

Column

職員の  
趣味紹介

趣味趣向

趣味 手 芸

私の趣味は「手芸」です。小さい頃から作ることが好きで、慣れない手つきでくまの編みぐるみを一生懸命作ったのを思い出します。

今までに作った物は、編み物・刺繍・パッチワーク・ビーズ・羊毛フェルトなど・作っている時間は集中でき、手間をかけた分完成した時の喜びは大きいです。家族や友人にプレゼントすることも多く、今も友人へのプレゼント用に編みぐるみを制作中。いつも贈る人をイメージして作っています。

昨年の春には、院内の手作り大好きな仲間が集まり「ハンドメイド同好会♪」を結成しました。講師の先生を招き、アロマクラフト・レジンアクセサリー・リース作りの講習会を開催しています。講習は毎回好評で、参加者も増え、手芸という共通の趣味を通じて職員同士が親睦を深めています。

これからも年に3～4回手作り講習会を企画しますので、皆さんも是非ご参加ください。お待ちしております。

事務課 渡辺

News

ホームページリニューアルのお知らせ

このたび看護部のページをリニューアルし、新たに『看護師採用特設サイト』としてオープンいたしました。新サイトでは、看護部長と4名の先輩ナースによるインタビューを掲載し、求職者の方に向けた情報をより充実させております。デザインもグリーンを基調としたカラーに一新し、使いやすさを考えたレイアウトへと見直しました。皆様に役立つ情報をお届けできるよう、よりよいホームページを目指してまいります。新しくなったページを是非ご覧ください！

事務課 笠原

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」  
●通所リハビリテーション ●居宅療養管理指導  
TEL:0256-88-5521 FAX:0256-88-5531

●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

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

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:高野]

広報誌みさととは皆様により充実した内容をお届けするために、今回号からリニューアルし、デザインを一新しました。いかがでしたでしょうか。ご意見、ご感想等ありましたら、病院1階ロビーのポストにお寄せ頂ければ幸いです。

医療法人 美郷会  
西蒲中央病院

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/

QRコードからも  
アクセスできます

Vol.47

2017年4月10日  
発行

医療法人 美郷会  
広報誌

みさと

M i s a t o

療養者・家族・医療現場の、お互いのコミュニケーションを築き、  
地域住民に安心と満足を提供することで、医療施設として社会性・安定性を確立します。  
人と人のふれあいを大切にし、つねに優しさとリラックスを提供できる環境をつくりだします。

— 美郷会理念 —



今回の表紙「フレッシュな若手スタッフ集合!!」 撮影/バスドライバー 小黑

- 知ったく情報 飲み込みの障害(嚥下障害)とその予防法
- レポート 集談会の様子 ●院外処方せんのご案内
- 医療と介護のおきがる座談会について
- インフォメーション 地域連携相談室からのお知らせ
- コラム 趣味趣向 ●ニュース ホームページリニューアルのお知らせ

医療法人 美郷会  
西蒲中央病院

## 知っク 情報

Shittoku Joho

今回のテーマ

## 「飲み込みの障害(嚥下障害)とその予防法」

食事で  
こんな症状  
ありませんか？

- 以前はむせなかったが、時折むせがある。
- 水分でむせることが多くなった。
- 食べ物がのどにつかえる感じがする。
- 食事後に声がかすれる。ガラガラ声になる。
- 口の中に食べ物が残っている。

### 食べる前の準備体操

時期：食事前に実施する。

目的：首や口腔の緊張をとり、  
飲み込みを円滑にする。

回数：各項目2～3回実施する。



①深呼吸(鼻から息を吸って、  
ゆっくり口から吐く)



②首を回す



③首を倒す



④肩を上げ下げする



⑤頬を膨らませたり  
すぼめたりする



⑥舌で左右の口角に触れる  
舌を出しひっこめる



⑦「ばばばば」「たたたた」  
「かかかか」「らららら」を  
ゆっくりはっきり言う



⑧深呼吸(鼻から息を吸って、  
ゆっくり口から吐く)

### それって、もしかして飲み込みの障害(嚥下障害)かも？

#### ■飲み込みの障害(嚥下障害)とは？

食べ物や飲み物を飲み込む動作のことを「嚥下」と言いますが、  
この動作がうまくできない状態を言います。

#### ■誤嚥性肺炎とは？

「誤嚥」とは、食べ物や飲み物が、気管に入ってしまうことです。  
その食べ物や飲み物に含まれた細菌が気管から肺に入り込むことにより  
「誤嚥性肺炎」が起こります。高齢者の肺炎の約7割が誤嚥に関係している  
と言われています。主な症状として、咳や息切れ、発熱などがあります。

#### ■誤嚥性肺炎の予防法

##### ①食事前・後に口の中を清潔にする。

…口の中がきれいであれば、菌が繁殖しにくくなります。

##### ②食事前に準備体操を実施する。

…食事前に準備体操として、飲み込みに関する器官を動かします。

##### ③食事の内容

…飲み込みやすいように、食事の内容を工夫します。  
「やわらかい食品に調理する」、「一口量は一口大とする」、  
「水分が一番むせるためとろみをつける」などがあります。

##### ④食事の姿勢

…姿勢の工夫により、誤嚥しにくくなります。「姿勢の崩れなどを  
なおす」、「軽く顎を引いた状態で飲み込み」などがあります。

当院の外来や在宅でも飲み込み検査や飲み込みのリハビリを  
実施しています。当院スタッフまで、お気軽にご相談ください。

リハビリ科 山田

新潟市在宅医療・介護連携ステーション西蒲からのお知らせ

## 「医療と介護のおきがる座談会」について



安心してずっと暮らし続ける  
ことができるよう、医療  
や介護の専門職の講師の方  
から講義をしていただいで  
いる市民出前講座です。

今回は平成29年2月24日、  
岩室地区・湯ったりカフェい  
わむろにお邪魔して、ひら  
さわ歯科医院 平澤貴典院  
長先生より、「歯とお口の健  
康について考えよう」と題し  
てお話をしていただきました。  
た。平澤先生から、噛むこと  
や歯周病と全身の健康の関  
わり、口コモ度チェックな  
ど、今後の生活に役立つ情  
報をわかりやすくご講義い  
ただきました。

また、歯科衛生士さんから  
歯間ブラシの使い方や注意  
点の実技指導、嚥下訓練に  
役立つレクリエーションも  
交えて実施していただき、  
楽しい座談会となりました。  
今年度、西蒲区全体で8件  
のおきがる座談会を実施致  
しました。来年度もさらに  
たくさんの方々に参加して  
いただきたいと考えていま  
す。費用は無料で、「在宅医  
療ってどんな人が受けられ  
るの?」「介護保険のサービ  
スについて知りたい」など、  
今後の安心した生活に役立  
つ講座を開催しております  
ので、お気軽にお申し込み  
ください！

【お申込み・お問い合わせ】  
新潟市在宅医療・  
介護連携ステーション西蒲  
(地域連携相談室内) 担当／梅川・加藤  
TEL／0256-88-0022(直通)  
FAX／0256-88-0033(直通)

### Report

美郷会・友愛会  
合同集談会

## 集談会の様子



平成29年2月25日(土)、12回目となる集談会が行われ、出  
席数は過去最多の143名となりました。

今年度も病院の各部署・関連施設・委員会が11題の多岐に  
わたるテーマで、日頃の取り組みを発表しました。日常の業務  
の中でテーマを検討しまとめることは大変な作業でしたが、  
業務を振り返ることで課題が明確になりました。また、普段は  
他部署を知る機会が少ないので、お互いの業務の理解と知識  
の共有を図ることができました。

今後もこの集談会が各法人の質の向上と、地域貢献につな  
がるよう努力して参ります。

教育研修委員会 山賀

4月より始まります。

## 院外処方せんのご案内

平成29年4月1日より、当院は「院外処方せん」を発行いたし  
ます。今後は、受診後にお薬をお渡しせず、代わりに「院外処方  
せん」をお渡しいたします。この処方せんをお近くの保険薬局に  
お持ちいただきますと、薬剤師が薬の量や飲み合わせ等を確認  
のうえ、調剤します。

患者様には、処方せんと引換えにお薬が渡されます。

現在の医療は、専門分野が高度化し、機能分化が進んでおり  
ます。そこで、それぞれの専門がチームワークを組み、協力し  
合うことでより良い医療の提供が図れます。そのような制度は  
「医薬分業」と呼ばれる国の制度です。

院外処方せんの発行は、医師と薬剤師が協力してお薬をより  
安全に処方するための「医薬分業」です。何卒、ご理解とご協力を  
お願い申し上げます。

尚、ご不明な点は何なりと窓口担当  
者まで申し付け下さい。

事務長 田中



## 地域連携相談室 からのお知らせ

### Information



### 地域連携相談室では、

医療・介護・福祉の総合相談窓口として支援にあたっております。

「医療制度について知りたい」

「介護保険のサービスにはどんなものがあるのだろう？」など

ご相談がございましたら、いつでもお気軽に正面玄関横の  
地域連携相談室にお声かけください。

例えば  
こんな時に

- ◎入院生活で、不安や心配なことがある
- ◎退院後の在宅生活が心配だ
- ◎施設や他の病院への転院について相談したい
- ◎聞きたいことがあるが、どこに相談したらいいのだろう
- ◎入院してからの医療費の支払いが心配だ

どうぞお気軽に  
ご相談ください。



【お申込み・お問い合わせ】  
地域連携相談室  
担当／梅川・加藤・椎谷・鈴木  
TEL／0256-88-0022(直通)