



いきいき東福岡



今月の表紙

今回の表紙は、デイケアおたっしゃクラブの 花田哲也様撮影の写真です。
マンジュシャゲ(曼珠沙華)は、梵語で「赤い花・天上の花」の意味でおめでたい
兆しとされています。

CONTENTS

- 私の本棚から 相談室紹介 1
- 放射線科より 2
- 摂食・嚥下障害について 3
- 家庭でできる腰痛予防対策 4

- 介護保険事業所便り
・ デイケア便り 5
・ すまいる通信 ・ 居宅紹介 6
- 談話室&外来担当表 7
・ 竹灯祭りお知らせ ・ レシピ

基本理念

誠意・安心・信頼

私たちは地域の多様なニーズに対応できる
保健・医療・福祉の一貫したケアをめざします。

医療法人 社団宗正会
東福岡病院

〒811-3222
福岡県福津市津丸1164-3
TEL 0940-43-1311
FAX 0940-43-0773

■ ケアプランサービス 東福岡

TEL 0940-72-5578 FAX 0940-35-8575

■ デイケアセンター おたっしゃクラブ東福岡

TEL 0940-43-1383 FAX 0940-43-1383

■ グループホーム すまいる

TEL 0940-42-1708 FAX 0940-42-1709

<http://www.souseikai-hp.or.jp/>

私の本棚から…心に残る一冊

年を取った？せいか最近テレビもラジオもおもしろくなくなって、その代りに読書が唯一の娯楽となりました。しかも、ベストセラーを数年後、例えばハリーポッターを6・7年後といった具合に、流行に遅れに遅れて読んでいます。

ジャンルは竹中平蔵、堺屋太一からハリーポッター、立川談志まで目茶苦茶です。この私の整理のつかない乱雑な本棚から、とても心に残った一冊をご紹介しますと思います。

『博士の愛した数式』—これもかなり遅れたものですが、交通事故のため記憶力障害を遺した数学者が、家政婦さんとその10歳の息子と約一年間を共に過ごす話です。博士の記憶は事故の後遺症のため、80分きっちりしかもちません。ですからいつも着ている背広に、メモを貼りつけ、まるで七夕の笹のようになって暮らしているのです。

東福岡病院 院長
秦 裕文



毎日訪れる家政婦さんも毎朝が初対面で、靴のサイズや誕生日を聞き、その数に解釈をつけて、人と人の間を数字でつむいでいるのです。

家政婦の息子は頭の形が平坦なので、数式記号の $\sqrt{\quad}$ （ルート）と名付けられています。そして家政婦やその息子は、世話をしている彼のことを「博士」と呼んでいます。

たった一年の間だけど、その一日一日がかけがえのない大事な時間であったことが物語につづられているのです。

物忘れのため貼られたメモには、かなしさと共に暖かさがあり、読後のすがすがしさにご紹介してみました。

ご相談ありませんか？

4月より相談室を開設しました。

医療相談員

松尾 富美子



<相談内容について>

- ①入院や退院に関する相談
- ②療養費等のお支払いについての相談
- ③診療や看護、介護についての相談
- ④在宅療養についての相談（介護保険や在宅サービスの利用についてなど）
- ⑤要望及び苦情等についての相談
- ⑥社会保険・福祉制度の利用に関する相談

上記以外にもご相談があれば、お気軽にお声かけ下さい。



◇相談方法について◇

各部署の担当者に連絡



各部署の相談担当者より
相談室に連絡



相談員による相談開始



直接相談員に相談に来られても結構です。

相談室は1階にあります。受付でお訪ね下さい。なお、事前にご連絡を頂ければお待たせしないで済みますので、前もってご連絡下さい。

連絡先 TEL:0940-43-1311

《放射線科から》
CTが新しくなりました。

“16列マルチスライスCT”

●CTとは？

CTは、患者様のまわりを、X線を出しながら1対になった管球と検出器が回転し、患者様を通過したX線が検出器を発光させて電気信号に変化させ、あらゆる方向からのデータを収集し、画像を作っていきます。

●マルチスライスCTとは？

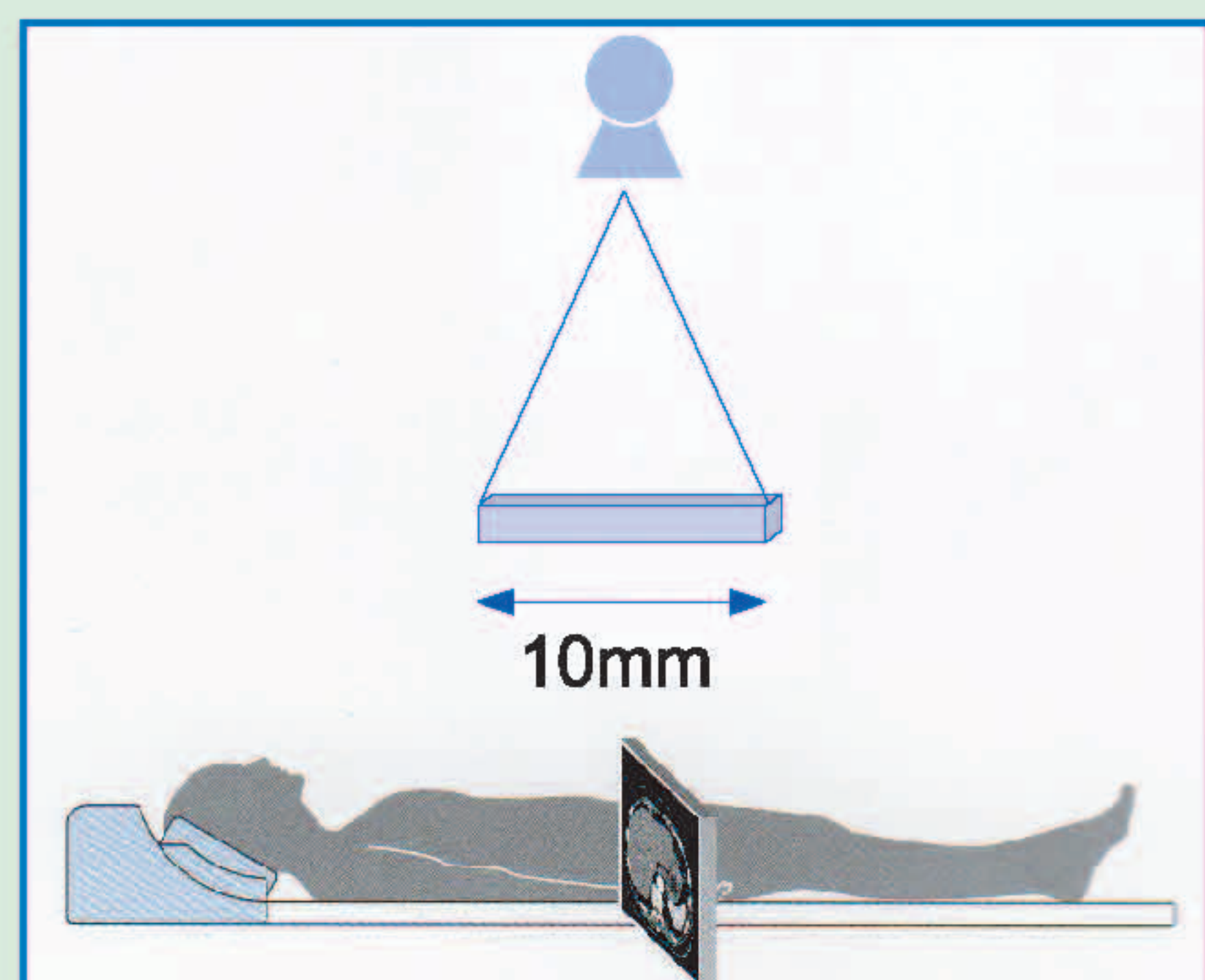
当院では、4月から新しく16列マルチスライスCTを導入しました。マルチスライスCTとは、検出器の配置が体軸方向にも並べられたCTです。

従来のシングルCTでは1回転1スライスの断層像の撮影しかできませんでしたが、マルチスライスCTでは、1回転で複数スライスの断層像が可能です。

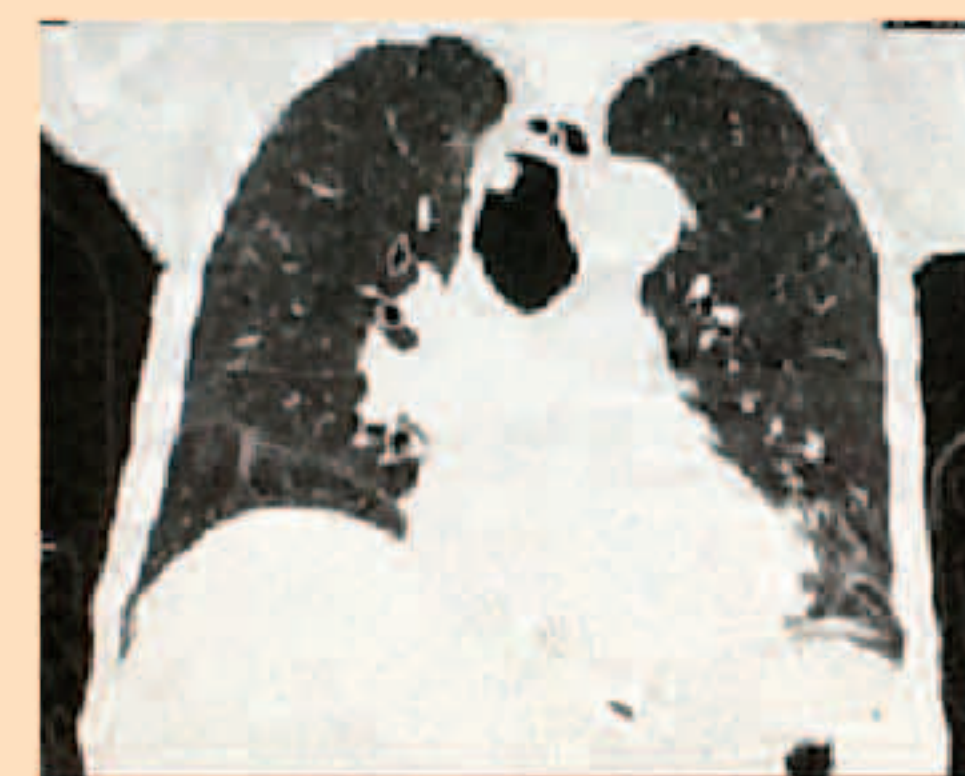
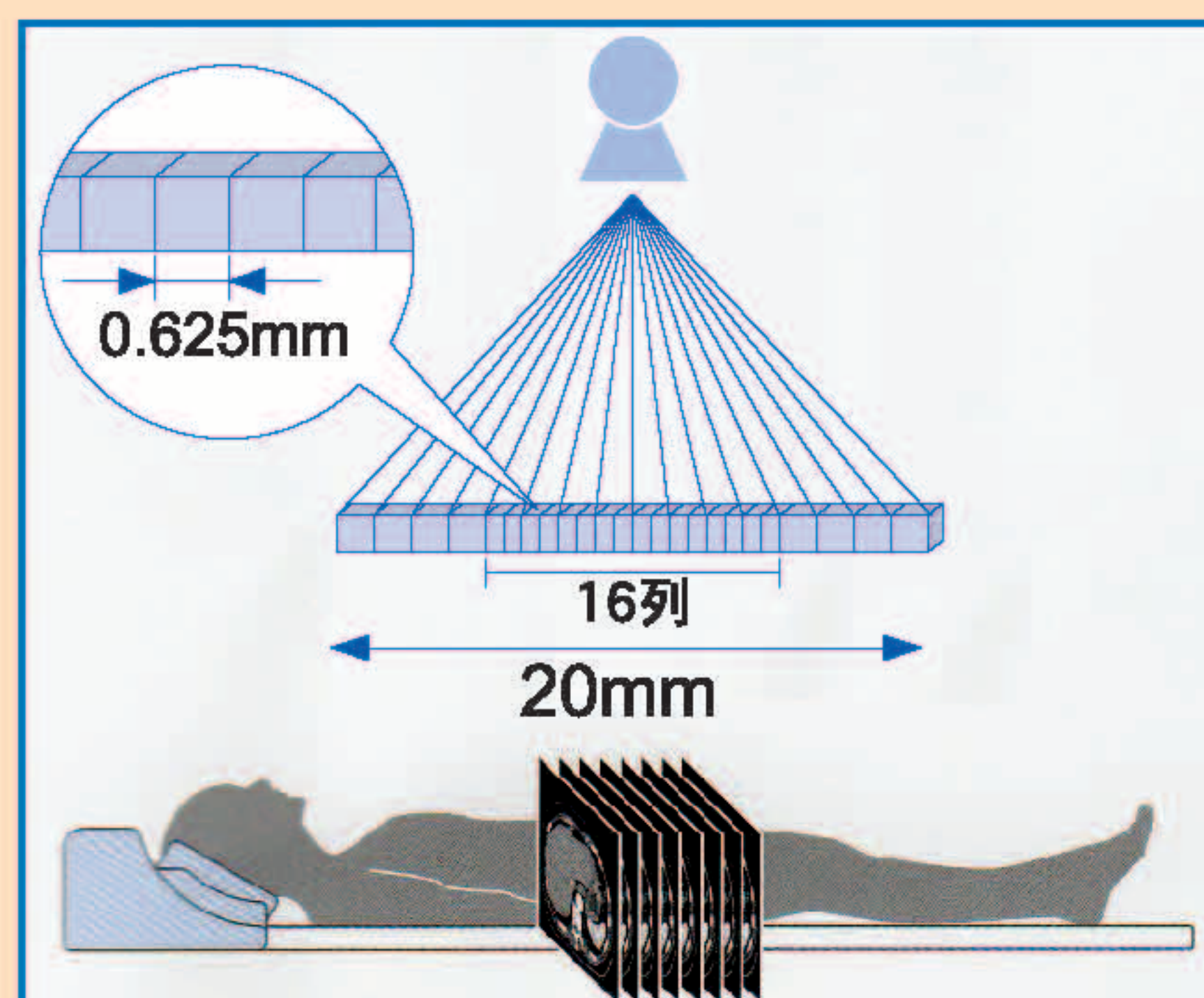


“16列マルチスライスCT”

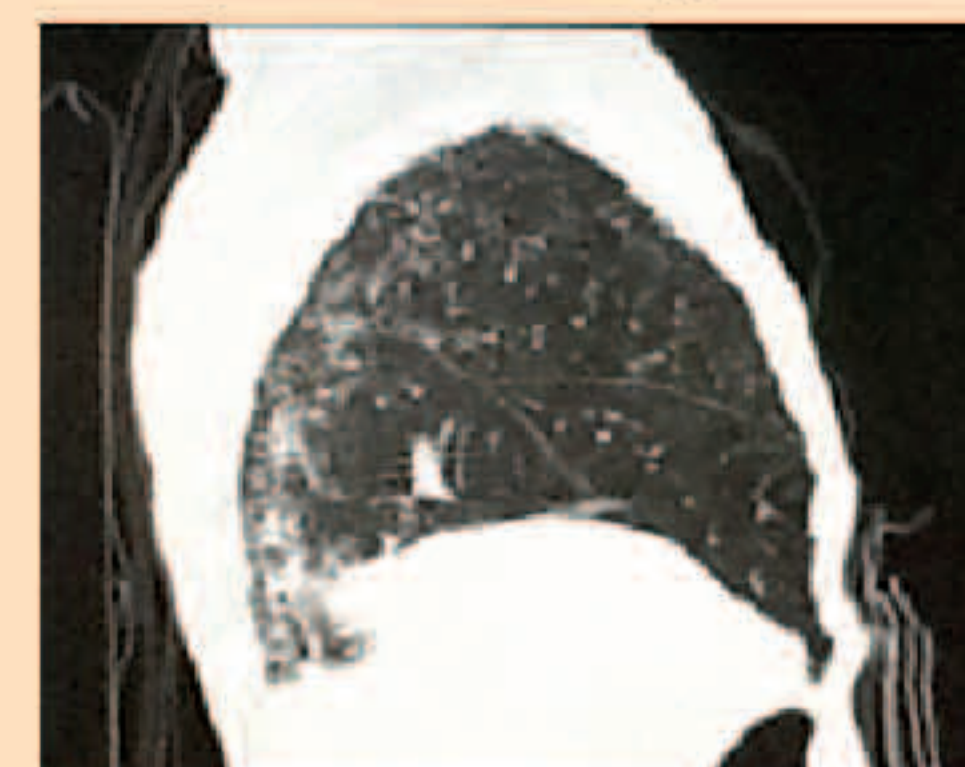
従来型のシングルCT



マルチスライスCT



コロナル像



サジタル像



アキシャル像

また撮影速度が速く、患者様が息を止める時間が短くなるだけでなく、検出器の厚みが薄いので1mm未満の薄いスライスの厚さで高画質な画像が得られ、短時間でよりスムーズな3次元画像が得られるようになりました。

診療放射線技師 堀永 敏克

Dr. 紹介

毎週金曜日の午前中に、非常勤で勤務しております。秦院長、河野先生、松村先生の産業医科大学での後輩です。院長とは一時期、放射線科で一緒にさせていただいたご縁で平成22年から勤務させていただいております。

仕事環境としては、フィルム画像からパソコンで写真を見られるようになり、エコーやCTもグレードアップするなど、さらに環境が整う中で、私も日々勉強しなくてはと思い、を新たにしているところです。

放射線科
松田 医師



奈良県出身で、現在、夫、大学生の娘、高校生の息子がおります。松村先生はまだ関西弁が残っておられるようですが、私はすっかり北九州の言葉になってしまいました。

東福間病院は環境も良く、職員の皆さんも親切で、大変楽しくお仕事させていただいています。

どうぞよろしくお願いいたします。

Dr.のお話

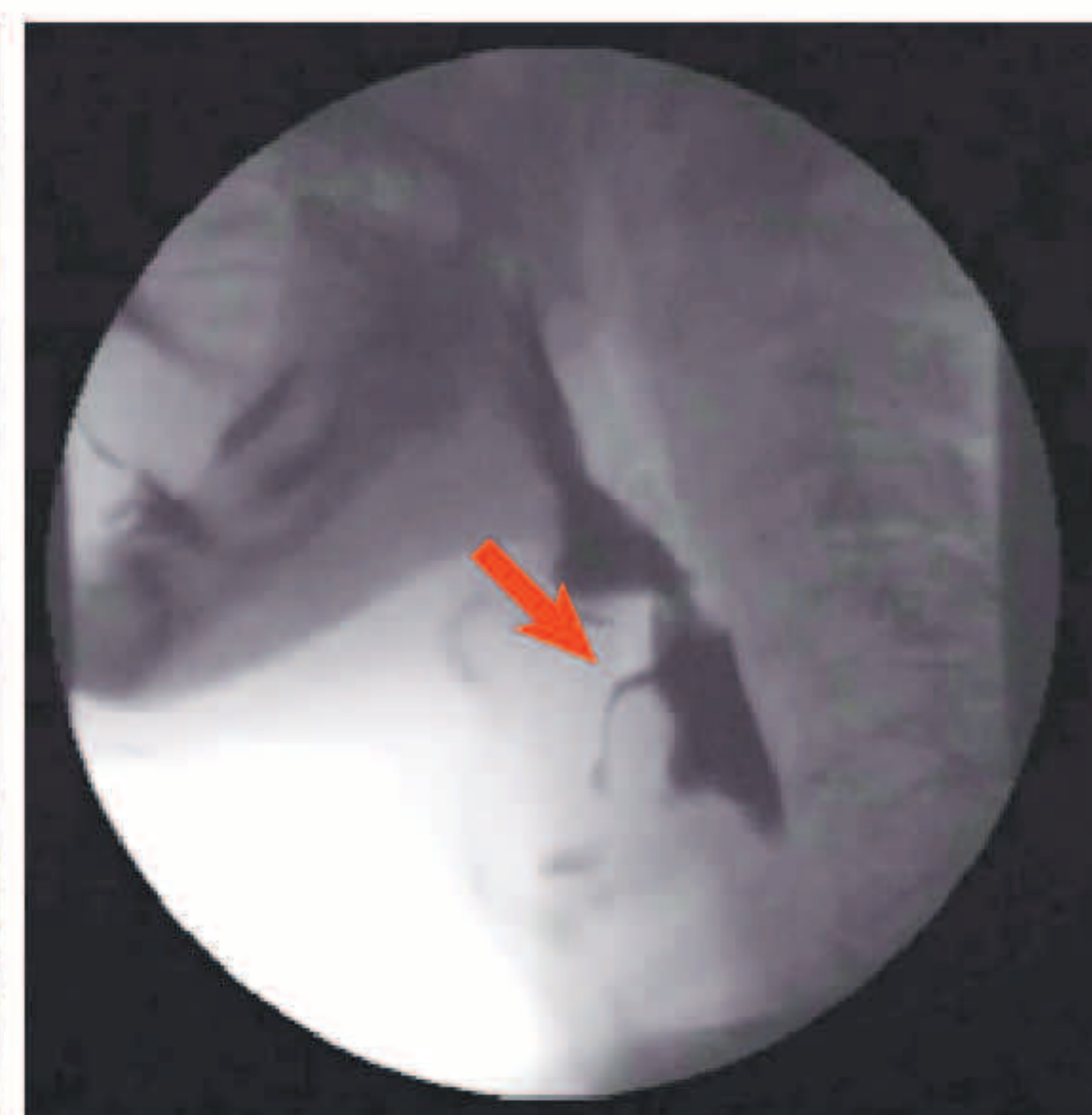
摂食・嚥下障害について

●食べられなくなる！

年を取ってくると、体の衰えや病気のために徐々に食事が入らなくなります。これは、終末期になるとどなたでも起こることです。病院では食べられなくなる原因を考え、対応をしています。

●摂食障害と嚥下障害

食べられない大きな原因は、食べようとしないこと（摂食障害）と飲み込めないこと（嚥下障害）です。摂食障害では食べ物を口に入れない、食べ物を咀嚼しない、飲み込まない状態で、意識障害や高度の認知症で見られます（図の緑の障害）。嚥下障害では食べ物が喉に留まるようになります（図の青の障害）。脳卒中、パーキンソン病のような神経疾患、胃・食道の病気、慢性の肺疾患などで生じます。写真では食べ物の一部が気管に入る誤嚥を示しています。



●検査

飲み込みの検査には少量の水を飲む、30秒間に唾液を飲む回数を調べるといった簡便な方法から、内視鏡で飲み込みを観察したり、X線透視で観察する方法（嚥下造影）があります。嚥下造影では口の状態から喉・食道まで観察することが出来、最も良い評価方法です。食べやすい食事を検討するのに最適です。当院ではこれを行っています。

●対策

嚥下体操は口や喉の働きを良くするので食事の前に行っています。薬物療法として降圧剤、抗血小板剤、漢方薬などが知られています。アロマパッチには黒こしょうの香りが含まれていて、飲み込みを改善する効果があります。香りを嗅ぐだけですので、飲み込みが悪い人にも使えます。

口腔ケアは非常に重要です。口の中を清潔にしていれば、誤嚥をしても肺炎を生じにくくなります。肺炎の原因の約7割は誤嚥という報告があります。また、肺炎は65歳以上の死亡原因の第3位です。口から食べない方も口腔ケアを行っています。栄養の補充には高カロリーの栄養補助剤、水分の補充にはゼリーを用いています。また、点滴をすることもあります。

経管栄養は鼻からチューブを通して栄養を取る方法です。食事の楽しみはなく、鼻や喉に異物がありますので、自分で抜いてしまうことがあります。胃瘻は経管栄養が長期になるときに行うことが多く、日本では年間20万の人に新しく作られていると言われています。但し、これらの方法で誤嚥は防げません。また、認知症で胃瘻を造っても60%は1年後に死亡しています。



●対応方針

嚥下障害があると食べやすい食事に変更したり、トロミを付けたりします。誤嚥を生じるようになると薬物療法やアロマパッチを使用したりしています。それでも食べられなくなると、経管栄養を検討します。

経管栄養をすることで生活の質が良くなったり、本人が望んでいる場合は経管栄養をする価値があります。しかし、そうでない場合は、慎重に考えないといけないと思っています。ご本人にとって何が望ましいかを考えながら対応しています。

リハビリテーション科より 家庭でできる腰痛予防対策

今回は、腰のまわりの筋肉（腹筋・背筋・腹斜筋）を強くし、腰痛の症状の軽減と、腰痛予防の効果を期待できる”腰痛体操”を紹介します。

※体操を行う際の注意点 《腰痛体操を行ってはいけない方》

- ① 胸・腰椎の圧迫骨折と診断を受け、骨がついていない方
- ② 急性腰痛、ぎっくり腰等で安静にしているのに、中がうずくような痛みのある方
- ③ 足腰にしびれや麻痺のある方（脊柱管狭窄症や椎間板ヘルニア等）は、医師に要相談

① 背筋の強化 《うつぶせで上体そらし》

お腹の下にクッションを入れ、ゆっくり体をそらし、ゆっくりおろす（10回）
※うつ伏せや腰を反って痛みのある方は行わない



② 腹斜筋のストレッチ 《仰向けで腰をひねる》

両方の肩甲骨をベッドにつけたまま、腰から左右にひねる様に脇腹を伸ばす。
そのまま20秒ほど止める（左右5回）



③ 股周囲筋の強化 《足あげ》

片膝を立てて、足をあげる側は、膝を伸ばし、足首を手前に起こしながら、ゆっくりあげる（左右10回）



④ 腹筋強化 《おへそのぞきこみ》

両膝立ちで、お腹に手を当てて、ゆっくり息を吐きながらおへそを見るように頭を持ち上げ、ゆっくりおろす（10回）



スタッフ紹介

リハビリテーション科
理学療法士 安武 菜摘



3月から入職しました安武菜摘です。
地元の合唱団に所属していて、こちらで働かせていただく前から、デイケアに毎年歌いに来ていました。

まだまだ未熟なところもありますが、
今からいろんなことに挑戦しながら勉強
していきたいと思います。そして、一緒に働いている先輩方
のような理学療法士を目指して、皆さんに安心して楽しくリハビ
リを受けていただけるよう頑張っていきたいと思います。
どうぞよろしくお願いいたします。



津屋崎少年少女合唱団



平成21年 東福岡病院デイケアにて



通所リハビリテーション ディケア便り

おたっしやクラブ東福岡



夏だ! 祭いだ!
おたっしやの夏!

今年の夏祭りのテーマは「昭和レトロ」。
昔なつかしい雰囲気の中に、皆さんの笑顔が
あふれました!



お魚横丁

うまくできるか!?
ピン立てゲーム



むずかしいけど
おもしろい♡

ハイカラだるま屋



どこに
入るかな?



ヨーヨー釣り& 一円玉おとし



どちらも真剣な
まなざしです!



釣れた!
つつい夢中
になったなあ

屋台

やきそばと
チョコバナナは
いかが〜♡



9月 敬老会



ディケアでは、今年
も9月18日・19日
に敬老会を行う予定
です!
芸達者なスタッフと
一緒に笑って笑って
皆さんの健康をお祝
いしましょう!

カルーブホーム すまいる通信

今年の夏も暑かったですね。
 初夏～夏の恒例行事、5月の家族会（草取り＆バーベキュー）
 と8月のそうめんパーティーの様子をお知らせします。

どっか～ん!
 ボランティアさん
 と作った花火の
 貼り絵です。



草取り＆バーベキュー

スタッフと
 ご家族と一緒に草取り、
 …暑い中
 お疲れさまでした。



室内ではバーベキューの
 下ごしらえ♡



ハイ・ポーズ!



皆でいっしょに食べる楽しいひととき…

おいしいね。

そうめんパーティー



モリモリ箸が
 進みました!

皆様にはとても
 好評です♡



おいしく、しっかり
 食べること
 これが元気の源です。

居宅介護支援事業所 ケアプランサービス東福間です!

ケアマネ4名と事務職の1名で、「つなぐ・ささえる・まもる」
 をモットーに、安心して介護保険サービスをご利用いただけます
 ようお手伝いさせていただきます。

ケアプランについてのお問い合わせなどお気軽にご相談下さい。



ご利用日時

月～金 9:00～17:30
 土 8:30～12:30

休み

日曜日・祝日・お盆・
 12/30～1/3

活動地域

福津市・宗像市・古賀市

TEL 0940-72-5578 FAX 0940-35-8575

談話室 ……ちょっとひと休み。

竹灯まつりのお知らせ

今年も恒例の『神興竹灯祭り』が開催されます。例年たくさんの方々でにぎわう出店もありますので、ご家族連れで、竹灯と月、美しい秋の夜の風景をお楽しみ下さい。

＊『健康測定コーナー』もありますので、お気軽にお立ち寄りください。



10月7日(日)
午後6時～8時

雨天の場合
10月8日(祝日)

訪問介護事業所廃止のお知らせ

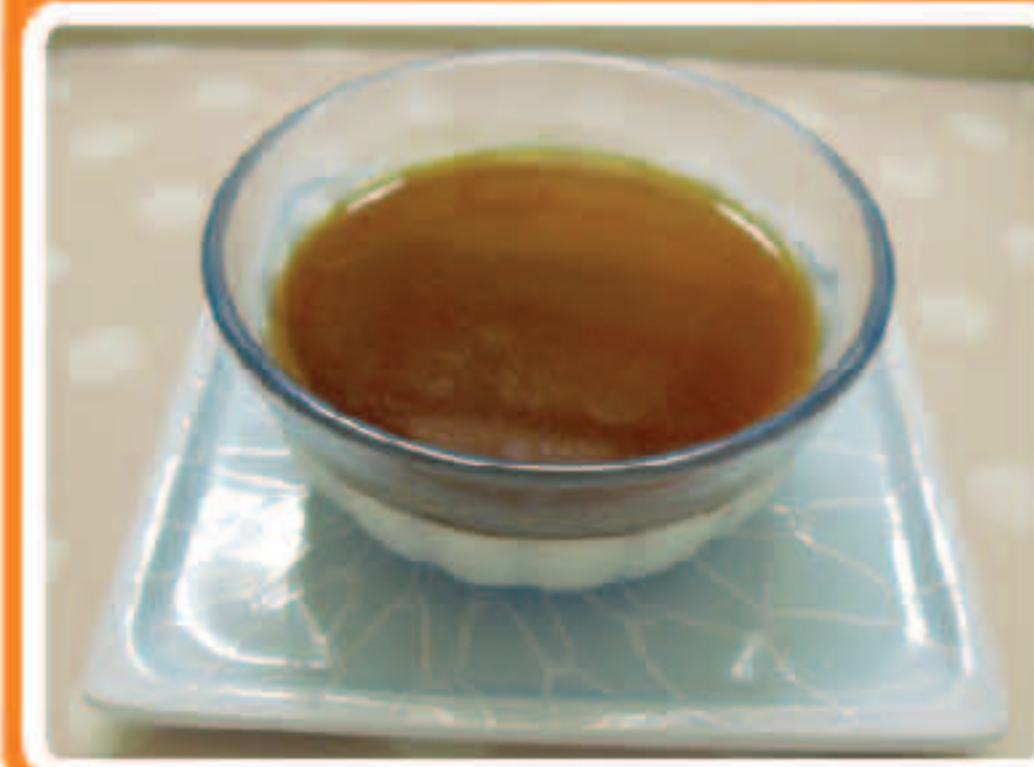
このたび当院では、平成24年8月31日付けで訪問介護事業所『介護センターなかよしクラブ』を閉鎖致しました。平成12年の開設以来長い間にわたりご利用いただき、まことにありがとうございました。今後はデイケア等のご利用を通して、皆様のご要望にお応えできますよう努めて参りますので、今後ともよろしくお願い致します。

レシピ紹介

ミルクくずもち風

牛乳を使った和風の冷たいデザートです。
簡単ですのでぜひお試しください。

ミルクくずもち風



材 料 (2 個分)

- ・牛乳……………150ml
- ・砂糖……………大さじ1.5
- ・水……………大さじ1
- ・粉ゼラチン…小さじ1 (3g)
- ・きな粉……………大さじ1
- ・黒蜜……………大さじ1.5

作り方

- ① 小さな器に水を入れ、そこへ粉ゼラチンを振り入れてふやかしておく。
 - ② 牛乳と砂糖を鍋に入れて温め、砂糖を溶かす。
 - ③ ①のゼラチンを加えて混ぜ、沸騰しないように気をつけながらゼラチンを溶かす。
 - ④ 容器につぎ分けて冷蔵庫で冷やし固める。
 - ⑤ ④に上からきな粉と黒蜜をかける。
- ★ きな粉でむせるのが心配な場合は、きな粉と黒蜜をよく混ぜてからかけましょう。

東福間病院 外来担当表

●禁煙外来 [要予約] まずはお電話でお問い合わせ下さい。

	診療時間	月	火	水	木	金	土
内 科	午前	秦	秦	田中	河野	秦	秦/河野
	午後	秦	河野	秦/河野	河野	河野	休診
皮膚科	午前	松村	松村	松村	松村	松村	休診
	午後	松村	松村	松村	休診	休診	

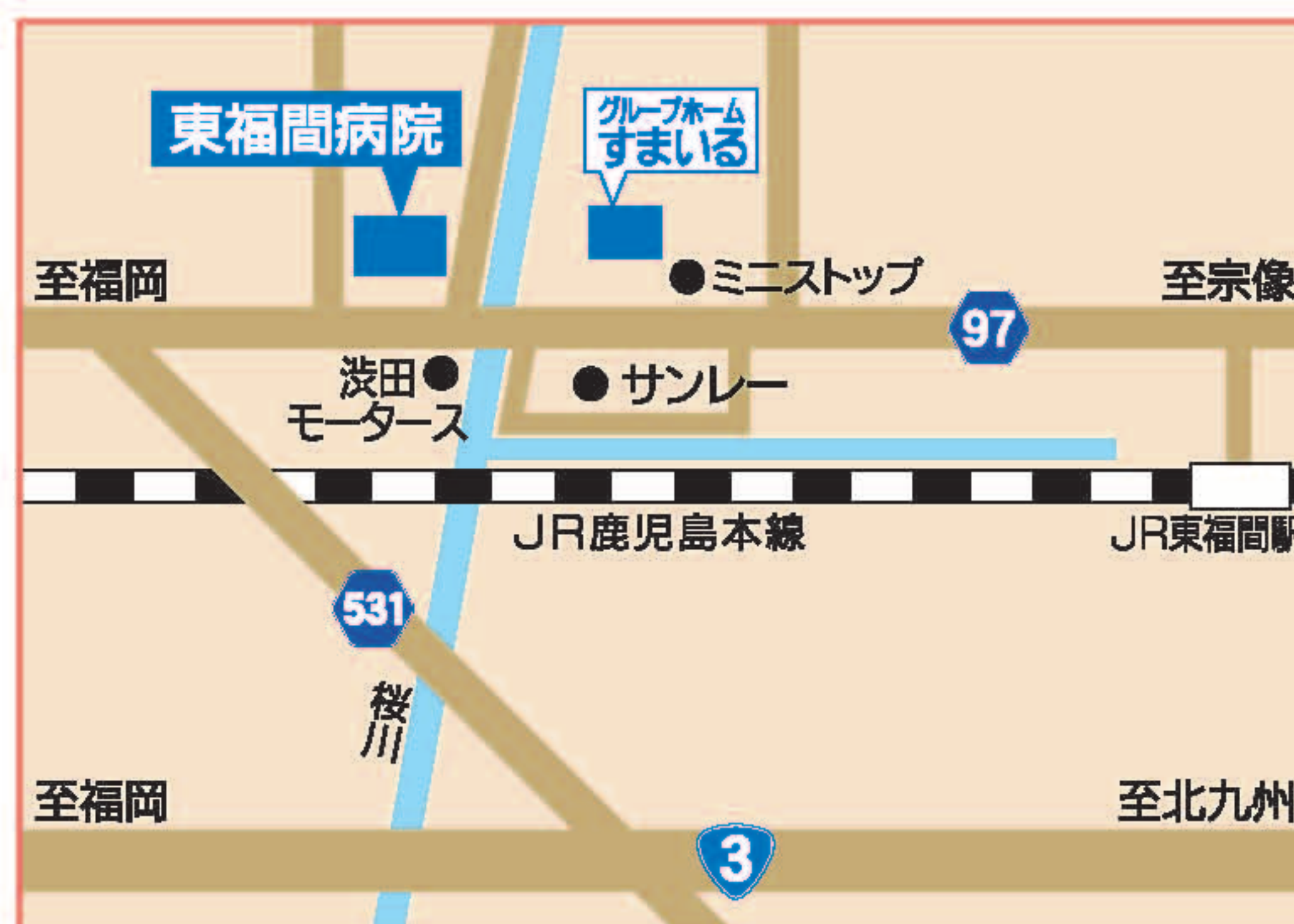
＜検査・健診＞

- 経鼻内視鏡・経口内視鏡
水曜日 午前 (秦)
- 超音波
金曜日 午前 (松田)
- CTスキャン 随時
- 特定健診
月～金 午前 [要予約] (松村)
- 一般健診
月～土 午前 [予約]

診療科目・診療時間

- 内科・放射線科・リハビリテーション科
月～金 9:00～12:00
14:00～17:00
土 9:00～12:30
- 皮膚科
月～水 9:00～12:00
14:00～17:00
木・金 9:00～12:00

※ 日曜・祝祭日 休診
(受付は30分前までにお願いします)



- JR東福間駅より徒歩8分
- 県道97号(旧国道3号)線沿い
通り堂西鉄バス停より徒歩3分

編集後記

節電が叫ばれた今年の夏。ふと気がつくと四季は移り変わり、田んぼの畦道を彼岸花が彩る頃となりました。表紙の写真の曼珠沙華(彼岸花)、花言葉は「また会う日を楽しみに」です。人の出会いを彩る花でもありますね。

