



医療法人 美郷会

# こころはす亀貝 のご紹介

こころはす亀貝では、**デイサービス**と**ショートステイ**の2つの介護サービスを提供する複合施設です。亀貝地区に位置しており、自然に囲まれ落ち着いた環境でお過ごし頂けます。**デイサービス**ではトレーニングマシンを取り入れ状態に応じ理学療法士がリハビリを提供しております。**ショートステイ**では、毎月、凝った行事を行い、皆様に楽しんで頂いております。

緊急時は、速やかに対応出来る様、医療と介護の連携を充実しております。穏やかに、元気に、楽しくお過ごし頂ける施設を目指しております。宜しくお願致します。



デイサービスセンター 管理者 中川 由香里  
ショートステイ 管理者 今井 えり子

# みさと

Misato

— 美郷会理念 —

人と地域にやさしいオアシスを目指します

## 大型連休の休診について

2019年の春の大型連休(GW)期間中の休診についてお知らせいたします。以下ご確認の上、ご受診・お問い合わせをお願いいたします。



4/27 (土)	4/28 (日)	4/29 (月・祝)	4/30 (火)	5/1 (水)	5/2 (木)	5/3 (金・祝)	5/4 (土・祝)	5/5 (日・祝)	5/6 (月)
午前診療	休診	休診	午前診療	休診	休診	休診	休診	休診	休診



## 無料 巡回バス運行中

毎週月～土曜日に病院への巡回バス(無料)を運行しています。当日病院の利用がない場合でも、交通手段としてご利用いただけますので、どうぞお気軽にご乗車ください。

### <升潟コース>

病院発	9:20	10:20	11:20	12:20
升岡農村公園	9:30	10:30	11:30	12:30
病院着	9:40	10:40	11:40	12:40

### <町内コース>

※土曜日は、★の便の運行はありません。

病院発	8:50	9:50	10:50	11:50	13:00	★14:00	★15:00
こころはす西蒲	8:53	9:53	10:53	11:53	13:03	★14:03	★15:03
商店街(八番町)	8:55	9:55	10:55	11:55	13:05	★14:05	★15:05
越後管根駅前	9:00	10:00	11:00	12:00	13:20	★14:20	★15:20
槇島団地(栄橋)	9:05	10:05	11:05	12:05	13:23	★14:23	★15:23
旧竹園高校前	9:10	10:10	11:10	12:10	13:26	★14:26	★15:26
病院着	9:15	10:15	11:15	12:15	13:30	★14:30	★15:30

## お知らせ

4/1より西川地区福祉巡回バス「あじさい号」が当院にも寄ることになりました。詳細はホームページや院内掲示にてご確認ください。

## 医療法人 美郷会

### 西蒲中央病院

- 認知症対応型通所介護「デイサービスセンターみさと」  
TEL:0256-88-5521 FAX:0256-88-5531
- 通所リハビリテーション  
NEW TEL:0256-88-0024(直通) ※新規開設いたしました。
- 居宅介護支援事業所「ケアプランセンターチューリップ」  
TEL:0256-88-0180(直通) FAX:0256-88-0181
- 訪問看護ステーション ●訪問リハビリテーション  
TEL:0256-88-0171(直通) FAX:0256-88-0172
- 新潟市在宅医療・介護連携ステーション西蒲  
TEL:0256-88-0022(直通) FAX:0256-88-0033

### 住宅型有料老人ホーム ころはす西蒲

- 短期入所生活介護事業所「ショートステイころはす西蒲」
- 通所介護事業所「デイサービスセンターころはす西蒲」
- 居宅介護支援事業所「ころはす西蒲」
- 訪問介護事業所「ころはす西蒲」  
TEL:0256-88-3113 FAX:0256-88-3115

### 住宅型有料老人ホーム ころはす小針

- 「ころはすクリニック」
- 通所介護事業所「デイサービスセンターころはす小針」
- 居宅介護支援事業所「ころはす小針」
- 訪問介護事業所「ころはす小針」  
TEL:025-234-3800 FAX:025-234-3810

### ころはす槇尾

- ショートステイ「ころはす槇尾」  
TEL:025-211-8325 FAX:025-211-8326

### ころはす亀貝

- ショートステイ「ころはす亀貝」  
TEL:025-260-0261 FAX:025-260-0268
- デイサービスセンター「ころはす亀貝」  
TEL:025-260-0255 FAX:025-260-0256

### ころはす五十嵐

- ショートステイ「ころはす五十嵐」  
TEL:025-201-6363 FAX:025-201-6360

## 社会福祉法人 友愛会

### グループホーム ゆうあい

- 認知症対応型 共同生活援助事業所  
TEL:025-268-6840 FAX:025-268-6841

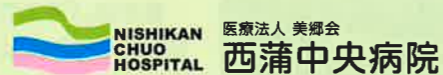
### グループホーム ひまわりの家

- 認知症対応型 共同生活援助事業所  
TEL:025-272-2701 FAX:025-272-2710

## 編集後記

[みさと編集委員会 赤川]

新しい元号が発表となり、日本は新しい時代の幕が開けようとしています。日本各地で大きな災害が起き、今もなお各地に大きな爪痕を残しています。これから始まる新しい時代が平和で穏やかな時代となること、そして地域の皆様がより健康でいきいきと暮らせる時代になることを心よりお祈りしております。広報誌「みさと」では今後も皆様の役に立つ情報を掲載していけるよう努めております。



発行責任者: 院長 松田 博人  
〒959-0423 新潟県新潟市西蒲区旗屋731番地  
TEL/0256-88-5521(代)  
FAX/0256-88-5531



http://www.misatokai.or.jp/

西蒲中央病院



今回の表紙:「第14回 美郷会・友愛会 合同集談会」



- 院内のご紹介(第1回)「外来」
- 知ったく情報「オーラルフレイル」という言葉をご存じですか?
- 新潟市在宅医療・介護連携ステーションからのお知らせ
- ころはす亀貝のお知らせ
- 大型連休の休診について
- 無料巡回バスのご案内







## 院内のご紹介



当院の中に、どのような部署があり、どのような仕事をし、サービスを提供しているかをご存知でしょうか？

意外と知っているようで知らないこと、疑問に思っていることなどあるかと思います。今回より、一部ずつ紹介させていただきます。  
いざ…という時のお役に立てるのではないかと思います。初回は外来です。

### 院内案内図



## 第1回 外来

内科、神経内科、外科、整形外科、眼科、内視鏡

当院では内科・整形外科・眼科の外来診療を行っています。今回は各科の診療についてご紹介します。

### 内科

「風邪をひいた」「お腹の調子が悪い」などの体に不調に対する一般的な内科診療の他に、次の様な検査・診療を行っています。

- ◎特定健診・胃がん検診・大腸がん検診・日帰りドック・企業健診  
2008年より全国で開始になった【特定健診】(俗にいうメタボ健診)のご予約を随時承っています。
- ◎胃・大腸内視鏡検査  
胃がん健診は鼻からの胃内視鏡検査も行っており、検査中に医師や看護師と会話ができるため体の状態を声に出して伝えることができます。
- ◎訪問診療・往診  
訪問診療や往診もおこなっています。外来看護師にお気軽にお問い合わせ下さい。



### 整形外科

月曜～金曜の午前中と毎月第1土曜日に外来診療を行っています。十分な問診と診察に時間をかけ、変性疾患ではなるべく手術をしない「患者様に優しい診療」を目指しています。  
肩・腰・膝などの関節痛や切り傷・打撲などの外傷の診察・処置、腱鞘炎などの外来手術にも対応しています。お悩みの症状がある方は一度受診・ご相談下さい。



### 眼科

毎週土曜日と毎月第4木曜日に外来診療を行っています。  
「目がゴロゴロする」「目がかゆい」などの目の不調を感じたら一度受診・ご相談下さい。  
また当院眼科外来では白内障手術のご予約も承っています。  
手術は他の医療機関で行いますが、当院から車での送迎が可能です。



「何科にかかったらよいかわからない」というときは、まずはお気軽にお問い合わせ下さい。

## Shittoku Joho 知っく情報

今回のテーマ

## 「オーラルフレイル」という言葉をご存知ですか？

オーラルは英語で「口腔」、フレイルは「虚弱」といい、口腔機能の虚弱を意味します。オーラルフレイルは健康と心身機能の障害の境界にある状態で、放っておくと要支援・要介護状態へと進行をしてしまいます。まずは自分がオーラルフレイルかどうかチェックしてみましょう。



### ✓ オーラルフレイルチェック

- 多くの歯の欠損や治療をしていない歯がある
- 食事量が低下がみられる
- 硬いものが食べにくい
- 水分を摂取する際にムセがみられる
- 口がよく渴く
- 日常生活の活動量が少ない

これらの症状が複数当てはまったらオーラルフレイルの疑いがあります。オーラルフレイルの疑いがあったとしても、予防やトレーニングで症状の進行を遅らせることや、健康に戻ることも可能です。

### ここで予防・トレーニング方法を紹介します

#### ① 身体を動かす

※通院中の方は主治医に相談してから始めてください

- 18～64歳→毎日、身体活動(歩行や掃除等)60分、週に1度、息が弾み、汗をかく程度の運動を60分
- 65歳以上→毎日、身体活動(歩行や掃除等)を40分以上

#### ② 社会参加する

家族や知人などと食事やお話しをする機会を作る。趣味、ボランティア活動、地域行事などに積極的に参加する。

#### ③ 食事をしっかりと摂る

1日3食しっかり食べる。偏りのないようにバランスの取れた食事を心がける。

#### ④ 歯の手入れを十分に行う

歯磨きを1日2回以上行う。1年に1回以上は歯科受診をする。



オーラルフレイルチェックに当てはまった人も当てはまらなかった人もトレーニングや日頃のお口のケアが重要です。みなさんも健康で豊かな生活が送れるようにぜひ実践してみてください。 リハビリテーション科 言語聴覚士 高橋、渡邊

## 地域連携 相談室 からの お知らせ

### 西蒲区在宅医療・介護の 区民公開講座を開催致しました!

西蒲中央病院では、新潟市からの委託事業である「新潟市在宅医療・介護連携ステーション西蒲」を地域連携相談室内に併設しております。

平成31年2月16日、潟東地区老人クラブ地区協議会と共催で、西蒲区在宅医療・介護の区民公開講座を開催致しました。潟東クリニック 福田喜一院長先生に講師をお願いし、「住み慣れた地域で笑顔で安心して、最期まで暮らすためには？」をテーマに、最近の医療・介護情勢や西蒲区の在宅療養及び看取りの状況を踏まえて、お一人お一人が最期をどのように迎えたいかを考えていただくきっかけづくりのお話をいただきました。



後半は、「天上の音楽」の日比野則彦さん、愛子さんご夫妻によるハートケアコンサートが行われ、心癒やされる音楽に会場中が包まれました。

今後も、住民の皆さんの地域生活に役立つ、医療・介護についての講座を企画、運営していきたいと考えております。皆様のご参加をお待ちしております。

新潟市在宅医療・介護連携ステーション西蒲 TEL/0256-88-0022(直通) FAX/0256-88-0033(直通) 担当/梅川、加藤