



あゆみ

2014.7
夏号

ayumi ~明日への一歩~

平成26年7月発行 vol.4
済生会今治第二病院



トピックス

在宅介護者を抱える家族会に参加してみませんか？

リハビリ通信

簡単に作れる自助具紹介 ~ソックスエイドの作り方~

イベントだより

介護情報

室内でも熱中症!!

Information News

架け橋となることを目指して ~接遇改善委員会~
ぜひご参加ください♪

ごあいさつ

事務長 矢野栄二



本年4月に就任し、慣れない数か月が経過しましたが、当院の特徴は何といても回復リハビリテーション病棟機能であります。急性期後の重度障害者を医学的管理の下、多職種チームによる集中リハ・ケアにより、日常生活動作(ADL)を改善し、在宅復帰に導くことがその役割です。そのため病棟では在宅復帰に向けてのリハビリが365日行われております。それから、当院は医療に加えて介護サービス機能を事業として行っていることです。訪問看護、訪問介護、訪問リハビリ、通所リハビリ、居宅介護支援を展開しており、医療と連携して退院後のリハ・ケアを継続しております。高齢化社会にあって必要となるサービス機能を併設しており、一環した医療・介護に努めております。当情報誌では、当院の特徴を発信すると共に、医療・介護情報等を発信し、皆様方と病院を繋ぐものとして季節ごとに発刊しておりますので、ご覧くださいますと共に、ご支援の程お願い申し上げます。

済生会今治第二病院の理念

運営方針

私たちは患者様、利用者様との相互の信頼と協力により
良質で安全かつ効率的な医療と福祉を提供します。

1. 高齢者の保健・医療・福祉に責任を持つ施設であること。
2. 高齢者を寝たきりにさせない医療を行うこと。
3. 職員それぞれの能力が十分に発揮できる施設であること。
4. 患者様、利用者様の安全な在宅生活を支援すること。

第二病院には介護者である家族の方が主体となって運営されている会があります。ぜひ皆さんに知っていただきたく今回ご紹介します。

在宅介護者を抱える家族会に参加してみませんか？

突然介護者を抱えてしまった方、いつまで続くかわからない介護に不安や悩みを抱えている家族の方、一人で悩まないで同じ介護の悩みを持つ仲間話すことで少し気持ちを楽にしませんか？

活動日：毎月第4週目の火曜日(13:30～15:00まで)

活動場所：済生会今治第二病院 4F小会議室 ※会の内容により場所の変更あります。

活動内容：主に座談会

趣味活動(料理教室、手芸等)

年に3回程度の勉強会(興味のあるテーマ)や施設見学実施。

親睦会、リフレッシュを含めた食事会を実施。

【過去の勉強会テーマ】

オムツの当て方、緊急時の対応(AED講習会等)、食事について、

介護保険、身障手帳等の制度について、認知症対応について等

現在名簿登録者：24名 ※通常の会への出席者は毎回10人前後です。



平成26年度 第1回目家族会(5月27日)

この日は配食サービスの試食会。減塩食、ムース食を試食。初めてのムース食のお弁当に皆さん驚かれ、「最近はいろんな形態のお弁当があって助かりますね。」といった意見がきかれました。

その後の座談会では介護の悩みだけでなく、アイデア料理のレシピ等いろいろな内容で会話がはずみ、皆さん楽しまれました。

家族会の結成は平成17年。きっかけは、ある家族の方からの声でした。

「みんなどんなにして家で介護をしてるんだろう。私と同じ介護で悩みを持っている人といろいろ話ができるところはないのだろうか？そういうところがあっていいのに...」

当時、今治市社会福祉協議会が行っていた「みかん学級」という認知症対応の会はありましたが、在宅介護者を抱える会は耳にしたことがなく、ないのであれば自分たちで作ってみたいという、この方の強い意志から家族会は結成されました。

あれから早9年。会に参加しているほとんどの方が、ご主人様を取られた方ばかりですが、これからご参加される方とOBとで、いろいろな情報交換をする場としてこの会を利用していただきたいと思います。

当事者同士だから分かり合えること、「頑張り過ぎない介護」を合言葉に、家族会は活動しています。どうぞお気軽にご参加ください。

問合せ：電話0898-23-0100(代)

担当：医療ソーシャルワーカー 鎌田・西村



西村 MSW

鎌田 MSW

簡単に作れる自助具紹介 ～ソックスエイドの作り方～



自助具とは、日常生活で困難となっている動作を自分で出来るようにするための道具のことです。福祉用具の販売店などでも購入できますが、自分で作ることも出来ます。今回は、自助具の中でも簡単に作れるソックスエイドの作り方をご紹介します。

用意するもの

- ・下敷きまたは、プラスチック製の板
- ・ヒモ(1.5mぐらい)
- ・プラスチックフィルム(クリアファイルなど)
またはナイロン素材の布
- ・滑り止めマット
- ・はさみ
- ・穴あけパンチ

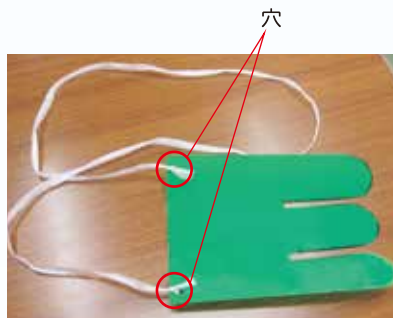
ソックスエイドとは?

ソックスエイドとは、股関節疾患や膝関節疾患などが原因で脚を曲げられず、手がつま先まで届かなくなってしまった方が自分で靴下を履くための自助具です。

作り方



1. 下敷きを写真のようにはさみで切り抜きます。



2. 穴あけパンチで穴を開けヒモを通します。



3. 滑りやすくするために内側にプラスチックフィルムを、外側に滑り止めマットを貼ります。

使い方



1. ソックスエイドを丸めて、靴下を履かせます。



2. 靴下の中に足を入れ、ヒモを引っ張りソックスエイドを引き抜きます。



ここで紹介した作り方はほんの一例ですが、参考になりましたか？

実際に自助具を選ぶ時等は、作業療法士や福祉用具の販売店にご相談ください。

作業療法士 後藤田 麻衣



介護情報

室内でも熱中症!!

25度以上の熱帯夜、28度以上の閉め切った室内は熱中症の危険がいっぱい。

最近、節電に対する意識が高まって、エアコンの使用を控えて熱中症になるケースが多くあります。節電を頑張りすぎた部屋の中は気温や湿度が高くなり、通気性が悪い環境となって発症しやすくなります。

また、直射日光が当たるリビングや、蒸し暑くなるバスルーム、キッチンも、熱中症のリスクが高くなりますので、空気の入替えやエアコンも上手に活用しましょう。

そして何より大切なのは水分補給!! のどが渇いたと思ったら、脱水のサイン! そうなる前にこまめに水分補給をしましょう。水や麦茶、そば茶、スポーツ飲料などをゴクゴク飲むのではなく、チョコチョコ飲んでくださいね。

注意: コーヒーや紅茶などカフェインが多く含まれる飲み物、ビールやお酒、ワインなどのアルコール類には利尿作用があり、体内の水分が排出されてしまいます。水分補給に飲むには向きません。



熱中症の症状と応急処置

軽度: 大量の汗やめまい、筋肉のけいれん

- ①クーラーの効いた涼しい場所へ移動して衣服を緩める。
- ②アイスノンや保冷剤、氷などで体を冷やす。
- ③スポーツ飲料などで水分補給
(塩分を含んだものの方が効果的)

中等症: 頭痛や吐き気・嘔吐、脱力感

①～③の処置をしながら病院へ

重症: 意識障害や体温上昇

すぐに救急車で病院へ

訪問看護ステーション 西野 憲子



お花見



4月5日(土)毎年恒例のお花見ツアーが行われました。小雨の降る中、姫坂神社の前を通り、糸山公園、展望台へ行きました。雨の為車外に出ることは出来ませんでしたが、車窓から見る満開の桜、雨と共に散りゆく桜を皆さん楽しんでいました。来年は晴れるといいな♪



行事予定

- 8月9日(土) 夏祭り
- 10月13日(月) 運動会
- 11月 未定 文化祭
- 12月18日(木) クリスマス会
- 12月20日(土) もちつき大会



来月8月9日(土)には「夏祭り」を予定しています。射的やヨーヨー釣りなど懐かしい出店もありますので、ぜひ第二病院通所リハビリへお越しください!

Information News

架け橋となることを目指して～待遇改善委員会～

【委員会設置の経緯】

当病院は「地域から信頼され、選んで頂ける病院になる」ということを目標に掲げ、全職員が同じ意識を共有して業務に取り組めるよう、また、待遇改善委員会では言葉づかいや見た目の清潔さなどスタッフの待遇意識強化を中心に、平成22年より活動を開始しました。

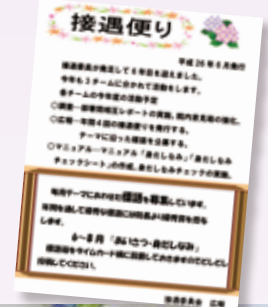
【活動概要】

待遇改善委員会は毎月1回、定期的に行われています。委員会は3チーム（調査・広報・マニュアル）で構成されており、各チームがそれぞれ役割をもって活動しています。

調査：スタッフ間の意識調査や患者様・利用者様へ年1回満足度調査の実施

広報：院内誌『接遇だより』の作成、標語の募集や情報の発信

マニュアル：スタッフの言葉づかいや正しい身だしなみなどのマニュアル作成
上記以外にも、毎年外部講師を招き職員の接遇力向上に力を入れています。



～ご意見箱・ご感想箱を設置しています～

当院を利用される方を対象に、ご意見・ご感想箱への投函をお願いしております。

いただいたご意見に関しましては、広く患者様等にお知らせした方がよいと判断した場合は、掲示の可否をお聞きし、お名前は伏せた状態で回答を掲示させていただきます。

2階 病棟

* 東側エレベーター前

* ナースセンター前

1階 外来

* 公衆電話横

に設置しています。



私ども待遇改善委員会は、皆様に心から喜ばれるサービスを提供できるよう、これからも取り組んでいきたいと思っております。

皆様のご意見・ご感想は真摯に受けとめ、今後に役立ててまいりたいと思っておりますので、お気づきの点がございましたら是非お聞かせください。



ぜひご参加ください♪



糖尿病のつどい ～9月11日(木)開催～

前回6月21日(土)に開催された「糖尿病のつどい」では、

<医師のお話>

- ダニにご用心
- 筋トレのすすめ
- 新規糖尿病薬
- インターバル散歩



<管理栄養士のお話>

夏場の糖尿病患者様の心得

など、これからの季節に注意すべきことを中心にお話がありました。

次回9月11日(木)のつどいでは、医師のお話「低糖質食について」「人間ドック学会の新基準」、そのほか薬剤師のお話を予定しています。

糖尿病の方、ご家族が糖尿病の方、また糖尿病にちょっと興味のある方、どなたでも結構です。できる限り皆様の疑問にお答えしたいと思っておりますので、ぜひお気軽に遊びにいらしてください。(当院に掛かっていない方も大歓迎です!) 予約・費用などは不要です。

電話 0898-23-0100(担当:外来看護師)

介護職員初任者研修 ～9月2日(火)開講～

介護の入門的研修です。当院で働く現役スタッフが、それぞれのエピソードを織り込みながら講義を行います。しっかりと学び今後のスキルアップに役立てていきましょう!

期 間:平成26年9月2日(火)～11月25日(火)

講義・実技:毎週火・金曜日(9時～17時)

施設実習:合計3日間

受講料:70,000円

会 場:済生会今治第二病院 ほか



(5月開講の様子)

詳しくは1階事務所へお問い合わせください。

電話 0898-23-0100(担当:白石)

夏

を美味しく健康に ~オクラ~

いよいよ夏本番!夏を元気に過ごすために、旬の野菜をたっぷり食べましょう。夏野菜には水分やカリウムを含んでいるものが多く、身体にこもった熱をクールダウンしてくれます。今回は夏野菜の一つオクラをご紹介します。

オクラといえば、あのネバネバを思い浮かべますよね。オクラのネバネバの正体は、ペクチンとムチン。ペクチンは、コレステロールや血圧を低下させる働きがあり、動脈硬化、高血圧、糖尿病の予防、また整腸作用も持っています。ムチンは、胃の粘膜を保護して潰瘍を防ぐほか、タンパク質の消化促進といった働きがあります。特に胃腸が弱りがちな真夏には、もってこいのお野菜なのです。またオクラに含まれる食物繊維は、ごぼうやかぼちゃ以上で、豆野菜に匹敵します。便秘にお悩みなら、ぜひ食事に取り入れましょう。



point!

ぬめり成分は組織を破壊するほど増すので、できるだけ細かく刻むと良いです。長く火を通すと外に溶けだしてしまうので生食かさっとゆがく程度にしましょう。

管理栄養士 加藤恒美

レシピ 【トマトとオクラのレモン和え】

材料

トマト	1個	★	レモン汁	小1
オクラ	大2本		麵つゆ(2倍濃縮)	小2
			砂糖	小1/2
			鰹節	3g

作り方

- ①オクラは塩でこすり、表面のチクチク毛を取り、沸騰したお湯で1分程度ゆでる。
- ②トマトは乱切り、茹でたオクラは5mm位の幅に切る。
- ③★をボウルに合わせる。
- ④③にオクラとトマトと鰹節を混ぜ合わせる。

外来診察表

(H26.7現在)

	担当医	診察時間		月	火	水	木	金
		午前	午後					
内科	堀池 (肝臓・消化器)	午前	9時~12時	○	○	○	×	○
		午後	13時~17時	○	○	×	×	○
	田丸 (糖尿病・甲状腺)	午前	9時~12時	○	○	○	○	○
		午後	14時~17時	○	○	○	×	×
	山下 (一般)	午前	9時~12時	×	×	×	○	×
		午後	13時~17時	×	×	○	○	×
外科 形成外科	大塚	午前	10時30分~12時	×	○	×	○	○
		午後	13時~16時	×	○	×	○	○

※土・日・祝祭日は休診となります。

〈受付時間〉 8:30~11:30、13:00~16:00

医療費でお困りの方はご相談ください

社会福祉法人 済生会では、『無料低額診療事業』を実施しています。相談は無料、内容についての秘密は厳守いたします。お気軽にご相談ください。

相談窓口:1階 医療福祉連携室



社会福祉法人 恩賜財団 済生会今治第二病院

〒794-0054 愛媛県今治市北日吉町1丁目7番43号
TEL (0898)23-0100 FAX (0898)23-0300

〔併設機関〕

居宅介護支援事業所さいせい	TEL(0898)33-7373
済生会今治訪問看護ステーション	TEL(0898)33-8810
訪問介護事業所さいせい(訪問入浴)	TEL(0898)33-8830
通所リハビリテーション	TEL(0898)32-6350
訪問リハビリテーション	TEL(0898)23-0100

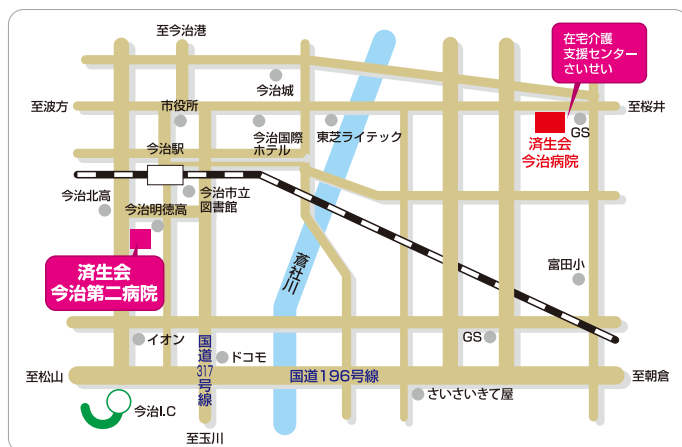
〒799-1502 今治市喜田村7丁目2番41号
今治市在宅介護支援センターさいせい TEL(0898)47-5111
在宅介護支援センターさいせい TEL(0898)47-5111

http://www.imabari.saiseikai.or.jp/imabari2/
E-mail: jimu2@imabari.saiseikai.or.jp

あゆみ 2014.7 夏号 vol.4
発行人/済生会今治第二病院 院長 堀池典生
企画/制作/広報委員会
表紙撮影/病棟 看護師 小草由美



HPアドレス



編集後記

暑さ対策が必要な季節になってきました。一番は熱中症対策になりますが、紫外線対策も忘れないようにしてください。曇り空だからと油断していると…「日焼け」という痛い目にすでに遭った編集後記担当者からのお知らせでした(^_^;;)

