

医療法人豊田会

刈谷豊田総合病院 広報誌

ご自由にお取りください

保健

医療

福祉

分野で社会に貢献します。

医心伝心

[いしんでんしん]

January

No. 154

2018.1.5

一特集一
高齢の方の
介護支援の輪

INDEX

P.01 メッセージ

P.02 医療の輪

P.03 特集「高齢の方の介護支援の輪」

P.07 HOSPITAL NEWS

P.08 福祉の窓から

P.08 在宅療養あれこれ

P.09 モノ知り博士

P.11 Information

P.14 娯楽室

P.15 旬を食す

新年のご挨拶

新年おめでとうございます。

昨年8月に当院の電子カルテシステムを更新いたしました。これによりカルテ操作が一新され、職員がその扱いに不慣れなため、待ち時間の増加などが発生いたしました。ご迷惑をおかけして誠に申し訳ありませんでした。事前のトレーニングはしていましたが、やはり実際の臨床で扱うとなると違いもあるようです。安定した稼働に向けて着実に進めてまいりますので、どうかご理解をお願いいたします。

さて、今年は医療と介護に関する計画や診療報酬制度が一斉に改定される年です。そのため、超高齢社会に備えたいろいろな変化が生ずると考えています。この地域の人口は、東京などと同様に若い層が比較的多く増加傾向にあります。そのため、高齢化のスピードは遅く超高齢社会という実感はまだありませんが、それでも周回遅れでそうした時代は確実に訪れるため準備が必要です。

政府は以前から、医療機関ごとに分担する役割を定めて効率的な医療を提供するように促しています。つまり、急性期治療を早く



刈谷豊田総合病院 病院長
井本 正巳

終えて慢性期病院へ転院していただき、さらに慢性期病院も早期に退院して在宅医療を増やすということです。住み慣れた地域でいろいろな介護の仕組みを活用しながら在宅医療を充実させるというこれまでの方針が強まると思われれます。

当院の役割は急性期医療の提供です。名古屋まで行かずとも良質で高度な医療がいつでも受けられる病院を目指しています。かねてより、急性期から慢性期への連携では東分院や高浜分院、あるいはその他慢性期病院と連携して機能分担を行ってまいりました。しかし、入院から在宅への移行は容易ではありません。そのためには地域の開業医の先生方その他にも介護施設、訪問看護、訪問薬剤などに関わる多くの職種の参加が不可欠です。今後も地域医療や在宅支援などの仕組み構築に貢献できるように力を尽くしてまいります。

最後になりましたが、今年が皆さまにとって良い年であることを祈念いたします。

[豊田会理念] 保健・医療・福祉分野で社会に貢献します

[豊田会方針] 温かい思いをこめた、質の高い保健・医療・福祉サービスを提供します

[患者の権利と責務] 私たちは患者の皆さまの権利を尊重し、安全で質の高い医療の提供に努めます。そのためには、患者の皆さまの主体的な参加が不可欠です。以下に掲げる事項は、患者さんと医療従事者が守るべき事項です。

- 【患者の権利】**
1. 安心して最善の医療を公平に受ける権利を尊重します。
 2. 医療機関を自由に選択し、他の医師の意見を求める権利を尊重します。
 3. 治療に関する情報を知り、説明を受ける権利を尊重します。
 4. 治療に関する方法を自己の意思で決定する権利を尊重します。
 5. 個人の情報が保護される権利を尊重します。

- 【患者の責務】**
1. 自ら選んだ治療方針に沿って医療に参加する責任があります。ご自身の健康に関する情報を医療者にできるだけ正確に伝え、また、同意された医療上の指示に従ってください。
 2. 病院の規則を守り、犯罪行為、迷惑行為を行わないなどの社会的ルールを守る責任があります。
 3. 検査や治療のために、必要な医療費を負担する責任があります。



安心して継続した医療や

リハビリが受けられます

大腿骨頸部骨折地域連携パス・

脳卒中地域連携パス

大腿骨頸部骨折や脳卒中は、ある日突然発症し、歩行困難や半身不随を引き起こします。それにより、今まで当たり前できていた身の回りのこと（ADL:日常生活動作）ができなくなってしまう。多くの方は数カ月のリハビリテーションが必要となり、場合によってはつえや車いす、ベッドなどの福祉用具を用いた生活になることがあります。その間、医師や看護師、リハビリ専門職の理学療法士・作業療法士・言語聴覚士、医療ソーシャルワーカーなどがチームで関わります。

地域では、それぞれの医療機関の役割を果たすために転院していただくことがあり、地域医療連携を進めるために地域連携パスを使用します。

■地域連携パスってなあに？

一つの地域で急性期病院から回復期病院を経て早期に自宅に帰れるように、病気を発症したときから診療計画を作成し、治療を受ける医療機関で共有して用いるものです。診療にあたる複数の医療機関は、役割分担を含めてあらかじめ診療内容を患者さんに提示・説明することにより、患者さんが安心して医療を受けることができるようにする仕組みです。

当院でもさまざまなパスを用いて地域の医療機関などと連携していますが、リハビリが大きく関わり、退院後の生活まで意識して情報提供するのが大腿骨頸部骨折地域連携パスと脳卒中地域連携パスです。

■さらにスムーズな連携をめざして

連携先の医療機関などのスタッフが一堂に会す「地域連携パス情報交換会」を年3回行っています。パスの運用状況報告、連携先施設の紹介、同職種ごとの分科会での意見交換などを行っています。施設紹介は各回1施設、特徴ある取り組みなどをご紹介いただき、参考にさせていただいています。

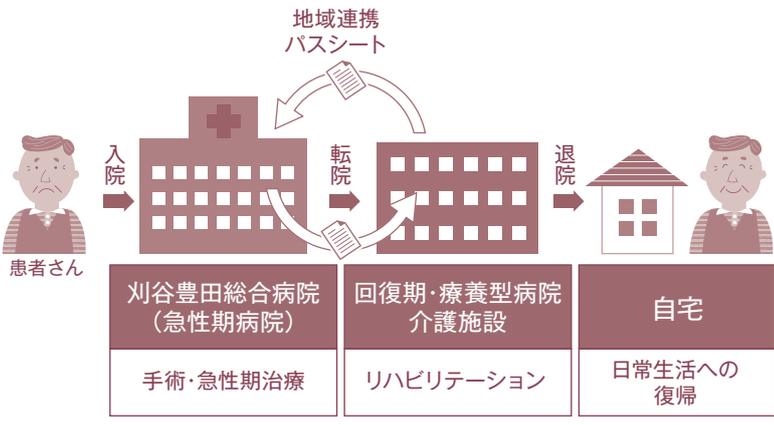
連携先の医療機関の専門職が顔を合わせて話し合う場合は、あまり多くないのが現状です。地域連携パスのみならず、さまざまな情報交換

ができる貴重な場となっております。年1回は事例発表会も行っており、それぞれのスキルアップに役立っています。

院内の多職種連携や地域の同職種連携など、さまざまな連携が地域の医療を支え、地域の皆さまの安心につながると信じ、努力してまいります。今後ともご理解とご協力をお願いいたします。

地域連携室 早川 淳子

■大腿骨頸部骨折地域連携パス・脳卒中地域連携パスのイメージ





高齡の方の 介護支援の輪 ～気軽に相談しましょう～

特集

ひとりで悩んでいませんか？

患者サポートセンター
医療ソーシャルワーカー

高麗 彰子

■介護者の心と体の健康が大切

「体がしんどい」
「いつまで頑張ればいいのだろう」「つらいけどなかなか人には話せない」
「医療・介護費用がかさんで不安だ」。
これらは、介護者の方からよく聞かれる言葉です。



一口に「介護」といっても、介護する人・介護される人はそれぞれ違いがあり、状況は同じではありません。それでも多くの場合に共通するのは介護の必要な本人だけでなく、**介護者にも大きな負担がかかっている**ということなのです。

介護者世代の多くは40代以上で、介護者自身も体力が低下して病気が多くなってくる年代です。介護を続ける上で大切なことは、介護者自身の心と体の健康です。

■介護の大変さを抱え込んでいませんか？

心と体の健康のためには、介護を一人で抱え込まず、大変さを介護者以外に分散（分担）することが大切です。例えば、ヘルパーやデイサー

ビスといった介護サービスを利用すれば、介護者の身体的な介護負担を減らすことができます。

また、介護者自身の自由な時間を増やして心の余裕を得ることもできます。

地域では介護者同士の交流会なども開かれており、参加して心のつらさを分かち合うことも心の健康に役立ちます。



医療福祉相談グループのスタッフ

■**地域のさまざまなサービス**を利用しましょう
超高齢社会を迎え、今後ますます要介護者が増えると予測されています。自治体では、それぞれの地域性に合わせて介護保険などの制度の充実だけでなく、介護する人・介護される人向けのさまざまな支援を計画・実施しています。

ひとりで悩んでいる方は、まずお住まいの地域を担当する**地域包括支援センター**にご相談ください。その他にも、地域には居宅介護支援事業所や訪問看護ステーションなど、さまざまなサービスがあります。当院の患者サポートセンター（医療福祉相談グループ）でもご相談いただけますので、遠慮なくお声かけください。

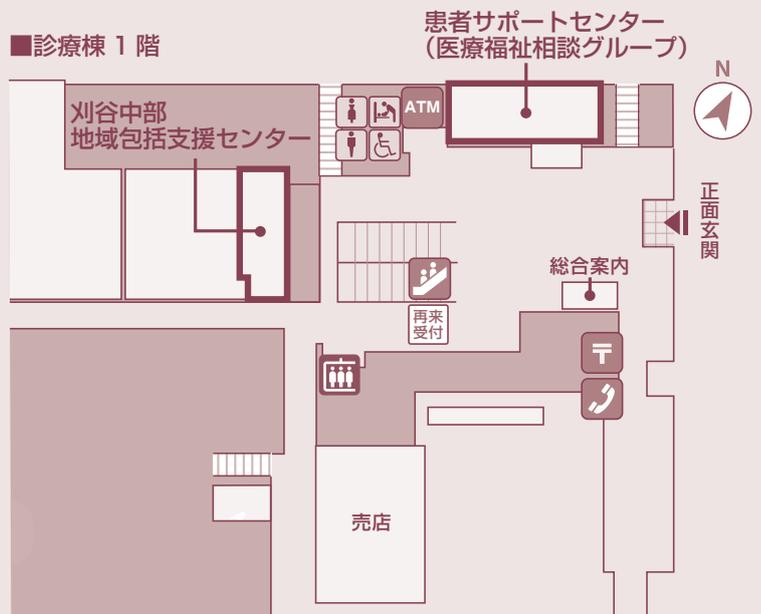
**患者サポートセンター
(医療福祉相談グループ)**

窓 口：診療棟1階
受付時間：平日 午前8時30分～午後4時45分
第1・3土曜日 午前8時30分～午後2時
(病院休診日を除く)
問合せ先：0566-25-2810

**刈谷中部地域包括支援センター
(刈谷豊田総合病院内)**

窓 口：診療棟1階
担当地域：刈谷市の一部
(住吉小学校区・日高小学校区・小高原小学校区)
地域ごとに担当するセンターが異なりますので、市役所などでご確認ください。
受付時間：平日 午前8時30分～午後4時45分
第1・3土曜日 午前8時30分～午後2時
(病院休診日を除く)
問合せ先：0566-28-6071

■診療棟1階



正面玄関

地域包括支援センターとは？
(刈谷中部地域包括支援センター)

介護支援専門員

倉川 叔子

地域包括支援センターとは、高齢者の皆さんが住み慣れた地域で安心して生活を続けられるように支援する「高齢者の身近な相談窓口」(相談無料)です。

保健師、主任介護支援専門員、社会福祉士などの専門知識をもつ職員が在籍し、各専門スタッフが連携して高齢者の**在宅生活の支援**に取り組んでいます。地域に暮らす方の介護予防や、日々の暮らしをさまざまな側面からサポートすることを主な役割とし、介護だけでなく医療、福祉、健康などさまざまな分野から総合的に高齢者とその家族を支える地域の相談窓口です。



高齢者ご本人のことはもちろん、ご家族や地域住民の悩み・相談についても地域包括支援センターが適切な関係機関と連携し、解決に向けた支援を行っています。

皆さんのお住まいの地域にも、それぞれの地域を担当する地域包括支援センターがありますので、まずは市役所などでご確認ください。

介護保険サービスの活用

〈刈谷居宅介護支援事業所〉

介護支援専門員 上田 麻由弥

刈谷居宅介護

支援事業所には、介護保険制度の窓口である介護支援専門員(ケアマネジャー)が在籍しています。介護保険制度は介護をみんなで支え合う制度です。また、ケアマネジャーは介護が必要な方と介護保険サービスをつなぐ役割をします。お気軽にご相談ください。



今回は、介護保険サービスについてよくある質問をご紹介します。

Q 介護保険サービスを利用するにはどうすればいいの？

A まずは、介護が必要な状態かどうかの申請をして、**介護認定**を受ける必要があります。

申請先

市役所などの介護保険取り扱い窓口

対象者

① 65歳以上の方

原因にかかわらず介護が必要な状態となった場合

② 40歳以上65歳未満の方

脳血管障害や関節リウマチ、末期がんなどが原因で介護が必要な状態となった場合

Q 介護認定を受けた後、実際に介護保険サービスを利用するにはどうすればいいの？

A まず、担当のケアマネジャーを決定する必要があります。お近くの地域包括支援センターや市役所などにお問い合わせください。

在宅療養の支援

〈刈谷訪問看護ステーション〉

看護師

今枝 博美

■訪問看護とは？

病院に通うことが困難な方のお宅に看護師が伺い、ご家族と一緒に身の回りのお世話をしたり、介護方法を指導したりして、安心して在宅での療養生活が送れるように支援します。訪問看護を利用するには主治医の指示が必要です。

■サービス内容

病状観察、健康管理、医師の指示による医療処置、身体の清潔、ご家族などへの介護指導・相談、排泄の援助、主治医との連絡調整、リハビリテーション、終末期ケアなど、多岐にわたります。



Q 訪問看護は誰に相談したら利用できるの？

A 受診している医療機関、お住まいの地域を担当する地域包括支援センター、お近くの訪問看護ステーションなどにご相談ください。

Q 訪問看護だけで在宅療養できるの？

A 訪問看護の他にも、保健・医療・福祉サービス（訪問介護、訪問リハビリテーション、デイサービス、ショートステイなど）があります。これらのサービス担当者と連携して、在宅療養を支えます。

刈谷訪問看護ステーションの方針

赤ちゃんからお年寄りまで、病気や障害をお持ちの方が住み慣れた地域で安心して暮らせるよう、専門家の目で見守り支援致します。

刈谷訪問看護ステーション	刈谷居宅介護支援事業所
対象地域: 刈谷市全域 (その他要相談) 問合せ先: 0566-25-8196	対象地域: 刈谷市 問合せ先: 0566-25-2912
受付時間: 平日 午前8時30分~午後4時45分 第1・3土曜日 午前8時30分~午後2時 (病院休診日を除く)	
所在地: 刈谷市住吉町4丁目8番地	

日常生活における介助のポイント ～起き上がり・移乗動作～

作業療法士

杉浦 泰代



上手な介助方法は、介助される方(以下:対象者)の身体状況や、介助する方(以下:介助者)の体格により方法が異なります。しかし、どのような介助であっても対象者・介助者ともに**安全**であることが最も重要です。

また、対象者の能力を生かして**必要な時に必要な量の介助**を行うことを心掛けてください。過剰な介助は行わずに残っている能力を活用することで、能力維持や改善が期待できます。

今回は、日常生活動作の中でも特に介助量が多い「起き上がり」と「ベットや車いすへの移乗」について注意すべきポイントをご説明します。

💡対象者の能力を生かすポイント
双方が息を合わせる

・力まかせや強引な介助では、負担が増えるだけでなく対象者に恐怖や不安を与えてしまいます。
・痛みがない方法で行うことも重要です。痛みを

伴うことで介助されることが苦痛になり、活動量が低下する可能性があります。その結果、寝たきりなどにつながることもあります。

介助のポイント① 起き上がり

【動作の流れ】



① ベッドの高さを介助しやすい高さにする。



② 引っ張り起こさず、ベッドの背上げ機能を使う。



③ 対象者の膝を曲げて身体を小さくし、介助しやすい状態にする。



④ ベッド上の対象者を、起き上がりをする側に移動する。
★介助者は足幅(支持基底面積)を広くしましょう。



⑤ 頭から首の後面、膝の裏に手を回し、足をベッドから降ろしながら**お尻を支点**にして身体を起こす。
★横に向ける→起こす、の2段階に分けるとスムーズです。



⑥ 対象者の足底を床に着けて安定した座位をとる。

介助のポイント② ベッドや車いすへの移乗
移乗動作は移動距離が長いため、介助者の負担が大きく転倒の危険がある動作です。お互い楽に、安全に行うには、**対象者の力を活用**することが重要です。

【介助のコツ】

- ① 対象者の体を前傾すること
- ② 介助者は腰をかがめずに膝を曲げ、重心を低くして介助すること

【車いす選び】

車いすには、アームレスト(肘掛け)が着脱可能なタイプや、跳ね上げが可能なタイプもあります。アームレストを外すことで水平移動が可能になり、介助者の負担軽減につながります。

【動作の流れ】

- ① ベッドの端に腰掛け、車いすに身体を近付ける。
- ② 自分から離れた方の肘掛けをつかみ、矢印の方向に身体の向きを変えて、ゆつくりと車いすに座る。

★遠い方の肘掛けをつかむことで、手を持ち変える必要がなく転倒の危険性が低下します。



★安全のために、座るときにはゆつくり座りましょう。

介助方法は人それぞれですが、原則を守ることができても介助者も対象者も負担を軽くすることができず、

また、一人での介助が大変な時には複数の介助者で行ったり、福祉用具を使用したりすることも大切です。

NEWS

1

医療安全推進週間の催しを 開催しました

安全環境管理室 佐藤 麻衣子

厚生労働省が定めている医療安全推進週間に合わせて、当院でも11月20日(月)～24日(金)に感染管理チーム・医療安全チームによるプレゼンテーションやポスター掲示を行いました。お忙しい中、多くの方にご参加いただきありがとうございました。

■感染管理チームより

感染管理チームは「手洗いで感染予防～正しい手洗いでできていますか?～」をテーマに、正しい手洗い方法を紹介しました。多くの病原体は手を介して広がっていくため、手洗いは病原体が広がる道筋を遮り、感染予防に有効です。石けんに見立てた蛍光クリームで手を洗い、ブラックライトを当てて洗い残しを確認すると、洗い残しがあつた方が多くいらっしゃいました。手のひらだけでなく、指先や指の間、手首など隅々まで洗うよう普段から心がけましょう。



感染管理チームのプレゼンテーション



医療安全チームのプレゼンテーション

■医療安全チームより

医療安全チームは「患者誤認防止に向けた取り組み」をクイズ形式で紹介しました。手を挙げて積極的に答えいただき、正解された方が非常に多かったです。フルネームで名乗っていただく、名前の印字と一緒に見て確認していただくなど、患者誤認防止は医療従事者はもちろん、患者さんのご理解とご協力があつてこそ実現できるものです。安全は名前から。受付・診察室・病室など多くの場面でお名前を確認しますが、今後ともご理解とご協力をお願いいたします。



ブラックライトを使った洗い残しの確認



クイズ大会の様子



福祉の「窓」から

医療費控除を活用しましょう

Fさんは40代の男性です。昨年始めに肺がんの手術を受け、その後数カ月間、補助化学療法を受けました。限度額適用認定証を利用しましたが、それでも自己負担額は数十万円に及びました。民間の医療保険には加入していなかったため保険金も受け取れません。

Fさんは、限度額適用認定証以外に何か経済的負担を軽くする制度はないかと思い、医療福祉相談グループに相談にいらっしました。

当グループでは、翌年2月中旬から受付が始まる確定申告時に**医療費控除**の手続きをすることをおすすめしました。該当すると、税務署で算出された所得税が還付される場合があります。

ご不明な点や詳細は、患者サポートセンター（医療福祉相談グループ）にお気軽にご相談ください。

医療費控除の概要

その年の1月1日から12月31日までの間に、自己または自己と生計を一にする配偶者やその他の親族のために医療費を支払った場合、一定の金額の所得控除を受けることができます。

■医療費控除の対象となる金額

次の計算式で計算した金額（最高200万円）です。

医療費控除額＝（その年中に支払った医療費）－（保険金などで補てんされる金額）－10万円*

*その年の総所得合計などが200万円未満の人は、総所得金額などの5%となります。

■申請窓口

お住まいの地域を管轄する税務署

■必要な書類

医療費控除の明細書

・平成29年度の確定申告から、領収書の提出の代わりに「医療費控除の明細書」の添付が必要となりました。

・「医療費控除の明細書」は、医療費通知を添付することで明細の記入を省略できます。医療費通知とは、健康保険組合や市町村などの保険者が発行する「医療費のお知らせ」などです。

・ただし、平成29年度分から平成31年分までの確定申告については、医療費の領収書の添付または提示により申請することもできます。

医療ソーシャルワーカー 樋渡 貴晴



在宅療養あれこれ

上手に使おう介護保険

「脳卒中や骨折の治療後もリハビリを続けたい」「しっかり歩けるように体力をつけたい」など、身体機能の維持回復を目的にリハビリや機能訓練を望む方も多いと思います。今回は、介護保険で利用できるリハビリについてご紹介します。

①通所リハビリテーション（デイケア）**日帰り**

老人保健施設や病院、診療所において、リハビリを提供する通所サービスです。施設には医師、理学療法士、看護師などの専門スタッフが配置されており、医学的サポートのもとでリハビリが受けられます。利用時は食事や入浴のサービスを受けられ、個別リハビリを中心に半日単位で利用できる施設もあります。

②通所介護（デイサービス）**日帰り**

主に、食事や入浴など**日常生活支援**を提供する通所サービスです。最近では機能訓練に重点をおい

たデイサービスも増えてきました。食事や入浴サービスは提供せず、機能訓練のみを利用できる半日単位の施設もあります。

③訪問リハビリテーション **ご自宅**

主に、退院して在宅療養を始める方や外出できない方が対象となります。医師の指示に基づいて理学療法士や作業療法士、言語聴覚士が自宅を訪問してリハビリを行います。自宅での歩行や家事動作、食事、トイレなど日常動作のリハビリができ、家族への介助方法の指導も行います。

施設によって機能訓練の内容が異なることがありますので、利用される方に合ったリハビリが受けられるよう事前に施設見学などをすると良いでしょう。

また、介護サービスを利用するには**介護認定**を受ける必要があります。詳しくは居宅介護支援事業所や地域包括支援センター、市役所にご相談ください。

刈谷居宅介護支援事業所
介護支援専門員 勅使 弘子



モリ知り博士



ひとりでできる
リハビリテーション

前を向こう！

〜良い姿勢のススメ〜

■はじめに

今回は、皆さんの身近にあるスマートフォン（以下、スマホ）と姿勢についてのお話です。

現代は「スマホ1人1台」といわれる時代になり、多くの方が長時間使用しています。皆さんはスマホを使うときの姿勢を気にしていますか。イラスト（左）のような姿勢に心当たりはありませんか。

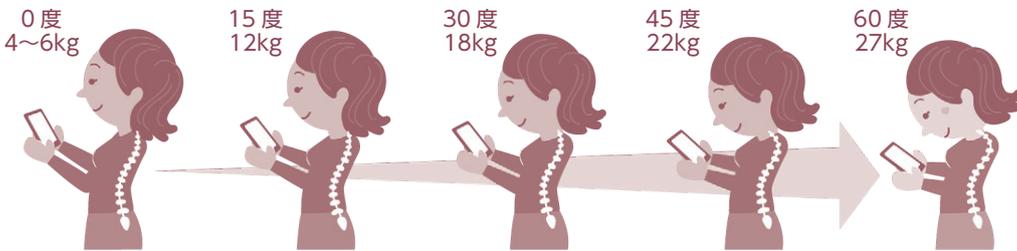
スマホ使用時の姿勢について見直し、一緒に姿勢を改善しましょう。



■実はこんなに負担がかかっている！？

首を前に傾けると、首に大きな負担がかかります。垂直にしている時と比べて、曲げている姿勢では首の骨に数倍の負担がかかります（左図）。

■首の角度による負荷の違い



首の曲がる角度が大きくなると、首の骨にかかる負荷が増えます。

短時間では影響が少なくても、毎日長時間にわたり繰り返し負担がかかることで、「頭痛」「目の疲れ」「肩こり」「首の痛み」「腕のしびれ」など、さまざまな症状が出る可能性があります。症状が出る前に予防することが大切です。

首を前に傾けると、自然なカーブではなくなり筋肉や関節に負担がかかります。改善のために心掛けることは、顎をやや引き気味にして、前を向くことです。歩きスマホは事故などの危険があるだけでなく、首への負荷を考えても良くない姿勢です。

■前を向こう！

また、同じ姿勢を長時間続けると筋肉にも負担がかかります。生活動作での自分の姿勢を見直し、少しでも良い姿勢を意識して過ごしましょう。これは、スマホに限らず携帯型ゲームやパソコン使用時と同じです。

現代の生活では、下を向く姿勢をとる時間が多くなっています。便利な道具ですが長時間の使用

を避けて、休憩を入れながら使用することが大切です。また、スマホで「首の痛み」など調べることにならないようにご自分の身体を大切にしましょう。

理学療法士 春日井万穂



看護部だより

怖がらないで

乳がん検診の要精査

日本では乳がんが年々増加し、女性が罹患するがんの第1位です。現在、毎年7万人の方が乳がんを発症しており、おおよそ11人に1人が乳がんにかかっているということとなります。乳がんになりやすい年齢をみると、30歳代後半から増えはじめ、40歳代後半にピークがあり、70歳を過ぎてもそれほど減りません。

乳がんから自分の大切な命を守るために、**早期検査、早期発見、早期治療の3つが重要と**されていますが、多くの人が感じるのが「検診や検査を受けて要精査という結果が出たらどうしよう」という不安です。しかし、「要精査」という結果をいたずらに怖がる必要はありません。「要精査」の9割弱は乳がんではありません。まずは、乳がん検診を受けましょう。

当院では、乳がんへの不安や療

養について看護師が1対1で相談を受ける「乳がんなんでも相談」を行っています。何か不安や心配なことがあればご相談ください。

乳がん看護認定看護師

加藤美和

■乳がんなんでも相談(要予約)

【実施日】

第2・4木曜日午前9時～12時

【場所】

専門外来(中央棟2階)

【費用】

無料

※相談内容などにより有料となる場合があります。

場があります。

【予約方法】

次のいずれかに電話

・地域連携室
(05666-25583004)

・外科外来
(05666-2558013)

★当院に一度でも受診したことがあり、乳がんでお悩みの方ならどなたでもご相談いただけます。



耳よりニュース

難聴と補聴器

近頃、「テレビの音が大きくなってきた」「呼ばれていても気がつかない」「会話が減った」といったことはありませんか。もしかすると、徐々に難聴が進行しているサインかもしれません。

難聴が進むと、会話音や生活音が耳に入らず認知機能が低下し、コミュニケーション能力の低下につながることもいわれています。気になることがある方は、難聴の程度を知るためにお近くの耳鼻咽喉科を受診して聴力検査を受けましょう。

医師から補聴器の着用をすすめられた場合は、当院耳鼻咽喉科の補聴器外来や補聴器専門店などで相談の上、購入されることをおすすめします。最近の補聴器は、以前と比べてより自然に聞こえ、ご本人の聴力や要望にあわせた調整を行うことが可能になってきています。

補聴器の助けを借りることで、会話が弾んでご家族や周囲の方とのコミュニケーションが円滑になるかもしれません。

聴力検査士 岩井充恵



難聴の方に言葉を伝えるポイント

なるべく短い言葉で、顔を見て、簡潔に話しましょう。

おはよう

おげんき
ですか



骨粗鬆症教室

日時 平成30年3月5日(月)
午後2時～3時30分

主催 整形外科

場所 診療棟5階 第3会議室

参加 無料(予約不要)

お問合せ (0566) 25-8014(整形外科外来)

お知らせ
伝言板

患者の会や教室、院内のイベントについて
お知らせします。
都合により、内容は変更になる場合があります。

市民公開講座

📖 ピロリ菌と胃がんのおはなし

日時 平成30年2月3日(土)
午前10時30分～

講師 消化器内科 部長 神岡 諭郎

主催 広報委員会

場所 診療棟5階 第1・2会議室

参加 無料(予約不要)

お問合せ (0566) 25-9215(広報グループ)

📖 知っておきたい脳腫瘍の最新治療

日時 平成30年3月3日(土)
午前10時30分～

講師 脳神経外科 部長 加藤 恭三

主催 広報委員会

成人喘息教室

日時 平成30年1月6日(土)
午前10時～11時

主催 呼吸器・アレルギー内科

場所 診療棟5階 第3会議室

参加 無料(予約不要)

お問合せ (0566) 25-8304(地域連携室)

COPD教室

日時 平成30年3月3日(土)
午前10時～11時

主催 呼吸器・アレルギー内科

場所 診療棟5階 第3会議室

参加 無料(予約不要)

お問合せ (0566) 25-8304(地域連携室)

水曜会

乳がんと診断された方の会です。
どなたでもご参加いただけます。

日時 平成30年1月17日(水)
午後2時～3時30分

主催 患者サポートセンター
(医療福祉相談グループ)

場所 診療棟5階 第4会議室

参加 無料(予約不要)

お問合せ (0566) 25-2810(患者サポートセンター(医療福祉))

パーキンソン病患者・家族の会

パーキンソン病患者・家族の皆さまの会です。
当院におかかりの方を対象としています。

📖 社会福祉制度・福祉用具について

日時 平成30年3月19日(月)午後2時～3時30分

講師 医療ソーシャルワーカー・福祉用具業者

主催 患者サポートセンター
(医療福祉相談グループ)

場所 診療棟5階 第4会議室

参加 無料(予約不要)

お問合せ (0566) 25-2810(患者サポートセンター(医療福祉))

減塩食体験会

減塩食(昼食)の試食と 管理栄養士による栄養指導

日時	平成30年2月15日(木)・16日(金) 平成30年3月15日(木)・16日(金) 午前11時30分～午後1時
場所	5棟2階 調理実習室
費用	栄養食事指導料+材料費600円(税抜)
対象者	塩分制限を必要とする当院患者・家族の皆さま
持ち物	筆記用具・診察券

栄養科の 教室

完全予約制

対象は当院で栄養指導を受けたことがある方です。
参加を希望される方は栄養科までご連絡ください。

☎ (0566) 25-8387(直通)
教室予約

ヘルシークッキング教室

平成30年2月 体を温めるほっこり料理

日時	平成30年2月8日(木)・9日(金) 午前10時～12時30分 (午前9時55分調理実習室前に集合)
----	--

場所	5棟2階 調理実習室
費用	栄養食事指導料+材料費600円(税抜)
対象者	当院生活習慣病患者・家族の皆さま
持ち物	エプロン・筆記用具・診察券

平成30年3月 春の食材でおもてなし料理

日時	平成30年3月8日(木)・9日(金) 午前10時～12時30分 (午前9時55分調理実習室前に集合)
----	--

慢性腎臓病教室

医師によるおはなしと管理栄養士による栄養指導

日時	平成30年2月17日(土) 午前11時～12時30分 平成30年2月21日(水) 午後1時30分～3時 平成30年3月17日(土) 午前11時～12時30分 平成30年3月28日(水) 午後1時30分～3時	場所	診療棟5階 第5会議室
		費用	栄養食事指導料
		対象者	当院慢性腎臓病患者・家族の皆さま
		持ち物	筆記用具・診察券



心臓病のための栄養セミナー※

管理栄養士による栄養指導と ちょっとした減塩料理の試食会

日時	平成30年2月7日(水) 午前11時30分～午前1時 (2月は開催時間がいつもと異なります)
----	--

場所	5棟2階 調理実習室
費用	栄養食事指導料
対象者	当院心臓病患者・家族の皆さま
持ち物	筆記用具・診察券

※栄養指導を受けたことがない方でも、医師の指示があればご参加いただけます。

がん相談支援センター

がんに関する不安や疑問・療養生活における悩みなどのさまざまな相談に看護師や医療ソーシャルワーカーがお応えします。

相談対応日 月～金曜日、第1・3土曜日(休診日は除く)

受付時間 月～金曜日:午前9時～午後4時
第1・3土曜日:午前9時～午後1時

相談時間 30分程度

場 所 診療棟1階 患者サポートセンター

参 加 無料(予約不要)

がんに関する情報

がん診療拠点病院として、がん患者さんの支援を積極的に行っています。お気軽にお立ち寄りください。

●お問合せ
(0566) 25-8110(がん相談支援センター)

がんサロン

がんの治療中・療養中の患者さんやご家族の方々が集い、がんについての疑問や不安、悩みについて共に学び、語り合う場所です。

大切な人にあなたの思いを伝えていますか?

日 時 平成30年2月13日(火)午後2時30分～3時30分

放射線検査の基礎知識

日 時 平成30年3月13日(火)午後2時30分～3時30分

場 所 診療棟4階 がん情報ラウンジ

参 加 無料(予約不要)

ピアサポーター(がん治療体験者)による院内相談会

がんに関する不安や疑問・療養生活における悩みなどのさまざまな相談にピアサポーターがお応えします。

※同じ日時に社会保険労務士が常駐し、がん患者さんの就労を支援します。

日 時 毎月第1木曜日(休診日は除く)
午前10時～12時

場 所 診療棟1階 正面玄関

参 加 無料(予約不要)

がん患者さんの就労支援を強化します

がん総合診療センター 吉田 憲生

平成30年2月1日(木)より、がん患者さんの就労支援を強化するため、「ピアサポーターによる院内相談会」と同じ日時に社会保険労務士が常駐いたします。

■社会保険労務士とは?

社会保険労務士法に基づいた国家資格者です。企業の人材に関する専門家で、就労者の権利や生活を専門的な立場から支援します。

■相談できることは?

- ・社会保険制度について
(傷病手当や高額療養費の具体的な申請方法)
- ・年金制度について
- ・失業手当について
- ・退職方法や休職方法について

国が定めるがん対策推進基本計画の全体目標の一つに「尊厳を持って安心して暮らせる社会の構築」が掲げられており、がん患者さんの就労支援体制を構築することが求められています。当院では今後がん患者さんの支援体制を整備してまいります。

(当院のがん患者さんへの支援については上記「がんに関する情報」をご覧ください)

【社会保険労務士による就労相談】

日 時 毎月第1木曜日(休診日は除く)
午前10時～12時

場 所 診療棟1階 正面玄関

費 用 無料(要予約)

※原則予約制としますが、予約枠に空きがあれば当日受付も可能です。

予約方法 TEL. 0566-25-8110

〈がん相談支援センター〉

数独

タテ9列・ヨコ9列のそれぞれに1～9の数字が1つずつ入ります。
太線で区切られた3×3 (9マス) の枠内にも1～9の数字が1つずつ入ります。
空白を数字で埋めよう。

4								9
	8	3	4	1			6	
		9					7	
				5			8	
	9		6	7	1		4	
	4			9				
	1							
	5			3	8	4	9	
6			9					1

出典：<http://www7b.biglobe.ne.jp/~doctonakaoartificialintelligence/index.html>

作者：ドクター中尾

余 聞

明けましておめでとうございます。

もともと正月は、歳神様を祭り豊作と家族の健康を祈るための儀式でした。たくさんの幸せをもたらしてもらうために正月にはさまざまな風習があり、長く受け継がれています。改めて昔からの伝統に思いを致し、無事に新しい年を迎えたことに心から感謝した次第です。

新しい年のスタートです。やるべきこと、やりたいことは山積みですが、気持ちを新たに一つ一つ焦らず進めていきたいです。

広報委員 今井 夏子

広 報 誌 タ イ ト ル

医心伝心 [いしんでんしん]

本来「心を以って心に伝う」の意、以心伝心。私たちの業務も患者さんの言葉のみに頼らず、表情、しぐさ、その向こうにある心の訴えに十分に目を向ける「心配り」を大切にすることが「医療安全」はもとより、快適な診療をお届けする基本だと考えます。そんな意を込め「以」を「医」としてタイトルにいたしました。

旬を食す Season's Cooking

今回のお料理

かぶとブロッコリーのスープ

根も葉も食べられるかぶ。根には甘みがぎっしり、葉にはビタミンA・Cが含まれています。

かぶは別名「スズナ」とも言われ、春の七草のひとつとされています。チンゲンサイや白菜、キャベツなどの仲間にあたり、日本では古くから親しまれてきました。品種によって大きさや形、色はさまざまですが、晩秋から冬に旬を迎えます。寒くなると甘みが増しておいしさもアップします。

皮に張りツヤがあって、ずっしりと重みがあるものを選びましょう。また、葉の緑色が鮮やかでみずみずしく、茎と根の部分のつなぎ目に変色していないものが新鮮です。

葉付のものは水分が蒸発しやすいので、葉と根を切り分けて別々に保存しましょう。

管理栄養士 若杉 真澄

作り方

- 1 かぶは皮をむいて1.5～2cm角に切る。かぶの葉は1cm程度に切る。
- 2 ブロッコリーは小房に分けて耐熱皿にのせ、ラップをしてレンジ(500W)で2分加熱する。
- 3 鍋にオリーブ油を入れて熱し、かぶを入れて中火で2～3分炒める。
- 4 ★を加えて強火にし、煮立ったら弱火にして蓋をする。かぶがやわらかくなるまで10分ほど煮る。
- 5 かぶの葉とブロッコリーを加えて2～3分煮たら、火を止めて盛り付ける。

1人分

44kcal
塩分1.1g



材料(3人分)

- かぶ …………… 180g
- かぶの葉 …………… 90g
- ブロッコリー …………… 65g
- オリーブ油 …………… 大さじ1/2
- 水 …………… 2カップ
- ★コンソメ顆粒 …………… 大さじ1
- 塩・こしょう …………… 適量

■かかりつけ医を持ちましょう

当院は、地域医療連携を推進しています。当院を受診される場合は、かかりつけ医からの紹介と予約が必要です。皆さまのご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

[紹介状持参のお願い]

当院の外来診療は紹介型専門外来です。初診の方は、地域診療所からの紹介状(診療情報提供書)を必ずお持ちください。紹介状なしで受診された場合、初診時の選定療養費5,000円(税抜)がかかり、待ち時間が長くなりますのであらかじめご了承ください。

[救急外来について]

当院の救急外来は、重症度の高い患者さんを優先に診療いたします。円滑な救急医療を行うため、なるべくかかりつけ医か休日診療所、在宅当番医を受診してください。必要に応じて当院にご紹介いただくシステムになっています。

■予約変更専用窓口について

予約の変更・確認は、予約変更専用窓口で承ります。

ただし、歯科口腔外科の場合は歯科口腔外科外来までご連絡ください。

[予約変更専用窓口] 0566-25-8103

[歯科口腔外科外来] 0566-25-8020

数独の解答

4	2	1	5	6	7	8	3	9
7	8	3	4	1	9	2	6	5
5	6	9	2	8	3	1	7	4
1	7	6	3	5	4	9	8	2
8	9	2	6	7	1	5	4	3
3	4	5	8	9	2	6	1	7
9	1	4	7	2	6	3	5	8
2	5	7	1	3	8	4	9	6
6	3	8	9	4	5	7	2	1

