
ラディッシュ	15g	砂糖小さじ	1/2
[A]		塩	少々
水	1ℓ	黒コショウ	少々
しょうが	5g	ゆず皮粉末	小さじ1/4
塩	少々	レッドペッパー	少々

Introduction of
community based
health facilities

地域医療 連携施設の ご紹介

私たちは、
近隣の先生方、
施設と連携して
地域密着の
医療・介護に
取り組んでいます。

[標榜科目] 内科・消化器内科

〒060-0042
札幌市中央区大通西6丁目10
大通公園ビル3階

☎011-208-3020

<http://www.hjgic.or.jp/shiduko/>



院長
古山 士津子 先生
(ふるやま しづこ)

医療法人社団 寿功会 シヅコ大通公園ビル 内科消化器クリニック

Q 対象疾患を教えてください。
A 糖尿病や高血圧、脂質異常症などの生活習慣病や喘息などのアレルギー疾患、更年期障害や不眠症です。専門は消化器内科で消化管の疾患(逆流性食道炎、胃炎や潰瘍、大腸炎、便秘など)や肝臓、胆嚢の疾患も診ています。未病の方にも予防医学(健康診断、アンチエイジング診療)を通し、元気でハツラツとした毎日をサポートしています。

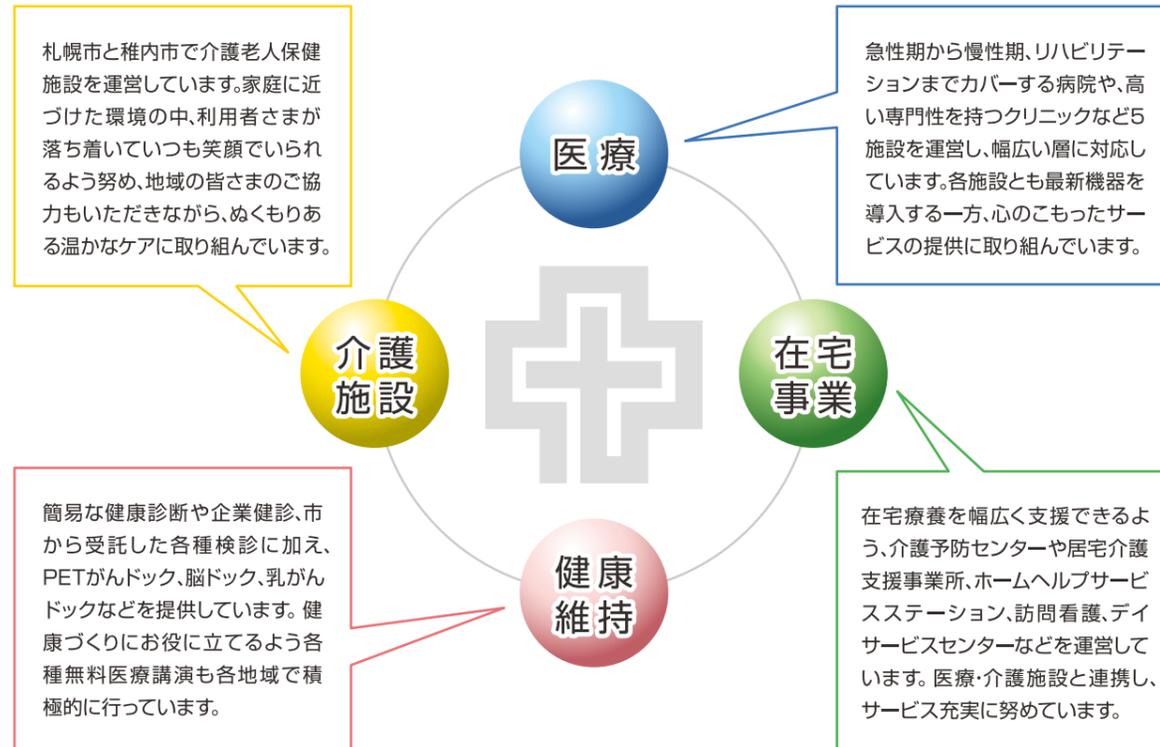


Q 施設の特長を教えてください。
A 最新の経鼻レーザー内視鏡、デジタルX線TVによる鮮明なレントゲン画像、バリウム検査、骨密度測定や超音波装置を駆使して確実な診断につなげています。
自由診療で免疫能向上、抗酸化・抗老化作用増強、疲労回復などを目的とする高濃度ビタミンC、プラセンタ、マイヤーズカクテルなどをご用意しています。
読者にメッセージを。
経験豊富なスタッフと充実した設備で地域の皆さまが明るく健康で、いきいきと毎日を過ごせるよう全力でお手伝いします。オフィス街の皆さまも受診しやすいよう昼休みや夕方方も診療していますので、お気軽にご相談ください。

禎心会総合案内

INTRODUCTION

私たち社会医療法人禎心会は、『良質な医療、介護を通じて地域社会の繁栄に貢献する』という理念の下、札幌市、稚内市で医療や介護、在宅関連事業、健康維持に役立てるさまざまな活動を実践しています。各地域に密着しながら、患者さまや入所者さま、利用者さま、ご家族の立場に立ち、信頼される各種サービスの提供に職員一同、努めています。



医療	介護施設	在宅事業	健康維持
医療機関のご案内 <ul style="list-style-type: none"> ●札幌禎心会病院 ●稚内禎心会病院 ●セントラルCIクリニック ●さっぽろ北口クリニック ●禎心会北44条クリニック 	介護老人保健施設のご案内 <ul style="list-style-type: none"> ●介護老人保健施設 ら・ぱーす ●老人保健施設 ら・ぷらーさ 	在宅事業のご案内 <ul style="list-style-type: none"> ●禎心会東センター ●禎心会北センター ●ら・ぱーすセンター ●ら・ぷらーさセンター ●ら・かるまセンター (サ高住ら・かるま併設) 	各種ドック検診のご案内 <ul style="list-style-type: none"> ●PETがんドック ●脳ドック ●隣がんドック ●胃がんドック ●大腸がんドック ●乳がんドック・検診 ●子宮がんドック・検診

TOPICS 1

札幌禎心会病院、モスクワ州立学術臨床研究所と関係強化へ

札幌禎心会病院は1月下旬、ロシア連邦のモスクワ州立学術臨床研究所「MONIKI=モニキ」、メディカルツーリズム・ジャパン(MJT、本社・札幌)と医療と公衆衛生分野の協力関係を強化していくことで合意(写真上)し、その要旨を記した議事録に院内で署名しました。今後はMONIKIとの国際医療交流協定の締結に向けた話し合いを進めていく予定です。

道は2017年度からロシア欧露部、いわゆるヨーロッパロシアとの地域間交流を推進し、同日はモスクワ州との交流事業の一環として、ジェット口北海道貿易情報センターと協働でMONIKIを札幌に招へい。MONIKIの副理事長とリハビリテーション部長が来院し、署名前には施設見学も行ないました。MJTは日本とロシアの医療交流を推進しており、今回、同病院とMONIKIの仲介、来札のコーディネートをしました。

一方、同病院は同日、ロシア連邦議員団の視察を受け入れました(写真)。道・日露地域間交流意見交換会への出席、高橋はるみ知事に表敬訪問し共同記者会見をするため来道したロシア各地域選出の国会議員、政府関係者計9人のほか、道庁職員や報道関係者が多数来院。徳田禎久院長が病院概要、特徴を説明した後、高木克放射線治療センター副センター長が陽子線治療について解説し、実際に治療装置を見学しました。



TOPICS 2

札幌禎心会病院、版画巡回展示を開始

札幌禎心会病院は多摩美術大学、風の美術館(新十津川町)などと共催で第1回目の現代版画巡回展示を2月中旬から開始しました。

同病院は彫刻家、デザイナーの五十嵐威暢元同大学長の提案を受け、2015年11月の新築移転時から優秀作品16点を展示。同大学生、卒業生の作品を本院と陽子線治療センターの渡り廊下に設置し、患者さんの癒しにつなげています。こうした効果と版画の魅力幅広く伝えたいと、昨夏から老人ホーム緑寿園(滝川市)、新十津川スポーツセンター、土別市立博物館、2月に東川町役場で小品展を開始するのに合わせ、初となる作品巡回展示を行ないました。8月には中札内町が新たに加わり、年2回、6会場で作品の入れ替えを実施していきます。



協業法人 社会福祉法人 札幌山の手リハビリセンター

ケアセンター栄町

〒007-0847 札幌市東区北47条東17丁目1番1号
☎ 011-789-1152

- 障がい者支援施設栄町 (短期入所)
- 生活介護栄町
- 地域密着型介護老人福祉施設栄町
- ショートステイ栄町
- デイサービスセンター栄町
- 居宅介護支援事業所栄町

ケアセンター山の手

〒063-0009 札幌市西区山の手433番地1
☎ 011-642-1152

- 障がい者支援施設山の手 (短期入所)
- 生活介護山の手

ケアセンターら・せれな

〒002-8081 札幌市北区百合が原3丁目1番地1号
☎ 011-702-1152

- 介護老人福祉施設ら・せれな
- ショートステイら・せれな
- デイサービスセンターら・せれな
- 居宅介護支援事業所ら・せれな

編集 後記

14ページで紹介した通り、当法人は平成30年度新入職員オリエンテーションを札幌禎心会病院で実施しました。新卒、中途採用を合わせた4月の入職者94人うち、札幌市、稚内市から81人が出席しました。

理事長訓示や外部講師の接遇講習を皆、真剣な表情で聞き入り、小まめにメモを取っていました。おそらく、多くの出席者は新生活への不安を抱えていたと思いますが、社会人になった喜びや自分への期待、新たな職場への意気込みからか、休憩中は明るい笑顔が多くあふれていました。早く仲間を作ろうと、積極的に両隣や前後の職員へ話しかけ合う姿も随所に見られました。

この季節、新入生や新社会人になった頃の不安や初々しい気持ちを思い出し、懐かしさを感じる読者の方も少なくないのではないのでしょうか。

(三上)

心に寄りそう、医療と介護をめざして。

社会医療法人 禎心会

札幌禎心会病院

〒065-0033 札幌市東区北33条東1丁目3番1号
☎ 011-712-1131

三大疾病(がん・脳卒中・心臓病)に特化した医療を提供いたします

- 科目
- ・脳神経外科
- ・神経内科
- ・消化器内科
- ・消化器外科
- ・内科
- ・循環器内科
- ・心臓血管外科
- ・頭頸科
- ・腫瘍内科
- ・乳腺外科
- ・婦人科
- ・放射線治療科
- ・放射線診断科
- ・リハビリテーション科
- ・形成外科
- ・ペインクリニック外科
- ・麻酔科
- ・病理診断科
- ・歯科口腔外科



私たちは良質な医療・介護を通じて、
地域社会の繁栄に貢献します。

セントラルCクリニック

〒060-0042 札幌市中央区大通西1丁目1番27号 札幌メディアセンタービル1F
☎ 011-623-1131

がん診断にPETを活用
PET、MRI、CTの画像診断専門クリニックです

- 科目
- ・放射線診断科、PETドック



さっぽろ北口クリニック

〒060-0807 札幌市北区北7条西2丁目8番1 札幌北ビル2F
☎ 011-709-1131

最先端の医療で皆さまの健康を守ります

- 科目
- ・脳神経外科
- ・ペインクリニック外科
- ・乳腺外科



禎心会北44条クリニック

〒007-0844 札幌市東区北44条東8丁目1番6号
☎ 011-712-5161

在宅療養される地域の方々を支援します

- 科目
- ・内科
- ・脳神経外科



介護老人保健施設 ら・ぱーす

〒002-8052 札幌市北区篠路町上篠路6番286
☎ 011-774-1131

和みの時間を提供いたします

- 利用施設
- 入所定員80名(全室個室8ユニット)
短期入所療養介護(入所定員内)



サービス付き高齢者向け住宅 ら・かるま

〒007-0847 札幌市東区北47条東16丁目1番5号
☎ 011-785-6110

生き生きとした落ち着いた暮らしを提供いたします

- 利用施設
- 全40戸(約25㎡で台所、水洗トイレ、収納設備、浴室完備)



稚内禎心会病院

〒097-0017 稚内市栄1丁目24番1号
☎ 0162-29-4311

道北における信頼の地域医療を目指して

- 科目
- ・脳神経外科
- ・リハビリテーション科
- ・内科
- ・消化器内科
- ・循環器内科



老人保健施設 ら・ぶらーさ

〒097-0017 稚内市栄1丁目24番2号
☎ 0162-29-4322

このぬくもりが大好きです

- 利用施設
- 入所定員100名(一般棟50名/認知症専門50名)
短期入所療養介護(入所定員内)



QRコード



<http://teishinkai.jp>

ていしんかい

在宅関連事業所

禎心会東センター

〒007-0844 札幌市東区北44条東8丁目1番6号
☎ 011-711-6110

- 居宅介護支援事業所 禎心会東
- ホームヘルプサービスステーション 禎心会東
- デイサービスセンター 禎心会東(70名/日)
- 札幌市東区介護予防センター 栄町

禎心会北センター

〒001-0921 札幌市北区新川1条6丁目3番3号
☎ 011-768-6110

- 居宅介護支援事業所 禎心会北
- ホームヘルプサービスステーション 禎心会北
- 訪問看護ステーション 禎心会北

ら・ぱーすセンター

〒002-8052 札幌市北区篠路町上篠路6番286
☎ 011-774-1131

- 居宅介護支援事業所 ら・ぱーす
- ホームヘルプサービスステーション ら・ぱーす
- デイケアセンター ら・ぱーす(75名/日)

ら・かるまセンター

〒007-0847 札幌市東区北47条東16丁目1番5号
☎ 011-785-6110

- 居宅介護支援事業所 ら・かるま
- 訪問看護ステーション 禎心会東

ら・ぶらーさセンター

〒097-0017 稚内市栄1丁目24番2号 老人保健施設 ら・ぶらーさ内
☎ 0162-29-4322

- 稚内市南地区居宅介護支援事業所
- ヘルパーステーション 偲
- 訪問看護ステーション あい
- 稚内市南地区在宅介護支援センター ぬくもり
- デイケアセンター ら・ぶらーさ(70名/日)

ご自由にお持ちください

社会医療法人 禎心会

ひまわり

2018

夏

vol.85



[特集]

札幌禎心会病院 聴覚・めまい医療センター

○インフォメーション ○新人スタッフ紹介 ○栄養レシピ ○地域医療連携施設のご紹介 ○トピックス

心に寄りそう、医療と介護をめざして。

 社会医療法人 禎心会

わたしたちは法人理念に基づき、
良質な医療・介護を通じて
地域社会の繁栄に貢献します。



INDEX

特集

01 札幌禎心会病院 聴覚・めまい医療センター

〔禎心会インフォメーション〕

- 05 知っていますか？ 緩和ケア
- 07 大腸CT検査
- 08 認知症予防、治療に効果が期待されるサプリメントのご紹介
- 09 肺炎予防にワクチン接種を
- 10 利用者さん、ご家族とともに笑顔に
- 11 「アドバンス・ケア・プランニング」を考えてみましょう
- 12 介護保険制度とケアマネジャーの役割
- 13 [連載] 緩和ケア
- 14 栄養レシピ
- 15 禎心会新人スタッフ紹介
- 16 地域医療連携施設のご紹介
- 17 禎心会トピックス
- 18 禎心会総合案内

**禎心会のもっと
詳しい情報はこちら！**

各施設の詳しい情報は
ホームページでもご覧
いただけます。ぜひご覧
ください。

<http://www.teishinkai.jp>

色弱の方にも見やすいユニバーサルデザインに
基づいた配色を採用しています。



photo : Daisuke Nishiyama

〔特集〕

札幌禎心会病院 聴覚・めまい医療センター

当院は難聴やめまい、顔面神経麻痺の患者さんの
検査、診断、治療を一貫して行う「聴覚・めまい医療
センター」を開設し、専門医が最先端の治療を提供
しています。

最先端治療を提供

最先端の難聴治療を専門とする水見徹夫センター長が中心となつて難聴診療を行います。札幌医科大学先端聴覚医療センターの名譽センター長を兼任していますので、充実した難聴医療を提供できます。

中耳の病気（真珠腫性中耳炎、慢性中耳炎など）による難聴の手術治療の経験も豊富で、内耳の難聴（感音難聴）を含めた「耳の病気」による難聴全般の診療を行っています。

す。加えて、補聴器に関しても補聴器相談医の資格を生かした診療を実施しています。

難聴を起こす代表的な病気は加齢性難聴（老人性難聴）や突発性難聴、メニエール病、聴神経腫瘍、騒音性、薬剤性、先天性難聴といった神経性（感音）難聴のほか、各種中耳炎（急性・慢性中耳炎、真珠腫性中耳炎など）、耳管機能異常、中耳奇形、耳硬化症などの伝音難聴があります。

あなたの「聞こえ」は大丈夫？

聞こえのセルフチェック①

難聴の程度を知りましょう！

両耳とも同じ程度に難聴を認める方用（左右同じ程度に難聴がゆっくり進む場合は加齢性難聴の可能性が高いです）

- 会話をしているときに聞き返すことがよくある
- 後ろから呼びかけられると気がつかないことがある
- 聞き間違いが多い
- 見えないところから来る接近にまったく気が付かないことがある
- 話し声が大きいわれる
- 集会や会議など数人の会話がうまく聞き取れない
- 電子レンジの「チーン」という音やドアのチャイム音が聞こえにくい



聞こえが悪く（難聴）になると何が困る？

- 相手の言ったことを推測で判断することがある
 - 騒音の多い職場や大きくつるさい音のする場所で過ごすことが多い
 - 家族にテレビやラジオの音量が大きいわれることがよくある
- （社）日本補聴器工業会より
- 3個以上当てはまる場合は聞こえに問題があります。医療機関で聴力検査を受けましょう。

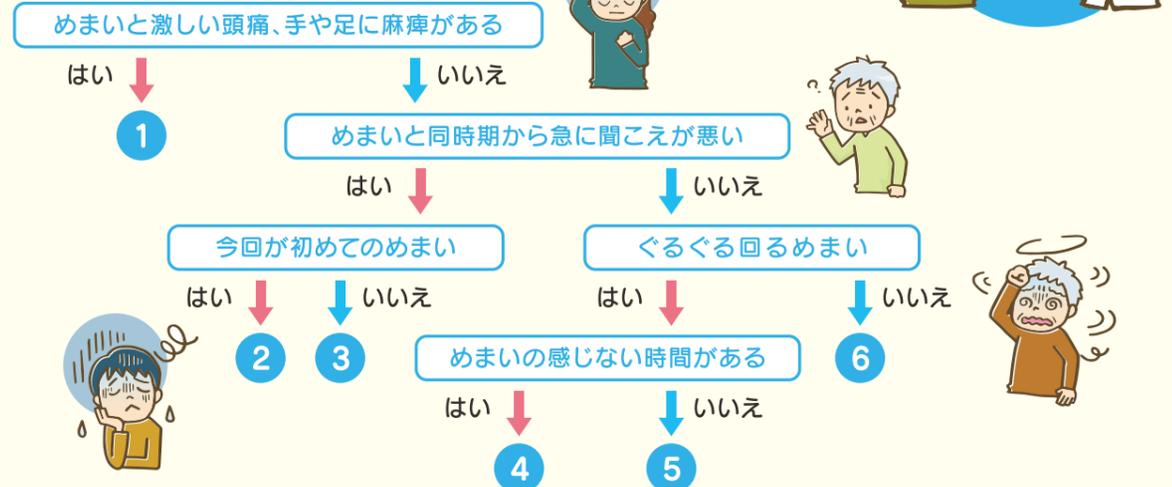
【直接的に困ること】

○ 電話の音やチャイムなど日常生活に必要な音が聞こえない

あなたのめまいは大丈夫？

「めまいのセルフチェック」

あなたのめまいは？



- 1 脳卒中の可能性がります。すぐに脳神経外科へ！
- 2 突発性難聴の可能性がります。耳鼻咽喉科(神経耳科)での検査、治療が必要です。
- 3 メニエール病の可能性がります。耳鼻咽喉科(神経耳科)での検査、治療が必要です。
- 4 良性発作性頭位めまい症の可能性がります。耳鼻咽喉科(神経耳科)での検査、治療が必要です。
- 5 脳卒中、前庭神経炎の可能性がります。脳神経外科、耳鼻咽喉科のある病院での検査、治療が必要です。
- 6 脳の異常や不整脈、動脈硬化、自律神経の影響などさまざまな病気の可能性がります。脳神経外科、神経内科、循環器内科、耳鼻咽喉科のある病院での検査、治療が必要です。

1、5、6に該当する方は脳神経外科、神経内科のある病院での検査、治療をお勧めします。
 ※めまいの状態は個人によって異なります。
 ①～⑥は、おおよその目安ですから、詳しくは脳神経外科医、耳鼻咽喉科医に相談してください。

※聖マリアンナ医科大学耳鼻咽喉科資料を基に作成



札幌禎心会病院
 聴覚・めまい医療センター長
氷見 徹夫
 (ひみ てるお)

ご相談先
札幌禎心会病院
聴覚・めまい医療センター
 ☎011-712-1131
 住所:札幌市東区北33条東1丁目3番1号

めまい・難聴外来診療時間

受付時間	8:15~11:30 / 11:30~16:30
診療時間	9:00~12:00 / 13:30~17:00

※めまい・難聴外来は完全予約制です。

	月	火	水	木	金	土
午前	-	氷見	氷見 (第2・4週)	氷見	-	-
午後	氷見	氷見	-	-	-	-



○クラクション、火災報知器など危険を知らせる音が聞こえない
 【間接的に困る場合】
 ○会話が聞き取れずコミュニケーションが減る
 ○うつ状態になりやすい
 ○認知症になる可能性が高くなる
 特に難聴が認知症の危険因子であることがわかってきました。しかし、難聴は治療することができます。良い聞こえを維持することは認知症予防につながるのです。

聞こえのセルフチェック②

難聴の原因を調べましょう！

- 左右の聞こえに差があると感じる方用(左右の聞こえに差がある場合、聞こえの悪い方に病気が隠れている場合があります)
- 片耳に耳だれがある…A
- 片耳の聞こえが突然悪くなった…B
- 自分の声が耳に響く…C
- 片耳だけだんだん聞こえが悪くなる…D

考えられる代表的な病気

- A 真珠腫性中耳炎を含めた中耳炎、外耳炎(両耳のことも多い)
- B 突発性難聴、蝸牛型メニエール病
- C 中耳炎、耳管狭窄症、耳管閉塞症(両耳のことも多い)

蝸牛型メニエール病、聴神経腫瘍、中耳炎、耳硬化症の一部

これらはすべて治療が必要な病気です。片方の耳だけの聞こえの悪さを感じたら、必ず専門医を受診してください。※耳の状態は個人によって異なります。A~Dはおおよその目安ですから、詳しくは耳鼻咽喉科医に相談してください。

脳外専門医と連携し、めまい診療

日本めまい平衡医学会の専門会員、めまい相談医の両方の資格を持つ数少ないめまい専門医である氷見センター長が中心となって、めまい診療を積極的に行っています。当センターのように、めまいの専門家と脳神経外科専門家が連携を取り、最先端の機器を駆使して科学的根拠に基づいた診断や治療をしている施設は全国的にも希少です。重症のめまいに対する手術治療も行っています。

顔面神経麻痺もチームで診療

顔面神経は脳の中、耳の中を通過して顔の筋肉を動かしています。顔面神経麻痺の原因は耳の中の顔面神経が動かなくなることで、顔面けいれんは脳の中の顔面神経が刺激されるため起こることが多いのです。

当センターでは顔面神経のこのような症状を、脳神経外科の専門医と耳鼻咽喉科(神経耳科)の専門医が共同でチームを作りながら診療し、適切でより効果的な治療を提供できるように努めています。



札幌禎心会病院
看護部
主任
がん看護専門看護師
川瀬 文香
(かわせ あやか)

知っていますか？ 緩和ケア

緩和ケアとは、病気の治療の全経過を通して認められる身体や心のさまざまなつらさを和らげ、患者さんやご家族にとって可能な限り良好な生活の質(Quality of Life)を実現させるための医療です。

「緩和ケア」「終末期医療」ではない

「緩和ケア」「終末期医療」ではなく、緩和ケアは病いのどの時期においても行われるケアです。しかし、日本ではまだ誤解されることが多い現状があります。

病気が進行した時期だけでなく診断されて間もない時期から「つらさを和らげる」という緩和ケアの考え方を取り入れることで、つらい症状を緩和しながら日々の生活を送ることが出来ます。

心と体の痛みを緩和し、前向きな生活を送れるようサポート

がんに伴う苦痛は痛み、呼吸困難、倦怠感など身体の苦痛だけではなく、不安、抑うつなどの心の苦痛、仕事や家族、経済的な問題などの社会的な苦痛、さらに、死に対する

る恐怖や生きる意味への問いかけなど、いわゆるスピリチュアルペインと呼ばれる苦痛も全面的に出てきます。

心身ともに衰弱すればQOLが低下するのはもちろん、がん病変を縮小させる治療を継続できなくなる場合もあります。緩和ケアによって心と体の痛みが和らげば、食事や睡眠がとれるようになり、前向きな生活を送りやすくなります。そうすれば、抗がん剤治療や放射線治療など、がんを縮小させ治療を前向きに受けられやすくなります。

さらにがんを縮小させる治療が効かなくなってからでも、



がんと共存することも可能になります。

医療用麻薬の誤解

疼痛コントロールでは、しばしば「医療用麻薬」が使われます。医療用麻薬は、がんの痛みにとっても有効な薬です。使う量に上限がないので、痛みが強くなれば、それに合わせて薬を増やすことが出来ます。しかし、麻薬中毒のイメージから、医療用麻薬を誤解、敬遠し、痛みを我慢して過ごしている方も少なくありません。

医療用麻薬は痛みがある状態で適切に使用すれば、たとえ量が増えても依存や中毒にならないことがわかっています。むしろ、痛みを我慢し続けているとストレス脳になり、うつ状態に陥るリスクが高まります。医療用麻薬の副作用に対しては、さまざまな薬や対処法が開発され、十分に対応できるようになっています。

また、医療用麻薬の種類も増えており、一人ひとりの痛みに応じた薬を使用できます。がんになっても自分らしく、しなやかに生活していくには、医療用麻薬を適正に使いこなすことが重要です。



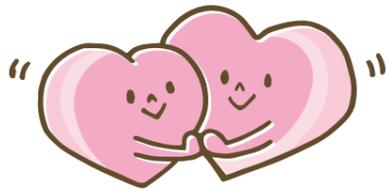
がんだけでなく、緩和ケア

我が国の緩和ケアチームや緩和ケアの普及は、国のがん対策基本法を基に大きく広がった部分があります。緩和ケアを専門的に行う医療者の多くは、がん患者さんの緩和ケアを専門的に行ってきたスタッフが中心となっているの

が現状です。

しかし、緩和ケアはがん患者さんだけに行われることではありません。がん以外の病いを患う方々への緩和ケアは今後大きな課題であると思います。当院の緩和ケアチームは、がんに限らず「がん・脳卒中・心臓病」という三大疾病に特化した医療提供を支えるチーム構築を目指しております。

また、院内に「緩和ケア相談室」も開設しています。「緩和ケア相談室」は、当院に通院していない方々も無料でご利用いただけます。がん以外の患者さんでも、お気軽にご相談ください。



緩和ケア相談室は主に以下のような「つらさ」のご相談に乗ります

- 身体のつらさ(痛み、吐き気、倦怠感、便秘など)
- 死の恐怖や将来への不安など
- こころのつらさ(不眠、苛々する、気分が落ち込むなど)
- 家族や仕事の悩み
- 治療の選択や療養先の決定について



火・木曜日 / 10時～12時(無料)

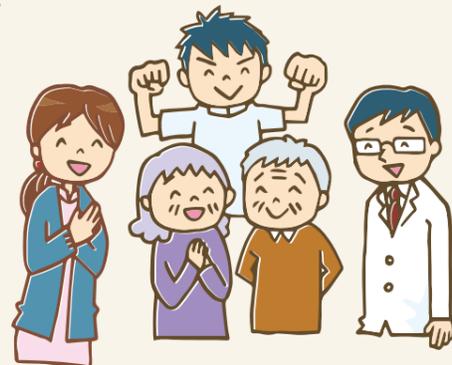
※その他の曜日、時間をご希望の方はご相談ください

【ご相談先】

札幌禎心会病院

☎011-712-1131

住所:札幌市東区北33条東1丁目3番1号



認知症予防、治療に効果が期待されるサプリメントのご紹介



さっぽろ北口クリニック
院長

武田 利兵衛
(たけだ りへえ)

当院では常時、認知症の診断、治療を行っております。

今回は認知症の予防、治療に効果が期待されるサプリメントについて紹介します。

学会認定サプリメント

当院で扱っているサプリメントは「フェルガード」という製品で、日本認知症予防学会「認定サプリメント★」になっています。

「認定サプリメント★」とは日本認知症予防学会が定める認知症及び認知症予防に関する効果があるか否かの基本的な基準をクリアした、科学的根拠(エビデンス)に基づいたサプリメントです。

フェルガードの主成分は以下の通りです。

●フェルラ酸

米ぬかや小麦、コーヒーなど食品に広く存在するポリフェノールの一種で、漢方薬の当归(とうき)などにも含まれてフェルラ酸は、かねてより強い抗酸化作用があるとされており、認知症においても、その改善と予防について数多くの報告がなされてきています。

当院でも販売

●ガーデンアンゼリカ
せり科の植物で、欧州では古くから食用ハーブとして用いられており、脳のニューロンを構築する作用や、神経保護効果などが報告されており、認知症などの症状の緩和に有効であると考えられています。

●ガーデンアンゼリカは、フェルラ酸と併せて摂り入れることで相乗効果が得られることから、フェルガードには2つの成分が含まれています。フェルガードはさまざまな研究からMCI(軽度認知障害)の進行予防や認知症の周辺症状の改善が期待されているサプリメントです。

しかしながら、治療薬ではなくサプリメントであるため、効果をすぐに感じる方がいらっしゃる一方で、長期間(3か月〜半年)の服用で良い効果を感じる方もいらっしゃるかと思います。サプリメントです。



で治療薬のような副作用の心配も少なく服用できます。当院でも数種類の「フェルガード」を販売しておりますので、スタッフにお問い合わせください。

【ご相談先】

さっぽろ北口クリニック

☎011-709-1131

住所：札幌市北区北7条西2丁目8番1
札幌北ビル2階

大腸CT検査



セントラル
CIクリニック
院長

玉川 光春
(たまかわ みつはる)

大腸CT検査は内視鏡を使わない大腸検査で、

仮想内視鏡と呼ばれる内視鏡に似た画像を作って大腸の診断をします。

痛みなく20分程で終了

内視鏡検査では粘膜の色調がわかり診断が正確ですが、CTでも6mm以上の病変の診断率は90%以上で内視鏡検査と同等とされています。2012年には米国のオバマ前大統領も健康診断の際に内視鏡の代わりに大腸CT検査を行っています。

大腸CT検査は内視鏡を進めたときに感じる痛みがありません。ただ、炭酸ガスを入れるので、お腹が張った感じはあります。鎮痛剤も使用しないので、20分程の撮影後、すぐに仕事に戻ることができます。



大腸仮想内視鏡画像。大腸に隆起する腫瘍(矢印部)が明瞭に認められます。

内視鏡検査のように検査前に検査食や下剤は摂取していただきますが、下剤の量は半分以下ですみます。下剤の中に少量の造影剤を入れますので、大腸に少量の水が残っているも検査に支障はありません。

唯一の欠点は、ポリープなどの腫瘍が見つかった場合、組織検査ができないため、改めて内視鏡検査をしなければならなくなります。当クリニックでは専門病院からの紹介で大腸CT検査を



大腸全体の立体画像。炭酸ガスで拡張した大腸全体が立体的に映し出されます。

施行していますが、今年度からPETがんだックのオプションとしても受けていただけるようになりました。

放射線診断医が5人常勤

今回CT検査の利点を紹介しましたが、放射線診断医は画像診断全般の良いところを知っています。

北海道には少ない放射線診断医が5人も常勤しております。当クリニックに、画像診断に関することはご相談ください。良いアドバイスができると思います。

【ご相談先】

セントラルCIクリニック

☎011-623-1131

住所：札幌市中央区大通西17丁目1番27号
札幌メディケアセンタービル1階

PETがんだックに関しては
専門コールセンターまでお問合せください。

0120-505-118

利用者さん、 ご家族ともに笑顔に

私たちは利用者さん、ご家族がともに笑顔になっていただくため、より良いサービス提供に努めています。



老人保健施設
ら・ぷらーさ
相談課
館洞 利香
(たてほらりか)



知ってほしい利用施設、サービス

私の祖父母は生前、当施設を利用していました。週2回のデイサービスのほか、祖父は数年間、入所していました。当時、私は別の職場に勤めていたので、週末に祖父の様子を見に足を運んでいました。そのときの印象は声掛けなど職員のあたたかさに加え、さまざまな行事を通して季節を感じられて、とても和やかな雰囲気施設だということでした。

施設での生活の様子はパンフレットなどからはなかなか

住み慣れた地域で自分らしく

今年度から稚内市の介護保険料が変わりました。介護保険は40歳以上の皆さんで保険料を負担し、「介護を必要とする高齢者」にかかる負担を社会全体で支える制度です。65歳以上の方の介護保険料は3年毎に見直しをされています。

「必要なサービス量」「必要な費用負担額」などを見込み、高齢者人口や介護保険サービスを基に基準額が決められています。

介護保険を利用しながら、すべての方が住み慣れた地域で、自分らしく安心して暮らしていけるよう、サポートしていきたいと思えます。

【ご相談先】

老人保健施設ら・ぷらーさ
☎0162-29-4322
住所：稚内市栄1丁目24番2号

介護老人保健施設ら・ばーす
☎011-744-1131
住所：札幌市北区篠路町上篠路6番286

肺炎予防にワクチン接種を



稚内禎心会病院
看護部
看護師
北島 円
(きたじま まどか)

肺炎はがん、心疾患に次いで、日本人の死因の第3位となっていますが、ワクチンによる予防は有効な手段です。

最多の原因は肺炎球菌

肺炎の原因は感染です。成人が日常的にかかる肺炎の原因菌は、肺炎球菌が一番多いと言われています。肺炎が原因で亡くなった方の約95%は65歳以上で、高齢者では急に症状が悪化することから、肺炎を予防することが重要です。

原因菌である肺炎球菌は、肺炎の他に菌血症や敗血症、髄膜炎など命に関わる重度な感染症を起こすことがあります。

肺炎球菌には少なくとも93種類もの血清型が存在します。重症化を予防するために複数の血清型を含むワクチン接種が望ましくです。

5年に一度はワクチン接種を

現在、予防接種で使用されているニューモバックスは23種類の血清型に効果があります。この23種類は成人の重症



肺炎球菌感染症の約7割を占めています。

そのため、65歳以上の高齢者、心臓や呼吸器、腎臓などに持病のある方に予防接種が推奨されています。過去に肺炎や肺炎球菌感染症にかかったことがある方、プレベナーを過去に接種した方でもニューモバックスを接種することが可能です。

予防接種後、免疫がつくまで平均3週間かかると言われています。一度ついた免疫は5年間持続するため、肺炎球菌ワクチンは毎年接種する必要があります。とは言っても、免疫は徐々に低下しますので、5年に1回の接種が望ましいです。

ワクチンによる予防は有効な手段です。かかりつけの医師や当院に一度ご相談してみたいかがでしょうか。

一方、肺炎の予防には、ワクチン接種以外にもうがいや手洗い、口腔内の保清、規則的な生活、バランスのとれた食事、適度な運動、禁煙、持病の治療など、健康的な生活習慣を維持することも大切です。

【ご相談先】

稚内禎心会病院
☎0162-29-4311
住所：稚内市栄1丁目24番1号

札幌禎心会病院
☎011-712-1131
住所：札幌市東区北33条東1丁目3番1号

さっぽろ北口クリニック
☎011-709-1131
住所：札幌市北区北7条西2丁目8番1号
札幌北ビル2階

介護保険制度と ケアマネジャーの役割

40歳以上の方は介護保険に加入し、保険料を収めています。
介護が必要な方は費用の一部を負担し、さまざまな介護サービスを受けることができます。



居宅介護支援事業所ら・ぱーす
管理者
主任介護支援専門員
山崎 ちあき
(やまざき ちあき)

4月改定のポイント
介護保険は介護が必要になっても住み慣れた地域で安心して暮らし続けることを目指すとともに、いつまでも自立した生活を送れるよう支援します。「自立支援」「重度化防止」へ向けて、高齢者人口や社会状況を踏まえ定期的に見直し(改正)が行われています。今年4月の変更点の主なポイントは以下の通りです。

- ① **地域包括システムの推進**
○介護医療院(急性期の治療を終えて病状は安定しているもの、長期間の療養が必要な医療中心の施設)の新設。
○共生型サービス(介護保険、障害福祉の両方を担うサービス)が新たに創設。
- ② **質の高いサービスの実現**
○リハビリテーションに関する医師関与の強化、通所リハビリや通所介護におけるアウトカム評価の導入、褥そう(床ずれ)や排せつ、栄養に係る支援の評価

- ③ **多様な人材確保と生産性向上**
○調理、掃除といった生活支援の担い手の拡大、介護ロボット、ICT(情報通信技術)の活用促進。
- ④ **制度の安定性、持続可能性の確保**
○訪問看護、報酬体系の見直し。リハ職の訪問利用で看護師の定期的な訪問の必要性の見直し、通所サービスの提供時間区分の見直しなど。

このほかに、今年8月から65歳以上で特に所得が高い方の自己負担割合が3割に高額の医療合算サービス費の自己負担額の変更。10月からは福祉用具貸与全国平均価格が公表され上限が設定されます。

生活を支えていく仕事
ケアマネジャーはケアプラン作成だけでなく、サービス事業所への連絡、調整、手配を行い、適切にサービスが実施される

【ご相談先】

- 居宅介護支援事業所ら・ぱーす**
☎011-774-1131
住所:札幌市北区篠路町上篠路6番286
- 居宅介護支援事業所榎心会東**
☎011-711-6110
住所:札幌市東区北44条東8丁目1番6号
- 居宅介護支援事業所榎心会北**
☎011-768-6110
住所:札幌市北区新川1条6丁目3番3号

- 居宅介護支援事業所ら・かるま**
☎011-785-6110
住所:札幌市東区北47条東16丁目1番5号
- 稚内市南地区居宅介護支援事業所 稚内市南地区 在宅介護支援センターぬくもり**
☎0162-29-4332
住所:稚内市栄1丁目24番2号 老人保健施設ら・ぶらーさ内



ているか、利用者さんがどう感じたか、効果はどうかなどチェックも行います。介護サービス以外でも利用者さん、ご家族を取り巻く生活全般の相談に乗り、生活を支えていく仕事です。

「アドバンス・ケア・プランニング」を 考えてみましょう



訪問看護ステーション榎心会東
管理者
今野 好江
(こんの よしえ)

アドバンス・ケア・プランニング(ACP)は将来の意思決定能力の低下に備え、ケア全体の目標や具体的な治療、療養について話し合う課程(プロセス)です。

「もしものとき」に備え、あらかじめ話し合う
アドバンス・ケア・プランニングは自身に「もしものとき」が訪れた際、受けた治療や受けたくない治療、自分はどうしたいのか、何が大事なのかという自らの価値観を、事前に大切な人へ話ししておくことです。

以下はアドバンス・ケア・プランニングのポイントです。一度、ご家族で話し合ってみてはいかがでしょうか。

ポイント①
大切な人に自分の意思を理解してもらおう
自分の意思を最大限尊重してほしいという方は、まず、自分がどのように最期を迎えたいのかを考え、それを大切な人(意思決定の代理人になつてくれる人)と話し合い、しっかりと理解してもらいましょう。
仮に、急に病状が悪化し、自分で意思決定を下げない状況になっても、あなたの意思を

■ アドバンス・ケア・プランニングのイメージ



- 家族・本人**
希望や思いを整理・共有
■ 受けたい医療、受けたくない医療
■ どこで、どういう生活がしたいか
■ 意志決定できなくなったときに希望を伝える「代理人」を誰にするか
- 医療チーム**
わかりやすく説明
■ 今後、予想される症状
■ 治療の種類と効果・デメリット(心肺蘇生、人工呼吸器、抗生物質の使用、胃ろうによる栄養補給…)

意志決定し、記録する(変化したら見直す)

- 【ご相談先】**
- 訪問看護ステーション榎心会東**
☎011-790-8102
住所:札幌市東区北47条東16丁目1番5号
 - 訪問看護ステーション榎心会北**
☎011-768-6110
住所:札幌市北区新川1条6丁目3番3号
 - 訪問看護ステーションあい**
☎0162-34-9812
住所:稚内市栄1丁目24-2 老人保健施設ら・ぶらーさ内

代弁してくれるはずですが。

ポイント②
書面に残しておく
口頭で話しているだけでは、あいまいになってしまう部分もあると思います。しっかりと記録に残しておくことが重要です。

ポイント③
状況が変化する度に相談する
一度だけの話し合いで決めてしまつては、何度か相談できる関係を作っておくことも大切です。健康時と病気になる

た場合では、「いつたのか」という意思は変わることがあるからです。
例えば、元気なときにはがんになっても、抗がん剤治療はしないと考えている方もいるでしょう。しかし、余命宣告をされ、つらい治療をしてでも生きていきたい、生きていなければならぬと思ひ、治療をするケースが実際にあります。大切な人の自分への思いを聞くことで、気持ちに変化がみられることもあります。

夏バテ・認知症予防のよくばりレシピ

カレー風味のとんてき

ビタミンB1は疲労回復のビタミンといわれ、糖質をエネルギーに変えるのに使われる栄養素です。身体や脳に働きかけ、ストレスを緩和する効果があるといわれます。特に豚肉には牛肉の8倍以上含まれています。効率よく吸収するには、「焼く」「アリシンという臭気成分と一緒にとる」ことです。とんてきはこの条件を満たし、認知症の予防効果が期待できるカレー粉も用いました。スパイシーな香りと濃厚な味わいで暑い夏も体力をつけましょう。



介護老人保健施設
ら・ぱーす
栄養課 係長
管理栄養士
永田 摩貴
(ながた まき)



作り方

- 1 豚ロース肉に切込み(切り離さないようにグローブ状)を入れ、カレー粉、塩をまぶす。
- 2 フライパンにサラダ油、ニンニクを入れ、きつね色になったら取り出しておく。
- 3 [2]のフライパンに豚ロース肉を入れしっかりと焼く。
- 4 豚ロース肉を取り出したフライパンにAを入れ弱火で軽く温める。
- 5 キャベツ、その他好みの野菜とともに皿に盛り合わせ、[4]のソースをかけ、ニンニクを散らす。

材料 [1人分]	1人分:360kcal
豚ロース肉(とんかつ用)	120g
カレー粉	小さじ1/2
塩	少々
ニンニク	適量
サラダ油	小さじ1
[A]	ウスターソース大さじ1、ケチャップ小さじ1
※つけ合わせ:	キャベツ30g(小葉1枚)、ミニトマト、ブロッコリー

※ポイント:豚ロース肉は食品用重曹液3%溶液に1時間程度浸すとやわらかくなります。

連載

より良く生きるための 緩和ケア①

今号から3回にわたり、
緩和ケアをテーマに連載をします。

緩和ケアって何?

緩和ケアについて、WHO(世界保健機構)は「生命を脅かす疾患による問題に直面している患者とその家族に対し、疾患の早期から痛みやその他の身体的問題、心理社会的問題、スピリチュアルな問題に関する確かな評価を行い、それが障害とならないよう予防したり、対処したりすることで、クオリティ・オブ・ライフ(生活の質)を改善するアプローチ」と定義づけています。

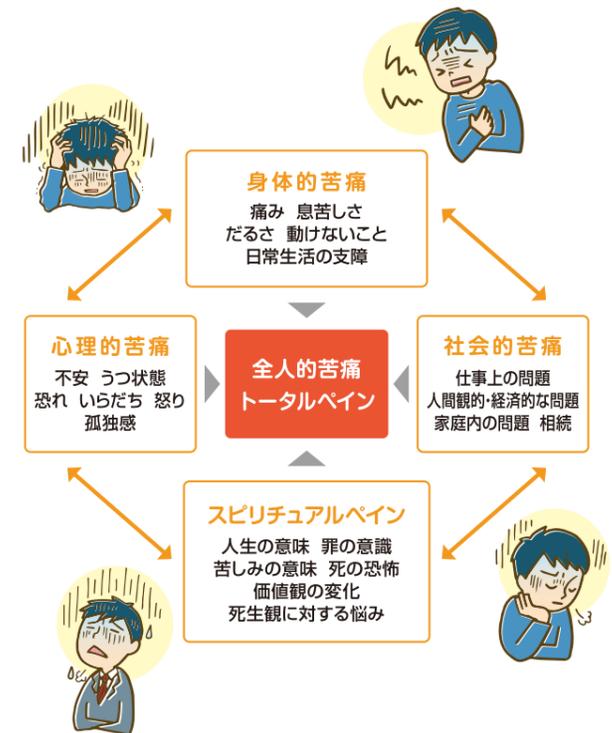
つまり、病気の種類や発症してから時期に関わらず、患者さん、ご家族に対し病気によって起こる、またはこれから起こりうる身体や心、すべてのつらさを緩和するために行われるケアを意味しています。

がん治療については診断されたときから心身両方の苦痛に対するケアを意味し、「終わりの医療」ではありません。最近では慢性腎不全や慢性心不全、閉塞性肺疾患といった慢性疾患の緩和ケアにも注目が集まっています。



病気による4つの苦痛

病気になると生活が一変し、さまざまなことを考えると思います。身体や心のつらさ、仕事やお子さんの心配、これらのつらさすべてを合わせ、「トータルペイン(全人的苦痛)」とされています。緩和ケアには身体だけではなく、トータルペインを緩和することが求められています。



病気になっても退職などすぐに重大な決断はせずに、看護師やMSWに相談してください。傷病手当の給付や育児ボランティアの紹介などご相談に乗れることがあります。

自分が自分らしく

クオリティ・オブ・ライフ(Quality of Life)は「生活の質、生命の質」と訳されます。私は「自分が自分らしくいられること」だと思っています。

「自分らしさ」については、人それぞれ大切にしているものが違うと思います。自分が自分らしくいられ、病気による苦痛がなく過ごせることが緩和ケアだと思います。そして、皆さんが自分らしく過ごせるようお手伝いをするのが、私たち医療者に求められる役割と考え、日々、試行錯誤しながら看護をしています。

訪問看護ステーション
禎心会北

緩和ケア認定看護師

中村 瞳

(なかむらひとみ)



地域医療 連携施設の ご紹介

私たちは、
近隣の先生方、
施設と連携して
地域密着の
医療・介護に
取り組んでいます。

【標榜科目】内科・小児科・外科・整形外科
リハビリテーション科

〒007-0841
札幌市東区北41条東15丁目1番18号
☎011-723-8633
<http://www.sakaemachi-fc.com/>



院長
中川 貴史 先生
(なかがわ たかふみ)

Q 施設の特長を教えてください。
A 当院の常勤医4人はすべて
家庭医です。家庭医とは小さな
お子さまから高齢者まで、住み

Q 診療方針を教えてください。
A 個々の生き方や考え方を尊
重し、心や身体の病気のケアに
努めるだけでなく、地域の皆さ
まが病気を抱えていても、夢や
生きがいを持って楽しく安心し
て暮らせるための地域に根差し
た医療、地域づくりを推進して
います。

Q 対象疾患を教えてください。
A 総合診療として「身体のこと
で困ったことがある」「どの科
を受診していいかわからない」
といった地域の方のご相談を受
けているほか、生活習慣病やも
の忘れ、心のケア、禁煙支援、睡
眠時無呼吸症候群などに対応し、
各種予防接種、健診も行ってい
ます。

医療法人北海道家庭医療学センター 栄町ファミリークリニック



読者にメッセージを。
A 当院は皆さまとともに歩ん
で参ります。身体のことでも何
か疑問、不安がある場合はお気軽
にご相談ください。

なれた地域で元気に生活を送る
ための診療、支援をしています。
扱う健康問題は多岐にわたり、
それらに包括的に対応していま
す。当院で完結ではなく、最適
な専門医へ橋渡しする大切な役
割も担っています。
訪問診療は「通院が難しいけれ
ども自宅で過ごしたい」と考える
患者さんの思いに寄り添うこと
を主軸に、ご家族の思いや介護
力を考慮し、他の医療機関、訪
問看護ステーションやケアマネ
ジャーと連携して診療・支援を進
めています。さらに理学療法士、
作業療法士の協同で、幅広い利
用者さんの訪問リハビリテー
ションも行っています。

禎心会 新人スタッフ紹介



私たちは禎心会の新しいスタッフです。
皆さまのお声を励みに進んでいきますので、
よろしくお願いいたします。

札幌禎心会病院



氏名
江刺家 綾
(えさしか あや)
職種
歯科衛生士

札幌禎心会病院



氏名
小林 黎
(こばやし れい)
職種
診療放射線技師

札幌禎心会病院



氏名
福田 春奈
(ふくだ はるな)
職種
事務員

札幌禎心会病院



氏名
長嶋 梨花
(ながしま りか)
職種
看護師

さっぽろ北口クリニック



氏名
金澤 文音
(かなざわ あやね)
職種
看護師

禎心会北センター



氏名
松本 則子
(まつもと のりこ)
職種
看護師

介護老人保健施設 ら・ぱーす



氏名
大山 一恵
(おおやま かずえ)
職種
介護福祉士

介護老人保健施設 ら・ぱーす



氏名
虻川 裕喜
(あぶかわ ひろき)
職種
介護福祉士

介護老人保健施設 ら・ぱーす

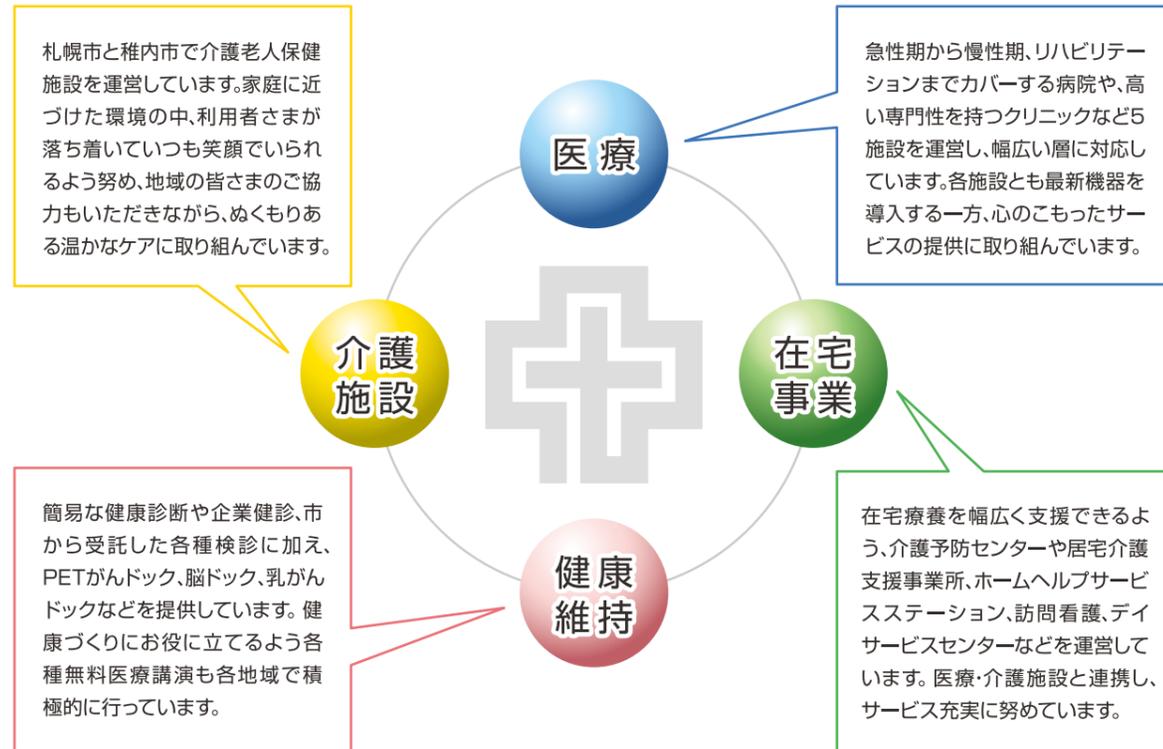


氏名
檜山 泰子
(かしやま たいこ)
職種
介護福祉士

禎心会総合案内

INTRODUCTION

私たち社会医療法人禎心会は、『良質な医療、介護を通じて地域社会の繁栄に貢献する』という理念の下、札幌市、稚内市で医療や介護、在宅関連事業、健康維持に役立てるさまざまな活動を実践しています。各地域に密着しながら、患者さまや入所者さま、利用者さま、ご家族の立場に立ち、信頼される各種サービスの提供に職員一同、努めています。



医療

介護施設

在宅事業

健康維持

医療機関のご案内

- 札幌禎心会病院
- 稚内禎心会病院
- セントラルCIクリニック
- さっぽろ北口クリニック
- 禎心会北44条クリニック

介護老人保健施設のご案内

- 介護老人保健施設 ら・ぱーす
- 老人保健施設 ら・ぷらーさ

在宅事業のご案内

- 禎心会東センター
- 禎心会北センター
- ら・ぱーすセンター
- ら・ぷらーさセンター
- ら・かるまセンター (サ高住ら・かるま併設)

各種ドック検診のご案内

- PETがんドック
- 脳ドック
- 隣がんドック
- 胃がんドック
- 大腸がんドック
- 乳がんドック・検診
- 子宮がんドック・検診

協業法人

社会福祉法人 札幌山の手リハビリセンター

ケアセンター栄町

〒007-0847 札幌市東区北47条東17丁目1番1号
☎011-789-1152

- 障がい者支援施設栄町 (短期入所)
- 生活介護栄町
- 地域密着型介護老人福祉施設栄町
- ショートステイ栄町
- デイサービスセンター栄町
- 居宅介護支援事業所栄町

ケアセンター山の手

〒063-0009 札幌市西区山の手433番地1
☎011-642-1152

- 障がい者支援施設山の手 (短期入所)
- 生活介護山の手

ケアセンターら・せれな

〒002-8081 札幌市北区百合が原3丁目1番地1号
☎011-702-1152

- 介護老人福祉施設ら・せれな
- ショートステイら・せれな
- デイサービスセンターら・せれな
- 居宅介護支援事業所ら・せれな

TOPICS 1

札幌禎心会病院、「看護の日」に無料相談などを実施

札幌禎心会病院は5月10、11の両日、「看護の日」のイベントを行いました。看護の日は看護・ケア・助け合いの心を国民が分かち合い、誰もが認識するきっかけとなるようナイチングールの誕生日5月12日に制定。同病院は広く知ってもらう機会として5月7日から13日を看護週間とし、患者さんらに周知しました。



11日は看護師数人が2階に設けた特設コーナーで無料看護相談や血圧、体脂肪、骨密度測定を行ったほか、12日には札幌東稜高校、藤女子高校の学生10人が2グループに分かれ病棟で「ふれあい看護体験」をし、患者さんの手足浴や車いすへの移乗サポート、配膳などを行いました。

TOPICS 2

札幌禎心会病院、第2回札幌ISLSコースを開催

札幌禎心会病院は7月7日、第2回札幌ISLS/PSLSコースを大会議室で開催しました。



ISLS (Immediate Stroke Life Support) コースは日本神経救急学会と日本救急医学会と日本臨床救急学会が合同で開発した脳卒中初期診療のトレーニングコースで、脳卒中診療における病院前救護から病院到着後の初期診療までの目標を各職種に応じて設定し、学習します。

対象は脳卒中初期診療に携わる医師や看護師、リハビリテーション療法士、救急救命士、消防士らで、今回はコースディレクター・コースコーディネーターを野田公寿茂札幌禎心会病院脳神経外科部長、森脇寛先生(函館脳神経外科病院)が勤め、院内外から約30人が受講しました。

8月4日に第3回を開催します。

TOPICS 3

サ高住ら・かるま、5周年式典を開催

サービス付き高齢者向け住宅ら・かるまは6月の開設5周年を記念し、施設内で式典を開きました。



ら・かるま (La・Calma) はスペイン語で「平穏、平静、落ち着き」。開設以来、入居者さまの身体、建物などの施設面ともに大きな事故もなく経過しています。当日はボランティア団体が南京玉すだれを披露したほか、記念の仕出し弁当を提供し、楽しい時間を過ごしました。

編集
後記

特集で紹介した通り、難聴は認知症の危険因子であることがわかってきました。昨年7月の国際アルツハイマー病会議(AIIC)で高血圧や肥満、糖尿病などとも9つの危険因子の一つに挙げられ、「予防できる要因の中で最も大きな危険因子である」との指摘がありました。ただし、先天性難聴や一側性難聴はこの限りではありません。

一方、難聴になると人との会話を避けようになってしまう、次第に抑うつ状態に陥ったり、社会的に孤立してしまう危険があります。実はこれも認知症の危険因子と考えられており、「難聴が最も大きな危険因子」と言われるゆえんです。

ただし、こうした事実を補聴器をつけるなどして、難聴に正しく対処することで認知症を積極的に予防できることも意味しています。

(三上)

心に寄りそう、医療と介護をめざして。

社会医療法人 禎心会

札幌禎心会病院

〒065-0033 札幌市東区北33条東1丁目3番1号
☎ 011-712-1131

三大疾病(がん・脳卒中・心臓病)に特化した医療を提供いたします

- 科目
- ・脳神経外科
- ・神経内科
- ・消化器内科
- ・消化器外科
- ・内科
- ・循環器内科
- ・心臓血管外科
- ・頭頸科
- ・呼吸器内科
- ・腫瘍内科
- ・乳腺外科
- ・婦人科
- ・放射線治療科
- ・放射線診断科
- ・リハビリテーション科
- ・形成外科
- ・ペインクリニック外科
- ・麻酔科
- ・病理診断科
- ・歯科口腔外科



セントラルCクリニック

〒060-0042 札幌市中央区大通西17丁目1番27号 札幌メディアセンタービル1F
☎ 011-623-1131

がん診断にPETを活用
PET、MRI、CTの画像診断専門クリニックです

- 科目
- ・放射線診断科、PETドック



さっぽろ北口クリニック

〒060-0807 札幌市北区北7条西2丁目8番1 札幌北ビル2F
☎ 011-709-1131

最先端の医療で皆さまの健康を守ります

- 科目
- ・脳神経外科
- ・ペインクリニック外科
- ・乳腺外科



禎心会北44条クリニック

〒007-0844 札幌市東区北44条東8丁目1番6号
☎ 011-712-5161

在宅療養される地域の方々を支援します

- 科目
- ・内科
- ・脳神経外科



介護老人保健施設 ら・ぱーす

〒002-8052 札幌市北区篠路町上篠路6番286
☎ 011-774-1131

和みの時間を提供いたします

- 利用施設
- 入所定員80名(全室個室8ユニット)
短期入所療養介護(入所定員内)



サービス付き高齢者向け住宅 ら・かるま

〒007-0847 札幌市東区北47条東16丁目1番5号
☎ 011-785-6110

生き生きとした落ち着いた暮らしを提供いたします

- 利用施設
- 全40戸(約25㎡で台所、水洗トイレ、収納設備、浴室完備)



稚内禎心会病院

〒097-0017 稚内市栄1丁目24番1号
☎ 0162-29-4311

道北における信頼の地域医療を目指して

- 科目
- ・脳神経外科
- ・リハビリテーション科
- ・内科
- ・消化器内科
- ・循環器内科



老人保健施設 ら・ぶらーさ

〒097-0017 稚内市栄1丁目24番2号
☎ 0162-29-4322

このぬくもりが大好きです

- 利用施設
- 入所定員100名(一般棟50名/認知症専門50名)
短期入所療養介護(入所定員内)



私たちは良質な医療・介護を通じて、
地域社会の繁栄に貢献します。

QRコード



<http://teishinkai.jp>

ていしんかい

在宅関連事業所

禎心会東センター

〒007-0844 札幌市東区北44条東8丁目1番6号
☎ 011-711-6110

- 居宅介護支援事業所 禎心会東
- ホームヘルプサービスステーション 禎心会東
- デイサービスセンター 禎心会東(70名/日)
- 札幌市東区介護予防センター 栄町

禎心会北センター

〒001-0921 札幌市北区新川11条6丁目3番3号
☎ 011-768-6110

- 居宅介護支援事業所 禎心会北
- ホームヘルプサービスステーション 禎心会北
- 訪問看護ステーション 禎心会北

ら・ぱーすセンター

〒002-8052 札幌市北区篠路町上篠路6番286
☎ 011-774-1131

- 居宅介護支援事業所 ら・ぱーす
- ホームヘルプサービスステーション ら・ぱーす
- デイケアセンター ら・ぱーす(75名/日)

ら・かるまセンター

〒007-0847 札幌市東区北47条東16丁目1番5号
☎ 011-785-6110

- 居宅介護支援事業所 ら・かるま
- 訪問看護ステーション 禎心会東

ら・ぶらーさセンター

〒097-0017 稚内市栄1丁目24番2号 老人保健施設 ら・ぶらーさ内
☎ 0162-29-4322

- 稚内市南地区居宅介護支援事業所
- ヘルパーステーション 偲
- 訪問看護ステーション あい
- 稚内市南地区在宅介護支援センター ぬくもり
- デイケアセンター ら・ぶらーさ(70名/日)

ひまわり

2018

秋

vol.86



[特集]

スウェーデン生まれ、認知症ケアの補完的手法 「タクティールケア」

○インフォメーション ○新人スタッフ紹介 ○栄養レシピ ○地域医療連携施設のご紹介 ○トピックス

心に寄りそう、医療と介護をめざして。

わたしたちは法人理念に基づき、
良質な医療・介護を通じて
地域社会の繁栄に貢献します。



INDEX

特集

01 スウェーデン生まれ、 認知症ケアの補完的手法 「タクティールケア」

〔禎心会インフォメーション〕

- 05 知っておきたい、脳卒中の気づき方
～今話題のFAST(ファスト)を知っていますか?～
- 07 アルツハイマー型認知症と
アミロイドPET検査
- 08 当院は開院5周年を迎えました
- 09 「高次脳機能」を知っていますか?
- 10 「できる」を増やして不安を自信へ
- 11 介護保険の手続き 利用方法について
- 12 訪問介護
～今年4月の介護保険法改定で変わったこと～
- 13 [連載] 緩和ケア
- 14 栄養レシピ
- 15 禎心会新人スタッフ紹介
- 16 地域医療連携施設のご紹介
- 17 禎心会トピックス
- 18 禎心会総合案内



禎心会のもっと
詳しい情報はこちら!

各施設の詳しい情報は
ホームページでもご覧
いただけます。ぜひご覧ください。

<http://www.teishinkai.jp>

色弱の方にも見やすいユニバーサルデザインに
基づいた配色を採用しています。



photo : Hiroo Takatsu [STUDIO TAKE 2]

【特集】

スウェーデン生まれ、 認知症ケアの補完的手法 「タクティールケア」

当法人の一部事業所は認知症の看護、介護に、
福祉先進国スウェーデンで開発、実践されている
「タクティールケア」を導入しています。



攻撃性などの対応に苦慮したり、言語での意思疎通そのものが困難になったりします。
ご家族はこのような状況に困惑し、精神的にも大変な負担となり、そのストレスが心無い言動や不適切なケアとして表れてしまうことがあります。
ストレスは認知症にとって最大の敵。ストレスを与えることは進行を早めることにつながります。逆にストレスを与えずに生活ができれば、進行を少しでも遅らせることができます。
認知症の方と家族や介護スタッフらがより良いコミュニケーションを築き、適切な対応をとることが必要不可欠で、このコミュニケーション構築に最適なツールが「タクティールケア」という手法です。

認知症緩和ケアに

残念ながら、現在の医学で認知症を治すことはできません。しかし、徘徊や不安感、うつ、攻撃性、不眠、幻覚など周辺症状と呼ばれるさまざまな症状は、適切に対処することで防いだり和らげたりすることができます。

当法人は2007年5月からスウェーデンシルヴィアホームの「認知症緩和ケア理念」を導入し、理念に基づいた看護、介護を実践しています。認知症緩和

由来は、触れる

「タクティール」はラテン語の「タクティリス(Tactilis)」に由来し、「触れる」という意味です。スウェーデンで開発、実践されているタクティールケアは指圧や痛点を刺激するマッサージではなく、看護者や介護者の手で患者さんの手や足、背中をやわらかく包み込むように触れるソフトマッサージです。

肌と肌との触れ合いによるコミュニケーションを大切に
するタッチケアに分類され、スウェーデンでは日々のケアやコミュニケーションツールとして医療・介護現場に導入されています。

安心・愛情ホルモンが 分泌

タクティールケアを行うと「オキシトシン」というホルモンが脳下垂体後葉から分泌されます。別名、安心・愛情ホ

スウェーデン生まれ、認知症ケアの補完的手法 「タクティールケア」

「シルヴィアホーム」における 「認知症緩和ケア教育プログラム」概要

当法人職員がスウェーデンで「シルヴィアホーム認定インストラクター」の資格を取得。研修センターとして道内の医療・介護従事者、ご家族らを対象にセミナーを開催しています。



I. 認知症緩和ケア初級コース(1日) 9時30分～16時30分

「シルヴィアホーム」における「認知症緩和ケア理念」をはじめ、認知症症候群の一般的な原因、さまざまな症状を取り上げ、認知症患者の対応の仕方やコミュニケーションなどについて解説します。患者家族への理解も深め、どのように支援できるかについても学びます。



II. タクティールケア 1コース(2日間) 9時30分～16時30分

タクティールケアの理論と、手、足、背中3種類の手技の実践を行います。



※I、IIともに日本スウェーデン福祉研究所の「介護・看護教育研修センター」指定を受けた介護老人保健施設ら・ぱーすで実施しています。

今年度の開催予定

- I. 認知症緩和ケア初級コース(1日) / ●11月30日(金) ●3月8日(金)
- II. タクティールケア 1コース(2日間) / ●12月 1日(土)・2日(日) ●1月19日(土)・20日(日)
● 3月 9日(土)・10日(日)

<http://www.teishinkai.jp/jsci/>



介護老人保健施設ら・ぱーす
療養長
シルヴィアホーム
認定インストラクター
笹田 洋子
(ささだ ようこ)

ご相談先

介護老人保健施設 ら・ぱーす

☎011-774-1131

住所:札幌市北区篠路町上篠路6番286

「タクティールケア」の
実践効果

実践的な効果の一部を紹介します。

■見当識障がい(時間、場所、人を認識する能力が低下した状態)
80代男性。トイレ誘導がスムーズに。施術中眠ることが多く、安心感を持てるようになった。

■不眠
80代女性。足の冷えがひどくなかなか寝付けず、不安感

も強い。ため添い寝が必要だった。寝る前に施術することで冷えが治まり、寝つきも良くなった。朝まで目覚めないで睡眠薬の服用を中止できた。

■幻覚、攻撃性、独り言
90代男性。不眠が何日も続き独り言を話し、幻覚、他人に対する攻撃性もあった。夜に施術すると10分程で入眠。拒食もあつたが施術翌朝は全部食べる事ができた。

■食事介助
80代男性。毎日、夕食前に実施。手の動きがスムーズになり、自分でスプーンを持つようになった。うつがひどく食欲も低下していたが改善。

■抑うつ状態・不定愁訴の軽減
① 70代女性。全身に痛みの訴え。午前中施術すると、「うつの薬を飲んだときと同じ感じ」と笑顔。午後も「あの感覚がまだ残っています」。施

術当日は痛みの訴えがなく穏やかに経過です。

② 80代男性。落ち着きなく、不安感を訴える。実施すると落ち着き、よく眠れるようになった。以降、愛好者となり、訴えは「早くやってほしい」。すぐにできないときは自分で指をさすって待つ。実施後は毎回安眠。

■摂食障害の改善
70代女性。重度の左片麻痺で座位保持が不能で、日常生活は介助と全介助の間。施術の受け入れがとても良好で長期間継続したケース。痛みの軽減、不眠解消などの効果を確認。ある時、食



事が喉を通らない日が続く、点滴治療を併用しながら食事内容の検討を行い状態観察するも改善せず。本人の希望で施術すると、当日夕食から経口摂取が可能に。

■デイケア利用拒否、帰宅願望の改善
70代女性。独居でデイケアの利用拒否、帰宅願望が非常に強く、家族への嫌がらせもみられた。他者交流や活動参加も困難。施術後は過去の苦労話や家族の不満、漠然とした将来への不安を話す。約一か月後、デイケアでの帰宅願望は減り、活動として編み物を楽しみ笑顔で過ごすように。自宅でも利用拒否が減少、家族への嫌がらせはなくなり、孫の面倒をみるに娘宅へ行くことも。その後、独居が難しくなるとグループホームへ入所したが、デイケアや施術を受けたことを話すなど穏やかな日々を送っている。



札幌禎心会病院
看護部 主任
脳卒中リハビリテーション
看護認定看護師

清水 政孝
(しみず まさたか)

知っておきたい、脳卒中の気づき方

～今話題のFAST(ファスト)を知っていますか?～

脳卒中は一刻も早く治療を開始することが重要です。

脳卒中に気づくためには、脳卒中の症状に気づけることが大切です。

主な原因は生活習慣

脳卒中は「脳梗塞」「脳出血」「くも膜下出血」の3つの病気を指します。脳の血管が詰まるのが脳梗塞、脳の血管が切れるのが脳出血、主に脳動脈瘤が破裂するのがくも膜下出血です。

脳卒中を引き起こす主な原因は動脈硬化です。動脈硬化の要因として、高血圧症や高脂血症、糖尿病、喫煙などが挙げられます。つまり、脳卒中は生活習慣病に起因する病

気ですから、予防のためには生活習慣を改善することが必要です。

介護、寝たきり原因第1位

日本における脳卒中の現状は次の通りです(2015年現在)。

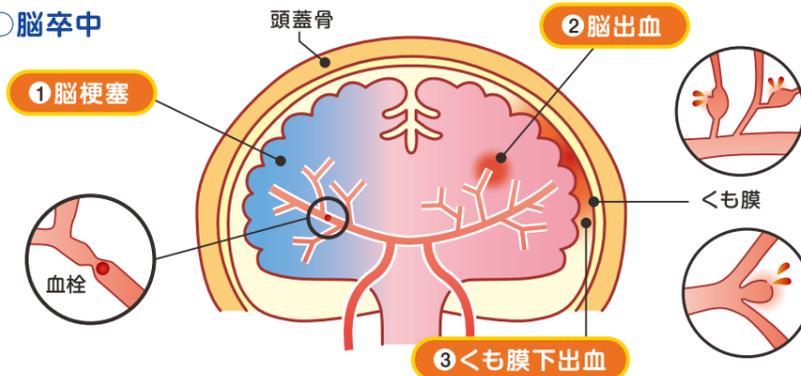
- 死因 第4位
- 介護の原因になった病気 第1位
- 寝たきりの原因になった病気 第1位

脳卒中予防10か条

(公益社団法人日本脳卒中協会)

1. 手始めに 高血圧から 治しましょう
2. 糖尿病 放っておいたら 悔い残る
3. 不整脈 見つかれば すぐ受診
4. 予防には たばこを止める 意志を持って
5. アルコール 控えめは薬 過ぎれば毒
6. 高すぎる コレステロールも 見逃すな
7. お食事の 塩分・脂肪 控えめに
8. 体力に 合った運動 続けよう
9. 万病の 引き金になる 太りすぎ
10. 脳卒中 起きたらすぐに 病院へ

○脳卒中



脳卒中に関係する医療費が国民医療費増加に拍車をかけている一因との指摘もあり、わが国にとって予防が重要な疾患の一つです。

顔、腕、言葉で救急車!

脳卒中が発症した瞬間から脳はダメージを受け、時間が経つほど不可逆的に損傷します。不可逆的な損傷が進むと今の医学では発症前の状態には戻せません。

症状がいったん治まっても再発の危険性がありますので、早期に脳卒中に気づき、一刻も早く治療を開始することが重要です。

脳卒中に気づくためには、脳卒中の症状に気づけることがとても大切です。脳卒中の気づき方として、普及が進んでいるのが話題の「FAST(ファスト)」、日本式に言うところ「顔、腕、言葉で救急車!」です。

大切な人を守るため、この方法を広め、異変を感じた場合はすぐに実践してください。

Face : 顔 (顔がゆがむ)

- 1 前歯を見えるように笑顔を作ります
- 2 顔面が左右非対称だったり、片側が動かなかったり、動かしにくい場合は脳卒中を疑いましょう



うまく笑顔が作れますか?

Arm : 腕 (腕が上がらない)

- 1 手のひらを上にして両腕を地面と平行に上げ、目を閉じて10秒数えます
- 2 片方が上がらない、上がり具合が悪い場合は脳卒中を疑いましょう



両腕を上げたままにできますか?

Speech : 言葉 (言葉が出ない、ろれつが回らない)

- 1 短い文を話してもらい、いつも通りしゃべれるかを確認します 例)今日は良い天気です
- 2 言葉がうまく出で来ない、つじつまが合わない、ろれつが回っていない場合は脳卒中を疑いましょう



いつも通りしゃべれますか?

Time : 時間 (時間を確認してすぐに救急車を呼び)

- 1 FASに一つでも該当したら発症時刻を確認します
- 2 すぐに救急車を呼び、電話で発症時刻を伝えましょう



迷わずすぐに119番に電話しましょう!

様子見はせず、迷わず119番

顔のゆがみと腕の動きについて「片側」の異常というのが重要です。脳卒中を疑う症状が出たときは「様子を見る」とは決してせず、迷わずすぐに119番に電話をし、救急車を呼んでください。

様子見は
とにもかくにも
命取り

※2015年脳卒中習慣標語、川勝弘之氏作

[ご相談先]

札幌禎心会病院

☎011-712-1131

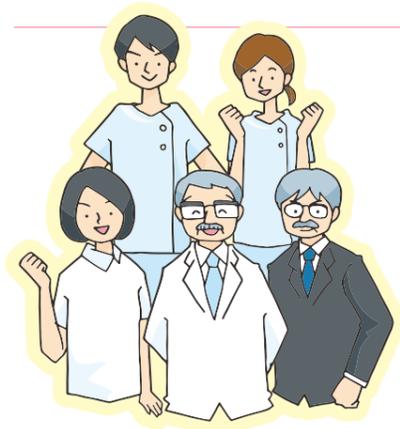
住所:札幌市東区北33条東1丁目3番1号

当院は開院5周年を迎えました

今年8月で開院5周年を迎えた当院は、皆さんが健康的な生活が送れるよう親身な医療を提供しています。



さっぽろ北口クリニック
事務部
井上 奈美
(いのうえ なみ)



**ご家族らのために
物忘れ外来を**

当院は脳神経外科、乳腺外科、ペインクリニック外科を三本柱として診療をしています。このほかに神経内科、循環器内科を設け、専門外来として頭痛・肩こり・めまい外来、脊椎・脊髄末梢神経センター、痛み・痺れ治療センター、もやもや病外来を開設しています。

脳神経外科では頭痛やめまいの診療はもちろん、物忘れ外来を行っています。物忘れ外来と聞くと抵抗があるかも知れませんが、ご家族やご友人の勧めで受診される方も多

くいらつしゃいます。自分のためだけではなく、大切に思っている方のためにも一度受診することをご検討してみてくださいいかがでしょうか。

乳腺外科はがん検診のほか、痛みやしこり、分泌物が出るといった症状の診療をしています。日本人女性の12人に1人が一生で乳がんになる時代です。診察、検査はすべて女性スタッフで対応できますし、待合室もプライバシーが守られておりキッズスペースもありますので、少しでも気になる方は早めに受診してください。

ペインクリニック外科は主にブロック注射や電気治療で痛みの緩和に取り組んでいます。他科と連携を取り、原因究明と最善の治療を提案しています。痛みを伴う日常生活はとて辛いことです。当院で少しでも痛みを和らげることができたらと思います。

【ご相談先】

さっぽろ北口クリニック

☎011-709-1131

住所：札幌市北区北7条西2丁目8番1
札幌北ビル2階

アルツハイマー型認知症と アミロイドPET検査



セントラル
CIクリニック
放射線部 副部長
越智 伸司
(おち しんじ)

わが国の認知症高齢者の数は2012年で462万人と推計されており、2025年には約700万人、65歳以上の高齢者の約5人に1人へ達することが見込まれています。

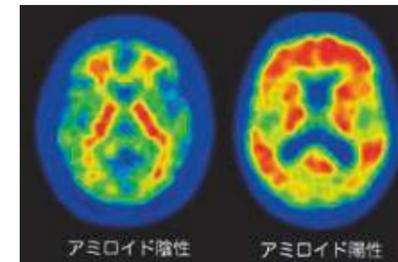
**認知症の約半数が
アルツハイマー型**

認知症のうち約半数はアルツハイマー型認知症で現在、根治治療薬の開発に向けて世界的な治験、研究が行われています。アルツハイマー型認知症は脳の中で記憶をつかさどる「海馬」を中心に脳全体が萎縮することや、「老人斑」と呼ばれるシミが脳に広がるのがわかっています。

βアミロイドの蓄積を可視化

この老人斑は脳の中にβ（ベータ）アミロイドと呼ばれるタンパク質が蓄積することが原因の一つとされており、脳全体に蓄積することで健全な神経細胞が変化、脱落し、脳の働きを低下させ、脳萎縮を進行させると言われています。

アミロイドPET検査（写真1）はアルツハイマー型認知症の原因となるβアミロイドの



(写真1) アミロイドPET検査

脳内蓄積を非侵襲的に可視化する撮影技術で、アルツハイマー型認知症発症との関係を知ることができるようになりました。しかし、今のところ保険適用になっておらず、検査を行うには大きな制限があり、どの施設でも受けられる訳ではありません。

当院はアミロイドPET検査を行うために、PET製剤（¹⁸F-Futemetamol）の製造施設として日本核医学会の基準に適合した環境を整えました。検査に使用するPET/CT装置も学会監査を受審し、認定を受けていま



(写真2) 認証状(左：PET薬剤製造施設認証 右：PET撮像施設認証)

【ご相談先】

セントラルCIクリニック

☎011-623-1131

住所：札幌市中央区大通西17丁目1番27号
札幌メディケアセンタービル1階

す(写真2)。

現在は治験や研究だけでなく個人の検査は行っていませんが、アルツハイマー型認知症を克服するため、少しでも社会に貢献できるよう取り組んでいます。

認知症に対しては、厚生労働省はもちろん地方自治体でもさまざまな取り組みが行われています。当法人でも「物忘れ外来」を札幌禎心会病院（完全予約制）、さっぽろ北口クリニック（予約優先）で実施していますので、お気軽にご相談ください。

4月に循環器内科を開始

今年4月から診療を開始した循環器内科では、不整脈や高血圧といった心臓の疾患を診ています。心電図やエコー、CT検査に加え、トレッドミル検査を始めました。入院治療が必要な方は札幌禎心会病院と連携を取って治療に当たっています。

症状に応じ、地域の各科医療機関と連携を図り診療をしています。何科にかかればいいのかわからない、こんな症状で受診してもいいのかわからない方は一度ご相談ください。

私たちは職員一同、心身ともに健康な生活を送るために親身で寄り添った医療を提供できるように努めています。

「できる」を増やして不安を自信へ



老人保健施設
ら・ぷらーさ
理学療法士
佐々木 健人
(ささき まさひと)

私たちは生活を支えるリハビリだけでなく、快、不快といった利用者さんの感情に配慮しながらサービス提供をしています。

心と身体の関係に配慮

当施設は通所・入所サービス、訪問リハビリテーションを行っており、理学療法士の人、作業療法士、言語聴覚士が各一人勤務しています。主に病気や高齢化に伴い自宅で介護が必要となった方を対象にリハビリを実施しています。利用者さんからは身体的不調のほかにも、身体の不安や生活の苦勞、将来や家族の不安なども多く聞かれます。歩くことや立つこと、トイレや着替えができることも生活を支えるリハビリとして大切ですが、私たちは心と身体の関係にも配慮してリハビリを提供しています。



「楽しい」が回復を促進

痛みがあるのに無理やり動かされると不快感がつり、「もうリハビリはしたくない」と感じます。そうすると、リハビリの時間が近づくと体調が悪くなってしまうことがあります。逆に動かなかった足がリハビリで動くようになると「楽しい」と感じ、回復を促すことがあります。

脳は自分にとって「快」、つまり心地良いものは安全、不快なものは危険と判断します。快と感することは積極的に取り組み、不快と感することは避けるようになります。これらは脳の中にある扁桃体という場所で情報処理され判断されています。

好きなことはやればやるほど、一層好きになって記憶として頭に残りますが、嫌いなことはもっと嫌いになってしまいます。このように、心の不安は「できる」ことの積み

重ねにより「自信」に変わります。私たちは専門的な視点で利用者さんの「できる」を見出し、一度背負った障害による不安を「自信」に変えるお手伝いができると思っています。これからも当施設リハビリテーション科をよろしくお願ひします。



【ご相談先】

老人保健施設ら・ぷらーさ
☎0162-29-4322
住所：稚内市栄1丁目24番2号

「高次脳機能」を知っていますか？



稚内禎心会病院
リハビリテーション部
作業療法科 係長
松田 めぐみ
(まつだ めぐみ)

高次脳機能とは、人間ならではの高度な脳の働きで、注意を払ったり、記憶、思考、判断を行ったりする機能です。

各種検査で総合的評価

高次脳機能を失ってしまうのが高次脳機能障害で、当院は作業療法科で高次脳機能検査を実施しています。

検査項目として、MMSE・HDS-R（長谷川式簡易知能評価スケール）で検査当日の日付や曜日、今いる場所を覚えてもらう見当識、物の名前を覚えてもらう短期記憶、2桁の暗算、野菜の名前を10個答える語想起などを行ってもらいます。これらは一般的によく用いられています。

このほかに、限られた紙面で数字の順序や数字と文字の切り替えをするTMT-A・B検査、かなひろいテストは注



意機能を調べるために行ないます。模写は平面図や立体図の見本をみながら書き写し、コース立方体組み合わせテストは積み木を見本通りに並べて図形を完成させます。これは、構成能力を確認することができます。全員がすべてを受けていただく訳ではなく、患者さんに応じて必要と思われる検査を実施しています。検査結果に加え、金銭管理や内服管理といった生活状況をご本人やご家族から聴取し、総合的評価をしています。

検査依頼が増加

平成29年3月に道路交通法が改正され、75歳以上のドライバーは認知機能検査を受けることが義務化され、その点数に応じて医師の診断書を提出することになりました。教習所で行なう認知機能検査は記憶と判断力を測定する

検査ですが、診断書を記載するために詳細な評価が必要となるため、当院への高次脳機能検査依頼が増加しています。医師が認知症かそうでないかを診断するための補助診断として、画像診断と同様に高次脳検査が必要になります。



【ご相談先】

- 稚内禎心会病院
☎0162-29-4311
住所：稚内市栄1丁目24番1号
- 札幌禎心会病院
☎011-712-1131
住所：札幌市東区北33条東1丁目3番1号
- さっぽろ北口クリニック
☎011-709-1131
住所：札幌市北区北7条西2丁目8番1号
札幌北ビル2階

訪問介護

～今年4月の介護保険法改定で変わったこと～

訪問介護は厚生労働省の基準に基づき必要に応じたサービスを提供しています。
今年4月の介護保険法改定で基準の一部見直しと役割が追加されました。



ホームヘルプサービス
ステーション榎心会東
介護福祉士 主任
有働 晃子
(ゆうどう あきこ)

見守りの援助を例示

訪問介護サービスは「身体介護」と「生活援助」の二種類です。前者には排泄や入浴の介助などと並んで、自立支援、重度化防止のための「見守りの援助」があります。

見守りの援助はヘルパーが単に「介助または代行する」のではなく、利用者の自立をサポートし安全に配慮し「ともに行う」支援ですが、あいまいな部分があり、今回、具体例の提示と合わせ、一部見直しが行われました。

例えば、認知症の高齢者がリハビリパンツやパットの交



換をする際に見守り、声掛けをすることで、できるだけ一人でできるような支援したり、手助けをしながら一緒に掃除や整理整頓をしたり、こうした作業時の疲労確認などをするということです。

ほかに、ルールを守ったごみ出しができるよう援助することやシーツ交換、調理などの日常生活に関する動作を一緒に行うことで、利用者の自立支援・重度化防止を図ります。

口腔、薬の気づきを共有

私たちの責務として、訪問介護の現場での利用者さんの口腔に関する問題や服薬状況などに関する気づきを、関係者と情報共有していくことが明確化されました。

口腔に関する問題は食事の質に直結します。処方された薬を間違いなく服薬することも病気のコントロールのためには重要です。「義歯が合わ

【ご相談先】

ホームヘルプサービスステーション榎心会東

☎011-711-6110

住所：札幌市東区北44条東8丁目1番6号

ホームヘルプサービスステーション榎心会北

☎011-768-6110

住所：札幌市北区新川1条6丁目3番3号

ホームヘルプサービスステーションら・ぱーす

☎011-774-1131

住所：札幌市北区篠路町上篠路6番286

ヘルパーステーション優

☎0162-29-4332

住所：稚内市栄1丁目24番2号 老人保健施設ら・ぶらーさ内

ない」「むせる」「飲み込みが困難」「残薬がある」「誤薬がある」など気づいたことをサービス関係者と情報共有し改善につなげます。

訪問介護の内容は柔軟で幅広いです。「介護保険でヘルパーを利用し、こんなことを一緒にできるのかしら？」と思ったときはまずご相談ください。

介護保険の手続き 利用方法について



居宅介護支援事業所
榎心会北
主任介護支援専門員
社会福祉士
精神保健福祉士
山崎 美和
(やまざき みわ)

できる限り住み慣れた地域で生活できるよう、介護支援専門員(ケアマネジャー)はご本人、ご家族の思いに寄り添いながらサービス調整をしています。

ケアマネジャーの申請代行が可能

介護保険対象者である第1号被保険者(65歳以上)は、寝たきりや認知症などで入浴や排せつ、食事などで常に介護が必要な方(要介護)か、掃除や洗濯、買い物といった身の回りのことができないうなど、日常生活に支援が必要な方(要支援)です。

第2号被保険者(40歳から64歳)は16種類の病気に介護や支援が必要で医療保険に加入されている方です(※16種類の病気に限っては区役所、ケアマネジャーにご確認ください)

介護保険申請はご本人やご家族のほか、ケアマネジャーが代行できます。当事業所にご相談いただければ、ケアマネジャーがご自宅へ伺い申請をお手伝いします。

介護認定調査として訪問調査員が家庭や施設に出向き、食事や入浴、日常生活動作などを調べます。その後、介護保険認定申請書に記載した主治医に市町村

が意見書の作成を依頼します。介護認定審査会は介護認定審査会(保健、医療、福祉の外部の各専門家で構成)にて、認定調査に基づいた全国共通のコンピュータによる「二次判定結果」と「主治医意見書」を基に介護の必要性や程度などについて審査します。介護保険認定結果は原則、申請から30日以内に通知されます。

相談料は全額保険者負担

要介護の場合は居宅介護事業所、要支援の場合は介護保険予防給付となるので地域包括支援センターにご相談ください。どちらにも該当しないと介護保険サービスは利用できませんが、地域包括支援センターで支援が必要と確認された場合は介護予防、生活支援サービス事業の利用が可能です。

要介護認定は居宅サービス計画書に基づき介護保険サービスを受けることができます。ケアマネジャーがご相談を受

【ご相談先】

居宅介護支援事業所榎心会北

☎011-768-6110

住所：札幌市北区新川1条6丁目3番3号

居宅介護支援事業所榎心会東

☎011-711-6110

住所：札幌市東区北44条東8丁目1番6号

居宅介護支援事業所ら・ぱーす

☎011-774-1131

住所：札幌市北区篠路町上篠路6番286

居宅介護支援事業所ら・かるま

☎011-785-6110

住所：札幌市東区北47条東16丁目1番5号

稚内市南地区居宅介護支援事業所

稚内市南地区

在宅介護支援センターぬくもり

☎0162-29-4332

住所：稚内市栄1丁目24番2号
老人保健施設ら・ぶらーさ内

け、さまざまなサービスの調整を行います。全額保険者負担のため、ケアマネジャーの費用はかかりません。

それ以外のサービスは原則、前年度の収入によって利用費用の1割～3割が自己負担となります。ただし、介護保険の未納があると介護保険給付制限が生じることもあります。

色素の強い抗酸化作用に注目

秋ナスのめんつゆバター焼き

「秋ナスは嫁に食わずな」という言葉があります。嫁に食わずにはもったいないくらいおいしいからという説と、ナスには体を冷やす効果があるため妊娠中の嫁を思えばこそ食べさせるなという説があります。実際にナスに多く含まれるカリウムには体の熱を外に逃がす働きがあります。加えて、ナスに含まれる水分は全体の約94%で、ビタミンやミネラルが豊富とは言い難いですが、色素にたくさんの効能があると言われてます。紫紺色の皮にはナス特有のポリフェノール「ナスニン」が多く含まれ、強い抗酸化作用を持っています。がんや動脈硬化の予防効果、さらには老化予防や美容効果が期待できると注目されています。



札幌禎心会病院
栄養科 係長

管理栄養士
角 直子
(かく なおこ)



作り方

- 1 ナスをピーラーでしま状に皮をむき、2cm幅に切り水にさらす。
- 2 ニンニクをスライスし、万能ネギは小口切りにする。
- 3 熱したフライパンにサラダ油とニンニクを入れ、ニンニクの風味が出たらナスを加えて片面を中火で焼く。
※ナスはキッチンペーパーなどで水分を拭いてから焼くと油の飛び跳ねが減ります。
- 4 焼き色がついたらナスをひっくり返し、水を加えてふたをして2分程度蒸し焼きにする。
- 5 ナスに火が通ったら、めんつゆを入れ、水気が少なくなったらバターを加えて火を止め、余熱で溶かす。
- 6 器に盛り付け、万能ネギを振りかける。

材料 [2人分] 1人分:205kcal

秋ナス	2本
万能ネギ	2本
ニンニク	1かけ
サラダ油	大さじ2
めんつゆ	大さじ3
水	大さじ2
バター	10g

連載

より良く生きるための 緩和ケア②

訪問看護ステーション
禎心会北

緩和ケア認定看護師

中村 瞳
(なかむらひとみ)



アドバンス・ケア・プランニング(ACP)を 始めてみませんか？



今後について、希望を話し合う

アドバンス・ケア・プランニング(ACP)という言葉聞いたことがありますか。

前回、自分のクオリティ・オブ・ライフ(QOL)のためには、「自分が自分らしくいられること」と書きました。病気になってもどう過ごしたいのか、どのように病気と向き合い治療していくのかでQOLは変わってきます。その方法の手立てとしてアドバンス・ケア・プランニング(ACP)があります。

ACPとは、「今後の治療・療養について患者、家族と医療従事者があらかじめ話し合う自発的なプロセス」を意味します。遺言や事前指示書のように、自分の意思を示した書類を作成することが目的ではなく、自分はどうしたいという希望について話し合うことそのものを指します。

■ACPに含まれる内容

- 自分の気がかりや意向
- 自分の価値観や目標
- 病状や今後の病気の変化や予後についての理解
- 治療や療養に関する意向や選好、その提供体制について

■ACPのための準備(出典:厚生労働省)

ステップ1 考えてみましょう

- 大切なことは何か？家族？仕事？自分のことを自分でできるということ？
- 大きな病気をした経験は？大きな病気になったときにどうしたいか？
- 病気の経過や余命を知りたいか？

ステップ2 信頼できる人が誰かを考えてみましょう

- いざというときに、あなたの代理として受ける医療やケアについて話し合っ欲しい人(代理人)は誰か？
- その人を選んだ理由は？そのことをその人に伝えているか？

ステップ3 主治医に質問してみましょう

- 可能であれば、代理人と一緒に。病名や病状、予想される今後の経過について。
- 必要なケアや治療、治療のメリット、デメリット、ほかの治療方法について。

ステップ4 話し合いましょう

- 病状が悪くなり、自分の考えを伝えられなくなったとき、どのような治療を望むか？
- 延命を重視したい、基本的な内科治療を希望したい、快適さを重視した治療が良い—など。
- 病状が悪くなったとき、どこで治療やケアを受けたいか？病院、施設、自宅など。

ステップ5 伝えましょう

- もしものときに代理人にどのくらいのことを任せるか。
- 代理人とあなたの意見が異なる場合、どうするか。

思いがけない病気になったとき、自分がどうしたいのか、なかなか落ち着いて考えられないと思います。元気なうちからいざというときのことを考え、話し合ってみてはいかがでしょうか。

地域医療 連携施設の ご紹介

私たちは、
近隣の先生方、
施設と連携して
地域密着の
医療・介護に
取り組んでいます。

【標榜科目】 総合診療科・内科・小児科・
緩和ケア内科

〒065-0012
札幌市東区北12条東4丁目1番1号
カレスプレミアムガーデン1階

☎011-722-7700

http://www.yotsubacl.jp/



所長
小西 徹夫 先生
(こにし てつお)

社会医療法人社団カレスサッポロ よつば家庭医療クリニック

Q 対象疾患を教えてください。
A 当院は「総合診療医」が診察を行います。小児から高齢の方まで年齢を問わず、内科や外科などの診療科に関わらず、体と心のさまざまな症状や病気を幅広く診療することが特徴です。高血圧や糖尿病など慢性的の病気はもちろん、急な発熱や腹痛などの症状、皮膚症状やケガ、健診などにも対応します。通院が困難な方へは自宅への訪問診療を行っています。

Q 診療方針を教えてください。
A 次の方針を掲げています。
1. 患者中心の医療・患者さまが抱える思いや考えを大切にしたい治療方針
2. 家族志向型のケア・健康問題に影響を及ぼすご家族への配慮
3. 地域志向型のケア・地域内のニーズや問題を把握し、多職種と連携し対応



Q 施設の特長を教えてください。
A 常に最良の医療を追究し、皆さまが住み慣れた地域で安心して暮らすことができるよう、「かかりつけ医」として最善を尽くしています。医療、保健、介護、福祉の4つの力を集結し、地域全体の健康を守り、患者さん、ご家族、地域職員(組織)の4方向が満たされる医療を提供します。「よつば」は、これらの4つが幸せになる」の意味を含め命名しました。
読者にメッセージを。
A 気軽に通院し何でも相談できる診療を行っています。「いくつもの診療科や病院を受診しており、主治医を一本化したい」「どの科にかかって良いかわからない」「通院がつらく、自宅で診察を受け安心して暮らしたい」という方もぜひご相談ください。

TEISHINKAI NEW STAFF 2018

禎心会 新人スタッフ紹介

私たちは禎心会の新しいスタッフです。

皆さまのお声を励みに進んでいきますので、
よろしくお願いいたします。



札幌禎心会病院



氏名
木谷 清香
(きや さやか)
職種
看護師

札幌禎心会病院



氏名
洞野 久瑠実
(ほらの くるみ)
職種
看護師

札幌禎心会病院



氏名
竹部 絢香
(たけべ あやか)
職種
看護師

札幌禎心会病院



氏名
笹田 愛弓
(ささだ あゆみ)
職種
社会福祉士

札幌禎心会病院



氏名
佐藤 優子
(さとう ゆうこ)
職種
事務員

稚内禎心会病院



氏名
清水 昌美
(しみず まさみ)
職種
介護福祉士

介護老人保健施設 ら・ぱーす



氏名
三好 祐子
(みよし ゆうこ)
職種
事務員

禎心会東センター



氏名
秋山 泰彦
(あきやま やすひこ)
職種
介護福祉士

禎心会東センター



氏名
早出 沙織
(はやで さおり)
職種
介護福祉士

禎心会北センター

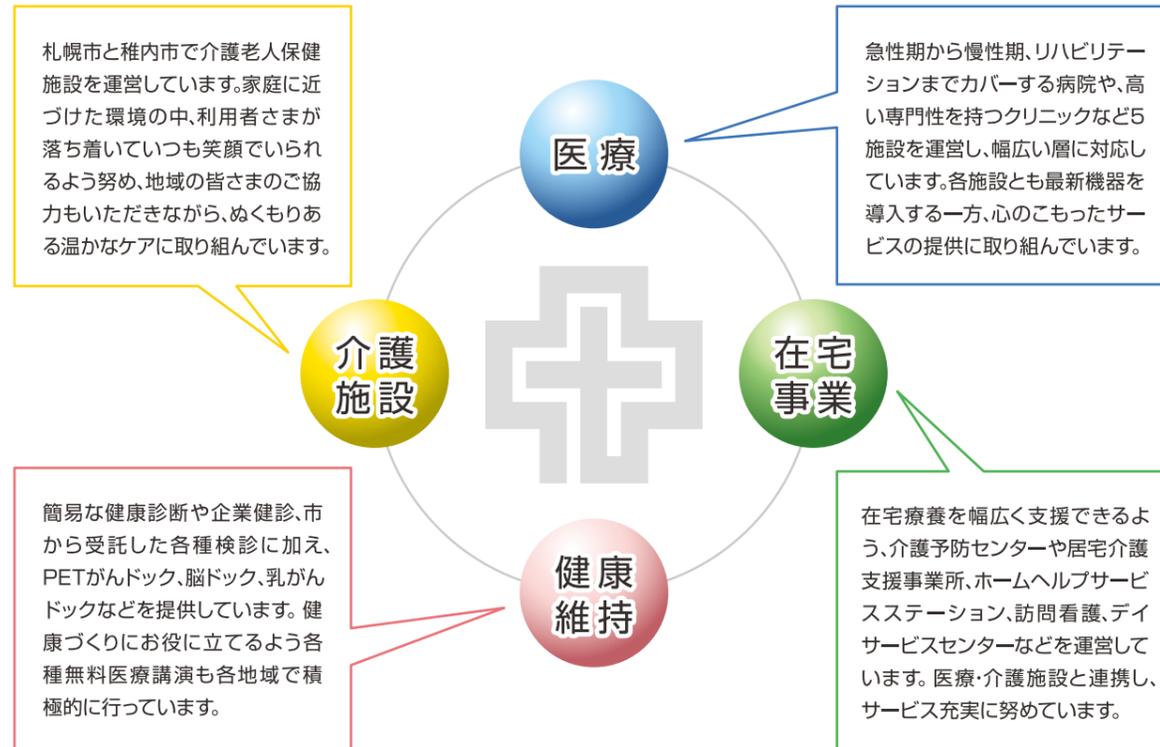


氏名
建木 奈津子
(たつき なつこ)
職種
看護師

禎心会総合案内

INTRODUCTION

私たち社会医療法人禎心会は、『良質な医療、介護を通じて地域社会の繁栄に貢献する』という理念の下、札幌市、稚内市で医療や介護、在宅関連事業、健康維持に役立てるさまざまな活動を実践しています。各地域に密着しながら、患者さまや入所者さま、利用者さま、ご家族の立場に立ち、信頼される各種サービスの提供に職員一同、努めています。



医療	介護施設	在宅事業	健康維持
医療機関のご案内 <ul style="list-style-type: none"> ●札幌禎心会病院 ●稚内禎心会病院 ●セントラルCIクリニック ●さっぽろ北口クリニック ●禎心会北44条クリニック 	介護老人保健施設のご案内 <ul style="list-style-type: none"> ●介護老人保健施設 ら・ぱーす ●老人保健施設 ら・ぷらーさ 	在宅事業のご案内 <ul style="list-style-type: none"> ●禎心会東センター ●禎心会北センター ●ら・ぱーすセンター ●ら・ぷらーさセンター ●ら・かるまセンター (サ高住ら・かるま併設) 	各種ドック検診のご案内 <ul style="list-style-type: none"> ●PETがんドック ●脳ドック ●隣がんドック ●胃がんドック ●大腸がんドック ●乳がんドック・検診 ●子宮がんドック・検診

協業法人 社会福祉法人 **札幌山の手リハビリセンター**

ケアセンター栄町 〒007-0847 札幌市東区北47条東17丁目1番1号 ☎ 011-789-1152	ケアセンター山の手 〒063-0009 札幌市西区山の手433番地1 ☎ 011-642-1152	ケアセンターら・せれな 〒002-8081 札幌市北区百合が原3丁目1番地1号 ☎ 011-702-1152
●障がい者支援施設栄町 (短期入所) ●生活介護栄町 ●地域密着型介護老人福祉施設栄町	●ショートステイ山の手 (短期入所) ●デイサービスセンター山の手 ●生活介護山の手	●介護老人福祉施設ら・せれな ●ショートステイら・せれな ●デイサービスセンターら・せれな ●居宅介護支援事業所ら・せれな

TOPICS 1

当法人グループ、北海道文教大学と包括連携協定を締結

当法人グループ(社会医療法人禎心会・社会福祉法人札幌山の手リハビリセンター)は学校法人鶴岡学園が運営する北海道文教大学(渡部俊弘学長)と医療、教育、研究等に関わる連携、交流を促進する包括連携協定を締結し、9月5日に札幌禎心会病院で調印式を行いました。当法人グループが医療職者を養成する大学と包括連携協定を締結するのは初めてです。双方の機能強化を図りながら、地域医療機関と大学の新しい連携モデルの構築を目指します。



TOPICS 2

札幌禎心会病院、学術集会「第4回FEN」を開催

札幌禎心会病院は「第4回FEN(Far East Neurosurgical)札幌脳血管・頭蓋底手術マイクロサージェリーコース」を7月下旬に院内で開催しました。FENは脳血管障害、頭蓋底腫瘍に対する研究交流、治療技術向上を目的とし、谷川緑野院長代行らが2000年に設立。以来、毎年1回、海外を含め全国各地から脳外科医が参加し、手術手技のVTRなどを用いながら症例検討、討論を行う学術集会で、改称を経て発展してきました。



同コースは6日間で脳動脈瘤に対する基本的アプローチ、頭蓋底手術や解剖、脳血行再建の実際を学ぶ教育コースで、初日は上山博康脳疾患研究所所長を含む国内外の講師の7講義を企画。2日目以降はカンファレンスから手術見学、大会議室を使って手術映像をリアルタイム放映し、状況や手技などを英語で解説しました。FENに先立ち、バイパスハンズオン(卓上顕微鏡を使った血管見本吻合デモ実習)も行い、国内だけでなく中国やアメリカ、ロシア、韓国など20の国と地域から136人が参加しました。

TOPICS 3

ら・ぱーす、第14回夏祭りを実施

介護老人保健施設ら・ぱーすは「第14回夏祭り～笑う門には福来る～」を8月5日に敷地内で開催しました。焼き鳥や焼きそば、たこ焼き、3種類のソフトアイスのほか、ビールや各種ソフトドリンクなどを屋台で販売。ゲームコーナーや職員の余興に加え、地元篠路の和太鼓チーム「石丸流札幌あさひ太鼓」が演奏を披露したほか、学童クラブの子どもたちも参加、天候にも恵まれ、集まった近隣の方々や入所者、ご家族らと楽しい時間を過ごしました。



編集後記

9月6日未明の北海道胆振東部地震で亡くなられた方々にお悔やみを、被災されたすべての方々に心よりお見舞いを申し上げます。

地震に伴い、北海道全域で停電が生じ、一部地域で断水もありました。避難所に身を寄せた方も多く、道民の日常生活は一変しました。お住まいの地区によって回復までの時間に長短はありましたが、普段、当たり前と思いがちなライフラインのありがたさを痛感したという声を数多く耳にしました。

当然のように考えていることがそうではなくなることで、そのありがたみを実感するという点では「健康」も同じではないでしょうか。病気を患って健康がいかに大切か思い知った経験を持つ方々がほとんどだと思います。

災害同様、日々の備えは重要です。健康管理に努め、検診などで定期的に健康状態を把握していただくことをお勧めします。

(三十一)

心に寄りそう、医療と介護をめざして。

社会医療法人 禎心会

札幌禎心会病院

〒065-0033 札幌市東区北33条東1丁目3番1号
☎ 011-712-1131

三大疾病(がん・脳卒中・心臓病)に特化した医療を提供いたします

- 科目
- ・脳神経外科
- ・神経内科
- ・消化器内科
- ・消化器外科
- ・内科
- ・循環器内科
- ・心臓血管外科
- ・頭頸科
- ・呼吸器内科
- ・腫瘍内科
- ・乳腺外科
- ・婦人科
- ・放射線治療科
- ・放射線診断科
- ・リハビリテーション科
- ・形成外科
- ・ペインクリニック外科
- ・麻酔科
- ・病理診断科
- ・歯科口腔外科



私たちは良質な医療・介護を通じて、
地域社会の繁栄に貢献します。

セントラルCクリニック

〒060-0042 札幌市中央区大通西17丁目1番27号 札幌メディアセンタービル1F
☎ 011-623-1131

がん診断にPETを活用
PET、MRI、CTの画像診断専門クリニックです

- 科目
- ・放射線診断科、PETドック



さっぽろ北口クリニック

〒060-0807 札幌市北区北7条西2丁目8番1 札幌北ビル2F
☎ 011-709-1131

最先端の医療で皆さまの健康を守ります

- 科目
- ・脳神経外科
- ・乳腺外科
- ・ペインクリニック外科
- ・循環器内科



禎心会北44条クリニック

〒007-0844 札幌市東区北44条東8丁目1番6号
☎ 011-712-5161

在宅療養される地域の方々を支援します

- 科目
- ・内科
- ・脳神経外科



介護老人保健施設 ら・ぱーす

〒002-8052 札幌市北区篠路町上篠路6番286
☎ 011-774-1131

和みの時間を提供いたします

- 利用施設
- 入所定員80名(全室個室8ユニット)
短期入所療養介護(入所定員内)



サービス付き高齢者向け住宅 ら・かるま

〒007-0847 札幌市東区北47条東16丁目1番5号
☎ 011-785-6110

生き生きとした落ち着いた暮らしを提供いたします

- 利用施設
- 全40戸(約25㎡で台所、水洗トイレ、収納設備、浴室完備)



稚内禎心会病院

〒097-0017 稚内市栄1丁目24番1号
☎ 0162-29-4311

道北における信頼の地域医療を目指して

- 科目
- ・脳神経外科
- ・リハビリテーション科
- ・内科
- ・消化器内科
- ・循環器内科



老人保健施設 ら・ぶらーさ

〒097-0017 稚内市栄1丁目24番2号
☎ 0162-29-4322

このぬくもりが大好きです

- 利用施設
- 入所定員100名(一般棟50名/認知症専門50名)
短期入所療養介護(入所定員内)



QRコード



<http://teishinkai.jp>

ていしんかい 🔍

在宅関連事業所

禎心会東センター

〒007-0844 札幌市東区北44条東8丁目1番6号
☎ 011-711-6110

- 居宅介護支援事業所 禎心会東
- ホームヘルプサービスステーション 禎心会東
- デイサービスセンター 禎心会東(70名/日)
- 札幌市東区介護予防センター 栄町

禎心会北センター

〒001-0921 札幌市北区新川1条6丁目3番3号
☎ 011-768-6110

- 居宅介護支援事業所 禎心会北
- ホームヘルプサービスステーション 禎心会北
- 訪問看護ステーション 禎心会北

ら・ぱーすセンター

〒002-8052 札幌市北区篠路町上篠路6番286
☎ 011-774-1131

- 居宅介護支援事業所 ら・ぱーす
- ホームヘルプサービスステーション ら・ぱーす
- デイケアセンター ら・ぱーす(75名/日)

ら・かるまセンター

〒007-0847 札幌市東区北47条東16丁目1番5号
☎ 011-785-6110

- 居宅介護支援事業所 ら・かるま
- 訪問看護ステーション 禎心会東

ら・ぶらーさセンター

〒097-0017 稚内市栄1丁目24番2号 老人保健施設 ら・ぶらーさ内
☎ 0162-29-4322

- 稚内市南地区居宅介護支援事業所
- ヘルパーステーション 偲
- 訪問看護ステーション あい
- 稚内市南地区在宅介護支援センター ぬくもり
- デイケアセンター ら・ぶらーさ(70名/日)

ひまわり



「特集」なぜ今、アンチエイジング（抗加齢）が注目されるのか？

○インフォメーション ○新人スタッフ紹介 ○栄養レシピ ○地域医療連携施設のご紹介 ○トピックス

心に寄りそう、医療と介護をめざして。

わたしたちは法人理念に基づき、
良質な医療・介護を通じて
地域社会の繁栄に貢献します。



INDEX

特集

01 なぜ今、 アンチエイジング(抗加齢) が注目されるのか?

[禎心会インフォメーション]

- 05 知って役立つ薬の知識
- 07 PET検査
-この季節にはこんなことにも注意-
- 08 高齢者の乳がん検診について
- 09 高気圧酸素治療が新しくなりました
- 10 心地良い空間作り
- 11 災害支援ナース活動報告
- 13 [連載] 緩和ケア
- 14 栄養レシピ
- 15 禎心会新人スタッフ紹介
- 16 地域医療連携施設のご紹介
- 17 禎心会トピックス
- 18 禎心会総合案内



禎心会のもっと
詳しい情報はこちら!

各施設の詳しい情報は
ホームページでもご覧
いただけます。ぜひご覧
ください。

<http://www.teishinkai.jp>

色弱の方にも見やすいユニバーサルデザインに
基づいた配色を採用しています。



[特集]

なぜ今、アンチエイジング(抗加齢)が注目されるのか?

老化のスピードは人によって差があり、「長寿遺伝子」が深くかかわっていますが、通常は働いておらず個人の努力や生活習慣などの工夫によって働くようになっていきます。そこで注目されているのが、アンチエイジング(抗加齢)です。

老化原因の75%は 生活習慣と環境

遺伝子が含まれる染色体の末端を保護する「テロメア」は細胞分裂を繰り返すたびに短くなり、ある長さまで減ると細胞が死ぬので、「命の回数券」と言われます。今のところ、長命でも120歳が限界とされています。

しかし、老化の原因の75%は生活習慣や環境とされており、老化と遺伝の関係性は低いことがわかっています。つ

から行うこと、つまり、アンチエイジングを実践することが大切です。

「3育」 アンチエイジングの実践

アンチエイジングの研究実践に関する第一人者の1人 同志社大学生命医科学部・アンチエイジングリサーチセンターの米井嘉一教授が示されている実践方法は、「知育」「食育」「体育」です。

■知育

受診された方になぜ対応が必要か、どのように行動すべきかを理解してもらいます。

■食育

生活の中心、栄養バランスを理解してもらいます。

●たんぱく質、脂肪、炭水化物の割合は2:2:6が理想的な食事のとり方。日本人はたんぱく質不足が多いし、高齢になるとかむ力が落ちてたん

ぱく質を敬遠しがちになるので、注意してもらおう。
●基本は緩やかな糖質制限食。カロリーのとりに過ぎは問題だが、糖尿病の方でも「おかずでお腹を一杯にしよう」が合言葉。

■体育

定期的な運動が必須です。

●有酸素運動、筋トレ、ストレッチに分けて行う(中高年では、有酸素運動週4日、筋トレ週2日、ストレッチ毎日)。
●1回30分1日2回のウォーキングを週4日行うと酸化作用が数日続く。長期継続で、免疫力が上昇し、抗炎症作用により動脈硬化も低下する。

●有酸素運動でも脳の海馬(記憶・学習能力)や前頭前野(注意・集中力、判断能力)の体積が保持される。

※筋力維持の3本柱は「筋トレ」「食事」「有酸素運動」だが、筋力をつけるには「筋トレ」が必要。

なぜ今、アンチエイジング(抗加齢)が注目されるのか?

糖化防止を意識した食事方法、良い睡眠の確保も重要

■食事方法

必要以上に摂取され処理しきれなかった糖質がたんぱく質と結合してさまざまな疾患の原因になる「糖化」を減らすようにします。食生活の基本は、「糖質をゆっくり吸収させること」です。



① 食べる順にこだわる

空腹状態で糖質が入ると血糖値が急上昇しやすい。食物繊維の多い野菜類→肉・魚などのたんぱく質→最後にご飯・パン・麺など。

② ゆっくり、よくかんで食べる

食べ始めてから脳の満腹中枢

枢が働くまでに約20分。ゆっくりよくかむと食べ過ぎることがなく、消化もゆっくりとなる。

③ 糖質の量や質にこだわる

食品によって血糖値の上がりやすさが異なる。

④ 規則正しい食生活

血糖値の上がりやすさは遺伝と生活習慣の影響。できるだけ毎日同じ時間にする。

⑤ 食物繊維の多い献立を選ぶ

【たんぱく質のとり方】
体重60〜70kgで1日90g必要(1kg当たり1.2〜1.5g)。肉200gで35〜39g程度、肉、魚の主菜2回+卵、牛乳、ヨーグルト、豆腐、納豆など。

■睡眠

メラトニンは別名「眠りホルモン」です。睡眠調節以外にも重要なアンチエイジング作用があります。

① 加齢による記憶障害の回復
軽度認知障害・軽度認知症の予防・進行抑制

② 骨粗しょう症予防

破骨細胞抑制

③ 抗酸化作用

脳内へ容易に入り活性酸素除去 抗酸化酵素の発現を高進

夜間の分泌量が低下すると、睡眠に影響するだけでなく、乳がんや前立腺がん、アルツハイマー、心血管障害、糖尿病の発症リスクが上昇します。日光浴から約15時間後に分泌され、1〜2時間後に眠気が差しますので、起床とともに夏場15分程度、冬場20〜30分程度の日光浴が必要です。日中の軽い運動の習慣と就



寝前には入浴、眠りを妨げるブルーライトが出るテレビ、パソコン、携帯画面を見るのは2時間前までに止めることです。

■節酒

今や、酒は百薬の長ではなく「万病(がん)の元」というのが常識です。厚労省が示す「節度ある適度な飲酒」は1日アルコール約20グラム程度(ビール中ビン1本、日本酒1合、焼酎0.6合、ウイスキーダブル杯、ワイン180ml)。

健康を考えるなら醸造酒に比べてカロリーが低く、糖質、プリン体が含まれない焼酎がお勧めです。

■禁煙

喫煙は肺がんなど24疾患の発症リスクを高め死亡率も上昇します。

煙に発がん性物質が50種類以上含まれ、ニコチンは麻薬のヘロイン、コカインよりも依存性が高いので問題です。

眠りホルモン:メラトニン

- 加齢とともに激減
- 全身の臓器で作用(細胞膜に受容体あり)
- 夜間の分泌量が低下すると、乳がん、前立腺がん、アルツハイマー、心血管障害、糖尿病の発症リスクが上昇
- 若年のメラトニン低濃度の原因はブルーライトの可能性

[メラトニンの分泌を促す生活習慣]



朝6:00 起床
夏15分、冬20分程度窓際へ

有酸素運動
食後30分以内や極端な空腹時は避ける。運動後30分位は体脂肪が燃え続けている。この時間は食事を避ける。

朝

- 運動前に水分補給や少量の糖分(キャンディーなど)補給
- 徐々にからだを目覚めさせる、ウォーミングアップを丁寧に軽めの運動

昼や夕方

- エネルギー代謝、心肺機能やホルモン分泌が活発な時間帯で運動に最適
- 昼休みなどを利用した短時間の運動でも効果的

夜

- 激しい運動は交感神経を活性化させ、睡眠の妨げ
- ゆったりとしたストレッチや体操

日光浴から約15時間後にメラトニン分泌 1〜2時間後に眠気






夜21:00 メラトニン分泌
テレビ、スマホ、ゲームは20時に終了 20時30分までに入浴して1時間ほどのんびりし、寝床へ

夜22:00 就寝

ご相談先

札幌禎心会病院

☎011-712-1131

住所:札幌市東区北33条東1丁目3番1号



札幌禎心会病院
院長

徳田 禎久
(とくだ ひさひさ)

アンチエイジングには、総合的な取り組みが必要です。個々人が自分の弱点を科学的な方法で確認して内容を理解し、しっかり取り組むという意思を持って専門家と相談しながら行うべきです。1年後の変わった自分を想像しながら、ゆっくり、確実に計画を実行することが必要です。「継続は力なり」。老若男女、家族一同で話し合っ取り組む、親しい友人や仲間と取り組むと、より効果が上がります。



札幌禎心会病院
薬剤部
主任
清水 勇基
(しみず ゆうき)

知って役立つ薬の知識

薬は人間の健康状態を回復、保持し、向上させます。そのために必要な正しい飲み方や使用方法、保存方法など知って役に立つ薬の知識を紹介します。

必ず「コップ一杯の水で

薬はいろいろな形で販売されています。薬の形のことを剤形と言います。病院でもよく処方される錠剤やカプセル剤といった口から飲む薬を内用剤、軟膏、湿布などを外用剤、点滴などで使用するものを注射剤といいます。

錠剤には表面にフィルムコーティングという処理をしたタイプがあり、コーティングをすることで苦味や刺激臭

を抑えることができ、さらに湿気や光から有効成分を守ることができます。

胃酸で効果がなくなる薬剤は胃では溶けず、腸で溶ける工夫がされているものもあります。

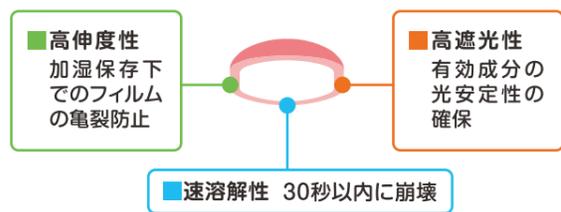
カプセル剤は錠剤と違って液体の中に入れることができるので、効果が違う薬をいくつか合わせて一つの薬にできる特徴を持っています。

このようなさまざまな工夫が施された薬をつぶしたり、

【薬の形】



【フィルムコーティング】



かんんだりして飲んでもいいでしょうか。先に記したように表面がコーティングされた薬も多く、飲みづらくなったり期待した効果が得られなくなったりすることがありますので、つぶしたり、かんたりしてはいけません。薬はかまらずに水で飲み込んでください。

薬の数が多かったり、大きくて飲みづらかったりするときもあると思います。その場合は水以外で飲んでいいかと聞かれることがよくあります。それでも薬は水で飲んでください。牛乳やジュースなどで飲んではいけません。理由は次の通りです。

- 牛乳／胃の環境を大きく変えてしまい、薬の効果が弱くなる場合があります。
- ジュース／薬の効果を強めてしまう場合があります。
- コーヒー、お茶／カフェインが入っています。カフェインを含有している薬もあるため、効果が強く出てしまうことがあります。

●お酒／アルコールの影響で薬の効果が強く出てしまうことがあります。

こうした理由から薬は必ずコップ一杯の水で飲み込んでください。

タイミング、使用方法に注意

薬はそれぞれ飲むタイミングが決まっています。

「食前、食後」はそれぞれ食事の30分前後、「食直前」は食べる直前、「食直後」は食事の直後、「就寝前」は寝る30分〜1時間前です。

「食間」は間違えている人が多いので注意が必要です。食事中に飲む、と勘違いしている患者さんが結構多いです。食事中ではなく食事の2〜3時間後、つまり食事と食事の間です。例えば朝食と昼食の間などです。お腹が空いているときに飲んで欲しいとき、食間で薬が出されることがあります。

「頓服、屯用」は、症状が出たとき、痛みが出たときなど必要に応じて使用し、定期的に飲む訳ではありません。一回に飲む量、何の症状が出たときに飲む薬なのかを確認しておくことが重要です。症状が治まっていたら、無理に服用する必要はありません。

薬の飲み方や使用方法についても注意をしてください。

座薬の使用方法がわからず座って飲んだ、という事例がありました。ご存じの通り、座薬は肛門に挿入するのが正しい使用方法です。

一方、包装シートのまま飲んでしまった、ということがたまにあるようです。現在、さまざまな形の薬、薬の包装シートがありますので、包装シートから取り出さずにそのまま服用し喉につまらせてしまった事故が過去に起きています。包装シートの角のどや胃などが傷つき非常に危険ですので、包装シートから出して正しく飲む必要があります。

保存方法で品質変化も

薬は温度や湿度、光に影響を受けますので、適切な環境、場所に保管しなければ品質が変化してしまいます。その結果、薬の効果が無くなることもあるので注意が必要です。

温度に関して、冷所保存の薬は1〜15℃で保管しなければなりませんので、冷蔵庫に入れてください。室温保存は1〜30℃での保管ですので冷蔵庫でも、部屋にそのまま置いても大丈夫です。

湿度に注意が必要な薬を湿度が高い状態で保管すると、薬が空気中の水分を吸って溶けてしまいます(写真)。湿度



【ご相談先】

- 札幌禎心会病院**
☎011-712-1131
住所:札幌市東区北33条東1丁目3番1号
- 稚内禎心会病院**
☎0162-29-4311
住所:稚内市栄1丁目24番1号

に弱い薬は乾燥剤を入れたファスナー付きビニール袋で保管するのがいいと思います。

光については窓辺や車のダッシュボードなどは直射日光が当たるため避けてください。特にダッシュボードは温度がかなり上昇する可能性があるため注意が必要です。保管場所は空いた缶や箱の中、たんすの中をおすすめします。

保管の基本は温度が低く乾燥した直接日光が当たらない場所です。冷蔵庫は子どもが間違えて飲む危険性があるので、しっかりと食品と区別する必要があります。

高齢者の乳がん検診について

以前、「70歳を超えたら乳がん検診は必要ないと思っていたのだけど」と話される高齢の患者さんがいました。実際はどのようなのでしょうか。



さっぽろ北口クリニック
乳腺外科
西川 紀子
(にしかわ のりこ)



さっぽろ北口クリニック
看護部 係長
大 志保
(だい しほ)

60代以降でも高い発症率

上記のエピソードを踏まえ、高齢者の乳がん検診について、乳腺外来担当の西川医師と話しをする機会がありましたので紹介します。

大 乳がんは50代前半でピークを迎えると聞いていますが、60歳以上の方は乳がんにかかりにくいのですか？

西川 日本で乳がんにかかる人が多いのは40〜50代の女性ですが、20代でも発症が認められていますし、60代以降でも高い確率で発症しています。

大 私が診察についていて、高齢の方がしこりを自覚して受診された場合、「乳がん」と診断されるケースが多い印象があります。

西川 高齢の方の乳房は脂肪成分が多いため、しこりができたときに触れやすいことが多いです。良性のしこりは20〜40代の女性に多くみられ、高齢の方は少ないので、しこりがあった場合は乳がんのし

こりである可能性が若い方より高いと思います。

大 検診に来られる方には結果で異常がなくても、1年に1回の検診受診をお勧めしています。高齢の方の検診も同じペースでいいですか？

西川 高齢者の方の乳がん発症率が高いことを考え、1年に1回の検診をお勧めしています。

「年だから」と安心しない

その後も同じように「もう年だから検診は受けなくていいかな」という高齢の方が数人いました。こうしたときは、普段の自己検診と定期検診受診のお話しをさせていただいています。

「年だから」と安心せずに、ぜひ、「悪いものがないかのチェック」を検診でしてみてください。

札幌市乳がん検診

40歳以上の女性で年齢が偶数の札幌市民を対象とした検診です。年1回、下記の料金で受診できます。札幌市以外に住民登録をされている方、対象年齢以外の方には乳がんドックをお勧めいたします。

検査項目 ●問診 ●視触診 ●マンモグラフィ **料金** 40歳以上50歳未満：1,800円
50歳以上：1,400円

札幌市無料乳がん検診

札幌市は一定の年齢に達した女性に対し、乳がん検診手帳と検診費用が無料になるクーポン券を送付し、正しい健康意識の普及啓発、受診促進を図っています。国の方針に基づき、全国統一基準で実施しています。

検査項目 ●問診 ●視触診 ●マンモグラフィ

【ご相談先】

さっぽろ北口クリニック

☎011-709-1131

住所：札幌市北区北7条西2丁目8番1
札幌北ビル2階

札幌禎心会病院

☎011-712-1131

住所：札幌市東区北33条東1丁目3番1号

PET検査

—この季節にはこんなことにも注意—

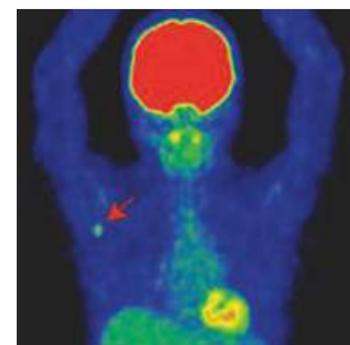
PET検査では運動や食事などによって、撮影した画像に影響が出ることがいくつかあります。



セントラル
CIクリニック
看護部
西村 カンナ
(にしむら かな)



写真①



写真②

雪かき、予防接種が影響

PETの薬は激しく動いた筋肉に集まります。激しく筋肉を動かすというスポーツなどを思い浮かべますが、一例として、この季節は雪かきも筋肉をたくさん使う動きのため、画像に影響することがあります。

写真①は検査当日の朝に2時間除雪をした方の画像です。左腕と右上半身に薬が集まっており、雪かきでこの筋肉が使われたことが分かります。筋肉への薬の集まりは運動で起こることがほとんどで、診断に影響することはありません。ただし、病気と紛らわ

しいことがありますので、できるだけ控えた方が無難です。この季節はインフルエンザなどの予防接種をする方も多

いですが。

写真②は検査の数日前にインフルエンザの予防接種を受けた方の画像です。注射した側の腋のリンパ節に薬が集まっています。注射をしたことや部位を事前に伝えていただければ、診断に差し支えはありません。

検査6時間前から絶食

前記した2つのケースは診断に影響することはありませんが、著しく影響するのが食

事です。

食事をしてしまうと病巣に薬が集まらなくなるため、診断ができなくなります。食断だけでなく、あめやガムのほか、糖分が入っている飲み物なども画像に影響が出てしまいます。点滴も注意が必要です。

当クリニックは検査6時間前から絶食をお願いしています。何か食べてしまった場合は食べた時間や内容をお知らせください。検査日、検査時間の変更をさせてもらうことがあります。

検査について何かわからないことがあればいつでもご相談ください。

【ご相談先】

セントラルCIクリニック

☎011-623-1131

住所：札幌市中央区大通西17丁目1番27号
札幌メディケアセンタービル1階

心地良い空間作り

入所者さんの特徴を考慮してグループ分けすることで、それぞれに合った環境を整えることができました。



老人保健施設
ら・ぷらーさ
認知症専門棟 主任
介護福祉士
本間 朋子
(ほんま ともこ)

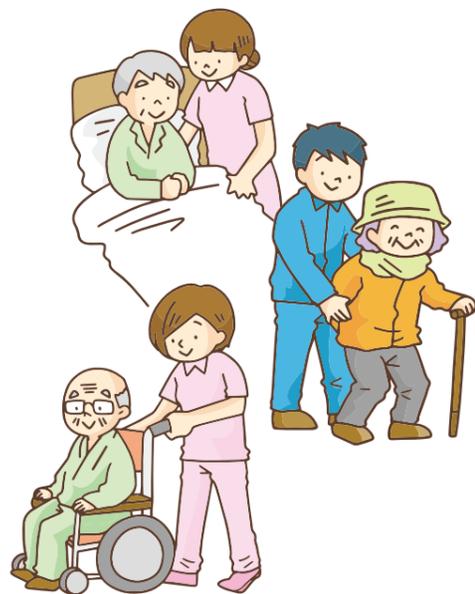
試行錯誤重ね 4グループに再編

当施設の入所定員は一般棟50名、認知症専門棟50名の計100名です。

私の勤務している認知症専門棟では昨年度、利用者さんの環境や日常生活のスケジュールを大きく見直し、それぞれの特徴を考慮した4つのグループに再編成しました。入所するまでそれぞれの家庭で生活をされてきた利用者さんが同じ環境、同じ日常生活を送るのは、とてもストレスを感じることで

す。そこで私たちは、アクティブに過ごされる方、静かな空間を好まれる方、ベッドで寝ている時間が長い方など、一人ひとりに心地良い空間を提供できるように何度も話し合いを重ね、試行錯誤をしてみました。

それぞれ特徴の持ったグループに編成したことによ



【ご相談先】

老人保健施設ら・ぷらーさ
☎0162-29-4322
住所：稚内市栄1丁目24番2号

高気圧酸素治療装置が 新しくなりました



稚内禎心会病院
看護部1病棟
看護師
山本 聖奈
(やまもと せいな)

当院は昨年7月に新しい高気圧酸素治療装置を導入し、主に看護師が対応しています。



脳梗塞治療などに

高気圧酸素治療は2気圧（水深10mで受ける圧力）の環境の中で酸素を吸入することにより、血液の中に溶け込む酸素量を増やし酸素が不足している部分の改善を図る治療法です。

当院では主に脳梗塞の患者さんに高気圧酸素治療を行っています。ほかにも、低酸素脳症や急性一酸化炭素中毒も適応となっています。

検査依頼が増加

安全に治療を行うための注意事項があります。

治療に1時間30分かかるため、事前にトイレを済ませてもらいます。酸素は燃えやすい気体のため、所持品はすべて持ち込み禁止です。入れ歯やメガネ、コンタクトレンズ、補聴器など身につけているものも外してもらいます。

静電気防止のため着用できるのは綿100%の専用治療衣と下着だけです。掛け物もすべて綿100%のタイプを使用します。

治療中は気圧により飛行機に乗ったときのような耳が詰まる感覚があります。糖尿病など制限がない方に限り、唾液が出るのを促して耳抜きをしやすいするため、袋から出したあめ玉と、それを包む綿100%のガーゼの持ち込みを許可しています。

安全に実施、終了できるよ

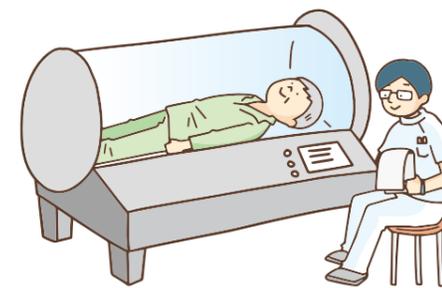
り、今までできなかったことにチャレンジしたり、ご自身の落ちつける居場所を見つけたら、ゆったりと過ごしたりすることができ環境が整いました。

訴えを見逃さないケアを

今、私たちは利用者さんがこんなことができるのではないかと、こんなことがしたいのではないかと、いろいろな模索しながらケアにあたっています。

認知症の利用者さんは、上手にご自身の気持ちを言葉に

う治療前に所持品の確認を行いますので、ご協力をお願いしています。治療中は必ず看護師が付いていますので、安心して治療を受けていただけます。



【ご相談先】

稚内禎心会病院
☎0162-29-4311
住所：稚内市栄1丁目24番1号

札幌禎心会病院
☎011-712-1131
住所：札幌市東区北33条東1丁目3番1号

できないことが多いため、表情やしぐさ、行動を観察し、何を訴えたいのか見逃さないようケアしています。ご家族から伺うご自宅での生活の様子や好み、認知症になる前はどんな方だったかなども貴重なヒントとなっています。ぜひ、ご面会の際は利用者さんのことをたくさんお聞かせください。

利用者さんの「その人らしさ」を大切に、ご家族と一緒に、利用者さん一人ひとりを支えていけたらと思っています。

災害支援ナース活動報告

昨年9月6日未明に発生した北海道胆振東部地震の被災者の健康維持をサポートする「災害支援ナース」として、当法人の看護師2人が道看護協会の依頼に応え、胆振管内安平町で活動してきました。



訪問看護ステーション
禎心会東
係長
大和田 真美
(おかわだ なおみ)

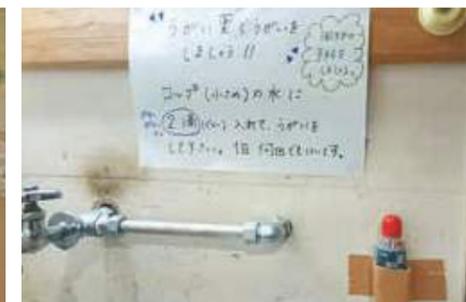
多職種協力支援を体験

道看護協会の依頼の受け、安平町民センターの避難所で支援を行いました。
現地では医療チームや感染対策チーム、道薬剤師会、道歯科医師会、災害リハビリチーム、こころのケアチーム、保健師チームが活動し、炊き出しなどのボランティアや自衛隊の入浴支援があり、多職種で協力して支援していく体制を実際に体験することができました。
町民センターの避難者は約100人で65歳以上が約75%（このうち約3割は75歳以上）、幼児が2人でした。日中は自宅の片付けや仕事へ出かける人が多く、10人程度になっていました。電気や水

道は通っているものの、飲料水は給水車とペットボトルの水を使用していました。
活動としては、自立している方がほとんどだったので体調や生活状況の確認を行ないました。DVT（深部静脈血栓症）のエコー検査で血栓を認めたり、むくみや下肢静脈瘤のある方の弾性スッキングの着脱介助や血栓予防の指導を行ったり、発熱者の確認や手洗いやうがい、マスク着用の徹底といった感染拡散予防に努め、感冒症状ある方へは早めの与薬と受診を促しました。
加えて、掃除や転倒予防の環境整備や室内外でのラジオ体操を実施し、地震が起きた当時や自宅の状況、今後について話を傾聴しました。慣れない環境で十分に睡眠が取れないという声も多く、少しでも早く元の生活に戻る支援が必要だと感じました。
今後、災害支援する機会



段ボールベッド



風邪予防のため、うがい薬を設置

があれば今回の経験を生かし、多職種と協力して状況に応じた活動を行っていくこと、過ぎしやすい環境づくりができるように心がけたいと思いました。



訪問看護ステーション
禎心会北
管理者
鈴木 絵麻
(すずき えま)

継続的な心のケアが必要

札幌から車で1時間程の地域で多くの被災者が非現実の生活を強いられました。避難所には笑顔や冗談がありながらも、度重なる余震で身を小さくして震えている方や胸を押さえてじっと耐えている方を見て、今後も継続的な心のケアが必要だと強く感じました。



安平町民センター
避難所

エコノミー症候群を発症した方がいて、看護だけでなく、診察介助や段ボールベッドの設置、弾性ストッキングの装着を行うことで、震災に伴う健康被害の現実を目の当たりにし、貴重な体験でした。 団生

派遣期間と場所

- 派遣期間：大和田
平成30年9月19日～22日（3泊4日）
- 派遣期間：鈴木
平成30年9月22日～25日（3泊4日）
- 活動場所
安平町民センター避難所

主な活動内容

- 健康管理（バイタルサイン観察、話しの傾聴、傷の手当、ラジオ体操など）
- 感染や転倒予防のための環境整備
- 感染拡散予防
- エコノミー症候群診察の補助と、患者へのケア、受診調整
- エコノミー症候群予防のための段ボールベッドのセッティング、交換調整、弾性ストッキングの着脱介助
- 皮膚のケア（乾燥に伴う、スキンケアの励行）
- 停電に伴う環境整備、心的ストレスに対する精神的介入
- 多職種、他機関との調整、協働、連携

活で風邪症状の方が多く、感染を蔓延させない取り組みの重要性を学びましたが、幅広い世代が生活をともにする中、安全で安楽な環境を整えることが難しく感じました。
多職種が全道、全国各地から来ていましたが、私が派遣された避難所は指揮を取る役割職員が1人、かつ毎日交代していたため指揮系統があまり良くないと感じました。本来の役割ではありませんが、各支援グループが数日で交代する中、活動の橋渡しをする

役目も担いました。
日赤：心のケア班や埼玉の保健師グループ、道薬剤師会、道歯科医師会、静脈血栓専門医と情報共有しながら、医療面では健康維持の支援ができたのではないかと思います。
一方、避難者の食事はマンネリ化し、高血圧や糖尿病、腎臓病の方々は健康被害が起りそうでした。ニュースで取り上げられることの多い避難所は炊き出しや支援物資、調理ボランティアなどの資源や食料の種類も豊富ですが、マスクミ

にあまり取り上げられない小さな避難所の食生活はとても乏しくなることが東日本大震災でも発生したそうです。今回も厚真の避難所に比べ、生活に偏りが生じていました。
こうした際のSNSの活用法、報道のあり方についても、多くの震災支援をしてきた方々と話す機会があり、学ぶことが多かったです。初めての災害支援ナースの派遣は自らの希望であり学びが多く、ありがたい貴重な経験をすることができました。

骨粗しょう症予防に

小松菜とじゃこのカルシウム巾着

小松菜はビタミンやカルシウム、鉄、食物繊維など栄養豊富な緑黄色野菜の1つです。中でもカルシウムはホウレン草の3倍以上含まれ、骨粗しょう症予防にも効果的です。カルシウムはタンパク質や脂質などが多く含まれる食品と組み合わせることで吸収率が高まるため、じゃこやチーズといった魚介類や乳製品を油揚げで包むとさらに効果的にとることができます。カルシウムといえば牛乳というイメージですが、さまざまな食品からとることができます。



札幌禎心会病院
栄養科
管理栄養士
丸山 沙織
(まるやま さおり)



作り方

- 油揚げは半分にカットし油抜きする。
- とろけるチーズを半分にカットし、2枚重ねた上にじゃこを乗せて巻く。
- さらに②を小松菜で巻く。
- 袋状になった油揚げに③を入れて、口を折りたたむようにしつつまようじで留める。
- 水と白だしを鍋に入れて火にかけ、④とサヤエンドウ加えて5分程煮る。
※お好みで生ショウガをすって乗せる

材料 [2個分]	2個: 173kcal
油揚げ	1枚
小松菜	1束
じゃこ	大さじ2
とろけるチーズ	2枚
サヤエンドウ	2枚
水	250cc
白だし	30cc
生ショウガ	少々

連載

より良く生きるための 緩和ケア③

訪問看護ステーション
禎心会北
緩和ケア認定看護師
中村 瞳
(なかむらひとみ)



あなたらしくいられる場所はどこですか？



病院は「生活の場」ではない

これまでの連載で、緩和ケアとは「自分が自分らしくいられること」、そのために「病気とどう付き合いながら、どう過ごすか話し合うことが大切」という話しをしてきました。

過去に病院で勤務をしていたときに、入院していた患者さんが「家に帰りたい」「自宅の庭が見たい」「飼っている犬に会いたい」などと話していたことを思い出します。当たり前ですが病院は「生活の場」ではないことを実感しています。自宅へ戻り、ご家族が作ってくれた慣れ親しんだお食事で、病院では増えなかった体重が増したと嬉しそうに教えてくれた方もいました。

一方で、体調が思わしくない状態で自宅へ帰ることに不安がある方もいると思います。そのような場合に利用できるサービスの一つが訪問看護です。

自宅で安心して過ごすために

訪問看護は体調確認のほか、治療のための点滴やチューブの管理など、ご自身やご家族では不安になる

ことのお手伝いをしたり、体調がすぐれないときに訪問し受診調整をしたりするなど、ご自宅で安心して過ごすためにご利用いただけます。

治療が終わっていない方でも次の入院までの退院中に利用できます。通院が難しい方は訪問診療を受けながら治療は入院して行うなど、入院先の主治医の診療と併用している方もいます。保険適応外のサービスですが、看護師が旅行に同行してケアを提供できる事業所もあります。

療養や生活の仕方に合わせた在宅サービスを利用することで、「自分らしくいられること」を実現できるかもしれません。訪問看護や各種在宅サービスについて説明を聞きたい方は、病院のソーシャルワーカーやお住まいの地区の地域包括支援センター、お近くの居宅介護支援事業所にご相談ください。

訪問診療

- 診療
- 薬の処方
- 緊急時の対応



訪問看護

- 体調確認
- 医療機器の管理
- 排泄や清潔ケア
- 介護相談
- 緊急時の対応



訪問介護

- 生活援助
- 家事支援
- 通院介助



訪問用具

- 入浴時の福祉用具
- 介護用ベッド
- 褥瘡予防マットレス
- 車いす



地域医療 連携施設の ご紹介

私たちは、
近隣の先生方、
施設と連携して
地域密着の
医療・介護に
取り組んでいます。

【標榜科目】内科・糖尿病内科

〒007-0845

札幌市東区北45条東7丁目6番16号

☎011-731-6636

<https://sakaemachi-nishi.or.jp/index.html>



院長
谷口 潤 先生
(たにくち じゅん)

医療法人イココ庵 さかえまち西診療所

Q 対象疾患を教えてください。

A 高血圧や脂質異常症(高脂血症)、高尿酸血症といった生活習慣病、胃痛、腹痛、下痢などの消化器疾患、喘息や気管支炎、肺気腫などの呼吸器疾患のほか、かぜやアレルギー性鼻炎、花粉症、不眠症、自律神経失調症などです。西洋医学ではなかなか改善しない症状への漢方診療や、何となくだるい、原因不明の発熱など何科にかかればいいのかわからない症状も診ています。

加えて、吉田名誉院長と私は糖尿病専門医として、糖尿病の診断から治療、指導、合併症の早期診断・治療を積極的に提案しています。

Q 診療方針を教えてください。

A 基本方針として以下を掲げ、常に心がけています。
1. いつも身近で、待たせない。
2.丁寧な診察と詳しい説明。
3. 苦痛の少ない検査。



4. 病気によっては適切な医療機関への迅速な紹介。

Q 施設の特長を教えてください。

A 昨年7月に「よしだ内科クリニック」を引き継ぎ、改称しました。引続き、病気の診断、治療についての説明と同意はもちろんですが、患者さんのおかれた環境や普段の生活、家族関係も含め、できるだけトータルに診療していきたいと思っています。特に、糖尿病をはじめとした生活習慣病では非常に大切なことと考えます。

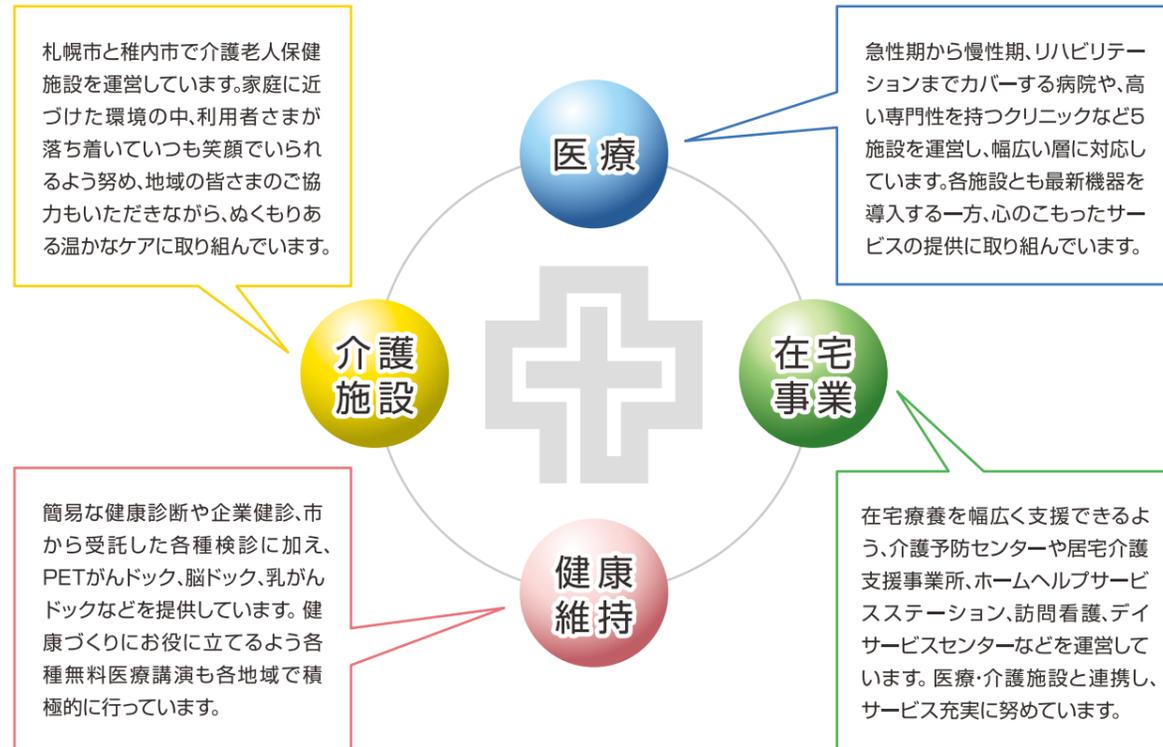
読者にメッセージを。

A 「わかりやすい、納得できる診療」を日々心がけております。吉田名誉院長と一緒に地域のホームドクターとして、誠実で笑顔のある、安心して治療を受けていただけるクリニックを目指しています。

禎心会総合案内

INTRODUCTION

私たち社会医療法人禎心会は、『良質な医療、介護を通じて地域社会の繁栄に貢献する』という理念の下、札幌市、稚内市で医療や介護、在宅関連事業、健康維持に役立てるさまざまな活動を実践しています。各地域に密着しながら、患者さまや入所者さま、利用者さま、ご家族の立場に立ち、信頼される各種サービスの提供に職員一同、努めています。



- 医療
- 介護施設
- 在宅事業
- 健康維持

医療機関のご案内	介護老人保健施設のご案内	在宅事業のご案内	各種ドック検診のご案内
<ul style="list-style-type: none"> ●札幌禎心会病院 ●稚内禎心会病院 ●セントラルCIクリニック ●さっぽろ北口クリニック ●禎心会北44条クリニック 	<ul style="list-style-type: none"> ●介護老人保健施設 ら・ぱーす ●老人保健施設 ら・ぷらーさ 	<ul style="list-style-type: none"> ●禎心会東センター ●禎心会北センター ●ら・ぱーすセンター ●ら・ぷらーさセンター ●ら・かるまセンター (サ高住ら・かるま併設) 	<ul style="list-style-type: none"> ●PETがんドック ●脳ドック ●隣がんドック ●胃がんドック ●大腸がんドック ●乳がんドック・検診 ●子宮がんドック・検診

協業法人 社会福祉法人 **札幌山の手リハビリセンター**

ケアセンター栄町	ケアセンター山の手	ケアセンターら・せれな
〒007-0847 札幌市東区北47条東17丁目1番1号 ☎ 011-789-1152	〒063-0009 札幌市西区山の手433番地1 ☎ 011-642-1152	〒002-8081 札幌市北区百合が原3丁目1番地1号 ☎ 011-702-1152
<ul style="list-style-type: none"> ●障がい者支援施設 栄町 ● // (短期入所) ●生活介護 栄町 ●地域密着型介護老人福祉施設 栄町 ●ショートステイ 栄町 ●デイサービスセンター 栄町 ●居宅介護支援事業所 栄町 	<ul style="list-style-type: none"> ●障がい者支援施設 山の手 ● // (短期入所) ●生活介護 山の手 	<ul style="list-style-type: none"> ●介護老人福祉施設 ら・せれな ●ショートステイ ら・せれな ●デイサービスセンター ら・せれな ●居宅介護支援事業所 ら・せれな

TOPICS 1

札幌禎心会病院、ロシア・中国で事業協力へ

札幌禎心会病院の徳田禎久院長は昨年11月上旬にロシア連邦と中国内モンゴル自治区を訪れ、それぞれ州立研究所、現地法人と事業協力を結びました。

同病院はロシア連邦のモスクワ州立学術臨床研究所「MONIKI=モニキ」、メディカルツーリズム・ジャパン(本社・札幌)と医療と公衆衛生分野の協力関係を強化していくことで昨年1月に合意し、その主旨を記した議事録に院内で署名。今回はモニキで正式に協定を締結しました(写真①)。今後はモニキが施設内に設立する「日本の総合リハビリテーションセンター」「日本の遠隔医療センター」で取り組む画像診断や病理診断、セカンドオピニオン、日本向け渡航医療患者の渡航前後のサポート、カンファレンス、オンラインでの教育、指導などを3者で推進していきます。

一方、日中民間友好交流促進のため、道の経済貿易代表団の一員として中国内モンゴル自治区フフホト市を訪問。地元企業の「内蒙古興淳蒙医康養産業発展有限公司」と友好都市の協力関係を強化するとともに、相互の強みを生かした事業発展を目指す基本合意に達し、覚書を交わしました(写真②)。同院は①機能的な建物・設備の設計に関する助言②「蒙医五療」の理念に基づいたモンゴル医学に対し、温泉資源を生かした新しいリハビリ療法の開発支援③施設の運営・管理システムならびにサービスの資質向上に関する助言④人材育成の支援一を行い、同有限公司は①健康診断受信者の紹介②放射線治療が対象となるがん患者の紹介一を通し、PETや陽子線治療を利用した健診、治療の普及に協力します。



写真①



写真②

TOPICS 2

札幌禎心会病院、福祉のまちづくり賞を受賞

札幌禎心会病院は「平成30年度北海道福祉のまちづくり賞」の公的施設部門を受賞しました。受賞理由は「利用者視点を重視しユニバーサル化を目指した病院」。条例に基づく整備基準に適合し、利用者視点と安全性への配慮、地域貢献を十分に考えた病院として評価されました。

同賞は福祉的配慮に優れた優良事例を道民らに紹介し、普及啓発を図ることを目的として平成10年「北海道の福祉のまちづくり条例」の施行に合わせ立ち上がり、今回で20回目を迎えました。



編集後記

公益財団法人日本漢字能力検定協会(本部・京都市)が一年の世相を表す漢字一字を全国公募する「今年の漢字」、昨年は応募(193,214票)の10.8%を集めて1位となった「災」が選ばれました。

北海道胆振東部地震や大阪府北部地震、島根県西部地震、西日本豪雨、台風21、24号の直撃記録的猛暑など自然「災」害が多発し、その脅威を痛感。「災」害の経験から全国的に防災意識が高まり、自助共助の大切さを再認識した一年でした。

一方、仮想通貨流出やスポーツ界のパワハラ問題、財務省決裁文書改ざん、大学不正入試問題などが発覚し、多くの人がこれらの出来事の人「災」と捉えました。

今年はどうな一字が選ばれる一年になるでしょうか。職員一同、明るい一年になることを願っています。本年もよろしく願っています。

(三十一)

心に寄りそう、医療と介護をめざして。

社会医療法人 禎心会

札幌禎心会病院

〒065-0033 札幌市東区北33条東1丁目3番1号
☎ 011-712-1131

三大疾病(がん・脳卒中・心臓病)に特化した医療を提供いたします

- 科目
- ・脳神経外科
- ・神経内科
- ・消化器内科
- ・消化器外科
- ・内科
- ・循環器内科
- ・心臓血管外科
- ・頭頸科
- ・呼吸器内科
- ・腫瘍内科
- ・乳腺外科
- ・婦人科
- ・放射線治療科
- ・放射線診断科
- ・リハビリテーション科
- ・形成外科
- ・ペインクリニック外科
- ・麻酔科
- ・病理診断科
- ・歯科口腔外科



セントラルCクリニック

〒060-0042 札幌市中央区大通西17丁目1番27号 札幌メディアセンタービル1F
☎ 011-623-1131

がん診断にPETを活用
PET、MRI、CTの画像診断専門クリニックです

- 科目
- ・放射線診断科、PETドック



さっぽろ北口クリニック

〒060-0807 札幌市北区北7条西2丁目8番1 札幌北ビル2F
☎ 011-709-1131

最先端の医療で皆さまの健康を守ります

- 科目
- ・脳神経外科
- ・乳腺外科
- ・ペインクリニック外科
- ・循環器内科



禎心会北44条クリニック

〒007-0844 札幌市東区北44条東8丁目1番6号
☎ 011-712-5161

在宅療養される地域の方々を支援します

- 科目
- ・内科
- ・脳神経外科



介護老人保健施設 ら・ぱーす

〒002-8052 札幌市北区篠路町上篠路6番286
☎ 011-774-1131

和みの時間を提供いたします

- 利用施設
- 入所定員80名(全室個室8ユニット)
短期入所療養介護(入所定員内)



サービス付き高齢者向け住宅 ら・かるま

〒007-0847 札幌市東区北47条東16丁目1番5号
☎ 011-785-6110

生き生きとした落ち着いた暮らしを提供いたします

- 利用施設
- 全40戸(約25㎡で台所、水洗トイレ、収納設備、浴室完備)



稚内禎心会病院

〒097-0017 稚内市栄1丁目24番1号
☎ 0162-29-4311

道北における信頼の地域医療を目指して

- 科目
- ・脳神経外科
- ・リハビリテーション科
- ・内科
- ・消化器内科
- ・循環器内科



老人保健施設 ら・ぶらーさ

〒097-0017 稚内市栄1丁目24番2号
☎ 0162-29-4322

このぬくもりが大好きです

- 利用施設
- 入所定員100名(一般棟50名/認知症専門50名)
短期入所療養介護(入所定員内)



私たちは良質な医療・介護を通じて、
地域社会の繁栄に貢献します。

QRコード



<http://teishinkai.jp>

ていしんかい

在宅関連事業所

札幌市東区

〒007-0844 札幌市東区北44条東8丁目1番6号
☎ 011-711-6110

- 居宅介護支援事業所 禎心会東
- ホームヘルプサービスステーション 禎心会東
- デイサービスセンター 禎心会東(70名/日)
- 札幌市東区介護予防センター 栄町

札幌市北区

〒001-0921 札幌市北区新川1条6丁目3番3号
☎ 011-768-6110

- 居宅介護支援事業所 禎心会北
- ホームヘルプサービスステーション 禎心会北
- 訪問看護ステーション 禎心会北

札幌市中央区

〒002-8052 札幌市北区篠路町上篠路6番286
☎ 011-774-1131

- 居宅介護支援事業所 ら・ぱーす
- ホームヘルプサービスステーション ら・ぱーす
- デイケアセンター ら・ぱーす(75名/日)

札幌市東区

〒007-0847 札幌市東区北47条東16丁目1番5号
☎ 011-785-6110

- 居宅介護支援事業所 ら・かるま
- 訪問看護ステーション 禎心会東

稚内市

〒097-0017 稚内市栄1丁目24番2号 老人保健施設 ら・ぶらーさ内
☎ 0162-29-4322

- 稚内市南地区居宅介護支援事業所
- ヘルパーステーション 偲
- 訪問看護ステーション あい
- 稚内市南地区在宅介護支援センター ぬくもり
- デイケアセンター ら・ぶらーさ(70名/日)

ひまわり



[特集]

セントラルCクリニック、 がんの早期発見へ「PETドック」を実施

○インフォメーション ○新人スタッフ紹介 ○栄養レシピ ○地域医療連携施設のご紹介 ○トピックス

心に寄りそう、医療と介護をめざして。

わたしたちは法人理念に基づき、
良質な医療・介護を通じて
地域社会の繁栄に貢献します。



INDEX

特集

- 01 セントラルCクリニック、
がんの早期発見へ「PETドック」を実施

〔禎心会インフォメーション〕

- 05 「社会福祉法人
札幌山の手リハビリセンター」が5月1日、
「社会福祉法人 禎心会」に改称
- 06 血圧コントロールに
毎日朝晩の血圧測定を
- 07 軟部腫瘍かなと思ったら(前編)
- 08 放射線検査による医療被ばくについて
- 09 「失語症」をご存知ですか
- 10 インフルエンザ予防対策は職員から
- 11 「和み」とリハビリテーション
- 12 知っていますか？ 地域包括ケアシステム
- 13 禎心会新人スタッフ紹介
- 15 地域医療連携施設のご紹介
- 16 栄養レシピ
- 17 禎心会トピックス
- 18 禎心会総合案内



禎心会のもっと
詳しい情報はこちら！

各施設の詳しい情報は
ホームページでもご覧
いただけます。ぜひご覧
ください。

<http://www.teishinkai.jp>

色弱の方にも見やすいユニバーサルデザインに
基づいた配色を採用しています。



photo:Daisuke Nishiyama

〔特集〕

セントラルCクリニック、 がんの早期発見へ「PETドック」を実施

セントラルCクリニックは画像診断の専門クリニックです。主に医療
機関からのご依頼によるPET/CT・MRI・CT検査、画像診断に加え、
がんの早期発見を目的とした「PETドック」を行っています。

A PET検査は「ポジト
ロン断層撮影装置」
で、放射線を出す薬剤を静脈
注射し、体のいろいろなこ
ろに集まる様子を撮影しま
す。検査目的に合わせて薬剤
を選ぶことで心臓や脳、がん
などの診断ができます。

当クリニックではFDG
といふブドウ糖によく似た
成分の薬剤を使用し、がんを
診断しています。がん細胞は
通常の細胞よりも増殖のス
ピードが速いため、より多く
のブドウ糖を必要とします。
このためにFDGががん細
胞に多く集まる性質を利用
し、がん発見のための検査を
しています。

PETに関する

Q&A

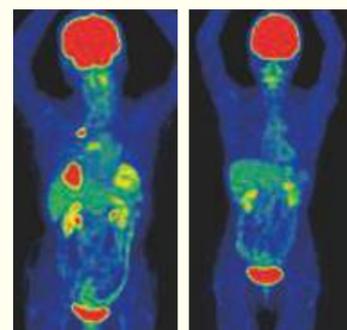
Q PETは どのような検査？



がんだけでなく、正常な臓
器や炎症、良性腫瘍にもFD
Gが集まることがあるので、
体の状態や病気の経過、既往
歴、治療歴などあらゆる見地
から専門医が検討、診断する
必要があります。

右／病気のない
人。脳や腎臓など
に正常の集まりが
みられます。

左／脳や腎臓など
に正常の集まりが
あるほか、右の肺
がんと心臓近くに
リンパ節転移がみ
られます。





A 多くのがんには有効ですが、甲状腺がんの一部、ある種類の肺がん、多くの胃がんや腎臓がん、膀胱がん、前立腺がんなどわからないがんがあるほか、1cm以下の小さながんは検出されないことがあります。そのため、当クリニックはMRやCT、超音波、腫瘍マーカーなどを組み合わせたPETがんドックを実施しています。

Q PETだけですべてのがんがわかる？

A 当クリニックのPETドック受診者の約37%、100人中、3、4人にがんが見つかっています。一度に全身を調べられるので、多くの種類のがん検査に有効です。

Q PETを使ったがん検診は役立つ？

A ドックは保険適用ではありません。PET検査は早期胃がんを除くすべてのがんが適用ですが、適用条件があります。当クリニックは一般の方から保険診療のPET検査予約は受けておりませんので、主治医からの検査依頼が必要です。

Q PETは保険適用？

A CT検査と比べても放射線量が多いというだけではなく、特別な障害はないと考えられています。

Q PETによる放射線の害は？

当クリニックでは皆さまに正しい情報をお伝えし、より良い検査を受けていただきたいと願っています。ご不明な点などがございましたら、お気軽にお問い合わせください。

「PETがんドック」に関するお問い合わせ、資料請求、お申し込みは専用ダイヤル

0120-505-118



セントラルCIクリニック 名誉院長

塚本 江利子 (つかもと えりこ)



ご相談先

セントラルCIクリニック
☎011-623-1131

住所：札幌市中央区大通西17丁目1番27号
札幌メディアケアセンタービル1階

PETがんドック実績紹介

- 期間 / 2004年10月25日～2019年1月31日
- 受診者総数 / 延べ9,155人(男性:5,778人・女性:3,377人)
- 受診者年齢 / 20～89才(平均55才)

発見されたがん 合計 175例 全体の1.9%(受診者実数の3.7%)

PETで写らなかったがん: 175例中 70例(40.0%)

2019年1月31日までの受診者(延べ9,155人)のうち、手術または組織診で診断が確定している方(がんの疑いで精密検査中、経過観察中の方は除外)

肺	36例	PET以外	14例	PET	22例
甲状腺	28例	PET以外	8例	PET	20例
大腸	23例	PET以外	6例	PET	17例
腎臓	10例	PET以外	6例	PET	4例
乳房	14例	PET以外	0例	PET	14例
子宮卵巣	6例	PET以外	0例	PET	6例
前立腺	27例	PET以外	24例	PET	3例
悪性リンパ腫	4例	PET以外	0例	PET	4例
脾臓	8例	PET以外	1例	PET	7例
肝臓	3例	PET以外	2例	PET	1例
その他	16例	PET以外	9例	PET	7例
合計	175例		70例		105例

PETがんドック+Plusのご案内

※料金はすべて税別です。

PET/CT検査を取り入れた“がんの早期発見”を目的とする人間ドックです。

検査料金

140,000円

所要時間

約5時間

検査項目(基本コース内容)

- | | |
|---------------|----------------------|
| 1 全身PET/CT検査 | 5 血液検査(腫瘍マーカー・血糖) |
| 2 甲状腺超音波検査 | 6 尿検査 |
| 3 腹部・骨盤腔MRI検査 | 7 便潜血 |
| 4 胸部CT検査 | 8 身体測定(身長・体重・BMI・血圧) |

【ご注意】 ※下記に該当する方はドックを受診できませんのでご了承ください

○ペースメーカー ○人工内耳 ○妊娠中 ○授乳中 ○除細動器など
※心臓ドック・大腸内視鏡・大腸CTに関してはPETがんドックとは別日のご受診となります。

ドックの流れ

約5時間ですべての検査が終了します。

- | | |
|---------------|------------------------|
| 1 問診 | 5 採血、採尿(血糖・腫瘍マーカー・尿潜血) |
| 2 MRI(腹部・骨盤腔) | 6 CT(胸部) |
| 3 超音波(甲状腺) | 7 PET/CT(全身) |
| 4 身体測定 | 8 結果説明 ※画像診断結果のみ |

各種割引

+ ペア割引 ※初回受診限定	10,000円割引	ご家族・ご友人など2名様以上でお申し込みの場合(お申込者全員対象)。
+ 紹介割引 ※初回受診限定	10,000円割引	ドック受診者からのご紹介。ご予約の際、ご紹介者名をお伝えください。
+ 再受診割引	14,000円割引	2回目以降の受診の場合。
+ 早期予約割引	5,000円割引	受診日2ヶ月前(60日前)までにお申し込みの場合。

※ペア割引・紹介割引・再受診割引の併用はできません。

オプション検査

+ 脳ドック	20,000円
+ メタボリックシンドローム診断	5,000円
+ 血液検査(生化学)*1	3,000円
+ 心臓ドック*2	39,000円
+ 胃内視鏡検査*2	13,000円
+ 大腸内視鏡検査*2	25,000円
+ 大腸CT	30,000円

*1: メタボリックシンドローム診断に含まれます。
*2: 提携医療機関での検査となります。

診断結果

検査結果は、すべての検査データが揃ってから文書にてご報告いたします。※2週間前後での発送となります。

画像診断の結果は、検査当日面談にてご報告いたします。
※メタボリックシンドローム診断は当日の説明はありません。
文書のみのご報告となります。
※脳ドックは脳神経外科医が診断を行い後日、文書でご報告します。

他医療機関にて受診が必要な場合には、画像等のすべてのデータをご提供し、紹介状をお渡します。

血压コントロールに 毎日朝晩の血压測定を

さまざまな病気の原因になる高血圧。家庭で毎日朝晩、
血圧を測定し生活スタイルの改善につなげてください。



札幌禎心会病院
心臓血管センター
低侵襲治療センター
センター長
大谷 則史
(おおたに のりふみ)

高血圧の診断基準値(家庭血圧)

収縮期血圧 \geq 135mmHg
拡張期血圧 \geq 85mmHg

または その両方

降圧目標
(収縮期血圧/拡張期血圧)(家庭血圧)

若年、中年、前期高齢者	135/85mmHg未満
後期高齢者(75歳以上)	145/85mmHg未満 ※1 ※2
糖尿病患者	125/75mmHg未満
CKD患者(蛋白尿陽性)	125/75mmHg未満 ※2
脳血管障害/冠動脈疾患患者	135/85mmHg未満 ※2

※1：忍容性があれば135/85mmHg未満を目指す
※2：目安
出典：高血圧治療ガイドライン2014

3人に1人が高めと指摘

高血圧は脳や心疾患、血管などの病気を引き起こすリスクがあることは広く知られていると思います。

男女1万人(30〜74歳)のうち、約3人に1人に当たる32.1%の人が健康診断で「血圧が高め」と指摘された経験がある、との調査があります。そのうち、46.5%は医療機関を受診する対応を取っていませんでした。

次の「高血圧につながる10の生活習慣」のうち、3項目以上に該当する人は36.5%(6個以上は5.6%)で、中でも働き盛りの30〜50代男性、

- 高血圧につながる10の生活習慣**
- 濃い味付けが好き
 - 麺類の汁を全部飲む
 - 外食が多い(週4回以上)
 - 満腹になるまで食事をする
 - 野菜が嫌い
 - 血糖値、コレステロール値が高い
 - 肥満気味
 - あまり運動をしない
 - タバコを吸う
 - ストレスを感じやすい
- ◆該当3〜5/ちよつと危険
◆該当6〜10/そろそろ気をつけなければならない

毎日測定で「コントロール」に意欲

「血圧が高め」と指摘されたことがある人の血圧測定実態は「毎日、測っている」25.5%(このうち、「毎日、朝晩測っている」13.6%)、「毎日測っていない」74.5%となっており、血圧が高めと判定されたにもかかわらず、4人に1人しか毎日測定をしていませんでした。

一方、毎日朝晩、家庭で測定している血圧高めの人のうち、3人に1人がその後、「血圧が改善した」と実感しています。

家庭での血圧測定を習慣化することで、高血圧の原因となる生活習慣の改善に取り組み、薬をきちんと飲んで定期的に通院するなど、医師や薬剤師と協力して血圧をコントロールする意欲がわくはずですよ。

【ご相談先】

札幌禎心会病院
☎011-712-1131
住所：札幌市東区北33条東1丁目3番1号

出典：高血圧症に関する医師・患者調査(オムロンヘルスケア)

「社会福祉法人 札幌山の手リハビリセンター」が 5月1日、「社会福祉法人 禎心会」に改称

当法人の協業法人「社会福祉法人 札幌山の手リハビリセンター」は5月1日、「社会福祉法人 禎心会」に改称し、医療・介護・福祉の一体的な運営を一層強化します。

社会福祉法人 禎心会 (5月1日より)



ケアセンター栄町
☎011-789-1152
住所：札幌市東区北47条東17丁目1番1号

- 障がい者支援施設 栄町
- ショートステイ 栄町
- 生活介護 栄町
- 地域密着型介護老人福祉施設 栄町
- デイサービスセンター 栄町
- 居宅介護支援事業所 栄町



ケアセンター山の手
☎011-642-1152
住所：札幌市西区山の手433番地1

- 障がい者支援施設 山の手
- 生活介護 山の手



ケアセンターら・せれな
☎011-702-1152
住所：札幌市北区百合が原3丁目1番1号

- 介護老人福祉施設 ら・せれな
- ショートステイ ら・せれな
- デイサービスセンター ら・せれな
- 居宅介護支援事業所 ら・せれな

**医療・介護・福祉の
一体的なサービスを提供**

社会福祉法人札幌山の手リハビリセンターは現在、ケアセンター栄町、ケアセンター山の手、ケアセンターら・せれなの3施設を運営しています。

平成21年に当法人との協業化を決定し、地域包括ケアの推進を図る体制を整え、平成22年より当法人の徳田禎久理事長が札幌山の手リハビリセンターの理事長に就任。当法人とともに、医療・介護・福

祉の統合を目指し、地域に密着した地元住民が求めるさまざまなサービスの提供、自宅でも施設でも安全、安心な生活ができるよう体制を構築してきました。

当法人は社会医療法人では運営ができない特別養護老人ホーム、障がい者支援施設の運営を含め、一体的なサービスを提供することを地域の方に理解していただくため法人名の統一を検討し、年号が変わるタイミングに合わせて名称変更することとなりました。

【法人理念】
利用者一人ひとりの生活を尊重し、自立した生きがいのある、その人らしい暮らしを支えます。

【運営方針】

1. 利用者の尊厳を保持し、その人にふさわしい自立支援サービスの提供に努めます。
2. 専門的知識、技術の研鑽に努め、資質の向上を目指します。
3. 地域の福祉・介護・医療機関との連携を図ります。

放射線検査による 医療被ばくについて

東日本大震災の福島第2原子力発電所の事故以来、放射線被ばくについて気にする方が増えていると思います。



さっぽろ北口クリニック
検査部放射線科 係長
診療放射線技師
伊藤 禎洋
(いとう よしひろ)

被ばくは低線量の範囲

当クリニックは日常診療でX線撮影やマンモグラフィ検査、CT撮影など放射線を利用する検査を行っています。

検査前後に患者さんから「検査の被ばくは大丈夫ですか」「家族がレントゲンを何回も撮影しているのですが、体に影響はありませんか」といった質問を受けることがあります。ニュースなどでも検査の放射線被ばくで発がんリスクが上がるなどの記事がときどき問題となります。

では、CT検査の放射線被ばくは健康に害があるものなのでしょうか。CT検査は部位によって異なりますが、通常一回当たり5〜30mSv(ミリシーベルト)の放射線被ばく量で、放射線の影響が体に確実に現れる数値(確定的影響と言います)を下回ります。

発がんはごく少数です。まず、検査での被ばくは通常低線量の範囲にあります。放射線に少しでも被ばくすれば、がん発生

リスクが直線的に増えるという「仮説」を用いています。この仮説の基では検査の被ばくでも発がんのリスクは上がりませんが、低線量の被ばくでの発がんは科学的に立証されておらず、食事やウイルス、環境汚染物質など一般の生活環境が原因でがんになるケースが多いと考えられています。

仮に放射線検査の被ばくでがんのリスクが増加するとしても、その増加分は他の原因によるがんのリスクに比べると非常に小さいものと考えられています。

リスクとベネフィットで成立

最近よくリスクとベネフィット(恩恵)という言葉を目にすると思いますが、放射線検査もリスクとベネフィットで成り立っています。検査をすることで受ける被ばくのリスクに比べ、検査によって病気をやがたの状態を的確に知ることができ、適切な治療を受けるといってベネ

【ご相談先】

- さっぽろ北口クリニック**
☎011-709-1131
住所:札幌市北区北7条西2丁目8番1
札幌北ビル2階
- 札幌禎心会病院**
☎011-712-1131
住所:札幌市東区北33条東1丁目3番1号
- セントラルC1クリニック**
☎011-623-1131
住所:札幌市中央区大通西17丁目1番27号
札幌メディアセンタービル1階

軟部腫瘍かなと思ったら(前編)

軟部腫瘍と言われたら何か恐ろしい病気ではないかと思うでしょう。童話「こぶとりじいさん」のこぶは良性の脂肪腫や神経線維腫、耳下腺腫瘍だったと想像されます。



セントラルC1クリニック
院長
玉川 光春
(たまかわ みつはる)

ひょうじょうに軟部腫瘍

首の後ろやおしりの皮膚の下にこぶのようになった丸い、触ると痛いできものができることがあります。あれは粉瘤といって腫瘍ではないのですが、あのようなできものをひとまとめに軟部腫瘍といっています。

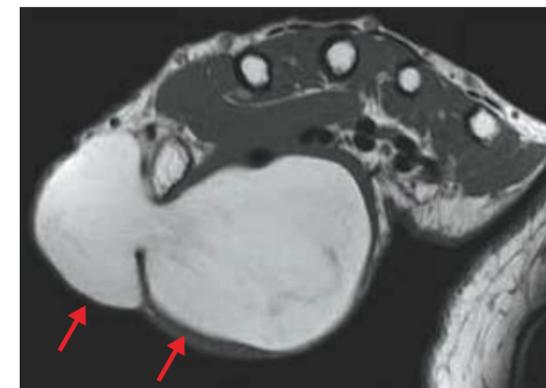
たいていはそのままでもかまわない良性のできものというケースが多いのですが、まれに悪性の腫瘍もあります。昨年4月には某ラジオ局で40年間看板パーソナリティを勤めていた74歳の有名な方が悪性の軟部腫瘍が原因で亡くなっています。

軟部腫瘍は正確には軟部組織から発生する腫瘍の総称で、全身のあらゆる部位に起こります。皮膚の下、筋肉や筋肉の間、腱や靭帯、脂肪組織、血管やリンパ管、関節内、手足などの神経から発生します。脳や脊髄、内臓臓器、骨以外から発生する腫瘍です。

良性、悪性に大別

軟部腫瘍は性質のわからない腫瘍もありますが、大きく良性腫瘍と悪性腫瘍(軟部肉腫)に分けられます。

「2008年度全国骨・軟部腫瘍登録」では良性と悪性の割合は良性70・4%、悪性29・6%でした。良性腫瘍では治療を行わず経過観察としていたり、診察を受けていなかったりした方も多くいると思われる、良性腫瘍はさらに多いと考えられています。



80歳代女性の右手のMRI。手のひらに大きく腫大した高信号(白い)腫瘍(脂肪腫)が見られる。

- セントラルC1クリニック**
☎011-623-1131
住所:札幌市中央区大通西17丁目1番27号
札幌メディアセンタービル1階

良性、悪性の見分け方について、軟部腫瘍の診断、治療に携わる医師たちの間でコンセンサスの得られている所見がありますので、そのポイントについて次号で解説します。ただし、良性と悪性の腫瘍を見分ける方法は重複する部分が多くあり、必ずしも完全ではありません。ご自分で気になるものがあれば、安心して一度は専門医に相談するのが良いと思います。(次回へ続く)

インフルエンザ予防対策は職員から

全国でインフルエンザが警報レベルと1月に発表されました。各地の病院や施設で集団感染もあり、重症例や死亡例が報道されています。



老人保健施設
ら・ぷらーさ
看護科
看護師
金谷 さやか
(かなや さやか)

マスク着用、手指消毒を徹底

当施設でも利用者さんや職員でインフルエンザの発症がありました。拡大することなく済んでいます。利用者さんが感染する原因は面会者や職員からのウイルスの持ち込みだと考えられます。高齢者がインフルエンザに感染すると肺炎や、脱水などを引き起こし、命に関わることもあります。

当施設では12月頃から職員はじめ、面会者へは入棟前にマスクの着用と手指消毒を必ず行っていたり、声掛けをさせていただいています。加えて、国内の感染情報や利用者さんや患者さん、職員の感染状況を随時、併設の稚内禎心会病院と共有し、インフルエンザ警報が発令された時点で中学生以下のお子さんの面会は遠慮していただいています。

昨年は6月まで発症長引く

職員が体調不良を訴えた際は、インフルエンザと診断される前でも出勤させず、体調を整えるよう伝えていきます。発熱や風邪症状がある場合にはすぐに医療機関を受診し、インフルエンザの検査をしてもらいます。

「仕事を休むとほかの職員に迷惑がかかってしまう」と出勤したい気持ちになります。施設内にインフルエンザワクチンを持ち込まないことを第一とし、全職員へ周知し



【ご相談先】

老人保健施設ら・ぷらーさ
☎0162-29-4322
住所：稚内市栄1丁目24番2号

「失語症」をご存知ですか

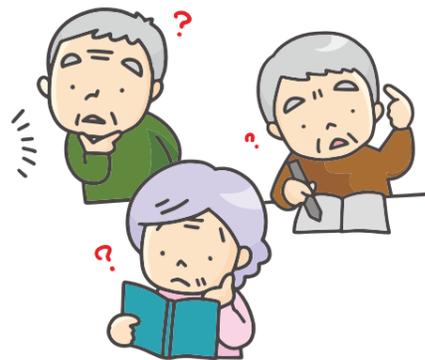


稚内禎心会病院
リハビリテーション部
言語療法科
言語聴覚士
佐藤 渓
(さとう けい)

失語症は脳卒中など脳の病気が原因で、言葉が話すことや理解するといった言語機能に障がいがある症状です。

「何もわからない」ではない

失語症と一口に言っても、さまざまなタイプがあります。例えば、相手の言葉を理解することは比較的可能だが、自分の言葉が出てこない。言葉に詰まることなく話せるが、言い誤りが多く、聞いた言葉の理解が困難。短い会話のやり取りはできるが、長い内容になると理解し切れない。ほかにも、理解することや話すことはできるが、読み書きに障がいが出るなど、人によって症状が大きく異なります。



ただし、失語症はあくまでも「言語の障がい」です。最重度の方や他の症状が合併している場合を除けば、言語を介さない活動に障がいはありません。病前から慣れ親しんだ動作や身の回りのことは変わらず行うことができ、ジェスチャーや絵を選ぶといった方法でコミュニケーションが取れる方も多くいます。認知症のように、極端に記憶力が低下し、物事の認知能力が低下する疾患でもありません。そのため、言葉が理解できなくても、周囲の状況から何をしたらよいか判断することもできます。「言葉がわからない」「何もかもわからない」というわけではないということです。むしろ、言語が理解できないからこそ、相手の表情の変化や周囲の状況を健常者より敏感に感じ取られる方も中にはいます。

相手を尊重するところが大切

私見ですが、失語症の方と関わる上で大切なことは、相手を尊重することだと思います。何ができないのかだけでなく、何ができるのか。何が苦手なのか。何が得意なのか。その中で、相手が今どんな気持ちで、何を望んでいるのかを考える。そんな当たり前のことが、何よりも大切だと思います。もしも皆さまが失語症の方と関わるようになったとき、今回お伝えした内容が少しでもお役に立てれば幸いです。

【ご相談先】

稚内禎心会病院
☎0162-29-4311
住所：稚内市栄1丁目24番1号

札幌禎心会病院
☎011-712-1131
住所：札幌市東区北33条東1丁目3番1号

知っていますか？ 地域包括ケアシステム

「地域包括ケアシステム」とは認知症の増加が見込まれるわが国において、地域で暮らす高齢者の住まい・介護・予防・生活支援を一体的に提供するシステムです。



訪問看護ステーション
禎心会東
管理者
看護師
今野 好江
(この よしえ)

2025年までに構築を

国は2025年までに重度な要介護状態になっても住み慣れた地域で自分らしい暮らしを人生の最期まで続けることができるよう、地域包括ケアシステムの構築を目指しています。

高齢者だけでなく、子どもを産み育てている親や子どもたち、障がいのある人を含むすべての人々の生活を地域で支える仕組みで、地域包括ケア実現の中核的な機関として各市町村に地域包括支援センターが設置されています。

加えて、システム実現へ向け、平成26年の診療報酬改定で「地域包括ケア病棟」が新設されたほか、同様の機能、部門を設置する医療機関も増えてきています。

自分らしい生活を支援

訪問看護ステーションは患者さんの療養生活を支え、それ

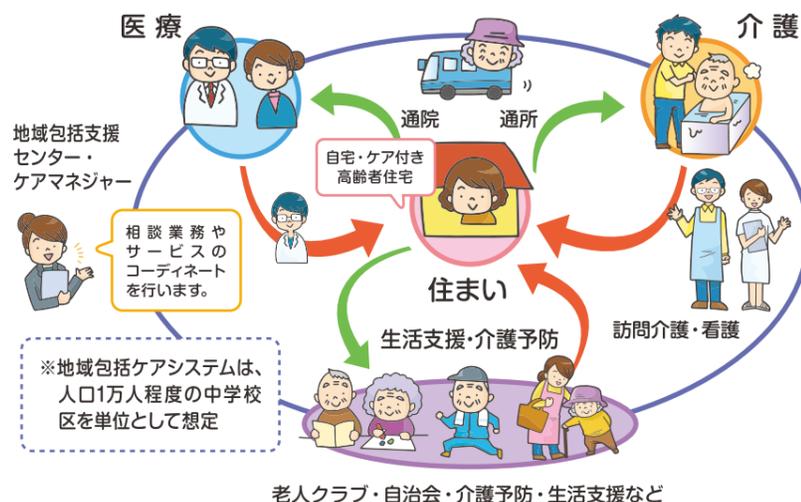
それが望んでいる「自分らしい生活」を送るために重要で欠かさない存在です。より自立した生活へ向け、健康状態に合わせて必要な保健、福祉、医療をつなぐ調整役を担っています。

そのためにはさまざまな職種がお互いコミュニケーションを取りながら、密に連携することが大事です。

例えば、発熱があるときは主治医に連絡して指示を仰ぎます。起き上がりが不自由となり日常生活に支障が出れば、ケアマネジャーへ連絡して福祉用具を手配します。入院中であれば、在宅療養に向けて退院調整をします。

赤ちゃんから高齢者まで、障がいになっても、認知症になっても、がんになっても住み慣れた場所で暮らせる地域を作るために、訪問看護は多職種と連携を取りサービス提供をしていきます。ご自宅で最期まで自分らしく過ごせる支援ができるようスタッフ一同勉強しています。お気軽にご相談ください。

- 【ご相談先】**
- 訪問看護ステーション禎心会東**
☎011-790-8102
住所：札幌市東区北47条東16丁目1番5号
 - 訪問看護ステーション禎心会北**
☎011-768-6110
住所：札幌市北区新川1条6丁目3番3号
 - 訪問看護ステーションあい**
☎0162-34-9812
住所：稚内市栄1丁目24-2 老人保健施設ら・ばーす内



老人クラブ・自治会・介護予防・生活支援など

「和み」とリハビリテーション



介護老人保健施設
ら・ばーす
リハビリ科
作業療法士
佐藤 摩利萌
(さとう まりも)

私たちは「和み」の空間で個別的なリハビリテーションに加え、集団でのリハビリに取り組んでいます。

施設名はスペイン語で「和む」

当施設のリハビリテーション部門は理学療法士5人、作業療法士3人、言語聴覚士1人と各分野そろっているのが特徴で、それぞれ通所や入所でのリハビリに携わっています。

当施設名の「ら・ばーす」はスペイン語で「和む」という意味です。実際に当施設を利用する方やそのご家族の生活の中に和みのひとときを提供できるよう、それぞれの専門性を生かしながらサービス提供しています。

集団生活生かしたリハビリ

入所サービスは「全室個室」「10名単位のユニットケア」という家庭により近い環境で、医師や看護職、介護職、ケアマネジャーや相談員といった多職種が協業し、在宅へ復帰された生活をご本人やご家族と一緒にイメージしながら、リ

ハビリを提供しています。個別だけではなくユニット単位やフロア単位での集団リハビリも行っています。現在は風船バレーや玉入れ、体操といった運動をメインにした作業、ちぎり絵など参加者全員で一つの物を完成させる制作活動のほか、音楽会、カラオケなど身体を動かすことがなかなか難しい方でも参加できる活動もしています。

入所されている方はさまざまな理由で「自分はもう回復なんてしない」「大変だから嫌だ」という気持ちから、リハビリが苦手な方もいます。こうした方が作業、活動



- 【ご相談先】**
- 介護老人保健施設ら・ばーす**
☎011-774-1131
住所：札幌市北区篠路町上篠路6番286

を行うことで「こんな元気な人もいるんだ」「自分もやってみようかな」などほかの利用者さんから「勇気」「自信」といった刺激をもらい、それがリハビリへの意欲になることで、体だけではなく、気持ちの面でも入所生活の変化につながるのではないかと思います。

集団生活という環境をうまく生かしながら、一人ひとりに合ったやり方を考え、リハビリの時間も「和み」のひとつとして提供できるように意識しています。これからも当施設リハビリ科をよろしくお願

冬の老廃物をデトックス

山菜ビビンバ風鍋

春の息吹を感じる山菜。独特の苦みは食物性アルカロイドによるもの。これにはデトックス作用があり冬の間にたまった脂肪や老廃物を出す効果があります。抗酸化力のあるタンニンやポリフェノールも含まれていますので、アクを抜き過ぎないようにしましょう。今回は苦味や香りが苦手な方にも味わえる他国籍風のレシピです。ビビンバ鍋がなくてもすき焼き鍋などを使い、ご家族一緒にお召し上がりいただけます。



介護老人保健施設
ら・ぱーす
栄養課 係長
管理栄養士
永田 摩貴
(ながた まき)



材料 [4人分]	1人分:390kcal
ご飯	600g(茶碗4杯程)
豚バラ肉か牛肉	80g
卵	1個
ワラビ	4本程
タケノコ	80g
フキ	80g
キムチ	40g
小揚げ	1枚
白ゴマ	適量
タレ	しょうゆ大さじ1、みりん大さじ1(めんつゆの場合大さじ1)、赤みそ小さじ1、ゴマ油大さじ2
A	しょうゆ小さじ2、酒小さじ1

作り方

- 肉はAで軽く下味をつけておく。
- 肉、卵を先にフライパンで焼き取り出す。
- 山菜は水煮など加熱しておく(煮物の残りも可能)。
- 鍋を軽く温め、ゴマ油をひきご飯を入れる。
- 好みの形に切ったすべての具材をご飯の上に並べ、白ゴマをふりかける。
- ご飯のパチパチと焼ける音がしたらタレを回しかける。
- 鍋が熱いうちに全体をかき混ぜる。

※ポイント:タレを入れたところでジュワーと音が立つくらいに鍋を熱くするのがコツ。鍋底のおこげも香ばしくパリッとした食感が味わえます。
※行者にんにくなどをお好みで加えると栄養効果はさらに高まります。

Introduction of
community based
health facilities

地域医療 連携施設の ご紹介

私たちは、
近隣の先生方、
施設と連携して
地域密着の
医療・介護に
取り組んでいます。

[標榜科目]
脳神経内科・リハビリテーション科

〒007-0836
札幌市東区北36条東15丁目1番20号
☎011-753-6000
<https://www.isobeclinic.jp/>



院長
磯部 千明 先生
(いそべ ちあき)

医療法人 札幌いそべ頭痛・もの忘れクリニック

Q 診療内容を教えてください。

A 頭痛外来では頭痛の原因を追究し、痛みや不快感を我慢する時間を減らします。もの忘れ(認知症)は専門外来のほか、認知症カフェを院内に設けています。便秘や寝言、手のふるえ、脚のむずむすなど「精神的なもの」と診断された病気もしっかり診ていきます。リハビリとして行う音楽療法では体を動かして脳機能を活性化、頭痛コガで首や肩の筋肉、心をリラックスさせ笑顔や生活意欲を引き出しています。

Q 診療方針を教えてください。

A ご来院いただくすべての方が苦しみから解放され、幸せを感じていただけるために努めています。めまいや頭痛といった誰でもなり得る身近な症状をスタッフ一人ひとりが助け合って、患者さんの相談役、アドバイザーとなり、病気を診るよりも、患者さんの能力を向上させ、人生を支える



ことが私たちの役割だと考えています。

Q 施設の特長を教えてください。

A 当院は日本で初めて施設内に「頭痛」「もの忘れ」を入れた脳神経内科クリニックです。認知症ケア専門士、臨床心理士、音楽療法士および身体機能訓練員など専門資格を持つスタッフも在籍し、患者さんを当事者視点で支えています。脳ドック、認知症検査のほか、脳波、動脈硬化、骨密度、心電図の検査も行っています。

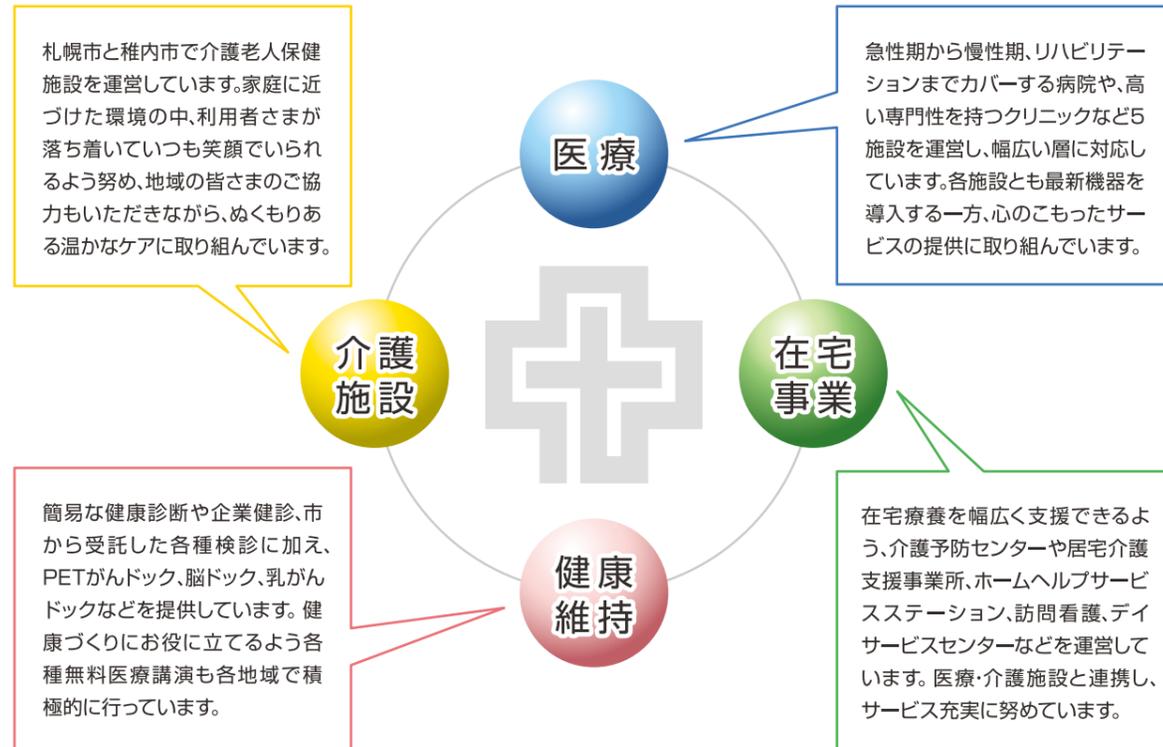
読者にメッセージを。

A 頭痛、もの忘れなどは決して我慢する症状ではありません。早期発見・治療ができれば改善することもあります。患者さんやご家族の立場を考え、妥協のない治療を行ないます。「一人で悩んだり抱え込んだりせず、まずはお気軽にご相談ください。」

禎心会総合案内

INTRODUCTION

私たち社会医療法人禎心会は、『良質な医療、介護を通じて地域社会の繁栄に貢献する』という理念の下、札幌市、稚内市で医療や介護、在宅関連事業、健康維持に役立てるさまざまな活動を実践しています。各地域に密着しながら、患者さまや入所者さま、利用者さま、ご家族の立場に立ち、信頼される各種サービスの提供に職員一同、努めています。

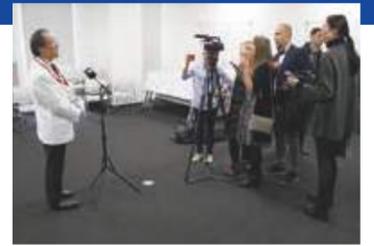


医療	介護施設	在宅事業	健康維持
医療機関のご案内 <ul style="list-style-type: none"> ●札幌禎心会病院 ●稚内禎心会病院 ●セントラルCIクリニック ●さっぽろ北口クリニック ●禎心会北44条クリニック 	介護老人保健施設のご案内 <ul style="list-style-type: none"> ●介護老人保健施設ら・ぱーす ●老人保健施設ら・ぷらーさ 	在宅事業のご案内 <ul style="list-style-type: none"> ●禎心会東センター ●禎心会北センター ●ら・ぱーすセンター ●ら・ぷらーさセンター ●ら・かまセンター (サ高住ら・かま併設) 	各種ドック検診のご案内 <ul style="list-style-type: none"> ●PETがんドック ●脳ドック ●隣がんドック ●胃がんドック ●大腸がんドック ●乳がんドック・検診 ●子宮がんドック・検診

TOPICS 1

札幌禎心会病院にモスクワ州政府代表団が来院

札幌禎心会病院に2月下旬、ロシア連邦モスクワ州政府代表団が来院しました。同州政府副首相や投資・イノベーション省次官、同省主任分析官らが訪れ、陽子線治療センターやリハビリテーション室、病棟、臨床検査室などを見学、質疑応答の場では同病院の診療体制や陽子線治療、スタッフ教育などに関する質問が相次ぎました。徳田禎久院長は同行したロシア報道機関のインタビューを受けたほか、市内のホテルへ移動して昼食をとりました。今回は昨年5月に高橋知事が欧露部を訪問して、モスクワ州知事との間で両地域の友好、経済分野の地域間交流を進めていくことに合意したのを受け、副首相を団長とする政府代表団が初来道し、その一環として来院しました。



TOPICS 2

ら・ぱーす、「認知症サポーター養成講座」を初開催

介護老人保健施設ら・ぱーすは「認知症サポーター養成講座」を3月下旬に初めて開催しました。認知症に対する正しい理解と知識を持ってもらうため、地域貢献活動の一環として無料で実施。認知症の基礎知識や予防法、介護している人の気持ちなどについて、札幌市の研修カリキュラムを受けたスタッフがわかりやすく説明しました。受講後はサポーターの証となるオレンジリングを渡しました。厚生労働省は2020年までにサポーターを1,200万人にする目標を掲げています。



TOPICS 3

札幌禎心会病院、社会保険労務士が「障害年金無料相談会」を実施

札幌禎心会病院は社会保険労務士による「障害年金無料相談会」を行っています。実施日は毎月第2木曜日の午後(13時~17時)で、相談時間は原則一人45分。利用方法は希望日前日午前までに電話予約か、当日の場合は総合案内で問い合わせを受け付けています。相談は無料ですが、社会保険労務士と年金請求業務の契約を結ぶと、その後の業務は有料となります。※電話予約は同病院医療相談室(011-712-0919)まで(直通)。



協業法人

社会福祉法人 禎心会

※5月1日、「社会福祉法人 札幌山の手リハビリセンター」から改称します。

ケアセンター栄町

〒007-0847 札幌市東区北47条東17丁目1番1号
☎011-789-1152

- 障がい者支援施設栄町
- ショートステイ栄町
- 生活介護栄町
- 地域密着型介護老人福祉施設栄町
- デイサービスセンター栄町
- 居宅介護支援事業所栄町

ケアセンター山の手

〒063-0009 札幌市西区山の手433番地1
☎011-642-1152

- 障がい者支援施設山の手
- 生活介護山の手

ケアセンターら・せれな

〒002-8081 札幌市北区百合が原3丁目1番地1号
☎011-702-1152

- 介護老人福祉施設ら・せれな
- ショートステイら・せれな
- デイサービスセンターら・せれな
- 居宅介護支援事業所ら・せれな

編集
後記

新しい元号は「令和(れいわ)」。典拠は日本に現存する最古の歌集『万葉集』だそう、日本で記された国書に由来する元号は確認できる限り初のことです。天皇退位に伴う改元も憲政史上初、1カ月前の事前発表も初めて、異例尽くめの決定となりました。

安倍首相は新元号を「悠久の歴史と薫り高き文化、四季折々の美しい自然。こうした日本の国柄を、しっかりと次の時代へと引き継いでいく。厳しい寒さの後に春の訪れを告げ、見事に咲き誇る梅の花のように、一人ひとりの日本人が、明日への希望とともに、それぞれの花を大きく咲かせることができる。そうした日本でありたいとの願いを込め、決定した」と述べました。

1989年1月に始まった「平成」は幕を閉じ、新たな時代が幕を開けます。

(三十一)

心に寄りそう、医療と介護をめざして。

社会医療法人 禎心会

札幌禎心会病院

〒065-0033 札幌市東区北33条東1丁目3番1号
☎ 011-712-1131

三大疾病(がん・脳卒中・心臓病)に特化した医療を提供いたします

- 科目
- ・脳神経外科
- ・神経内科
- ・消化器内科
- ・消化器外科
- ・内科
- ・循環器内科
- ・心臓血管外科
- ・頭頸科
- ・整形外科
- ・呼吸器内科
- ・泌尿器科
- ・腫瘍内科
- ・乳腺外科
- ・婦人科
- ・放射線治療科
- ・放射線診断科
- ・リハビリテーション科
- ・形成外科
- ・ペインクリニック外科
- ・麻酔科
- ・病理診断科
- ・歯科口腔外科



セントラルCクリニック

〒060-0042 札幌市中央区大通西17丁目1番27号 札幌メディアセンタービル1F
☎ 011-623-1131

がん診断にPETを活用
PET、MRI、CTの画像診断専門クリニックです

- 科目
- ・放射線診断科、PETドック



さっぽろ北口クリニック

〒060-0807 札幌市北区北7条西2丁目8番1 札幌北ビル2F
☎ 011-709-1131

最先端の医療で皆さまの健康を守ります

- 科目
- ・脳神経外科
- ・乳腺外科
- ・ペインクリニック外科
- ・循環器内科



禎心会北44条クリニック

〒007-0844 札幌市東区北44条東8丁目1番6号
☎ 011-712-5161

在宅療養される地域の方々を支援します

- 科目
- ・内科
- ・脳神経外科



介護老人保健施設 ら・ぱーす

〒002-8052 札幌市北区篠路町上篠路6番286
☎ 011-774-1131

和みの時間を提供いたします

- 利用施設
- 入所定員80名(全室個室8ユニット)
- 短期入所療養介護(入所定員内)



サービス付き高齢者向け住宅 ら・かるま

〒007-0847 札幌市東区北47条東16丁目1番5号
☎ 011-785-6110

生き生きとした落ち着いた暮らしを提供いたします

- 利用施設
- 全40戸(約25㎡で台所、水洗トイレ、収納設備、浴室完備)



稚内禎心会病院

〒097-0017 稚内市栄1丁目24番1号
☎ 0162-29-4311

道北における信頼の地域医療を目指して

- 科目
- ・脳神経外科
- ・リハビリテーション科
- ・内科
- ・消化器内科
- ・循環器内科



老人保健施設 ら・ぷらーさ

〒097-0017 稚内市栄1丁目24番2号
☎ 0162-29-4322

このぬくもりが大好きです

- 利用施設
- 入所定員100名(一般棟50名/認知症専門50名)
- 短期入所療養介護(入所定員内)



<http://teishinkai.jp>

ていしんかい 🔍

禎心会東センター

〒007-0844 札幌市東区北44条東8丁目1番6号
☎ 011-711-6110

- 居宅介護支援事業所 禎心会東
- ホームヘルプサービスステーション 禎心会東
- デイサービスセンター 禎心会東(70名/日)
- 札幌市東区介護予防センター 栄町

禎心会北センター

〒001-0921 札幌市北区新川11条6丁目3番3号
☎ 011-768-6110

- 居宅介護支援事業所 禎心会北
- ホームヘルプサービスステーション 禎心会北
- 訪問看護ステーション 禎心会北

ら・ぱーすセンター

〒002-8052 札幌市北区篠路町上篠路6番286
☎ 011-774-1131

- 居宅介護支援事業所 ら・ぱーす
- ホームヘルプサービスステーション ら・ぱーす
- デイケアセンター ら・ぱーす(75名/日)

ら・かるまセンター

〒007-0847 札幌市東区北47条東16丁目1番5号
☎ 011-785-6110

- 居宅介護支援事業所 ら・かるま
- 訪問看護ステーション 禎心会東

ら・ぷらーさセンター

〒097-0017 稚内市栄1丁目24番2号 老人保健施設 ら・ぷらーさ内
☎ 0162-29-4332

- 稚内市南地区居宅介護支援事業所
- ヘルパーステーション 優
- 訪問看護ステーション あい
- 稚内市南地区在宅介護支援センター ぬくもり
- デイケアセンター ら・ぷらーさ(70名/日)

私たちは良質な医療・介護を通じて、
地域社会の繁栄に貢献します。

ひまわり



[特集]

在宅復帰、 在宅療養を支える介護老人保健施設

○インフォメーション ○栄養レシピ ○地域医療連携施設のご紹介 ○新人スタッフ紹介 ○トピックス

心に寄りそう、医療と介護をめざして。

わたしたちは法人理念に基づき、良質な医療・介護を通じて地域社会の繁栄に貢献します。



INDEX

特集

- 1 在宅復帰、在宅療養を支える介護老人保健施設
[禎心会インフォメーション]
- 5 みんなが抱えるトイレの問題
- 7 軟部腫瘍かなと思ったら(後編)
- 8 ボツリヌス療法をご存知ですか?
- 9 ご存知ですか?身体障害者手帳
- 10 地域共生社会へ対応できるケアマネジャーへ
- 11 祝日のデイサービスを開始しました!
~ご家族の介護負担軽減へ~
- 12 地域での生活を支援する「障がい福祉サービス」
- 13 サービス付高齢者向け住宅「ら・かるま」
- 14 栄養レシピ
- 15 地域医療連携施設のご紹介
- 16 禎心会新人スタッフ紹介
- 17 禎心会トピックス
- 18 禎心会総合案内

禎心会のもっと詳しい情報はこちら!

各施設の詳しい情報はホームページでもご覧いただけます。ぜひご覧ください。

<https://www.teishinkai.jp>

色弱の方にも見やすいユニバーサルデザインに基づいた配色を採用しています。



photo : Hiroo Takatsu [STUDIO TAKE 2]

[特集] 在宅復帰、 在宅療養を支える 介護老人保健施設

介護老人保健施設(以下、老健)は介護を必要とする高齢者の自立を支援し、在宅への復帰を目指すため、医師による医学的管理の下、看護、介護といったケアに加え、作業療法士や理学療法士によるリハビリテーション、栄養管理や食事、入浴といった日常サービスを提供する施設です。ご利用対象者は介護保険で要介護認定を受け、病状が安定して入院治療が必要ない要介護度1~5で、リハビリを必要とされる方です。



個別サービスを提供

老健は病院での入院治療を終えた高齢者の在宅(家庭)復帰を支援することを目的に、リハビリや看護、介護サービスを提供する施設です。入所

要介護3以上の方が対象で、「終の棲家」と言われる終身利用可能な生活施設です。これに対し、老健は要介護1以上の方を対象にリハビリを行うなどして在宅復帰を支援する施設で、入所目的が大きく異なります。

老健は病院での入院治療を終えた高齢者の在宅(家庭)復帰を支援することを目的に、リハビリや看護、介護サービスを提供する施設です。入所

者は施設サービス計画(ケアプラン)に基づき、個別のリハビリや看護に加え、食事や入浴、排泄などの介護サービスが受けられます。

在宅療養されている方で、さまざまな理由で一時的に在宅生活が難しい場合にも、1カ月以上の期間であればいったん、入所できる場合があります。

対象は要介護1~5の方です(施設によりその他条件があることがあります)。施設職員の面談や主治医の診断書を基に入所可否が判断されます。

老健と特養、大きく異なる入所目的

ひとことで介護施設と言っても現在、老健や介護老人福祉施設(特別養護老人ホーム、以下、特養)、有料老人ホーム、サービス付き高齢者向け住宅などさまざまな形態の施設があります。各施設で提供できるサービスや特徴、入所(入居)条件、費用などは異なります。

中でも、老健と特養の両施設は介護保険適用の入所施設ですが、特養は原則、介護度の高い

老健と特養の違い

	老 健	特 養
運営母体	医療法人など	社会福祉法人など
標準入居期間	1~3年	一 生
看取り	基本なし	対 応 可
待機者	少 ない	多 い
費 用	安 い	安 い
介護内容	リハビリ中心	身体介護など

在宅復帰、在宅療養を支える 介護老人保健施設



本格リハビリに緊急時対応も

老健には次のような特徴があります。

1 専門スタッフによる本格的リハビリ

作業療法士や理学療法士、言語聴覚士による本格的なリハビリが受けられます。リハビリは個別のケアプランに基づいて実施され、在宅復帰もなるべく自分の力で日常生活が過ごせるよう、自宅で使用する福祉用具や住宅改修の提案も行います。身体的リハビリだけでなく、「認知症短期集中リハビリテーション」を認知症の進行予防、意欲や活動性といった心の健康維持を目的に行っています。 ※介護保険適応施設の中でリハビリ専門職の配置が義務づけられているのは老健だけです。

2 医療体制が整い緊急時対応がスムーズ

入所者数に応じ、常勤医師数、看護職員配置数が義務付けられていますので、緊急で診療が必要になった際もスムーズな対応が可能です。

3 所得に応じて異なる費用負担

介護保険適用施設のため入所時の一時金といった初期費用はかかりません。月額費用も居室タイプ(多床室、個室)により異なりますが、所得に応じて居住費や食費の減免を受けられることがあります。 日常的に必要な医療の費用は月額費用に含まれていますので別途医療費はかかりません。

デイケアに各種在宅支援サービスも

当施設では入所サービスだけでなく、在宅療養されている方に対して、ショートステイや通所リハビリテーション(デイケア、定員75名)を実施しています。

ショートステイは介護をされるご家族の体調不良、急用で家を空けるなどのため一時的に介護ができなくなるケースに、入所して介護を受けられるサービスです。

デイケアは利用者が可能な限り自宅で自立した日常生活

介護老人保健施設ら・ぱーす

道内老健初、ユニットケアを採用

当施設は平成17年5月に開設し、今年14年目を迎えました。入所定員80名で全室個室のユニットケアを採用しています。ユニットケアとは自宅に近い環境下で、入居者一人ひとりの個性や生活リズムに合わせ暮らしていただけるようサポートする介護手法で、北海道の老健では当施設が初導入しました。1ユニット10名、全8ユニットでケアを提供しています。

加えて、スウェーデンで誕生、実践されている「認知症緩和ケア理念」を導入し、認知症ケアの補完的手法である「タクティールケア」を取り入れています。多くの介護・看護職員がタクティールケアの技術を習得して認知症ケアに役立てています。

介護職員の多くが介護福祉士で、質の高いケアを提供できる体制となっており、看護職員も施設基準を上回る人員配置です。

リハビリテーションは理学療法士、作業療法士に加え、言語聴覚士が常勤しています。老健でリハビリの三職種がそろっている施設は多くなく、身体機能や認知機能だけでなく、摂食、嚥下機能の機能回復にも対応でき、総合的なリハビリを実践しています。



左右2ユニット。2、3階に各4ユニットを設置。

ストップできる細やかな在宅支援サービスを提供することができます。



介護老人保健施設ら・ぱーす 事務長 根布谷 厚志 (ねぶや あつし)

ご相談先

介護老人保健施設ら・ぱーす

☎011-774-1131

住所:札幌市北区篠路町上篠路9番286

老人保健施設ら・ぷらーさ

☎0162-29-4322

住所:稚内市栄1丁目24番2号



札幌禎心会病院
皮膚・排泄ケア
認定看護師
係長

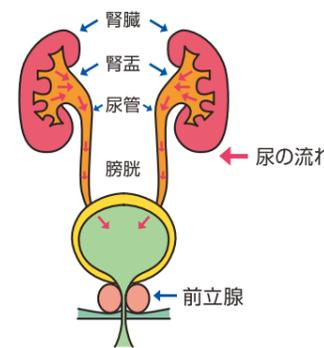
高江洲 亜利沙
(たかえす ありさ)

みんなが抱えるトイレの問題

高齢者における排尿障害の頻度は高く、60歳以上男女の約78%に何らかの排尿症状があると言われ、尿失禁がある人は現在約600万人、10年後には1,000万人に達すると推測されています。排尿症状の多くは直接命に関わることはありませんが、日常生活に大きな影響を与えます。

1日1000〜1500ml
の尿

腎臓は左右に1つずつある握りこぶし大の臓器で、血液をろ過して尿をつくります。体調や水分摂取の状況によっても変動しますが、1日に1000〜1500ml程つくられます。つくられた尿は膀胱へ行き、風船のように徐々に膨らんで300〜500ml程溜めることができます。

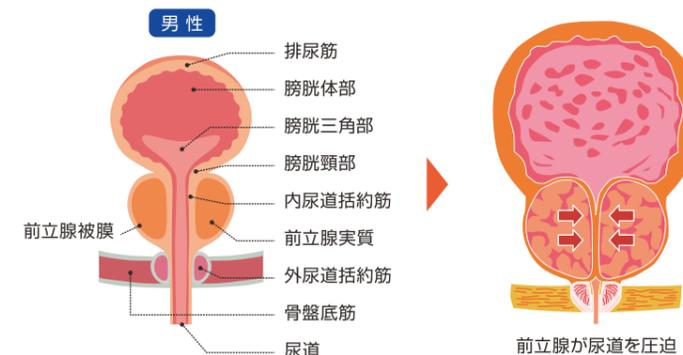


膀胱にある程度尿がたまると尿意を感じ、尿道から体の外に出します。男性の場合、尿道の外側にある前立腺が、おしっここの困った症状の原因になることがあります。

70歳70%以上が前立腺肥大

前立腺は加齢とともに肥大し、尿の通り道である尿道を圧迫して尿が出にくい、頻尿、夜間頻尿、残尿感などの症状を引き起こします。

前立腺肥大症の罹患率は加齢とともに増加し、70歳では70%以上で、その4分の1



前立腺が尿道を圧迫

は治療を必要とする症状が出ます。これらの症状でお困りの方は、さまざまな治療法がありますので専門医に相談してみてください。

女性特有の骨盤内臓器脱

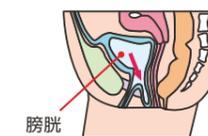
一方、女性は出産や加齢などにより骨盤底筋が緩みやすく、男性よりも尿漏れが起こりやすい特徴があります。

骨盤内臓器脱は女性特有の病気で、実は高齢者や出産したことがある方にはとても多いと考えられています。膀胱瘤、子宮脱、直腸瘤の3種類

「骨盤内臓器脱の主な種類」

膀胱瘤

膀胱が膣の中に下がったり、体の外に出てしまった状態



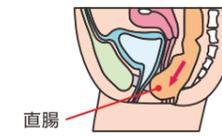
こんな症状があったら、骨盤内臓器脱かもしれません

- 下腹部の違和感がある
- 陰部が引っ張られるような感じがある
- 股間にピンポン玉があるような感じがある
- 便が残っているような感じがある
- おしっこがもれる
- トイレが近い
- おしっこをしてもまだ残っているような感じがある
- おしっこを我慢しにくい
- おしっこが出にくい

症状は立ったときに自覚しやすく、横になると消える傾向があります。午前中より午後に見れやすくなります。

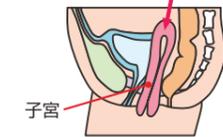
直腸瘤

直腸が膣の中に下がったり、体の外に出てしまった状態



子宮脱

子宮が膣の中に下がったり、体の外に出てしまった状態



あり、膣から外に出てくる病気で、これらは臓器を支える骨盤底筋が弱くなっていることが原因ですが、治療法もあります。臓器の下がり方が軽度の場合は骨盤底筋体操により改善が期待できますし、予防にも有効です。膣の外に出るほど下がった臓器をもとに戻すことはできませんので、そのような場合には、専門医に相談してください。

骨盤底筋体操

【基本編】

仰向けの姿勢



- 1 仰向けの姿勢になり、両ひざを軽く曲げて立て足を肩幅に開き、からだをリラックスさせます。
- 2 下腹部の上に片手を乗せ、12〜14秒程度、肛門や膣をお腹側にじわじわと引き上げるようにしめします。きつい方は、最初は5秒ぐらいから始めてください。
- 3 しめた後は、力を抜いて46〜48秒程度、体をリラックスさせます。
- 4 1分間に行う「しめる」「ゆるめる」のサイクルを10回繰り返します。(合計10分間)

【応用編】

椅子に座った姿勢



- 1 椅子に腰と背中があたるよう深く腰掛けます。足を軽く開き、片手を下腹部にあて、からだをリラックスさせます。
- 2 その姿勢で12〜14秒程度、肛門や膣をお腹側にじわじわと引き上げるようにしめします。きつい方は、最初は5秒ぐらいから始めてください。
- 3 しめた後は、力を抜いて46〜48秒程度、体をリラックスさせます。
- 4 1分間に行う「しめる」「ゆるめる」のサイクルを10回繰り返します。(合計10分間)

簡単な骨盤底筋体操で

尿失禁(腹圧性、切迫性、混合性)や過活動膀胱、頻尿などに対し、推奨される治療方法の一つが「骨盤底筋体操」です。

なりますので、将来の快適なトイレのためにぜひやってみてください。

【ご相談先】

札幌禎心会病院
☎011-712-1131
住所:札幌市東区北33条東1丁目3番1号

※ユニ・チャーム株式会社ホームページ引用

【監修】名古屋第一赤十字病院 女性泌尿器科部長 加藤久美子先生、社会福祉法人 三井記念病院 産婦人科医長 中田真木先生

ボツリヌス療法をご存知ですか？

食中毒の原因菌であるボツリヌス菌が作り出す毒素(ボツリヌストキシン)には神経、筋肉を麻痺させる作用があり、この作用を利用した治療法がボツリヌス療法です。



さっぽろ北口クリニック
ペインクリニック外科
札幌禎心会病院
ペインクリニック外科

阿部 展子
(あべのぶこ)

筋肉の緊張を緩和

ボツリヌス療法とは、ボツリヌストキシンから毒性を取り除いて安全に使用できるよう精製した薬を筋肉内に注射する治療法で、筋肉の緊張が強いために生じるさまざまな症状を和らげる効果が期待できます。

筋肉の緊張の異常により生じる以下のような症状が治療対象となります。

○眼・片側顔面けいれん

眼や口の周りの筋肉が自分の意思とは無関係にけいれんする疾患です。眼輪筋や顔面筋の緊張により、過剰に両まぶたが閉じてしまったり、片方の眼や頬、口の周囲が勝手にピクピク動いてしまったりします。

○けいれん性斜頸

眼や肩の筋肉が自分の意思とは無関係に収縮し、首がねじれ、頭の向きが不自然になる疾患です。具体的には頭が横を向く、

良性腫瘍のうち、腱鞘巨細胞腫は5cm以下が多く、足底線維腫症や平滑筋腫は2cm以下が多いとされています。神経鞘腫の多くは3cm以下ですが、5cmを超えることもあり、脂肪腫や血管腫の中には、まれに10cmを超えることもあります。

当院でMRI検査を

腫瘍が皮膚の浅いところにある場合を浅在性、皮膚の下の筋膜より深いと深在性と言います。悪性腫瘍は深在性に発生することが多いとされています。

浅在性に発生する腫瘍は良性腫瘍が多く、結節性筋膜炎や血管平滑筋腫、ガングリオン、



頭が横に倒れる、肩が上がるなどの症状がみられ、首や肩の痛みやしびれ、ふるえを伴うこともあります。

○上肢・下肢けい縮

脳卒中や頭部外傷、脊髄損傷などの後遺症により手足の筋肉が緊張しすぎて硬くなってしまつて症状です。けい縮(筋肉のつっぱり)により筋緊張が増すと、手指が開きにくい、肘が曲がって伸ばしにくい、足先が足裏の方に曲がってしまったかかとをつけないといった症状が出て、日常生活に支障が生じ、リハビリの障害となります。

日常生活、リハビリに効果

前記の疾患を改善することで以下の効果が期待できます。

- 手足の筋肉がやわらかくなり、曲げ伸ばしがしやすくなることで、日常生活がしやすくなります。
- リハビリテーションがしやす

軟部腫瘍かなと思ったら(後編)

前回春号に引き続き、軟部腫瘍について解説します。



セントラルC1クリニック
院長
玉川 光春
(たまかわ みつはる)

悪性は月単位で増大

良性腫瘍は比較的ゆっくり増大することが多く、痛みや腫瘍(しゅよう)を自覚してから数年は大きさが変わらないのが一般的なのに対し、悪性腫瘍は月単位で大きくなるのが通常です。

突然出現した、あるいは数日で大きくなった腫瘍は良性の病態である膿瘍や筋肉内出血、結節性筋膜炎が鑑別に挙げられます。治療薬としてヘパリンやワルファリン、アスピリンといった抗凝固薬や抗血小板薬を服用されている方に筋肉内出血がよくみられ、軟部腫瘍と間違えられるケースがあります。

良性腫瘍は最も大きい部位の長径が5cm以下のものが多いとされている一方、2008年度全国骨・軟部腫瘍登録²では、悪性腫瘍のうち5cm以下は27.5%、5cmより大きいものは72.5%でしたので、5cmを超える腫瘍は悪性腫瘍を疑うべきです。

粉瘤があり、血管腫や脂肪腫は浅在性、深在性いずれも発生します。浅在性に発生しやすい悪性腫瘍は隆起性皮膚線維肉腫、類上皮肉腫、粘液線維肉腫があります。

浅在性の腫瘍で柔らかい性状を示すものに脂肪腫や血管腫、リンパ管腫などがあります。悪性腫瘍は表面が平滑、もしくは結節状で弾性硬(スパーボール位の硬さ)であることが多いとされ、比較的、境界明瞭です。

これをお読みになり、軟部腫瘍かなと思ったら、整形外科を受診してください。そこで軟部腫瘍であろうと言われた

ときには、当院でMRI検査を受けてください。

適切な撮影方法で迅速な診断を行います。

セントラルC1クリニック

☎011-623-1131

住所:札幌市中央区大通西17丁目1番27号
札幌メディアセンタービル1階

【ご相談先】

さっぽろ北口クリニック

☎011-709-1131

住所:札幌市北区北7条西2丁目8番1
札幌北ビル2階

札幌禎心会病院

☎011-712-1131

住所:札幌市東区北33条東1丁目3番1号

地域共生社会へ対応できる ケアマネジャーへ

介護保険制度が来年で施行20年を迎える中、介護支援専門員(ケアマネジャー)に求められる役割が大きく変化してきていることを実感しています。



稚内市南地区居宅
介護支援事業所
介護支援専門員
係長
大塚 真由美
(おおつか まゆみ)

価値観の変化が必要

当事業所のケアマネジャーは専従4人(うち、主任ケアマネジャー3人、兼務1人)の5人体制で約160人の利用者さんのケアマネジメントを担当しています。利用者さんのご自宅へ訪問すると、ご本人だけでなく、ご家族にも問題がある、私たちケアマネジャーだけでは対応しきれないご家庭が増えてきています。

2025年は団塊世代が75歳に達します。2040年には85歳以上が高齢者人口の3割近くになり、高齢世代がさらに高齢化すると予測されています。少子化に伴い、現役世代1.5人で1人の高齢者を支える時代が到来するといわれています。わが国はいまだに経験したことがない「地域共生社会」を目指さなければならなくなるため、国民がこれまでの考え方や価値観を大きく変えていく必要があると思います。

介護保険以外の実践も

介護サービスを利用するご本人の要介護状態や生活状況を把握した上で、ご本人が望む生活を送れるよう、さまざまなサービスを組み合わせたケアプランを作成し、各事業者と調整を行って、実際にサービスが提供された結果を確認する一連の業務(ケアマネジメント)においても、モニタリング(観察、情報入手)による評価を「成果」として示すことが求められます。

評価できる課題や自立支援に役立つサービス計画を作成できるよう、アセスメント(事前評価・課題分析)の精度を向上させ、利用者さんの理解を深めていくことが重要です。

加えて、2040年を見据えた地域共生社会実現を目指す政策を踏まえ、将来的には介護保険だけではなく高齢や障がい、子ども、精神の問題へも対応できるソーシャルワークが求められる、ケアマネジャー

【ご相談先】

稚内市南地区居宅介護支援事業所

☎0162-29-4332

住所: 稚内市栄1丁目24番2号 老人保健施設ら・ぶらーさ内

居宅介護支援事業所 榎心会東

☎011-711-6110

住所: 札幌市東区北44条東8丁目1番6号

居宅介護支援事業所 榎心会北

☎011-768-6110

住所: 札幌市北区新川1条6丁目3番3号

居宅介護支援事業所ら・ぱーす

☎011-774-1131

住所: 札幌市北区篠路町上篠路6番286

居宅介護支援事業所ら・かまる

☎011-785-6110

住所: 札幌市東区北47条東16丁目1番5号

もスキルアップを図っていかなければ存在が不要といわれることを自覚しなければなりません。利用者さんの利益のため、あらゆる社会資源と連携できるジェネラリストとなるよう研さんを重ね、地域で活動していきます。

ご存知ですか? 身体障害者手帳

「身体障害者手帳(以下手帳)」という言葉を知ったことはありますか。



老人保健施設
ら・ぶらーさ
相談課
係長
太田 洋一
(おおた よういち)

程度で1〜6級に区分

手帳を取得すると、さまざまな福祉サービスを受けることができます。障がいの程度や日常生活にどれだけ支障をきたすかによって、1〜6級に分けられます。障がいの原因となった病気やけがで受診している主治医に身体障害者診断書・意見書を作成してもらい、各市町村へ申請、審査を経て該当になると手帳が交付されます。

申請対象となる障がい

- 視覚
- 聴覚または平衡機能
- 音声機能、言語機能またはそしゃく機能
- 肢体不自由
- 心臓、じん臓または呼吸器の機能
- ぼうこうまたは直腸の機能
- 小腸の機能
- ヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能
- 肝臓の機能

医療費助成、税軽減など

受けられる福祉サービスは以下の通りです。

○医療費助成

手帳の1、2級および内部障害3級に該当すると、重度心身障害者医療費助成制度が利用でき医療費助成を受けることができます。所得により受けられない場合もあります。65歳〜74歳で一定の障がいにより該当された際、後期高齢者医療制度を利用でき、医療費負担が所得に応じて1割〜3割になります。

○税負担の軽減

所得税や道市町村民税、相続税、自動車税などの税負担が軽減されます。手帳の等級により控除金額が異なります。

○運賃割引

JRや航空運賃、バス運賃、タクシー運賃の

割引を受けることができます。利用交通機関によって割引率は異なります。

○補装具費用の助成、給付

障がいを補う目的で利用する義肢や装具、車いすなどを購入する費用の助成、トイレや特殊寝台、入浴補助用具といった日常生活用具の給付などを受けることもできます。

突然の病気やけがにみまわれるとご不安なことも多いと思いますが、そのようなときはお一人で悩まず、ぜひ医療相談室などにご相談ください。

【ご相談先】

老人保健施設ら・ぶらーさ

☎0162-29-4322

住所: 稚内市栄1丁目24番2号

札幌 榎心会病院

☎011-712-1131

住所: 札幌市東区北33条東1丁目3番1号

稚内 榎心会病院

☎0162-29-4311

住所: 稚内市栄1丁目24番1号

介護老人保健施設ら・ぱーす

☎011-774-1131

住所: 札幌市北区篠路町上篠路9番286

地域での生活を支援する 「障がい福祉サービス」

障がい福祉サービスとは、身体や精神に障がいのある方や特定の疾患のある方が地域で生活を続けていけるよう支援するサービスです。



ホームヘルプサービス
ステーション禎心会北
介護福祉士
主任
清野 美津江
(せいの みつえ)

障がい福祉サービスは障がいのある方もない方も、住み慣れた地域で生活するための日常生活や社会生活の総合的支援を目的とした「障害者総合支援法」に基づきます。障がいのある人は必要と認められた福祉サービスや福祉用具の給付や支援を受けられ、自宅や施設での介護や自立訓練といったさまざまなサービスを原則、1割の料金で利用することができま

す。支援は必要度に応じて最も高い6から1に区分され、支援の必要性が低い場合は「非該当」となります。区分によって支給されるサービスの時間が異なり、支援区分が低いと一部サービスは利用できないことがあります。

サービスを支える 「障害者総合支援法」

障がい福祉サービスは障がいのある方もない方も、住み慣れた地域で生活するための日常生活や社会生活の総合的支援を目的とした「障害者総合支援法」に基づきます。障がいのある人は必要と認められた福祉サービスや福祉用具の給付や支援を受けられ、自宅や施設での介護や自立訓練といったさまざまなサービスを原則、1割の料金で利用することができま

「居宅介護」「重度訪問介護」を実施

当センターは障がい福祉サービスの「居宅介護」と「重度訪問介護」を行っています。【居宅介護】ホームヘルパーが自宅を訪問し入浴や排泄、食事などの介護、調理や洗濯、掃除といった家事、生活に関する相談や助言など生活全般にわたる援助を行います。地域での生活を支える利用者本人のための基本的なサービスです。

「重度訪問介護」

常に介護を必要とする方に対してホームヘルパーを長時間（最大24時間）派遣し、介護や家事援助、外出の付き添い、生活を送る上での相談や助言などをします。重度の肢体不自由や知的障がい、精神障がいにより重度の行動障がいがあり、支援区分4以上の人が対象です。これにより、行動

【ご相談先】

ホームヘルプサービスステーション禎心会北

☎011-768-6110

住所：札幌市北区新川1条6丁目3番3号

ホームヘルプサービスステーション禎心会東

☎011-711-6110

住所：札幌市東区北44条東8丁目1番6号

ホームヘルプサービスステーションら・ぱーす

☎011-774-1131

住所：札幌市北区篠路町上篠路6番286

ヘルパーステーション優

☎0162-29-4332

住所：稚内市栄1丁目24番2号 老人保健施設ら・ぶらーさ内

障がいがある人も重度訪問介護を活用し、一人暮らしをする選択肢が増えたといえます。一方、介護保険のサービスでは補えないような支援や介護が必要な場合、障がい福祉サービスと介護保険の併用が認められています。私たちは、身体や精神に障がいのある方や特定の疾患のある方が地域で生活を続けていけるよう支援していきます。お気軽にご相談ください。

祝日のデイサービスを開始しました！ ～ご家族の介護負担軽減へ～



デイサービスセンター
禎心会東
生活相談員
主任
須藤 翼
(すどう あきら)

認知症の方を介護しているご家族や介護支援専門員(ケアマネジャー)の要望に応え、今年の4月から祝日のデイサービスを開始いたしました。



平日同様のサービスを提供
人材確保など準備に時間を要しましたが、祝日も平日と同様のサービスを提供していきます。介護に休日がないという現実から、ご家族の介護負担を軽減することを目標に、これからも前進していきます。祝日も平日と同等の方々がご利用しており、有効性を改めて実感しています。一方、昨年度、介護保険制度の改定がありました。介護保険財源確保のため、大規模通所事業に対して大幅な介護報酬の削減が行われました。当事業所も大規模に該当しており、大変大きな影響を受けていますし、昨今話題の介護の人材不足、

足も深刻化しています。こうした逆風の中、令和元年から嬉しいニュースがありました。当事業所は「利用者さんが一日でも長く住み慣れたご自宅で生活ができる支援」を目標に掲げています。過去1年間の利用者さんのADL(日常生活動作)がトータルで維持、改善したと評価された当事業者は4月から「ADL維持等加算」算定が認められました。厚生労働省が定める基準を上回り、利用者さんがリハビリの効果を日常生活に生かすことができた結果です。今後もデイサービス利用目標を職員全員で共有し、利用者さんの健康維持、改善に貢献できるサービスを提供していきます。

見学、体験のご相談も

当事業所はよく、「にぎやかな事業所だね」と言われます。昨年は利用者さんのリクエ

【ご相談先】

デイサービスセンター禎心会東

☎011-712-0915

住所：札幌市東区北44条東8丁目1番6号

ダイケアセンターら・ぱーす

☎011-774-1131

住所：札幌市北区篠路町上篠路6番286

ダイケアセンターら・ぶらーさ

☎0162-29-4332

住所：稚内市栄1丁目24番2号 老人保健施設ら・ぶらーさ内

ストを受け、お料理教室やフラダンス教室、ラダー教室などの趣味活動を行いました。外出行事では男子禁制のスイーツ女子会や札幌競馬場ツアー、ステッキツアー、ボーリング大会、大通公園とつきびツアー、石狩新港釣りツアーなどを企画、実施しました。利用者さんと職員がともにできる喜びを感じ、満足していただけるサービスを提供していきます。デイサービスのリハビリや活動に興味がありましたら、見学や体験もできますので、お気軽にご相談ください。

ファイトケミカルたっぷり

さば缶と香味野菜の冷やしそうめん

私たちの体には活性酸素から身を守るため、抗酸化酵素などによる防御システムが備わっています。ところが、中高年になるにつれて防御力が弱まり、体のあちこちで酸化が進んでいきます。低下していく抗酸化作用を補ってくれる強い味方が野菜や果物、海藻などに含まれる“ファイトケミカル”と呼ばれる物質。トマトにリコピン、キュウリにピラジン、大葉にカロテン、ゴマにセサミン、カイワレにイソチオシアネート、ミョウガにα-ピネンというファイトケミカルが含まれています。毎日の食事の中でさまざまなファイトケミカルを摂ることが活性酸素から身を守るための食生活のポイントです。



札幌禎心会病院
栄養科
管理栄養士
井戸川 久美子
(いどがわ くみこ)



材料 [2人分]	1人分:420kcal
そうめん	2束(100g)
さば水煮缶	1缶(固形量190g)
キュウリ	1/2本
トマト	1/2個
ミョウガ	1個
大葉	2枚
カイワレ	1/4パック
めんつゆ(3杯希釈)	小さじ2
ゴマ油	小さじ1
白すりゴマ	小さじ1

作り方

- 1 キュウリは輪切り、トマトは角切り、ミョウガと大葉はせん切り、カイワレは食べやすい長さに切る
- 2 ボールにさば缶(汁ごと)、めんつゆ、ゴマ油、①のキュウリを入れて混ぜておく
- 3 そうめんは表示通りにゆでる
- 4 器にそうめんを盛り、②を盛り付ける
- 5 ①のトマト、ミョウガ、大葉、カイワレ、白すりゴマをかざる

連載

サービス付き高齢者向け住宅 ら・かるま ①

今号から3回にわたり「サービス付き高齢者向け住宅ら・かるま」について連載します。サービス付き高齢者向け住宅(サ高住)は介護施設ではなく、日常生活のちょっとしたお手伝いを受けながら暮らし続ける「住まい」です。

サービス付き
高齢者向け住宅ら・かるま
管理者
社会福祉士
岩内 敏晃
(いわない としあき)



新しい生活スタイルの選択肢に

子どもが独立し、配偶者を亡くした後、お一人で「家」を維持していくのはとても大変なことです。自身の急病、万が一のときは家や荷物の整理をすべて子どもや親族に残すことになってしまいます。子育てを終え、夫婦で老後を過ごし、お一人になった際、体一つにさっぱりと整理し、新たな生活をスタートしたいと思いませんか。

しかし、札幌市内では一人暮らしの高齢者はなかなか物件を貸してもらえないのが現状です。そんなとき、新しい生活スタイルとしてサ高住を選択肢に加えてみてはいかがでしょうか。

当住宅は2、3階に各20部屋あり定員40人。全室ワンルーム(25㎡)でバリアフリー適合と一人暮らしには適度な広さで快適な生活ができ、入浴も自室で自由にできます。食事は管理栄養士が考えたパ



ランス良いメニューを提供する一方、部屋にキッチンを設置しているので自炊もできます。ご家族の宿泊、食事提供も可能です。

安全、安心な生活をサポート

生活支援サービスとして1日3回の安否確認、週1回の買物代行、2週に1回の居室清掃をし、健康管理のため、ご希望の方には血圧測定や毎朝の体操を実施しています。

体調が優れないときは体温測定や必要に応じて冷却枕を使ったクーリング、心身状態観察、安静の声かけ、ご家族への連絡などを行います。各部屋に緊急呼び出しボタンがあり、24時間対応するので安全です。

ほかにも、クリーニングや訪問理美容、訪問マッサージ、訪問歯科などの利用をお手伝いしています。社会福祉士2人が常勤し、介護サービスのみならず、日常生活のお困り事への相談にも対応しています。

一方、当法人の医療・介護サービスに加え、地域の各医療機関、介護サービス事業所とも連携をしながら入居者さんが安心できる生活をサポートしています。

見学、入居相談は随時受け付けていますので、お気軽にお問い合わせください。

【ご相談先】

サービス付き高齢者向け住宅 ら・かるま

TEL.011-785-6110

住所：札幌市東区北47条東16丁目1-5

地域医療 連携施設の ご紹介

私たちは、
近隣の先生方、
施設と連携して
地域密着の
医療・介護に
取り組んでいます。

【標榜科目】
内科・心療内科・アレルギー科

〒001-0029
札幌市北区北29条西4丁目2-1-156
ファミリー札幌1階東向き
☎011-746-3988
<https://psgroup.jimdo.com/>



理事長
名取 孝先生
(なとり たかし)

医療法人社団北昂会 ファミール内科 総合診療クリニック

- Q** 診療内容を教えてください。
- A** 「勤労者の夜間診療」と「高齢者在宅医療」を柱としたプライマリ・ケア医療（家庭的な医療）へ精力的に取り組んでいます。
- 在宅医療は医師があらかじめ診療計画を立てて、患者さんの同意を得て定期的に居宅へ向う「訪問診療」、その都度の患者さんの求めに応じて「往診」があり、両方対応しています。北区だけでなく、東区や西区、白石区、石狩市などでも積極的に実施し、ご自宅はもちろん、グループホームや老人ホームへも訪問しています。
- Q** 診療方針を教えてください。
- A** モットーは「医療なくして介護なし、介護なくして医療なし」です。
- さまざまな悩みを抱える一人ひとりの患者さん、利用者さん、ご家族（介護者）のご希望、ご要望をうかがい、それぞれの

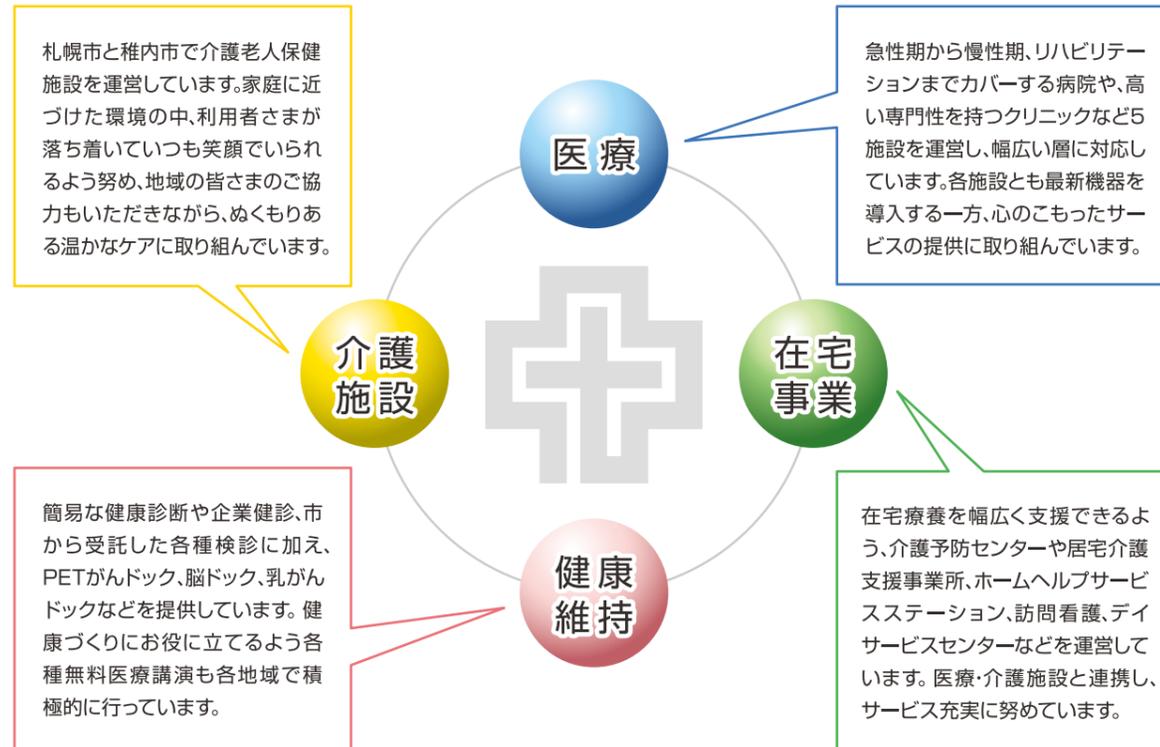


- 立場に立ったサービスを提供し、輝きのある毎日をお過ごしただけようサポートしていきます。
- Q** 施設の特長を教えてください。
- A** 関連グループでは訪問看護や訪問リハビリ、居宅介護支援（ケアプラン作成）、訪問介護、デイサービス、パワーリハビリ、福祉用具貸与事業などを行っており、医療と介護が密接に連携して対応するよう努めています。
- Q** 読者にメッセージを。
- A** 入院を最低限にして、住み慣れたご自宅でご家族と生活したい、慣れ親しんだ施設で過ごしながら病気の治療や療養をしたいと希望される方は多いと思います。そうした際はお気軽にご相談ください。

禎心会総合案内

INTRODUCTION

私たち社会医療法人禎心会は、『良質な医療、介護を通じて地域社会の繁栄に貢献する』という理念の下、札幌市、稚内市で医療や介護、在宅関連事業、健康維持に役立てるさまざまな活動を実践しています。各地域に密着しながら、患者さまや入所者さま、利用者さま、ご家族の立場に立ち、信頼される各種サービスの提供に職員一同、努めています。



医療	介護施設	在宅事業	健康維持
医療機関のご案内	介護老人保健施設のご案内	在宅事業のご案内	各種ドック検診のご案内
<ul style="list-style-type: none"> ●札幌禎心会病院 ●稚内禎心会病院 ●セントラルCIクリニック ●さっぽろ北口クリニック ●禎心会北44条クリニック 	<ul style="list-style-type: none"> ●介護老人保健施設ら・ぱーす ●老人保健施設ら・ぷらーさ 	<ul style="list-style-type: none"> ●禎心会東センター ●禎心会北センター ●ら・ぱーすセンター ●ら・ぷらーさセンター ●ら・かるまセンター (サ高住ら・かるま併設) 	<ul style="list-style-type: none"> ●PETがんドック ●脳ドック ●隣がんドック ●胃がんドック ●大腸がんドック ●乳がんドック・検診 ●子宮がんドック・検診

TOPICS 1

札幌禎心会病院、「看護の日」に無料相談などを実施

札幌禎心会病院は5月16、17の両日、「看護の日」のイベントを院内で行いました。看護の日は看護・ケア・助け合いの心を国民が分かち合い、誰もが認識するきっかけとなるようナイチンゲールの誕生日5月12日に制定。同病院は広く知ってもらう機会として5月13日から17日を看護週間とし、患者さんやご家族らに周知しました。



16日は看護師や管理栄養士、リハビリスタッフが無料相談や物忘れチェック、血管年齢測定などを行いました。17日には札幌北高校、石狩南高校の学生7人が病棟で「ふれあい看護体験」をしました。

TOPICS 2

香港大学看護学生が訪問看護ステーション禎心会東などを施設見学

香港大学看護学部(5年制)の2年生4人が訪問看護ステーション禎心会東、サービス付き高齢者向け住宅ら・かるま、当法人協業法人、社会福祉法人禎心会のケアセンター栄町を施設見学しました。



4人は北海道大学の交換留学生で、スタッフの説明に興味深く耳を傾けながら、日本の在宅ケアや高齢者の施設サービスについて学びました。

TOPICS 3

札幌禎心会病院、整形外科と泌尿器科を新たに開設

札幌禎心会病院は整形外科と泌尿器科を新たに開設しました。診療日は整形外科が平日の午前午後、泌尿器科は水・金曜日の午前午後です。

一方、「脳血管内治療専門外来」を土曜日午前、完全予約制で開始しました。脳血管内治療とはカテーテル(細長い管の医療機器)を用いて血管の中から脳の病気にアプローチする手術法で、体に負担が少ない(低侵襲)のが特長です。脳出血を予防したい(脳動脈瘤、脳の血管奇形、脳腫瘍の塞栓術)、閉塞した脳血管を再開通させたい、狭くなった脳血管を広げたい方などに対応していきます。

TOPICS 4

ホームページを常時SSL化

当法人のホームページを安全に利用してもらうため、各事業所を含めた全ページを常時SSL化(https化)しました。SSL化とは、サーバーとWEBブラウザ間を暗号化して通信することで、盗聴やなりすましを防ぐことを目的としたセキュリティ強化対策です。各ページの開始部分が「http://」から「https://」に変更しています(※「http://」で検索してもこれまで通り、表示されます)。

編集
後記

特集の記載通り、ら・ぱーすはスウェーデンの認知症緩和ケア理念に基づいた看護、介護を実践し、タクトイールケアも取り入れてコミュニケーションに役立てています。

同ケアは指圧、痛点を刺激するマッサージではなく、手で相手の手や足、背中をやわらかく包み込むように触れるソフトマッサージです。施術されるとオキシトシン、別名、安心・愛情ホルモンが分泌され、安心感や穏やかさ、親近感を抱くのに加え、ストレスホルモンを減少させる利点もあります。認識する能力や不眠、幻覚、摂食障害の改善、抑うつ、軽減、食事介助が楽になったなどさまざまな実践効果が出ています。

ら・ぱーすは研修センターとして医療・介護従事者、ご家族を対象にセミナーを定期開催しています。ホームページでご案内していますので、興味がある方はご覧ください。

(三十一)

協業法人

社会福祉法人 禎心会

※5月1日、「社会福祉法人 札幌山の手リハビリセンター」から改称します。

ケアセンター栄町

〒007-0847 札幌市東区北47条東17丁目1番1号
☎011-789-1152

- 障がい者支援施設栄町 (短期入所)
- 生活介護栄町
- 地域密着型介護老人福祉施設栄町
- ショートステイ栄町
- デイサービスセンター栄町
- 居宅介護支援事業所栄町

ケアセンター山の手

〒063-0009 札幌市西区山の手433番地1
☎011-642-1152

- 障がい者支援施設山の手 (短期入所)
- 生活介護山の手

ケアセンターら・せれな

〒002-8081 札幌市北区百合が原3丁目1番地1号
☎011-702-1152

- 介護老人福祉施設ら・せれな
- ショートステイら・せれな
- デイサービスセンターら・せれな
- 居宅介護支援事業所ら・せれな

心に寄りそう、医療と介護をめざして。

社会医療法人 禎心会

札幌禎心会病院

〒065-0033 札幌市東区北33条東1丁目3番1号
☎ 011-712-1131

三大疾病(がん・脳卒中・心臓病)に特化した医療を提供いたします

- 科目
- ・脳神経外科
- ・神経内科
- ・消化器内科
- ・消化器外科
- ・内科
- ・循環器内科
- ・心臓血管外科
- ・頭頸科
- ・整形外科
- ・呼吸器内科
- ・泌尿器科
- ・腫瘍内科
- ・乳腺外科
- ・婦人科
- ・放射線治療科
- ・放射線診断科
- ・リハビリテーション科
- ・形成外科
- ・ペインクリニック外科
- ・麻酔科
- ・病理診断科
- ・歯科口腔外科



セントラルCクリニック

〒060-0042 札幌市中央区大通西17丁目1番27号 札幌メディアセンタービル1F
☎ 011-623-1131

がん診断にPETを活用
PET、MRI、CTの画像診断専門クリニックです

- 科目
- ・放射線診断科、PETドック



さっぽろ北口クリニック

〒060-0807 札幌市北区北7条西2丁目8番1 札幌北ビル2F
☎ 011-709-1131

最先端の医療で皆さまの健康を守ります

- 科目
- ・脳神経外科
- ・乳腺外科
- ・ペインクリニック外科
- ・循環器内科



禎心会北44条クリニック

〒007-0844 札幌市東区北44条東8丁目1番6号
☎ 011-712-5161

在宅療養される地域の方々を支援します

- 科目
- ・内科
- ・脳神経外科



介護老人保健施設 ら・ぱーす

〒002-8052 札幌市北区篠路町上篠路6番286
☎ 011-774-1131

和みの時間を提供いたします

- 利用施設
- 入所定員80名(全室個室8ユニット)
- 短期入所療養介護(入所定員内)



サービス付き高齢者向け住宅 ら・かるま

〒007-0847 札幌市東区北47条東16丁目1番5号
☎ 011-785-6110

生き生きとした落ち着いた暮らしを提供いたします

- 利用施設
- 全40戸(約25㎡で台所、水洗トイレ、収納設備、浴室完備)



稚内禎心会病院

〒097-0017 稚内市栄1丁目24番1号
☎ 0162-29-4311

道北における信頼の地域医療を目指して

- 科目
- ・脳神経外科
- ・リハビリテーション科
- ・内科
- ・消化器内科
- ・循環器内科



老人保健施設 ら・ぷらーさ

〒097-0017 稚内市栄1丁目24番2号
☎ 0162-29-4322

このぬくもりが大好きです

- 利用施設
- 入所定員100名(一般棟50名/認知症専門50名)
- 短期入所療養介護(入所定員内)



<https://teishinkai.jp>

ていしんかい 🔍

禎心会東センター

〒007-0844 札幌市東区北44条東8丁目1番6号
☎ 011-711-6110

- 居宅介護支援事業所 禎心会東
- ホームヘルプサービスステーション 禎心会東
- デイサービスセンター 禎心会東(70名/日)
- 札幌市東区介護予防センター 栄町

禎心会北センター

〒001-0921 札幌市北区新川11条6丁目3番3号
☎ 011-768-6110

- 居宅介護支援事業所 禎心会北
- ホームヘルプサービスステーション 禎心会北
- 訪問看護ステーション 禎心会北

ら・ぱーすセンター

〒002-8052 札幌市北区篠路町上篠路6番286
☎ 011-774-1131

- 居宅介護支援事業所 ら・ぱーす
- ホームヘルプサービスステーション ら・ぱーす
- デイケアセンター ら・ぱーす(75名/日)

ら・かるまセンター

〒007-0847 札幌市東区北47条東16丁目1番5号
☎ 011-785-6110

- 居宅介護支援事業所 ら・かるま
- 訪問看護ステーション 禎心会東

ら・ぷらーさセンター

〒097-0017 稚内市栄1丁目24番2号 老人保健施設 ら・ぷらーさ内
☎ 0162-29-4332

- 稚内市南地区居宅介護支援事業所
- ヘルパーステーション 優
- 訪問看護ステーション あい
- 稚内市南地区在宅介護支援センター ぬくもり
- デイケアセンター ら・ぷらーさ(70名/日)

ひまわり



[特集]

健康寿命延伸へ、 「アンチエイジングドック」を開始しました

○インフォメーション ○栄養レシピ ○地域医療連携施設のご紹介 ○新人スタッフ紹介 ○トピックス

心に寄りそう、医療と介護をめざして。

わたしたちは法人理念に基づき、
良質な医療・介護を通じて
地域社会の繁栄に貢献します。



INDEX

特集

- 1 健康寿命延伸へ、「アンチエイジングドック」を開始しました
[禎心会インフォメーション]
- 5 ペインクリニック外科は多くの“痛み”を診ています
- 7 PET/CT装置に新しい呼吸同期システムを搭載
- 8 風疹ワクチンでみんな安心
- 9 入院患者さんの食事環境の工夫と効果
- 10 楽しく脳トレ、「シナプソロジー」を取り入れています
- 11 “繋ぐ”をテーマに「第15回ら・ぱーす夏祭り」を開催しました
- 12 介護保険による自宅改修費用の一部支給制度について
- 13 サービス付き高齢者向け住宅ら・かるま
- 14 栄養レシピ
- 15 地域医療連携施設のご紹介
- 16 禎心会新人スタッフ紹介
- 17 禎心会トピックス
- 18 禎心会総合案内

禎心会のもっと
詳しい情報はこちら！

各施設の詳しい情報は
ホームページでもご覧
いただけます。ぜひご覧
ください。

<https://www.teishinkai.jp>

色弱の方にも見やすいユニバーサルデザインに
基づいた配色を採用しています。



photo : Daisuke Nishiyama

[特集]

健康寿命延伸へ、 「アンチエイジングドック」を 開始しました

札幌禎心会病院は健康寿命の延伸に必要な生活改善のアドバイス、サポートを専門医が行う「アンチエイジングドック」を開始しました。北海道内では珍しい取り組みです。健康的な生活を送るため新しいドックをぜひ、受診してください。

アンチエイジングドック の流れ

お申し込み

お電話が直接、総合受付でご予約ください。

受診

医師による問診
受診コースの決定

各種検査

受診コースによって検査に要する時間は変わります。

結果説明・アドバイス

約1カ月後に結果が出たら、次回受診日を電話で相談

結果を踏まえ、医師が具体的に各種アドバイスを

3カ月、6カ月後に状態を確認

※アンチエイジングドックは完全予約制です。

究極の予防医学

アンチエイジングとは老化を防ぎ、QOL(生活の質)を高める究極の予防医学です。

老化原因の75%は生活習慣と環境と言われています。つまり、生活習慣を見直し、老化防止に良いことを実践することで老化は遅らせることができます。

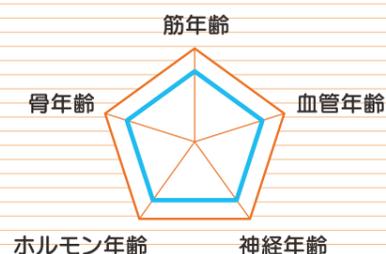
当院では抗加齢医学研究・臨床の第一人者の一人、同志社大学アンチエイジングセンターの米井嘉一教授の指導の下、日本抗加齢医学会専門医4人による

「アンチエイジングドック」を開始しました。

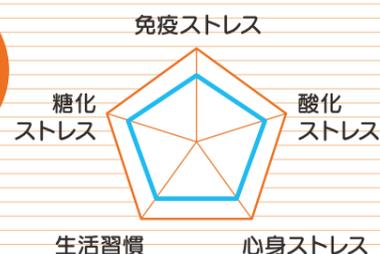
老化の原因や進み具合、進み方は人それぞれ異なります。

アンチエイジングドックはコースが「基礎」「標準」「精密」の3種類あり、医師との問診後にコースを決め、まず、「老化の進み方(老化度)」と「老化を進めている要因(老化の危険因子)」を調べます。検査結果から一人ひとりの弱点を明らかにし、改善するための方法を検討、助言します。

老化度の判定



老化の危険因子



【各コース・検査項目・料金】

(税別)

	問診・身長・体重・血圧	基礎	標準	精密	
体内年齢	筋年齢	●	●	●	
	血管年齢	体組成・筋量測定	●	●	●
		握力	●	●	●
		ウエストヒップ比	●	●	●
		血圧脈波測定	●	●	●
	神経年齢	HDLコレステロール	●	●	●
		LDLコレステロール	●	●	●
		中性脂肪	●	●	●
		ホモシステイン	●	●	●
		高感度CRP	●	●	●
	ホルモン年齢	ウイスコンシンカードソーティングテスト	●	●	●
		ソマトメシ-0(SM-C,IGF-1)	●	●	●
		DHEA-S	●	●	●
		コルチゾール	●	●	●
		TSH	●	●	●
Free T3		●	●	●	
Free T4		●	●	●	
テストステロン		●	●	●	
エストラジオール		●	●	●	
プロゲステロン		●	●	●	
骨年齢	骨密度測定	●	●	●	
老化危険因子	免疫ストレス	白血球分類(白血球像)	●	●	
	酸化ストレス	DHAE-S	●	●	●
		尿中8-OHdG	●	●	●
		尿中インプラスタン	●	●	●
		CoQ10酸化率(ユビキノール)	●	●	●
		鉄(Fe)	●	●	●
		銅(Cu)	●	●	●
		STAS	●	●	●
		PAO	●	●	●
		ビタミンC	●	●	●
		葉酸	●	●	●
		ビタミンB12	●	●	●
		尿酸(UA)	●	●	●
		ルティン+ゼアキサンチン	●	●	●
		β-クリプトキサンチン	●	●	●
		リコピン	●	●	●
	α-カロテン	●	●	●	
	β-カロテン	●	●	●	
	ビタミンA	●	●	●	
	ビタミンE/コレステロール	●	●	●	
	総コレステロール(TG)	●	●	●	
	心身ストレス	DHEA-S	●	●	●
		コルチゾール	●	●	●
	糖化ストレス	空腹時血糖	●	●	●
		ヘモグロビンA1c	●	●	●
インスリン精密測定		●	●	●	
Free T3		●	●	●	
Free T4		●	●	●	
ペントシジン		●	●	●	
その他検査	アディポネクチン	●	●	●	
	眼底検査	●	●	●	
	頸部血管エコー	●	●	●	
	ダーモスコープ	●	●	●	
	MRI・MRA	●	●	●	
料 金		35,000円	75,000円	155,000円	
オプション	CT	●	●	●	
	毛髪ミネラル検査(26元素)		15,000円		
	腸内フローラ		18,000円		
	PET-CT		150,000円		
	腫瘍マーカー(5項目)		5,000円		
リフレ(センサー2個)		15,000円			
アレルギー検査		18,000円			
継続料金	3カ月目受診		5,000円		
継続料金	6カ月目受診(検体検査料金含む)		20,000円~80,000円		

※1回目の受診時、問診料5,000円(税別)が別途必要です。 ※基礎コースを受け、結果を見て、標準・精密コースへ移行することができます。

[特集]

健康寿命延伸へ、

「アンチエイジングドック」を開始しました



札幌禎心会病院
院長
徳田 禎久
(とくだ しゅんひさ)

ご相談先

札幌禎心会病院

☎011-712-1131

住所:札幌市東区北33条東1丁目3番1号

アンチエイジングドックは健康寿命を延ばすのに必要なこと、行動を理解し、知識、方法を知らせてもらうことを目的としています。ドック受診後は日常生活の中でアンチエイジングに取り組めるよう食事、運動、良質な睡眠について指導していきます。

1年後の変わった自分を想像しながら、ゆっくり、確実に計画を実行することが重要です。「継続は力なり」。老若男女、家族一同で話し合っており、親しい友人や仲間と取り組むと、より効果が上がります。

食事、運動、良質な睡眠

【老化を具体的に知る方法】

1 老化度を間接的データから読み取ります

- 神経年齢：前頭葉認知度試験(ウイスコンシンカードソーティングテスト)
- 体重、体脂肪率、筋肉量、基礎代謝量：体組成計測
- 身体機能：握力、片足立ち時間、バランステスト
- 最終糖化産物(AGEs)：指で測定
- 動脈硬化(血管年齢)：加速度脈波
- 血液検査
 - 動脈硬化：炎症因子を高感度CRPで測定 (※促進因子：ホモシステイン、抑制因子：アディポネクチン)
 - 糖化度：空腹時血糖、インスリン、HbA1C
 - ホルモン(甲状腺ホルモン、コルチゾール、女性ホルモン・男性ホルモン)：インスリン様成長因子、副腎アンドロゲン、甲状腺刺激ホルモンなど
- 尿検査：酸化度、8-OHdG



最終糖化産物(AGEs)測定機

※最終糖化産物(AGEs)は過剰摂取した糖と身体を主に構成しているタンパク質が結びつくことで体内に生成されます。加齢現象や健康に関わる物質として近年注目され、研究が進んでいます。

さらに精密に診る場合、毛髪で調べるミネラル・有害金属検査、血液でみるビタミンや微量金属の検査、アレルギー検査、便で調べる腸内細菌叢検査などを追加することもあります。

2 「人は血管から老いる」と言われるように、血管状態をみるのは大切です

- MRA、エコー：脳と頸部の大血管
 - 眼底写真：眼底の細い血管
 - CT：胸部から腹部の大血管
 - 血流スコープ(ダーモスコープ)：毛細血管
- 同様に、骨や内臓・皮下脂肪、筋肉などの状態をみます。
- 骨密度測定：骨粗しょう症の有無
 - CT：内臓・皮下脂肪・筋肉量
 - MRI：脳の萎縮や隠れ脳梗塞、微小脳出血の有無



骨密度測定装置



札幌禎心会病院

副院長

表 圭一

(おもて けいいち)

ペインクリニック外科は多くの“痛み”を診ています

「痛み」は病気の症状の中でも最も多く、医学・医療の原点でもあります。急性の痛みは人間が生活していく上でなくてはならない重要な危険信号である一方、慢性の痛みは人間にとって有害無益です。

痛みとは

もし痛みを感じる事ができなくなったら、体が傷ついても分からなかったり、お腹の調子が悪くなっても気付かなかつたりして、決して長生きすることはできません。原因となった病気が治癒すると、痛みは警告としての役割を終えることとなりますが、その後も痛みが続いた場合、非常に有害なストレスとなります。

長期にわたる痛みによって、血圧や脈拍、呼吸などへ影響を及ぼし、体力を消耗するだけでなく、精神的にも参ってきます。その上、痛みを長期に感じていると、痛みが脳内に記憶され、治療し難い慢性痛となってしまう。

加えて、痛みのストレスが長く続くと、自律神経のバランスが崩れ、交感神経の緊張が強くなり各所で血液の循環障害が起こります。その結果、新たな痛み物質が作られ、元々あった痛みが強くなったり、他の部位

に新しい痛みが出現したりとさらなるストレスが発生します。このようにして痛みのストレスをためていくことで、痛みの悪循環が起り、なかなか治らないときには生活に支障をきたすような長くつらい痛みとなってしまう。

ペインクリニックで扱う痛み疾患

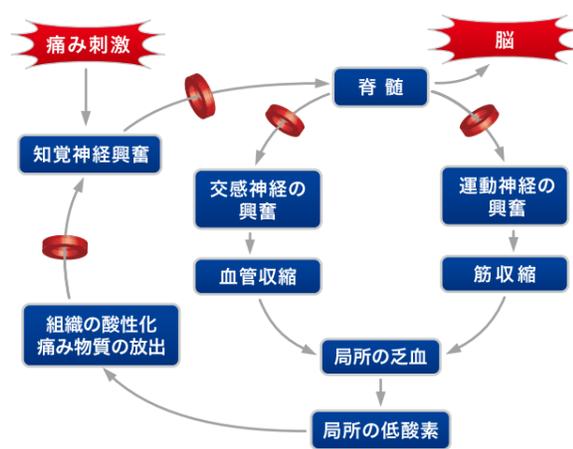
痛みの種類には本来の機能に由来する痛み(外傷後、手術後などの侵害受容性の痛み)、病的な神経性の痛み(椎間板ヘルニア、帯状疱疹後神経痛などの神経障害性の痛み)、心情と密接に関係する痛み(心因性の痛み)などがあります。侵害受容性や神経障害性の多くの痛みがペインクリニックの治療対象です。部位別には頭部や顔面痛、頸肩腕痛、胸部痛、腹痛、腰下肢痛、骨盤内、陰部痛などあらゆる箇所を対象となります。

- 腰椎椎間板ヘルニアや腰部脊柱管狭窄症などの腰痛や下肢痛
- 頸椎症や頸椎椎間板ヘルニアなどの頸や上肢の痛み
- 片頭痛や緊張性頭痛などの頭痛
- 帯状疱疹や帯状疱疹後神経痛による痛み
- 三叉神経痛
- 手術後や外傷後の長引く痛み
- 幻肢痛
- 閉塞性動脈硬化症やパージャール病などによる末梢血流障害による痛み
- 複合性局所疼痛症候群(CRPS)
- がんによる痛み
- 顔面神経麻痺、顔面痙攣、突発性難聴

痛みの部位、いつからか、どのような痛みか、強さといった詳細な問診や神経学的診察を中心とした身体所見の診察、X線写真やMRIなどの画像を総合して適切に診断し、痛みの原因を検索した上で、治療方針を決定します。

原則的に神経ブロック療法や薬物療法による保存的治療を優先させます。神経ブロックは痛い場所の神経の近くに薬を注射

：神経ブロックで痛みの悪循環を断ち切る



すること、一時的に神経の興奮を抑え、痛みで傷ついた部位を効果的に治療する方法で、局所麻酔薬を使っています。

局所麻酔薬は痛みで過剰に興奮した神経を一時的に麻痺させることで、「痛い」という神経情報をブロックします。決して神経を切断するのではなく、痛み情報だけを一時的に中断する方法です。注入された局所麻酔薬は痛み部位の筋肉をほぐし、血流を改善させます。

結果、広がった血管を通して酸素やたんぱく質などの栄養を痛い場所へ効率よく運ぶことができ、痛んだ神経や筋肉を効果的、自然に治癒させ、より早く回復させることができます。

神経ブロック療法は単なる対症療法ではなく、自分で痛い場所を治そうとする人間の持つ自然治癒力をサポートすることで、治療能力をアップさせる画期的な治療方法ともいえるでしょう。薬物療法な

どに比べ、痛みの部位に限って高い効果を示すため、全身への副作用が少ない利点もあります。

一方、保存的治療が奏功しない場合や痛みの原因によっては、椎間板ヘルニアに対する椎間板造影や経皮的椎間板髄核摘出術、難治性の痛みに対する脊髄刺激療法など低侵襲的な手術による治療も行います。

脊椎脊髄外科との連携

当院では痛みの原因が椎間板ヘルニア、脊柱管狭窄症など脊椎、脊髄にある場合、一つの方法として、「痛み・しびれ」の治療を複数診療科が協力して行う学際的診療を行っています。

あらゆる痛みに対応する中、「痛み・しびれ」の原因の多くを占める脊椎・脊髄疾患に対して、ペインクリニック外科と脊椎脊髄外科の複数診療科医師が協力して診療を担当しています。

早期から取り除くことが重要

痛みは複雑な伝達・修飾制御システムによって容易に変化します。さまざまな症状を現し治療に難渋することも多いため、早期から専門的な診断・治療を受けることが重要です。

痛み治療の知識・技術を有するエキスパートがペインクリニック医です。当院は日本ペインクリニック学会認定の痛み治療専門のペインクリニック専門医が複数人専従し、適切な診断と有効な治療を選択して行い、痛みからの解放と健康な日常生活への早期復帰をサポートします。

【ご相談先】

札幌 禎心会病院

☎011-712-1131

住所：札幌市東区北33条東1丁目3番1号

さっぽろ北口クリニック

☎011-709-1131

住所：札幌市北区北7条西2丁目8番1号
札幌北ビル2階

風疹ワクチンでみんな安心

妊婦に影響する可能性がある風疹の予防はワクチン接種が最も有効な手段です。



さっぽろ北口クリニック
事務部
工藤 亜紗美
(くどう あさみ)

予防接種で95%以上に免疫

風疹は急性の発疹性感染症です。インフルエンザと同様に飛沫感染のため、咳やくしゃみによって唾液や鼻汁の中に含まれる風疹ウイルスが身体に取り込まれて感染します。主な症状は発熱や発疹、リンパ節の腫れなどで、子どもの症状は比較的軽いのですが、大人がかかると発熱や発疹の期間が長く、関節痛がひどいことが多いとされています。妊娠している女性が感染すると、「先天性風疹症候群」と言われる目や耳、心臓などに障害を持つ赤ちゃんが生まれることがあります。そのため妊婦が周りにいる方は特に風疹に感染しないよう予防に努める必要があります。

個人でできる予防法は手洗いやうがい、マスクの着用ですが、風疹ウイルスはマスクでの予防が難しいとされるウイルスのため、風疹ワクチンの接種が最も有効な予防手段

といえます。

ワクチン接種をすることで95%以上の人が風疹ウイルスに対する免疫を得ることができると言われ、仮に風疹を発症した場合でも予防接種の有無で症状の軽重が異なります。

無料クーポン券を配付

風疹の感染者数は例年と比較し、関東地方で大幅に増加しており、北海道でも感染者が認められています。感染する方の多くは過去の予防接種制度の変遷により、予防接種率が低い30代から50代の男性が占めています。

そのため現在、各自治体が昭和37〜53年度生まれの男性に原則無料で風疹の抗体検査、予防接種を受けられるクーポン券を配布しています。まずは採血による抗体検査を行い、その結果、抗体が無い方はワクチン接種を受けることができます。

クーポン券には利用期限があるため、対象の方はこの機会

【ご相談先】

- さっぽろ北口クリニック**
☎011-709-1131
住所:札幌市北区北7条西2丁目8番1 札幌北ビル2階
- 札幌禎心会病院**
☎011-712-1131
住所:札幌市東区北33条東1丁目3番1号
- 稚内禎心会病院**
☎0162-29-4311
住所:稚内市栄1丁目24番1号



を逃さず、これから生まれてくる赤ちゃんやご家族、そしてご自身の身体を守るためにも受診してください

当院もそのお手伝いをさせていただきます。ただそれだけでは思っておりません。ご予約、お問い合わせをお待ちしています。

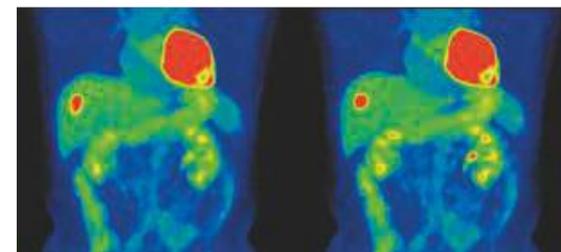
PET/CT装置に新しい呼吸同期システムを搭載

当院は撮影画像のぶれを防ぐため、PET/CT装置に新しい呼吸同期システムを搭載しています。



セントラルCIクリニック
放射線部
副部長
越智 伸司
(おち しんじ)

転移性肝臓がん



呼吸同期なし 呼吸同期あり

画像診断を難しくする呼吸

デジタルカメラで動いている人物や動物を撮影する際、動きによって画像がぶれてしまい、顔の表情がよくわからないことがあります。

X線検査やCT検査も同様で、撮影で得られた画像がぶれずに、病変の正確な大きさや位置をとらえるため、呼吸を止めて検査を行っています。あまり問題にならない頭部や下肢

などは呼吸停止せずに撮影を行います。胸部・腹部領域は呼吸を止めて撮影するのが一般的です。

呼吸停止が不十分だと、本来とらえられる小さな病変が写らなかつたり、病変の形が変形したり、ときにはアーチファクトと呼ばれる偽像が生じ、画像診断を難しくしてしまいます。

診断精度が向上

胸部X線やCTのように比較的短時間で撮影ができる検査は呼吸を止めることは可能ですが、PET検査のように撮影に数十分もかかる場合は呼吸を停止することが困難なため、安静呼吸で行っているのが現状です。

近年では腹部にセンサーを置いたり、巻きつけたりする呼吸監視装置を使用し、呼吸データのみを取り出して画像化する技術もあります。呼吸波形をうまく認識できない

【ご相談先】

- セントラルCIクリニック**
☎011-623-1131
住所:札幌市中央区大通西17丁目1番27号 札幌メディケアセンタービル1階

ケースや画像処理に時間がかかるため、積極的には利用されていません。

そこで当院は新しく導入されたPET/CT装置に呼吸監視装置を使わずに、呼吸の動きを自動的に補正する同期システムを今年6月に搭載しました。このシステムによって、呼吸の影響を軽減し、正確な位置と集積の濃度を評価することができるようになります。診断精度が向上しました。

受診者さんの負担も軽減され、画像処理時間も従来と変わらず検査を行うことが可能です。

楽しく脳トレ、「シナプソロジー」を取り入れています

当施設は利用者さんだけでなく職員も楽しくなれる脳トレ、「シナプソロジー」を取り入れています。



老人保健施設
ら・ぷらーさ
介護福祉士
橋本 里佳
(はしもと りか)



適度に脳を混乱

利用者さんのアクティブ(活動)の一つとして、脳トレを導入している施設は少なくなく、当施設でも行っています。

これまでいろいろな脳トレを実践してきた中、さまざまな刺激を五感から脳に与え続けて活性化を図ることで、認知機能や運動能力の向上、ストレス緩和の効果が実証されている「シナプソロジー」という脳活性化プログラムを知り、昨年取り入れています。

シナプソロジーは「二つのことを同時に行う」「左右で違う動きをする」といった普段

【基本の動作】

- 右手** 人差し指で円を描くようにぐるぐる回す(左右どちら回りでも可)
- 左手** 空中に黒板をイメージし、人差し指で1から10まで数字を書く

やり方: 右手と左手の動作を同時に行いながら、左手で書く数字を声を出して数えていく

【ご相談先】

老人保健施設ら・ぷらーさ
☎0162-29-4322
住所: 稚内市栄1丁目24番2号

入院患者さんの食事環境の工夫と効果



稚内禎心会病院
看護部第2病棟
看護師
鈴木 香純
(すずき かすみ)

普段、病室で食事をしている患者さんが他の患者さんと食堂で食事をすることで、さまざまな良い効果が出ています。

感染症予防に食堂を利用

当院第2病棟は療養型に分類され、急性期治療を終えた約60人の患者さんが入院しています。リハビリテーションが終了した施設入所待機者も多く生活しています。

脳血管性認知症や高次脳機能障害、アルツハイマー型認知症などの患者さんが多い中で、食事環境に変化を与える取り組みを行っています。

当病棟は食堂を設置していません。免疫力が低下している患者さんにとって、感染症流行期間は集団感染の危険性が伴います。そのため、夏の短期間ですが、車いすなどで一定時間起きていられる方を対象に食堂で昼食をとっていただいています。

席順を調整し配膳されるのを待っている間もテレビをつけたり、音楽をかけたりし、楽しめるように工夫をしている一方、普段、病室で食事をとっている患者さんが食堂を利用



食堂の様子

することで得られる効果はたくさんあります。

会話や笑顔、活気も

入院生活の中、患者さん同士がコミュニケーションを取っている様子はあまり見受けられませんが、他の患者さんと近い距離で接する食堂という環境によって、自然と会話が生まれていることがあります。

言葉を発することができない方でも、笑顔が見られたり、表情から活気が伝わってきたりすることが多いです。加えて、いつもはなかなか食事が進ま

【ご相談先】

稚内禎心会病院
☎0162-29-4311
住所: 稚内市栄1丁目24番1号

ない方が、食べる意思を表示するケースが増えています。

病室内で同じ風景を見て過ごしている時間よりも、自分以外の患者さんが食事をしている様子がよく見えるだけで、多くの効果が実感できていると考えています。

リハビリテーションが終了している方も体を起こしている時間が増えることで、良質な睡眠につながる効果もあり、食事という単なる栄養補給の手段にとどまらず、さまざまな面から健康状態や認知機能の維持、向上に役立っています。

患者さんにとって、食事という時間を少しでも笑顔で過ごせるよう今後も職員一同、検討を重ねて取り組んでいきたいと思っております。

介護保険による自宅改修費用の一部支給制度について

介護保険にはバリアフリー化など住宅改修費用の一部が支給される制度があります。



居宅介護支援事業所ら・かるま

主任介護支援専門員係長

小林 圭輔

(こばやし けいすけ)

限度額は20万円

支給対象は介護保険の要介護(要支援)の方の住民票の住所にある家屋です。

利用するためには、改修したい箇所の現状の写真、見積書、ケアマネジャーらが作成した「住宅改修が必要な理由書」などを申請書に添えて区役所などへ着工前に提出しなければなりません。着工後の申請は認められません。

対象となる改修工事の種類は決まっています。利用限度額は一人当たり20万円で、その方の介護保険の負担割合に応じ、自己負担が発生します。例えば、20万円の工事を行った場合の自己負担額と給付額はそれぞれ、1割負担で2万円(給付額18万円)、2割負担で4万円(同16万円)、3割負担で6万円(同14万円)となります。20万円を超えた分は全額自己負担です。

20万円を使い切っても、転居や要介護度の認定

区分が最初の工事をした時点に比べて3段階以上上がると、支給枠が復活します。詳しくは、ケアマネジャーや区役所などへお問い合わせください。

自宅で暮り続けるために

対象となる住宅改修の種類は次の通りです。

- 1 手すりの取り付け(外階段や玄関ポーチを含む)
- 2 段差の解消(出入口や玄関へのスロープ、踏み台の設置、敷居段差の撤去、床面のかさ上げ・かさ下げ、該当部分のユニットバスへの交換など)
- 3 滑り防止、移動円滑化のための床材変更など(階段への滑り止めゴムの取り付け、冬季凍結の転倒を予防する外階段へのラバーマットの設置、浴室の床改善、畳からフローリングへの取り替えなど)
- 4 扉の取り替え(開き戸から引き戸や折れ戸などへの変更、ドアが開く向きの変更、

【ご相談先】

居宅介護支援事業所ら・かるま

☎011-785-6110

住所:札幌市東区北47条東16丁目1番5号

居宅介護支援事業所禎心会東

☎011-711-6110

住所:札幌市東区北44条東8丁目1番6号

居宅介護支援事業所禎心会北

☎011-768-6110

住所:札幌市北区新川1条6丁目3番3号

居宅介護支援事業所ら・ぱーす

☎011-774-1131

住所:札幌市北区篠路町上篠路6番286

稚内市南地区居宅介護支援事業所

☎0162-29-4332

住所:稚内市栄1丁目24番2号 老人保健施設ら・ぶらーさ内

住み慣れたご自宅で安心して暮らし続けるために、住環境の改善について考えてみませんか。ご相談は担当ケアマネジャーか各居宅介護支援事業所へお問い合わせください。

- 5 ドアノブの交換など)
- 5 洋式便座への取り替え
- 6 上記①～⑤に付帯する工事

“繋ぐ”をテーマに「第15回ら・ぱーす夏祭り」を開催しました

第15回となる毎年恒例の「ら・ぱーす夏祭り」を7月末に開催しました。



介護老人保健施設ら・ぱーす

事務課主任

西村 亜由美

(にしむら あゆみ)



1

今年「繋ぐ」をテーマとし、利用者さんやご家族、地域の方々に楽しんでいただくために、職員が一丸となりいろいろな催しを企画しました。お祭りの雰囲気味わってもらおうと屋台を設置(写真①)し、焼き鳥やきそば、たこ焼き、フランクフルト、綿あめなどを提供。「おいしいからまた買いに来ちゃった」といった感想とともに食券を買い求める方が多かったほか、ヨーヨー釣りやお菓子つかみゲームはたくさんの子どもた



2

ちでにぎわいました。ステージでは石丸流札幌あさひ太鼓(写真②)、札幌国際情報高等学校吹奏楽部の演奏(写真③)、職員による余興を行いました。あさひ太鼓の皆さんは篠路を中心に活動し、地域のいろいろなイベントで迫力のある演奏を披露しており、ら・ぱーす夏祭りでも欠かせない存在です。初参加の同校吹奏楽部は北海道で誕生した踊りながら演奏する「ダンプレ」を披露し、会場を盛り上げてくれ、職員が練習を重ねた余興を終えた際にはアンコールの声も届きました。



3

健康相談コーナーを初設置 初の試みとして、血管年齢や血圧などが測定できる健康相談コーナーを施設内に設けました。普段なかなかできない血管年齢測定に、皆さんも大変興味を持った様子でした。今後の健康管理に少しでもお役に立つことができばと思います。今年も天候にも恵まれ、多くの方に足を運んでいただきました。また来年も皆さんと一緒に楽しめるよう準備をしていきます。

【ご相談先】

介護老人保健施設ら・ぱーす

☎011-774-1131

住所:札幌市北区篠路町上篠路6番286

栄養の宝庫

サケのアクアパッツァ

日本の食卓に欠かせないサケは栄養の宝庫であることをご存じでしょうか。主な栄養成分として消化吸収のよいたんぱく質、アスタキチンサンやビタミン類、DHA、EPAなどを豊富に含んでいます。特に注目なのがサケの赤い色素成分のアスタキサンチンです。ビタミンCより強力な抗酸化作用があり、紫外線による肌のしわ形成を抑制、眼精疲労や筋肉疲労の回復作用などが期待できます。加えて、ビタミンB1は糖質の代謝を促し、ビタミンB2は脂質の代謝を助け、体内の糖と脂質を燃やしてくれる効果があります。さらに、ビタミンAは肌の健康維持、ビタミンDは骨粗しょう症を予防すると言われています。



札幌禎心会病院
栄養科 係長
管理栄養士
角 直子
(かくなおこ)



作り方

- 1 サケは塩を振って5分置き、水分をふき取って臭みを抜く
- 2 アサリは殻と殻を軽くこすり合わせて水洗いし、ザルに上げて水気をきる
- 3 ブロccoli、しめじ、まいたけは小房に分ける。プチトマトは水洗いし、ヘタを取る。ニンニクは粗みじん切りにする
- 4 フライパンにオリーブ油とニンニクを入れて弱火にかけ、香りが立ったらサケを入れ、焼き色がつくまで両面焼く
- 5 アサリ、ブロッコリー、しめじ、まいたけ、プチトマト、白ワインと水を加え、煮たらフライパンにふたをする。アサリの口が開いたらアクを取りながら5分程煮込む
- 6 塩、粗びき黒コショウで味を整え、器に盛ってパセリを散らす

材料 [2人分]		1人分:224kcal、塩分1.6g
生サケ(切り身)	2切れ	
アサリ(砂出し)	100g	
ブロッコリー	1/4株	
しめじ	50g	
まいたけ	50g	
プチトマト	4~6個	
ニンニク	1片	
白ワイン	大さじ3	
オリーブ油	大さじ2	
塩	少々	
粗びき黒コショウ	少々	
パセリ(みじん切り)	少々	

連載

サービス付き高齢者向け住宅 ら・かるま ②

サービス付き
高齢者向け住宅 ら・かるま

生活相談員
社会福祉士
佐藤 綾
(さとう あや)



サービス付き高齢者向け住宅ら・かるまでは管理者と生活相談員、7人の生活支援員、計9人が入居者さんの生活をサポートしています。



昼食の様子

楽しく安心の生活をサポート

生活相談員は住宅の相談員として入居の相談から始まり、入居後のさまざまな相談の窓口となる専門職です。

入居後、慣れない新生活の困りごとや体調不安などのご相談に対応し、介護保険サービスを利用の際はケアマネジャーや地域包括支援センター、サービス事業所との連絡や調整をお手伝いします。

ご相談だけでなく、区役所から届くわかりにくい書類の説明のほか誕生会や外出行事、敬老会などの季節行事の企画もしています。

ご家族に対しては、入居者さんの様子を2か月に一度「ら・かるまだより」を通じてお知らせする一方、体調変化や生活に変化が見られることがあれば、速やかにご連絡し、受診相談や面会をお願いをします。

ご家族からも、ら・かるまの生活に関するだけでなく、将来の不安や日常のストレスなどについて随時、ご相談を受けています。

入居者さんやご家族が楽しく安心して、ら・かるまで生活し続けることができるよう相談援助の面からサポートしています。

お気持ちに寄り添い、日常生活のお手伝い

生活支援員は午前7時30分から午後7時まで365日勤務しています。食事配膳は2人体制、通常時間帯は1

人体制で管理者や生活相談員と協働し、日常生活の直接的なサポートを行っています。

1日3回の食事配膳と顔を見る安否確認、午前の体操のセッティング、隔週の居室清掃、緊急コールへの対応や住宅環境を整えるのを基本業務とし、入居者さんの一番身近な存在として日々の生活を見守っています。体調が悪いときは体温や血圧を測定し、冷却枕によるクーリングや湿布利用のお手伝いもします。

一日を通して一緒にいますので、ときにはお茶を飲みながら思い出話を聞いたり、愚痴に耳を傾けて笑いあったりと、お気持ちに寄り添えるよう心がけています。入浴や排泄の支援などの定期的な身体介護はできませんが、家庭的なちょっとしたお手伝いはお気軽に声を掛けてもらっています。



【ご相談先】

サービス付き高齢者向け住宅 ら・かるま

TEL.011-785-6110

住所：札幌市東区北47条東16丁目1-5

新人スタッフ紹介

私たちは榎心会の新しいスタッフです。
皆さまのお声を励みに進んでいきますので、
よろしくお願いいたします。



<p>札幌榎心会病院</p> <p>氏名 大武 三枝 (おおたけ みえ)</p> <p>職種 看護師</p>	<p>札幌榎心会病院</p> <p>氏名 内藤 結菜 (ないとう ゆいな)</p> <p>職種 看護師</p>	<p>札幌榎心会病院</p> <p>氏名 山西 亜希 (やまにし あき)</p> <p>職種 看護師</p>	<p>札幌榎心会病院</p> <p>氏名 村上 真央 (むらかみ まお)</p> <p>職種 看護師</p>
<p>札幌榎心会病院</p> <p>氏名 酒井 優奈 (さかい ゆうな)</p> <p>職種 看護師</p>	<p>札幌榎心会病院</p> <p>氏名 小山 典子 (こやま のりこ)</p> <p>職種 看護師</p>	<p>札幌榎心会病院</p> <p>氏名 瀬川 有紀 (せがわ ゆき)</p> <p>職種 看護師</p>	<p>札幌榎心会病院</p> <p>氏名 山口 知子 (やまぐち ともこ)</p> <p>職種 看護師</p>
<p>札幌榎心会病院</p> <p>氏名 鈴木 憂 (すずき ゆう)</p> <p>職種 社会福祉士</p>	<p>札幌榎心会病院</p> <p>氏名 下出 彩夏 (しもであやか)</p> <p>職種 事務員</p>	<p>札幌榎心会病院</p> <p>氏名 小杉 枝里子 (こすぎ えりこ)</p> <p>職種 事務員</p>	<p>介護老人保健施設ら・ぱーす</p> <p>氏名 駒走 恵子 (こまばしり けいこ)</p> <p>職種 介護福祉士</p>
<p>稚内榎心会病院</p> <p>氏名 根本 麗 (ねもと うらら)</p> <p>職種 看護師</p>	<p>稚内榎心会病院</p> <p>氏名 満保 久恵 (まんぼ ひさえ)</p> <p>職種 介護福祉士</p>	<p>稚内榎心会病院</p> <p>氏名 館岡 誠 (たておか まこと)</p> <p>職種 社会福祉士</p>	<p>東センター</p> <p>氏名 岡部 友加 (おかべ ゆか)</p> <p>職種 介護支援専門員</p>
<p>さっぽろ北口クリニック</p> <p>氏名 大角 彩子 (おおすみ あやこ)</p> <p>職種 看護師</p>	<p>さっぽろ北口クリニック</p> <p>氏名 高野 麻衣 (たかの まい)</p> <p>職種 看護師</p>	<p>さっぽろ北口クリニック</p> <p>氏名 山崎 華緒 (やまざき かお)</p> <p>職種 事務員</p>	
<p>老人保健施設ら・ぶらーさ</p> <p>氏名 今井 亜津子 (いまい あつこ)</p> <p>職種 介護支援専門員</p>	<p>老人保健施設ら・ぶらーさ</p> <p>氏名 宮崎 里香 (みやざき りか)</p> <p>職種 介護福祉士</p>		



Introduction of
community based
health facilities

地域医療 連携施設の ご紹介

私たちは、
近隣の先生方、
施設と連携して
地域密着の
医療・介護に
取り組んでいます。

[標榜科目]
神経内科・リハビリテーション科

〒060-0807
札幌市北区北7条西5丁目7-1
札幌北スカイビル12階

☎011-700-5858

<https://www.hokuyukai.clinic>



医療法人北祐会 札幌パーキンソンMS神経内科クリニック

Q 対象疾患を教えてください。
A 神経筋疾患に特化して、パーキンソン病や多発性硬化症(MS)、脊髄小脳変性症、筋萎縮性側索硬化症、慢性炎症性脱髄性多発神経炎などの末梢神経疾患のほか、筋ジストロフィーなどの筋疾患です。

Q 診療方針を教えてください。
A 「すべては患者さんのために」を基本としています。1982年から当法人で培ってきた知識、経験、研究を基に、「患者さんがその人らしくいられる医療」を実践していくため、私たちは知恵を絞り出して支援していくチームでありたいと思っています。

Q 施設の特長を教えてください。
A クリニックとしては広くゆとりのあるリハビリスペースを確保し、多数のリハビリ機器、治療機器を導入しています。中でも、自立して歩くことをサポート



トする世界初のサイボーグ型ロボット「医療用HAL®」は多くの方に効果を実感していただいています。「神経難病には治療がない」とあきらめていた患者さんにとって大きな希望となりました。

外来では神経難病の理学療法や作業療法、言語療法を行い、充実したリハビリプログラムで患者さんをサポートしているほか、札幌駅を中心に半径約5km(中央・西・東・白石・豊平各区の一部)を対象に訪問リハビリを行っています。

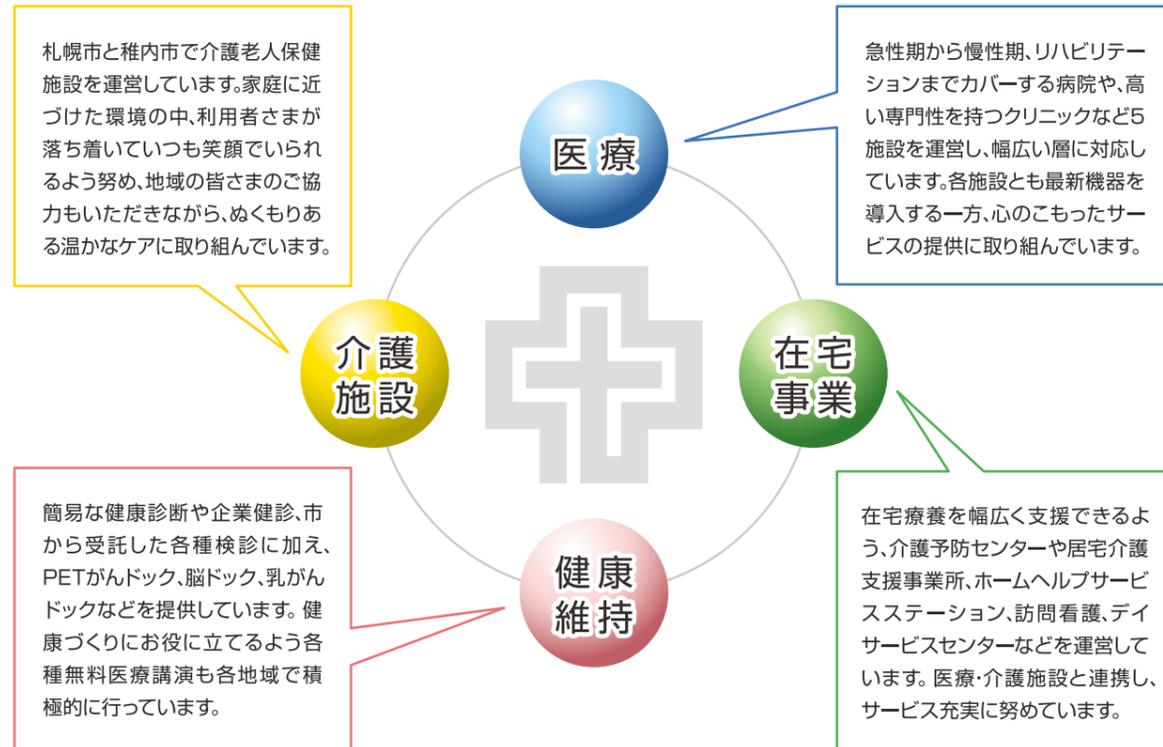
読者にメッセージを。
道内各地からのアクセスに便利なJR札幌駅より徒歩3分の位置にあり、患者さんはもちろん、ご家族にも無理なく通っていただけます。

患者さんやご家族にとっての最善の方法を一緒に考えていきますので、お気軽にご相談ください。

禎心会総合案内

INTRODUCTION

私たち社会医療法人禎心会は、『良質な医療、介護を通じて地域社会の繁栄に貢献する』という理念の下、札幌市、稚内市で医療や介護、在宅関連事業、健康維持に役立てるさまざまな活動を実践しています。各地域に密着しながら、患者さまや入所者さま、利用者さま、ご家族の立場に立ち、信頼される各種サービスの提供に職員一同、努めています。



医療	介護施設	在宅事業	健康維持
医療機関のご案内 <ul style="list-style-type: none"> ●札幌禎心会病院 ●稚内禎心会病院 ●セントラルCIクリニック ●さっぽろ北口クリニック ●禎心会北44条クリニック 	介護老人保健施設のご案内 <ul style="list-style-type: none"> ●介護老人保健施設 ら・ぱーす ●老人保健施設 ら・ぷらーさ 	在宅事業のご案内 <ul style="list-style-type: none"> ●禎心会東センター ●禎心会北センター ●ら・ぱーすセンター ●ら・ぷらーさセンター ●ら・かるまセンター (サ高住ら・かるま併設) 	各種ドック検診のご案内 <ul style="list-style-type: none"> ●PETがんドック ●脳ドック ●隣がんドック ●胃がんドック ●大腸がんドック ●乳がんドック・検診 ●子宮がんドック・検診

TOPICS 1

札幌禎心会病院、JICAの依頼でタイ国の見学を受け入れ

札幌禎心会病院は8月末、独立行政法人国際協力機構(JICA)の依頼を受け、タイ国の施設見学を受け入れました。JICAは同国の高齢者に向けた支援の一環として、タイ全土で医療と生活支援、介護の切れ目のないサービス提供モデル開発への技術協力を実施しており、日本の取り組みを視察して理解を深めてもらおうと見学を要請。JICA職員や同国中央省庁、地方保健局関係者ら約20人が来院し、徳田禎久院長とリハビリテーション部の奥瀬祐子部長のレクチャーを聞いた後、院内を見学しました。



TOPICS 2

札幌禎心会病院、「第5回FEN」に国内外から144人が参加

札幌禎心会病院は「第5回FEN(Far East Neurosurgical)札幌脳血管・頭蓋底手術マイクロサージェリーコース」を7月21日から26日まで院内で開きました。FENは脳血管障害、頭蓋底腫瘍に対する研究交流、治療技術向上を目的とし、谷川緑野院長代行・脳卒中センターセンター長らが2000年に設立以来、年1回、国内外の脳外科医が参加し、症例検討や手術見学などを行う学術集会で、改称を経て発展。FENに先立ち、バイパスハンズオン(桌上顕微鏡を使った血管見本吻合デモ実習)も行い、6日間で国内を含む27の国と地域から144人が参加しました。



TOPICS 3

ら・ぱーすなどでカルチャーナイトを実施

介護老人保健施設ら・ぱーすは文化、公共施設などを夜間に見学、体験できる「カルチャーナイト2019」に参加し、「スウェーデン王立財団シルヴィアホームにおける認知症緩和ケア理念とタクティール体験」を7月に実施。医療・介護従事者らが足を運びました。一方、徳田禎久理事長は協業法人、社会福祉法人禎心会ケアセンター栄町のカルチャーナイトで近隣住民らに向け「アンチエイジングー若さを保つコツ」をテーマに話しました。



TOPICS 4

サ高住ら・かるま、恒例のジギスカン大会を開催

サービス付き高齢者向け住宅ら・かるまは施設駐車場で毎年恒例のジギスカン大会を7月下旬に開催しました。当日は天候にも恵まれ、入所者、職員を含め約40人が参加し、外で食べるジギスカンに舌鼓を打ちました。



協業法人

社会福祉法人 禎心会

ケアセンター栄町

〒007-0847 札幌市東区北47条東17丁目1番1号
☎ 011-789-1152

- 障がい者支援施設栄町
- シヨートステイ栄町
- 生活介護栄町
- デイサービスセンター栄町
- 居宅介護支援事業所栄町
- 地域密着型介護老人福祉施設栄町

ケアセンター山の手

〒063-0009 札幌市西区山の手433番地1
☎ 011-642-1152

- 障がい者支援施設山の手
- 生活介護山の手

ケアセンターら・せれな

〒002-8081 札幌市北区百合が原3丁目1番地1号
☎ 011-702-1152

- 介護老人福祉施設ら・せれな
- シヨートステイら・せれな
- 居宅介護支援事業所ら・せれな

編集
後記

今号では札幌禎心会病院の「アンチエイジングドック」を特集しました。アンチエイジングは日本語で表現すると「抗加齢」です。健康的に年齢を重ねるためには日頃からのような生活をすべきか考え、実行する取り組みで、近年、注目を集めており、耳にされた方も少なくないと思います。本文でも紹介した通り、老化原因の75%は生活習慣や環境と言われ、老化と遺伝の関係性は低いことがわかっています。平均寿命と健康寿命には男女とも10歳ほど差がありますので、健康で長生きするにはこの差をどうするのが問われています。長寿社会となり「健康でピンピンころり」の理想をかなえるためにも、老化度を調べる検査を受け、老化防止に良いと実証された取り組みを若い頃から実践すること、つまり、アンチエイジングが必要です。(三上)

心に寄りそう、医療と介護をめざして。

社会医療法人 禎心会

札幌禎心会病院

〒065-0033 札幌市東区北33条東1丁目3番1号
☎ 011-712-1131

三大疾病(がん・脳卒中・心臓病)に特化した医療を提供いたします

- 科目
- ・脳神経外科
- ・神経内科
- ・消化器内科
- ・消化器外科
- ・内科
- ・循環器内科
- ・心臓血管外科
- ・頭頸科
- ・整形外科
- ・呼吸器内科
- ・泌尿器科
- ・腫瘍内科
- ・乳腺外科
- ・婦人科
- ・放射線治療科
- ・放射線診断科
- ・リハビリテーション科
- ・形成外科
- ・ペインクリニック外科
- ・麻酔科
- ・病理診断科
- ・歯科口腔外科



セントラルCクリニック

〒060-0042 札幌市中央区大通西17丁目1番27号 札幌メディアセンタービル1F
☎ 011-623-1131

がん診断にPETを活用
PET、MRI、CTの画像診断専門クリニックです

- 科目
- ・放射線診断科、PETドック



さっぽろ北口クリニック

〒060-0807 札幌市北区北7条西2丁目8番1 札幌北ビル2F
☎ 011-709-1131

最先端の医療で皆さまの健康を守ります

- 科目
- ・脳神経外科
- ・乳腺外科
- ・ペインクリニック外科
- ・循環器内科



禎心会北44条クリニック

〒007-0844 札幌市東区北44条東8丁目1番6号
☎ 011-712-5161

在宅療養される地域の方々を支援します

- 科目
- ・内科
- ・脳神経外科



介護老人保健施設 ら・ぱーす

〒002-8052 札幌市北区篠路町上篠路6番286
☎ 011-774-1131

和みの時間を提供いたします

- 利用施設
- 入所定員80名(全室個室8ユニット)
- 短期入所療養介護(入所定員内)



サービス付き高齢者向け住宅 ら・かるま

〒007-0847 札幌市東区北47条東16丁目1番5号
☎ 011-785-6110

生き生きとした落ち着いた暮らしを提供いたします

- 利用施設
- 全40戸(約25㎡で台所、水洗トイレ、収納設備、浴室完備)



稚内禎心会病院

〒097-0017 稚内市栄1丁目24番1号
☎ 0162-29-4311

道北における信頼の地域医療を目指して

- 科目
- ・脳神経外科
- ・リハビリテーション科
- ・内科
- ・消化器内科
- ・循環器内科



老人保健施設 ら・ぷらーさ

〒097-0017 稚内市栄1丁目24番2号
☎ 0162-29-4322

このぬくもりが大好きです

- 利用施設
- 入所定員100名(一般棟50名/認知症専門50名)
- 短期入所療養介護(入所定員内)



<https://teishinkai.jp>

ていしんかい 🔍

禎心会東センター

〒007-0844 札幌市東区北44条東8丁目1番6号
☎ 011-711-6110

- 居宅介護支援事業所 禎心会東
- ホームヘルプサービスステーション 禎心会東
- デイサービスセンター 禎心会東(70名/日)
- 札幌市東区介護予防センター 栄町

禎心会北センター

〒001-0921 札幌市北区新川11条6丁目3番3号
☎ 011-768-6110

- 居宅介護支援事業所 禎心会北
- ホームヘルプサービスステーション 禎心会北
- 訪問看護ステーション 禎心会北

ら・ぱーすセンター

〒002-8052 札幌市北区篠路町上篠路6番286
☎ 011-774-1131

- 居宅介護支援事業所 ら・ぱーす
- ホームヘルプサービスステーション ら・ぱーす
- デイケアセンター ら・ぱーす(75名/日)

ら・かるまセンター

〒007-0847 札幌市東区北47条東16丁目1番5号
☎ 011-785-6110

- 居宅介護支援事業所 ら・かるま
- 訪問看護ステーション 禎心会東

ら・ぷらーさセンター

〒097-0017 稚内市栄1丁目24番2号 老人保健施設 ら・ぷらーさ内
☎ 0162-29-4322

- 稚内市南地区居宅介護支援事業所
- ヘルパーステーション 優
- 訪問看護ステーション あい
- 稚内市南地区在宅介護支援センター ぬくもり
- デイケアセンター ら・ぷらーさ(70名/日)

私たちは良質な医療・介護を通じて、
地域社会の繁栄に貢献します。

施設基準

【施設基準】

- 急性期一般入院料 1
- 診療録管理体制加算 1
- 医師事務作業補助体制加算 1(15 対 1)
- 急性期看護補助体制加算(25 対 1)・
夜間 50 対 1 急性期看護補助体制加算
- 看護職員夜間配置加算(16 対 1 配置加算 1)
- 療養環境加算
- 栄養サポートチーム加算
- 医療安全対策加算 1・地域連携加算 1
- 感染防止対策加算 1・
地域連携加算・抗菌薬適正使用支援加算
- 総合評価加算
- 後発医薬品使用体制加算 1
- 病棟薬剤業務実施加算 1
- 病棟薬剤業務実施加算 2
- データ提出加算 2
- 入退院支援加算 1・入院支援加算
- 認知症ケア加算 2
- 脳卒中ケアユニット入院医療管理料
- 地域包括ケア病棟入院料 2・
看護職員配置加算・看護補助者配置加算
- 歯科疾患管理料の注 11 に規定する
総合医療管理加算
- 糖尿病合併症管理料
- がん性疼痛緩和指導管理料
- がん患者指導管理料イ
- がん患者指導管理料ロ
- 院内トリアージ実施料
- 救急搬送看護体制加算
- 外来放射線照射診療料
- ニコチン依存症管理料
- 排尿自立指導料
- 薬剤管理指導料
- 医療機器安全管理料 1
- 医療機器安全管理料 2
- 歯科疾患在宅療養管理料の
注に規定する在宅総合医療管理加算
- 遺伝学的検査
- 検体検査管理加算 II
- 心臓カテーテル法による諸検査の
血管内視鏡検査加算
- 神経学的検査
- 画像診断管理加算 2
- OCT撮影及びMRI撮影
- 冠動脈CT撮影加算
- 心臓MRI撮影加算
- 入院時食事療養(I)
- 抗悪性腫瘍剤処方管理加算
- 外来化学療法加算 1
- 無菌製剤処理料
- 心大血管疾患リハビリテーション料(I)
- 脳血管疾患等リハビリテーション料(I)
- 運動器リハビリテーション料(I)
- 呼吸器リハビリテーション料(I)
- がん患者リハビリテーション料
- 歯科口腔リハビリテーション料 2
- 口腔粘膜処置
- レーザー機器加算
- CAD/CAM 冠
- 歯科外来診療環境体制加算 1
- 歯科点数表の初診料の注 1 に規定する
施設基準
- 脳刺激装置植込術及び脳刺激装置交換術
- 脊髄刺激装置植込術及び脊髄刺激装置交換術

- 乳がんセンチネルリンパ節加算 2
- ペースメーカー移植術及びペースメーカー交換術
- 大動脈バルーンパンピング法(IABP 法)
- 医科点数表第 2 章第 10 部手術の通則の 16 に掲げる手術(胃瘻造設術)
- 輸血管理料 II
- 人工肛門・人工膀胱造設術前処置加算
- 胃瘻造設時嚥下機能評価加算
- 麻酔管理料 I
- 放射線治療専任加算
- 外来放射線治療加算
- 高エネルギー放射線治療
- 1 回線量増加加算
- 強度変調放射線治療(IMRT)
- 画像誘導放射線治療加算(IGRT)
- 体外照射呼吸性移動対策加算
- 直線加速器による放射線治療(定位放射線治療)
- 定位放射線治療呼吸性移動対策加算
- 粒子線治療
- 粒子線治療適応判定加算
- 病理診断管理加算 1
- 悪性腫瘍病理組織標本加算
- クラウン・ブリッジ維持管理料
- 先進医療技術 陽子線治療
- 酸素の購入価格

