



ふれあい

第103号 令和7年1月

やまかみニュース

■発行■ 医療法人 久仁会

homepage <https://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

令和6年を振り返り

医療法人 久仁会 副理事長・脳神経内科部長 山上 圭

あけましておめでとうござい
ます。今年もよろしく願いたし
ます。

昨年、令和6年は激動の年で
した。元旦の能登半島地震に始まり、
国内外で大きな変化があり、今も
続いています。それは医療・介護
業界でも同様で、6月には診療報
酬の改定があり、12月にはマイナ
保険証への切り替えが本格化し、
今年の12月2日には従来の健康保
険証は使用できなくなる予定です。
新型コロナウイルス感染症流行も
6年目に突入しましたが、収束と
は言えない状態が続いており、イ
ンフルエンザやマイコプラズマ肺
炎などその他の感染症も流行して
いる状況です。

さて、このありとあらゆるもの
がめまぐるしく移り変わる時代
において、やはり重要となってくる
のは情報です。現代には情報があ
ふれかえっています。地球の裏側
から近所の新しい定食屋さんまで、
自宅にいながら最新の情報を入手
することができます。かつてない
ほど、情報へのアクセスのコスト
が下がっている時代と言って過言
ではありません。

しかしその分、情報を受け取る
我々は、その情報が正しいかどう
か、吟味するスキルが求められる
ようになっていきます。誤って、時
に意図的に、間違った情報がイン
ターネットなどを通じて拡散され
ることは少なくありません。近年
の生成AIの進歩もそれに拍車をか
けています。検索サイトなどでし
ばしばAIによるまとめ記事が提供
されていますが、必ずしも正しい
情報でないことがあることを留意
しなくてはなりません。また、生
成AIによって作られた画像、動画
などは日々実物との見分けが困難
となっており、そのように作られ
た誤情報がフェイクニュースなど
として拡散されることもあります。

医療の世界でも同様の問題があ
り、例えば新型コロナウイルスを
めぐってもしばしば科学的に正確
ではない情報が拡散されたことも
ありました。医療や健康をめぐる、
様々な情報が飛び交い、情報に振
り回され不安になってしまうこと
があるかもしれません。私たちは
そのような気持ちに寄り添いたい
と思っています。不安なことがあ
ればご相談ください。微力ながら、

皆様の健康増進にお役立てでき
ばと思っております。
令和6年はお世話になりました。
令和7年が皆様にとってよき年
であることを祈念するとともに、
今後ともどうぞよろしくお願い申
上げます。





ジェネリック医薬品のすすめ

薬剤師 多田なつみ

ジェネリック医薬品(後発医薬品)とは？

ジェネリック医薬品は、新薬(先発医薬品)と同じ有効成分を使っており、品質、効き目、安全性が同等なおくすりです。新薬の特許期間が過ぎると、その権利は国民の共有財産となるため、他の製薬会社から同じ有効成分を使ったおくすりが製造・販売されるようになります。それが、ジェネリック医薬品です。新薬に比べ開発費が少ないために、新薬より低価格なおくすりです。

ジェネリック医薬品の安全性

ジェネリック医薬品は国が定めた医療用医薬品に求められる厳しい品質基準で承認されています。また、法律にしたがって新薬と同様に製造管理や品質管理が厳しくチェックされています。ジェネリック医薬品は新薬の特許期間が終了した後に発売されるので、この間に多くの患者さんに使用され、その効き目と安全性が十分に確認されているおくすりです。

【ジェネリック医薬品の名前の由来】

ジェネリックとは、英語で「一般的な」という意味をもつ単語です。おくすりを処方する時に、世界共通の名前として一般名(ジェネリックネーム)が使われていて、そこから「ジェネリック医薬品」と呼ばれています。

ジェネリック医薬品の工夫

ジェネリック医薬品の中には、新薬と形や大きさが違うものもあります。新しい技術を取り入れることで、おくすりの苦みや臭いをマスキングして飲みやすくしたり、小さくしたりとさまざまな工夫が施されています。



他にも

錠剤が飲みにくい
患者さんのためにゼリー状、
液状にしたおくすり



間違って飲まないように
文字や色で工夫



水なしでも飲めるおくすりに



なぜ国や健康保険組合が、ジェネリック医薬品を推奨するの？

今、国民医療費が年に約1兆円も増加していて、国民皆保険制度の維持のための負担が増加しています。医療の質を保ちつつ自己負担の削減や医療費削減のために、ジェネリック医薬品の使用を促進しています。さらに2024年10月より先発医薬品を希望された場合、外来ではジェネリック医薬品との差額の一部をご負担いただく制度がスタートしました。

当院においても先発医薬品からジェネリック医薬品(後発医薬品)へ切り替えを進めています。おくすりのことで疑問があれば、お気軽にご相談ください。

(参考)日本ジェネリック製薬協会. “ジェネリック医薬品とは”. <https://www.jga.gr.jp/general/about.html>
sawai. “ジェネリック医薬品ってなに?”. <https://www.sawai.co.jp/medicine/generic/>

「耳、聞こえの話について その6」

リハビリテーション部門
言語聴覚療法科 主任 西岡 奨太

今回は、聞こえが悪くなると認知症が進行するのか？というテーマでお話をしました。難聴と認知症には強い関連があり、補聴器を早めに装着する事で、スムーズな会話が可能になり、物忘れなどの認知症進行の予防に期待ができるという事をお伝えさせて頂きました。

今回は・・・

補聴器が必要になるということは、体が元気な証拠

というテーマでお話をさせて頂きます。

多少の差はあれ年齢とともに、誰でも聴力は低下していきます。

加齢に伴う難聴で補聴器をつける、というと「年を取った」というイメージを抱きがちです。「聞こえづらくて少し不便だけれど、まだそこまで生活に支障はでていないし、そもそも補聴器をつけるなんてかっこ悪くて嫌だなあ。」と感じる方が多くいらっしゃいます。

補聴器の見た目、という点では、以前よりもかなり小型化されて一見補聴器をしているように見えないものが多数あります。また、最近は若者でもワイヤレスイヤホンを使用している人が多いので、耳に何か挿入していることはありふれた光景でもあります。



加齢に伴う難聴は今のところ改善することはありません。軽度難聴のうちにかえって補聴器をすると音が聞き取りづらく感じることもあるかと思いますが、ある程度進行したら、早いうちから補聴器の音に脳が慣れておくことによって徐々に聞き取れるようになり、難聴が進行した際にも適応することができます。

補聴器を活用している方は前向きで積極的な方が多い！！

「いつまでも現役で仕事を続けたい」 「周囲とのコミュニティーを大切にしている」
「新しいものにチャレンジしたいと好奇心旺盛な方」 「ご家族から大切にされている方」
……という人が多いように感じます！！

最近の補聴器は色々便利な機能が付いており、テレビの音をBluetoothで飛ばして直接耳元から聞こえるようにしたり、スマートフォンと連動して音の調整を行ったりできるものもあります。

是非補聴器を上手く活用して、難聴が進行しても人との会話や楽しい時間が長く持てるようにして頂きたいと思います。



鳴門市慶祝訪問

令和6年9月3日に鳴門市役所長寿介護課より笠井部長様が敬老のお祝いに来て頂きました。

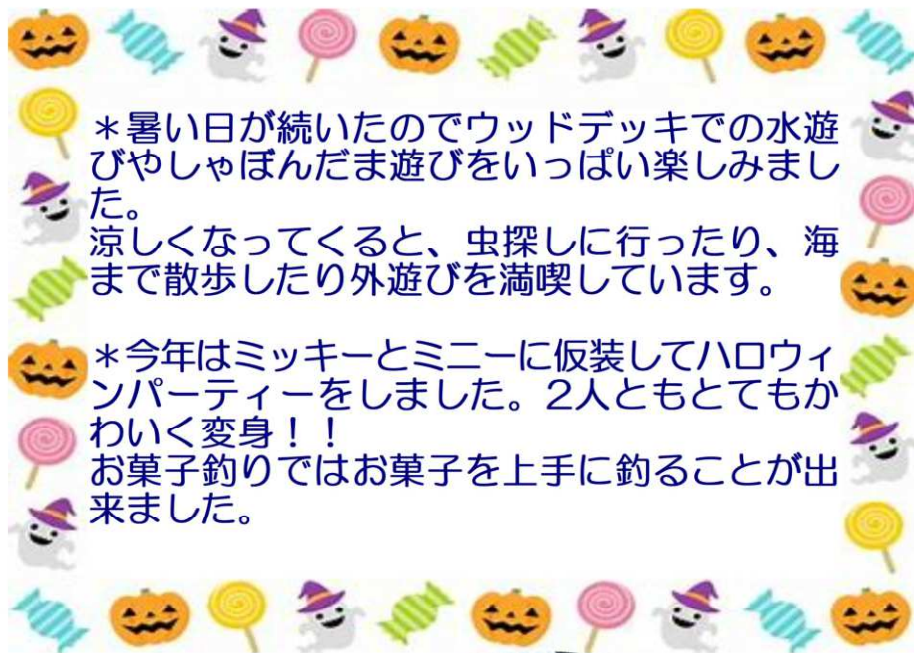
鳴門市では99歳、102歳以上の方がお祝いの対象者となっています。鳴山荘からは4名の方が該当をしてお祝いをしていただきました。1人ずつ笠井部長様よりお祝いの言葉とお品を渡して頂きました。

最高齢の西上様が代表し「ありがとう」とお礼の言葉を述べられていました。

能登半島地震被災者支援について石川県知事、徳島県知事連絡にて感謝状授与されました



令和6年11月20日に鳴門市消防署の立ち合いの下、避難訓練を実施しました



マイやすだち保育園便り



ハロウィン



HAPPY HALLOWEEN

ごはん カボチャスープ チキンソテーデミソース
コールスローサラダ カボチャプリン

ハロウィンと言えばカボチャ。スープやメインの付け合わせにも取り入れ、カボチャプリンにはホイップと一緒にカボチャを飾りました。

秋のイベント食

提供 エームサービス（株）

敬老の日



さつま芋ご飯 清汁 きのこの柚子胡椒和え
ズッキーニのはさみ焼甘酢あんかけ おはぎ

さつま芋やきのこを使った秋らしいメニューにしました。また、お彼岸が近いことからデザートはおはぎを提供しました。

もみじ祭り



ごはん 清汁 魚のホイル包み
かぼちゃ豆腐 さつま芋ケーキ

紅葉を味わっていただきたく、もみじ型で抜いた人参を飾りました。ケーキには生地の中にも外にもさつま芋をふんだんに使用し、秋を演出しました。

お月見



赤飯(ごま砂糖) とろろそば 秋茄子の煮物
うざく お月見ゼリー

そば・つゆは『夜』、とろろは『雲』、温泉卵は『月』をイメージしました。
お月見ゼリーには白いうさを乗せました。

★芋ごはん美味しかった！おはぎ嬉しい♡
★お赤飯やうざくが美味しかった♪
★彩りが綺麗♡カボチャプリンもパロだった！
★さつま芋ケーキは甘さ控えめでとてもおいしかったです😊



ステップ
手作りおやつ

9月

ヨーグルトムース

フレンチトースト

ホットケーキ

大学芋

10月

プリン

フルーツポンチ

11月



非常食訓練を実施しました

今回のメニュー

- ★赤飯またはひじきご飯
- ★おでん缶
- ★マカロニサラダ
- ★フルーツ缶(洋ナシ)

ご飯はα化米を使用し、50人分を1回で簡単に作ることができます。
副食は調理済でそのまま食べられるものを備蓄しています。
毎年秋に訓練を実施し、非常食をローリングストックにより管理しています。



炊き出し用α化米は、調理と配膳に必要な材料が全てセットになっています！



α化米と具材を入れて混ぜる



熱湯か水を入れて待つ
(熱湯…15分、水…60分)



出来上がり♪



いこいの家 鳴山荘 通所リハビリテーションセンターステップ作品集



・香川さぬきは 城でもつ
 高松城に 丸亀城
 ・うどん県 うどんに
 おん玉 おつゆもね
 ・我が家の庭 柿の木に
 たわわにあかく おいしそう

栄甫



はじめまして



しょうだい
松下 祥大くん

コメント

元気にすくすく育ってね！



編集後記

朝晩の冷え込みが厳しくなっ
 てきました。最近では春と秋が極端
 に短くいつまでも暑い、急に寒い気
 候になっていますね。このような気
 候のせいで、「気候病」なる体調の
 変化・不調が増えているそうです。
 何事も中庸が肝心ですね。中庸とは
 偏りがなく調和がとれている状態だ
 そうです。ほどよく、傾合い、良い
 加減が良いのかもしれないね。
 闇バイト、特殊詐欺、各地での災
 害など、殺伐とした1年でしたが、
 ワールドカップ、オリンピック等明
 るい話題も多かった1年でした。2
 025年はどんな1年になるのでしょ
 うか？

中庸で参りましょうか。

編集委員 大汐