

# とおたるけあ

歯科口腔外科8020通信



2023年  
夏号  
summer  
vol.37

## ご挨拶

三愛病院正面玄関と桜



桜の季節が終わり、草木の緑が一段と濃くなってきました。当院は自然に恵まれた環境にあり、病室の窓から見える四季の移り変わりの眺望が心を癒します。

4月に入職した新人看護職員が不安と緊張の表情から、少しずつ柔らかい表情になっていることが嬉しく思います。今後も成長しながら働き続けられることを願っています。

この数年間の新型コロナウイルス感染症拡大の影響に伴い医療・介護を取り巻く環境が大きく変化しました。当院も地域に密着した医療を提供するために発熱外来を設置し、登別市のワクチン接種の協力等、職員が一丸となり取り組んでまいりました。5月8日から5類感染症へ移行しましたが気を緩めることなく、病院理念である地域に密着した安心できる質の高い医療を提供する所存

でございます。

団塊の世代が75歳を迎える2025年がもうすぐです。医療・介護の増大に対し、医療従事者の不足が問題になっています。胆振地方では大手の医療施設が多数あり、特に看護職不足の問題が深刻化しています。その中で、当院は看護職者に選ばれる職場となるために能力開発のための支援として教育研修、キャリア支援を積極的に実施しています。働き方改革としては、子育て支援、柔軟な勤務時間の調整を行っています。また、業務改善による病棟業務のスリム化を図り、時間外業務の削減に努めております。看護補助者の処遇改善も行いました。

看護部理念は「笑顔のある心のこもった看護をいたします」と掲げています。看護部職員が心にゆとりを持ち、笑顔で患者様、ご家族様の心と向き合えるよう職場環境を整え、働き続けられる環境づくりを目指したいと思います。今後とも変わらぬご指導、ご鞭撻を受け賜りますよう、よろしくお願い申し上げます。

# 千葉理事長が公益社団法人日本精神科病院協会の会長表彰を受けました

日本精神科病院協会は会員病院の精神病床総数が全国の85%を占める大きな協会であり、「精神保健医療福祉に関する調査研究及び資料収集」「精神保健医療福祉従事者の人材育成及び教育研修」「精神保健医療福祉に関する普及及び啓発」を三本柱とした活動を積極的に行っています。

千葉理事長は長きに渡り本協会の委員会活動等において尽力され、精神科医療の発展と精神保健福祉の向上に多大な貢献をしたとして、この度山崎學會長よりその表彰を受けました。そのことを記念し、職員より花束贈呈と記念撮影を行いました。



令和5年 日本精神科病院協会会長表彰 受賞記念



令和5年 日本精神科病院協会会長表彰 受賞記念

## 令和5年度 新規採用職員を紹介します

■ 看護部門
 ■ コメディカル部門  
■ 関連施設部門



右田 伶音

【所属】看護部  
 【職種】看護師  
 【出身校】市立室蘭看護専門学院  
 【趣味】スノーボード

■抱負/  
早く戦力になれるように日々努力します。



久保 翔太

【所属】看護部  
 【職種】看護師  
 【出身校】日鋼記念看護学校  
 【趣味】ドライブ

■抱負/  
しっかりと仕事ができる看護師になりたい。



黒石 結友

【所属】看護部  
 【職種】看護師  
 【出身校】市立室蘭看護専門学院  
 【趣味】ダンス、好きな音楽を聴く

■抱負/  
患者さんの気持ちに寄り添い、信頼される看護師になる。



篠島 流歌

【所属】看護部  
 【職種】看護師  
 【出身校】旭川大学  
 【趣味】音楽鑑賞、ドライブ、読書

■抱負/  
患者のために精一杯頑張りたいです。患者さんに寄り添った看護を提供できるように。



菅原 結華

【所属】看護部  
 【職種】看護師  
 【出身校】市立室蘭看護専門学院  
 【趣味】ゲーム

■抱負/  
早く仕事を覚えられるようにがんばります。



網野 未悠那

【所属】看護部  
 【職種】看護師  
 【出身校】青森県立保健大学  
 【趣味】音楽を聴く

■抱負/  
一生懸命頑張ります。



本田 岬己

【所属】看護部  
 【職種】ケアワーカー  
 【出身校】市立室蘭看護専門学院  
 【趣味】カラオケ

■抱負/  
たくさん学び、患者さんに寄り添える看護師を目指して頑張ります。



山村 莉央

【所属】看護部  
 【職種】ケアワーカー  
 【出身校】北海道大谷室蘭高等学校  
 【趣味】ドライブ

■抱負/  
仕事・社会人になれる。



瀬川 春菜

【所属】看護部  
 【職種】ケアワーカー  
 【出身校】北海道大谷室蘭高等学校  
 【趣味】音楽聴くこと

■抱負/  
職員として責任をもって頑張ります。



三浦 真姫

【所属】看護部  
 【職種】ケアワーカー  
 【出身校】北海道登別青嶺高等学校  
 【趣味】ゲーム

■抱負/  
笑顔を忘れずに頑張ります。



名波 桜彩

【所属】看護部  
 【職種】ケアワーカー  
 【出身校】千葉科学大学  
 【趣味】音楽を聴くこと！映画も！

■抱負/  
患者さんに寄り添い、優しい心を持ってケアをする！



## 常勤医師 着任のごあいさつ

### 歯科口腔外科医師 巢山 航 (すやま・わたる)



初めまして、令和5年4月1日より着任致しました巢山航と申します。  
 生まれも育ちも北海道であります。札幌医科大学口腔外科学講座に在籍しておりますが、これまでに市立函館病院や利尻島歯科診療所でも診療しておりました。  
 今回三愛病院に着任することとなりましたが、以前私の父も三愛病院で勤務しており、ご縁を感じております。  
 微力ではございますが、誠心誠意診療に当たらせて頂きます。何卒よろしくお願ひ致します。

**佐々木 健斗**  
 【所属】リハビリテーション科  
 【職種】作業療法士  
 【出身校】北海道医療大学  
 【趣味】スノーボード

■抱負/  
 仕事を早く覚えて頑張りたいです。

**松長 登夢**  
 【所属】リハビリテーション科  
 【職種】作業療法士  
 【出身校】専門学校 北海道リハビリテーション大学  
 【趣味】ランニング・ゲーム

■抱負/  
 早く職場に慣れるようにがんばります。

**吉田 蓮**  
 【所属】リハビリテーション科  
 【職種】理学療法士  
 【出身校】専門学校 北海道リハビリテーション大学  
 【趣味】スポーツ観戦

■抱負/  
 わからない点が多いですが、頑張りたいと思います。

**橋本 沙羅**  
 【所属】リハビリテーション科  
 【職種】作業療法士  
 【出身校】日本医療大学  
 【趣味】音楽鑑賞

■抱負/  
 患者様の名前や顔を一致させる。

**樋口 悠**  
 【所属】リハビリテーション科  
 【職種】作業療法士  
 【出身校】北海道千歳リハビリテーション大学  
 【趣味】写真を撮ること

■抱負/  
 たくさんのことを覚える。

**木村 知聖**  
 【所属】リハビリテーション科  
 【職種】作業療法士  
 【出身校】日本医療大学  
 【趣味】ゲーム

■抱負/  
 仕事を早く覚えられるよう頑張りたいです。

**上村 愛花**  
 【所属】リハビリテーション科  
 【職種】作業療法士  
 【出身校】専門学校 北海道リハビリテーション大学  
 【趣味】楽器を演奏すること

■抱負/  
 早く環境に慣れる、たくさん経験する。

**渡辺 瑠翔**  
 【所属】リハビリテーション科  
 【職種】作業療法士  
 【出身校】専門学校 北海道リハビリテーション大学  
 【趣味】ドライブ

■抱負/  
 はやく職場の環境に慣れるよう精一杯頑張ります。

**梅津 妃菜**  
 【所属】放射線科  
 【職種】診療放射線技師  
 【出身校】日本医療大学  
 【趣味】野球観戦

■抱負/  
 病気の早期発見や治療の助けとなれるような画像を撮影し、多くの患者様の健康を守るように努めたいと思います。

**高島 彩羽**  
 【所属】臨床検査課  
 【職種】臨床検査技師  
 【出身校】学校法人 西野学園 札幌医学技術福祉歯科専門学校  
 【趣味】読書

■抱負/  
 日々誠実に仕事に励んでいきます。

**天谷 美尋**  
 【所属】医療福祉相談室  
 【職種】精神保健福祉士 社会福祉士  
 【出身校】北星学園大学  
 【趣味】音楽鑑賞・カラオケ

■抱負/  
 誰に対しても誠実に向き合い、人として成長できるように頑張ります。

**及川 華奈**  
 【所属】庶務・用度課  
 【職種】事務員  
 【出身校】北海道室蘭東翔高等学校  
 【趣味】琴・サンリオ・K-POP

■抱負/  
 常に患者さん中心に働けるよう頑張ります!

**高藤 心音**  
 【所属】法人本部 健康管理課  
 【職種】事務  
 【出身校】北海道登別青嶺高等学校  
 【趣味】カフェ巡り・資格取得

■抱負/  
 健康管理課のプロフェッショナルになれるよう頑張ります!

**渡邊 里紗**  
 【所属】医事・診療情報管理課  
 【職種】医療事務職  
 【出身校】日本工学院 北海道専門学校  
 【趣味】ドライブすること

■抱負/  
 業務を早く覚え、積極的に仕事を見つける。

**岩佐 美里**  
 【所属】就労支援センター ピアチャーレ  
 【職種】ソーシャルワーカー  
 【出身校】札幌心療福祉専門学校  
 【趣味】LIVEに行くこと

■抱負/  
 無理なく頑張りたいです。

**大川 正人**  
 【所属】グリーンコート三愛  
 【職種】介護福祉士  
 【出身校】北海道福祉教育専門学校  
 【趣味】スポーツ観戦・温泉

■抱負/  
 一日でも早く戦力になれる様頑張ります。

**藤澤 心愛**  
 【所属】住宅型有料老人ホーム 山桜の郷 三愛  
 【職種】介護員  
 【出身校】海星学院高等学校  
 【趣味】舞台観劇

■抱負/  
 ひとりひとりと向き合って仕事をする。



## ピアチェーレ・ノーチェ オープン!!

この度、令和5年3月1日(水)に登別市観光交流センターヌプル(登別港町1丁目4番地9)に、就労支援センターピアチェーレ初のサテライト店舗、美味しいパンとパイのお店『ピアチェーレ・ノーチェ』がオープンいたしました。『ピアチェーレ・ノーチェ』の店舗名の由来は、元々の施設の名前『就労支援センターピアチェーレ』からとったもので、『ピアチェーレ』の意味はイタリア語で「はじめまして、喜び」などの意味です。『ノーチェ』もイタリア語で、『くるみ』という意味の言葉です。これは2つの意味がありますが、

①人それぞれ働く目的は違うが、みんなでこれから来る(クル)明るい未(ミ)来に向けて前向きに歩いていこう、という意味

②イタリア語のことわざで「くるみ1個では袋の中で音を立てない」つまり「仲間がいてこそ力は発揮できる」

というものがあり、ピアチェーレのイメージにぴったりだと考えました。

2つの意味を持ちますが、他候補の中から利用者・職員でアンケートにて決めたものです。

さて、『ピアチェーレ・ノーチェ』では大人気のアップルカスタードパイなどの焼き立てパイ、平日限定の菓子パン類、土日祝日限定のコッペパンサンドを販売しております。現在は店頭には職員が立っておりますが、ゆくゆくは利用者様の就労の場としても提供し、社会参加の練習の場になれるよう運営していく予定です。皆様のご来店をお待ちしております。

### ピアチェーレ・ノーチェ

■営業時間/10:00～17:00(売り切れ次第終了、水曜定休) ■お問合せ先/090-4732-6499



▲陳列されたパン



▲アップルカスタード

## 山桜の郷 “いきいき美容教室”

山桜の郷 三愛では4月20日(木)に“いきいき美容教室”を開催いたしました。化粧品メーカー「資生堂」様より2名の講師をお招きし、スキンケアやメイクを行いました。当施設の入居者様7名が参加し、実際に自分でメイクをしたり、プロの方にメイクをしていただき、皆さんとても綺麗になりました。始めは、遠慮され見学参加のみの方も、プログラムが始まると周りの方に勧められ、お化粧され、終了時には「参加して本当に良かった。」「こんなしっかりお化粧したのは久しぶりで恥ずかしいけど、楽しかった。」との声が多く聞かれました。

高齢になると、様々な原因で外出が少なくなり、お化粧をやめてしまう方も少なくありません。そしてお化粧をやめると、さらに外出や人と会うことが少なくなり、身体面・認知面の低下に繋がってしまうといわれています。しかし、お化粧をすると楽しい気分になったり、人と会うときに自信を持てるなど、気持ちに変化がおき、その結果が身体面・認知面の低下予防に繋がります。

今回は、約1時間のプログラムでしたが、参加者の皆さんが終始笑顔で過ごしていたことがとても印象的でした。今後も継続して様々なレクを企画していきたいと思えます。

### 住宅型有料老人ホーム 山桜の郷 三愛

■お問合せ先/0143-83-5227





# 歯科口腔外科8020通信

第37号

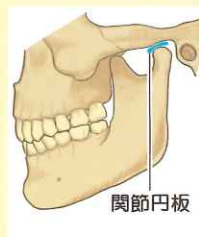
顎(あご)の関節の音がある、口が開かなくなった、あごが痛いなどの経験はありませんか?

もしかしたら顎関節症かも…

## 顎関節症 (がくかんせつしょう)

顎は微妙に入り組んだ形と複雑な機能をもっており、筋肉と関節と神経が集中し、下の顎をささえています。

食事をしたり、おしゃべりしたりすると連動して動いています。この顎の関節やその周囲が何かの原因で痛みや動きにくくなるのが顎関節症です。



関節円板



関節円板

## 顎関節症の症状

- ・顎関節や周辺の違和感、食べ物を噛む時の痛みや違和感
- ・口を開けたり閉じたりした時に顎関節で音が出る(カッキン・コッキン)
- ・口が左右にうまく動かない、開けにくい、顎が外れる
- ・食事の時顎がだるい、口を動かしたり噛みしめると顎関節が痛い
- ・口が開けにくい、開け閉めがスムーズにいかない

## 顎関節症の原因

原因は様々ですが主に上下の歯の噛み合わせの異常の場合が多いです。

- ・歯ぎしり
- ・唇や頬の内側を噛む癖がある
- ・何かに熱中して緊張で食いしばる
- ・大きく口を開ける、硬いものを噛んだ(顎の酷使)
- ・外傷 etc……
- ・急激なストレス、うつ、睡眠障害
- ・頬杖、うつ伏せ寝
- ・入れ歯や歯の被せ物が合っていない
- ・悪い歯の反対側で噛む

## 顎関節症状があるときに気を付けること

- ・おかゆ、やわらかいそば、うどん、パスタなど噛まなくてよい食事をとりましょう。硬いものは避けましょう。(ガム、フランスパンの皮、硬い肉など)
- ・顔の筋肉をやわらげ、目を閉じ、軽く上下の唇を触れさせ、歯を接触させないように気をつけましょう
- ・仰臥寝(あおむけね)と低い枕を使用して、うつ伏せ寝はやめましょう
- ・大きなあくびや長時間の歯科治療は避けましょう
- ・同じ姿勢を長く続ける事を避け、時々ストレッチをして心身を休め、猫背や顎を突き出すような姿勢をとらないようにしましょう。
- ・首の牽引、頬杖をしないようにしましょう



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】 柴山 航

健康を保つため、いかがでしょうか?

# レンジで簡単♪ カラフル蒸しパン



## 材 料(4人分)

- ホットケーキミックス ……100g
- 卵 ……1個
- カップスープの素 コーン ……1袋
- 冷凍ホールコーン ……20g
- 豆乳 ……120g



豆乳には効果が期待できる様々な栄養素が含まれています。  
 「大豆イソフラボン」は高血圧の発症リスクを低下させたり、構造が似ているため、女性ホルモンと同じような働きが期待できます。  
 「サポニン」はコレステロールや中性脂肪など血液中の余分な脂質を流してくれる効果や、「オリゴ糖」は腸の善玉菌を増やし腸壁が刺激されるため、お通じが良くなったり便秘体質の改善も期待できます。  
 植物性のたんぱく質なので、動物性のたんぱく質に比べ低カロリーですが、調整豆乳には飲みやすくするために砂糖などが添加されており飲み過ぎるとカロリーの摂り過ぎになったり、女性ホルモンのバランスが崩れたりします。また、マグネシウムが多く含まれることから下痢になる恐れもあります。  
 目安量は一日300g、コップ一杯半ほどです。

## 〈作り方〉

- ① ボウルに卵、スープの素、ホールコーン、豆乳を混ぜ合わせる。
- ② ①にホットケーキミックスを加える。  
だまにならないよう少しづつしっかり混ぜ合わせる。
- ③ 耐熱容器に流し込み、ふんわりラップをかけ、600W4分間加熱する。
- ④ 粗熱を取り食べやすい大きさに切り分ける。

**ポイント!** ◎温度、時間は機種によって異なり、目安となります。  
 ◎カップスープの素を変えることで色々な味が楽しめます。  
 (画像は左からコーン、トマト、ほうれん草)

## さいしょく 彩食 けんじん 栄|養|通|信



## 外来診察 のお知らせ

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
- ▶ **禁煙外来** 毎週水～金曜日 担当医 当院内科医・出張医  
【診察時間】 13:00～17:00

※眼科は午前の予約が必要となります

特定医療法人社団千寿会

# 三愛病院

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

〒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・禁煙外来・歯科口腔外科・歯科

- |   |   |
|---|---|
| <p><b>併設施設</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 介護老人保健施設 グリーンコート三愛</li> <li>● 高齢者グループホーム プラタナス三愛</li> <li>● 高齢者グループホーム みずばしよ</li> <li>● 小規模多機能型居宅介護事業所 みずばしよ</li> <li>● トータルケアセンター あおい(愛桜)<br/>指定訪問看護ステーションあおい<br/>登別市地域包括支援センターあおい<br/>指定居宅介護支援事業所あおい<br/>ヘルパーステーションあおい</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>● 就労支援センター ピアチェーレ</li> <li>● 障害者グループホーム アザリア・あじさい</li> <li>● 障害者グループホーム カワセミ(翡翠)・ヤマセミ(山翡翠)</li> <li>● 登別市総合相談支援センター en</li> <li>● 室蘭市相談支援センター らん</li> <li>● 住宅型有料老人ホーム 山桜の郷三愛</li> </ul> <p>【関連施設】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 社会福祉法人登別千寿会</li> <li>● 特別養護老人ホーム 緑風園</li> <li>● 緑風園サテライト型特別養護老人ホーム ニナルカの里</li> </ul> |
|---|---|



三愛病院ホームページ  
<http://www.sanai-hospital.or.jp/>

