

五省会ニュース

ご せい かい

NO.143

特定医療法人財団五省会
 日本医療機能評価機構認定
 西能病院
 介護老人保健施設
 みどり苑
 発行人 西能 鈺



撮影 寺崎 章

縁日の風景

祭りの縁日で、子どもたちが最初にしてみたいのは、金魚すくいとヨーヨー釣りだろう。狭くて浅い水槽にたくさんの金魚が泳いでいると、すぐにすくえそうな気がする。だが、赤い和金はすばしっこくて、黒い出目金でさえゆらりと逃げてしまい、紙の杓はすぐに破れてしまう。ヨーヨー釣りの紙のこよりもすく切れる。そうやって、子どもたちは楽しみながら、金魚すくいもヨーヨー釣りも案外むずかしいものだと学んでいく。

ひとしきり遊んで、綿あめやジュースを買ってもらい、そぞろ歩いていると、お面が目飛び込んでくる。漫画やアニメのキャラクターの面は、色鮮やかでかっこよく、子どもたちをひきつける。

面は古来より神楽や能を演ずるときに着用された。顔のさまざまな表情をあらわし、その印象は強烈である。小さいころに見たおかめ・ひよっとこのコミカルな小ささ、そして天狗の高い鼻と赤い顔が怖かったことをしっかりと覚えていく。

面をかぶると別の人間になったような気がするから不思議だ。子どもたちも、面をかぶって、仮面ライダーやピカチュウに変身してわくわくしているのだろうか。

文芸同人誌「檸檬」同人 山本 椋子

contents

- 健康セミナー
家庭でできる食中毒予防
- 五省会ファイル
西能病院手術室
- トピックス
栄養サポートチーム
- みどり苑通信
納涼祭
- ヘルシーメニュー
鯛・海老の菊花寿司
- 医療相談
要援護高齢者地域支援
- ぼれぼれ
安心介護
- 朝礼のスピーチから
お知らせ
- 診療案内

なぜ手を洗うの？

- ★手はきれいのようにみえても細菌がたくさんいます。手のよごれには、病気の原因となる細菌などが多くまじっています。
- ★手を洗っても、細菌をゼロにはできませんが、菌の数が少なくなれば、口に入っても病気になる心配はなくなります。
- ★外から帰ったとき、トイレの後、ペットに触れたとき、また、調理や食事の前、生の肉や魚、卵を扱ったときは必ず手洗いしましょう。

— ここが肝心 —

- ・せっけんの泡を立て、こすりあわせる。
- ・指の間・手の甲・爪・手首をよく洗う。
- ・水で十分に洗い流す。
- ・きれいなハンカチ・タオルでふく。



- ・冷蔵庫は10℃以下、冷凍庫は氷点下15℃以下に設定します。
- 3 準備・後片付け
 - ・包丁、まな板、ふきんなどはよく洗ってから使用し、調理が終わったらよく洗い、乾燥させて保管します。
 - ・解凍は冷蔵庫の中や電子レンジで行います。
 - ・調理終了後は、台所を整理整頓し、清潔に保ちましょう。
- 4 調理
 - ・薬用石けんなどを使い、流水で手を洗います。
 - ・食中毒菌の多くは十分な加熱で死滅するので、調理をするときは中心部まで加熱します。
 - ・電子レンジを使うときはふた

- を使い、熱の伝わりにくいものは時々かき混ぜます。
- 5 食事
 - ・清潔な手で、清潔な器具を使い、清潔な食器に盛り付けます。
 - ・食卓に放置しないで、二時間以内に食べます。
 - ・暖かく食べる料理は常に温かく(65℃以上)、冷やして食べる食品は常に冷たく(10℃以下)しておきます。
- 6 残った食品
 - ・残った食品は、冷めた後清潔な容器に保存します。
 - ・温めなおすときは、沸騰を目安にし、十分加熱しましょう。
 - ・残った食品は思い切って捨てる勇氣も必要です。

健康セミナー 14

家庭でできる食中毒予防

富山市保健所 衛生検査課 監視係
重松 実

秋になったら、もう食中毒の心配はないと油断していませんか？近年、季節を問わず食中毒が発生し、冬場を中心に「ノロウイルス」による食中毒の発生も増えていきます。食中毒は、簡単に基本的な予防方法をきちんと守れば防ぐことができます。生活や食事作りをチェックしてみましょう。



●食中毒とは
食中毒菌や食中毒菌が作った毒素、ウイルス等を含んだ食品を食べることなどで起こります。食べ物の中で菌が増えたり、ウイルスに汚染されていても、食品には味にもおいても変化がありません。主な症状は、胃腸炎(下痢、腹痛、おう吐)ですが、発熱、けん怠感など風邪のような症状の時もあります。

●自分の家族は自分で守る
焼肉のとき、肉を焼いている箸で、そのまま食べていませんか？

トングを使って焼けば、生肉の食中毒菌が付いた箸でうっかり食べることもなく、安心です。菌の特性をよく知って食中毒を防ぎましょう。

〔腸管出血性大腸菌O157〕
O157は数百個程度の少ない菌数でも発症し、潜伏期間は3〜5日と比較的長いのが特徴です。感染力が強く、便などを介して感染しますが、熱に弱く、逆性石けんやアルコールなどの消毒剤でも死滅します。

〔サルモネラ菌〕
汚染された生卵や半熟卵などが原因食品となります。卵を生で食べる場合は、「生食用」の表示があり、10度以下に保存されているものを購入して冷蔵保存し、期限内に使いましょう。

〔腸炎ビブリオ〕
近年増加が目立つ原因菌です。夏場に海水温度が20度を越えるとともに増殖し、漁獲後や流通過程の不適切な扱いで汚染された魚が原因となります。真水による洗浄や加熱が効果的ですが、刺身などはわずかな時間でも冷蔵庫に入れます。魚介類を調理したまな板はよく洗浄し、熱湯消毒することが大切です。

五省会ファイル [14] 西能病院手術室



「患者様の安全・安楽を第一とし、チーム医療を行う」私たち六名の手術室スタッフは、日々これに心に銘じて仕事をしています。

チームワークが大切

西能病院手術室は四階にあります。手術日は月・水・金曜日、年間八百件(昨年実績八三二件)以上の手術を行っています。一日の手術の流れにそって、終わるたびに頭を切り替えて次の準備を行い、あらたな手術に臨みます。近年、複雑な手術が増えているので精神的負担も大きいのですが、努力する分達成感もあり、いつも体調を整え、スタンバイしています。

患者様の不安を最小限に、間違いは絶対許されないので、手術室です。まず、入室の際、患



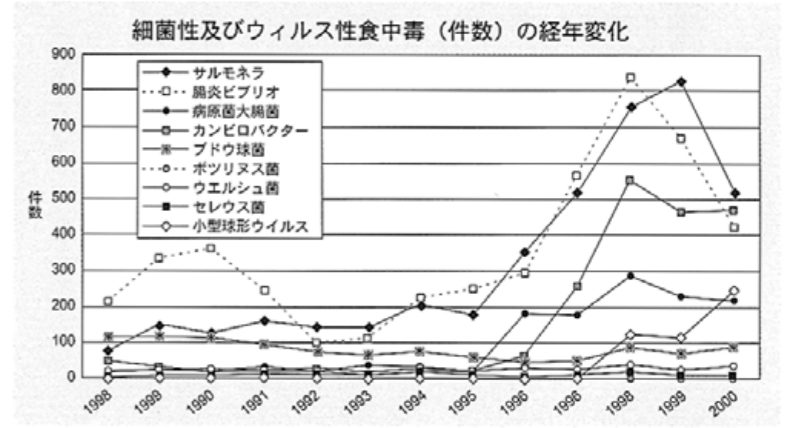
者様自身に名前と手術部位を言ってもらって確認します。だれでも麻酔で眠っている間にどうなるのかと不安になるので、声掛けをし、説明などを心掛けながら進めます。手術中は体位に配慮しながら、各々の役割を遂行します。

手術室看護師は、患者様との交流の機会が少なく、日々回復される様子を見たり、退院の喜びをともにできないことが残念なところですが、忙しさに流されず、思いやりと緊張感を持って仕事をしています。

(手術室主任 松本みよ子)

●食中毒予防のポイント

- 1 食べ物の購入
 - ・肉、魚、野菜などの生鮮食品は新鮮なものを購入します。
 - ・消費期限などの表示のある食品は日付をよく確認します。
- 2 食べ物の保存
 - ・冷蔵や冷凍の必要なものは、持ち帰ったらすぐに冷蔵庫や冷凍庫にしまいます。庫内に冷風が行きわたるようすぎ間を作り、詰めすぎないようにします。



みどり苑通信

夏だ！納涼祭だ

八月七日、日中の暑さも夕方には涼風で和らぎ、今年も入所者のご家族やご近所の方を迎えて納涼祭が開催された。この時はやはり、保育園かと思えるくらい子供たちの姿が多く、三世代、四世代いっしょに食事を楽しむ姿が見られた。

まずは、フラメンコ舞踊。山室シダックス八名の舞姫がステップを踏み、華麗な舞を見せた。「元気が出る踊りで、私も若返られるなら踊ってみたい」との感想も。

家族との交流タイムには、模擬店で買い物したり、ヨーヨーつりや花火をして盛り上がった。また、職員が練習を重ねたおわら踊りを披露、ディールームいっしょに輪踊りが繰り広げられた。



スカートが無い、大輪の花が咲いたよう



ディールーム内でのおわら踊りに車イスでの参加も

ボランティアの協力を得て

当苑では、行事の折などボランティアに協力をお願いしている。今回は興南中学生四名、新聞を見て応募された方二名、新保校区ボランティアグループ六名、当苑で実習

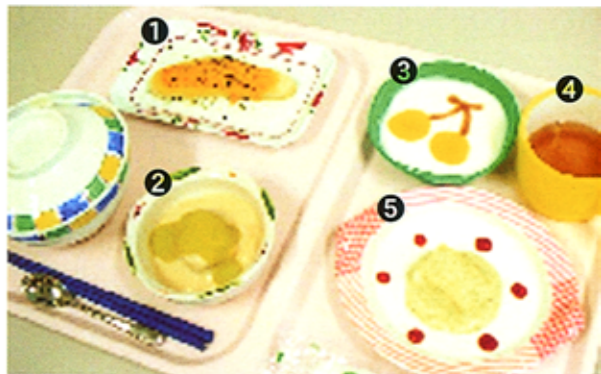
されたヘルパー四名のみならず、介助・誘導などで活躍され、入所者から感謝されていた。



ボランティアの方に「ありがとう」の声



昼食時には栄養師が摂取状況を調査



嚥下ソフト食 ①豆腐魚のもみじ焼き ②里芋まんじゅうの豆乳仕立て枝豆ペーストかけ ③栗と小倉のヨーグルト ④ほうじ茶ゼリー ⑤ほたてとブロッコリーのムース

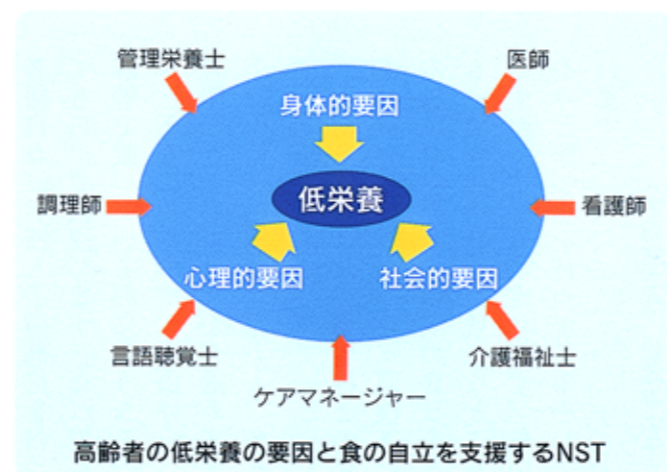
食で支える高齢者の自立 栄養サポートチーム(NST)の活動

高齢者の食の自立には、食事の楽しみを奪うことなく、心身の残存能力を生かす支援が必要となります。適切な支援により食の自立を促し、食事摂取がスムーズとなり、低栄養を防ぎます。みどり苑では、栄養サポートチーム(以下NST)を設立、食の自立支援に取り組んでいます。

●チームの連携が重要

高齢者の低栄養の要因は多種多様です。高齢者を取り巻く環境を理解するには、身体的・心理的・社会的要因が複合的に影響することから、各種の専門性と職種間の情報交換が大切です。NSTは医師、看護師、管理栄養士、言語聴覚士、介護士、ケアマネジャーなどで構成され、専用カルテなどを作成して情報を共有し、検討の機会を増やしました。この活動により、職員全体の栄養管理に関する知識や関心が高まり、栄養不良の早期発見と迅速対応が可能となりました。

- NSTの活動
- 1 スクリーニング
 - BMI(身長に対する適正体重を評価判定する基準)や体重減少率で低栄養リスク者を選抜する
- 2 アセスメント
 - 喫食率、必要栄養量充足率、嚥下状態、嗜好を調査する
- 3 カンファレンス
 - 栄養補給法、食形態、食事介助法、食事環境等を検討、NSTケアプランを作成し、各職種の関わりを協議する
- 4 ケアプランの実施
 - 経過観察記録表、個別ファイル、申し送り、連絡ノート媒体とし、ケアプランを共有、実行する。
- 5 モニタリング
 - 一日から一週間、嚥下評価や摂取量調査、摂食動作の観察を行い、ケアプランを修正する。
- 6 評価
 - カンファレンスで協議、栄養状態が改善されれば終了とする。



肺炎を起こすなど、高齢者の生命を脅かすものです。予防には、言語聴覚士が嚥下訓練やアイスマッサージを行い、姿勢、一口量、タイミング、自具を考慮した食事介助法を実践する一方、管理栄養士は、嚥下機能に応じて六段階の嚥下食を整備しています。嚥下食は安全性だけでなく、補助食品やサプリメントも使用することで不足しがちな蛋白質や微量栄養素の充足を図り、さらに、見た目にもきれいで食欲が出るようなQOLを重視した食事です。

ヘルシーメニュー



お弁当につめて紅葉狩りへ 鯛・海老の菊花寿司

- 材料 (4人分)
- | | | | |
|------|------|-------------|------|
| 鯛へぎ身 | 10枚 | 寿司酢(米1合に対し) | |
| 大正海老 | 5尾 | 酢 | 20cc |
| 木の芽 | 20枚 | 砂糖 | 15g |
| 菊花 | 2~3個 | 塩 | 5g |
| 寿司飯 | 2合 | | |
- 1人当り栄養
- | | | | |
|----|---------|-----|-------|
| 熱量 | 275kcal | 蛋白質 | 10.5g |
|----|---------|-----|-------|

- 作り方
- ①鯛は薄塩をあて1時間ほどおいて酢洗いする。
 - ②さらし布巾に鯛をのせ、木の芽をはさんで寿司飯をおき、茶巾に絞る。
 - ③大正海老は丸のまま塩ゆがきにしてから殻を取りたて半分に切り離し、鯛と同様木の芽をはさんで茶巾に絞る。
 - ④それぞれ天をへこませて、菊花を芯に見立ててのせる。
- 寿司飯の作り方
- 寿司酢は材料を合わせ火にかけて、かき混ぜながら溶かす。完全に溶けたら熱いうちに炊きたての御飯に混ぜる。80度以上にはしないこと。

菊花寿司にあわせた献立

- * 帆立の2種焼き
 - ・うに焼き
 - ・南部焼き
 - * ずいきの胡麻和え
 - * 焼き甘露栗
 - * 塩炒り銀杏
- 盛付けのポイントに、もみじや松葉などの敷き葉を使うと、秋の落ち着いた華やかさを演出できます。
- (みどり苑 栄養管理室)

要援護高齢者地域 支援ネットワーク

医療相談



Q ひとり住まいなので、退院後の生活が不安です。安心して自分の家ですごせるような支援サービスはありますか？



A 「自宅ですごしたい」と願う高齢者が安心して在宅生活を送れるよう、地域ケア推進コーディネーターが調整となり、地域の人たちと要援護高齢者地域支援ネットワークをつくり、支援しています。介護保険要介護の場合は、ケアマネージャーとも連携します。



安心介護
介護保険の仕組みと利用方法
その7
居宅サービス2

前回「ケアプラン」に盛り込むことができる居宅サービスを説明していますが、今回も引き続き紹介します。

＜家庭を訪問するサービス＞

○訪問看護
看護師や保健師が自宅を訪問し、療養の世話、診療の補助を行ないます。

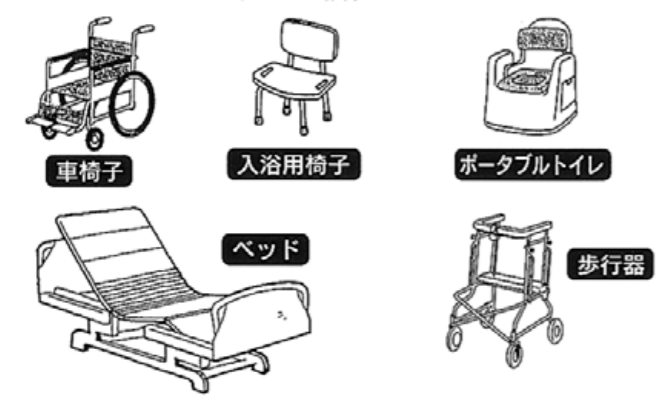
○訪問入浴介護
訪問入浴車等が訪問し、自宅に入浴できるサービスです。

＜その他のサービス＞

○福祉用具貸与
車椅子、歩行器、スロープ、ベッド、徘徊感知機器等の介護用具を借りることができます。

○居宅介護福祉用具購入
ポータブルトイレや浴室用椅子等の用具は購入になります。利用限度額は年間10万円です。

様々な福祉用具



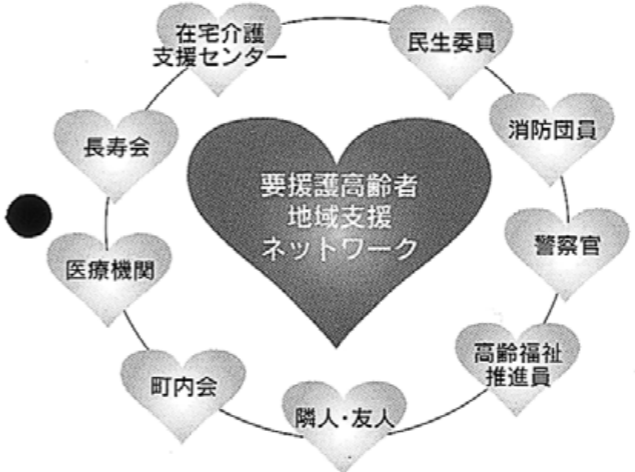
これらの用具は西能病院横売店シーブ2階でも取り扱っています。

具体的には、隣近所や友人、町内会、民生委員、医療機関、警察などが協力して一人ひとりの方に合った支援体制をつくり見守ります。

例えば、福祉サービスを利用しやすいよう、配達してくれる食料品店・弁当屋や訪問内容など地域にある福祉サービスの情報を提供したり、家に閉じこもらないで健康にすごせるように、介護予防ふれあいサークルなどの参加機会を提供しています。

地域ケア推進コーディネーターは在宅介護支援センターにいますので、最寄りの支援センターにご相談ください。

(健康事業部)



○居宅介護住宅改修

自宅内の手すりの取り付け、段差の解消等の改修に対して費用が支給されます。利用限度額は20万円です。

その他にも痴呆の高齢者が共同で生活する、「痴呆対応型共同生活介護(グループホーム)」や、日常動作は自立しているが、環境上の理由等で独立して生活することが不安な方のための「養護老人ホーム」、「ケアハウス」といった、住居を提供するサービスもあります。

ぽれぽれ

くゆっくり・おだやかに

ちょっと元気になる話

大塚裕介さん (18歳)

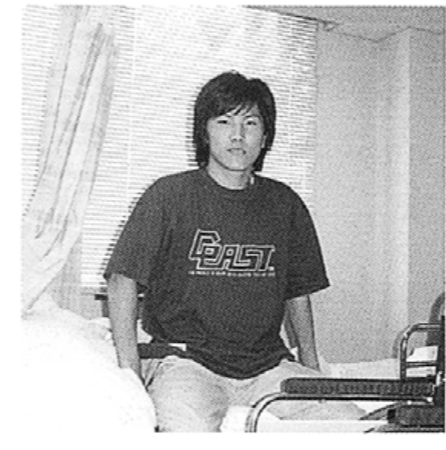


パソコンで勉強中

高校三年生の大塚裕介さんは、腰痛で入院・手術をすることになった。大学受験直前の夏休みで気持ちには焦るが、寝ていてもできる英単語三三〇〇語をものにする外は、じつくり養生しようと考えた。

椎間板ヘルニアの手術を受けて

「この四月頃から、腰に痛みを感じ、近くの整形外科に行くヘルニアだと言われた。痛みがひどくなってきたので、西能病院の橋口先生に診てもらった。以前より悪化していて、神経ブロック注射で治療を進めようと言われた。しかし、注射が大嫌いで別の方法がないかと、西能病院で撮ったMRIの写真を持って3番目の病院に行ったが、結局、信頼できる橋口先生のもので治療することにした。注射が怖いのは「尖端恐怖症」だろ



うと、その前に麻酔をすることに、「決心できたらいよいよ」と言われた。インフォームドコンセントが患者と医師の信頼関係を育てると思う。

夏休みになって、友人の渡辺剛史さんの付き添いで、やっこの思いで第一回目の注射をしたら、痛みが七割に減った。しかし、受験のときに腰痛になったらどうしよう!と思い、橋口先生に手術はどうかと相談すると、よい面だけでなくリスクや後遺症についても説明され、よく考えて自分で手術することに決めた。

手術から一週間過ぎて、足のしびれもなく、調子はよい。あとはリハビリして、受験に向けて全力でがんばるだけだ。」(談)

登山のすすめ

今日は山登りのおすすめプランを紹介します。私は立山町出身で、立山連峰を間近に見て育ったせいか、山が好きで、学生時代から山登りをしていました。看護学校時代に五色ヶ原の山小屋でアルバイトをしたことがきっかけで、ますます山の魅力にとりつかれた感じでした。

朝礼のスピーチから



室堂から浄土山を登り、二つの山を越えてざら峠を登り詰ると別天地のお花畑がある五色ヶ原に着きます。室堂から四時間〜五時間かかりますが、

すばらしい別天地です。また、室堂から雷鳥沢を下って、奥大日岳に登るコース、室堂から雄山、大汝山を縦走して雷鳥沢に降りるコースもおすすめ。室堂、弥陀ヶ原を散策してみくりが池温泉へのコース等も。県外では新穂高ロープウェイで行って、西穂高山荘まで歩く一時間三〇分くらいのコースがあります。高山植物がたくさん咲いていると心が和みます。また途中の一本で、汗まみれの顔に冷たい風が心地よく、三六〇度の眺望には下界の煩わしさが気にならなくなります。山の天候が安定している時期に、ぜひ早起きして出かけてほしいと思います。

看護部長 境 美代子

通院バスのご案内

- ①富山駅・西町コース
丸の内→西能病院→富山大橋
8時から12時15分まで
旅籠町 毎時15分・45分 丸の内
西町←桜橋通り←富山駅←新富町
- ②婦中・長沢・金屋方面
金屋→西能病院→神明→羽根
7:50 11:00 鶴坂農協
友坂口 平岡←古里郵便局←連星駅
- ③呉羽・中老田・北代・田刈屋方面
西能病院→吉作→花ノ木
9:10 12:00 中老田
石坂 北代←呉羽駅←富山短大



月曜～土曜 午前運行
(日曜、祝日は休み)

○印は常時停留所、その他は臨時停車します。
★詳細は受付でおたずねください

お知らせ

- 健康教室
9月22日(水) 14:00~
「痛風について」
仲井間 憲成 医師(整形外科)
- 社会を明るくする運動の感謝状を授賞
7月29日富山刑務所において「社会を明るくする運動」の一環として、受刑者の診療等への当院の協力体制が評価され、西能理事長に感謝状が贈呈されました。
- 物故者法要
8月13日(金) 西能病院5階大ホールにて、この1年間病院で亡くなられた方々を偲び、物故者法要が営まれました。
- 富山市総合防災訓練
8月28日、富山市総合防災訓練が五福地区を中心に行われました。西能病院も第一会場に指定され、地震による広域大規模災害を想定して各種訓練が実施されました。富山市長の監視の下、参加した職員は真剣な表情で救助訓練に取り組んでいました。

西能病院 納涼祭

童心に返って楽しむ わたがしやヨーヨー

八月七日午後、西能病院療養型病棟において、患者様のご家族もまじえて、納涼祭が開催された。

綿がしやヨーヨー
1つりなどとも
にうちわづくりが
行われ、家族やボ
ランティアの介助
で思い思いの絵や
字を書いて、あお
ぐ姿がみられた。
また、ボランティア
アグループ富山虹



▲みんなでマイうちわづくり



▲富山虹の会の歌や踊りを堪能

の会による歌や踊りも披露され、
ナツメロや歌謡舞踊などを鑑賞した。
この日は、浴衣や甚平姿の職員
とともに富山短期大学の学生四人
がボランティアとして活躍、介助
や車椅子の誘導に汗を流した。



西能病院診療体制

富山市五福1130 TEL 076-441-2481

●平日診療(月~金) ●休日診療(土・日・祝) 午前8:30~12:00 午後1:30~5:00

診療科	平日診療(月~金)					休日診療(土・日・祝)				
	時間	月	火	水	木	金	時間	土	日・祝	
整形外科	午前 (8:30~12:00)	西能 市村 浅野 妹 和徳 裕 根塚 武 裕	仲井間 憲成 根塚 武 (9:00~)	西能 市村 中山 妹 陽雄 (9:00~)	西能 根塚 中山 妹 武 詩朗	西能 仲井間 市村 松下 妹 憲成 和徳 功	西能 市村 中山 妹 憲成 和徳 功	午前 (8:30~12:00)	市村 和徳 浅野 堂後 裕 隆彦	交替制
	午後 (4:00~7:00)	浅野 堂後 裕 隆彦	市村 堂後 和徳 隆彦	橋口 津 中山 功 詩朗	根塚 武 中山 津 詩朗	西能 川口 中山 妹 善治 (5:30まで) 詩朗	西能 川口 中山 妹 善治 (5:30まで) 詩朗	午後 (1:30~5:00)	根塚 武 橋口 津 中山 詩朗	交替制
内科	午前 (8:30~12:00)	石原 元 (一般・糖尿病) 兼 毅峰 (一般・膠原病)	石原 元 (一般・糖尿病) 兼 雅博 (一般・循環器)	川上 恭右 (一般・消化器) 石原 元 (一般・糖尿病)	雅博 雅博 (一般・循環器)	雅博 雅博 (一般・循環器)	雅博 雅博 (一般・循環器)	午前 (8:30~12:00)	小澤 哲夫 (一般・血液) 雅博 雅博 (一般・循環器) 小野賢二郎 (神経内科・ 9:00~隔週)	休診
	午後 (3:00~5:00)	川上 恭右 (一般・消化器)	松井 祥子 (一般・呼吸器)	雅博 雅博 (一般・循環器)	川上 恭右 (一般・消化器) 十二町/吉田 (泌尿器・1:30~)	川上 恭右 (一般・消化器)	川上 恭右 (一般・消化器)	午後 (1:30~5:00)	小澤 哲夫 (一般・血液)	休診
眼科	午前			吉田 眞知		中村 伸男				
麻酔科	午前 (8:30~11:00)	増田 明 (ペインクリニック)		増田 明 (ペインクリニック)	増田 明 (顔面・頭暈暈撃 外来-予約制)	増田 明 (ペインクリニック)		都合により担当医が変更になる場合があります。ご了承ください。		
リハビリテーション科		午前8:30~12:00		午後1:30~7:00			午前8:30~12:00	午後1:30~5:00		

みどり苑

- 介護老人保健施設
 - ・入所サービス
 - ・短期入所療養介護
 - ・通所リハビリテーション(デイケア)
- 居宅介護支援事業所
- ボランティアの募集
月・火・木・金の
午前・午後
入浴後のドライヤー
かけ/話相手/
シーツ交換など
お問い合わせは長嶋
まで
富山市秋ヶ島146-1
TEL 076-428-5565

五省会西能病院ホームページ
<http://www.sainouhp.or.jp/>