優しさのおもてなしを

ホスピカインド

vol. 78
2023 SPRING

ホスピカインドとはhospitality（親切なもてなし）とkind（優しさ）の２つの単語を合成した造語です。翔仁会の願いがこめられています。
この情報紙は輪厚三愛病院の機関紙です。

西部地区 体力測定会 初開催！

STリハビリについて

脱水症とは？

法人内機関紹介

居宅支援相談センターきぼう

北広島市にし高齢者支援センター

研修会参加のお知らせ

翔仁会グループ
経営（診療）理念

『夢』

すべての利用者様に医療・福祉を介して
「夢」を実現する。
（「夢」とは心が満たされることである。）

輪厚三愛病院 基本方針

私たちは患者様とご家族様に、『夢』を提供します。
患者様とご家族様の笑顔が私たちの『夢』です。

1 私たちは、利用者様の尊厳と権利を重んじ、常に謙虚な気持ちで接します。
2 私たちは、プライマリーケアの精神を尊守し、実践します。
3 私たちは、プロとしての自覚をもち、質の高いサービスを提供します。
4 私たちは、常に最新の知識を学習し、自己研鑽の努力を怠りません。
5 私たちは、*ＥＢＭに基づき、インフォームドコンセントに努めます。
6 私たちは、よい職場環境を構築し、チーム医療を円滑におこないます。

＊EBM（Evidence Based Medicine）実証に基づいた医療

西部地区 体力測定会 初開催！

体力測定会の内容　2023-3-23　西部地区体力測定会

西部地区体力測定会は今回初開催でした。
歩いて行ける場所で体力測定会を開催したいと考え、西部地区のキーパーソンである2名の民生委員の方と支援センター職員が事前打合せをし、地域住民へ周知。その結果、当日は10名が参加されました。

測定内容：９項目

@元気生活チェックシート　@TUG（歩行能力テスト）　@ファンクショナルリーチ　@握力　@長座体前屈
@5回立ち上がりテスト　@開眼片足立ち　@発声持続テスト　@5m歩行　@身長・体重

スタッフ

輪厚三愛病院の理学療法士、言語聴覚士、市内の各高齢者支援センター職員

測定会の流れ

①体力測定　→　②グループワークで本日の振り返り、参加者の元気の秘訣等を情報交換

体力測定会の目的

- ◆ 現在のご自身の体力を知ってもらう。
- ◆ 目に見えた測定値から、健康について意識してもらう。
- ◆ 体力の低下を感じた方は、ご自身でどのように改善したいか考えてもらう。

参加者の声

- Aさん　コロナ禍だったので、今日は久々に皆さんとゆっくり話ができた。
- Bさん　総合体育館は遠くて行けないが、週1回～2回スポーツジムのような場所が近くにあると良い。エスポワール北広島デイケアの器具を利用できるといいなあ。1回500円まであれば支払い可能。
- Cさん　輪厚三愛病院へ受診すると知人に会え、楽しみにしている。
- Dさん　外に出る機会は少なくなったが、音楽を聴きながら、自宅内で運動をしている。階段昇降や足踏み。韓国ドラマを見ながら足踏みをしている。
- Eさん　万歩計をつけている。スーパー内も歩いている。毎日散歩している。体力をつけて孫と出かけられることを目標にしている。
- Fさん　体力測定会は雪がとけた時期に開催してくれると参加しやすい。

～終わりに

今回の体操教室は、輪厚三愛病院のリハビリ職員が講師として参加しました。
北広島市にし高齢者支援センターでは、今後も法人内の翔仁会職員と協働し、地域住民の方がお元気でいられる働きかけをしていきたいと考えております。

STリハビリについて　第１弾

STとは、“言語聴覚士”　Speech-language-hearing therapistの略です。「言葉を話す」「理解する」「ご飯を食べる」「水分を飲む」など当たり前のようにしている生活が、病気や事故、年齢を重ねることで上手くできなくなることがあります。そんな時、リハビリの力に頼ってみてください。

当院には、現在5名のSTが在籍しています。STリハビリは、言葉を主としたコミュニケーションに関する問題や、食べる・飲み込む事に関する問題について、検査、評価、訓練の提供、助言・指導などのリハビリテーションを提供します。

食べる・飲み込むリハビリ「摂食嚥下リハビリテーション」について

摂食嚥下リハビリテーションとは

食べる・飲み込む事に関する問題としては「呼吸機能」「口腔機能」「嚥下機能」「認知機能」の問題が挙げられます。これらについてしっかり評価を行い、目標を立てて、訓練を立案します。安全に、かつ患者様に合った内容の栄養手段・食事形態・食事環境を検討していきます。

具体的な訓練の内容

口腔内の状態を整え、口唇・舌・頬・喉の機能向上のためのトレーニング等、食べ物を使わない「間接的嚥下訓練」(写真①)や、少量の水分やゼリーを飲み込んだり、固いものを咀嚼・飲み込む練習など実際に食べ物を使う「直接的嚥下訓練」(写真②)、食事形態や姿勢を調整したり、食べ方の工夫などをする「環境調整」を行います。

（写真①）

（写真②）

当院でできる嚥下検査について

当院では、嚥下造影検査、嚥下内視鏡検査がありますが、主に嚥下造影検査を行っています。対象となる方は、脳血管疾患、廃用症候群、認知症、神経筋疾患、加齢、薬剤副作用の方など多岐にわたります。

嚥下造影検査(写真③)

X線を当てながら、バリウムでできた飲食物を飲む検査です。

実際に飲食物が喉を通る状態をレントゲンで確認することで、嚥下の状態などを確認します。

嚥下内視鏡検査

鼻から内視鏡カメラを入れて「喉」を観察します。喉の奥にカメラを入れた状態で、食べ物を食べていただき「食道の入口、気管の入り口」の様子を録画して飲み込みを確認する検査です。

（写真③）

当院の嚥下外来について

自宅や施設にて生活されている方などに、ムセ込みが増えた・上手く食べられない、などの様子がみられた場合、ケアマネージャーや病院外来、病院相談員等を通して、必要に応じて当院外来受診された後、嚥下造影検査の実施を行っています。検査にて食べ物の形・大きさ・軟らかさや、姿勢の違いによる嚥下動態の評価を行い、その方に合わせた食材や摂取方法、自主トレーニング方法等のご提案をさせていただきます。

脱水症とは？

水と電解質で構成される体液が汗で失われ、
その補給が出来ない場合に生じます。

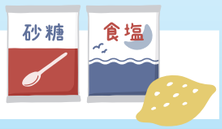
脱水症状例～大量の汗、のどの渇き、めまい、吐き気、尿量減少、頭痛、ふらつき）

セルフケア

こまめに水分をとる。

緑茶、ウーロン茶やアルコールは、利尿作用がある為、塩分を含んだイオン飲料、ポカリスエット、経口補水液、麦茶が適しています。

経口補水液の作り方	水500mlに砂糖20ｇ、食塩1.5ｇを入れて完成です。 ※レモン汁を少し加えると飲みやすくなります。



脱水症の改善. 治療目的には、水分吸収速度が早い経口補水液が有効です。軽度の脱水の場合は口から補う方法で対処出来ますが、高度の脱水（意識障害がある、呼びかけの反応がおかしい等）では無理に飲ませず医療機関を受診して下さい。

脱水症の予防法

1．温度、湿度の調整

部屋に温度、湿度計を置き、室温28度を超えないように、エアコンや扇風機を上手に使いましょう。

2．衣服の調整

外出時は体をしめつけない涼しい服装で、日よけ対策もしましょう。

3．水分摂取

こまめの水分摂取、運動後等大量の汗は、適度な塩分を含むスポーツドリンク等をお勧めします。

法人内機関紹介

居宅支援相談センター きぼう

居宅ケアマネジャーの
１日についてご紹介します。

ある男性ケアマネの１日

【 8:50】 始業・朝のミーティング
【 9:00】 部署内での定例会議（週１回）
【10:00】 １件目の訪問（モニタリング）
【11:00】 ２件目の訪問（モニタリング）
【12:00】 お昼休憩
【13:30】 ３件目の定期訪問（サービス事業所を交えての会議）
【14:30】 デスクワーク
【17:15】 終業

繁忙期によっては終日外勤に出ていることもありますが、事業所に不在の際でも緊急の要件の場合は、「きぼう」のグループLINEを活用して情報共有の効率化を図っております。

さて本題です。
今、ケアマネジャーは成り手が減少しており、北広島市だけではなく介護業界全体の課題になっています。
ケアマネジャー業務の魅力のひとつは「多くの人と出会えること」です。「人」が好きな人、更に「調整」が得意な人にはケアマネジャーの仕事は最適といえます。共感や興味を示してくれる方は是非居宅支援相談センターきぼうまでお問い合せください。

北広島市
にし高齢者支援センター

北広島市にし高齢者支援センターは、2021年11月からInstagram、facebook、Twitter、YouTubeといったSNSの運用を開始しました。

新型コロナウィルスの蔓延により不要不急の外出を自粛するように騒がれていた頃で、支援センターの各種活動も制限されていました。そうした中で「何かやってみよう」と思い立って取り組んだのがSNSでした。当初は手探りでしたが、不特定多数の人が利用しているSNSは、これまで縁のなかった方達に支援センターの取り組みを知ってもらえたり、ポジティブな投稿をすることでたくさんの方から応援をしてもらうことができました。

他にも、SNSを活用することで周知活動を常に意識することができるようになりました。また、見る人の目線になって、文章の組み立てや情報の編集をする技術も身に付いたように感じます。このようにSNSに取り組んで得られた成果は想像以上でした。

自分たちの取り組みや素晴らしい人との出会いを世の中の人に知ってもらえるのがSNSでした。SNSのメリットを最大限に活かして、今後も多くの人に北広島市にし高齢者支援センターを知ってもらえるように努めます。

YouTubeチャンネル　Instagram　Twitter

研修会参加のお知らせ（令和４年11月～令和５年３月）

内　　容	所　属	人数
日本医療法人協会セミナー	医局	1
山口市 休日・夜間急病診療所視察・研修	医局	1
第27回スポーツ傷害フォーラム	医局	1
北海道看護協会札幌第3支部 医療安全特別委員会研修	看護部	1
北海道看護協会 令和4年度 北海道看護研究学会	看護部	1
北海道看護協会札幌第3支部 ご遺体の尊厳とグリーフケア講演会	看護部	1
呼吸の「わかりません！」をマンガとアウ値で解決するセミナー	リハビリ科	1
喉頭挙上にフォーカス～喉頭挙上不足＝頭部挙上訓練でいいの？	リハビリ科	1
ZOOM講座 見逃すな 最適な嚥下訓練と食事形態の調整	リハビリ科	1
地域理学療法 臨床認定カリキュラム	リハビリ科	1
年金委員事務講習会	経理課	1
感染症予防Web研修会プログラム	保育所	3

通所リハビリ、訪問リハビリ
認知症対応型通所介護
短期入所（ショートステイ）
中期入所（ミドルステイ）
居宅介護支援
地域包括支援センター

在宅サービス

翔仁会では、
医療・看護・リハビリ・介護について
包括的、継続的に在宅支援の
お手伝いをさせていただきます！！

輪厚三愛病院

入院
外来（通院）
訪問診療
訪問看護

介護施設

老健エスポワール北広島
グループホーム雪ぼうし
介護付有料老人ホーム
悠々

訪問看護ステーション リエゾン

- 日々の健康管理、相談
- 日常的な看護、医師の指示による医療処置や管理（痰吸引、胃ろう、尿カテーテル、在宅酸素など）
- 療養生活や介護方法の助言
- 内服管理
- 在宅でのリハビリテーション
- 認知症のケア、ターミナルケア etc

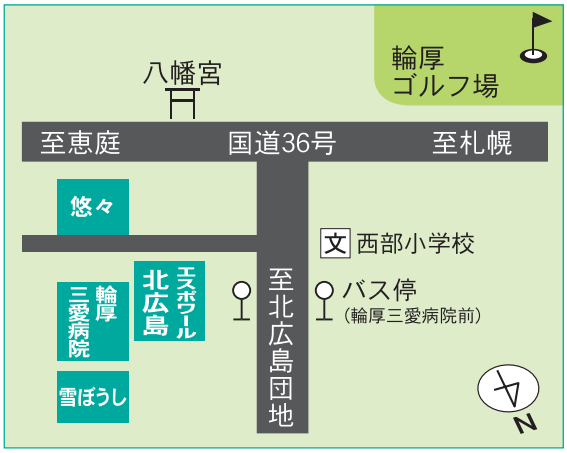
リハビリテーション

理学療法　作業療法　言語聴覚療法

ご紹介と案内図

翔仁会

輪厚三愛病院	TEL (011)377−3911
介護老人保健施設 エスポワール北広島	TEL (011)376−3911
訪問看護ステーション リエゾン	TEL (011)376−0505
居宅支援相談センター「きぼう」	TEL (011)376−3911
北広島市にし高齢者支援センター	TEL (011)370−3922
グループホーム「雪ぼうし」	TEL (011)377−3914
介護付有料老人ホーム「悠々」	TEL (011)377−1101



外来

医師	消化器科	對馬　伸泰	村上　研
		寺本　順子	沼田　隆明
	整形外科	安念　俊二	（午前のみ）
	皮膚科	松坂　英信	（月・木 午前／午後） （火・金 午前のみ） ※水曜日休診
	循環器内科	本間　之子	（金曜日午前のみ）
	脳神経内科	枝村　正人	

診察時間／午前　9：00 ～ 12：00
午後　1：00 ～ 5：00
土曜・日曜・祝日休診

歯科

医師　對馬眞智子

診察時間／午前　9：00 ～ 12：00
午後　1：00 ～ 5：00
土曜・日曜・祝日休診

翔仁会ホームページ
http://www.shojinkai.or.jp

院長ホットファックス　011−377−7790
院長へ直通のファックスダイヤルです！何かお気付きの点がございましたらお気軽にご利用くださいませ。

ホスピカインド vol. 78 2023 SPRING
発行日　令和５年４月28日
編　集　医療法人社団　翔仁会　〒061-1264 北広島市輪厚704
TEL　011-377-3911　FAX　011-376-3526