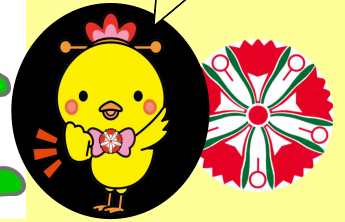


なでちゃん
広報活動
頑張ってます！



かわはた



3階病棟看護師 高橋恵理子撮影

< 目次 >

～ドクターからのワンポイント～

「認知症ってなんだろう？」

介護老人保健施設めぐみ 所長 芳賀 志郎
..... P2

～給食室からの豆知識～

ガン予防効果が期待される

「デザイナーフーズ」を知っていますか？

主任管理栄養士 相原 玲子..... P3

川俣地域ケアセンターTOPIC

- ・ 済生会川俣地域ケアセンター学会開催・・・P4,5
- ・ 介護職員初任者研修.....P6
- ・ 第39回済生会東北・北海道ブロック
親善ソフトボール大会開催.....P6
- ・ 第12回地域医療福祉
親善ソフトバレーボール大会・・・P6
- ・ 第5回地域医療連携懇話会.....P7
- ・ 新職員紹介.....P7

～ドクターからのワンポイント～

「認知症ってなんだろう？」

介護老人保健施設めぐみ 施設長 芳賀 志郎

私は元々外科の医師ではありますが、近年は高齢者医療に携わっていますので、お年寄りの介護をする時の問題について少し書いてみたいと思います。

まず、家族の方々が最も困惑するものに認知症があります。皆さんは物忘れと認知症の違いについて理解していますか？

例えば、物忘れでは朝食を食べたが何を食べたか思い出せませんが記憶が連続しています。それに対し、認知症では朝食を食べたことそのものを忘れてしまいます。つまり記憶が完全に途切れているのです。それで「さっき食べたでしょ！」と言われても全く理解できないのも当然なのです。よく家族の方が「最近、嘘をつくようになって困る」と言っているのを聞きますが、それは認知症の方が途切れた記憶を穴埋めする為に無意識に話を作るためなのです。それで、認知症の方に話をすれば分かるかと思ひ話しかけるのは逆効果となってしまいます。つまり、認知症と接する時にはこのような認知症について良く知ることが大事です。その一例として、「〇〇したでしょ」はNGワードとなるのです。当然、認知症の問題は、これだけではありませんが、このように認知症を良く知ることによって介護が少しでも楽になれば良いと思っています。皆さんも認知症についてより深く理解して頂ければと思います。



普通のもの忘れ

- ・体験したことの一部を忘れる
- ・忘れていた自覚がある
- ・人物や時間、場所まで分からなくなることはない
- ・日常生活に支障はない



認知症によるもの忘れ

- ・体験したこと自体忘れる
- ・忘れていた自覚がない
- ・人物や時間、場所まで分からなくなることがある
- ・日常生活に支障をきたし、見守りや介護が必要になる

自分でできる【認知症の簡単チェック】

次の質問に当てはまるかチェックしてみましょう。

□質問項目

- ①最近の出来事を思い出せないことがありますか。
- ②同じ事を何度も言うと言われ指摘されますか。
- ③おき忘れやしまい忘れが増え、よく探し物をしますか。
- ④慣れた道で迷ったりすることがありますか。
- ⑤好きだった趣味などへの興味がなくなっていますか。



思い当たる項目が
1つでもあった方は
認知症への十分な
注意が必要です。



～ 給食室からの豆知識 ～

ガン予防効果が期待される「デザイナーフーズ」を知っていますか？

主任管理栄養士 相原 玲子

医(薬)食同源と言え、古来中国に伝わる養生訓。

「医療(薬)も日常の食事その源は同じで、ともに生命を養い健康を保持するものである」という意味ですが、近年、アメリカではこの考え方が評価され、「デザイナーフーズ計画」が90年に発表されました。

デザイナーフーズとは、ガン抑制作用が期待できる成分を含んだ天然植物を主体に、ガンの予防効果が発揮できるようにデザイン(設計)された食品の事を言います。下図のようにピラミッドで表され、上位はにんにく、大豆、キャベツ、生姜、にんじん、セロリ、など私たちにもなじみの深い食品です。これらの食品はガン予防以外にも、免疫力を高めたり、生活習慣病を予防する作用もあり、毎日食べたい食品です。たとえば、ピラミッドの頂点にあるニンニクだけを大量に食べれば良いのではなく、ピラミッドに表された食品をまんべんなく食べることが大切です。まずはこの中から、バランスよく食材を選ぶことから始めて、1日5皿以上の野菜と200gの果物を食べることを目標にしてはいかがでしょうか。



ガン予防の可能性のある重要食品

(アメリカ国立ガン研究所の共同研究結果)



デザイナーフーズを使用した病院献立

野菜たっぷりミネストローネ

《 材料(4人分) 》

じゃが芋	1個	ホールトマト	200g
にんじん	1/2本	コンソメ	固形3個
玉ねぎ	1/2個	塩・こしょう	少々
キャベツ	2枚	オリーブ油	大さじ1/2
にんにく	みじん切大さじ1		
パセリみじん切	少々		
水	2カップ		

《 作り方 》

1. じゃが芋、にんじん、玉ねぎ、キャベツは1cmの角切りにする。
2. 鍋のにんにく、オリーブオイルを入れて熱し、香りが出たら1を加え炒める。野菜がしんなりしたら、ホールトマトをつぶしながら加え、水、コンソメを加えて煮立てる。
3. 中火で10分ほど煮て、塩・こしょうをし器に盛り、パセリを散らす。

済生会川俣地域ケアセンター学会開催

去る7月14日（土）に第1回済生会川俣地域ケアセンター学会を開催。発表は医療・介護・福祉から15名のエントリーがあり、多岐にわたりました。

今回の開催の目的は、発表を通して他施設・事業所の専門知識や業務・研究内容を理解することで連携を強化し、医療と介護、福祉の質の向上を図ることでした。

発表者からは、「短い時間の中で資料をまとめるのが大変だった。」
「緊張したが貴重な経験が出来ました。」などの体験談がありました。

また、発表終了後に実施したアンケートの結果、約7割の職員が満足と答えていました。今回の取り組みを通して、多職種連携を深める第一歩になったと大好評でした。今後も定期的に開催していきたいと思えます。
(総務課 齋藤真由美)



発表者から一言 ～看護部門～ (発表順)



◆4階病棟 看護師 菅野藤智

済生会川俣地域ケアセンター学会の演題発表を行い、改めて看護について根拠を持って考えることが出来ました。また、他部署での活動を知ることで、新たな気づきや看護の知識を深めるきっかけとなりました。

◆3階病棟 主任看護師 菅野ひとみ

今回、はじめて参加させていただきました。自分の看護を振り返る良い機会になりました。

◆4階病棟 准看護師 間 律子

私の看護人生40年で初めての体験でした。患者さんやご家族に寄り添い、看護師として微力ながらも関わりながら家族を支える事のむずかしさ、大切さなど地域医療の現実を学ぶ事ができました。発表にあたり私を支えてくださった病棟の方々に感謝申し上げます。

◆3階病棟 副主任看護師 丹治江身子

病棟の申し送り廃止に向けて、業務改善の取り組みに関わったメンバーの1人として発表しました。発表では資料の説明不足もあり、限られた持ち時間での発表の難しさを感じました。

◆4階病棟 看護師 菅野美里

今回、初めて学会で発表させていただきました。短い準備期間での発表になってしまいたくさんの方々に協力して頂き本当に感謝しています。そして、発表後には沢山のの方々から素敵な言葉を頂きました。とても貴重な体験になりました。



◆3階病棟 看護師 佐藤千枝

研究を進める上で、グループメンバーで協力する事の大切さや最後までやり遂げる事の難しさと喜びを実感する事が出来ました。協力して頂いた皆様に感謝し、今後に生かしていきたいです。

発表者から一言 ～介護部門～

■通所リハビリテーションめぐみ 介護福祉士 田中真美・溝井陽子

学会の発表を通して、他者に伝える事の難しさと活動内容を調べていくうちに驚きの効果を見ることができました。そして何より、他部署のとても為になる発表を聞いた事が良い経験になったと感じました。

■特別養護老人ホームはなづか 介護福祉士 高橋美穂

初めての経験でとても緊張しましたが、多職種の専門分野の知らなかった内容や取り組みが知れて、とても勉強になり良い経験をさせていただきました。多職種連携の大切さも少し理解できました。ありがとうございました。

■なでしこ川俣 事業課長 熊坂隆志

学会発表までの準備として、スライドや発表時間も複数回見直したのですが、演台に立つと練習の時のようには上手く伝えられませんでした。とても貴重な経験ができました。ありがとうございました。

■なでしこ川俣 理学療法士 河野哲也

発表原稿の見直し、発表練習を繰り返してきた事で、限られた時間の中で私たちなでしこ川俣の取り組みをしっかりとアピール出来たと思います。発表に留まらず日々の活動を通して形となるよう取り組んでいきます。



発表者から一言 ～comedical・事務部門～

★透析室 臨床工学技士 大橋友美子

はじめて参加して緊張しましたが、とても勉強になりました。また機会があれば参加したいです。

★川俣光風園 総括主任相談員 宗像俊哉

発表者として良い緊張感で行えました。また施設での取組について改めて考察することができました。他の発表を傾聴することでは、他職種であっても共有できる課題事例があり、大変勉強になりとても有意義だと感じました。

★川俣光風園 園長 佐藤光晴

貴重な発表の場を設けて頂き、有難うございました。今回は、施設の取り組むべき具体的な目標を取り上げました。今後、進めるに当り、テーマを確認し、更に新たな目標を考えたいと思います。

★地域包括支援センター 介護支援相談員 佐藤雅博

やっぱり原稿を書いた方が良かったかな？もっとゆっくり話せば良かった。質問に対し答えていなかったような？反省ばかりですが、貴重な経験をありがとうございました。

★総務課 主事 蓮沼修平

発表順が最後ということで長く緊張していましたが、制限時間内で伝えたいことは盛り込めたと思います。今後も継続して電気使用量を観察し、経費削減に繋げていきたいです。



介護職員初任者研修 開講

8月1日(水)に済生会春日診療所にて平成30年度介護職員初任者研修開講式を行いました。川俣地域ケアセンター主催で実施されるこの研修は今年で11回目の開催を迎え、15名の幅広い年齢層の方々から申し込みがありました。

介護職員初任者研修は、介護初心者や未経験の方などを対象に、介護の基礎的な知識や技術の習得を目的として行われる研修です。

研修のカリキュラムは、130時間の講習受講と筆記試験(合格基準70点程度)により、資格を取得することが可能となります。

現在の日本は、高齢化が一段と進んでおり、2025年には、国民の3人に1人が65歳以上、5人に1人が75歳以上という、超高齢化社会になると見込まれています。これにより、230~250万人程度の介護従事者が必要になると言われていますが、圧倒的に人材は不足しています。そのような環境下において、第11回介護職員初任者研修過程を受講されている皆様には約3か月の長丁場ではありますが、カリキュラムを無事に終了し、介護の資格保有者として活躍されることを心から願っております。

(医事課主任 齋藤智朗)



《 第12回地域医療・福祉親善ソフトバレーボール大会 》開催

4月21日、川俣町体育館で開催した地域のソフトバレーボール大会には、行政機関、消防、医療、福祉の関係者総勢110名、15チームが参加しました。

開会式では、選手宣誓を医事課の新入職員が行いました。表彰式では、優勝チームにトロフィー、賞状の他に、毎年好評を頂いているカップ麺のトロフィーが贈られました。準備は大変ですが参加者の楽しくプレーをしている姿を見ると今年もやって良かったと思えました。

大会終了後、懇親会を行い、大変盛り上がりました。

私は、事務局としてこの大会を通して思うことは、人との繋がりです。この大会も12回を超え、顔の見える連携が出来るようになりました。今後もこの大会を継続し、来年は、自分も選手として出場したいと思います。(医事課 佐久間千穂)



第38回済生会東北・北海道ブロック親善ソフトボール大会 開催

8月19日(日)月館農村広場において済生会親善ソフトボール大会が開催されました。

今年はA・Bリーグに川俣地域ケアセンターの2チームで参加いたしました。残念ながら期待された結果とはなりませんでしたが、今年は比較的穏やかな天候の下、はつらつとしたプレーが随所に見られ、熱中症や怪我人も無く、無事に終えることができました。

この大会は日頃、他部署で業務を行う職員が、共同で取り組むことが出来る貴重な機会になっています。今年は福島県主催ということもあり、前日からの準備、当日の運営や応援等選手以外での協力者もいて、有意義な時間を過ごすことができたと思います。

来年は山形で開催予定となっておりますので、これを機会にソフトボールを通して職員間の親交を今後も深めていきたいと思っております。

(ソフトボール部主将 鈴木 司)



第5回地域医療連携懇話会

6月29日（金）18時30より割烹新川に於いて、第5回済生会川俣病院地域医療連携懇話会を開催しました。この懇話会は、より良い医療を提供するため、地域の先生方からのさまざまな御意見を頂く場として平成26年度から開催されており今回で5回目となります。今年は調剤薬局の皆さまにもご参加を頂き、総勢41名の参加となりました。

大庭副院長の進行で、佐久間院長の挨拶、来賓の川俣町医師会長 鈴木秀先生よりご挨拶を頂きました。

講演第一部では、当院の阿部義宏 事務部長より「当院の現状について」の話しがあり、第二部では福島市医師会長・済生会福島総合病院副院長 岡野誠先生より「地域医療構想について」お話を頂きました。

地域の先生方はじめ医療に従事している方々との意見を交換会する貴重な機会となりました。これからも今まで以上に医療連携（院内・院外）を充実させて行けるよう努めて参ります。

（ 医事課 佐久間千穂 ）



川俣医師会長 鈴木秀 先生



新職員紹介

①出身市町村名

②趣味・特技など

③私だけのひそかな贅沢

④自己アピール



言語聴覚士

コヤマ ルツキ

小山 るつき

- ①福島市
- ②読書、音楽・映画・ミュージカル鑑賞

- ③スタバの新作を飲むこと
- ④コミュニケーションが上手く行えない方への訓練や支援をする職種です。1人1人に合ったケアを追求したいと思います。



看護師

カワ グミ

加藤 久美

- ①本宮市
- ②ゴルフ、読書

- ③調味料にはこだわっています。
- ④精神科の経歴が20年と家族看護を学びました。どうぞよろしくお願ひ致します。



看護師

タカシ ユキ

高橋 有紀

- ①川俣町
- ②昔はスノーボードでしたが今は子育て

- ③特にありません
- ④生まれ育った川俣町に戻って、子供達の近くで働きたいと思っています。1日も早く慣れ、戦力になれるように頑張ります。



看護師

サト ユキ

佐藤 裕子

- ①福島市
- ②読書、道の駅や

- 直売所で美味しい物を探すこと
- ③沖縄式美顔で顔の角質をとること
- ④健康だけが取り柄の年を取った新人ですが、元気に頑張りますので、よろしくお願ひします。



看護助手

カネコ ヨコ

菅野 芳子

- ①川俣町
- ②読書、パズル、最近はナンプレ

- ③コンビニのスイーツを食べること
- ④覚える事が沢山あって大変な仕事ですが、やりがいがある楽しいので、皆さんに早く追いつけるように頑張ります。



看護助手

カネコ ネコ

菅野 仁子

- ①川俣町
- ②料理、DVD鑑賞

- ③お風呂あがりに炭酸ジュースを飲むこと
- ④体調管理に努め、しっかりと仕事を覚えていきたいです。



外来診療予定表

平成31年1月1日より

			受付時間	月	火	水	木	金	土
内科	午前	一診	8:45~11:30	佐々木俊教	数田 良宏	佐々木俊教	大庭 敬	大庭 敬	佐久間博史 大庭 敬 佐々木俊教 数田 良宏 (交代制)
		二診	8:45~11:30	山口 鶴子	君島 弘子	佐久間博史	君島 弘子	君島 弘子	山口 鶴子
		循環器	8:45~11:30		福島医大				済生会福島 総合病院 第2
		リウマチ	8:45~11:30						渡辺 浩志 第1
		糖尿病 外来	8:45~11:30		済生会福島 本間美優樹 第1・3				
	午後	一診	13:00~16:00	大庭 敬	福島医大	数田 良宏	佐久間博史	君島 弘子	
	リウマチ	13:00~16:00					福島医大		
外科	午前	8:45~11:30		福島医大	芳賀 志郎			済生会福島 総合病院	
	午後	13:00~16:00		福島医大					
整形外科	午前	8:45~11:30	福島医大						福島医大
	午後	13:00~16:00			福島医大				
泌尿科	午後	13:00~16:00	山中 直人 第2・4					山中 直人 診 察 14:30~	
眼科	午前	8:45~10:30				福島医大			
	午後	13:00~15:00			福島医大				
皮膚科	午後	13:00~16:00				高橋 博 診 察 14:00~			



済生会川俣病院

電話 024-566-2323 FAX 024-566-2325
<http://www.kawamata.saiseikai.or.jp/>

済生会春日診療所	電話 024-566-2707	FAX 024-566-2707
なでしこ川俣	電話 024-566-2661	FAX 024-566-2665
訪問看護ステーション	電話 024-565-4213	FAX 024-538-2601
川俣町地域包括支援センター	電話 024-538-2600	FAX 024-538-2601
済生会かわまた居宅介護支援事業所	電話 024-566-2657	FAX 024-566-2658

《 巡回バスの運行のご案内 》 (完全予約制)

●飯野・大久保・青木・秋山・小神・月館・小島方面

●飯館・飯坂・大綱木・福沢・小綱木方面

ご自宅のそばまで送迎致します。

予約・変更等、運行に関するお問い合わせは



「うずらふ」

江戸時代 一時期
ブームとなった朝顔が
病院で咲きました。

H30.7.13撮影

済生会川俣病院 地域連携室 024-566-2357