



日本医療機能評価機構
認定病院



とおたるけあ

歯科口腔外科8020通信



関係機関と連携し、課題を乗り越え地域に貢献

当院は昭和40年に開業し、昨年11月に50周年を迎えました。これもひとえに支えてくださった地域の皆様のおかげと感謝しております。

この50年、精神医療や介護を取り巻く環境や要望は徐々に変化してきており、それに応えるべく当院も平成6年に老健施設を設立、その後、居宅介護支援事業所、就労支援施設、高齢者グループホーム、訪問看護・介護、小規模多機能型居宅介護等々を開設し地域医療に貢献して参りました。また、三愛病院本体も精神単科のイメージが強いですが、内科、消化器、循環器、皮膚科、眼科、歯科口腔外科等の外来や医療療養病棟では、急性期治療後の入院やリハビリにも対応しております。

少子高齢化社会になる2025年を目途に、住まい・医療・介護・予防・生活支援が一体的に提供される「地域包括ケアシステムの構築」を地域全体で取り組んでいかなければなりません。そのひとつとして、今年から「認知症初期集中支援チーム」を登別市より受託しました。これは「誰にも気づかれないうちに認知症が進行してしまった」といったことを未然に防ぐ目的で、医療と介護の専門家が認知症を早期発見しケアに繋げる施策です。

他にも当地域で必要とされる医療・介護の連携、質の向上といった重要な課題は数多くありますが、安心してご利用いただける病院を目指し、地域の皆様はもとより、地域医療連携にて二次医療圏を含めた関係機関の皆様と力を合わせて取り組んでいくのが当院に課せられた使命だと思っております。

事務部長 斉木 敬

常勤医師着任のごあいさつ

精神科医師 板橋 栄治

san'ai information

今年の4月より三愛病院精神科で勤務させていただくことになりました板橋栄治と申します。生まれは仙台、大学は旭川、現在は単身赴任中です。趣味はドライブ、写真撮影です。

これまで旭川、函館、七飯、京極町で勤務してきました。胆振地域での勤務は初めてですが、過ごしやすく温泉もあり、良いところだと思います。胆振地域の精神医療に少しでも貢献できるように頑張りたいと思っていますので、未永くよろしく願いいたします。

旭川医科大学医学部卒、精神保健指定医、日本精神神経学会認定専門医

第7回市民公開講座を開催

平成28年1月19日(月)に市民公開講座を登別市民会館で開催いたしました。テーマは「老後の健康は急ぎ足で歩こう!!」で当院内科医師・金上宣夫先生に講師を務めていただきました。

歩く時は「身体の中の弱い筋肉を意識して歩くことがポイント」とし、膝の内側を前に出すように歩くことや、足指5本全部を使って歩くことが大切であると実演を交えながら解説していただきました。

また、距離を決めて歩くことが重要で、最初は歩ける距離からスタートし、週3回程度を継続することを推奨。「自分ができる速度の早足で、無理せず徐々に距離を伸ばしていき、1km歩く時は10分、2kmは20分と時速6kmを目標にして歩くと、4kmも5kmも同じように歩けるようになります」と自身の体験をもとに講演されていました。当日は登別市をはじめ近隣市町から約70人のご参加をいただきましたことを心よりお礼申し上げます。



認知症家族のつどい

『福寿草の会』をご紹介します!!

認知症疾患医療センター・担当相談員 竹内 亮平

当院では、認知症の方を介護するご家族を支援するために「認知症家族のつどい『福寿草の会』」を運営しています。ご家族同士が繋がりを持ち、時には悩みや苦勞を伴う介護生活をより健康に、より前向きに送れるように、ご家族同士の憩いの場になればと思い、この会を発足させました。

毎回、3～4グループに分かれて約1時間、介護の苦勞話や介護する上での工夫、認知症の方への接し方などについて、皆さんの日ごろの想いを話し合っています。ストレス発散のためにも、介護への愚痴をこぼしてもらえる場になっていると思います。「介護の苦勞はなかなか理解してもらえない。話ができてスッキリしました」「愚痴をこぼしてはダメかと思っていました。自分の苦勞を理解してもらえたことが何より良かったです」「毎日の介護生活に参考になる話がたくさんありました」など参加されたご家族からはいろいろな感想をいただいております。

参加対象は認知症の方を介護している方、または介護経験がある方とさせていただきます。ご家族同士でいろいろと話し合ってみませんか？お待ちしております！

『福寿草の会』開催予定日

- ① 8月18日(木)
- ② 10月21日(金)
- ③ 12月15日(木)
- ④ 2月17日(金)

●時間／午前10時00分～11時30分 ●場所／三愛病院内 大会議室

担当窓口

- 三愛病院 認知症疾患医療センター…………… ☎0143-83-3207
- 登別市地域包括支援センターあおい(愛桜) ☎0143-83-0511



Noboribetsu San'ai hospital



「看護の日」イベントを開催しました

西5階病棟 鎌田 庸平

平成28年5月10日(病院正面玄関ホール)と5月13日(ショッピングセンターアーニス)に「看護の日」イベントを開催し、来場者は2日間で168人となりました。私たち自身も地域に触れ合うきっかけとなり、また皆さんに健康への関心を深めていただくと同時に、地域における当院の役割を知ってもらう良い機会となりました。

今年度は各種身体測定、健康・栄養・福祉相談、介護用品の紹介、デイケア利用者さんや入院患者さんの作品展示に加え、プチナース、手洗

い、救命救急体験、ピアチェアによるパンの販売・カフェの提供を行い、和やかな雰囲気での催しとなりました。院内では、託児所園児によるプチナースが外来や病棟でティッシュを配って患者さんに元気と笑顔を運び、微笑ましい光景が広がりました。

イベントを終え、来場者のほとんどが60歳以上であり、地域の高齢化を改めて感じ、地域における当院の役割の重要性を再認識することができました。今年は病院機能評価の更新も認定され、当院の役割はより一層大きくなり、このイベントはその役割を担う上で大切なものであると感じました。最後にご協力いただいた関係スタッフに深く感謝しお礼申し上げます。



福岡病院(福岡県)の 院内研究発表会に参加しました

心理療法室・臨床心理士 川村 幸大

平成28年3月19日(土)、福岡県の福岡病院で「第9回福岡病院院内研究発表会」が開催され、当院より発表者として参加しました。題目は「レビー小体型認知症の簡易評価スケールとしてのMMSE下位項目の有効性について」というもので、普段、業務として行っている認知症検査に関する発表をさせていただきました。

また、当日の発表では院長先生直々にご質問や貴重なご意見をいただいたこと、参加されていた福岡病院の職員の皆さんが他部署の発表に対して、積極的に質問している姿がとても印象的でした。今後は当院で行われる院内研究発表会において、私自身も積極的に他部署の仕事に興味を持って発表を聞き、質問していきたいという思いになりました。



故 千葉壽良会長の胸像と 記念碑の除幕式を開催



平成28年3月7日(月)、当法人の創立者で昨年6月に逝去された千葉壽良会長の胸像と記念碑の除幕式を開催いたしました。胸像は西館1階ロビー、会長が好んだ言葉「創造する楽しみは何事にも勝るものである」の文字が刻まれた記念碑を病院正面玄関前に設置し、完成を祝いました。永きにわたり地域の精神医療の発展と充実に尽力された功績を、次代に繋げていく使命として胸に刻み、職員一丸となって取り組んで参ります。



病院機能評価(精神種別)更新認定を受けました

平成28年4月1日付で公益社団法人日本医療機能評価機構から機能種別版評価項目3rdG.ver1.1の更新認定を受けました。今後も医療・保健・福祉の変化に対応し、地域のニーズに合った信頼される病院づくりを目指して職員一同努力して参ります。

● 認定期間/2016年1月23日~2021年1月22日 ● 交付日/2016年4月1日 初回認定:2006年1月23日





精神保健福祉研究会主催 市民公開講座

知ってほしい「こころの病気」



室蘭市相談支援センターらん・相談支援専門員 幡 直人

平成28年2月9日(火)に当法人の精神保健福祉士や作業療法士などで組織する精神保健福祉研究会主催の市民公開講座「知ってほしい『こころの病気』～体験談から学ぶ～」を登別市片倉町の市総合福祉センターしんた21で開催いたしました。

講義では、当院の精神保健福祉士から統合失調症やうつ病などの精神疾患について説明させていただきました。これらの病気は

脳の機能障害が原因と考えられており、いずれも特別な病気ではなく、ほとんどが治療可能です。

また、うつ病は「気持ちの問題ではなく、脳の機能が障害されて発症する」「ストレスが引き金になるケースもある」などの原因により症状が表れ、「薬を服用する」「しっかり休養する」「焦らない」といった対応が必要とお話しさせていただきました。この後、病気の経験をもとに障がい者の方々を支援しているピアサポーターを交えてグループワークを実施し、体験談を聞いたり、「困っている人に自分は何ができるか」をテーマに意見交換を行いました。

当日は53人と大変多くの方々にご来場いただきまして、誠にありがとうございました。今後もこのような活動を通して、地域住民の皆さまとの交流、情報発信の場となる機会を作っていきたいと思っております。

平成28年度 新入職員のあいさつ



薬局・薬剤師 高橋 沙也佳

私たちが入社してから入社式や新入職員歓迎会など、職員の皆さんにはとても温かく迎え入れていただきました。入社してすぐの頃は初めてのことばかりで、仕事を覚えることに必死でした。しかし、徐々に仕事に慣れていくにつれて、少しでも患者さんのためになるにはどうしたらよいかを考えることができるようになりましたが、同時に自分の知識や経験の無さを感じることも多くなりました。

当院は精神疾患をお持ちの方や認知症の方も多く、患者さん一人ひとりに合わせた対応や理解が重要であると感じています。より一層、患者さんに寄り添えるよう、疾患に関する基本的な知識を身に付け、さまざまな経験を積んでいきたいと思っております。まだまだ未熟ではありますが、今後も精一杯頑張りますので、よろしくお願いたします。



最良の看護ケア追求を目的に

看護部研究発表会を実施



外来師長 橋本 磨美

看護部では毎年1月に看護部研究発表会を実施しています。看護研究は、日々実践している看護ケアが患者さんに最良なものであるか、科学的根拠を探求することを目的としています。

発表者は忙しい業務の中で取り組んできた研究の成果を、7分間という限られた時間の中で、緊張しながらもわかりやすく発表します。発表された中から選ばれた1～2演題は院内研究発表会の

ほか、日本精神医学会学術大会や北海道病院学会など、院外での学会にも参加し、発表されます。また、交流のある福間病院(福岡県)の研究発表会に参加させていただくなど、多くの場で発表できることは看護部スタッフの刺激にもなり、研究テーマの幅を広げる良い機会にもなっています。

今後も皆さまのご協力をいただきながら、研究成果を共有する場として開催していきたいと思っております。





歯科口腔外科8020通信

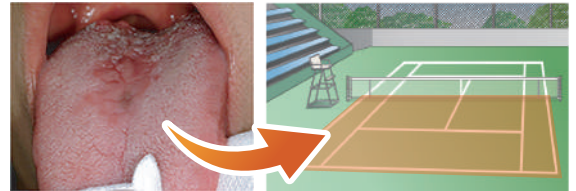
第24号

Q①「舌のお掃除していますか?」(口腔清掃の重要性～舌にカビが生える!?)

口腔内に残った食べかすのうち約80%は口腔内の細菌、20%は細菌の産生するベトベトな物質です。これらは**デンタルプラーク**といい、虫歯や歯周病、誤嚥性肺炎の原因になります。デンタルプラークは歯や歯周ポケットに溜まることは知られていますが、舌にも溜まることはあまり知られていません。舌の汚れ「=舌苔(ぜったい)」は細菌の塊です。一度鏡の前で舌を確認してみてください。舌苔の量が多い方は誤嚥性肺炎発症の可能性が高いため、要注意です。

さらに舌苔には真菌というカビの一種が含まれていることが珍しくなく、すでに口腔カンジダ症(舌に生えるカビ)が発症している可能性もあります。

思い当たる方は、一度歯科口腔外科での検査をおすすめいたします。検査は痛みもなく、数秒で終わります。また、カビが繁殖していた場合でも、薬で治療することができますので、ぜひ一度当科にご相談ください。



舌の表面積は無数の突起になっているため、表面積に換算すると、テニスコートの半分程度と広大なのです。

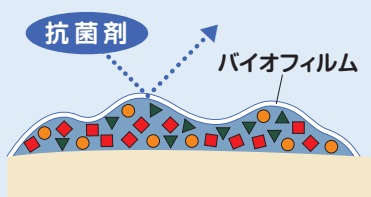
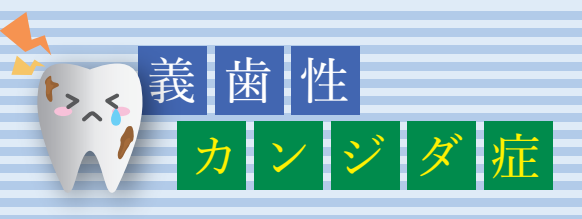


舌苔にも病原菌が常在しているため、舌の清掃は重要です。清掃器具は、舌ブラシを使用しましょう。(歯ブラシは、舌を傷つけてしまう可能性があります)

Q②寝る時に義歯を外していますか?

1日中義歯を装着していませんか? 義歯を就寝時にも装着すると、残っている歯や歯肉にとって負担になってしまいます。歯や歯肉も休める時間が必要です。就寝時には義歯を外すようにしてください。

また、義歯は細菌の温床にもなるため、就寝時に装着すると義歯から飛び出した細菌が肺に誤嚥され、誤嚥性肺炎発症の原因となり危険性もあります。就寝前には義歯を外して、義歯を義歯用ブラシで清掃し、義歯洗浄剤入りの水の中に一晩入れて保管してください。あとは、ご自身のお口の清掃もお忘れなく。歯が残っている方は歯ブラシを使って、歯が残っていない方はうがいをしっかりとるようにしてください。舌が汚れている方は舌ブラシでの清掃も行うことができれば口腔清掃は完璧です。



義歯の表面には、毎日唾液のぬめり成分(ムチン)と細菌とで作られるバイオフィームに覆われています。義歯に傷やヒビがあればそこにバイオフィームが入り込み、ブラシ、洗浄剤は無効になり、日々そこから細菌の供給が行われてしまいます。

義歯にはカンジダ菌をはじめ、多くの細菌が付着しています。ブラッシングのみでは細菌の除去はできないため、洗浄剤への浸漬が非常に重要です。



三愛病院 歯科口腔外科【予約制】

歯科直通電話

0143-83-3991

【診療時間】 月曜日～金曜日 / 9:00～12:30、13:30～17:00
土曜日(隔週) / 9:00～12:00

【休診日】 隔週土曜日、日曜日・祝日
【歯科医師】 五十嵐 友彦



彩食健人 栄養通信

さいしょくけんじん

栄養知識



鮭は優れたもの、効果がたくさん!

- ◎良質なタンパク質は、体力向上、疲労回復に!!
- ◎脳の働きを活性化するDHA中性脂肪を減らすEPAなどの不飽和脂肪酸もしっかり!!
- ◎栄養素の代謝を促すビタミンB群も含まれています!
- ◎血中のカルシウムを骨に運ぶビタミンDも豊富で、骨粗しょう症の予防効果も期待できます。

鮭のサーモンピンクには凄い力!

鮭の身のピンクはアスタキサンチンという物質で、色素物質のひとつです。アスタキサンチンは抗酸化作用が強いのが特徴で、動脈硬化の予防、老化防止、がん予防などの効果があります。

いろいろな調理方法が
楽しめる、これからの旬の

鮭



野菜たっぷり / フライパンで作る 鮭のホイル焼き

材料 (1人分)

- 鮭.....1切れ
 - 玉ねぎ.....50g
 - ピーマン.....1/2個
 - しめじ.....50g
 - にんじん.....10g
 - バター、醤油、塩、黒こしょう...適量
 - レモン.....1/8個
- ※お好みでいろいろな野菜で楽しめます。



ビタミンCと合わせて
摂取すると吸収アップ!
レモンを絞ってお召
上がりください。

【鮭のホイル焼きの作り方】

- ① 玉ねぎ、ピーマン、しめじ、にんじんは熱が通りやすいように薄めに切り、鮭に軽く塩、黒こしょうをふっておきます。
- ② 食材を包めるくらいの大きさにアルミホイルを広げ、玉ねぎを敷いた上に鮭を置き、その上にその他の野菜をのせます。具材の上にバターをのせ、ホイルで包みます。
- ③ 熱したフライパンに入れ蓋をしたら、弱火で材料に火が通るまで10~15分蒸し焼きにします。(魚の大きさや野菜の分量に合わせて加熱時間の調節をしてください)
- ④ お皿にのせて醤油を少々かけ、レモンを添えて完成です。

平成28年4月1日付で 循環器専門医研修関連 施設に認定されました

当院は一般社団法人日本循環器学会に「循環器専門医研修関連施設」の申請を行い、承認されました。専門医を目指す医師に臨床研修や指導ができる設備と経験のある循環器専門医が常勤していることが認められ、学会より依頼を受けて専門医を育成することができます。



三愛病院からのお知らせ

第8回 市民公開講座

平成28年9月28日(※) 13:30~15:00 **入場無料**

■テーマ / 高血圧について勉強しませんか?

■講師 / 内科診療部長 福澤 純 先生

■会場 / 登別市民会館2階 中ホール(登別市富士町7丁目33-1)

特定医療法人社団千寿会 日本医療機能評価機構認定病院・認知症疾患医療センター

三愛病院

〒059-0493 北海道登別市中登別町24番地12

☎0143-83-1111 FAX.0143-83-1361

http://www.sanai-hospital.or.jp

E-mail:post@sanai-hospital.or.jp



歯科 口腔外科 ☎0143-83-3991 医療福祉相談室 ☎0143-83-3207 地域生活支援室 ☎0143-83-3572
精神科 デイケア ☎0143-83-2520 認知症疾患医療センター ☎0143-83-3207



受付時間 平 日 / 午前8時30分~午前11時30分、午後1時00分~午後4時30分 ※午後は予約となります。
土曜日 / 午前8時30分~午前11時30分

診療科目 精神科・老年精神科・内科・老年内科・心療内科・循環器内科・消化器内科・リハビリテーション科・皮膚科・泌尿器科・眼科・漢方外来・歯科 口腔外科・歯科

併設施設

- 介護老人保健施設 グリーンコート三愛
 - 高齢者グループホーム プラタナス三愛
 - 高齢者グループホーム みずばじょう
 - 小規模多機能型居宅介護事業所 みずばじょう
 - トータルケアセンター あおい(愛桜)
 - 指定訪問看護ステーションあおい
 - 登別市地域包括支援センターあおい
 - 指定居宅介護支援事業所あおい
 - ヘルパーステーションあおい
 - 就労支援センター ピアチェーレ
 - 障害者グループホーム アザリア
 - 障害者グループホーム カワセミ(翡翠)・ヤマセミ(山翡翠)
 - 登別市総合相談支援センター en
 - 室蘭市相談支援センターらん
- 【関連施設】**
- 社会福祉法人登別千寿会 特別養護老人ホーム 緑風園