



平成27年4月発行

No.4

峡南医療センターだより



この写真は、ケアセンターいちかわの2階のサービスステーションで、職員が朝のミーティング（申し送り）をしている様子です。

朝のミーティングは、看護師や介護支援相談員、介護福祉士などの関係する職種の職員が、前日・前夜からの入所者一人ひとりの様子を夜勤者から引き継ぎ確認することで、日勤者に日中のお世話の計画を立てる大切な場です。ミーティングは、日勤と夜勤の交代時に行われています。

医師・看護師・介護福祉士・作業療法士・介護支援専門員・支援相談員・事務員等の施設職員（スタッフ）で、日常生活の場を提供しています。

峡南医療センター企業団が発足して、1年が経過しました。

今後も、峡南北部地域住民に安全・安心の医療・介護を提供し、在宅復帰と切れ目のない医療福祉の供給体制が可能となるように、努力していきますので、地域の皆様のご支援を宜しくお願い致します。

発行元 峡南医療センター企業団 山梨県南巨摩郡富士川町鯉沢340-1 富士川病院内
TEL0556-22-3150 FAX0556-22-3151 URL <http://www.kyonan-mc.jp/>
市川三郷病院 TEL055-272-3000 富士川病院 TEL0556-22-3135
ケアセンターいちかわ TEL055-272-5121 サンビューふじかわ TEL0556-22-7301

■施設紹介■ — 介護老人保健施設 ケアセンターいちかわ —

※利用者様の立場に立った看護・介護サービスを提供します。※在宅復帰を支援する施設。

市川三郷病院に併設し、介護を必要とする方を対象とした施設サービス計画に基づき、医学的管理の下で介護や機能訓練、その他必要な医療を入所もしくは通所によって提供する施設です。

○入所者様には、明るく家庭的な雰囲気の中で日常生活上のお世話を行い、自立を支援し、一日も早い在宅復帰を目指します。

○医師や専門スタッフの指導の下、食事や入浴などの生活援助をはじめ、健康管理、リハビリテーション、レクリエーションなどのサービスを提供します。

○介護者の休養や介護疲れをリフレッシュするように短期入所療養介護も利用可能です。

○通所者様の、心身の機能の維持を図り、日常生活の自立を助けるために必要な作業療法等適切なリハビリテーションやレクリエーションサービスを行い、在宅ケアを支援します。

所要時間は、1日6時間以上8時間未満



◀ デイケアの様子と作品



▶ 在宅復帰を目指したリハビリ

《サービス内容》

1. 日常生活動作訓練とリハビリテーションを中心とした医療ケア
2. 疾病予防、処置等、健康管理に関する医学的ケア
3. 食事・入浴・清拭・排泄等の看護、介護サービス
4. レクリエーション等による日常生活へ向けてのサービス
5. 介護予防として要支援1・2の方を対象に短期療養介護、介護予防通所リハビリテーション



▲ 年1回行われる運動会の様子

その他…年間行事

お花見・夏祭り(清流祭)・運動会・クリスマス・節分

催し物

個別レク・バスハイク・イベント食・手芸教室(週1回)・お茶処(毎月1回)・ボランティアとの交流会

施設の概要

- 入 所: 70床
- 通 所: 12人
- 療養室: 個室 4室
2人室 5室
4人室 14室

今後もスタッフ一同、施設の役割を認識し利用者様に安全・安心な医療サービスとリハビリ・看護・介護サービスを提供します。また地域に根付いた在宅支援の拠点として地域の皆様から、愛される施設を目指してまいりますので、ご支援を宜しくお願いいたします。

職員紹介 ケアセンターいちかわ



介護福祉士
一瀬 江美

先輩方から適切な指導やアドバイスを受け、明るく働きやすい職場環境です。利用者様が1日も早く在宅復帰できるようにお手伝いできたらと思っています。信頼していただけるよう、日々励んでいきたいと思っています。



介護福祉士
一瀬ひろ美

常日頃より、笑顔を忘れず利用者様の立場に立って介護をしようと心がけています。私も町内に住んでいますので、地域住民の皆様から信頼され、親しまれる施設になるよう職場の先輩方にご指導頂きながら頑張っていきたいと思っています。



看護師
畑川 竜也

勤務して早くも1ヶ月が過ぎました。明るく楽しい職場です。人生の先輩である高齢者の方と接する中で、利用者様から学ぶ事もたくさんあり、良い刺激を頂いています。高齢者に必要なリハビリの視点・知識・技術を深め、今後も地域住民の皆様から求められる看護を提供できる人材に成長していきたいです。

●●●● 感染対策 日ごろの注意 ●●●●

春を迎え、毎朝、早起しやすくなりました。人間(動物)の季節による行動変化は日の長さに関係しています。外出する機会が多くなる季節ですが、暖くなる春は花粉症の季節です。花粉症は花粉アレルギーの人だけが対象ではなくストレスやたばこの煙、排ガスなどの刺激臭が発症のきっかけとなります。まず、「**花粉を体に入れない**」こと。具体的には、**外出の際には、マスクや帽子、花粉症防止用ゴーグルなどを使用、花粉の付着しにくい服を着用し、外出の時間帯を限定し、帰宅後は服や髪についた花粉を払う、布団や洗濯物は外に干さない、室内のまめな清掃と、空気清浄器の使用などが挙げられます。手や顔を洗い、うがいをする**ことは効果的です。「**花粉を体に入れない**」ことや手洗い、うがいは今季流行したインフルエンザやノロウイルス予防対策にも共通することで、感染症に対する予防策は万人が行う必要があります。

季節の移ろう中で、感染症対策のために、**免疫力を高め、体調を管理することが重要です。「喫煙している人は節煙する」「飲酒の多い人は適度の飲酒にする」「質の良い睡眠」「適度な運動」「ストレスをためない：笑う・十分な休養」「体温を下げない」「バランスの良い食事」**等があげられます。個々の性別や年齢、嗜好により、其々の対策が違ってきます。大切なのはご自身の身体に向き合っていくことです。

■■■■■■■■■■ お花見シーズン到来!! ■■■■■■■■■■ アルコールの飲み方に注意を!

花粉の飛散率いよいよ本番に入り、花粉症の人にとっては悩まされる時期となりましたが、徐々に陽も長くなり、日々春の訪れを感じます。

春は出会いと別れのシーズン。歓送迎会・お花見などイベントも一気に増えアルコールを飲む機会も増えてきます。今回はアルコールの基礎知識と飲み方についてお話します。



アルコールの目安はどのくらい?

アルコールの代謝能力には個人差があり、お酒に弱い人や女性は、お酒に強い人に比べ、はるかに少ない量で酔ってしまいます。また、強い人であっても、体格や年齢の差、飲酒をするときの体調によっても酔いの具合が違ってきます。

アルコール摂取量の基準とされるお酒の1単位とは、純アルコールに換算して20gです。この1単位を各種アルコール飲料に換算すると、**ビールは中びん1本(500ml)、日本酒は1合(180ml)、ウイスキーはダブル1杯(60ml)、焼酎0.6合(110ml)**が目安となります。

飲み方10ヶ条



- ① 笑談し楽しく飲みましょう!
- ② 食べながら適量範囲でゆっくりと
- ③ 強い酒 薄めて飲むのがお勧めです



- ④ つくろうよ! 週に2日は休肝日
- ⑤ やめようよ! いきなり長い飲み続け
- ⑥ ゆるさない! ヒトへの無理強いイッキ飲み
- ⑦ アルコール 薬と一緒に危険です
- ⑧ 飲まないで 妊娠中と授乳期は
- ⑨ 飲酒後の運動・入浴 要注意
- ⑩ 肝臓など 定期検査を忘れずに



健康保険の給付は「現物給付」（＝療養の給付）と「現金給付」とに分かれます。「現物給付」の中身は、「診察」「薬剤または治療材料の支給」「処置・手術その他の治療」「在宅療養上の管理及びその療養上の世話、その他の看護」「病院・診療所への入院、その療養のための世話、その他の看護」を指し、それらの「医療行為」（「医療サービス」ではありません。）を直接給付することをいいます。

「現物給付」は、保険証に定めた「一部負担金」を支払えば、保険医療機関であれば全国どこでも同じ給付を受けることができます。その意味ではたいへんすぐれた制度です。

一方、「現金給付」は「療養費払い」（または「償還払い」）といって、かかった医療費の全額（10割分の現金）を医療機関に支払って、その領収書を持って保険者に請求することで一定額が戻ってくる仕組みです。「医療サービスを購入する。」という考え方になります。（介護保険制度はこの「現金給付」の考え方を採用しています。ただし、運用としては「現物給付」の形をとっています。）

健康保険制度の「現金給付」には傷病手当金や出産手当金、出産育児一時金などがあります。

医療保険制度と介護保険制度の一部負担金の考え方には大きな違いがあります。 次回に続く。○

谷村詩織さんの共鳴ライブ

シンガーソングライターの谷村詩織さんの共鳴ライブが2月21日（土）、富士川病院ホールで行われました。

詩織さんは歌手の谷村新司さんを父に持ち、音楽・歌を通して共に生き、共に感じた時に起きる共鳴という奇跡を、日本各地を旅しながら紡いでいます。

ライブでは、童謡の「赤とんぼ」や「上を向いて歩こう」オリジナル曲などを約45分にわたり披露しました。谷村さんの歌声に、富士川病院、サンビューふじかわの患者さんや入所の方、付添の方などがリラックスした様子で聞き入っていました。

また、谷村さんは同日、富士川町で行われた父・谷村新司さんのコンサートに共演し、病院での共鳴ライブを紹介していました。



お詫びと訂正

峡南医療センターだよりNo.3において誤りがありました。お詫びして訂正いたします。

職員紹介欄 誤：相談・連携室 介護福祉士 正：相談・連携室 社会福祉士

編集後記

谷村詩織さんの共鳴ライブでその歌声が心に沁みました。手拍子とともに、時には病院のエントランスホール一杯の聴衆からの歌声があがり、ライブはあっという間でした。音楽の素晴らしさを感じるひと時でした。

谷村さんのライブを遡ること3時間ほど、富士川病院の山根先生をはじめとした病院職員による糖尿病教室が富士川町で開かれました。詳細は次号でお知らせしますが、日頃の運動不足とメタボの数値改善を痛感した教室でした。

編集委員一同