

photo:桜のトンネル(登別市中登別町) 登別国際観光コンベンション協会提供
5月中旬、登別温泉を訪れる人々を約2,000本の桜並木が優しく迎えてくれます。
この桜は地元の人々が丹精こめて植えたもので、
登別温泉やカルルス温泉へ向かう道を「花のトンネル」で覆います。

特定医療法人社団千寿会 三愛病院広報誌

とおたるけあ

歯科口腔外科8020通信

2018年
春号
spring
vol.28



新年のご挨拶

新年を迎え早2ヵ月を過ぎようとしています。まだまだ厳しい寒さが続きますが、いかがお過ごしでしょうか?当施設の介護老人保健施設グリーンコート三愛は、開設当初は入居者80床から運営し、現在入居者100床、ディケア35名で運営しており、今年で開設24年目に入ります。これまで長年に渡り地域の皆様の支援の賜物によるものであり、厚く感謝しております。

介護老人保健施設は、在宅復帰とした中間施設から在宅復帰・在宅支援、在宅強化、看取りと社会状況の変化に伴い、充実した適切なケアが求められてきています。在宅復帰・在宅支援には通所リハビリテーション、短期入所、個別リハビリテーションとリハビリテーションが重要な役割を担っています。また、平成18年から「認知症短期集中リハビリテーション」が始まり、精神科単科の三愛病院本体との関連で認知症ケアも充実した対応をしております。在宅支援は家族・本人の不安が強い中、本人・家族の協力と家族を支えていくことが施設の役割の一つと考えて、多種職との連携を図っています。

少子高齢化社会2025年に向け、医療・看護、保健・福祉と医療・介護の連携を強化していく中で、入居者の介護度、医療度が高くなってきている現在、介護の担い手である介護職員の人材確保が非常に厳しい現状があり、「介護助手」「元気高齢者」の体制も念頭に「ホスピタリティマインド」を意識した「人材＝人財」に力を注ぎ、サービス質向上に繋げていきたいと考えて日々邁進して参ります。介護人材の不足、質の向上、介護倫理など課題は多くありますが、「ここに来てよかった」と言ってもらえるような「老健施設」を目指しております。

平成30年度の「医療保険・介護保険の同時改定」を見据え「地域包括ケアシステムの構築」をより推進していく上で、地域の関係機関の皆様と取り組んで参ります。今後とも皆様のご指導・ご鞭撻をいただきますようよろしくお願いいたします。

介護老人保健施設 グリーンコート三愛 副施設長 松坂 愛子

常勤医師 着任のごあいさつ

精神科医師 一ノ橋 英孝 (いちのはし・ひでたか)

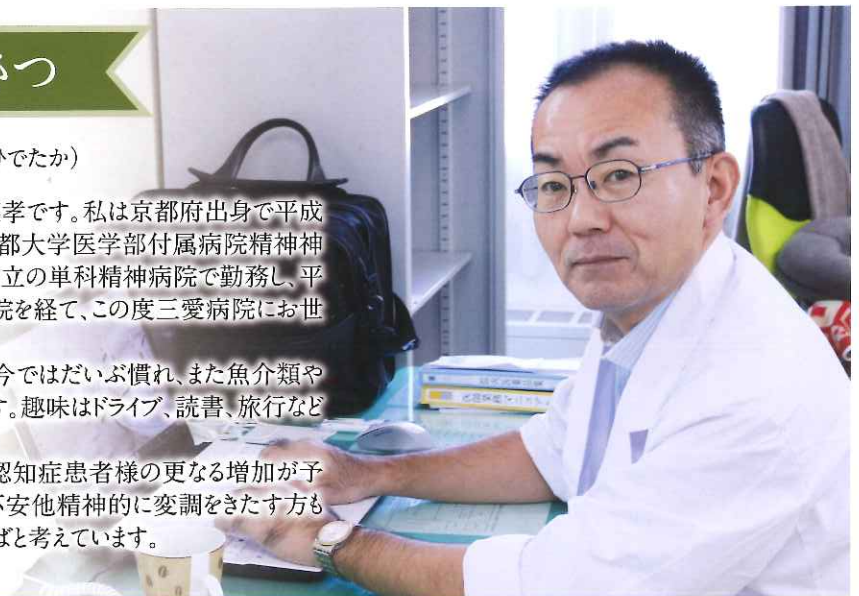
平成29年10月に三愛病院に赴任いたしました一ノ橋英孝です。私は京都府出身で平成9年に福井医科大学(現福井大学医学部)を卒業し、京都大学医学部付属病院精神神経科に入局、その後香川県の総合病院精神科や京都府立の単科精神病院で勤務し、平成21年に北海道に来ました。旭川や苫小牧の精神科病院を経て、この度三愛病院にお世話になることとなりました。

北海道に来た当初は冬の寒さや雪に苦労しましたが、今ではだいぶ慣れ、また魚介類や野菜など食べ物もおいしく、非常に住みやすいと感じています。趣味はドライブ、読書、旅行などで、健康のため毎日ウォーキングをしています。

高齢化社会になるにつれ認知症の方も多くなり、今後認知症患者様の更なる増加が予測されています。また、ストレスの多い社会でもあり、うつや不安他精神的に変調をきたす方もおられると思います。そのような方々に少しでもお役に立てればと考えています。

今後ともよろしくお願ひいたします。

精神保健指定医、日本精神神経学会精神科専門医・指導医



当法人と関連法人の施設開設情報をご紹介します

障がい者グループホーム あじさい 平成29年12月1日開設

平成29年12月1日より障がい者グループホーム「あじさい」を開設いたしました。同年4月より開設準備室を立ち上げ、オープンに向けて準備を重ねて参りました。男性8名の施設で、居室にはテレビ・冷蔵庫・ベッド・机・クローゼットを完備しております。また周囲には緑がたくさんあり、ゆったりとした環境の中で生活できる施設となっております。職員は管理者、サービス管理責任者、精神保健福祉士、事務員、世話人の計14人で入居者様の支援に当たっております。

患者様の地域移行が盛んに行われている現在、グループホームが担う役割はさらに大きくなると思われれます。地域生活に向けたステップアップの場として、また地域の生活の場として皆様のお役に立てるよう職員一同、一層邁進していく所存でございます。グループホームへの入居相談や見学のご希望等がございましたら、いつでもご連絡下さい。

障がい者グループホームアザリア・あじさい・カワセミ・ヤマセミ
総合施設長 藤田 修靖

登別市中登別町141番地5

お問い合わせ ☎ (0143) 83-2030



(ユニット型指定地域密着型介護老人福祉施設)
緑風園サテライト型特別養護老人ホーム

ニナルカの里

関連法人の社会福祉法人登別千寿会は平成30年4月1日に、特別養護老人ホーム緑風園のサテライト型としてユニット型指定地域密着型介護老人福祉施設「ニナルカの里」を登別市千歳町に開設いたします。登別市では初の地域密着型特別養護老人ホームとなり、全室ユニット型個室・定員29名の特別養護老人ホームと定員11名(内1名は緊急ショートステイ)の短期入所生活介護事業を行います。

建物はRC造3階建、2・3階が居住スペースで10名単位の4つのユニットに分かれています。1階には介護予防拠点として地域交流スペースを設け、介護予防事業や講演会、各種研修会、認知症カフェの開催、町内会の会合など、地域の皆様にも気軽にご利用していただいで交流を深めると共に、入所利用者様一人ひとりがその人らしく、住み慣れた地域で安心して穏やかな毎日が送れるよう、スタッフ一同一丸となって努めて参ります。

緑風園サテライト型特別養護老人ホーム
ニナルカの里開設準備室・室長 永山 雅一

登別市千歳町2丁目11番地10

お問い合わせ ☎ (0143) 84-3033

【特別養護老人ホーム緑風園】



登別市千歳町に
平成30年
4月開設



第6回日本精神科医学会学術大会

(広島県)に参加しました

就労支援センター ピアチェーレ・作業療法士 及川 拓郎

平成29年10月12日、13日に広島県の国際会議場で開催された「第6回日本精神科医学会学術大会」に参加いたしました。当法人からは、三愛病院リハビリテーション科と就労支援センター所属の作業療法士が、それぞれ「長期入院患者の退院への認識と退院阻害要因について」「精神科デイ・ケアにおける長期利用の防止と就労移行を促す取り組みについて」の演題で口述発表を行いました。

フロアや座長からは貴重な意見をいただき、多くの学びを得ることができました。

本学会は「多様化する精神科医療～当事者と治療者、医療、介護、福祉、共存共栄の‘かたち’～」のテーマが掲げられており、多様な職種による演題発表や活発な意見交換がなされておりました。精神科医療を取り巻く状況は日々、変化しており、求められるニーズも多様化してきております。皆様の希望や想いに寄り添った医療・介護・福祉を提供できるよう、これからも日々精進して参りたいと考えております。

第16回三愛千壽まつりを開催しました

経理企画課主任 鈴木 啓司

昨年の雨とはうってかわり晴天に恵まれた平成29年9月7日、当法人職員で構成する太鼓部「雅太鼓」の演奏で第16回三愛千壽まつりが開幕しました。昨年演奏できなかった分、練習を重ねてきた成果を披露し、太鼓の力強い音色とパフォーマンスに会場から多くの拍手が送られていました。ステージイベントでは昨年に引き続き「ハーラウフラ・プア・ネリネ」のフラダンスや今年初めてお越しいただいた「室蘭シャベルズ」のスコップ三味線による演奏とパフォーマンスで会場を大いに盛り上げていただきました。また今年の新入職員のダンスではPPAPなどが披露され、楽しませていただきました。



露店街も店開きし、焼き鳥や焼きそば、綿あめ、かき氷、射的、就労支援センター・ピアチェーレの焼き立てパンも販売されました。参加することができなかった患者さんにも行事食を提供させていただき、松茸の炊き込みご飯をメインにした弁当に舌鼓を打って、全員でお祭り気分を満喫しました。



医療法人三愛病院野球部

創部50周年、伝統と誇りを胸に今季へ

主将(法人本部人事課) 小田島 圭吾

医療法人三愛病院野球部は昨年1月の冬季練習から2年ぶりの全国大会出場を目標にスタートしました。昨年に引き続き、天皇賜杯・国体・知事杯と全ての北海道大会への出場を果たしましたが、国体・知事杯は1回戦敗退、天皇賜杯は決勝戦まで駒を進めましたが惜敗し、大変悔しさの残る結果となってしまいました。今年も1月より練習を再開し、3年ぶりの全国大会出場に向け、チー

ム一丸となって取り組んでいます。

今年度、三愛病院野球部は創部50周年を迎えました。日頃より野球部へのご協力、ご支援をいただいている理事長をはじめ、法人職員、地域の皆様には心より感謝申し上げます。先輩方が築いてきた伝統と誇りを胸に、地域の皆様の良いニュースをお届けできるよう、チーム一同頑張っていきたいと思っております。

塩分を大幅カット！ 牛乳ちよい足し『減塩レシピ』



カルシウムが豊富なことで知られる牛乳。最近では味噌や醤油などの調味料と組み合わせることで、食材本来の風味や特徴を損なわずに食塩やだしを減らし、「減塩」につなげることができるといわれています。特に和食は健康的な食事といわれていますが、食塩摂取量が多くなりがちで、カルシウムが摂取しづらい面がありました。そこに牛乳を足すことで、旨味やコク、カルシウムも補うことができます。

醤油を減らして減塩！

牛乳入り鶏じゃが

材料 (3～4人分)

- 鶏肉(もも肉)..... 250g
- じゃがいも(中から大)..... 2個
- にんじん..... 1/2個
- 玉ねぎ..... 1個
- しらたき..... 60g
- 牛乳..... 200ml
- 和風だしの素(顆粒)… 小さじ2
- 酒..... 大さじ1
- 醤油..... 大さじ1
- 砂糖..... 小さじ1
- みりん..... 小さじ1
- サラダ油..... 小さじ1
- 小ねぎ..... 適量



薄味に仕上がりますが、牛乳の旨味やコクでおいしくいただけます！

【作り方】

- ① 鶏肉、じゃがいも、にんじんを大きめの一口大に切る。玉ねぎはくし切り、しらたきは食べやすい長さに切る。
- ② 鍋に油を入れ中火で熱する。①の食材を入れ炒める。鶏肉の色が白っぽくなったら、牛乳と酒を入れる。
- ③ 沸騰したら弱火にして、醤油、砂糖、和風だしを入れる。落し蓋をして、時々へらで混ぜながら煮込む。
- ④ 煮汁が半分くらいになったらみりんを入れ、再び落し蓋をして煮汁が少なくなるまで煮込む。
- ⑤ 煮汁が少なくなったら火を止める。器に盛り付け、仕上げに小口切りにした小ねぎを散らして完成。



彩食健人 栄養通信 さいしょくけんじん

と様々です。バドミントンがきっかけで他職種の人たちと繋がりができ、毎週バドミントンに行くのが楽しみになりました。

毎週月曜日と木曜日の19時から登別中学校体育館、日曜日の18時から登別市総合体育館で行っています。全身を動かすスポーツなので、運動不足の解消やダイエットしたい人にもオススメです。また、スマッシュが決ればストレス発散にもなりますし、ラリーが続くとわくわくします。

体育館で行うスポーツなので、年間を通して楽しむことができます。バドミントンに興味がある方、楽しみたい方、体を動かしたい方は是非参加してみませんか？

(三愛病院検査科・平山 徳美)



子供から大人まで誰でも楽しむことができるスポーツの1つとして「バドミントン」が挙げられると思います。私の所属している「若葉クラブ」には初心者から市の大会などに参加している上級者までおり、年齢層も20～70代

バドミントン

全暇活動紹介

vol.3





歯科口腔外科8020通信

第27号

睡眠時 無呼吸症候群 (SAS)

無呼吸とは、10秒以上呼吸が止まってしまうことをいい、睡眠中にこの無呼吸が1時間に5回以上、または7時間の睡眠中に30回以上ある状態を睡眠時無呼吸症候群といいます。このため、睡眠時無呼吸症候群の患者さんは寝汗をかき、口呼吸をするため、起床時に口腔内は乾燥してしまいます。その結果、起床時に疲労感があります。さらに、頻回に覚醒反応が起こると睡眠障害となるため、起床時の頭重感、日中の眠気などが出てきます。このような睡眠中の呼吸障害が長期にわたり、無呼吸によるストレスのために交感神経緊張状態が長く続くと、高血圧症や心疾患を合併する危険性が高くなります。また、眠気による交通事故率の増加や、近年話題になった新幹線運転中の居眠りのような事故の原因にもなります。



原因

上気道に空気が通る十分なスペースがなくなり呼吸が止まってしまいます。SAS患者さんのほとんど、9割程度がこれに該当します。上気道のスペースが狭くなる要因としては、首・喉まわりの脂肪沈着や扁桃肥大のほか、舌根(舌の付け根)、口蓋垂(のどちんこ)、軟口蓋(口腔上壁後方の軟らかい部分)などによる喉・上気道の狭窄が挙げられます。



治療1 CPAP療法



経鼻的持続陽圧呼吸療法(CPAP療法)は、寝ている間の無呼吸を防ぐために気道に空気を送り続けて気道を開放させておくというもの。CPAP装置からエアチューブを伝い、鼻に装着したマスクから気道へと空気が送り込まれます。

治療2 マウスピース



マウスピースを装着することで下顎を前方に移動させ、舌根の挙上により気道を広げます。個人差はありますがCPAP療法に比較して使用時の違和感が少ないとの意見もあります。

睡眠時無呼吸症候群に関しては医科にて検査をした上で、症状に応じて治療を受けることになります。歯科においてはマウスピースを作製することが可能です。CPAP療法による違和感が強い方などは、マウスピースによる治療も選択可能ですので、これから治療を受ける方や、すでにCPAP療法を行い、マウスピースによる治療に興味をお持ちの方は、医科からの紹介状をお持ちの上、当院歯科までご相談下さい。

三愛病院 歯科口腔外科【予約制】

歯科直通電話

0143-83-3991

【診療時間】月曜日～金曜日/9:00～12:30、13:30～17:00
土曜日(隔週) /9:00～12:00

【休診日】隔週土曜日、日曜日・祝日
【歯科医師】佐々木 敬則

三愛病院からのお知らせ

特定健診・がん等検診・予防接種は ぜひ当院でお受けください!

登別市・室蘭市・白老町の国保加入者・後期高齢者・生活保護受給者の方は、負担額がない場合やお安い費用で受けられる場合がほとんどです。

☑ 特定健診

生活習慣病の予防のために40～74歳までの方を対象に、お腹周りの脂肪や血糖、脂質、血圧に着目した健診です。

健診を受け、ご自身の健康状態を毎年確認し、健康づくりにつなげていくことにより、病気になることを防いだり、医療費を抑えられることがあります。

対象の方には保険者から受診券が送られています。平成29年度分は、平成30年3月末までが有効期限となりますので、お早めにご利用ください。紛失されても再発行が可能です。

☑ がん等検診

肺がん、胃がん、大腸がん、前立腺がんの検診、肝炎ウイルス検診、ピロリ菌検査、骨粗鬆症の検診です。

☑ 予防接種

高齢者肺炎球菌ワクチンやインフルエンザワクチン(自己負担がある場合があります)等です。



詳しくは当院健康管理課までお気軽にお問い合わせください。

(0143)83-1111 内線295 ■担当/山上 ■受付時間/平日8:30～17:00

当院ホームページにも情報を公開しております。「検査・健康診断」をご覧ください。



当院では「精神科」「総合内科」「循環器内科」のほかに、地域の皆さまに開かれた病院を目指して下記の外来診察も行っておりますので、お気軽にご相談ください。

- ▶ 皮膚科** 毎週金曜日 担当医 北海道大学皮膚科
【診察時間】9:00～12:00
- ▶ 呼吸器内科** 毎週水曜日 担当医 出張医
【診察時間】9:00～12:00、13:00～15:00
- ▶ 消化器内科** 第1・3・5金曜日 担当医 出張医
【診察時間】9:00～12:00、13:00～17:00

- ▶ 眼科** 第1・3土曜日 担当医 出張医 (市立室蘭総合病院)
【診察時間】9:00～12:00
 - ▶ 漢方外来** 毎週火・金曜日 担当医 金上 宣夫 医師
【診察時間】9:00～12:00、13:00～17:00
- ※午後の診察は基本的に予約制となります。
※眼科は事前の予約が必要となります。

特定医療法人社団千寿会 日本医療機能評価機構認定病院・認知症疾患医療センター

三愛病院

〒059-0493 北海道登別市中登別町24番地12
☎(0143)83-1111 FAX(0143)83-1361
http://www.sanai-hospital.or.jp
E-mail:post@sanai-hospital.or.jp

歯科口腔外科 ☎(0143)83-3991 医療福祉相談室 ☎(0143)83-3207 地域生活支援室 ☎(0143)83-3572
精神科デイケア ☎(0143)83-2520 認知症疾患医療センター ☎(0143)83-3207 認知症初期集中支援チーム ☎(0143)83-5070

受付時間 平日/午前8時30分～午前11時30分、午後1時00分～午後4時30分 ※午後は予約となります。
土曜日/午前8時30分～午前11時30分

診療科目 精神科・老年精神科・内科・老年内科・心療内科・循環器内科・消化器内科・リハビリテーション科・皮膚科・眼科・漢方外来・歯科口腔外科・歯科

- | | | |
|---------------------|-----------------------|--------------------------------|
| 併設施設 | ●介護老人保健施設 グリーンコート三愛 | ●就労支援センター ピアチェレ |
| | ●高齢者グループホーム プラタナス三愛 | ●障害者グループホーム アザリア・あじさい |
| | ●高齢者グループホーム みずばしよ | ●障害者グループホーム カワセミ(翡翠)・ヤマセミ(山翡翠) |
| | ●小規模多機能型居宅介護事業所 みずばしよ | ●登別市総合相談支援センター en |
| ●トータルケアセンター あおい(愛桜) | ●室蘭市相談支援センター らん | |
| ●指定訪問看護ステーションあおい | 【関連施設】 | |
| ●登別市地域包括支援センターあおい | ●社会福祉法人登別千寿会 | |
| ●指定居宅介護支援事業所あおい | ●特別養護老人ホーム 緑風園 | |
| ●ヘルパーステーションあおい | | |



求職者向けに Facebook ページを開設しました! <https://www.facebook.com/sanai.post@sanai-noboribetsu/>



三愛病院をはじめ、併設施設の求人情報を発信!

