

# いきいき東福岡



## 今回の表紙

今年の干支は「申」、デイケア利用者の皆さんで「おたっしや猿」を作りました。「申」→「去る」と言われ、「悪いことが去る」「病が去る」など良い事や幸せがやって来る年です。皆様、「おたっしや猿」に幸せをもらいにいらして下さい。

## CONTENTS

- 新年のごあいさつ ..... 1
- 東福岡病院紹介 ..... 2
- 地域とともに ..... 3
  - ・ 福津市一斉防災訓練
  - ・ 転倒予防教室
  - ・ 竹灯まつり ・ 中学生職場体験 ..... 4

- ○豆知識 家庭でのノロウイルス対応  
介護保険事業所便り
- ・ デイケア便り ..... 5
- ・ すまいる通信 ・ 託児所から ..... 6
- 談話室&外来担当表 ..... 7
- ・ レシピほか

### 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  
医療・保健・福祉の一貫したケアを目指します。

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 おたっしやクラブ東福岡

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/>

## 新年のご挨拶



新年あけましておめでとうございます。  
本年もどうぞよろしくお願い致します。

さて、民生委員さんってご存知ですか？地域の身近な相談相手というフレーズで紹介されています。玄関先に座って、一人暮らしの年配の方と話をしている写真がよくあります。法律によって厚生労働大臣から委嘱されます。人柄、見識高く、地域実情に詳しく、社会福祉に通じている方が推薦され、ほぼボランティアでやっていただくのです。

例えば、近所の高齢の方の姿が見えないのだけれど…という相談があり、伺ってみると、一人暮らしは危なそうなので、娘さんに声をかけると「呆けてるといわれるのですか？」という言葉が返ってきたり、また、最近見ないねと周囲で噂をしていると、施設に入ったみたい、というようなことになっており、民生委員さん

東福岡病院 院長  
3 病棟主治医  
秦 裕文



も肩を落とされるというようなことが現在の地域社会の実情のようです。

民生委員十年、玄関先に上がっておしゃべりするまでにどれだけ時間がかかるか、その方の困っていること、本音がこぼれるまでに、どれだけ時間がかかるのか、民生委員さんのご苦労がわかるような気がします。

高齢化が加速する地域社会の中で、国は『地域包括ケアシステム』を確立させることを目指しています。民生委員制度は、なり手不足、世代が交代しない状況で、更にカバーする範囲も拡大という危うい状況と聞いています。

今回のシステムが、“立派な絵に描いた餅”にならないようにと願っています。

## 外来紹介 内科・皮膚科

外来・内科 2 病棟主治医

河野 精一郎



内科では高血圧や糖尿病、高コレステロール血症等の生活習慣病を始め、脳卒中や心不全、認知症の高齢者の方に多い疾患も診ています。

診断には血液検査・心電図・CTを含めたX線撮影は随時行っています。また、胃カメラ検査やエコー検査も行っています。

治療は薬物療法が主体ですが、マヒ等があれば、理学療法士や作業療法士によるリハビリテーションも行っています。また、インフルエンザや肺炎球菌等のワクチン接種も行っています。

介護事業所と連携して病気以外の相談にも対応しています。

外来・皮膚科 1 病棟主治医

松村 浩彦



皮膚は第六の臓器とも言われますが、ニキビや水虫などの馴染みのある疾患なら多くの方も体験済みでしょう。一方、病状評価がままならず見逃されたり治療が遅れ、本人ばかりか周囲にも問題を拡げる疾患もあります。

専門科クリニックや総合病院への通院に足や時間を割けるならともかく、お年を重ねるとそれ以外にも内科、整形的背景も関わってくるようであれば当科の出番です。掻痒感を伴う皮膚疾患は多々あり、褥瘡などの成因把握と予防治療等々。本人はもとより、家族や介護従事者にとっても無関心ではられません。皮膚にまつわる身近な諸症状でご相談にのっています。

# 東福間病院は地域に根差した病院です。



## ●介護病棟 1病棟48床・2病棟51床

比較的状态が安定されて、要介護認定を受けておられる患者様は、介護病棟で一人一人に合わせたケアプランに沿って日常的なケアと治療を行います。

毎月の誕生会や季節行事なども療養生活での楽しみな時間となるよう工夫しています。



東福間病院は地域に密着した病院をめざし昭和55年4月に開院致しました。急性期病院での治療を終えた患者様が、その方に合った治療やリハビリを行いながら、在宅に向けて過ごされる療養型病院です。

## ◎外来

診療科目：内科・皮膚科・リハビリ科・放射線科・禁煙外来

## ◎入院(150床)

病床数：介護病棟99床・医療病棟51床

## ●医療病棟 3病棟51床

急性期の医療が終わり、ご自宅や高齢者施設では対応が困難な症状で、継続的に医療を必要とされる患者様は、医療病棟で治療とケアを行います。



## 病棟でのいろいろな取り組み

### ●口から食べるために ～多職種による支援～

医師・歯科医師・管理栄養士・歯科衛生士・理学療法士・作業療法士・看護師・介護士・ケアマネージャーなどで、実際の食事の様子を観察しながら、その方にとって必要な助言等を行い口から食べるための支援を行っています。

ミールラウンド～  
病棟での巡回の様子



### ●口腔ケアの取り組み

～歯科医師・歯科衛生士の指導とともに～

各病棟とも定期的に嶋田歯科医師・池田歯科衛生士が入り、看護師・介護士に患者様一人一人にあった口腔ケアの指導や、状態により必要な口腔ケア用品の正しい選び方、使用方法も詳しく指導します。また指導の様子を外部からも見学にいられています。



### ●在宅復帰への支援強化 ～医療病棟～

医療病棟では、入院治療・リハビリ等によって在宅生活が可能になった場合、医師・理学療法士・管理栄養士・看護師・介護士・相談員・ケアマネージャーなど多職種が連携してスムーズに在宅復帰ができるよう退院支援の体制を強化しています。



### ●ターミナルケア ～看取りのケア～

人生の最期の時期の過ごし方について、大切なことは、ご本人ができるだけ悔いを残さないように、ご本人の意思とご家族の思いが尊重され、できる限り安らかな最期を迎えていただくということです。

当院では、ひとり一人の患者様のターミナル～看取りのケア～を大切に取り組み、最期のときにかかわりあう各職種の職員が、ご本人とご家族の思いを尊重しながら、医師の指示のもと協力して尊厳を支えるケアの提供に努めています。

# 地域とともに…



## 福津市一斉防災訓練

第1回目 講演H27.10.22 (13:00~14:00)

ケアハウス満天にて

福岡県『特色ある自主防災組織育成強化事業』の一環として行われた福津市の一斉防災訓練において、施設向けの防災勉強会の場所として、東福岡病院と関連施設が対象に選ばれました。

第1回目は、「災害研究所 所長」の伊永 勉氏を講師としてお迎えし、ケアハウス満天で『自助と共助がいのちを救う～地域共助で生き残る』というテーマで講演が行われました。

福津市周辺に想定される地震や地震時の行動のポイント、また大雨による災害が増えているなかで、气象台が発表する情報の違いや避難情報の種類の違いにより、私たち自身が自主的・積極的にどのように考え行動しないといけないのかなど、実際に阪神・淡路大震災や、東日本大震災での体験による情報や分析を交えて、身近で役立つお話を聞くことができました。



- ・繰り返し行う避難訓練は重要
- ・想定にとらわれない、最善を尽くす
- ・隣近所・地域での助け合い（自主防災活動）が命を救う

第2回目 H27.11.7 (10:30~12:00) ケアハウス満天駐車場にて

第2回目は、実際の場面で役立つように、1人で1人搬送体験、手作り担架・搬送体験、視覚障害者誘導体験、高齢者疑似・介助体験、車イス介助体験などを消防署や社会福祉協議会の皆さんの指導により、地域の方々、職員など一緒になって体験しました。



1人で1人搬送体験

手作り担架・搬送体験



視覚障害者誘導体験



高齢者疑似・介助体験



## 転倒予防教室 リハビリテーション科

H27.7.10



当院勤務の理学療法士2名が福津市内の公民館にて『転倒予防教室』を行ってきました。教室では、転倒予防に関する講話、具体的な運動指導などを行っています。多数の参加者に来ていただき、皆さん真剣に取り組んでおられました。今後もこの教室を通じて、地域の方々と交流を持ち、役立つ活動を行っていききたいと思います。

転倒予防教室は  
私たちがお伺いします。



理学療法士 杉水流・諸富



当院では骨盤底筋に注目した運動療法 Pfilates の公式インストラクターが在籍しています。尿漏れや失禁で悩みを持つ方は産後～高齢者まで幅広く、特に女性は産後のトラブルから尿漏れや臓器脱につながるケースもあります。何も症状のない方も、少し気になる方も早目の予防が悪化を防ぐことになります。ぜひご相談下さい。



# 神 興 竹 灯 ま つ り



10月11日、恒例の「神興竹灯まつり」が開催され、当院からも「健康測定コーナー」や「輪投げコーナー」の出店で参加しました。

当日は天候にも恵まれ、回を重ねるたびに趣向を凝らした灯籠や竹灯で桜川沿いが彩られ、秋の夜長、光が織りなす幻想的な雰囲気を楽しむ方が楽しめました。

健康測定  
コーナーで  
今年も  
健康チェック！



子どもたちのお楽しみ  
輪投げコーナー！



# 中 学 生 職 場 体 験

H27.9.14 ~ 9.18



毎年恒例の中学生職場体験。今年も福間東中学校から2名の中学生が5日間の体験を行いました。

印象に残ったことは？～感想から

- ・1人1人に合わせた介護は大変だと思うのに、いつも笑顔で明るく接しているところ、優しさです。
- ・人の命に関わる仕事として多くの技術が大切だということしか頭になかった私にとって、「大切なのは技術だけでなく、気持ちだ」という言葉です。

病院の敬老会にも参加し、病棟のレクリエーションでは吹奏楽の演奏を披露していただき、楽しいひとときとなりました。



## 豆知識



## 知っていましたか？ 家庭でのノロウイルス対応

ある日、家族が突然吐いたら、この時期“ノロウイルス”がかもしれません。ノロウイルスは感染力の強いウイルスで、嘔吐物の処理などによって感染を広げないために、十分注意しましょう。

### 1. 必要な物を準備する

- ・使い捨て手袋・マスク
- ・使い捨てエプロン
- ・ペーパータオル  
または使い捨ての布
- ・大きめのポリ袋数枚  
(消毒用・汚れ物用)
- ・消毒液  
次亜塩素酸ナトリウム  
※市販の家庭用塩素系漂白剤  
(ハイター・ブリーチなど 濃度約5%)



市販の塩素系消毒剤の原液濃度は、1～12%程度です。原液濃度を確かめて作りましょう。

### 2. 消毒液を作る

(原液濃度5%の場合)

500mlのペットボトルを使って  
※ペットボトルのキャップは約5ml

◎便や吐物が付着した床や衣類など⇒0.1%消毒液

→キャップ2杯(約10ml)の消毒剤原液をペットボトル1杯(500ml)の水に加える

◎トイレの便座やドアノブ、手すり等⇒0.02%消毒液

→キャップ半分弱(約2ml)の消毒剤原液をペットボトル1杯(500ml)の水に加える

### 3. 作業手順

- ①窓を開けて換気する
- ②使い捨てエプロン・マスク・手袋着用
- ③ポリ袋を外側に折り込んで広げる
- ④消毒用ポリ袋にペーパータオルを入れ0.1%消毒液で浸す
- ⑤嘔吐物を拭き取る
  - ・外側から内側に向け、同一面でこすらず、折り込みながら静かに拭き取る
  - ・使用したペーパータオルは汚れ物用ポリ袋に捨て、手袋も外し捨てる
- ⑥手洗いをして新しい手袋を着用する
- ⑦0.1%消毒液に浸したペーパータオルを汚れた場所に広めに広げ、10分ほどおき後はしっかり水拭する(履物の裏も消毒)
- ⑧手袋・エプロン等を注意して外し、汚れ物用ポリ袋に捨て、手洗いの後、袋の内側に触れないよう注意して密閉・廃棄し、最後に石けんと流水でしっかりと手を洗う

# 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

## ◎ディケア活動報告！

昨年四月より開始した“活動と参加”を目的としたプログラムもだいぶ軌道に乗ってきました。最初は消極的だった利用者さんも、今では「今日は〇〇するっちゃろ？準備してきたよ」などと声をかけていただくことも増えてきました。私たち職員が提供するだけでなく、利用者さんたちが自らやってみたいことを提案してもらえようにもなり、気持ちの上でも活動的になっているように感じています。今回は、そんな活動の内容を少し紹介したいと思います。

西郷花園に  
コスモスを  
見ながら散歩に  
行きました。



これまで、お花見として車イスに乗って行ったり、車から眺める程度が多かったのですが、屋外を歩くという目的の外出は、昨年4月から始めました。

最初は屋外を歩くことに恐怖心や不安が強い方も多かったですが、今では意欲的に長い距離を歩く方も増え、歩きぶりもとても良くなりました。

## ◎お話を聞かせて下さい！

以前は登山が趣味でした。病気になり歩けなくなりましたが、おたっしやクラブに来るようになって、最近では家の周りを一人で歩けるようになりました。今は週3回は自宅の周りの外歩きを頑張っています。



病院裏の畑に  
サツマイモを  
植えました。

農家をされている利用者さんにアドバイスをいただきながら、園芸を行っています。これまでに、枝豆・シソ・サツマイモを収穫しました。園芸を通じて屋外の柔らかい土の上を歩いたり、定期的な手入れを行い、収穫の喜びを感じてもらいたいと思っています。

サツマイモは、焼き芋にしておいしく食べました。



## ◎お話を聞かせて下さい！

畑づくりや苗を植えることから収穫までやってみて昔を思い出しました。みんなで協力し合って作物を作るのはとても楽しい時間でした。焼き芋もおいしかったです。次はもっとおいしく旬の野菜を育ててみたいと思っています。



ディケアの新しい活動もいろいろと楽しそうですね。次回の報告もお楽しみに！

# グループホーム すまいる通信



あけましておめでとうございます

今年は申年。おさるさんのように 行動力を発揮して  
元気よく楽しい2016年にしたいですね。

今年もよろしくお願いいたします



門松の前で新年のご挨拶



お正月用のお花を飾りました。  
きれいですね♪

お誕生日祝い  
健康と長寿を祝い  
ご家族も一緒に。



包丁さばきは現役です!!  
渋柿? 甘柿やない?  
ワイワイと干し柿作り



ときには変わった体操もします。  
タオルを持って、健康体操!!

ボランティアの方のハーモニカ  
演奏 ~ 楽しみです♪



竹灯まつりにて



「りんどう」の灯籠を作りました

## 託児所だよ

託児所の子どもたちの訪問!

託児所の子どもたちが、敬老のお祝いでグループホームすまいる  
を訪問しました。可愛らしい歌と、手作りのプレゼントを手渡し  
て、一緒に楽しい時間を過ごしました!



元気よくできました!



はい、



どうぞ!



一緒に飲むと  
おいしいね。

ハロウィーンでは病院を  
訪問して、お菓子を  
いただきました。





# 談話室 ……ちょっとひと休み。

## “男女がともに歩くまちづくり”推進モデルに！

東福岡病院がご推薦をいただいて、“男女がともに歩くまちづくり”の推進モデルに選ばれ、昨年12月5日に福津市中央公民館で推奨式が行われました。開院初期から職員のための託児所を創設、いち早く子育て応援宣言企業にも登録し、夜勤にも対応した24時間保育など、働きやすい職場環境作りに努めてきた姿勢が評価されたものと思われます。



今後も男女ともに働きやすい職場作りを通して、より良いサービスの提供に努めて参ります。

## 新事務局長ご紹介

平成27年10月から新しい事務局長が就任いたしました。

新しい年を迎え、気持ちも新たに良い年にしていきたいと思ひます。

川崎事務局長

皆様のお役に立てるよう  
頑張ります！

## レシピ紹介 里芋の梅肉あえ

里芋のぬめり成分には、胃腸の働きを助ける作用があります



### 材料（2～3人分）

里芋……………中2個  
梅干し……………1個弱 白ごま…小さじ 1/2  
かつお節… 1/2 バック 小ねぎ……………少々  
しょうゆ……………小さじ1弱 刻みのり……………少々

### 作り方

- ①梅干しは、種を除いてあらく刻む。
- ②里芋は皮を洗い、水気をつけたまま耐熱皿に並べ、ラップをして電子レンジ（600W）でやわらかくなるまで2～4分加熱し、冷めてから皮をむく。
- ③里芋の2/3量をボールに入れてマッシャーなどでつぶす。
- ④梅干し、かつお節、しょうゆ、ごまを加えて混ぜ合わせる。
- ⑤残りの里芋を加えて、全部つぶさないように軽く混ぜ、器に盛り付けて小ねぎと刻みのりを散らす。

★里芋を全部つぶさないことで2つの食感を楽しめます。  
梅干しの大きさによってしょうゆの量を調整してください。

## ホッと一息 ☺ 職員の作品紹介

前回ご紹介したスタッフの作品や、その他にも外来玄関や、B棟1階廊下などに別のスタッフによる手作りの作品も飾られています。心とむ小空間ですね。



クリスマスリース



七五三の晴れ着姿で！

## 東福岡病院 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  | 河野   | 先成 | 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分前までをお願いします）



- JR東福岡駅より徒歩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  
※行先番号26・26-A

## 編集後記

今年は申年。いろんなことをよく見て、よく耳を傾け、よく話し、良い年にしていけることができますように。

### 《お知らせ》

今春までに東福岡病院のホームページをリニューアルする予定です。広報誌と同様にどうぞご利用下さい。