

優しさのおもてなしを

# ホスピカインド

vol. 84  
2025 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。

## 身近な人に介護が必要になったら...

病院看護師の一日

インドネシアからのスタッフ紹介 vol.2

地域の健康教室へ出動!!

オーラルフレイルとは???

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。)

## wyvr 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

# 身近な人に介護が必要になったら...

医療

障害

福祉

お金

家族

病気

施設

介護



家族や身内の介護の問題は、突然、やってきます。

介護保険の認定を受けていないケースがほとんどで、どのように申請をすればよいのかもわからない方が多いようです。2例を紹介しますので、ご自身や周りで困っている方がいましたら、ぜひ参考にしてみてください。

## 事例.1

### 《Aさんの父親の場合》



道北の町で一人暮らしをする父親が数か月前に体調を崩し緊急入院となった。

一時は危険な状態だったが幸い回復し、そろそろ退院してもよいとの許可が。今までは家事を難なくこなしていたので、介護保険の申請はしていない。

3年前に妻を亡くし、全くの一人暮らし。在宅で介護保険のサービスはどうやったら受けられるようになるのか、まったくわからない。



## 事例.2

### 《Bさんの母親の場合》



一年ほど前からなんとなく、母親の様子がおかしかった。あれがない、これがない、と言い始めたり、奥の部屋に誰もいないのにお客さんがいる、と言ったり。とうとう先日はいつも歩いて行くスーパーから帰ってこられなくなり、警察に保護された。自分の母親が「認知症ではないか?」とはどうしても認めたくないし、周りの人に知られたくない…。けれど、同居している父親も疲れ果てており、もうなんとかしなければ、けれど、どこに? 誰に相談したらよいのか? 市役所でよいのか?



そんなときは!

そんなときは!

### 進め方の例 《Aさんの父親の場合》

父親は現在入院中なので、まず、**入院先の相談員に介護保険の申請をしたいと相談してみる**のが良いようです。退院直後から、在宅で困らずに生活できるように、病院とケアマネージャーが連携しながら準備を進めてくれます。

※入院先の相談員とは：医療ソーシャルワーカーです。



### 進め方の例 《Bさんの母親の場合》

まず、**市役所、区役所、などの介護保険の係に連絡**を入れ、相談、もしくは、Bさんの母親の住所を伝え、その管轄の高齢者支援センターを教えてもらうのが良いと思います。

支援センターに連絡することで、専門の相談員や民生委員が関わってくれたり、いろいろな道が開けて行くと思います。



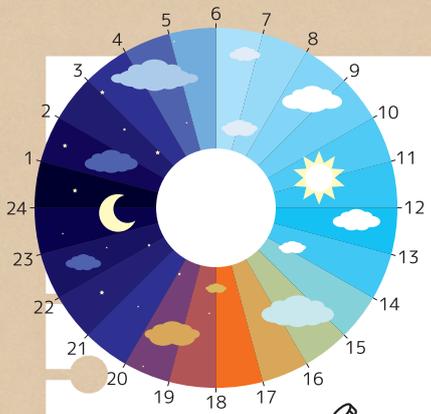
介護は本当に身近なことです。いつでもだれにでも起こり得ます。

自分だけで悩まず、抱え込まず、職場の同僚や、上司、友人などまわりの方達に、「**介護が必要な身内がいる**」ということを知ってもらうのが大事な第一歩、につながると思います。



# 病院看護師の一日

A Day In The Life Of A Nurse



## 午前

- 申し送り
- バイタルチェック
- 点滴交換
- 検査・処置
- 保清、入浴介助、排泄介助

### バイタルチェック

状態変化が無いか  
毎日観察しています。



### 配膳・昼食介助

車椅子に乗れる患者様は  
デイルームで集まり、食  
事を摂っています。  
ベッドサイドで食事を摂  
られる方もいらっしゃい  
ます。

## お昼

- 経管栄養
- 配膳・昼食介助



## 午後

- 病棟カンファレンス
- 看護ケア(爪切り、手浴、足浴等)
- 間食・水分摂取介助

### 病棟カンファレンス

毎日患者さんについて  
話し合いを行っていま  
す。



### 間食・水分摂取介助

言語聴覚士と連携し、  
食事を摂っていない  
患者様への間食介助を  
行うこともあります。



その他必要に応じ様々なケアや記録業務、  
カンファレンス等を行っています。



気になるあの人に  
聞いてみた

Interview

# インドネシアからの スタッフ紹介 Part 2



ザルファさん カレンさん

現在インドネシアから、6名の介護スタッフさんが仲間になってくれています。今回は第2弾としてザルファさんとカレンさんにインタビューしてみましたので、ご紹介します。

Question

## 介護士になると決めた理由は？

Answer

**ザルファさん**：人々に対するケアやサポートなどが自分の価値観に合っていると感じていて、その喜びを味わいたいからです。そして、両親が年老いた時に介護が出来るように介護の仕方をきちんと学びたいです。

**カレンさん**：私は、有用な人になりたい、そして、他の人が必要としている仕事なので。

Question

## 介護の仕事はどうですか？

Answer

**ザルファさん**：疲れましたが、楽しいです。特に患者さんが私の事を覚えていて、介護を通じて患者さんの生活に意味と喜びをもたらし、支えることができるとうれしいです。

**カレンさん**：大変な仕事ですけど、面白いです。

Question

## 日本の好きな食べ物や行ってみたい所はありますか？

Answer

**ザルファさん**：好きな日本食は、たこ焼き、うどん、牛丼、おにぎり、そして、抹茶味の物です。行ってみたい所は、ユニバーサルスタジオ、東京ディズニーランド、ジブリパーク、白川郷、美瑛、奈良、京都などです。綺麗な景色の場所をすべて行ってみたいです。

**カレンさん**：もちが好きです。行ってみたい所は、東京です。富士山にも登りたいです。

Question

## インドネシアの有名な食べ物は？場所は？

Answer

**ザルファさん**：食べ物はナシゴレン(チャーハン)、ルンダン※(煮込み)、ソト、サテ、バクソ、ラワン、ガドガド、サンバレなどです。場所は、ロンボク島※、バリ島、ラジャ・アンパット島、ラブバンバジョ、コモド島(コモドドラゴンがみられる島)、バンダネィラ、デラワンビーチ、ワカトビダイブリゾート、カワ・イジェン火山※

**カレンさん**：ルンダン※です。パダンのレストランで、見つけることができます。



ルンダンとは  
牛肉等の塊肉を  
ココナツミルクと香辛料で  
長時間煮込んだ料理



Question

## どんな性格ですか？

Answer

**ザルファさん**：私は人見知りです。新しい人という時は無口になってあまりしゃべれません。しかし、知り合ってからにはよくしゃべる人になります。他の人からは優しく思いやりのある人だといわれます。でも、不器用で忘れやすい所もあります。

**カレンさん**：私の性格は正直で陽気な人と思います。

2人は当院B病棟で勤務してくれています。今後もよろしくお願ひします♡♡

# 地域の健康教室へ 出動！！



定期的に行われている地域の健康教室に、当院の様々な職種のスタッフが出向き、講座を開かせていただいています。

今回は言語聴覚士、看護師の講座の様子をご紹介します。

言語聴覚士の講義内容は

## 「健口を保つための、口の機能を知ろう」

でした。

口の機能が飲み込みに影響を及ぼすオーラルフレイルについての講義を行いました。

また、みなさんからの質問を受けたり、口腔体操の効果的な行い方をご説明をしました。



当院言語聴覚士→

看護師の講義内容は

## 健康診断についての詳細

(BMI、血圧、レントゲン、採血の重要性と定期的に見る必要性)や当院で行えるもの【ABI(動脈硬化の検査)、骨密度検査、睡眠時無呼吸検査、嚥下造影検査(飲み込みの検査)、便ヒトヘモグロビン検査(大腸がんのスクリーニング検査)】のご紹介をしました。



当院看護師→

その他にも看護師、理学療法士、作業療法士等さまざまな職種のスタッフが伺うことがあります。

当院スタッフは地域の方々に近い存在で関わらせていただきたいという気持ちで今後も活動していきます！



# オーラルフレイルとは???

口の機能が低下した状態を指し、身体の衰え(フレイル)の一つで、口の機能が健常な状態と口の機能低下との間にある状態のことを言います。

## オーラルフレイルの症状

噛めない、食べこぼす、むせる、滑舌が悪い、口の乾燥等です

### セルフチェック

下の5項目のうち、2項目以上に該当する場合には、オーラルフレイルに該当します。

質 問	該 当	非該当
①自身の歯は何本ありますか？ 差し歯や金属をかぶせた歯は自分の歯として数えます。 インプラントは自分の歯として数えません。	0～19本	20本以上
②半年前と比べて固いものが食べにくくなりましたか？	はい	いいえ
③お茶や汁物等でむせることがありますか？	はい	いいえ
④口の渴きが気になりますか？	はい	いいえ
⑤普通の会話で、言葉をはっきりと発音できないことがありますか？	はい	いいえ

日本老年歯科医学会より



CHECK!

オーラルフレイルに該当した場合には、かかりつけ歯科医やかかりつけ医、[日本老年歯科医学会の専門医・認定医](#)に相談しましょう。  
当院にも嚥下外来があります。ご相談ください。

## オーラルフレイルの原因

いくつかの段階を踏んでオーラルフレイルとなります。

- 口腔機能への関心の低下 → 歯磨きをしっかり行わない → 歯の喪失
- 加齢による筋力低下



**食べこぼしや軽いむせ、固いものが噛みにくい、滑舌の悪化、口腔乾燥**

- 噛む力や舌の筋力が衰える
- 固いものが食べにくくなり、軟らかい食べ物ばかり食べる
- さらに噛む力や舌の筋肉が衰える悪循環に陥る
- 食欲が低下する



**低栄養、咀嚼、嚥下障害、さらには全身の機能低下につながり、要介護状態になるリスクが高まります**



# オーラルフレイルの予防法

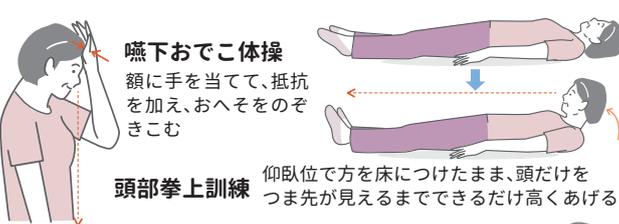
◆口の中を清潔に保つ、かかりつけの歯科医を受診し、定期的なメンテナンスを受ける  
→しっかり噛む・飲み込むための口の機能を維持できます

◆藤島式嚥下体操 →食べる・飲み込む事に必要な様々な筋力の維持・向上につながります

## ①食べる前の準備体操 毎食前 1セット実施(1~2分)



## ②嚥下おでこ体操 毎日 1セット実施(5~10分)



## ③発声訓練

毎日1セット実施(5~10分)  
カラオケでも朗読でもよい。なるべく大きな声を出す。

## ④ペットボトルブローイング

毎日1セット実施(5~10分)  
ペットボトルに穴を開けてストローをさし、ぶくぶくと吹く。

## ⑤アクティブサイクル呼吸法

毎日1セット実施(5~10分)  
咳 安静 深呼吸  
安静・呼吸 ハッフング 安静・呼吸

## ◆唾液腺マッサージを行う

→唾液を分泌させ、口腔内乾燥を予防できます



年齢を重ねるとともに誰もが陥る可能性がある「オーラルフレイル」は、進行すると介護が必要となりますが、可逆性であるため、しっかりと状況を把握し、適切な評価、リハビリテーション、予防を行うことが大切です。かかりつけ医、かかりつけ歯科へ相談できるような状況が安心できると思われます。

## 研修会参加のお知らせ(令和6年12月~令和7年3月)

内 容	所 属	人 数
日本糖尿病学会 第59回糖尿病学の進歩	医局	1
第2回医療・介護従事者のための新興感染予防講座	看護部	1
第18回北海道言語聴覚士会 学術集会	リハビリ科	2
令和6年度千歳保健所管内給食施設栄養管理担当者等研修会	栄養科	1

### 学びや感想など

(一部抜粋)

- 1 糖尿病学の最新の知見を知ることができた。
- 2 感染対策の復習ができた。感染が発生してからではなく、発生時までの初動対応が大事であることや、情報を一つにまとめて把握しやすくすること、指揮系統を整えておくことが重要であることが話されており、それらは実際の感染が起きた際に困った事例であったため、当施設でもまだ不十分な点があると感じ、改善していく必要があると思った。
- 3 嚥下障害の訓練の観点からケアの観点にシフトした内容が特に興味深く感じました。また改めて基礎知識の重要性を実感しました。今後の業務の参考になりました。
- 4 レビー小体型、アルツハイマー型に分けて嚥下障害のタイプ・対応・薬剤の把握の重要性について、詳細に知ることができました。また、徒手的手技や頸部聴診のコツ、症例紹介にわたり様々な内容で勉強になりました。

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

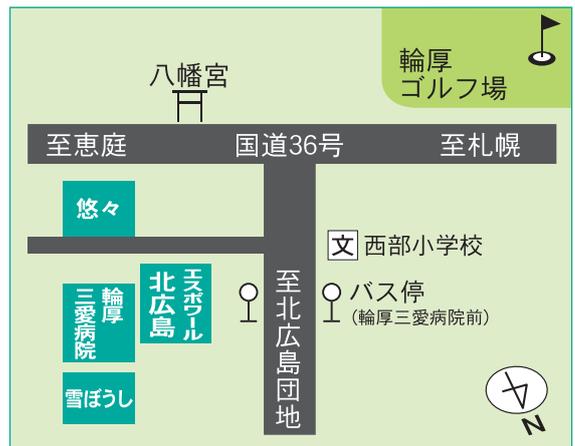
言語聴覚療法



## 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・火・水 午前/午後)
	循環器内科	齋藤 泰史	(水曜日午後のみ)
	脳神経内科	枝村 正人	(月 午後、火 午前)

診察時間/午前 9:00 ~ 12:00 (受付時間11:30)  
 午後 13:00 ~ 17:00 (受付時間16:30)  
 土曜・日曜・祝日休診

### 歯 科

医師 對馬眞智子 加々見道子  
 診察時間/午前 9:00 ~ 12:00 (受付時間11:30)  
 午後 13:00 ~ 17:00 (受付時間16:30)  
 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。