よりそう医療と介護　もてなしの心で地域に貢献

ふれあい通信

冬号
WINTER

Vol.194
発行日 / 2016.1.4

医療法人　矢野神経内科医院
矢野神経内科医院・総合ケアセンター海王

社会福祉法人　海友会
軽費老人ホーム・ケアハウス海王

介護相談喫茶 やのかふえ

毎月第３木曜
午後１時～４時

作品展お知らせ

第29回 矢野神経内科医院 作品展開催

応募資格	どなたでも応募できます（1人2点以内）。
募集作品	応募者本人の創作によるもの
募集期間	2月1日（月）～2月10日（水）
展示期間	2月19日（金）～2月25日（木）
展示場所	矢野医院1階廊下

こけし

”火の儀式“

左義長の火にあおられて書き初めが舞う。高く上がる程字が上手になるとの言い伝え。もっと高く上がれとはしゃいでたものです。

左義長の起源は正月15日に青竹を立てて正月の飾り物を燃やした「宮中の儀式」で、古くは「悪魔払いの火祭り」が民間の伝統行事になったそうな。天高く上がる炎に今年一年の地域の安全と無病息災を願った庶民の大事な行事なのですね。

この頃は本物の”火“を見る事が少なくなり、ごはんを釜土で、お風呂を薪で、聞かなくなりました。マッチやガスの炎でさえみる事がない子供も出てくる気がします。火の大切さと恐さをくらしの中で知る事が”火“を大事にする事につながりますね。左義長は”火“に触れる数少ない機会ですね。

2015年をふりかえって思う事

一つめは安倍政権による安保法案の可決です。立憲主義を基礎とした日本が憲法を順守すべき人々によってないがしろにされたこと。来年の参議院選挙いかんによっては、自民党は憲法改正を打ち出してくると思います。いつか来た道をひたすら歩んでいるようで心配です。

二つめには格差拡大に伴う国民の貧困問題です。どんなに努力しても生きていくのが困難で、将来の展望もなく、飢餓による死への不安があることは考えられない事です。そしてこの貧困は自己責任が原因であると言われ、生きようとする気持ちまでも奪ってしまいます。

三つめは社会保障と税一体改革のなか、さらなる社会保障の削減であります。公的給付を抑制し、国民の自助と互助を中心に医療・介護をすすめていく。まさに新自由主義の嵐がこの国で吹きあれています。生きていくのがつらくなっていきます。

院　長
矢野　博明

四つめは院長個人の問題ですが、医療法人の継承問題です。地域医療と地域密着した介護サービスを統合した地域包括サービスをめざして、開業して30年となり、若い輝きに満ちた新たな指導部のもとに世代交代をしていかねばなりません。しかし包括したサービスは先人の基礎のもとに新たに構築することは長い時間をかけて、地域の人々のニーズにあったものでなければなりません。

これから３～５年の年月をかけて、すすめていきます。今年はその初年にあたります。2018年、医療保険、介護保険の同時改定までに、堅固なサービス事業所となるよう努めてまいります。

五つめは死を見つめ直すことによって、生きている今を考え、生きている自らを高めたいと考える１年でありました。残り少ない人生を悔いなく、豊かにすごすにはどう生きていくべきか、死を直面している患者と共に考え、語っていきたいと思っています。平成28年もよろしくお願いします。

中性脂肪が高いといわれたら…

明けましておめでとうございます。本年も宜しくお願いいたします。

2015年の流行語大賞は「トリプルスリー」、「爆買い」でした。ただ「トリプルスリー」は偉業には違いないようですが流行したとは言えないと思いました。すでに「流行語大賞」自体が流行っていないから問題ない、なんて厳しい意見もありました。

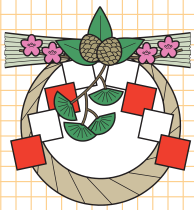
「メタボ」という言葉は2007年に流行語大賞を受賞しています。「メタボ」の診断基準の一つに中性脂肪の値が含まれています。昨年行われた「富山マラソン」は県内外から1万人以上が参加し大成功でしたが、最近はランニングや自転車、水泳を行ったり、健康食品を摂取するなど生活習慣病への関心が高まっています。このような健康ブームに影響されてか、脳卒中や心筋梗塞の原因の一つとされている「中性脂肪」が高い人は減りつつあります。ただ健診などで中性脂肪が高くても自覚症状がないからと放置している人がいるのも事実です。中性脂肪は食事の内容や運動習慣を見直すとよく下がります。その一方で、生活習慣が乱れるとすぐに上昇することも知られています。

お魚を毎日食べると心筋梗塞や脳卒中になりにくいことが分かっています。それは「EPAやDHA」など身体に良いと言われる魚油の働きによるものです。これらは人の体内では作ることができないので食事からとるしかありません。魚の種類や部位、季節などでも含まれる量は変化しますが、青魚に多く含まれることが知られています。

まずは、生活習慣に気をつけましょう。規則正しい生活が生活習慣病にはもっとも重要です。魚の油を抽出したお薬もありますので、気になる人は外来で相談をお願いします。

副院長
矢野　博一

診療部のおはなし



新しい年を迎え、皆様のご多幸を心からお祈り申し上げます。
当院の理念でもある、よりそう医療と介護・もてなしの心で地域に貢献、を新たな気持ちで胸にし、心豊かに安心して生活していただける様に職員一同更なる努力をしてまいります。
今年もよろしくお願い致します。

看護統括部長　**並川淳子**

明けましておめでとうございます。
新しい年を迎え、当院も31年目になり、今まで以上に、地域の皆様に信頼される医院をめざして、笑顔ともてなしの心で日々、精進して行きたいと思います。
本年もよろしくお願い致します。

診療部長　**柴田智代**

物忘れ（記憶障害）外来　― 年齢相応？それとも認知症の始まり？ ―

少しでも気になる症状がある方、ご家族にその様な症状がみられる場合は、早めに当院へご相談下さい。

○物忘れ（記憶力・見当識障害）で日常生活を困難にするのが認知症です。当院では聞き取り神経心理テストと、CT・エコーによる画像診断を組み合わせて、年齢相応の物忘れか認知機能障害かを鑑別診断しております。早期の診断・治療が重要です。ご家族様もお気軽にご相談下さい。

診察の手順

・患者さんご本人には、下記の検査を受けていただきます。
《　頭部CT、頸動脈ドプラ、認知症に関するテスト　》
・検査時間は１時間です。
・検査結果は、後日医師より説明致しますのでご希望日にご来院ください。
・医師が必要と判断した場合、連携病院にてさらに詳しい検査を受けていただきます。

検査は予約制ですので、
ご希望の日時をお電話か受付にてご相談ください。（１日お１人様まで）
予約状況によっては当日受付も可能です。来院前にお電話にてご確認ください。

検査曜日と時間帯：月曜日から土曜日の16時から17時まで（木曜休診日は除く）

地域リハビリテーションだより　～ 生活行為向上リハビリテーション とは? ～

最近、生活行為向上リハビリテーション（以下、生活行為向上リハ）が注目されています。生活行為とは、個人の活動として行う排泄・入浴･調理･買い物、趣味活動等の行為をいいます。生活行為向上リハは、これまで機能訓練に目を向けていたものを、活動・心身機能・社会参加・環境・個人因子に対してバランスよくリハビリを提供していきます。具体的には、その方のもっとうまくなりたいこと、やってみたいこと、やる必要があることを聞き取り、漠然とした目標でなく、明確な目標をもって集中的に関わります。リハビリ希望の方は、「うまく歩ける様になりたい」「筋力をつけたい」という方が多いのですが、スタッフと検討して「一か月後にはお味噌汁くらいは作りたいな」「三か月後には家から銀行まで歩けるようになりたい」という明確な目標に置き直して、精神的にも元気をつけていくアプローチです。お一人お一人の目標に向け、当事業所でも、元気になるリハビリを提供しています。

癒さぁだより

新年のあいさつ

明けましておめでとうございます。
昨年は皆様のご理解やご協力を頂き誠にありがとうございました。
本年も皆様の在宅での生活に少しでもお役に立てるように、皆様の声を聴かせて頂きながらスタッフ一同頑張りたいと思いますので、
よろしくお願い申し上げます。

デイサービス癒さぁ　管理者　菱田仁子

昨年の思ひ出

桜の下で。皆さん素敵な笑顔です‼　毎年恒例の楽しみのひとつですね。

早いテンポと迫力のある演舞に釘付けでしたね‼

癒さぁ職員の手作りのやぐらは大好評でした‼踊りもいつもよりも盛り上がったようです。

『どっこいしょー！
どっこいしょー！』
皆さんの手拍子によさこいを踊るスタッフの気合も最高潮‼

提灯のぼんやりとした明かりに照らし出される男踊り。
雰囲気ありましたよね‼

敬老会の記念にみんなではい、ポーズ‼　今年の敬老会もお楽しみに‼

海王デイサービス・ショートステイだより

明けましてあけましておめでとうございます。昨年は、利用者様、地域の皆様にお世話になり誠にありがとうございました。「笑顔のあいさつ　感謝のことば　ありがとう」毎日朝礼で唱和しているスローガンです。スタッフ一同感謝の気持ちをもって笑顔で頑張りたいと思います。本年もよろしくお願いします。

総合ケアセンター海王　デイサービス・ショートステイ　**スタッフ一同**

「敬老会」

2015/9/14～19にかけて敬老会を行いました。

今年は、趣向を凝らし、3種類のケーキの中からお好きなものを選んでいただいたり、くじ引きをしてもらい、ありがとうハンカチ・コップ＆おはしセット・金粉入り緑茶のいずれかをもちかえっていただきました。皆さんくじ引きの時、どんなものが当たるのかワクワクしながらくじを引いておられ、子供のころのつまんこを思い出したわぁ。と話しておられました。

「海王　秋の大運動会」 10/26～31

海王の一大イベントの一つ秋の大運動会は、毎年利用者様が楽しみにされているイベントです。今年はいつやるの？どんな事するの？と競技内容を聞かれたりします。

今年の競技内容は、パン食い競争、職員との協力で行うラブラブ風船運びレース、団長によるお化粧借り物レース。各団全員力を合わせての宅配便レースなどで汗を流しました。皆さんの笑声と拍手でとても賑やかな運動会になりました。

「新湊中学校2年生による合唱披露」 11/13

合唱は「ふるさと」から始まり新湊では聴き馴染みのある「宮づくし」を唄ってくれました。「宮づくし」では利用者様も一緒に歌っておられました。

「放生津小学校5年生との交流会」 11/18

放生津小学校から約30名の5年生が訪問し、元気でパワフルなソーラン節を披露してくれました。

小学生・中学生と、とても心温まる時間を過ごせて涙がぐまれる利用者さんもいらっしゃいました。

「祝！！百歳」

二口ふみ子 様　大正4年11月22日生
松岡　ゆき 様　大正4年11月25日生

この度めでたく100歳を迎えられたお二人は、とても仲良しでショートステイ利用時は行動を共にされ、お互いに励まし合い、助け合いながら過ごしておられます。記念すべき、お二人のお誕生会には理事長もかけつけて、お二人に祝辞をのべられました。これからもお元気でお過ごしくださいね。

海王職員一同より

居宅介護支援事業所便り

あけましておめでとうございます。今年もよろしくお願いします。

昨年はスタッフも揃い、かねてより利用者様から要望がありました「介護予防（要支援）」の方を支援する事を昨年10月～地域包括支援センターさんより委託を受けることとなりました。介護⇔予防となる事で居宅・ケアマネ変更になるなどご不便をおかけしましたが、ご希望があればお受けして行きたいと思っております。いつでもご相談下さい。

今年は申年です。日光東照宮の左甚五郎作　三猿が有名です。ケアマネとしては三猿にならないように①見えるものだけに捕らわれるのではなく、見えてない事にも気付き、②コミュニケーションを持つことで本音や心の声などを少しづつ話せる関係を築き、③その状況に応じたアドバイスに耳を傾けてもらえるようなケアマネになれるよう努力していきたいと思っています。

スタッフ一同、フットワーク軽く、利用者さんのニーズや意向も尊重しながら、住み慣れた地域・自宅で生活できるよう心がけて支援して行きたいと思っています。

※　いつでも、なんなりと声を掛けて下さい。

認知症実践者研修を終えて

私は、日頃、認知症高齢者に携わる中で、正しいケアができておらず利用者さんに不快な思いをさせてデイサービスを過ごしていただいていることに疑問を感じ、正しい情報、知識をもって良いケアができればと思い、この研修を受講させていただきました。

二ヶ月半という長い研修期間でしたので、“大変”というのが本音でした。が、得られるものもが沢山あり、講義は楽しく聞かせてもらいました。

講義や演習の中から、私が一番印象に残っているのは、パーソン・センタード・ケアです。受講前には知らなかった認知症ケアの理念でした。パーソン・センタード・ケアとは、認知症を持つ人であっても一人の「人」として尊重し、ケアを行おうとする認知症ケアの考え方です。講義中も、認知症の方の事を思い浮かべる時があり、その理念を聞きながら、いかに自分本位の介護だったかを反省させられました。お年寄りの自尊心を大切に、必要なときに必要なだけ手助けできればいい、ニーズと違ったことをいくらやっても介護にはなっていないとも感じました。認知症になった人は、何もわからないと思われがちですが、認知症の方は今までできていたこと、わかっていた記憶がどんどんなくなっていく事で、不安、孤独、恐怖などの思いをされておられ、ケア次第では症状が良くも悪くもなるということで、携わるうえで責任も感じました。

研修で学んだことを常に頭に置き、自分らしく生きるためのお手伝いをするため、これからはお年寄りのメッセージをしっかり受け止め、「生きていて良かった」と喜びと安心感を与えられるような介護者になりたいと思いました。

海王デイサービス・ショートステイ　仲宗根 千春

在宅介護家族の会からのお知らせ

在宅介護家族の会では10月から毎月第3木曜日の午後に外来待合室を「かふぇ」に大変身させています。豆から挽いた本格的なコーヒーを楽しみながら午後のひと時を過ごして頂く中で、日頃の介護に関する悩み相談はもちろん、その他の生活での困りごとなど気軽にお話しできる機会を作ってみたいと思っています。

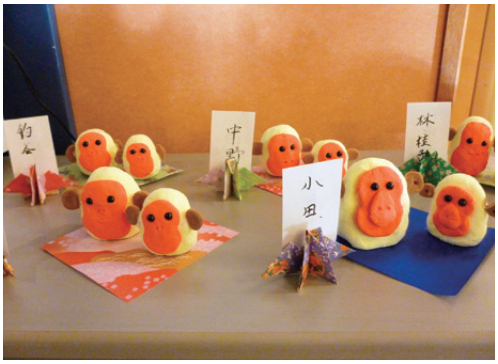
もちろん、ふらりと立ち寄って頂くだけでも大歓迎いたします。ぜひいらしてください！

お待ちしています。

ケアハウス海王だより

まっちゃんだっき（施設長の独り言）No.12

ケアハウス海王　施設長　中　村　　正


（あそぼ会で作りました）

あっという間に、また一年が過ぎてしまいました。本当に月日の経過が早く感じられる今日この頃です。昨年中はいろいろお世話になりました。本年も宜しくお願い致します。

今年の干支は申（さる）。申年生まれの性格は、十二支の中ではダントツに合理的で現実的、状況判断も的確で強気。器用に人付き合いが出来てビジネス成功者が多いそうです。勿論、あくまで一般論で総ての申年生まれに当てはまる訳ではありません（私の周りの申年生まれに限れば半分程度が当たりってところでしょうか？）。でも、より良い人間関係を作る為の知識として覚えておいても損にはならないかと思います。

昨年（２０１５年）を表す漢字は「安」でしたね。安保国連法案の審議採決や、世界で頻発するテロ事件や異常気象等が、人々を不安にさせたということが理由のようです。個人的には「戦」「壊」を予想しましたが外れでしたね。もっとも、外れた方がいいような漢字ではありましたが。

今年はどんな世相でどんな漢字になるのか、世相的には昨年の「安」が付く安心・安全・安定・の様なトリプル「安」が理想ですが、色々物議を醸しているマイナンバー制度の施行や消費税軽減税率、テロを含めた国際情勢等々。どうなることやら、その成り行きを見守りたいと思います。

「人間万事塞翁が馬」という諺があります。人生に於ける幸福と不幸は予測のしようがない。良いこともあれば悪いこともある、今の幸せは将来の幸せを保証するものではないし、逆に今の不幸せは将来の幸せに繋がるかもしれない。だから安易に喜んだり悲しんだりするものではないという意味です。確かにそんな気もしますが、やはり目の前の出来事や物事の結果や状態が気になります。でも、結局未来に何が起こるかは誰にも分からないのだから、目先の結果や境遇にとらわれず、この世は常に変化していくものだと言うことを意識しながら、今現在を精一杯生きることが大切というのがこの諺の本当の意味なのかもしれませんね。

ケアハウス海王フォトグラフ

2015.10月～12月

10月	あそぼ会
	外食会
11月	チューリップ球根植え付け
	あそぼ会
	秋の日帰りバスツアー
12月	あそぼ会
	第五幼稚園慰問
	バンドコンサート
	キリスト教会慰問

幼稚園児と共に

医療法人社団　矢野神経内科医院

矢野神経内科のホームページ

http//www.yanoshinkeinaika.or.jp/

是非アクセスください。

●矢野神経内科医院

〒934-0011　射水市本町１丁目13－１
office@yanoshinkeinaika.or.jp
各部所共通FAX 0766－82－5110

- 矢野神経内科医院　TEL 0766－82－5150
- 矢野神経内科デイケア　定員 午前20名　午後20名　TEL 0766－82－5128
- 矢野神経内科訪問リハビリテーション　TEL 0766－73－7703
- デイサービス癒さぁ　TEL 0766－73－8155

●総合ケアセンター「海王」

〒934-0023　射水市海王町25番地
kaiou-care@yanoshinkeinaika.or.jp
各部所共通FAX 0766－83－7166

- 海王デイサービス（定員40名）
- 海王ショートステイ（26床）
  TEL 0766－83－7111　FAX 0766－83－7122
- 海王居宅介護支援事業所　TEL 0766－73－7737

社会福祉法人　海友会
軽費老人ホーム・ケアハウス「海王」

（定員54名）　〒934-0023　射水市海王町25番地
carehousekaiwo@pony.ocn.ne.jp
TEL 0766－83－7667　FAX 0766－83－7668

お知らせ

診療担当医師

曜日	午前	午後
月	院長 副院長	院長 副院長　２時30分～６時
火	院長 副院長	副院長　２時30分～６時
水	院長 副院長	副院長　２時30分～６時
木	院長	休診
金	院長	副院長　２時30分～６時
土	院長 副院長	院長 副院長　２時30分～６時

※午前の診療　８時40分～12時
　受付開始時間は、午前８時15分からです。
※火・水・金の午後は、矢野院長訪問診療の為、上記の通りとなります。
※休診日：日曜日、祝日、木曜日午後

胃カメラ（内視鏡）検査日 ● 月・火・水・土　午前８時30分～12時
補装具の相談日 ● 毎週木曜日　午前９時～９時30分
補聴器の相談日 ● 第２・４火曜日　午後２時～３時

休診案内

○１月11日（月）　成人の日
○２月11日（木）　建国記念の日
○３月21日（月）　振替休日

発行：矢野神経内科医院　編集：ふれあい通信編集委員会　印刷：障害者支援施設　志貴野苑