



ふれあい

やまかみニュース

鳴門山上病院

介護老人保健施設 嶋山荘 やまかみ 訪問看護ステーション

TEL687-1234 (代)

TEL687-1005(代)

TEL683-6265(代)

■発行■ 医療法人 久仁会

homepage <http://www.kyujinkai-i-mc.or.jp>
E-mail info@kyujinkai-i-mc.or.jp

鳴門市地域包括支援センター やまかみ

TEL683-6727(代)

〒772-0053 鳴門市鳴門町土佐泊浦字高砂205-29

民主党が大勝で政権を獲得しました。それにより民主党はマニフェストに沿った政策を強力、半ば強引に推し進めようとしています。

鳴門山上病院 介護老人保健施設 嶋山荘 やまかみ 訪問看護ステーション

TEL687-1234 (代) TEL687-1005(代) TEL683-6265(代) TEL683-6727(代)

八ツ場ダムのように対話せずに有無を言わさぬ強権的な対応はいかがなものと思われるし、この不況による税収の落ち込みにもかかわらずマニフェストを実現するため、バラマキといわれかねないほど予算が拡大し、それを実行に移すため公的に反して50兆円前後の赤字国債が発行されそうです。

医療についても、ますます療養病床は削減しないと一応述べられていましたが、現在の療養病床に加えて介護療養病床の廃止法案の廃止についても全くマニフェストに書かれていません。そして、今後予想される急性期病床から療養病床等へ転換される大量の慢性期病床増加についての許容は全く述べられていません。

後期高齢者医療制度も見直しがされます。が、もはや以前の老人保健制度に戻することは出来ません。

市町村が保険者の国保財政の破綻が進行し、その是正のため83年から老人保健法が実施されました。ある程度豊かでその運営に大きく影響するが、現行の療養病床に加えて介護職員待遇改善の交付金も新政府でも継続されますが、対象者は介護サービスでも介護職員のみで、医療施設の介護職員は計算外であり、また高齢者医療はチーム

関わっている健保財政も悪化し、企業負担も次第に困難となり、高齢者自己負担の増額等でも対応しきれず後期高齢者医療保険が開始されました。後期高齢者保険では保険料の天引きが諸悪の根源のよう取り上げられていますが、介護保険も天引きが原則とされていたり、これについての批判は行われていません。福田元總理当時マスコミの批判ですぐにころつと名称を変更するなど信用がなくなるような政府対応でさらに批判が高まり、改善でなく根本的な見直しどなりました。

少子化対策等子供に対する子供手当などかなり改善が計画され、予算も具体的に検討されていますが、高齢者医療に対しては推進と言われているものの具体的には述べられておらず、医療法人の特養への転換に伴う交付金が廃止と伝えられ、逆に締め付けと解釈できる点もみられ決して安心できません。



ボランティア鳴門西さんによる菊の鉢植えです。今、まさに見頃です。患者様にも大変好評です。観にいらしてくださいね☆

医療法人 久仁会

理事長 山上 久

政権交代の高齢者医療・介護への影響

医療で介護職員だけで介護に携わっているのではなく他の職種の評価もしてほしいものです。よりよい慢性期医療を提供できるよう、新民主党政府に訴えてゆくつもりです。

『骨粗鬆症（こつそしょうじょう）の予防』

リハビリテーション

リハビリテーション部門 総括士長 直江 貢

食事や運動、嗜好品など、長年の生活習慣も影響して生じる骨粗鬆症は、骨の生活習慣病ともいわれています。骨粗鬆症は、骨密度（カルシウムなどで作られる骨の内部密度）が少なくなつて「骨がすかすかになる」状態のことをいいます。いわゆる、「骨が弱くなった」状態で、これにより骨折しやすくなります。また、問題は、その後痛みの為に活動量が減少し、介護が必要になつたり、寝たきりになつてしまふ恐れがあるということです。したがつて、日頃から『骨粗鬆症の予防』に努める事が大切です。

偏った食事や運動不足は骨密度を低下させ、骨折の危険因子となります。

今回は予防の観点から、『食事療法』・『運動療法』について考えてみましょう。

【食事療法】

骨の材料となるカルシウム、骨代謝を盛んにするビタミンD、骨の形成を促すビタミンKを十分に摂り、食事全体の栄養バランスやカロリー量にも配慮しましょう。

高齢になると、食の好みが変わつたり、小食になつたりしてタンパク質の摂取量が不足する傾向がありますが、タンパク質も骨の材料となり骨を丈夫にしますので、意識して摂取しましょう。

【運動療法】

運動不足は骨密度を低下させる要因です。骨にカルシウムを蓄えるためには、「体重をかける」事が大事。日常生活の中で階段の上り下りや散歩などを取り入れ、運動量を増やすだけでも効果があります。

骨密度の低下防止特に有効な運動は、ウォーキング・ジョギング・エアロビクスなどです。適度な運動が骨代謝を盛んにし、骨を強くする(骨密度を高める)のに有効です。

体力に自信のない方や何年も運動をしていないという方は、無理をせず、とにかく外に出て歩いてみることから始めましょう。外に出かければ日光浴もできるので、骨の為には一石二鳥です。

逆に重い物を持ち上げる、強く体をねじる、転倒の危険があるといった運動は要注意です。

できるだけ早い時期からよい生活習慣を取り入れ、骨粗鬆症と骨折の予防に役立ててください。

運動療法についてのお問い合わせは、リハビリテーション部門へお寄せ下さい。

★インフルエンザ注意報!!

全国的に新型インフルエンザが猛威をふるっています。特に幼、小、中、高校生の学級閉鎖、学年閉鎖が相次いでいます。咳エチケットを守り、手洗い、うがい等で感染の予防を心がけましょう。

◎咳やくしゃみをしているときはマスクをつけましょう。

- ・咳・くしゃみをするときはティッシュ等で口と鼻を押さえ、他の人から顔を背けて、1m以上離れましょう。
- ・鼻汁、痰などを含んだティッシュはすぐにフタ付きのゴミ箱に捨てましょう。
- ・押された手はすぐに、石けんで手洗いするか、消毒用アルコールで消毒しましょう。

◎外出後は手洗い、うがいを励行しましょう。

- ・手洗いはまず、流水でよく洗い、その後、石けん(液)をよく泡立てて、15秒以上洗いましょう。指の股の間や、爪先も丁寧に洗いましょう。
- ・不特定多数の人がいる場所や、不特定の人が触れた物を触った後は手洗い、うがいをこまめに行いましょう。

◎不要な外出や人混みは控えましょう。

- ◎十分な休息や、睡眠、栄養をとり、規則正しい生活を心がけましょう。
- ◎インフルエンザかなつと思ったら、通院前に、医療機関に電話で問い合わせてから受診の指示を受けましょう。
- ◎持病のある方や、感染することで重症化するリスクの高い方はなるべく早めに医師に相談しましょう。



第7回生活支援工学系学会連合大会 9月24日～26日

- ・ベッド高の相違による重量物持ち上げ動作時の生理学的検証

米津金吾

第9回徳島県作業療法士学会 10月4日

- ・当院における大腿骨近位部骨折クリニカルパスの取り組みについて

平田哲也

第20回徳島県理学療法士学会 10月18日

- ・当院における車いす集中管理システムの紹介

廣田香織

- ・脳卒中片麻痺患者に対する麻痺側への荷重練習が歩行動作に及ぼす影響
～運動学習に基づく治療を実施した一症例の検討～

福田俊也

第38回国際理学療法士学会 11月14日～15日

- ・慢性期におけるリハ・ケアの再考 ～短期集中リハアンケート調査結果からの検討～

開野正嗣

- ・酸素摂取量と車いす駆動トルクによる身体負荷の生理学的検証
～車いす駆動時におけるエネルギー消費の定量化に関する研究～

松下征司

- ・アイカメラを用いたバリント症候群におけるランドマーク課題中の視線の検討

小川 聰

ボランティア

毎週水曜日に喫茶コーナーが開催されているのは、ご存じでしょうか?ボランティアのみなさまのお陰で、1階ホールにてコーヒーや紅茶、日本茶など患者様はもちろん、ご家族様、お見舞いの方々に楽しんでいただいています。そんなコーナーに新しいボランティアさんが仲間入りしてくださいました。《鳴門教育大学 大学院 臨床心理学専攻科》の学生さんです。授業の合間に患者様の話し相手になってくださっています。皆様も楽しい談笑の仲間入りしませんか??



この度、鳴門山上病院様の院内広報に私達鳴門教育大学院臨床心理士養成コース5名の事を載せていただく事となり、とても光栄に思っています。

鳴門山上病院のホームページを拝見していきなり飛び込みでボランティアさせていただきたいとお伝えしたにも関わらず、スタッフ一同が快く受け入れてください、水曜日にボランティアに行くのを毎週待ち遠しく感じています。入所者様やその御家族様との触れ合いを通して学ぶことも多く、文献や教科書では分からぬ実際の現場での貴重な勉強をさせて貰っています。スタッフの皆様から、色々なことを教えて頂き、改めてチーム医療の重要性を実感しました。

この夏から病院のご好意で可愛いエプロンを購入していただき、とても嬉しく感謝しております。ありがとうございます。これからも頑張りますので今後ともご指導の程宜しくお願ひします。

鳴門教育大大学院
傾聴ボランティア・ラボール会
門口 祐子



あじいちゃんありがとう おばあちゃんありがとう



いつまでも元気でね

長生きしてね



平成21年9月2日(水)に鳴門市より長寿者(99歳以上)の慶祝訪問がありました。鳴門市役所の方からは健康福祉部長さまを始め職員の方々がいらっしゃいました。山上病院内では7名の患者様がいよいよの家鳴山荘では4名の方が祝福をうけました。



「長寿おめでとうござります」

平成21年9月21日の敬老の祝日に徳島県国保長寿医療課の鳥養課長様が101歳以上の患者様の慶祝訪問において101名の病室へ訪問され、賞状と記念品を渡されました。皆様お元気で笑顔でお受け取りになり、「有難うございました」とお礼の言葉を伝えられました。課長様は、「山上病院にはご長寿の方が多いですね」と感心しておられました。

鳴門東小学校のみなさん

ありがとうございます

平成21年10月1日に鳴門東小学校の一年生が四年生の皆さんに敬老の慰問に来てくださいました。子供達の元気な踊りや演奏や歌声に患者様や入所者様は思わず笑顔がこぼれ、手拍子が響きました。

若い頃に口づさんだ懐かしい童話を元気よく大声で歌ってくださいました。その様子に患者様はぎこちなない手で思わず手拍子したり一緒に歌つたり、昔を思い出して涙をこぼしたりしていました。

触れ合いタイムでは子供達が一所懸命に作ったカレンダーや色紙の首飾りを配つて下さいました。そしてその小さない手で患者様の肩を「叩かせて貰つて良いですか?」と笑顔を見せながら、音楽に合わせトントンと肩たたきをしてくださいました。どの患者様もうれし泣きで、涙を拭きながら「有難う、有難う」と感動している姿が見られました。「こんなにでもろて:長生きしてよかったです」と笑いておられた患者様もおいでました。

鳴門東小学校の皆様 元気を分けて頂き本当に有難うございました。

院内行事 敬老会

去る9月19日に毎年恒例の敬老会が行われました。

今年も、つたの会の皆様の素敵なお踊りを患者様、利用者様と共に楽しめられ樂しいひとときを過ごされました。

最後に職員による『長生きしゃんせ』を踊り締めくくりました。

来年も入所者様をはじめ職員一同より心よりお待ちしております。

3ヶ月に一度の恒例の誕生会です。

施設長はじめ、スタッフ一同、毎回利用者様と共にお祝いできることをとてもうれしく思っております。

ステップ・誕生会



利用者様の笑顔
サイコー!!





鳴山荘・なつまつり・ステップ



7月23、24日通所リハビリテーション『ステップ』にて、夏祭りを行いました。

併設老健『鳴山荘』からも参加され、にぎやかに合同の夏祭りとなりました。

変化のない生活の中、楽しみ、生活にメリハリができ、行事により元気になってもらおうとスタッフ一同、一所懸命頑張りました。ヨーヨーでは利用者様から子供のような笑顔、懐かしさの涙を見ることができ、とても印象的でした。



まが所仕な⑤④③②①
ら健千葉淳平
事の面でまだ不慣れな
事に対しても一所懸命こ
思っています。
徳島県介護福祉士



⑤心地良い時間過ごして
いただけるよう頑張りたい
と思います。
どうぞ宜しくお願い致し
ます。
①藤田亜希代
徳島県介護福祉士

た⑤④③②①
い徳島県病原
顔島ルバ陳
いと思
ますす
2級
頑張り
西都



⑤明るく楽しく仕事をした
いと思います。
徳島県介護福祉士



①福島久子
②病棟西
徳島県介護福祉士
④愛媛県
⑤いつも笑顔で
患者様に接していくように
頑張ります。



①賀川深代
徳島県介護福祉士
④③②③病棟西
⑤どんな場でも落ち着いて笑
顔で対応して安心して頂け
る介護をしていきたいです。
西都



新入職員紹介



⑤④③②①
自出資配氏
自身格屬名
P地
R部署



椿本
リハビリ
椿本さん
真央ちゃん
平成20年12月28日生まれ

☆ママより一言

いつもまわりを明るく照らす
太陽のような子に育ってね☆☆

栄養 岡田さん
せな
岡田 世那ちゃん
平成21年7月10日生まれ



☆パパより一言

イタズラは程々にね



石橋
リハビリ
石橋さん
祇乃ちゃん
平成21年1月23日生まれ

☆ママより一言

たくさん食べて大きくなってね。

はじめまして
どうぞよろしく



老健 久次米さん
久次米永遠くん
平成21年5月14日生まれ

☆ママより一言

男前でしょ



3 西 生藤さん
たいし
生藤 大侍くん
平成21年4月20日生まれ



☆ママより一言
目指せ、侍ジャパン！！！

栄養科 明賀さん
ゆきの
明賀 友紀乃ちゃん
平成21年7月20日生まれ



☆ママより一言

たくさん食べてたくさん笑つ
て明るく元気に育ってね！！

元気によくよく
育ってね



3西 西尾さん
西尾真紀ちゃん
平成21年5月3日生まれ

☆ママより一言

元気ですかやかに ♡ ♡

「川柳の会」

・阿波太鼓 生きる喜び バチに込め

・サーファーの本音

古事記

・裏庭に 散り出されし ひき白に

亡父か極元た
不蓮源吹く

雨あとの 庭にひどき 月ありて
森より聞こゆ 雲の声

前川信江

秋の空 窓に集ひし 鳥の声

卷之三

一九一九年五月の事
群くを見て ほぐみたり

五
卷



A black bowl filled with miso soup. The soup contains large cubes of white tofu, several pieces of pink salmon, and a generous amount of bright red salmon roe (ikura) floating on top.

院内行事予定

クリスマス会

12月

この夏、当院で患者様やご来院者の皆様に耳からの涼をお届けしてくっていた鉛虫君達です。数回の脱皮を繰り返しながら育つてきました。食欲も旺盛で、キュウリやなすも次日の日には半分くらいになっていました。季節感のない療養生活に少しでも樂しみをお届けできただしょーか?

すずむしの由

「リハビリクリッキング」

編集後記

1作り方
けは一口大の角切りにする。大根、人參、
里芋は皮をむき、たんざく切りして下ゆで。
焼き豆腐は一口大に切る。かんようは水
に切る。水と煮干しを鍋に入れてだしをとり、
しよゆと味を調える。
3の汁に下ごしらえした1、2の具を入れ、
さけに火が通るのを目安に温めり、
椀をのせる。たまるとんを入れ、4を盛り、イクラ

Aか	焼 んきん	里 芋	大 根	塩 けち	角 （4人分）
いし くら うし ゆ	水 干 し り ゆ	豆 上 下 く め	や く く く め	・ ・ ・ ・ ・	・ ・ ・ ・ ・
104	尾 カ	1	1	4	5 2 4
	ツ ブ	本 4	/	個 2	枚 mmれ
大き さじ	丁 枚				

まもなく（いわゆる）インフルエンザの流行期がやってきます。今年は新世界的大流行）があり、通常は流行のみられない夏にもインフルエンザの発症が続いています。ワクチンで予防できる疾患はすべてワクチン接種を行うべきなのですが、10月15日現在で、いつワクチン（特に新型インフルエンザ）を摂取ができるかがかなり流動的な状態です。季節性と新型の同時接種が可能であれば（外国では5種類・6種類同様接種は普通です）、いいのですが、供給が間に合わなければ流行期にすれば、なんでもしまう可能性もあります。いろんな状況が想定できるので、自分です。予防法の徹底が大事と思われます。みなさんしっかり手洗いをしましよう！