

ひまわり

2022

夏

vol.101



特集

禎心会東センターと禎心会北45条在宅クリニックが 8月1日にリニューアル

●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。

 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

- 1 禎心会東センターと
禎心会北45条在宅クリニックが
8月1日にリニューアル

【禎心会インフォメーション】

- 5 特定看護師による診療の補助
 - 7 PETがんだックのご案内
 - 8 機能性神経症状
(身体表現性障害、解離性障害)
専門外来を行っています
 - 9 口、のどの機能低下に注意してください
 - 10 太陽の恵み
 - 11 コロナ禍で前進！「ICT(情報通信技術)を
利用した介護予防活動」のお話
 - 12 「人生会議」をご存じですか？
-
- 13 [連載] 言語療法の役割
 - 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

特集

禎心会東センターと 禎心会北45条在宅クリニックが 8月1日にリニューアル

禎心会東センターと禎心会北44条クリニックは8月1日、東区北45条東9丁目2番7号へ移転しリニューアルオープンしました。同クリニックは移転に伴い「禎心会北45条在宅クリニック」に、さっぽろ北口クリニックも同日、「禎心会さっぽろ北口クリニック」に改称しました。

TEISHINKAI
HIMAWARI Vol.101

介護保険、障がい福祉サービスのホームヘルパー事業を行っています。現在は介護福祉士のサービス提供責任者が6人、登録している派遣ヘルパーが14人、総勢20人の体制で運営しています。

職員研修を毎月行い質の向上に努めています。約150人の利用者さんのお宅に月約1000回訪問してサービスを提供し、日常生活が安心して快適に過ごせることができるよう援助しています。

ホームヘルプサービス ステーション 禎心会東

介護に関する相談援助と各種申請代行、サービスのコーディネートを行っています。東区、北区にお住まいで介護が必要な方、病院から退院する患者さんやそのご家族が安心して、ご自宅で生活ができるよう支援しています。経験豊富なケアマネジャー10人が300人以上のケアプランを作成しています。

居宅介護支援事業所 禎心会東

介護に関する相談援助と各種申請代行、サービスのコーディネートを行っています。東区、北区にお住まいで介護が必要な方、病院から退院する患者さんやそのご家族が安心して、ご自宅で生活ができるよう支援しています。経験豊富なケアマネジャー10人が300人以上のケアプランを作成しています。

在宅介護の複合センター

禎心会東センター

禎心会東センターは在宅介護の相談と介護サービスの複合センターとして、2003年9月に開設。2017年4月に旧禎心会病院3階へ移り、再び移転前に入居していたビルへ移転しました。

デイサービスセンター 禎心会東

約200人の利用者さんが登録し、1日平均62人の方が利用しています。定員70名の大規模なデイサービスで、専門の資格を持った職員が約30人、利用者さんの体と心が元気になるようサービスを提供しています。

リハビリも充実しており、作業療法士らが日常生活にスポットを当て、個別や小グループで行います。特に言語聴覚士による口腔衛生指導や口腔機能の評価といったリハビリが好評です。ホームページも充実しているほか、看護師や介護職員がチームを組んで利用者さんの健康観察や介護サービスを提供しています。

認知症を発症した方が安心して利用できるよう座席を配慮し、ご本人の不安や思い出話を傾聴、興味を持っている活動を通じ職員との信頼関係を築いていきます。認知症予防のレクレーションや脳トレ、趣味活動も充実させ、現在20種類の活動を行っています。

札幌市東区介護予防 センター 栄町

地域の皆さんが生き生きと元気に過ごすことができるよう、2人の社会福祉士が①介護予防教室の実施②介護予防等の相談窓口③地域の介護予防活動の支援—をしています。

ホームヘルプサービスステーション 禎心会東、3階がデイサービスセンター 禎心会東となりました。改めてそれぞれの事業内容を紹介します。



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>



◀ スマホはこちらから

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。

ご相談先

禎心会東センター

札幌市東区介護予防センター栄町

☎011-748-8484

居宅介護支援事業所禎心会東

☎011-711-6110

ホームヘルプサービスステーション禎心会東

☎011-711-6110

デイサービスセンター禎心会東

☎011-712-0915



禎心会北45条在宅クリニック

☎011-712-5161



住所: 札幌市東区北45条東9丁目2番7号

象者は「在宅で療養を行っている患者であって、疾病、傷病のために通院による療養が困難なもの」と規定されています。通院困難とは「独歩で家族・介助者の助けなくしては通院ができない」ことです。利用開始までの流れは次の通りです。

① 利用相談

かかりつけ医療機関のソーシャルワーカーや担当のケアマネジャーに利用希望を伝え

調整依頼。もしくはご家族などが直接当院に相談をする。

② 事前確認

かかりつけ医からの診療情報提供書、ケアマネジャーからの介護基本情報などを用意・提出し、当院が現状確認。ご本人、ご家族へ訪問診療に関する個別説明を行い、要望に合う診療内容か判断してもらう。

③ 利用手続き

「利用申込書」「健康保険証」な

どを提出し、手続きを行う。

④ 利用開始

ご本人、ご家族、ケアマネジャーと調整し、訪問診療日時を決定。医師・看護師が自宅へ訪問し診療を開始。

※訪問診療の利用希望はお気軽にお問合せください。担当者ご自宅までうかがい説明させていただきます。

さっぽろ北口クリニックは8月1日、「禎心会さっぽろ北口クリニック」に改称しました。診療体制、住所などに変更はありません。



今回のリニューアルに合わせ、新たなサービス提供を目的に次の機器などを導入しました。

インボディ

体の成分を分析する装置です。身体の中身と体(体重、筋肉量、体脂肪量、体脂肪率、体水分量、タンパク質量、ミネラル量、基礎代謝量、BMIなど)の課題を明確にし、それに沿ってリハビリのプログラムを立案し実施していきます。



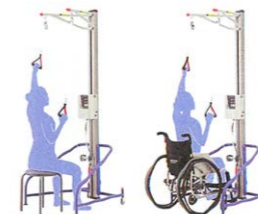
リカベンバイク

車いすの方でも有酸素運動ができます。認知症予防には有酸素運動など体を動かすことが効果的です。



オムニローダー

肩関節周囲の可動域訓練や筋トレの訓練マシンです。脳梗塞後遺症の利用者さんや車いすの方も安全にリハビリができます。



コグエボ

タブレットを使って、ゲーム感覚で認知機能別トレーニングが行えます。科学的根拠に基づいた認知機能別トレーニングと動的な認知機能チェックができます。



※ご興味のある方は送迎付きの見学や体験通所も承っています。移転後も皆様のご相談、サービスのご利用を心よりお待ちしております。

禎心会北45条在宅クリニック

訪問診療、往診を主体に

当法人は在宅医療を担うため旧禎心会病院内に2011年2月、在宅診療部を立ち上げ、同年6月に訪問診療に特化した禎心会東在宅クリニックを旧JR苗穂駅近くに開設しました。

その後、2015年11月、札幌禎心会病院の新築移転に伴い、旧禎心会病院1階へ居を変え、禎心会北44条クリニックとして外来診療も開始しました。今回、禎心会東センターとともに再び移転するのに伴い、禎心会北45条在宅クリニックに改称しました。移転先は北45条元園ゆたか公園西隣の東区北45条東9丁目2番7号で、これまでと同様、訪問診療と往診を主体とした診療を続けていきます。

保険診療上、訪問診療の対



札幌禎心会病院
看護師
科長
遠藤 雅史
(えんどう まさし)

特定看護師による診療の補助

当院は厚生労働省「特定行為に係る看護師の研修制度」により所定の研修を修了した「特定看護師」が特定行為を実施しています。

看護師の役割拡大

特定看護師は「診療の補助」として、21区分38行為の特定行為を実施できます。現在、当院には2人の特定看護師が在職しており、医師が予め作成した「手順書」を基に特定行為を行っています。

今、なぜ特定看護師が必要なのかというと、2025年には、団塊の世代が75歳以上となり超高齢化社会を迎えます。医療の高度化・複雑化が進み、医療資源にも限界があるため、国は今後の入院医療の在り方の見直しと在宅医療の推進

を目指しています。加えて、病床数の削減や医師・看護師不足も懸念されています。

こうした中、質が高く、安全な医療を提供するため、チーム医療の推進が必要とされています。それぞれの医療従事者が高い専門性を発揮しつつ、互いに連携し、患者さんの状態に応じた適切な医療を提供することが求められます。その中で看護師には患者さんの状態を見極め、必要な医療サービスを適切なタイミングで届けるなど、速やかに対応する役割の拡大が期待されています。

患者さん、医療者双方にメリット

入院中も在宅療養でも医師の到着を待たずに、患者さんの症状に合わせて適切な処置が行える実践力の高い看護師が増えることは、患者さんにとっても医療者にとってもメリットが大きいです。

患者さんにとっては、特定の行為を医師の指示を待たずにタイムリーに実施することで、症状の改善や悪化の予防につながります。病院内はもちろん、医師不足の地域にお住いの方、特に訪問診療を受けながら生活をされている方のメリットは大きいです。

一方、医師の働き方改革が提唱され、医師の業務軽減を図る必要があります。医師の業務が多く、現場へタイムリーに駆けつけることにも限界があります。手順書をもとに実施される特定行為によって、治療の遅れの防止と業務を軽減できます。

■当院で実施できる特定行為

点滴の管理

- 脱水症状がある場合に点滴の調整します
- 点滴による栄養管理が必要な場合に投与量を調整します

末梢留置型中心静脈注射用カテーテルの挿入

- 点滴用の注射針が入りにくい場合や薬剤の影響により血管に痛みを伴う場合などに挿入します

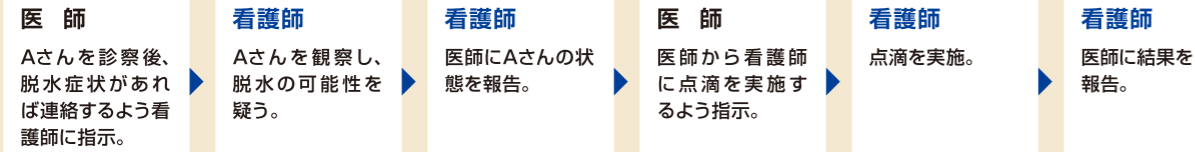
感染兆候がある場合の抗菌薬の臨時投与

- 尿路感染や肺炎など感染がみられた場合に抗菌薬を臨時投与します

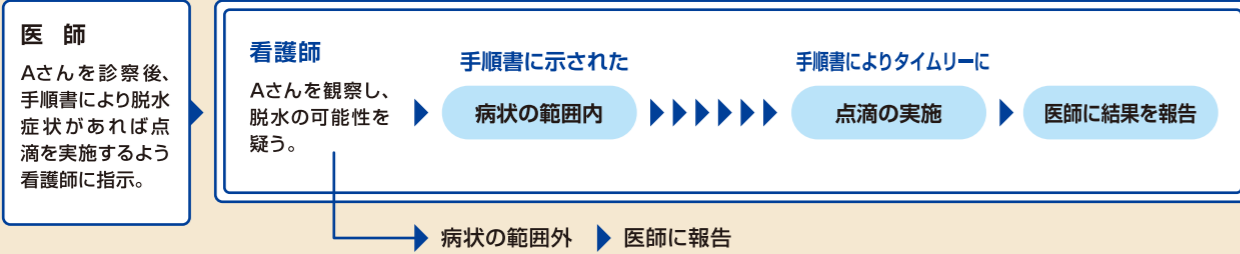
特定行為の実施の流れ (脱水を繰り返すAさんの例)

研修を受けるとこのように変わります。

研修受講前



研修受講後



特定行為研修の演習

活動を推進

4月に「特定看護師の活動を推進する委員会」を院内に立ち上げました。この委員会は医師をはじめ診療放射線技師や薬剤師、管理栄養士、医療安

患者さんのそばで病状の回復過程を観察しケアを行っている看護師は、必要な処置や治療が適時行われることを望んでいます。さまざまな処置や治療などを行っている医師の到着を待つことなく、特定行為が実践されることは、医療者としての満足感にもつながります。

全管理者、事務管理者、看護師の多職種で構成されています。委員会では安全に特定行為が実践されるために「手順書に関すること」「説明と同意に関すること」「実践の評価に関すること」などが検討されています。

私たち特定看護師は患者さんやご家族の立場に立ったわかりやすい説明を行い、「治療」と「生活」の両面から支え、切れ目のない看護、そして特定行為実践を行います。

特定行為を実施する際は特定看護師からも説明を行います。特定行為に関するご質問やご意見がありましたら、気兼ねなくお声掛けください。

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

機能性神経症状(身体表現性障害、解離性障害) 専門外来を行っています



榎心会
さっぽろ北口クリニック
神経内科
北川 まゆみ
(きたがわ まゆみ)

機能性神経症状は腫瘍や炎症などで神経が障害されていないのに、運動症状や感覚障害が生じる症状です。



これまで、「心の症状が身体
の症状として表現・転換さ
れる障害」という意味の身体
表現性障害、転換性障害とい
う病名で呼ばれていました。
しかし、最近になって、過敏
こだわりやすい、几帳面といっ
た生まれつきの気質に精神的
肉体的ストレスが加わり、「感
覚」「運動」「情動(快、不快、感
情)」を司る脳の領域の間に異
常なネットワークが作られて、

鎮痛薬で改善せず

運動症状とは脱力や麻痺
筋肉の強い突っ張り、震え、歩
けない、話せない、飲み込めな
いなどで、感覚障害は痛みや
しびれ、まぶしい、耳鳴り、よ
く見えない、聞こえないといっ
た症状です。

多彩な症状が出てくることが
わかってきました。
機能性神経症状は脳内での
異常信号が原因なので痛みを
感じていても、普通の鎮痛薬
では改善せず、その精神的ス
トレスによって、痛みが強くな
ったり、広がったりします。
痛みを感じると無意識に体に
力が入るので、筋肉痛が加わ
ります。本人には「力を入れ
ている」「自覚がないので、力が
入り過ぎることで、「手足がう
まく動かない」「手足がねじれ
る」などの機能性神経症状が
加わることもあります。
何かに夢中になっていると
きには症状が現れにくいのも
特徴です。脳は同時処理が苦
手なので、何かをしなければ
ならないときは不要な神経回
路は一時的に遮断されるから
です。

症状改善へ専門医受診を

症状が現れるメカニズムを
理解し、異常なネットワー

ご相談先

榎心会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

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

内での過剰な神経伝達を改善
させる抗てんかん薬などを併
用し、できるだけ症状を忘れ
るようにする、症状があるか
どうか自己チェックしないな
どの生活を心がけることで、
異常なネットワークの力を弱
め、症状を改善させることが
できます。
通常の検査で異常がなく、
「完璧主義」「真面目」「神経質」
「こだわりやすい」といった機
能性神経症状を生じやすい性
格であれば、その可能性を考
え早期に専門医を受診しま
しょう。当クリニックでは毎
週木曜午前に専門外来を行っ
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)

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。

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
意な臓器や部位があります。
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る
ことが必要となります。

当クリニックのPETがん
ドックは見逃しがないようP
ET検査のほかに、CT、M
RI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

同ドックでは問診から結果
説明まで、ご受診者一人ひと
りに専任担当者が付き常に体

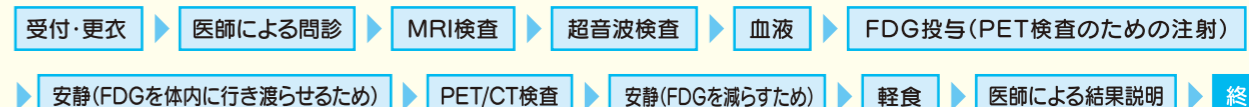
調へ気を配りながらご案内し
ています。

人間ドックを受けられる方
は、健康状態や検査に不安を
感じているケースも少なくあ
りません。不安や緊張から
検査中に体調が悪くなる方も
おりますので、少しでも緊張
を和らげ、体調変化を見逃さず
安心して検査を受けられるよ
う、いつも丁寧な対応を心掛
けています。

ドック同日の予約はできま
せんが、オプションとして大
腸CT検査も受けられます。
大腸CT検査は内視鏡を使わ
ない大腸検査で、CT画像か
ら仮想内視鏡と呼ばれる内視
鏡に似た画像を作って診断を
行います。

PETがんドックの基本
コース受診後に検査について
の事前説明を受けて頂き、検
査2日前から食事制限及び前
処置を行っていただきます。

PETがんドックの流れ(完全予約制で所要時間は約5時間)



ご相談先

セントラルCIクリニック

☎0120-505-118 (PETがんドック専用コールセンター)

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桂和1階

詳細やパンフレットなど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。

太陽の恵み

新型コロナウイルス感染予防ため、外出自粛が続いて家へ引きこもりがちになり、太陽光を直接浴びる機会が少なくなっていると実感します。



老人保健施設ら・ぷらーさ
看護科
看護師 主任
坪田 千晴
(つばた ちはる)

ビタミンDとセロトニン
太陽光は美容面では紫外線が肌に当たると「シミができる」「テマリットな方に思いがちですが、実は私たちの心身にさまざまな恩恵をもたらすことがわかっていきました。
一つ目は「ビタミンDの生成」です。基本的にビタミンは体内で作ることができず、食事などからしか摂ることができません。しかし、太陽光が肌に直接当たることにより、ビタミンDが体内で生成されます。ビタミンDが作られると全身の免疫力アップが期待でき、風邪や病気にかかりにくくなるのに加え、アレルギーの抑制や感染症の予防といったさまざまなメリットがあります。

骨も強くしてくれます。ビタミンDが不足すると骨密度が低下し、骨粗しょう症や骨折などの原因になってしまいます。筋肉を維持する役割も担っているのです、特に高齢の方は足腰の衰えを防ぐためにも必要な栄養です。
二つ目のメリットは「セロトニンの生成」です。太陽光に当たりセロトニンが分泌されると、夕方以降に脳内でメラトニンに作り替えられます。メラトニンは「睡眠ホルモン」と呼ばれ、多ければ多いほど睡眠の質が上がります。良質な睡眠は夜中の成長ホルモンの分泌を促進し、細胞の代謝機能などを高めてくれます。セロトニンは心の安定を保ち、ストレスを感じたときに気持ちを整えたり、自律神経のバランスを調整したり、情緒を安定させてくれます。

体内時計をリセット

朝起きて太陽光を浴びると体内時計がリセットされ、活動的になれます。太陽光を浴びず体内時計が乱れると不眠や生活習慣病になりやすくなります。
では、どのように太陽光を



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

口、のどの機能低下に注意してください

「むせる」とは食べ物や唾液が食道ではなく、隣の気管に入ることによって気管が刺激され咳が出ることをいいます。



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
佐々木 礼香
(ささき あやか)

① おでこ体操



軽く下を向き、おでこに手のひらをあてます。手はおでこを押すように、おでこはその手に負けないよう押し返します。

② あご上げ体操



軽く下を向き、両手の親指をあごの下にあてます。親指はあごを押し、あごはその親指に負けないよう押し返します。

むせやすさはサインかも

「口やのどが衰える」ということを聞いたことはありませんか。口やのどは呼吸や食事、発話と非常に重要な行為に関わる器官です。「最近むせやすくなった」という方は、もしかしたら口やのどの機能が低下しているサインかもしれません。食べ物や飲み込みやすくとめられてからのどの方へ送り込まれます。途中までは呼吸と同じ道を通りますが、その先は気管と分かれた食道へ入っていきます。

では、どのようにして食べ物は気管ではなく食道を通ることができるようか。のどを外から見るとのど仏があります。ごくと飲み込むときに、こののど仏は持ち上がり、その際、のどの内部では食物が気管に入らないよう蓋がされます。いかにしっかりとこのど仏が持ち上がるかがちゃんと蓋ができるかに関わるのですが、加齢とともに筋力が低下するとこの力も弱ってきてしまいます。すると、蓋が閉まりきらなくなったり、タイミングがずれたりして、食べ物や飲み物が気管に入りむせにつながります。吐き出し切れないと、誤嚥性

肺炎になり、命を落とすこともあります。このように口やのどはとても重要な働きをしていますので注意してください。

筋力で鍛える

弱ってきた口やのどは足腰と同じように筋力で鍛えることができます。今回は2つの方法をご紹介します。どちらものどあたりに力が入っていれば大丈夫です。いつまでもおいしく食べて健やかに暮らしていくためにも、口やのどにも注目してください。

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

「人生会議」をご存じですか？

ACP(アドバンス・ケア・プランニング)の愛称を「人生会議」と言います。



居宅介護支援事業所ら・ぱーす
介護支援専門員
係長
廣瀬 由紀
(ひろせ ゆき)



自分の意向を共有

ACP「人生会議」とは、将来自身が病気になるったり介護が必要になったりしたときに備え、これから誰とどのように過ごしたいか、希望する医療や介護のことなどについて、家族や大切な人、医療・介護関係者とともにあらかじめ考え、話し合う過程のことを言い、厚生労働省は人生会議の普及、啓発を行っています。

「人生会議をやってみよう」と考える方は多くないと思います。「縁起でもない」「知りたくない」「考えたくない」という方もいると思います。

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禎心会東

☎011-711-6110

住所:札幌市東区東45条東9丁目2番7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

☎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

私もACPの勉強をするまでは、「もしものときは…」と、真剣に考えたことはありませんでしたし、そのときの状況や環境、精神状態によっても変わってくると思っています。もし、自分で意思決定ができない状況になっても、何を大切にしたいと思っているか、これまで何を大事に生きてきたか、望む生活や医療、介護について、家族や信頼できる人と一緒に共有することにより、皆さんの希望に近い選択をしてくれるでしょう。

そして、気持ちなどに変化があった際は、何度でも繰り返し話し合いを持ち、その内

価値観、望みを尊重

私たちが介護支援専門員(ケアマネジャー)は介護サービスが必要になった際、利用者さんやご家族が大切にしている価値観や望む暮らしを尊重し、自分らしく生活できるように医療関係者や介護関係者と一緒に支援していきます。

そのために、勉強会や研究会などに参加し、質の高いサービスを提供できるよう努力しています。何かありましたら、お気軽にご相談ください。

コロナ禍で前進！ 「ICT(情報通信技術)を利用した 介護予防活動」のお話

コロナ禍の中、オンラインによる介護予防教室が普及しています。



札幌市東区介護
予防センター栄町
社会福祉士
主任
若本 さおり
(わかもと さおり)

非接触型教室を実施

札幌市委託事業として平成18年度から介護予防センターが東区に8か所設置され、当法人の介護予防センターは東西地区を担当し、介護予防に関する相談対応と介護予防教室を地区会館等で開催してきました。

しかし、コロナ禍で開催を見合わせたり、感染対策のため人数制限を設けたりするなど、介護予防教室の形が一変しました。

このような状況の中、前進したのがオンライン教室です。従前は介護予防教室と言えは対面型でしたが、現在はICT(情報通信技術)を利用した非接触型教室にも取り組んでいます。

縮まる距離感

当センターは昨年6月からオンライン教室を週1回開催しています。現在6人のシニア

アの方がご自宅でパソコンやスマートフォン、タブレットなどを使用し、口腔体操や脳トレに取り組み、センターからの情報提供や参加者同士の情報交換などを約1時間楽しんでいきます。

初めて参加する方にはソフトウェアのインストール方法の資料をお渡しし、セットアップした後、職員と一対一でオンラインの練習を行います。初めてつながったとき、参加者の方は感動し、この上ない達成感で満たされています。何度も味わいたい瞬間です。

教室本番に声が届かないなどのトラブルが発生することはありますが、参加者がトラブルの解消方法について画面越しにジェスチャーで伝えるなど、回数を重ねるごとに、オンライン上のつながりでもお互いの距離感が縮められていきます。

シニアの方がICTを利用するにはさまざまなハードルはありますが、ご家族や身近な方の



サポートがあると気軽に親しめると実感しています。ソフトウェアのインストールをお手伝いしていただくことが、シニアの方のオンライン活用の一歩につながっているようです。

趣味活動や暮らしをもっと便利にするため、まずは「すこやか倶楽部・オンライン」を窓口でICTを利用してみませんか。どうぞお気軽にご相談ください。

ご相談先

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45条東9丁目2番7号

暑い夏、カレー風味の料理はいかがですか？

鶏と夏野菜の南蛮漬け風

カレー粉に使われるスパイスは食欲増進効果が期待でき、暑くて食欲がない夏にこそおすすめです。ほかにも発汗、新陳代謝促進、疲労回復などの作用もあるとされており、夏バテ予防にも効果的です。

今回はいつもの南蛮漬けをカレー風味にアレンジし、旬の夏野菜をたっぷりと使いました。カレーの香りが食欲をそそり、夏野菜が体を冷やす、暑い夏にぴったりのメニューです。毎日しっかり食べて、夏をのりきりましょう！



札幌禎心会病院

栄養科
管理栄養士

早坂 愛
(はやさか あい)



作り方

- 1 鶏もも肉は皮を取り除いて一口大に切り、塩コショウをふって片栗粉をまぶす。ナスは乱切り、パプリカは細切りにする。オクラはがくをとる。カボチャは薄い半月切りにしてから耐熱容器に入れ、ラップをかけて電子レンジで1分程度加熱しておく。ミニトマトはヘタを取りさっと湯にくぐらせて湯むきしておく。
- 2 フライパンに油を熱し、ミニトマト以外の野菜を炒める。火が通ったらいったん取り出す。
- 3 フライパンに多めの油を熱し、鶏もも肉を揚げ焼きにする。肉に火が通り、焼き色が付いたら取り出して油をきっておく。
- 4 耐熱ボウルに南蛮酢の調味料を入れて混ぜ合わせ、電子レンジで加熱する。
- 5 ミニトマトと②、③を④の調味液に入れて混ぜ合わせ、味をなじませる。
- 6 粗熱が取れたら器に盛って、完成。

材料 [2人分] 1人分:418kcal

鶏もも肉	1枚(250g)
ナス	2本
オクラ	4本
ミニトマト	4個
パプリカ	半分
カボチャ	かぼちゃ
サラダ油	適量

南蛮酢

だし汁	大さじ4
醤油	大さじ1.5
砂糖	大さじ1.5

連載

言語療法の役割



「第1回」 がんと難病

皆さんは「言語療法」という言葉をご存じでしょうか。今号から3回に渡り、言語療法について病気別に説明します。第1回は「がんと難病の言語療法」です。

訪問看護ステーション
禎心会東

言語聴覚士
斉藤 ゆき
(さいとう ゆき)



がんの言語・摂食嚥下障害

がんの中でも主に頭や喉、口、顔のがんによって言語・摂食嚥下障害の症状が現れます。脳腫瘍は病巣が言葉をつかさどる神経に影響していれば失語症が、運動の神経だと喉や顔、口の麻痺が出ます。喉や口、顔のがんによる喉頭や舌、食道などの運動機能の障害で構音障害や摂食嚥下障害が現れます。



難病の言語・摂食嚥下障害

難病には筋萎縮性側索硬化症や脊髄小脳変性症、パーキンソン病など、さまざまな病気があります。これらの病気によって口や喉が徐々に動きにくくなり、構音・発声・摂食嚥下障害になります。同じく進行する病気の認知症でも失語症が現れることがあります。



話す、食べるを あきらめない

病気や症状により、みられる障害はさまざまです。言語療法はそれぞれの病気や症状に合わせて行います。

失語症であれば、「話す」「聞く」「読む」「書く」ことの練習、構音障害の場合は声を出す練習や発音練習をします。同時に自宅でできるリハビリやコミュニケーションを取る方法の提案や相談も行います。食べ難くなった方には、食べるための運動や食べやすい食事、食事の仕方の相談など

に対応します。胃ろうや腸ろうの方でもケースによっては練習を行うことが可能です。いずれのリハビリもご本人、ご家族と話し合いながら、生活環境に合わせた方法を考えで行っています。

がんや難病は再発や進行により、徐々にその症状が変わっていく可能性があります。しかし、最後まで話すこと、食べることをあきらめないで、ご本人やご家族に寄り添いながらリハビリをしています。



地域医療 連携施設の ご紹介

私たちは、
近隣の先生方、
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]

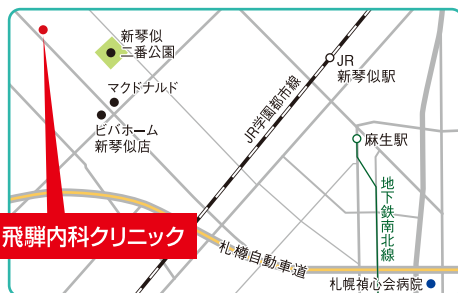
内科、消化器内科、糖尿病内科、内分泌内科

〒001-0902

札幌市北区新琴似2条11丁目7-7

☎011-769-8002

<http://www.hidanaika.jp/>



院長
飛驒 昌彦 先生
(ひだ まさひこ)

副院長
飛驒 陽子 先生
(ひだ ようこ)

飛驒内科クリニック

Q 施設の特長を教えてください。
A 内視鏡、超音波、血液検査、

私(副院長)の専門は糖尿病、内分泌疾患です。定期通院が必要な患者さまにとって、通院が少しでも楽になるよう考え、治療を行っています。

Q 診療方針を教えてください。
A 地域の各科の先生方と連携を取り、患者さま一人ひとりに合わせた外来診療を実践しています。私(院長)は消化管、肝臓疾患を専門としており、画像診断には一層、力を入れて早期診断・治療ができるよう日々、努めています。北海道が指定する「肝疾患に関する専門医療機関」に認定されています。

Q 対象疾患を教えてください。
A 一般内科から消化器病や肝臓病、糖尿病、甲状腺疾患を含めた内分泌疾患の患者さまを診ています。健康診断や各種予防接種も行っています。



読者にメッセージを。
火・木曜日はお昼休みを除き8時30分から19時まで診療をしています。どんなささいなことでも、不安に思うことなど何でも聞いてください。

大腸内視鏡は大腸がんや他の大腸疾患の診断のために行います。ポリープの形態(大きさや形)によってはそのまま内視鏡による切除手術を行うことも可能です。

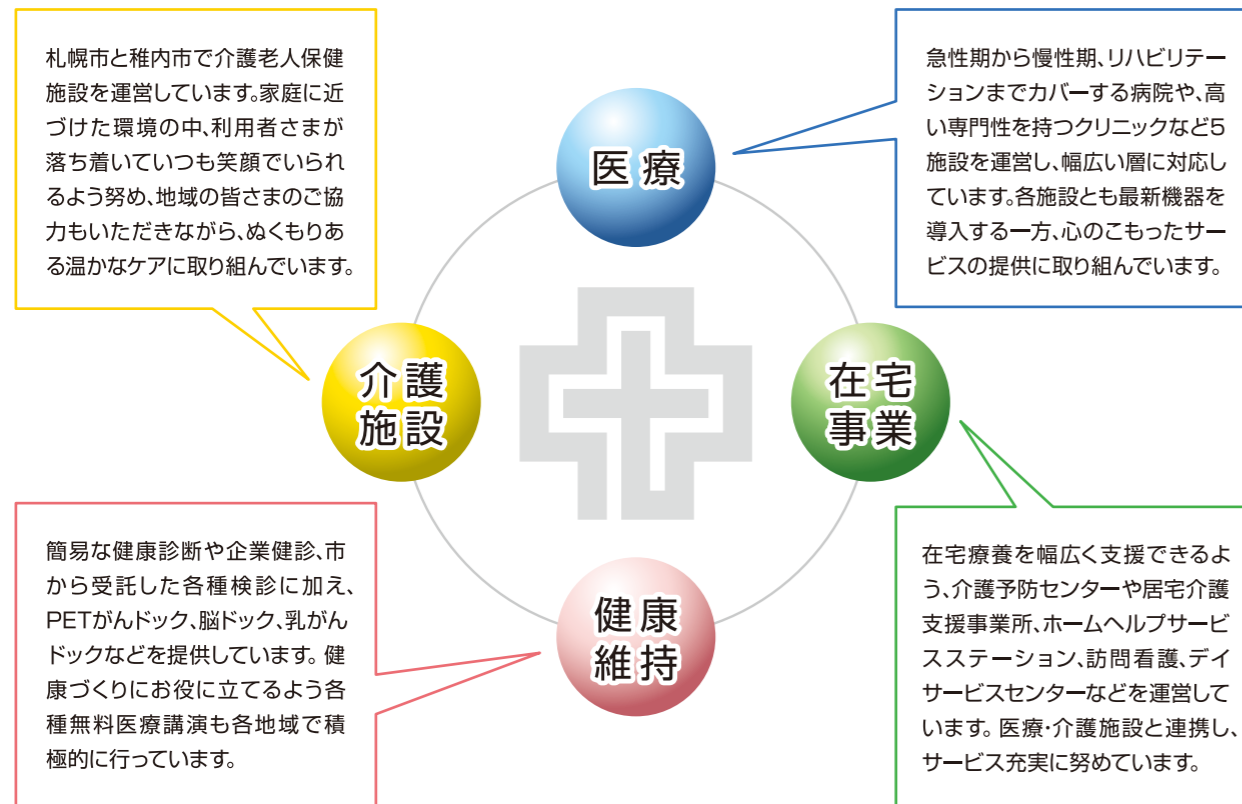
胃内視鏡検査は苦痛の少ない経鼻内視鏡を導入し、経験豊富な看護師が前処置から内視鏡介助まで一連に対応しています。検査後は診察室の大きなディスプレイで内視鏡写真を見ながら、ゆっくり説明を聞くことができます。

レントゲンの各機器のほか、同時に4人まで点滴ができる点滴室を用意しています。座ったままでの点滴が可能なリクライニングシートもあります。

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 <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 ●禎心会さっぽろ北口クリニック ●禎心会北45条在宅クリニック 	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 禎心会

<https://www.sw-teishinkai.jp>

ケアセンター山の手 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 札幌市北区百合が原3丁目1番1号 ☎011-702-1152
ケアセンター栄町 札幌市東区北47条東17丁目1番1号 ☎011-789-1152	ケアセンターら・そしあ 札幌市北区新川1条6丁目3番3号 ☎011-768-6111

TOPICS 1

札幌禎心会病院、3年振りに「第6回FEN」を開催

札幌禎心会病院は「第6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10日から14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、改称を経て発展してきました。過去2年は新型コロナウイルス感染防止のため中止しており、3年振りの開催となりました。



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物合デモ実習)も行い、5日間で国内を含む10の国から70人が参加しました。今回はコロナ感染防止のため手術見学は取り止めライブ映像の視聴のみで対応しました。

TOPICS 2

ら・ぱーす、納涼祭を実施

介護老人保健施設ら・ぱーすは入所者さん、利用者さんに季節を感じながら余興などを楽しんでもらおうと、納涼祭を7月に施設内で実施しました。



入所は各フロアで2日間行い、昼食に夏を感じる特別食を提供したほか、神輿や盆踊り、ヨーヨー釣り、ボウリングに加え、プロジェクターで花火を投影。一方、デイケアはデイフロアで3日間に渡り、トロピカルジュースやかき氷、フルーツポンチ、ソフトクリーム、フランクフルトを振舞ったほか、射的やボールペンゴ、コイン落としなどを楽しんでもらいました。

TOPICS 3

ら・ぱーす、オンラインでカルチャーナイトに参加

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2022」にオンラインプログラムで参加しました。

プログラムタイトルは『スウェーデン生まれの究極の癒し術「タクティールケア」って知っていますか?』で、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、優しく触れることで不安や痛みを和らげる補完療法「タクティールケア」について解説しました。

札幌市は6月下旬、ホームページに専用ページ「熱中症に気をつけましょう」を設け、注意喚起をしています。熱中症は高温の環境で、体内の水分や塩分(ナトリウムなどのバランスが崩れたり、体温の調節機能がうまく働かず起こる症状です。予防は「水分補給」と「暑さを避けること」。水分と適度な塩分をこまめに補給し、室内の温度、湿度を常に気に掛け、日陰を選んで歩く、日傘や帽子を利用する、部屋の直射日光を防いで風通しを良くするなどの対策をしてください。熱中症になりやすいとされる暑さに慣れていない人、幼児や高齢者、肥満の人、持病があったり体調が悪い人は注意が必要です。中でも高齢の方は温度に対する感覚が弱くなるため、喉が渇かなくても水分補給する、暑さを感じなくても室内の温度調整をするなどを心がけましょう。

(三上)

編集
後記

心に寄りそう、医療と介護をめざして。



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。

札幌榎心会病院

〒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
- ・皮膚科
- ・泌尿器科
- ・糖尿病内科
- ・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 札幌メディケアセンタービル桂和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



榎心会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



榎心会北45条在宅クリニック

〒007-0845 札幌市東区北45条東9丁目2番7号 ☎ 011-712-5161

在宅療養される地域の方々に支援します

- 科目
- ・内科



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)



稚内榎心会病院

〒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 🔍

榎心会東センター	〒007-0845 札幌市東区北45条東9丁目2番7号 ☎ 011-711-6110
● 居宅介護支援事業所 榎心会東	● ホームヘルプサービスステーション 榎心会東
● デイサービスセンター 榎心会東(70名/日)	● 札幌市東区介護予防センター 栄町
榎心会北センター	〒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 榎心会北	● ホームヘルプサービスステーション 榎心会北
● 訪問看護ステーション 榎心会北	
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 榎心会東
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)	