



やまかみニュース

■発行■ 医療法人 久仁会

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

鳴門山上病院

介護老人保健施設
いこいの家

鳴山荘

やまかみ 訪問看護
ステーション

鳴門市地域包括
支援センター やまかみ

TEL687-1234 (代)

TEL687-1005(代)

TEL683-6205(代)

TEL683-6727(代)

〒772-0053 鳴門市鳴門町土佐泊浦字高砂205-29

鳴門に住もう！

医療法人 久仁会

理事長

山上 敦子

現在徳島県では「地域医療構想」の策定が進んでいます。今年中には医療審議会を経て、県議会で成案となる予定です。「地域医療構想」とは、2025年に向け、病床の機能分化・連携を進めるために医療機能毎に2025年の医療需要と病床の必要量を推計し、定めるものです。地域医療構想(案)では、鳴門市の属する東部構想区域では2025年の高度急性期必要病床数492床、急性期必要病床数1605床、回復期必要病床数2080床、慢性期必要病床数1946床と見込まれています。2014年の病床機能報告での病床数が高度急性期1099床、急性期2426床、回復期1228床不足、慢性期4027床であり、2025年には回復期機能を担う病床が不足する一方、高度急性期・急性期・慢性期は過剰となると見込まれています。

この地域医療構想(案)の策定は地域医療構想調整会議で行われます。この会議では必要病床推計をまとめるだけでなく、構想区域毎の課題も抽出されます。東部・西部・南部構想区域のどの区域も医療従事者の確保・養成が大きな課題と

なっています。とりわけ西部構想区域では人口減少が激しく、廃業による病床の減少も多く、医療従事者の高齢化も進み、医療提供体制の維持が困難になる可能性もあり、ひいては地域崩壊への切実な危機感が持たれています。医療と地域は不可分であり、人のいないところでは医療は営めません。また医療のないところに人は住めません。

県西部の姿は鳴門の将来の姿かもしれません。鳴門市の人口はもう6万人を切っていますが、2025年には53831人、2030年50858人、2035年47734人、2040年44451人と予測されています。今のうちに人口にも医療提供体制にも本気で手を打たないと取り返しがつかなくなるかもしれません。

しかし、このように暗いことばかりを言つて何も良くなりません。医療と地域は不可分であり、運命共同体です。地域のため未来のために出来るかぎり尽くしていきたいと思えます。まず私たちのすることは患者様の人生に寄与する質の高い慢性期医療を提供することです。鳴門山上病院は第3者評価として日本

医療機能評価認定および日本慢性期医療協会慢性期医療認定の病院です。本年はこれらの中間評価の年に当たり、認定後も継続的に質改善に努力していることについて高い評価をいただきました。「鳴門に住もう」と思ってもらう一助にもなれるように引き続き頑張っていきます。そして、頑張ることにより地域の雇用も守ります。併設保育所(マーマサだち保育園)の運営などをとおして子育ても支援していきます。

さて、鳴門山上病院、介護老人保健施設いこいの家鳴山荘は建て替え準備中です。現在前段階として保育所の移転に関する工事を行っています。本格的に工事が始まれば、随時進行状況を開示していく予定です。一緒にハード版「私も利用したい施設」の実現を見守ってください。

医療法人久仁会、社会福祉法人鳴寿会ともに「困ったときはやまかみに」と、地域のお役に立てるよう精進して参ります。どうかよろしくお願いたします。

身だしなみに使う『自助(じじょ)具(ぐ)』をご紹介します

リハビリテーション部門 統括副士長 作業療法士 木内千世

今回は、自助具のなかで整容に関するものを一部ご紹介します。

- ① 太長柄のブラシ；手が頭まで届かずかつ柄をしっかり握れない時でも整髪ができます。
 - ② 台付き爪切り；爪切りを持って操作できなくても、爪が切れます。
 - ③ 吸盤付きブラシ；台を固定して、片手で手や指などが洗えます。
 - ④ 歯ブラシが置けるコップ；片手で歯磨き粉を付ける時に便利です。
- ※他にもいろいろあります。



整容は、ついつい手をかけなくなってしまいやすい動作です。

しかし、第1印象でお友達になるなら、清潔な人とそうではない人と、どちらがよいでしょうか？

(私は清潔な人が良いです)。また、髪型や化粧が思い通りに整った日はうれしい気持ちになったり、外出が楽しかったりしませんか？(逆に、身だしなみがしっくりこない日は、何だか人に会いたくない気分になりますね)。何か大事な用事がある日は、身だしなみにも気合が入ったりしませんか？(特別な服に袖を通すと、身が引き締まりますね)。

このように、身だしなみを整えることは、体を清潔に保つだけではなく、自身の気持ちや、社会とのより良いつながりを保つためにも重要な動作であると言えます。自分らしい生活を続けるためにも、道具や環境を工夫しながら身だしなみの習慣を保ちましょう。

自助具に興味・関心のある方は、リハビリ職員へお声かけください。



みんな、なかよし♪



薬剤師が考えるセーフティマネジメントの会（PSMの会）』見学会報告

文責 賀勢泰子

『薬剤師が考えるセーフティマネジメントの会（PSMの会）』は、上尾中央総合病院医療安全管理課の渡邊幸子先生を代表として、2006年4月、大阪の地で発足、医療安全の向上をめざした活動を展開しています。活動の一環として年1回の施設見学研修を実施しており、2016年は訪問先を四国として、当院も見学を受け入れました。北海道から沖縄まで全国から集まった薬剤師、看護師等の総勢36名の参加者をお迎えしました。

当院では、私から薬剤師のチーム医療と安全取り組みについて説明し、薬剤師業務が①医療の質、②患者の視点、③医療スタッフの視点、④経済的視点でどのような成果があったか、数値化したデータをお示しました。國友病院長からは、病院の概要と医療安全への詳細な取り組みについて、安心・安全な病院、診療の質向上を目指す各種委員会、多職種の積極的な活動の詳細とそのアウトカムについて説明し、自分たちの経験を活かす「自院データの活用」、「データは宝」とであることを強調、また、当院の防災対策の実際を紹介しました。今回の見学会では、参加者のみなさまに、当院の取り組みと常に患者さんに寄り添う心を伝えることができました。私も3日間の施設見学に参加して大きな収穫を得て帰って参りました。見学先の皆様、参加者のみなさま施設見学にご尽力くださったすべての皆さまにこころより感謝します。

【PSMの会 施設見学会スケジュール】

日程：2016年6月29日（水）～7月1日（金）

6月29日（水）近森病院、カイセイ薬局、あじさい薬局北本店

6月30日（木）高知県立牧野植物園見学、鳴門山上病院

7月1日（金）大塚製薬工場見学、北淡震災記念公園



学会発表

※徳島県慢性期医療大会

第18回 徳島県慢性期医療学会

「地域包括ケアシステムをリードする」

平成28年7月3日 ホテルグランヴィリオ徳島

◎在宅連携 部門

在宅療養を支えるために ～レスパイト入院の意義～

黒田辰彦（社会福祉士）

◎リハビリテーション 部門

職場での腰痛を予防しよう ～パッドスライドを導入して～

福田ひろ子（介護福祉士）

保健衛生分野における職業性腰痛に対するセラピストの参画状況について

～セラピストを対象とした意識調査からの検討～

米津金吾（作業療法士）

◎栄養 部門

当院のNST活動11年の軌跡 ～患者様へ最善の栄養ケア提供を目指す～

山本浩子（管理栄養士）

第17回 演題表彰者

NSTとリハケアが奏功したことにより経口摂取を再獲得した一症例の検討

山田 梨絵（言語聴覚士）

院内行事 七夕まつり

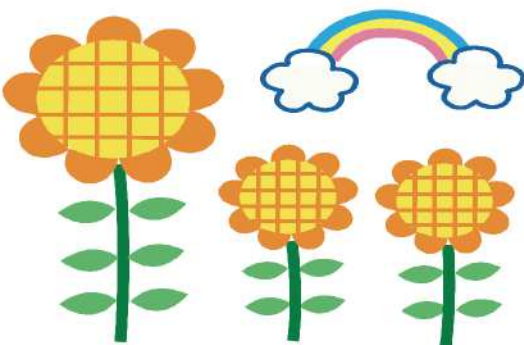


平成28年7月16日(土)に七夕まつりが「階ホール」で開催されました。今年も『さわやかくらぶ』の皆様が詩吟や踊りなど、思考をこらした催し物を披露してくださり、患者様や職員共に大変楽しい時間を過ごすことが出来ました。『さわやかクラブ』の皆様、本当にありがとうございました。次回もお待ちしております。



平成28年6月16日に鳴山荘の利用者様5名でマイケルへのお買い物へ行ってきました。あいにくの雨でしたが皆様、思い思いの物を購入する事が出来で大変喜ばれていました。フードコートでコーヒーを飲みゆっくりとしたひとときを過ごしました。

老健・お出かけ



ステップ便り



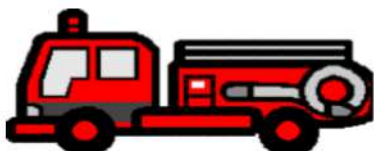
平成28年6月16日17日と通所リハビリテーションのご利用者様の合同誕生会が行われました。風船を落とさないように打ち合いしたり、利用者様の十八番に聞き惚れ、八代亜紀に扮した職員のパフォーマンスに大笑いしたり、感心したり、いろいろな催しが行われ、楽しいひとときを過ごしていただきました。



院内防災訓練



平成28年5月11日(水)に定期防火訓練を実施致しました。今回は30名余りの参加でしたが、全員参加による消化器を使つての消火活動を行いました。いままで、代表者のみの訓練を見学するだけでしたが、実際にやってみると操作の仕方や消火のやり方などが思つていたのと違つていたりして、改めて初期消火の大切さがわかりました。これからも参加型訓練にどんどん参加していただきたいと思います。



いちじくのコンポート

《材料》

いちじく（大きめ）	4個
三温糖（グラニュー糖などでも可）	90g
赤ワイン	200cc
レモン汁	大さじ2

《作り方》

1. いちじくを洗い、水分を拭き取り、ヘタを切り落とす。
2. 鍋に1を並べて、三温糖と赤ワインを加え、アクをとりながら中火で5分煮る。
3. 弱火にしたらフタをして、上下を返しながらか20分程度煮る。
4. 竹串がすっと通れば火を止め、レモン汁を加えて馴染ませ、そのまま冷ます。
5. あら熱がとれたら、冷蔵庫で冷やす。



《ワンポイント》

★甘さ控えめのコンポートです。そのままでもいいですが、ヨーグルトやアイスクリームと一緒に食べるのもオススメです。余ったシロップは、炭酸で割っても美味しくいただけます。

☆いちじくのお話☆

管理栄養士

明賀 由佳

夏本番となり、道端などでいちじくの実が熟れているのをみかけるようになってきました。ご存じの通り、皮が薄くてとってもデリケートな果物です。今回はいちじくについてお話しします。

★花が咲かない!?

いちじくは、漢字で書くと「無花果」と書きます。

花が咲かないように見えるのに実がなる、というのが理由だそうです。

しかし本当のところは、真ん中の赤いつぶつぶの部分が花なんです。

このような花のつき方は、隠頭花序（いんとうかじょ）と言われ、花の軸が肥大して袋状になり、内側に花が咲く状態をいいます。

★旬の時期は2回?!

いちじくは、初夏から秋にかけて収穫されます。

品種によって収穫の時期が夏と秋に分かれており、さらに2回収穫される品種もあります。

★美味しいいちじくの見分け方

〔皮・実〕 ふっくらと大きくて、果皮にハリと弾力がある。

〔切り口〕 ヘタの切り口に白い液がついているものは新鮮な証拠。

〔おしり〕 おしりの部分が裂けかけている。割れすぎているものは避けましょう。

〔色〕 ヘタの付近まで赤褐色になっている。



★栄養あるの!?

●水溶性食物繊維のペクチンが豊富

食品に含まれる水分を含んでゲル状になり、有害物質を吸着して体外に排出してくれます。また、便を柔らかくする為、便秘にも効果が期待できます。

●ミネラルが豊富

カルシウムや鉄分、カリウムなどのミネラルが豊富です。

カリウムは、体内の余分な塩分を排出する働きがある為、高血圧やむくみの予防に効果的です。

●フィシンなどの分解酵素を含む

フィシンなどのタンパク質分解酵素は、食後に食べれば肉や魚などの消化を促進してくれます。

●植物性エストロゲン

種の部分に植物性エストロゲンが大量に含まれており、女性ホルモンの働きを助けます。このため、更年期障害の改善・予防や乳がん予防にも効果があるとされています。

☆マーヤすだち保育園便り☆

6月生まれのおともだち



4月からお友だちが少なくなって、
 ちょっぴり寂しくなりました。
 でも、みんな元気いっぱい毎日にぎ
 やかです。
 5月には2人、6月には1人のお
 誕生会をしました。
 5月は元気に大きくなるようにと
 「こいのぼり」を作りました。
 7月の七夕さまには笹飾りをしてお
 星さまにお願いをしました。みんな
 の願いが届きますように・・・。

5月生まれのおともだち



こどものひ

☆おねがいごときいてね

元気に大きくなりますように・・・



☆たなばたさま☆



外遊び

夏のイベント食

懇 会 サービス (株)



★7月7日 セタ

- ・冷やしとろろそば
- ・夏野菜の炒め物
- ・柚入りなます
- ・練りきり和菓子

暑い夏にさっぱり、たくさん食べられる様おそばにしました。可愛らしい天の川をデザインした練りきりをデザートに！

★6月20日 父の日

- ・お寿司盛り合わせ
- ・赤だし
- ・さわらのしそ香焼き
- ・コーヒーゼリー

コーヒーゼリーでほろ苦い大人な味を！！



★5月9日 母の日

- ・バターライス
- ・ナポリタンスパゲティ
- ・コンソメスープ
- ・大根サラダ
- ・イチゴのケーキ

昔懐かしい母の味を再現しました。



★スマイル宣言
元気いっぱい、
優しい子になってね・・・♪



はじめてまごころ・・・♡

あいり
東 愛莉ちゃん
1さい



編集後記

夏の甲子園、リオデジャネイロ五輪がいよいよ始まりました。甲子園では我が県代表の鳴門高校が3年ぶりに初戦突破しました。このまま勢いに乗って一つ一つ勝ち進んでいってほしいところです。

また、日の丸を背負って地球の反対側では日本人選手が頑張っています。早くもメダルラッシュですね。野球も、五輪も最終的には自分との戦い、プレッシャーを上手にバネとして悔いのない試合をしていただきたいと思います。

鳴高、頑張れ!!!
日本、頑張れ!!!

編集委員会 大汐

なつまつり
8月27日(土)
バザーもあります

敬老会
9月

詳しくは院内掲示ポスター
をご覧ください