

Shouhu 松風

しょうふう

2022.新春号
(No.241) 万成病院院外広報誌

CONTENTS もくじ

- p2. 「コロナと共に生きる時代、
変えてはいけないもの」
検査課のご紹介
- p3. 健康レシピ「海鮮サンドゥブチゲ」
- p4. Let's Rehabilitation
2021年度接遇標語コンテスト
- p5. ねっとわーく
「岡山リハビリテーションホーム」
- p6. ねっとわーく
「多機能型事業所 ひまわり」
- p7. ねっとわーく
「社会福祉法人 松風会 ケアハウス サンライフ・カダタ」
- p8. インフォメーション

【理 念】

私達は、地域の皆さまの保健、医療、福祉の向上に貢献します。
私達は患者さまに公正な医療を提供します。
私達は患者さまに説明し、同意による医療を行ないます。
私達は患者さまのプライバシーを尊重します。
私達はより良い医療のために職員の教育、研修の充実、環境の向上に努めます。

【基本方針】

教育研修の充実、地域との連携を強化し、
患者さまが安全で安心できる温かい医療サービスを提供します。



あけまして
おめでとうございませ
本年もよろしく
お願い申し上げます
令和四年元旦

瀬戸内海の日の出(撮影 リハビリテーション課 藤川信)

コロナと共に生きる時代、変えてはいけないもの



医療法人 万成病院
院長 小林 建太郎

新年明けましておめでとうございます。

この2年間は新型コロナウイルス対応に振り回され、法人内でクラスター発生がないようにピリピリした緊張が続きました。

そんな中、昨年は東京オリンピックが開催されました。私自身は開催にあたって複雑な思いがありましたが、スポーツには人を元気にする力があります。コロナ禍にもかかわらず参加したアスリートは全力で取り組んできた練習の成果を形として残してくれました。

続いて行われたパラリンピックでは違う感動がありました。特に印象に残ったのは男子車イスバスケットボールの決勝でした。日本チームが絶対王者のアメリカに勝ちそうでした。最後の最後に逆転され

ましたが、攻守一体となった両チームの試合はすばらしかった。戦術、チームワークも見事で車イスがまさに体の一部となって躍動していました。選手も残された体の機能を最大限に使って、全身で自らを表現できていました。

東京パラリンピックをきっかけに精神障がいも含めた障がい者スポーツへの理解が深まり、多様性・誰でもが活躍できる「共生社会」が実現できればと感じました。

ただこれから先の日本の社会・医療には厳しいものを感じます。確実に進む人口減少は、患者さんに加えてスタッフの減少にも拍車をかけています。政府は高齢化で増え続ける医療費の伸びを抑えるために診療報酬のマイナス改定を考えています。反面、総理は「看護師・介護士・保育士の給料を上げる」と明言しています。診療報酬とは別の枠で財源が担保されるのでしょうか？大変な時だからこそ医療の力を届けたい。コロナと共に生きる時代、従来では常識であったことが通用しなくなり、新しい価値観やルールに従って暮らす時代が来ていますが、変えてはいけないものがあります。

検査課のご紹介

当院の検査課では、一般撮影検査、CT検査、心電図検査、脳波検査、超音波検査を行うことができます。診療放射線技師1名、臨床検査技師1名が常勤で在籍しており、それぞれの検査について専門的に行っています。

業務内容

■一般撮影検査

胸やお腹、全身の骨などのX線写真撮影を行う検査です。一般的にレントゲンと呼ばれるものです。

胸やお腹などのX線写真撮影では、心臓や肺など体内の臓器の状態などをみることができます。

骨のX線写真撮影では、各部位の骨折の有無や骨の変形などをみることができます。

■CT（コンピュータ断層）検査

X線を使って身体の断面を撮影する検査です。X線を用いて体をらせん状にデータ収集を行い、そのデータをもとにコンピュータで処理することで、体内の様々な断面像を得ることができます。そのため、一般撮影だけではわからない病気を見つけることができます。検査時間は部位にもよりますが、寝台の上に数分～10分程度、仰向けになっていただきます。

■心電図検査

心臓が鼓動を打つ際の微弱な電気信号を波形として記録し、その波形から心臓の状態を把握する検査です。ベッドに仰向けに寝ていただき、手・足・胸に電極を付けて、心電図を記録します。検査時間は2～3分です。

■脳波検査

脳の電気信号を記録する検査です、頭皮にクリーム状のペーストをつけ電極を装着し、ベッド上で安静にした状態で脳波を記録します。検査時間は40～60分です。

■超音波検査

超音波診断装置を使用し、体表から超音波をあてて画像化する検査です。心臓・血管・腹部などの臓器の状態を観察ができます。検査時間は10～20分です。

検査課スタッフ一同、専門的知識と技術を研鑽し、安心して安全な医療を患者さんへ提供していきたいと思っております。



CT(コンピュータ断層)検査



超音波検査

からだに
おいしい!!

健康
レシピ

『海鮮スンドゥブチゲ』

鱈の効果…鱈には筋肉や臓器、髪、爪、皮膚などを健康に保つタンパク質が豊富に含まれています。また、カルシウムやリンなどの吸収を助け骨を丈夫にしてくれるビタミンDや貧血予防や改善に効果的なビタミンB12、ビタミンB12と協力して赤血球の細胞を作る働きや、胎児の発育を助ける働きがある葉酸なども含まれています。



エネルギー 約520kcal(1人分)、調理時間 30分

【材料(2人分)】……………

豚肉…100g、鱈…1切、エビ…6尾、豆腐…2/1丁、
卵…1個、白菜キムチ…100g、白菜…4枚、大根…5cm、
人参…3cm、しめじ…2/1株、にら…2/1束、ごま油…大1、
★水…400cc、酒…大1、しょうゆ…大2、
ダシダ(鶏がらスープでもよい)…大1、にんにく…小1、
粉唐辛子…小2/1、みりん…大1、コチュジャン…大2

【作り方】……………

- ①食材は、食べやすい大きさに切る。エビは、殻をむいておく。
- ②ごま油で豚肉、キムチを炒める。
- ③②に水と調味料を加え煮る。
- ④最後に卵を加える。



Let's Rehabilitation

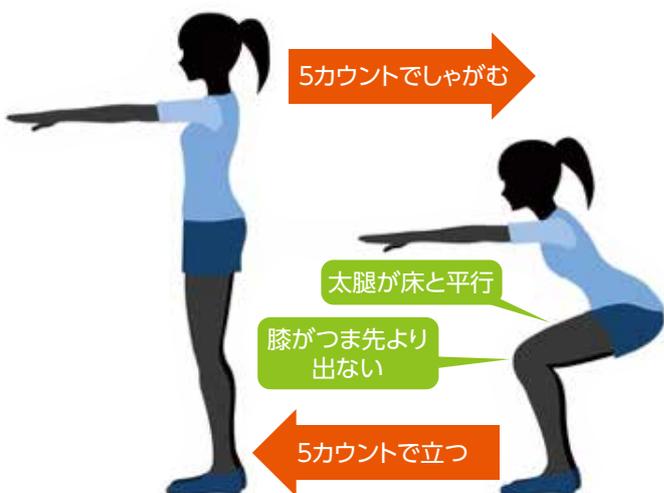
今年度は、自粛続きで、家の中で過ごす時間が長くなりました。すっかり運動不足になってしまった方が多いのではないのでしょうか。

今まで、1分間で出来る隙間運動を紹介してきました。今回の運動は、これまでの運動に比べると、少し大変なものになりますが、ポッコリお腹解消にとても有効なものです。是非、挑戦してみてくださいね。

1分間スロースクワット

- ①足を腰幅ほどに開き、手を前に出した状態で、やや腰を落として立ちます。
- ②1・2・3・4・5秒のカウントで、ひざが床と水平になるまでお尻を下げていきます。この時、ひざがつま先より前に出ないように注意してください。
- ③同じく1・2・3・4・5秒のカウントで、①の状態に戻します。これを6回繰り返して終了です。

スクワットは、「太ももの前が熱くなり、お尻と太ももの後ろの筋肉がストレッチされている」という感覚が重要です。



ゆっくりと行うことが、ポイントです。

今回の運動は、これまでの運動に比べてしんどいものですが、ポッコリお腹におさらばしたい方は、行ってみてください。

2021年度 接遇標語コンテスト

9月の接遇月間の企画として行われました「2021年度接遇標語コンテスト」は、院内から356もの標語の応募がありました。

どの作品も力作揃いで選考委員のメンバーも選考にはかなり苦労されたようです。

その中から各部の最優秀賞と院長特別賞・事務長特別賞・接遇委員長賞が決定いたしました。



- ☆最優秀賞 精神DC 内田智子さん
「全集中 ほほえみ やさしさ 思いやり」
- ☆院長特別賞 庶務係 森重之さん
「その笑顔 輝くあなたに 金メダル」
- ☆事務長特別賞 看護部 藤井恵さん
「思いやる 気持ちに 笑顔の花添えて」
- ☆接遇委員長賞 栄養課 藤井知子さん
「ありがたい言葉は 魔法の調味料」



藤井恵さん

内田さん

森さん



藤井知子さん





岡山リハビリテーションホーム

活動報告

敬老カード

ちょうど1年前のこの新春号の広報誌に“2021年は1日も早くコロナウイルス感染症が終息し、普段通りの生活が送れる日がくることを願いたいと思います。”と記載し、文章をしめていました。早いもので1年が経過しましたが、残念ですがコロナウイルス感染症が終息していないのが現状です。しかし、日本国内、岡山県内においても1年前に比べると確実に感染者の報告数も減り、終息に近づいていると思います。新たな変異株のオミクロン株の動向が気になるところですが、オミクロン株が流行せず、感染が拡大しないことを願いたいと思います。

リハホームにおいても、少しずつ普段通りの生活に近づいているものもあります。その1つに面会があります。まだまだ以前のようにご家族の方が利用者の方々に直接お会いすることはできない状況の面会ですが、十分な感染対策を行ったうえで再開をしています。

面会が再開する前の取り組みを1つご紹介したいと思います。昨年、敬老の日に利用者の方々の写真を撮り台紙に添付し、メッセージを添え、ご家族の方にお送りしました。大変好評だったこともあり、今年はそのままご家庭で飾っていただけるよう、敬老カードを作成し、ご家族の方にお送りしました。



ミニクリスマス

今年も盛大なクリスマス会は開催できず、各フロアにて「ミニクリスマス会」を行いました。簡単なゲームや歌を楽しんで、クリスマスケーキを皆さんで食べ、クリスマス気分を味わいました。





多機能型事業所 ひまわり

宿泊型自立訓練事業所ひまわり寮での 支援内容の一部をご紹介します

宿泊型自立訓練事業所ひまわり寮は、地域で自立した生活を行うために、一定期間、住居の場を提供し、生活能力の維持・向上のための練習を行い、積極的な地域移行の促進を図ることを目的とした障害福祉サービス事業所です。

金銭管理支援



生活費の管理の支援を行います。一日単位から完全自己管理まで、利用者様ごとに合わせた支援を行います。初めは一日単位での金銭管理だった方も徐々に日数を増やし、自己管理できる期間を伸ばしていきます。

服薬管理支援



服薬の管理の支援を行います。一回毎の管理から完全自己管理まで、利用者様ごとに合わせた支援を行います。初めは一回毎の服薬管理だった方も徐々に管理できる回数を増やし、自己管理できる回数を伸ばしていきます。

買い物支援



普段使用するスーパーでの買い物から季節の服や家具まで、買うべきものが分からない、お店でどうすればいいのかわからない、といった困りごとへの支援を行います。事前に予算を設定し、お店までのルートの確認。必要があれば車両を使用し買い物に同行します。お店でも一緒に商品を見て検討したり、店員とのやり取りのお手伝いも行います。

食事・調理の支援



身体の為にも、より良い質の食事を摂れるように支援を行います。自炊を目標にされている人は、スーパーで材料を購入後、スタッフと一緒に作ったり、毎日の献立作りの支援を行っています。また、自炊が苦手な人でも、最近は栄養バランスに配慮した宅配弁当や総菜もあるため、退所後も適切な食事を確保できるような支援を行います。

地域への移行支援



ひまわり寮での支援は原則 2 年。2 年後には次の生活する場所を確保する必要があります。アパートでの暮らしやご家族との同居、グループホームでの生活など、人によって異なる適切な移行先で生活するための支援を行います。アパートへの移行の場合は、ご本人の希望する地域の具体的な生活を検討し、不動産店や内見への同行を行います。グループホームへの移行の場合は、希望する地域のグループホームの検討、見学への同行や体験の日程調整等を行います。

※上記は支援内容の一例です。上記以外にも利用者様一人ひとりに合わせた支援を実施しています。

多機能型事業所ひまわり

〒700-0071 岡山市北区谷万成1-6-1

グループホームひまわり・しらゆり

〒700-0071 岡山市北区谷万成1-8-35

お問い合わせは TEL.(086)252-9890番

「多機能型事業所ひまわり」は利用者募集中です。見学等ご相談は上記迄お願いします。



社会福祉法人 松風会

ケアハウス サンライフ・カドタ

《地域活動の紹介①》手作りお弁当

松風会では、地域で独り暮らしをされている高齢者の方へお弁当を配布する活動を始めました。初回は敬老の日に行いましたが、第2回目は11月17日、入居者様のドライブ後のお弁当の日にお配りしました。厨房調理員が作った特製のお弁当を職員が1軒ずつ訪問して手渡しいたしました。

後楽弁当



《地域活動の紹介②》手作りプレゼント

コロナ禍で通常のクリスマス会ができないので、カドタでは日頃から交流のあるワークショップちどり(就労支援B型事業所)様と三友保育園様にカドタの利用者様の手作り作品のプレゼントを送りました。対面での交流ができないので、少しでも気持ちを届けようと企画しました。



ちどり様へ壁掛けリースと麦わら帽子のチャーム、三友保育園様へはイチゴのアクリルたわしを送りました。

《ケアハウス行事 ドライブ(紅葉見物)》

11月17日にドライブに出かけました。市街地の紅葉を眺めながら、岡山大学を經由して、龍ノ口グリーンシャワーまでの往復2時間の小旅行です。岡山大学構内のイチョウ並木の黄色の装いはとてもきれいでした。コロナ禍の中、久しぶりの外出に皆様は喜ばれていました。コロナ収束を願うばかりです。



岡山大学構内



龍ノ口グリーンシャワー

《クリスマス会》

12月22日にクリスマス会を開催しました。午前中にケアハウス、午後からデイサービスで行われました。コロナ禍の中、例年行われている盛大な活動は制限されますが、毎年来て下さっている関西高校の吹奏楽部の皆様と三友保育園の皆様が作った動画を鑑賞しました。職員によるハンドベルやビンゴゲームを行いました。クリスマスには定番のケーキも用意し食後のコーヒーと共にお出ししました。皆様久しぶりの行事を楽しまれました。



職員によるハンドベル演奏

《俳句クラブ》

第32回伊藤園おーいお茶新俳句大賞においてカドタ俳句会の末澤生活相談員が佳作特別賞いただきました。受賞作品は【冬晴れの城下を見下ろす猫城主】、カドタでは毎月1回俳句クラブを行っています。選句だけの参加の方もおられます。俳句に興味がある方はご連絡ください。



プレゼント交換を行ったちどり様から送られたクリスマスカードです。



ビンゴゲームの様子



〒703-8275

岡山市中区門田屋敷4-5-13

電話:086-273-1123

FAX:086-273-1314

URL:<http://syoufuukai.jp>

Mail:syoufuukai@mx52.tiki.ne.jp



INFORMATION



地域交流カフェこだま

2022. 1. 15 土

13:00開始 14:00終了

場所 こだまの杜 (旧谷山邸) 参加費 無料

こだまからのお願い

御来場時はマスクの着用、検温、手指消毒をお願いします。

また、最近37.5度以上の発熱や風邪等の症状があった方はご来場をお控えください。また岡山市に「まん延防止等重点措置」「緊急事態措置」が発令された場合は中止とさせていただきます。



来院された方へ

体温測定を実施しています

新型コロナウイルス拡大防止のため体温測定を実施しております。

体温が37.0℃以上の方の入館はお断りさせていただきます。

皆さまのご理解ご協力をお願い致します。



外来について

受付時間
 午前 8:40~11:30
 午後 13:00~16:00

※急患の場合は、この限りではありません。
 ※日曜・祝日は休診

診療時間
 午前 9:00~12:00
 午後 13:00~17:00

※午前の診察内容・終了時間により午後の診療開始時間が遅れる場合があります。
 ※外来受診に関しては一部除いて予約制ではございませんので、受付時間内に窓口へお越しください。

外来診療医

		月	火	水	木	金	土
午前	第1診察室	高橋	大森	末光	小林	清水	阿部
	第2診察室		藪野(予約制) 9:00~10:30	深尾			川端
午後	第1診察室	末光	加藤	高橋	小林	清水	阿部
	第2診察室			鳥越	住田	加藤	久山
	認知症 専門外来						
歯科		小林直樹	小林直樹	小林直樹	小林直樹	小林直樹	小林直樹
		藤原		山城 第3東	畑中	平井	三海
		内田	前川				

アクセス



中鉄バス/谷万成停留所より徒歩1分 JR吉備線/三門駅より徒歩10分

TEL: 086-252-2261 FAX: 086-254-0800
 〒700-0071 岡山市北区谷万成1-6-5
 特定医療法人万成病院(岡山県指定精神病院)

【患者憲章(患者さまの人権について)】

患者さまの権利を掲げ、全職員の責任を自覚する。

- | | |
|-------------------------------------|-----------------------------------|
| 患者さまは、人格を尊重された思いやりのある医療を受ける権利があります。 | 患者さまは、病院の医療サービスを可能な限り要求する権利があります。 |
| 患者さまは、自分の治療に関する全ての情報を知る権利があります。 | 患者さまは、医療費についての説明を受ける権利があります。 |
| 患者さまは、自分の病状をわかりやすく教えてもらう権利があります。 | 患者さまは、プライバシーを守られる権利があります。 |
| 患者さまは、治療を拒否する権利があり、その結果を知る権利があります。 | 患者さまは、セカンドオピニオンを受ける権利があります。 |