

とおたるけあ

歯科口腔外科8020通信

2017年
秋号
autumn
vol.27

雄大な北の大地に花開く、
“もうひとつの江戸”

登別伊達時代村

photo: 忍者かすみ屋敷の忍者ショー (登別伊達時代村提供)

当院すぐそば、登別市中登別町にある「登別伊達時代村」。大手門を抜けると商家や武家屋敷などが軒を連ねる街道を武士や町人が歩き、江戸時代にタイムスリップしたような感覚を味わうことができます。また、カラクリ満載の「忍者かすみ屋敷」で繰り広げられる忍者ショーでは迫力のあるアクションで来場者を魅了し、大人から子どもまで楽しむことができる人気のテーマパークです。

看護職者から選ばれ、働き続けられる職場づくりを目指して

8月に入り、草木の緑も一段と濃くなってきました。当院は自然に恵まれた環境にあり、病室の窓から見える景色も一年の中で一番心が癒される眺望となっております。

今年4月に入職した新人看護師達が不安と緊張の表情から、少しずつ柔らかい表情になりつつあることを嬉しく思います。今後もそれぞれの役割を担い、働き続けられることを願っています。

北海道内では年々、看護職の人材確保が難しくなってきました。団塊の世代がすべて75歳を迎える2025年には医療・介護の増大に対し、医療従事者の不足が問題になっています。医療従事者である看護職員の過不足は地域により異なるとも言われています。

登別市においては総人口が5万人を割り、高齢化率が34.3%と上昇し、生産年齢人口が減り続けています。それに加えて西胆振地方では大手の医療施設が多数あり、看護職者の量的不足の深刻化が既に始まっています。その中で看護職者から選ばれる職場として教育研修、定着促進、キャリア支援を積極的に実施していかなければならないと考えます。精神障害にも対応した地域包括ケアシステムの中で、看護師に期待される役割は多種多様にあります。

看護部の理念は「笑顔のある心のもった看護をいたします」と掲げています。看護部職員が笑顔で患者様・ご家族の皆様の心と向き合えるよう職場環境を整え、働き続けられる職場づくりを目指したいと思っております。今後ともご指導、ご支援のほどよろしくお願いいたします。

看護副部長 原見 美智





まちなかホットと相談寄ってけ～る

登別市地域包括支援センターあおい・センター長 鎌田 沙緒里

登別市地域包括支援センターあおいでは、平成28年6月より毎月第3火曜日の午前中、ショッピングセンターアークスで出張相談会「まちなかホットと相談寄ってけ～る」を開催しています。

センターでは、総合相談支援機関として日頃より地域の高齢者の方の健康や生活、介護など様々な相談支援を行っていますが、健康や生活状況が悪化する前にできるだけ早い段階で相談していただくことがとても大切だと感じています。そのため、高齢者本人や介護者をはじめ、より多くの地域住民の皆様センターの取り組みについて知っていただく必要があるという思いから、地域住民の方の生活にとって身近なショッピングセンターで出張相談会を開催しています。

ここでは自由に閲覧可能な資料や専門職との対話により、健康維持や介護に関する情報などを発信しております。買い物の帰りにひと休みしながら困りごとを相談できる場として、今年度も継続して開催しております。お近くにお立ち寄りの際は、ぜひお気軽にご来場ください。

第5回三愛病院ハートフルコンサート

作業療法士・主任 湯浅 律子

平成29年6月1日(木)に第5回三愛病院ハートフルコンサートを開催いたしました。今年は、室蘭市在住のピアニスト・児玉亜希子さん、ベーシスト・山根純平さん、札幌市在住のボーカリスト・北島蘭さんにお越しいただき、ジャズをベースとした全12曲を演奏していただきました。

1部は懐メロの「東京キッド」(美空ひばり)で開幕し、2部では四季をテーマに「花」「海」「赤とんぼ」「北風小僧の寒太郎」を演奏していただきました。歌詞カードを用意していなかったにも関わらず、歌詞を口ずさむ声が聞こえ、徐々に会場の空気も温まっていったように思います。

3部では、言わずと知れた名盤「Waltz for Debby」(Bill Evans)など2曲を演奏。最後の4部では、「涙そうそう」(夏川りみ)や「上を向いて歩こう」(坂本九)などの懐メロで再び会場からも歌声が聞こえ、つま先でリズムをとる方、真剣に聞き入る方など思い思いにコンサートを楽しんでいらっしゃいました。来年も素敵な演奏会が開催できるよう努めて参ります。



障害者グループホーム あじさい

平成29年12月開設予定

- 定員** 男性8名
- 施設概要** 木造平屋建
- 居室設備** クローゼット、ベッド、机、テレビ、冷蔵庫
- 共用設備** リビング、台所、浴室、トイレ、洗面所、洗濯室など

■開設場所 / 登別市中登別町141番地5外

お問い合わせ先

障害者グループホームあじさい
開設準備室(障害者グループホームアザリア内)

〒059-0463 登別市中登別町141番地5 ■担当/藤田・辻・伊藤

☎0143-83-0311 [受付] 平日8:30~17:00、土曜日8:30~12:00

●FAXでのお問い合わせ FAX.0143-83-0311

ご利用にあたっては障害者総合支援法に基づき、ご利用になる方の住所自治体へ「訓練等給付費支給申請」などの手続きが必要です。その他、地域生活を送る上で各種社会福祉制度などの申請が必要な場合もありますので、お気軽にご相談ください。



看護の日イベントを開催しました

南館棟1階B病棟主任 矢吹 寛崇

平成29年5月9日(病院正面玄関前ホール)と5月10日(ショッピングセンターアーニス1階ホール)の2日間、「看護の日」イベントを開催しました。来場者は2日間で120名程で、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。

今年度も各種身体測定をはじめ健康、栄養、福祉相談、介護用品の紹介、デイケア利用者・入院患者さんの作品展示、手洗いチェック、ピアチェーレによるパンの販売、カフェの提供などを行いました。中でも栄養に関する相談が多く、食生活への関心の高さが印象的でした。

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布し、患者さんにも笑顔が見られ、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、地域の高齢化を改めて感じました。今後、当院の役割はより一層大きくなると思われ、このイベントはその役割を担う上で大切であると感じました。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。

プラタナス三愛・みずばしょう

高齢者グループホームの取り組み

プラタナス三愛 管理者 中村 永子
みずばしょう 管理者 大村 亜希子

当法人では2つの高齢者グループホームを運営しており、プラタナス三愛は開設して12年、みずばしょうは6年になります。

グループホームでは入居者様の生活の支援を中心に、その時、今の想い、行動を大事に一人ひとりが自分自身の生活を営むことができるように毎日をご過ごしています。「きれいな花が咲いているから見に行く」「食べたいものを買って行ってみんなで食べる」といった、ごくごく普通で当たり前の生活を大切にしています。

また、認知症への理解の普及と認知症になっても安心して暮らせるまちづくりのための活動も行っています。市内7事業所のグループホームで構成する「登別グループホーム友の会」では、笑顔の写真展や音楽祭、Run伴、就労促進など啓蒙活動から課題解決への取り組みなどを実践しており、今後もグループホームが地域で必要とされるように頑張っていきます。



プラタナス三愛



みずばしょう

日々練習を重ね、披露できる曲も増えてきております。繊細でありながらも、力強く、年々進化した「雅太鼓」の音色を披露できるように精進していきます。

これまでの活動としては、法人内施設での夏祭りのほか、新人歓迎会や忘年会といった行事で演奏してきました。また、昨年には北海道自衛太鼓50周年記念演奏会に参加し、初めて施設外で演奏させていただきました。事前の合同練習から参加させていただき、他チームから新たな刺激を受け、全部員の士気の高まりを感じました。

主将 湯浅 律子

三愛病院
雅太鼓
活動報告

太鼓チーム「雅太鼓」は、平成18年の三愛病院開院40周年を記念して2年前の平成16年に結成され、今年で創部13年となります。現在のメンバーは8名で、うち6名は和太鼓初心者です。経験者に指導を仰ぎながら、毎週木曜日の17時30分より練習しています。



今回は、みんなで楽しみながら交流の輪を広げている活動を紹介します。

性別や年齢などを問わず楽しむことができるスポーツの一つとして「バレーボール」が挙げられると思います。当院で活動しているバレーボールチームは第3、5火曜日の19時から幌別小学校体育館で行っています。参加している職員はリハビリテーション科をはじめ、医療福祉相談室、臨床検査室、看護部などさまざままで、年齢は22歳から50歳代までと幅広いです。

初心者ばかりですのでボールの動きに身体がついていけず、威勢のいい声だけが体育館に響き渡っています。当初は部門内の親睦を深める目的で始め、ミニバレーのような状態でした。最近では、新入職員と先輩の交流の場として、他部門の方も多く参加するようになり、バレーボールをきっかけに職員間の繋がりが密になったと感じています。

バレーボールに興味のある方や楽しみたい方は、是非参加してみませんか？

(介護老人保健施設グリーンコート三愛 作業療法士・副主任 湯浅 充)

三愛病院職員
余暇活動紹介
vol.2

バレーボール



平成29年度新入職員あいさつ

作業療法士 田中 志穂

私たちが入職してから入社式や新入職員歓迎会などが行われ、職員の方にはとても温かく迎え入れていただきました。入職した当初にくらべ、現在は徐々に仕事や職場に慣れてきました。

当院は精神疾患や認知症を患っている方が多く、患者様一人ひとりに合わせた接し方や援助が重要であると、日に増して感じています。しかし、患者様と関わらせていただく度に、自分自身の知識や経験の未熟さを痛感しております。

今後は患者様から信頼してもらえるよう、一人ひとりに対しての接し方や考え方を学んでいき、先輩方のような立派な職員に成長していきたいと思っております。まだまだ未熟者ではございますが、日々研鑽を怠らず、努力していく決意です。今後ともご指導のほどよろしくお願いいたします。



医療福祉相談室のご紹介!!

こんにちは。医療福祉相談室の竹内亮平です。医療福祉相談室には精神科ソーシャルワーカー(PSW)が勤務しています。精神科ソーシャルワーカーとは…

- ✓ 入院したらどうなるの？
- ✓ 入院した時の医療費はどれくらい？
- ✓ 医療費が高額になったら？
- ✓ 退院が決まったけど、不安がある
- ✓ 1人で暮らせなかったらどうしよう
- ✓ 介護保険の利用方法は？

ソーシャルワーカーは漠然とした不安や、分かりにくい制度のことまでご本人の話をよく聞いて、一緒に考えて解決することをお手伝いする仕事です。
「誰に相談したらいいのだろう?」「こんなこと相談してもいいのかな?」などなど、そんな時は迷わず医療福祉相談室にいらしてください。私たちがゆっくりとお話を聞かせていただきます。お待ちしております。

例えばこんなことがありましたら
お気軽にご相談ください。

医療福祉相談室(直通) ☎(0143)83-3207

- ◎高額医療費、障害年金、労働災害、傷病手当金、介護保険、障害者総合支援法
- ◎身体障害者手帳、精神保健福祉手帳、施設の入所、他院への転院
- ◎ご自宅での困りごと 等々





歯科口腔外科8020通信

第26号



三愛病院 歯科口腔外科医長 **佐々木 敬則** 医師

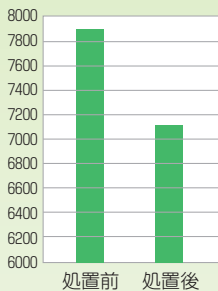
平成27年4月から12月まで当院歯科口腔外科に勤務していただきました佐々木敬則歯科医師が再び着任となりました。よろしくお願いたします。

歯周病が 全身に及ぼす影響

※資料はすべて日本臨床歯周病学会HPより

歯周病は歯垢や歯石に住み着く細菌が原因で起こり、歯茎に炎症を起こしたり、歯を支える骨を溶かすことで、最悪の場合、歯を失ってしまう疾患です。

近年、歯周病の影響は口腔内だけの問題に限らず、全身に影響を及ぼすことが明らかになってきました。



① 糖尿病

歯周病は以前から、糖尿病の合併症の一つと言われてきました。さらに最近では、歯周病になると糖尿病の症状が悪化するという逆の関係も明らかになってきました。歯周病治療で糖尿病も改善することが分かってきています。

◀ 歯周病の治療による血糖コントロールへの影響

② 脳梗塞

歯周病の人はそうでない人の2.8倍脳梗塞になりやすいと言われています。

③ 狭心症・心筋梗塞

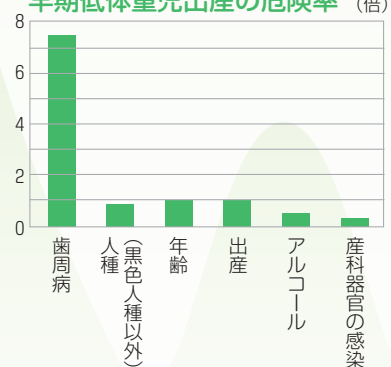
歯周病原因菌などの刺激により血管内にプラーク(粥状の脂肪性沈着物)ができ、血液の通り道が細くなる。プラークが剥がれて血の塊ができると、血管の細いところで詰まります。

④ 低体重児出産

妊娠している女性が歯周病に罹患している場合、低体重児および早産の危険性が高くなることが指摘されています。歯周病細菌が血中に入り、胎盤を通して胎児に直接感染するのではないかとされています。

妊娠における

早期低体重児出産の危険率 (倍)



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】 佐々木 敬則

簡単に美味しいソースで
栄養をとりましょう！『豚肉レシピ』



良質なたんぱく質が取れる豚肉ですが、「疲労回復のビタミン」と言われている「ビタミンB1」が多いのも特徴です。ビタミンB1はお米など糖質の代謝を促し、細胞を活発に働かせる原動力になり「疲れ」をとります。また、皮膚や粘膜の健康を維持する働きがあり、美肌づくりに役立ちます。

豚肉栄養の効果アップ

- ▶ ビタミンB1は水溶性なので、茹でる、煮るといった調理法では流れ出てしまうため、揚げる、焼く、炒めるのがオススメです。
- ▶ ビタミンB1はネギ・玉ねぎ・にんにくなどの硫化アリルを含む食べ物と一緒に摂取すると吸収が高まるので、食べ合わせると効果的です。
- ▶ 豚肉を食べ過ぎるとピルビン酸という疲労物質を作り出します。レモンやトマト、酢といったクエン酸を含む食品と合わせて食べるとクエン酸に変化するので、一緒に摂取するように心掛けましょう。

豚肉の香味ソースソテー

～トマトサラダを添えて～



材料 (2人分)

- 豚ロース厚切り肉… 2枚
- 玉ねぎ…………… 1/2個
- にんにく…………… 1かけ
- 砂糖…………… 小さじ
- 醤油…………… 大さじ
- みりん…………… 大さじ
- サラダ油…………… 適量

作り方

- 1 玉ねぎ、にんにくをすりおろす。
- 2 ①に砂糖、醤油、みりんを加える。
- 3 肉は筋切りし、②に30分程度漬け込む。
- 4 フライパンにサラダ油をひき、中火で両面を焼く。
- 5 両面が焼けたら漬け込んだソースを肉に乗せ、蓋をして5分間弱火で焼く。
- 6 肉が焼けたらソースを落として取り出す。残りのフライパンのソースをお好みまで煮詰める。
- 7 皿に肉を盛り付け、⑥のソースをかけて完成

人健食彩 栄養通信 さいしょくけんじん



外来診察のお知らせ

当院では「精神科」「総合内科」「循環器内科」のほか、地域の皆さまに開かれた病院を目指して下記の外来診察も行っておりますので、お気軽にご相談ください。

- ▶ **皮膚科** 毎週金曜日 担当医 北海道大学皮膚科 【診察時間】 9:00～12:00
- ▶ **呼吸器内科** 毎週水曜日 担当医 出張医 【診察時間】 9:00～12:00、13:00～15:00
- ▶ **消化器内科** 第1・3・5金曜日 担当医 出張医 【診察時間】 9:00～12:00、13:00～17:00

- ▶ **眼科** 第1・3土曜日 担当医 出張医 (市立室蘭総合病院) 【診察時間】 9:00～12:00
 - ▶ **漢方外来** 毎週火・金曜日 担当医 金上 宣夫 医師 【診察時間】 9:00～12:00、13:00～17:00
- ※午後の診察は基本的に予約制となります。
※眼科は事前の予約が必要となります。

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.sanei-hospital.or.jp
E-mail:post@sanei-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 認知症対応型集中支援チーム ☎(0143)83-5070

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・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(愛校)
 - 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(弱冠)・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



第9回 市民公開講座 平成29年9月26日(火) 13:30～15:30 **入場無料**

参加ご希望の方は当院までご連絡ください。『精神科医師に聞く、こころの病気ってなんだろう?』(仮)

■講師/精神科医師 長谷川 伸二
■会場/登別市民会館2階 中ホール