



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

昭和、平成、そして新しい時代へ。

医療法人 久仁会 理事長 山上 敦子

さる10月11日、12日鹿児島市で第26回日本慢性期医療学会が開催され、スタッフ8名と参加しました。超少子・高齢社会・慢性期医療からの提言（多死、人口減少・労働力低下・経済力の衰退に向き合う）というテーマで、医療政策、慢性期救急、介護医療院、AI、IoTの活用等について議論されました。これからは、2025年ではなく、2040年が目標になります。2025年以降「高齢者の急増」から「現役世代の急減」に局面は変化し、団塊ジュニアが全て65歳以上となる2040年が目標となるわけです。さて、わがこゝとに振り返ったとき、自分自身もうアラ還です。同級生達の話題も「今後の人生設計をどう組むか？」です。人口減少が進むなか、高齢者の活躍が期待され、年金受給が繰り下がり、70歳・75歳となっていくような状況に如何に生きていくか。人生百年時代なのですから、一つの生き方でなく、複数の仕事を持った生き方も楽しいのではないかと思います。医療・介護界以外にいた方も是非シニアパワーを

發揮して当業界に入ってきて欲しいものです。現在特別養護老人ホーム鳴山荘では徳島県の「アクティブシニア」事業で介護助手として4人の方に働いていただいています。大変好評です。また、私たちもボランティアや社会貢献活動等違う領域での活動を行い、視野を広げることが本業にも良い効果をもたらすと思います。アクティブシニアの方々を当法人は応援します。一緒に働きませんか。

全国的にもトップをきってスタートさせた当法人の介護医療院は各方面から注目され、見学や取材の依頼が多々あります。第26回日本慢性期医療学会の企業展示でも当院が出展されました。新しく誕生した介護保険施設である「介護医療院」ですから、地域に開かれ、地域の一員である、医療に下支えされた安心な施設として、介護3施設の一番人気となれるように育てていくつもりです。また、ここを核に、より地域の皆様のお役に立てる施設・病院としていくように日夜努力して参ります。

大きな台風にも見舞われ、解体・外構工事は予定より遅れ気味ですが、来年1月末には完成します。鳴門の良さを生かした素敵な施設になります。周辺は風光明媚なうえに、農業も漁業も盛んで美味しいものがたくさん生産されている地域です。鳴門・大毛島に多くの方が訪れて賑わうことを心から願っています。

今後とも「面倒見よく」「困ったときはやまかみに」を変わらぬモットーとし、「わたしも受けたケア、わたしも利用したい施設、わたしたちはそれを目指します」の理念のもと、地域の様々なサービズとも連携しながら皆様のニーズに添えて参りたいと思います。どうか皆様にはご支援のほどよろしくお願い申し上げます。



第26回 日本慢性期医療学会 鹿児島大会 2018年10月11日・12日

【演題】 当院医療療養病棟における便秘の実態と対策
～排便体操の有効性の検討～

発表者 遠藤 愛美（作業療法士）

【演題】 持ち込み褥瘡患者の早期治癒を目指して
～チームの中での役割～

発表者 阿部 綾（介護福祉士）



摂食嚥下機能を改善させる電気刺激装置 ～ジェントルスティムの導入～

リハビリテーション部門 言語聴覚療法科 主任 大村智也

摂食嚥下障害になると“ゴックン”と飲み込む反射（嚥下反射）が弱くなることがあります。健康であれば意識することなく、モグモグゴックンできます。想像してみてください。もし、モグモグと食物を噛んだ後、のどに送り込まれてきた食物をゴックンできなければ……。とても苦しくて食事どころではありません。これは、のどの感覚機能が低下していることに原因があります。のどの感覚機能の低下は、窒息や食物誤嚥、夜間の唾液誤嚥の原因となり誤嚥性肺炎に繋がる危険因子となります。嚥下反射が保たれているかどうかは、自身で簡単にチェックすることができます。30秒間に何回唾液が飲み込めるかを数えてみてください。30秒間で3回未満であれば、「嚥下障害の可能性がある」ということになります。

今年度、当院の摂食嚥下リハビリテーションに、嚥下反射を改善させることを目的とした嚥下治療機器「ジェントルスティム」を導入いたしました。これは嚥下反射を起こさせる神経に電気刺激（※痛くはありません）を与えることで、嚥下反射を改善させる効果が期待されています。従来の摂食嚥下リハビリテーションに加え、ジェントルスティムによる電気刺激を行うことで、更なる機能改善が期待できます。

人生において「食」は重要な楽しみの一つです。私たち言語聴覚士は病院スタッフと一丸となって、皆様の「食」をサポートしてまいります。



ジェントルスティム



電極貼り付けイメージ

なんで冬至には『かぼちゃ』を食べるの？

管理栄養士 明賀 由佳

秋も深まり、年末年始の話題が聞かれるようになってきました。9月頃から様々な店で「オバケのかぼちゃ」が現れ始め、10月にはあちこちでハロウィンイベントが開催されています。最近では「かぼちゃ＝ハロウィン」のイメージをもつ人も多いのではないのでしょうか。

しかしながら「かぼちゃといえば冬至！」という方も少なくはないはずです。日本では昔から、冬至にはかぼちゃを食べるという文化がありますが、なぜ、夏が旬のかぼちゃなのでしょう。冬至は1年のうちで最も日照時間が短く、太陽の力が一番衰える日と考えられてきました。そして翌日から日が長くなり、再び力がよみがえってくることから「一陽来復」と言い、冬至を境に運気が上昇すると考えられ、「幸運に向かう、元気になる」という意味で使われています。この日に「ん」のつくものを食べ「運盛り」といって縁起を担いだことが今でも続いているようです。ん？…そうです、かぼちゃは「南京（なんきん）」とも言います。他にも、にんじん、だいこん、ぎんなん、かんてん、うどんなども食べられていたようですが、かぼちゃは長期保存ができ、ビタミンAやカロテンが豊富で栄養面でも優れていたことから、風邪予防の意味でも摂られてきたそうです。さて、今年の冬至は12月22日です。皆さんはどんなかぼちゃ料理が好きですか。



かぼちゃのミルフィーユ

- | | |
|--------------|--------------|
| ★かぼちゃ | 5mm程度のスライス |
| ★とろけるスライスチーズ | 縦方向1/3程度にちぎる |
| ★ベーコン | かぼちゃの幅に合わせる |
| ★黒コショウ | 粗挽きがオススメ |



1. かぼちゃ→チーズ→ベーコンの順に重ね、コショウをふる。
2. 180℃で15分程度焼くか、レンジで5分程度加熱する。
かぼちゃに火が通ればできあがり！



☆ポイント！

ベーコンとチーズの脂で高温になるので、レンジの場合も耐熱の皿を使用してください。予めかぼちゃをレンジで軟らかくしておくと、オーブントースターでも4～5分程度でできあがります。

鳴門市敬老訪問

9月3日に鳴門市より慶祝訪問がありました。今年は4名の方が記念品を受け取られました。泉鳴門市長さんを始め、ご家族の皆さんやスタッフと共にお祝いしていただき、大変喜ばれておられました。益々、元気で長生きできますよう、お祈りいたします。病棟スタッフも、心を込めて元気のお手伝いをさせていただきます。



敬老訪問

鳴門東小学校の皆さん

平成30年10月10日に鳴門東小学校の児童の皆さん14名が慰問に来てくださいました。
「大きなかぶ」の劇やダンスなどたくさんのお出し物をして下さいました。
最後に入所者や入院患者の皆さんに児童より手書きのカレンダーと肩叩きのプレゼントをしてくださいました。皆さん、自分の孫を見るようにとても嬉しそうでした。児童の皆さんありがとうございました。



院内行事 敬老会



9月15日(土)に『つたの会』の皆様が敬老訪問に来てくださいました。最初にママーすだち保育園の子供達の踊りがありました。

つたの会の皆さんは歌や踊りなどを披露してくださいました。つたの会様本当にありがとうございました。



10月13日(土)に『ジョージ林&ゴールドフィンガーズ』の皆様が敬老訪問に来てくださいました。懐かしい歌やダンスをたくさん披露してくださいました。利用者の皆さんやスタッフも共に歌ったり、踊ったりと楽しいひとときが過ごせました。本当にありがとうございました。



通所リハビリテーション 「ステップ」



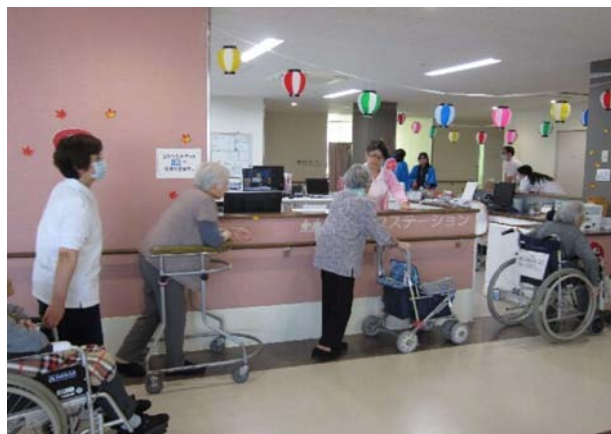


春木季子さん 百歳おめでとうございます



～スタッフより～
春木様
百歳のお誕生日お
めでとうございます。
元気に長生きしてく
ださいね。

10月21日(日)に
春木季子さんの百歳
のお祝いがありました。
県職員、鳴門市
長様など沢山の方が
お祝いに駆けつけて
くださいました。孫
様からは子供、孫、
ひ孫の皆様の幼少期
の写真の入った可愛
い写真立てや花束な
どをプレゼントして
くださいました。
子供、孫、ひ孫と
沢山の方に囲まれて
穏やかな良い御祝いの
会となりました。



院内行事 あきまつり



10月27日に5階老健で秋祭りが開催されました。
今年は入院患者様、入所者様限定のお祭りとして開催させて頂きました。飲み物や日用品、パン、お菓子など提供させて頂きました。
皆様思い思いの物を手に取り、楽しそうに選ばれていました。





☆マーヤすだち保育園便り☆



10月に入り気持ちの良い季節となりました。青空が清々しく、子ども達とよくお散歩に出かけています。

9月 お誕生会・敬老会

敬老会に参加して「村まつり」「みんなでわっしょい」のお遊戯をしました。はっぴを着てハチマキをしめて、大きな声でかけ声をかけながら元気よく上手に踊ることができました。

10月 お誕生会・散歩

おさんぽしてドングリを拾ったり、バツタを追いかけたり、捕まえたり・・・とっても楽しそうです。



けいろう会



★9月生まれのおともだち★



★10月生まれのおともだち★



はい ポーズ！



おさんぽ中・・・
何かをはっけん!!
かまきりさんだ～～～♪

わたしたち
じょしかいのの・・・♪



秋のイベント食

提供 エームサービス (株)



敬老の日

- ・9月14日 赤飯 清まし汁 う巻き
天ぷら盛り合わせ 芋羊羹

患者様、利用者様に好評の天ぷらは、海老を白と黄色の2色になる様に揚げました。う巻きも1本ずつついでいねいに焼き上げ、敬老の日をお祝いさせていただきました。



十五夜

- ・9月20日 とうもろこしご飯 コンソメスープ
お月見バーグ (スコッチエッグ) 大根サラダ
冷やしぜんざい

お月見バーグのゆで卵で、お月様を表現しました。ぜんざいのお餅は、嚥下食の方まで楽しんで食べていただける様、お粥から作りました。



ハロウィン

- ・10月31日 牛すじ煮込みビーフシチュー
大根サラダ かぼちゃの焼きプリン

牛すじは柔らかくなるまでじっくり煮込みました。ハロウィンには欠かせない『かぼちゃ』は焼きプリンにして楽しんでいただきました。



秋祭りのおやつ

- ・10月13日 栗とさつまいものモンブラン

秋を感じていただけるよう、栗とさつまいもをたっぷり使用して、風味豊かなオリジナルのモンブランに仕上げました。

編集後記

先日来、風邪なのか・花粉症なのか・はたまた・・・のどの不調を感じておよそ2〜3週間。薬をいただいて治ってはぶり返し、治ってはぶり返し・・・やはり、寄る年波には勝てないのか・・・心は永遠の二十歳と思っではいても、身体は衰えるばかりなり。いえいえ、70歳定年が確定されようとしている今、こんな弱気なことを言っている場合ではなさそうです。美味しそうな当院のイベント食や、栄養課さんのレシピを見ながら、心も体も栄養補給して、来る冬に備えますか・・・皆様、外出後は手洗い・うがいも忘れませんように。

編集委員会

大汐



行事予定

クリスマス会

12月22日(土)

午後1時30分〜

詳しくは院内掲示
ポスターを参照下さい