



平成26年11月発行

No.2

# 映南医療センターだより



この写真は、サンビューふじかわ通所リハビリテーションで制作されたぶどうの立体貼り絵です。

通所リハビリテーションとは、老人保健施設に日帰りで通い、リハビリテーションやレクリエーションを通じて、身体機能の回復や機能向上を図り、閉じこもりを防止するために設けられたサービスです。

毎日のレクリエーションの時間を使って利用者様の機能と意欲を高めながら、楽しく作業ができるように取り組みました。

ぶどうの立体貼り絵は、芯に厚紙をまいてぶどうの房の部分を作り、葉は切り絵で仕上げています。利用者様に全体の構図やバランスを確認してもらいながら仕上げた作品です。秋の風物詩として、サンビューの利用者様、ご家族様はもちろん、働く職員の心を和ませてくれています。

## ■施設紹介■ 介護老人保健施設

### サンビューふじかわ

自然あふれる環境の中で 生きがいのある  
健康的な生活への復帰をお手伝いします

サンビュー夏祭り 8月2日  
よさこい囃子連による「よさこいソーラン」



「家族の心で家族と思ってお世話させていただく。」玄関を入るとこんな言葉が最初に目に入ります。明るく家庭的な雰囲気の中で、利用者様が一日も早く家庭へ復帰されることをこの言葉に込めています。

当施設の入所フロアは2階51床、3階49床を備え、合わせて95名前後の利用者様が職員の介助の下で日々生活されています。

誕生日会、花見、買い物、外での食事会等、すべての利用者様に喜んでいただけるように、いろいろな計画をたてています。また、通所リハビリでは毎日25名程の利用者様が施設や家族の送迎で来られ、手芸・木工・カラオケ等それぞれに楽しい時間を

すごされています。

夏祭り・運動会・新年会は施設の三大行事で、特に夏祭りは利用者様の家族にもご出席いただき、職員の劇や屋台の出店、ボランティアの方々の踊り等盛りだくさんの内容で実施し、いつもとは違った利用者様の笑顔や歓声が会場にあふれます。

これからも職員全員がご本人、ご家族とのコミュニケーションを大切にし、利用者様に満足していただけるサービスができるよう心がけ、地域の皆様に愛される介護老人保健施設を目指して頑張ります。

## ●居宅介護支援センター(居宅介護支援事業所) TEL0556-22-8251

サンビューふじかわには居宅介護支援センターが併設されています。

介護保険における要支援、要介護の方の在宅介護・看護の相談、居宅介護サービス計画書(ケアプラン)の作成とデイサービスや、ヘルパー・訪問看護師等、サービス担当者との連携、サービス調整、医療機関や介護施設との連携など役割は多岐にわたります。

毎月利用者様のご自宅を訪問し、生活の様子やご意向をお聞きして、介護されているご家族の健康相談もしています。

現在ケアマネージャーは一人ですが、出来る限り住み慣れた地域のご自宅で過ごせる利用者様が增えることを願いながら、日々奮闘しております。

峡南医療センターが在宅看護・医療を推進する一助となるよう今後も頑張りたいと思います。

## 職員紹介 サンビューふじかわ



介護福祉士  
松崎 多加志

同世代や男性職員が多く心強く感じています。介護とは何か、先輩方に温かく教えていただき、充実した日々を送らせていただいています。まだまだ未熟者ですが、早く一人前になり、利用者様やご家族様またスタッフからも信頼を得られるよう日々励んでいきたいです。



介護福祉士  
小松 英孝

職員の笑顔が多く、また、利用者様への気遣いや心遣いができる職場だと感じました。自分自身が介護方法などの悩みに直面した時にアドバイスをくれたりと、勤務しやすい職場です。介護スキルの成長とともに、介護職・看護職が1つのチームとなったケアの確立と、地域から愛され、親しみのある施設にしていきたいです。



准看護師  
谷 美幸

私は新任の准看護師です。今は業務の内容を覚えるのに精一杯ですが、利用者様との楽しい会話に、日々活力をいただいています。明るく健康的な生活をお手伝いしたいと思っています。

## インフルエンザの季節がやってきました。インフルエンザと普通の風邪はどう違うのでしょうか。

風邪は様々なウイルスによって起こります。風邪とは、発熱、のどの痛み、くしゃみや咳、鼻水等の症状を発症する病気の総称です。普通の風邪は発熱も高くなく、重症化することはあまりありません。しかし、インフルエンザはのどの痛み、鼻汁、咳等の症状に加え、38℃以上の高熱、頭痛、関節痛、筋肉痛等全身の症状が強く現れます。小児ではまれに急性脳症を、高齢の方や糖尿病など免疫力の低下している方では肺炎を合併し重症になることがあります。又、一旦流行が始まると、短期間に多くの人への感染が広がります。

### 〈インフルエンザにかからないためのポイント〉

#### 1) 流行前のワクチン接種

インフルエンザワクチンを接種することで、発病する可能性を軽減し、罹ったときの重症化予防に有効とされています。

#### 2) 飛沫感染対策としての咳エチケット

インフルエンザの感染経路は咳やくしゃみで発生する小さな水滴(飛沫)による飛沫感染です。したがって、飛沫を浴びないようにしてください。そのために普段から咳エチケット(①咳やくしゃみを他の人に向けて発しない、②咳やくしゃみが出るときはマスクをする、③手のひらで咳やくしゃみを受け止めた時はすぐに手を洗う、④咳やくしゃみをするときは他の人と1mは距離をおく)を守ってください。感染者がマスクをすると、感染を抑える効果が高いと言われています。

#### 3) 外出後のうがい・手洗い

外出後は必ずうがい、流水・石鹸による手洗いを行ってください。流水と石鹸による手洗いは、手指についたインフルエンザウイルスを物理的に除去します。

#### 4) 適度な湿度の保持

空気が乾燥すると、気道粘膜の防御機能が低下し、インフルエ

ンザにかかりやすくなります。特に乾燥しやすい室内では、加湿器や室内に洗濯物を干して適切な湿度(50~60%)を保ってください。

#### 5) 十分な休養とバランスのとれた栄養摂取

体の抵抗力を高めるために、十分な休養とバランスのとれた栄養摂取を日ごろから心がけましょう。

#### 6) 人混みや繁華街への外出を控える

インフルエンザが流行してきたら、人混みや繁華街への不要の外出を控えましょう。

#### 7) ご家族が、インフルエンザ症状の人がいる時

症状がある場合は病院を受診してください。家庭内では、マスクを着用し、他のご家族と一緒に食事や会話は極力避けてください。抗インフルエンザ薬の治療によりインフルエンザウイルスの排出量は減少します。症状が改善しても、1週間はマスクの着用をしてください。

参考:厚生労働省HP健康・医療「インフルエンザ」

[http://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou\\_iryuu/kenkou/kekaku-kansenshou/infuflenza/](http://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/kenkou/kekaku-kansenshou/infuflenza/)

## ■医学生の早期臨床体験実習

9月9日~12日にかけて山梨大学医学部の医学生1年生が、県内の病院への見学実習の一環として、峡南医療センターの市川三郷病院・富士川病院の2病院に来ました。

まだ入学して5か月半、合計17名の学生は病棟の看護ケアの見学や放射線検査室・臨床検査科・リハビリ室・透析室等を見学し、各専門職の技師から説明を受けました。学生として初めて患者さんや専門職者と接して、「患者さんと1対1で話せて個人の思いを聞くことが出来て良かった」、「看護の仕事の大変さが分かった」、「医療は医師だけでは成り立たず、チームで行うことで成立することを知った」等の感想が聞かれました。受け入れる側としてうれしい意見が聞けたことが収穫でした。この体験を生かして、将来峡南地域の医療の担い手となってくれることを希望しました。医師の卵たちに将来あれ!



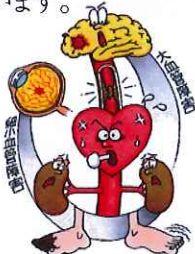
## ●●●●●●●●●● 11月は糖尿病月間 ●●●●●●●●●●

今や日本も、予備軍を含め5人に1人が糖尿病という時代となってしまいました。世界では、毎日糖尿病が原因で亡くなっている方は8秒に1人いると言われています。11月14日は世界糖尿病デーです。この機会に糖尿病について一緒に考えましょう。

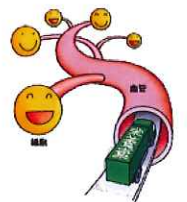
### 〈合併症ってなに!〉

糖尿病で良く聞く言葉…「合併症」。これが何を意味する言葉か知っていますか?

はじめに…昔から「人は血管とともに老いる」と言われてきました。ヒトの体は膨大な数の細胞の集合体です。この細胞一つ一つが元気に働く為には、酸素や栄養素が必要です。その酸素や栄養素を運んでいるのが血液なのです。つまり…血液の供給路である血管はいわば「からだのライフライン」。そのライフラインに障害が発生してしまうと、そこから先にある細胞が生きていけず、筋肉や臓器などの活動が低下してしまいます。



ヒトはだれでも歳とともに血管の老化現象が進行していきます。糖尿病は血管の老化を早めます。「糖尿病性血管障害」はその一つです。糖尿病は「合併症の病気」と呼ばれるほど、様々な合併症が併発して起こり得る病気です。糖尿病の合併症とは、たまたま病気として併発するのではなく、「糖尿病の治療が不十分である為にそれが元となり発病してしまう病気」と言う意味なのです。糖尿病の「合併症(併発症)」=「糖尿病性血管障害」の中で、頻度の高い障害は、神経、眼、腎臓に障害が起こりやすくなります。



### 糖尿病教室開催のご案内

11月20日(木)、12月18日(木)、2015年1月22日(木)いずれの日も15時から16時まで場所は富士川病院2階大会議室です。ふるってご参加願います。参加は無料

## ■ 峡南医療センター・相談室から…

最近では医療費負担を心配する相談が増えています。病院の医師は診察や検査を通してその症状や病気への処置をしたりお薬を出します。それらの診療行為は全て診療点数に換算されます。診療点数は医療費の「公定価格」になります。診断・検査・処置・手術・投薬・看護等々、必要な診療行為のすべてにその診療点数が定められています。

具体例でいいますと、医師にはじめて診てもらおう行為は282点と決められています。この点数が基になり自己負担が決まってきます。医療保険証で決められた自己負担分の請求になります。

次回に続く。

## ■ トピックス

▶ 救急の日のイベントで一日救急隊長を務めました。富士川病院の看護師赤池有希さんが



(9月9日 峡南消防本部北部消防所)

▶ ケアセンターいちかわ「第一回清流祭」沖縄三線めんそーれによる「沖縄民踊」



(9月7日 ケアセンターいちかわ)

## 市川三郷病院 診療のご案内 (午前診療の受付時間:午前11時30分まで)

	月	火	水	木	金	診療時間
内科	○	○	○	○	○	午前のみ診療
循環器	○		○		○	
呼吸器内科特診	○		○			午後1時30分～3時 (要問合せ)
外科	○	○	○	○	○	午前のみ診療
心臓血管外科特診					○	月2回 午後1時30分～3時
泌尿器科	○	○	○	○	○	午前のみ診療
眼科	○	○	○		○	午前のみ診療
整形外科	○	○	○			午後のみ・完全予約制 (初診:要相談)
皮膚科	○		○		○	午前のみ診療
耳鼻咽喉科		○		○	○	午前のみ診療
脳外科		○				午後2時～3時
婦人科			○		○	午後2時～3時 (完全予約制)
小児科	○		○	○		午後2時～3時30分

## 編集後記

8月7日は市川三郷町の神明の花火大会。当医療センター富士川病院からも望むことができました。一日の勤務のあと、ファインダー越しの夏の風物詩は、酷暑のひと時の清涼感となりました。

今年の夏は短く感じ、秋の深まりがとても速く駆け足でやってきた感があります。皆さん体調の管理にはくれぐれもご注意を!!



編集委員一同

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