

ひまわり

ご自由にお持ちください

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

- 老人性難聴について
- イレウス(腸閉塞)について
- 高齢者と誤嚥性肺炎
- 病気が教えてくれた大切なこと

特集

インフルエンザ

通常、インフルエンザは毎年秋以降に流行します。

しかし、今年は新型インフルエンザが発生しているため、
通常のインフルエンザと重なって流行すると考えられています。
インフルエンザにかからないために
正しい予防法を身に付けましょう。



インフルエンザ

通常、インフルエンザは毎年秋以降に流行します。

しかし、今年は新型インフルエンザが発生しているため、

通常のインフルエンザと重なって流行すると考えられています。

インフルエンザにかからないために正しい予防法を

身に付けましょう。



インフルエンザとは？

インフルエンザの原因となるインフルエンザウイルスは、大きくA型、B型、C型に分類され、大流行の原因となるのはA型とB型です。

低温、乾燥を好むインフルエンザウイルスは空気が乾燥している秋から冬にかけて流行します。突然の高熱や頭痛、関節痛、筋肉痛といった全身症状に加え、喉の痛み、鼻汁、咳などの症状もみられます。特に高齢者、呼吸器や心臓、腎臓などに慢性的な病気を持つ方はインフルエンザに加え、もとの病気が悪化しやすく重症化することがあるので十分に注意が必要です。



INDEX



特集 インフルエンザ02

TEISHINKAI INFORMATION [禎心会情報]

- 老人性難聴について05
 - イレウス(腸閉塞)について06
 - 高齢者と誤嚥性肺炎07
 - 施設での看取り～ご家族の思いと職員の役割～08
 - 在宅介護支援センターの役割08
 - ケアマネジャーは介護の相談窓口です09
 - ピンクリボン運動を知っていますか?11
-
- 栄養レシピ12
 - 禎心会新人スタッフ紹介13
 - 講演会のお知らせ13
 - 病気が教えてくれた大切なこと14
 - 地域医療連携施設のご紹介15
 - 編集後記17
 - 禎心会総合案内18

色弱の方にも見やすいようユニバーサルデザインに基づいた配色を取り入れております。

病院及び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。

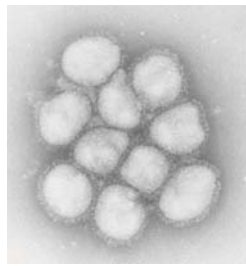
<http://www.teishinkai.jp>



新型インフルエンザってなに？

新型インフルエンザウイルスはA型インフルエンザが変異して出現し、人から人へと感染するようになったウイルスです。人類が免疫を持たないインフルエンザウイルスなので、感染が拡大すると世界的に大流行してしまいます。

過去のスペイン風邪は第一波よりも第二波の方が、死亡率が高かったと言われています。秋以降、新型インフルエンザの流行が本格化する第一波については、「感染がさらに増え、重症化する可能性が高い」と予測されています。予防対策をしっかりと、注意する必要があります。



新型インフルエンザの電子顕微鏡写真
写真提供:国立感染症研究所

感染しないためには何をしたらいいの？

1 ウイルス感染の仕組みを知る

インフルエンザウイルスは
①飛沫感染 ②接触感染のうちあります。

① 飛沫感染

くしゃみや咳でウイルスを含んだしぶき(飛沫)が飛び散ります。それを口や鼻から吸い込むことによって体の中にウイルスが入り込みます。入り込んだウイルスが体内で増殖し、インフルエンザが発症します。ウイルスに対して体が強く反応することで、発熱や筋肉痛などの症状が出てきます。くしゃみによるしぶきは1〜2m近く周囲に飛び散ります。これは、マスクをすることによって防ぐことができます。周囲の人にうつさないためにも発熱や咳、くしゃみの症状がある人はマスクをしましょう。

② 接触感染

ウイルスが付いている手や指、物を介して間接的にインフルエンザにかかるのが接触感染です。口に手をあてて咳やくしゃみをする時、手や指、手のひらにウイルスが付きます。その手でドアノブや電話、電車の吊り革などに触ると、そこにウイルスが付きます(インフルエンザウイルスがドアノブなどに付いた場合、24〜48時間くらい生存していると言われています)。知らずにそれらに触れた人が目をこすったり、鼻を触ったりすることで、ウイルスが体内に入り込み感染します。これを防ぐためには、顔に触れる前に手を洗う、外出して帰宅した際に手を洗う、インフルエンザにかかっている人は特にこまめに手を洗うことが大切です。
インフルエンザが流行してきたら、多くの人が集まる場所への外出を控えることも効果的です。

2 正しい予防法を身に付ける

① 手洗い

手洗いはインフルエンザに限らず、風邪などその他の感染症に対しても有効で、感染症予防の基本です。頻繁に行なう習慣を身に付けると良いでしょう。特に外出からの帰宅時、くしゃみや咳の後、食前などにこまめに手洗いすることをすすめます。



方法

① 水で手を濡らし、石鹸をよく泡立てます。

② 手のひらを合わせてひたひたすりませます。



③ 手の甲を伸ばすようにすりませます。



④ 爪、指先をよく洗います。



⑤ 指の間を十分に洗います。



⑥ 親指のまわりを指のつけねまでよく洗います。



⑦ 最後に手首をよく洗います。



⑧ 水ですすいで、きれいなタオルなどで水分をふき取ります。

※手洗いかかる時間は30秒くらいが目安です。

もしかかったら、適切な行動を

もしインフルエンザにかかってしまったら、外出は控えましょう。病院受診などで外出する際は必ずマスクをしましょう。こまめに手を洗い、他の人へインフルエンザが拡大しないようにしましょう。

- 咳やくしゃみを手で覆ったり、手を洗う。
- 家や職場などで咳をしている人がいたら、マスク着用をすすめる。

最近、スーパーなどによく置いてある手洗い専用アルコール消毒薬も有効です。使用の際は、ポンプを1回完全に押し切った量を使い、手洗い同様、指の間などをしっかりと、手が乾くまでこすり合わせるのがポイントです。

② 咳エチケット

- くしゃみや咳が出たら、人にうつさないようマスクをする。
- マスクがない場合はティッシュで口と鼻を覆い、他の人から顔をそらして1m以上離れる。
- 鼻水や痰を含んだティッシュは、すぐに「3箱へ捨てる」。
- 咳やくしゃみを手で覆ったり、手を洗う。
- 家や職場などで咳をしている人がいたら、マスク着用をすすめる。

当法人のインフルエンザ予防接種実施施設

- 禎心会病院 / ☎011-712-1131
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
- 新札幌恵愛会病院 / ☎011-893-7000
住所:札幌市厚別区大谷地東5丁目5番35号
- セントラル女性クリニック / ☎011-633-1131
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3階

※新型インフルエンザの影響により、今期ワクチンの確保数等は不明です。詳細は各施設へお問い合わせください。



禎心会病院
地域医療連携室担当
看護科長
感染管理認定看護師
宮木 未果 (みやき みか)



老人性難聴

年齢を重ねるとともに耳が聞こえにくくなる老人性難聴。補聴器使用時の問題点や周囲の人に知っておいて欲しいことについて解説します。

両耳が高い音から聞こえにくく

老人性難聴は両耳に同じよう起こるのが特徴で、鳥のさえずりなど高い音から聞こえにくくなります。60代以降では進行も早く、低い音も聞こえにくくなります。

一番の問題は中枢神経に変化が起るため、言葉の聞き取りが難しくなることです。音は聞こえても意味が理解しにくくなります。そのため、大きな声で話しかけられても、意味がわからないことがあります。

老人性難聴は加齢に伴う生理的変化のため、進行を抑えたり治したりすることは困難です。有効な対処法は適正な補聴器を使って聴力を補うこと。専門医の診察、検査を受け、自分に合った補聴器を使うことが大切です。しかし、補聴器をつけても次のような問題



点があります。

- 早口でしゃべられると意味が理解できない
- 人が多い場所(待合室、講演会ホール、会議場など)では聞き取りが難しい
- 電車の中や交通の激しい場所など騒音があると聞き取れない
- 補聴器のスイッチ操作に不便を感じる

周囲の思いやり、配慮が大切

周囲の人は思いやりを持って、対面しながら、低めのトーンでゆっくり、はっきりしゃべってください。マスクをしたままだと、口の動きが読み取れず理解しづらくなります。静かな環境で話すこと、近づいて声をかけ、話し手に注意が向いていることを確認してから話すことも大切です。電話は

聞き取りにくいことが多いので、音量を上げたりファックスを利用したりする配慮も。

難聴の方が病院へ受診した際は、待合室で名前を呼ばれたら声をかけてもらえるよう隣の方に頼むのもいいでしょう。



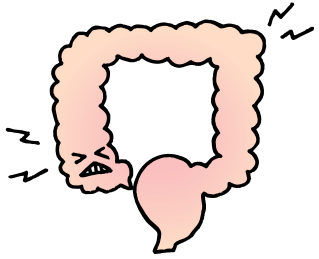
禎心会病院
リハビリテーション部副部長
言語療法科
小橋 透
(こばし とおる)

ご相談先

禎心会病院
☎011-712-1131
住所:札幌市東区北44条東8丁目1番6号

イレウス(腸閉塞)

イレウス(腸閉塞)は消化物や便が詰まってしまう腸の病気。ホースで例えると、踏みつけられたり、ねじれたりして水が出なくなることや発症します。



大きく分けてタイプは3つ

大きく「機械性イレウス」と「機能的イレウス」の二つに大別されます。

機械性イレウスは腸捻転やがん、食物、結石などによる腸管内の狭窄、閉塞で、腸管の血行障害がない単純性イレウスと血行障害を伴う絞扼性イレウスに分類。絞扼性イレウスは腸管が壊死して激しい腹痛が急にあり、ショック症状を起し、急速に全身状態が悪化します。緊急手術が必要となります。

機能的イレウスは腸の吸収機能が低下した麻痺性イレウス、収縮が原因の痙攣性イレウスに分けられます。

主な症状は腹痛や嘔吐、吐き気、腹部の張りなどです。腹がゴロゴロ鳴っても便やガスが出ないときは疑わしいです。重症はショック症状を伴います。

タイプによって異なる治療法

治療は保存的治療と外科的治療(手術)があります。

単純性イレウスはまず保存的治療を行います。癒着性の場合は約8割が禁食で改善するといわれますが、一定期間で改善しなかったり、再発を繰り返したりするケースは手術を考慮していきます。絞扼性イレウスは基本的に緊急手術適応。機能的イレウスの大半は保存的治療を選択します。一般的な保存的治療は次の通りです。

- 1 絶飲食
- 2 管子チューブによる消化管内の吸引、減圧
- 3 輸液療法: 脱水の改善、嘔吐により失われた電解質の補充、低タンパク血症や低栄養を改善します。
- 4 抗生物質の投与
重い合併症(敗血症や細菌性腹膜炎などの感染症)防止に抗生物質を投与します。

手術は閉塞の解除が原則

手術は一般的に開腹して癒着はく離や腸管切除、吻合(血管や神経をつなぐこと)、人工肛門造設などが行われます。最近、軽度の癒着性イレウスに対しては開腹しない腹腔鏡下手術が行われることもあります。

病気の程度と患者さまの状態から術式が選択されますが、原則はいずれも閉塞した腸管の解除。癒着はく離は閉塞解除に必要な術後に障害を残すおそれがない、と判断される範囲に止めるべきで、不必要な癒着、剥離はかえって癒着を増強する可能性があることも留意すべきです。



土曜午後の診療を開始!

働く方々のニーズに応え、10月から土曜午後の診療を開始しました。これまでの午前に加えて平日同様、13時30分から16時30分まで受付、内科と外科の診療を行っています。



新札幌恵愛会病院
外科
桐山 賢二 (きりやまけんじ)

ご相談先

新札幌恵愛会病院
☎011-893-7000
住所:札幌市厚別区大谷地東5丁目5番35号

高齢者と誤嚥性肺炎

高齢者に起こりがちな誤嚥性肺炎。発症すると食事ができなくなるため、私たちは食べる楽しみを長く持つよう予防に取り組んでいます。



誤嚥性肺炎とは

誤嚥性肺炎は唾液や食物などが肺に入ってしまうことが原因の肺炎で、嚥下（食べ物や飲み物を飲み込む）機能の低下によって起こります。

喉の奥には食べ物を胃に送り込む管（食道）と空気を肺へ送り込む管（気道）があります。二つの管が分かれる部分にはふた（喉頭蓋）のようなものがあり、食べ物や飲み物が肺に行かないよう、呼

吸時は空気が肺へ送り込まれるように必要に応じて食道側、気道側を無意識に開いたり閉じたりしています。

もし間違つて食べ物が肺の方へ入りそうになったとき、送り返そうとして起るのが「むせる」という反応です。高齢になると、ふたがきちんと閉じなくなったり、むせる反応が鈍くなったりして、食べ物や唾液といった異物が肺に入ってしまう、これを外に出そうとして炎症が起こります。

①最適な形態の食事を提供

言語療法士や管理栄養士と連携を取りながら、飲み込む際にバラバラにならないなど患者さま個々の状態に最も適した形態の食事を提供するよう心がけています。

②食べかすが残らないよう

口の中を清潔に保つ

経口摂取だけではなく、経管栄養を行っている患者さまの口腔ケアも重要。歯ブラシや専用ブラシ（吸引クurlリーナ、モアブラシなど）を用いています。

③水分補給

とろみ剤の活用のほか、ゼリーなど半固形物を中心に水分補給を実施しています。

④加湿

10〜3月まで全病室に加湿器を設置。加湿効果を落とさないよう定期的に清掃をします。

連携しながら取り組む予防

私が勤務する病棟は脳神経外科の慢性期病棟で、ほとんどの患者さまが高齢です。患者さまにはできるだけ長く食べる楽しみを持っていただきたく、次のような誤嚥性肺炎予防に取り組んでいます。

施設での看取り 〜ご家族の思いと職員の役割〜

希望の介助を最優先

「慣れ親しんだところで最期を迎えたい」という入所者さま、ご家族の強い希望を受け、当施設は開設当初からターミナルケア（終末期ケア）を行なっています。

施設での看取りを希望する方は年々増えてきていると実感しています。入所者さま、ご家族の思いを尊重し、可能な限り希望にそった介助を行なうことを最優先に、安楽な終末期を迎えられるよう支援しています。

症状の緩和や精神安定を図りながら、ご家族と大切な時間を過ごせる環境への配慮も重要です。付き添いなど可能な限りご家族の意向にそえるよう対応しています。

誠意を込めて果たす役割

私たち介護職員は関連部署と連携を取り、スタッフ一同誠意を込め、役割として次のことに努めています。

- ① きめ細かな日常生活支援
- ② 苦痛緩和ケア
- ③ 看護職との連携による危険時のケア
- ④ ご家族へのグリーフケアと支援

※グリーフケアとは配偶者や親、友人など大切な人を亡くし、大きな悲嘆（グリーフ）にくれている人に対するサポート



老人保健施設
ら・ぷらーさ
療養棟介護科 係長
佐々木 千晶
(ささき ちあき)

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

在宅介護支援センターの役割

サービスの円滑提供を支援

「在宅介護支援センター」を知らない人は少なくないと思います。市町村から業務委託を受け、要介護認定を受ける前の在宅高齢者やその家族宅を訪問し、高齢者福祉サービスの情報や利用するための申請、関係機関との調整など多彩な役割を担っています。

医療や介護など実際に何らかのサービスを提供する機関ではなく、あくまでも住民ニーズに答え、保健・医療・福祉関係サービス（介護保険を含む）の円滑提供の支援を目的としています。

気軽に相談を受けられる窓口

訪問すると最初は不安そうにしていた高齢者や家族も、足を

運ぶ回数を重ねるにつれ、徐々に気さくに接してくれるようになります。特に独居の方とはついつい話し込むことが多いのですが、話し相手になることで気分転換になればとの思いから傾聴するよう心がけています。ただ、対象者が多く、確実に定期訪問できないのが現状です。

訪問時「今のごころ困っていることはないけど、何かあったら相談に乗ってもらえるところがあるのは安心だし、心強い」とよく耳にします。支援センターの存在を理解してくれていることを確信する、うれしいときもあります。今後住民の利便性を考慮し、地域の方々から気軽に相談を受けられる「窓口」になれるよう努力していきたいと思っています。



稚内市南地区
在宅介護
支援センター
ぬくもり
介護支援専門員
齋藤 佐和子
(さいとう さわこ)

ご相談先

稚内市南地区
在宅介護支援センター
ぬくもり
☎0162-32-1165
住所:稚内市栄1丁目24番1号

禎心会の居宅介護支援事業所

私たちが皆さまのご相談に対応させていただきます



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
禎心会東

☎011-711-6110
住所:札幌市東区北45条東9丁目2番7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

ケアマネジャーは 介護の相談窓口です

「ケアマネジャー」として聞いたことがあるけど、何をしてくれるの？
そう思っている人が多いのではないだろうか。

私たちケアマネジャーは皆さまが住み慣れたご自宅で安心して生活するための身近な相談役です。



悩みや不安はありませんか？

病气や転倒による骨折、認知症の進行などによって、ご本人やご家族は次のような悩みや不安を抱えていませんか？

- 退院をすすめられているが、自宅で介護できるか心配
- 最近物忘れがすすんできた
- トイレの失敗が増えた
- 1人でお風呂に入るのが大変になってきた
- 外出すると1人で帰ってこれない(徘徊で困っている)
- 介護に疲れてきたので時々休憩したい
- 自宅をバリアフリー(手すり設置や段差の解消など)にしたいんだけど...

さまざまなお手伝いをします

● 介護用品(車いすや電動ベッドなど)を利用したいんだけど...
ケアマネジャーがご自宅へ訪問し、さまざまなお手伝いをさせていただきます。

- 住み慣れたご自宅で生活できる方法を一緒に考え、具体的な提案をします(介護相談、ケアプランの作成)
- 介護保険制度をわかりやすく説明します
- 要介護認定の申請をお手伝いします(申請代行)
- ヘルパーやデイサービスなど介護保険サービス利用の調整をします

ケアマネジャーに対する相談は無料で、要介護認定を受けていなくても結構です。まずはお気軽にご相談ください。



居宅介護支援事業所
禎心会北 所長
加藤 亮
(かとう りょう)

ピンクリボン運動を知っていますか？

「ピンクリボン運動を知っていますか？」

乳がんの早期発見・治療の大切さを訴える、誰でも参加できる活動です。

女性20人に1人が乳がんに

乳がんは近年、急増しています。わが国では現在、女性の20人に1人が一生生涯で乳がんになり、今後さらに増加すると予想されています。

乳がんは他のがんと異なり、30〜60代の比較的若年の女性に多く発症します。家庭や職場で中心的な役割を担っている女性を直撃するだけでなく、夫や子供など家族にも多くの負担を強いられる病気で、このような恐ろしい乳がんに苦しむ人を一人でも減らそうという取り組みがピンクリボン運動です。

ピンクリボンを乳がんの早期発見・診断・治療の大切さを訴えるシンボルマークに、テレビや雑誌、インターネットといったメディアだけでなく、大学や病院などの教育・医療機関等でさまざまな活動が行われています。参加に特別な資格は必要ありません。趣旨に賛同し、乳

がん撲滅に対する意識を持っていれば誰でも行うことができます。

写真①は今夏、札幌の大通公園で行われたイベントでアレビ塔とホワイトロックがピンク色にライトアップされ、市民数千人が乳がん検診を広めるさまざまなイベントを体験しました。

早期発見に検診と自己検診を

現在、乳がんを予防する有効な方法はありません。しかし、早期に発見、治療すれば治る可能性が高いがんです。

早期発見に有効な方法が検診と自己検診です。すべての成人女性は毎月一度自己検診を行い、異常があればすぐに乳腺外科を受診しましょう。異常がなくとも、2年に一度は乳がん検診を受けることが大切です。今年から始まった、乳がん・子宮がん検診の無料クーポンも有効利用しましょう。

自分自身、そして大切な家族のため多くの方がピンクリボン運動に参加されることを願っています。



写真①



セントラル女性クリニックはイベントにブースを出展

土曜午後の診療を開始!

10月から土曜午後の診療を開始しました。働く女性の利便性やニーズに応え、通常通り午前から乳腺外科、一般外科(甲状腺疾患・肛門疾患等)、婦人科のほか、乳がんドック・検診、子宮がんドック・検診を行っています。

栄養レシピ

06

秋の味覚、クリと ギンナンは ビタミンCが豊富

木々が紅葉し始めると木の実の季節となります。栗拾いができるころも少なくなり、北大イチョウ並木のギンナン拾いの様子が新聞に載ると「もうすぐ冬」を感じます。

種実類(ナッツ類)は全般的に脂質が多く50〜60%を占めます。この脂質は不飽和脂肪酸のリノール酸やオレイン酸が多く動脈硬化予防に効果的。ビタミンB1、B2も多く、疲労回復や体力増強にも役立ちます。加えて、抗酸化作用のあるビタミンEは老化防止、美肌づくりを助けます。良いことばかりのようですが、いずれも高エネルギーなので食べ過ぎは気をつけたいでしょう。クリとギンナンは脂質が少なくビ

タミンCが多いのが特徴です。クリのビタミンCはでんぷん質に包まれているので加熱で失われる心配がありません。



※写真の器は、山吹の作品です。

簡単栗ごはん

小茶碗一膳(小さいクリ5粒入り:約280kcal)

普通に炊くご飯に、クリと酒少々を加え、いつもの水加減で炊きます。さっと混ぜて、お好みで黒ゴマをふりかけます。

*クリは生かレトルトがよいですが、甘露煮を利用する場合は水に漬けて甘みを抜いてください
*甘露煮の場合はエネルギーが多少高くなり、ビタミンCはなくなります。

100g中の栄養成分

	エネルギー (kcal)	脂質 (g)	たんぱく質 (g)	カリウム (mg)	VB1 (mg)	VC (mg)	VE (mg)	食物繊維 (g)
アーモンド	598	54.2	18.6	770	0.24	0	31	10.4
ゴマ	578	51.9	19.8	400	0.95	—	0.1	10.8
ピーナッツ	562	47.5	25.4	740	0.85	—	10.1	7.4
クリ(日本)	167	0.6	3.5	460	0.08	26	0	6.6
甘栗	222	0.9	4.9	560	0.2	2	0.1	8.5
ギンナン	187	1.7	4.7	700	0.28	23	2.8	1.8



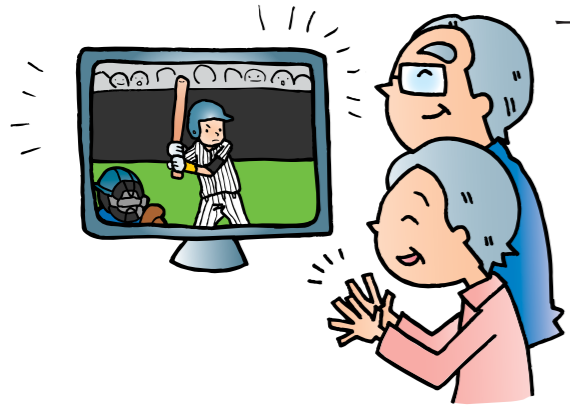
禎心会病院 栄養科
科長

山吹 三枝子
(やまぶき みえこ)



夫の利夫さんと2人でデイサービスを利用

夫の助けに “二人で一人”を実感



新村 カエ子さん
(しんむら かえこ)

脳梗塞を患いながらも、夫の献身的なサポートに感謝する新村さん。今はさまざまな在宅サービスを利用し、夫婦で支え合いながら自宅で幸せに暮らしています。

.....

鹿児島県に生まれ育ち、夫(利夫さん)の仕事で大阪へ移り長く暮らしていましたが、娘の側にいられたらと15年前に札幌の娘宅近隣に夫婦で越してきました。気候にもすぐに慣れ、夫婦でゲートボールを楽しみ、老人クラブの仲間たちと札幌市内はもちろん、道内各地の大会へ出かけるほど熱心でした。

平成16年夏、自宅で倒れ、気付いたら禎心会病院にいました。左脳梗塞でした。2か月程で退院できましたが、同時期に夫も多発性脳梗塞で入院しており、お互い大変な時期でした。退院後を考え、手すりを設けるなど自宅を改修しましたが、体の右側が麻痺で動かない私をいろいろと助けてくれたのは夫です。二人で一人を実感しました。

昨年1月には言葉が出てこなくなり、再び入院しました。今度は右脳梗塞でした。言語療法士の方と練習を重ね、話すこ

とは大分回復し、今では電話もできるようになりました。理学療法士の方の懸命なリハビリのおかげで手も動くようになりました。家での生活を想定したメニューづくりにも感謝しています。手すりを付け直し、娘やヘルパーさんが来てくれる上、夫もいるので家での生活は苦勞しません。

当初はヘルパーさんや看護師さん、リハビリスタッフの方など知らない人が家へ来ることに抵抗もありましたが、すぐに観念しました。今は禎心会東センターの訪問介護、娘が仕事の際の受診介助と訪問看護、ら・ぱーすの訪問リハビリを利用しています。足を上げたり伸ばしたり、手足をさすってくれたりもんだり、とても楽しみにしています。週2回小規模デイサービスにも夫と通っています。みんなでおしゃべりしたり、食事したりするのが楽しいです。夫と一緒に楽しむのが嬉しいですね。

夫婦とも心臓に持病があり入院もしましたが、いろいろなサービスを受け、今は体調が良いです。大きな病気をしても助け合いながら夫婦一緒に自宅で生活できるのは幸せなこと。二人で大好きな阪神タイガースを応援しています。

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。



介護老人保健施設 ら・ぱーす



氏名 外崎 裕子(とのざき ゆうこ)
職 種 作業療法士
趣 味 旅行
抱 負 より良いリハビリを提供できるようがんばります。よろしくお願いいたします。

禎心会病院



氏名 高橋 拓士(たかはし ひろし)
職 種 ソーシャルワーカー・社会福祉士
趣 味 野球
抱 負 患者さまの希望に応えられるソーシャルワーカーになりたいです。患者さま、スタッフに信頼されるよう、日々努力していきたいです。よろしくお願いいたします。

禎心会北センター



氏名 菊地 昭博(きくち あきひろ)
職 種 介護支援専門員
趣 味 献血
抱 負 明るく元気にがんばります。ご指導、よろしくお願いいたします。

禎心会東センター



氏名 島山 珠香(はたけやま しまか)
職 種 介護支援専門員
趣 味 旅行、温泉
抱 負 日々勉強し、皆さまのお役に立てるようがんばっていききたいと思えます。いろいろお世話になりますが、よろしくお願いいたします。

11月28日(土) 『第2回がんフォーラム』を 開催します!

日時 2009年11月28日(土) 14:00~16:50(開場13:30)
会場 日本生命札幌ビル9階(札幌市中央区北3条西4丁目)
参加 無料。定員200人(申し込み先着順)

がんに関する正しい知識、予防法や治療法をわかりやすく伝え、皆さまの健康維持・管理に役立ててもらおう『第2回がんフォーラム』を開催します。

講 演 会

特別講演
『恐くない大腸がん
～抗がん剤治療の進歩と免疫療法～』
山口 佳之(川崎医科大学臨床腫瘍科教授)

『知っておきたい、子宮がん検診』
北島 義盛(セントラル女性クリニック副院長)

『乳がんの治療
～温熱療法を効果的に取り入れる～』
福井 里佳(新札幌恵愛会病院女性診療科医長)

【お申し込み方法】
郵便番号・住所(聴講券送付先)、氏名(ふりがな)、年齢、性別、参加希望人数、質問事項をご記入の上、はがき、FAXでお申し込みください。当法人ホームページに専用フォームもあります。先着順に聴講券を送ります。

- はがき 〒001-0921 札幌市北区新川1条6丁目 TSビル3階 禎心会法人本部「がんフォーラム」係
- F A X 011-766-1580
- U R L <http://www.teishinkai.jp> (専用フォームをご利用ください)

この他にパネルディスカッションを予定しています。講演内容を変更する場合がございます。ご了承ください。

医療法人中山会

新札幌パウロ病院



院長 高階 俊光 先生

施設特長

回復期リハビリ医療・介護病棟があり、慢性期医療、後方支援病院の役割を担う一方、在宅支援にも力を入れています。畑作りや収穫祭、夏祭り、コンサート、演劇、クリスマス会といった四季折々の行事にもスタッフが真剣に取り組み喜んでもっています。

趣味

釣り、山登り、ミュージカル鑑賞です。

対象としている疾患

脳梗塞、くも膜下出血の後遺症や交通事故による高次脳機能障害、認知症のほか、パーキンソン病や多発性硬化症といった難病、24時間酸素管理が必要な方まで幅広く受け入れています。原因の病気は違いますが寝たきりになることが多く、高齢の患者さまのさまざまな合併症にも対応しています。

診療モットー

長いお付き合いになる患者さま、ご家族とのコミュニケーションが大切ですから、「患者満足、家族満足、看護サイド満足」をモットーにしています。



「患者の目線」で優しい医療を「基本理念」とし、わかりやすく親切、丁寧な説明を心がけています。病状変化経過を理解しやすいよう、説明で使った用紙に番号を振って毎回「コピー」を渡し、情報共有などにも役立っています。

地域医療連携施設のご紹介

私たちは、近隣の先生方と連携して地域密着の医療・介護に取り組んでいます。



禎心会病院連携施設

医療法人社団

吉田医院



理事長 吉田 憲司 先生

対象としている疾患

高血圧や高脂血症、糖尿病などに加え、地域のかかりつけ医として、小さなお子さんから高齢者まで幅広い年齢層の内科全般に対応しています。検診で異常が見つかった場合のほか、それぞれの症状や必要に応じて近隣や患者さまが希望する専門病院へ紹介しています。

診療モットー

時間をかけた、わかりやすい説明に努めています。本人だけでなく、ご家族にも納得してもらおうことが大切ですから、同席してもらったり、来院してもらったらずることもあります。スタッフ一同、患者さま一人ひとりにきめ細かく、親切な対応をするよう心がけていきます。

施設特徴

ちょっとした体の不調、変調など小さなことでも相談してもらえ、施設でありたいと思っています。最近、患者さま



〒002-8025
札幌市北区篠路5条5丁目7-1
☎011-771-2020
標榜科目：内科、胃腸科、循環器科、呼吸器科



が「もの忘れが多くなり認知症ではないか」という相談をご家族から多く受けます。こうした不安や悩み、窓口にもなり、適切な対応と助言をしていきたいと考えています。

趣味

スポーツ観戦です。年に数回は家族や仲間と札幌ドームへ日本ハムの応援に出かけます。

禎心会病院、禎心会東センター連携施設

よしだ

内科クリニック



院長 吉田 裕 先生

対象としている疾患

糖尿病の早期発見と治療に重点を置いています。地域の40〜60代が患者さまの中心で、高血圧や脂質異常はもちろん、内科全般に対応しています。消化器にも長く取り組んでおり、上部消化管内視鏡(胃カメラ)、下部消化管内視鏡(大腸カメラ)でポリプの発見と切除、早期がんの発見に努めています。

診療モットー

いつも身近で待たせないこと、丁寧な診察と詳しい説明、苦痛の少ない検査、病気によっては適切な医療機関へ迅速に紹介することが診療所の基本方針です。患者さまのおかれた環境や普段の生活、家族関係を含め、トータルで診ることも重要で、糖尿病を中心とし



〒007-0845
札幌市東区北45条東7丁目6-16
☎011-731-6636
標榜科目：内科、胃腸科

趣味

山登り、渓流釣ります。

施設特長

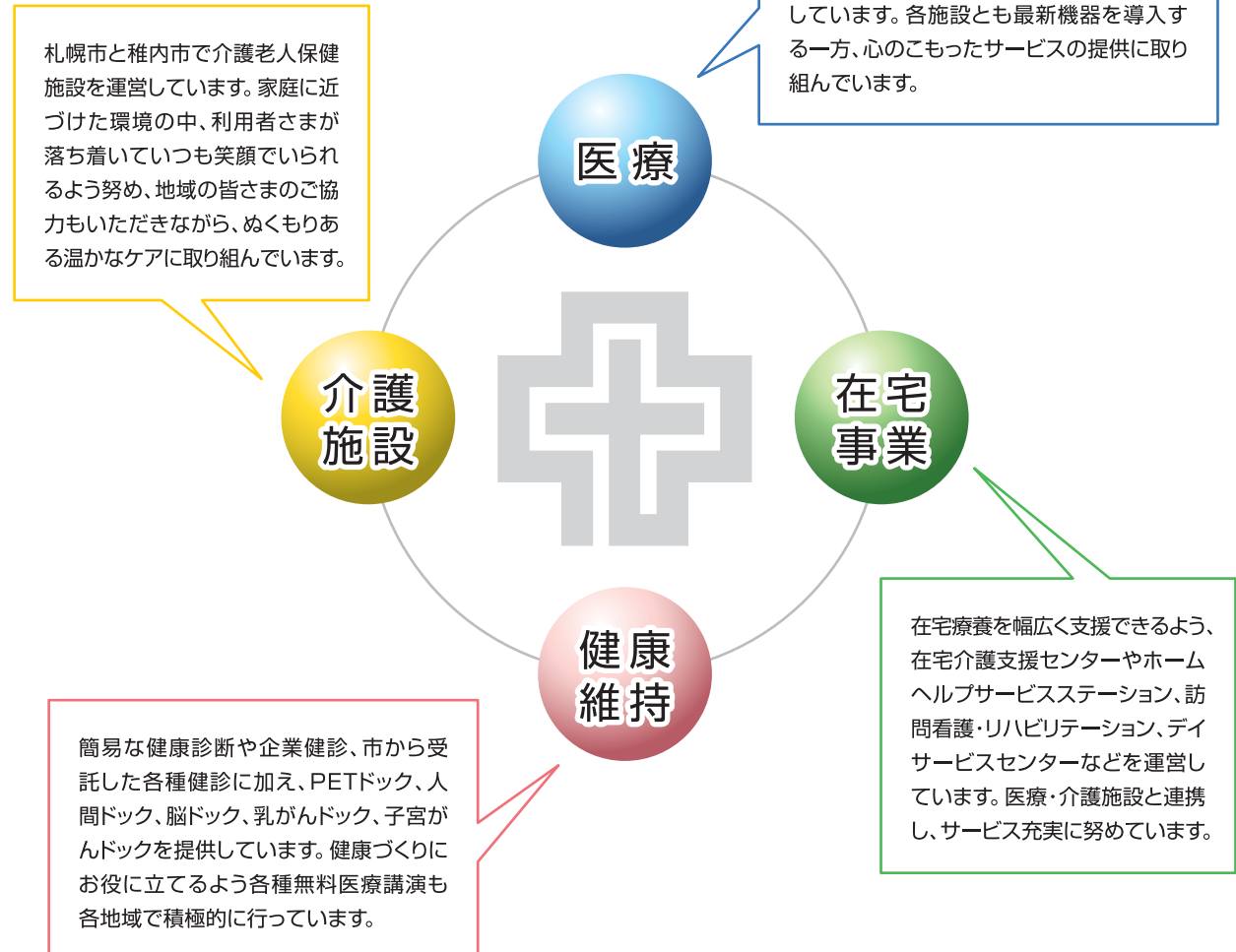
糖尿病診断に必要な血糖や血液データ(ヘモグロビンA1c)を院内で速やかに出せる専用機器を設置しています。胃カメラは鼻から入れ、負担が少なく気軽に検査を受けていただける経鼻内視鏡を導入していますので、お気軽にご相談ください。

た生活習慣病に対しては非常に大切なことだと考えています。

禎心会総合案内

INTRODUCTION

私たち医療法人禎心会は、『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"> ● 禎心会病院 ● 新札幌恵愛会病院 ● 稚内禎心会病院 ● セントラルCIクリニック ● セントラル女性クリニック | 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・ぶらーさ | 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・ぶらーさセンター | 人間ドック・健康診断各種検診のご案内 <ul style="list-style-type: none"> ● PETドック ● 人間ドック ● 脳ドック ● 乳がんドック ● 子宮がんドック |

みんなで守ろう! 地球環境! vol.6



キャップを集めCO2削減、途上国の子どもにワクチンを

キャップを外すことでペットボトルの再資源化率を高めてCO2を削減し、外したキャップの売却益で発展途上国の子どもにワクチンを贈る。こうした活動をご存知ですか。当法人は個人や地域、企業などが集めたキャップの収集に取り組むエコキャップ推進協会の活動に参加しています。

活動目的
CO2削減
 ペットボトルからキャップを外すことで、ペットボトル本体の再資源化率を高め、焼却処分量を減らし、CO2削減に寄与する。
 ※1kg (キャップ400個) を焼却すると、3.15kgのCO2が発生。

ワクチン購入

外したキャップをリサイクル業者に引き取ってもらい、その売却益でワクチンを購入し、発展途上国の子どもたちへ贈る。
 ※キャップ売却益をワクチン購入資金としてJCV (NPO法人世界の子どもにワクチンを日本委員会)へ寄付。キャップ800個でポリオワクチン1人分購入。



キャップを送ると受領書が届く

みんなで止めよう温暖化
 チーム・マイナス6%

詳しくはエコキャップ推進協会 <http://ecocap007.com/>
 北海道の窓口は全国障害者福祉支援協会北海道地区本部 TEL.011-883-2914

ひまわりクイズ 第5回



1、2それぞれの漢字に共通する「偏(へん)」は何でしょうか?

1	丁	尺	友	石	員	→	
2	氏	内	岡	冬	宿	→	

※答えはこのページの下にあります。

編集後記

「秋の花 尾花 葛花 まで」
 この花 おみなえし また藤袴 朝顔の花(「桔梗」と万葉集に歌われたように、秋の七草は古来より人々に親しまれてきました。摘んで食べる春の七草に対し、秋の七草は観賞して楽しむもので、中秋の名月や後の月の月見に団子や芋、豆といった農作物とともに備えられました。この風習には尾花(「すすき」)のように魔除け、厄除けや秋の豊穣を祝う意味が込められていました。
 女郎花(おみなえし)の根は乾燥させ漢方に、同じく葛の根は葛根(かこん)として解熱に用い、さらに葛粉として食用にするなど生活に根付いたなじみの野草でした。
 香草としても使われた多年草の藤袴はかつて、河原などに自生していましたが、今では野生種はほとんど見られず、絶滅危惧種に指定されています。自生が少なくなっている中、七草すべてを愛でるのは至難ですが、野山を散策して秋の風情を楽しんでみてはいかがでしょうか。(鈴木)

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。



● 禎心会ホームページ
<http://www.teishinkai.jp>

禎心会病院

〒007-0844 札幌市東区北44条東8丁目1番6号
☎ 011-712-1131

豊かな未来と健やかな暮らしのために

- 科目 脳神経外科、循環器内科、整形外科、ペインクリニック外科、消化器内科、麻酔科、形成外科、放射線科、リハビリテーション科



新札幌恵愛会病院

〒004-0041 札幌市厚別区大谷地東5丁目5番35号
☎ 011-893-7000

がんと消化器病の診療を特徴とした医療展開

- 科目 総合外来、消化器外科・消化器内科、内科、外科、整形外科、肛門外科、循環器内科、呼吸器内科、リハビリテーション科、麻酔科（痛みの外来）、腫瘍外科（温熱・免疫療法）、乳腺・甲状腺外来、女性専用外来、セカンドオピニオン外来、人工腎臓（透析）、人間ドック



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 放射線科、PETドック



セントラル女性クリニック

〒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3F
☎ 011-633-1131

すべての女性のために ~女性のさまざまな悩みに対応し、健康づくりをサポートします~

- 科目 乳腺外科、一般外科（甲状腺疾患・肛門疾患等）、婦人科、頭痛・肩こり・めまい外来、物忘れ外来、リウマチ・膠原病外来（骨粗鬆症、脂質異常症、糖尿病）、乳がん検診・ドック、子宮がん検診・ドック



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号
☎ 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
短期入所療養介護（入所定員内）



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、消化器科、循環器科、外科



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）



在宅関連事業所

禎心会東センター

〒007-0845 札幌市東区北45条東9丁目2番7号
☎ 011-711-6110

- 札幌市東区介護予防センター栄町
- 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
- 訪問看護ステーション 禎心会東
- （60名/日）

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

- ホームヘルプサービスステーション 禎心会北
- 居宅介護支援事業所 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号
☎ 011-774-1131

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

ら・ぷらーさセンター

〒097-0017 稚内市栄1丁目24番1号
☎ 0162-29-4332

- 稚内市在宅介護支援センターぬくもり
- 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
- デイケアセンター ら・ぷらーさ（70名/日）
- 訪問看護ステーション あい
- 訪問リハビリステーション ら・ぷらーさ