

- 「元気におらないかん!」～最期まで私らしく～ ———— グループホームこんびら 介護福祉士
- 「長期的に継続した関わりによって、ADLが向上した一症例を経験して」 —— 介護療養型病棟 理学療法士
- 「介護療養型医療施設における外出支援の取組」 —— 介護療養型病棟 介護福祉士
- 「介護療養が医療施設における外出支援の取組」
～化膿性関節炎患者の外出支援をおこなって～ —— 介護療養型病棟 介護福祉士
- 「介護療養型医療施設で『介護体験』を実施して」
～これからの介護職員に求められるもの～ —— 介護療養型病棟 介護福祉士

の5演題を発表しました。

そして、一般演題522を研究の目的、研究方法、結果、発表態度、優秀賞にふさわしいかの5項目で評価され、「介護療養型医療施設における外出支援の取組」が優秀賞に選ばれました。

座長からは「患者様やご家族の意見や希望に耳を傾けて取り組まれたのですね。今後も継続した取り組みをして下さい」という言葉を頂き、多職種で行ってきた支援が全国で認められたと、とても誇らしく思いました。

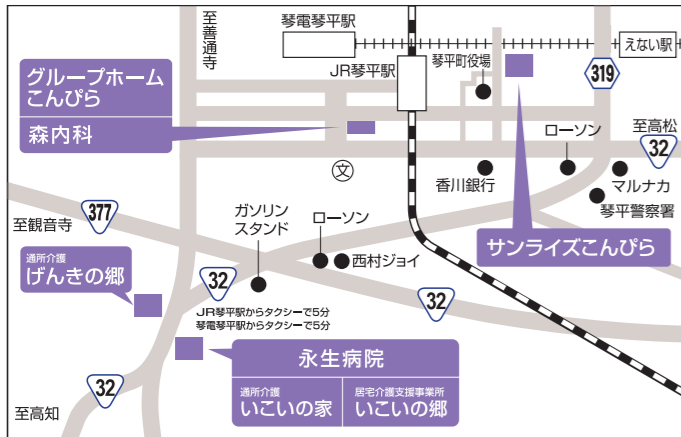
これからも様々な取り組みを行っていきたいと思います。



522演題の中から、優秀賞に選ばれました!

【編集後記】

新年を迎え、皆様は初詣などでどのような願い事をされましたでしょうか? 昨年は御嶽山の噴火ではかつてない被害者を出し、また阿蘇山中岳の噴火や広島の大規模な地震など、相次ぐ自然災害に心を痛めた年でした。今年の干支である羊は群れをなして行動するため、家族の安泰や平和をもたらす縁起ものとされています。本年が皆様にとり、安泰で穏やかに過ごせる年となりますことを心から願っています。



永生病院 130床(一般病棟 40床・療養型病棟 90床)

医療法人 圭良会	
● 永生病院	香川県仲多度郡まんのう町買田221-3 Tel 0877-73-3300
● いこいの郷 (居宅介護支援事業所)	Tel 0877-73-3655
● いこいの家 (通所介護)	Tel 0877-73-3718
● げんきの郷 (通所介護)	仲多度郡まんのう町買田102-1 Tel 0877-58-8811
● 森内科	香川県仲多度郡琴平町1167 Tel 0877-73-4188
● グループホームこんびら (認知症対応型共同生活介護)	Tel 0877-73-0811
● サンライズこんびら (小規模多機能型居宅介護)	香川県仲多度郡琴平町榎井字池田451番地1 Tel 0877-58-8600

永生病院広報誌「ゆるめき」第38号
発行元: 医療法人 圭良会 永生病院
編集者: 医療サービス改善委員会
住所: 〒769-0311 仲多度郡まんのう町買田221-3
TEL: 0877-73-3300
FAX: 0877-73-3202
永生病院のホームページ <http://www.eisei-hp.or.jp/>
eメールでのお問い合わせは keiryokai@eisei-hp.or.jp
発行年月日: 平成27年1月10日

ゆるめき

【理事長のあいさつ】
日本の人口動態とこれからの医療・介護

【うまげな話】
「ビタミンB6の効能」

【健康ひろば】
「メタボリックシンドロームについて」

【委員会活動紹介】
医療安全管理委員会

【行事報告&お知らせ】
第22回日本慢性期医療学会 in 熊本

【編集後記】

■ 病院理念

信頼される医療・保健・福祉を提供し、地域の健康増進に貢献する

■ 基本方針

良質な医療を提供するため、心と技術を磨く努力を惜しみません
患者の権利、尊厳、安全を重視した医療を提供いたします
医療、福祉と連携を持ち、急性期医療から在宅医療まで、全員参加で取り組みます

■ 患者の権利章典

- 1. 医療を受ける権利
- 2. 自己決定権
- 3. 知る権利
- 4. プライバシーに関する権利
- 5. 学習する権利
- 6. 参加と協同



● 理事長のあいさつ

日本の人口動態とこれからの医療・介護

少子高齢化社会が加速していく中で、これからの医療・介護の提供のかたちをどうしていくかの対策として、地域包括ケアシステムの構想が示されています。そして、その実現に向けて6月に医療介護総合確保推進法が公布されました。今後、この課題の議論が盛んになってくるものと思われます。

ここで、現状の人口動態を統計的にみてみますと、平成24年の総人口は、1億2752万人、老年人口指数(生産年齢人口に対する65歳以上の老年人口の割合)は38.4%です。大都市では低く、香川県は45.3%と平均よりやや高値となっています。

出生数と死亡数の推移をみますと、平成24年は出生数103万人、死亡数126万人であり、30秒に1人出生し、25秒に1人死亡しています。平成17年に死亡数がはじめて出生数を上回り、合計特殊出生率(1人の女性が仮にその年次の年齢別出生率で一生の間に産むとしたときの子どもの数)が1.27と減少し、一大ショックでしたが、その後平成18年はやや出生数が増えましたが、平成19年からは6年連続で死亡数が上回っています。

平成24年の合計特殊出生率は、1.41とやや増加傾向ですが、今後死亡数が次第に増加していくことは避けられません。

ちなみにアメリカ、フランスでは、合計特殊出生率2.0前後を維持できており、人口動態に大きな変化はないようですが、他のヨーロッパ諸国、韓国、台湾などでも2.0を下回り、いずれ少子高齢化の波がくるものと予想されます。

以上のような人口動態となっていることと、これからの経済環境、医療・介護環境はじめ諸々の状況とは、当然のことながら、密接に関係して動いていかざるを得ないものと思われます。

このような中で医療・介護を担うものとして、地域における役割を充分認識していかなければと考えます。



理事長
森 伊津子



健康は毎日の食事から...

うまげな話

【第10回】～小さいけど大きなパワー～ ビタミンB6の効能

ビタミンB6は、食事からとり入れたたんぱく質をアミノ酸に分解し、体に必要なたんぱく質に再合成するのに不可欠で、健康な皮膚や髪、歯をつくり成長を促進します。今回はこの「ビタミンB6」についてご紹介したいと思います!

ビタミンB6の主な効果効能

- 健康維持
- 抗アレルギー
- 肌荒れ予防
- 神経安定

1日あたりの摂取目安量	男性	女性
成人	1.4mg	1.2mg
60歳以上	1.4mg	1.2mg

ビタミンB6を多く含む代表的な食品とは...

ビタミンB6を含む食品	含有量(mg)/100g中	ビタミンB6を含む食品	含有量(mg)/100g中	ビタミンB6を含む食品	含有量(mg)/100g中
にんにく	1.5	ピスタチオ	1.2	まぐろ赤身	1.1
牛レバー	0.9	カツオ	0.8	いわし丸干し	0.7
鶏ひき肉	0.7	鮭	0.6	いりごま	0.6

うまげな 料理カード

淡白な魚もにんにくバターのコクと風味で絶品メニュー!!

かじきまぐろの にんにくバター 醤油/テ 2人分

材 料 かじきまぐろ:60g×2切れ 塩こしょう:適量 小麦粉:適量
バター:20g にんにく:2かけら しょうゆ:大さじ1 みりん:大さじ1

作り方 ①かじきまぐろは、塩こしょうをふり両面に小麦粉をまぶす。
②フライパンにバターを溶かし、にんにくを炒める。
その後、かじきまぐろを入れて中火で両面をこんがり焼く。
③しょうゆとみりんを加えて、よく絡めたら火を止める。
お好きな付け合せを盛りあわす。

水溶性ビタミンなので調理の際はスープや煮物にして汁と一緒に食べるようにしましょう!

栄養科

体の安心情報板 健康ひろば 第25回 テーマ 「メタボリックシンドロームについて」

糖尿病、高血圧、脂質異常は生活習慣病と呼ばれ、過食や偏食、運動不足、喫煙などの普段の生活習慣が、その発症や進行に影響するものであることは、皆さんもよく御存知だと思います。しかしそれぞれの病気が別々に進行するのではなく、おなかのまわりの内臓に脂肪がたまった内臓脂肪型肥満が、生活習慣病を併発させたり動脈硬化を進行させたりし、ひいては心臓病や脳卒中などの命にかかわる病気を起こしてくることは御存知だったでしょうか。

内臓に脂肪が蓄積すると、それ自身が蓄えている中性脂肪の成分を肝臓に送ることで血糖値を上げるだけでなく、からだを健康に保とうとする物質をバランス良く作れなくなります。

メタボリックシンドロームの診断基準は以下の通りです。

- ① 腹囲(へそ回り) 立った姿勢で、息を吐いて、へその高さに巻き尺を巻いて測定します。
男性...85cm以上 女性...90cm以上
内臓脂肪の蓄積をチェックします。腹部CT検査の内臓脂肪面積が100cm以上に相当します。
 - ② 中性脂肪...150mg/dl以上 HDLコレステロール...40mg/dl未満
のいずれかまたは両方
 - ③ 最高(収縮期)血圧...130mmHg以上 最低(拡張期)血圧...85mmHg以上
のいずれかまたは両方
 - ④ 空腹時血糖...110mg/dl以上
- ※ここで高血圧症(最高血圧140mmHg以上/最低血圧90mmHg以上)や糖尿病(空腹時血糖126mg/dl以上)より低めの数値がメタボリックシンドロームの診断基準とされているのは、まだ「病氣」と診断されていない予備群でも、併発することで動脈硬化の危険性が高まるからです。

①でみられる内臓脂肪の蓄積に加えて、②③④の2つ以上の項目があればほとんどメタボリックシンドロームと診断されます。

メタボリックシンドロームの予防や改善には

- 運動...歩行を手始めに、運動する習慣をつけましょう。
 - 食事...1日3食を規則的によくかんで、腹八分目を守りましょう。揚げ物などの油脂の多い食品は食べていなくても、米飯やうどんやお菓子などの糖分の多い食品を食べ過ぎると中性脂肪の形に変えられて肝臓に貯めたり血中に流れていったりするので要注意!
 - すでに治療中の方や、治療が必要な方は、医師や薬剤師の指導を受け正しく薬を服用しましょう。
 - 喫煙されている方は禁煙に取り組みましょう。
- 内科 本田 貴子

● 介護福祉士養成学校にて特別講義

平成26年12月に介護福祉士養成学校にて、講義をさせて頂きました。演題は「介護の仕事を行うためのポイントと、これから現場で働く学生に求めること」で、卒業を控えた学生さん達に私たち自身の経験をふまえ、仕事の悩みや解決方法などの体験談を話しました。学生さん達もこれから社会に出て行くことに不安を抱えているようで、とても熱心に聞いて頂きました。今回の講義で、私たちも改めて学生時代を振り返ることができ、いつまでも初心を忘れず患者様の介護を行っていきたくと思いました。



介護療養型病棟 介護福祉士

委員会活動紹介 4 医療安全管理委員会

患者様に安心して検査・治療・療養していただくために、当院では医療安全管理委員会を設置し、全職員で取り組んでいます。

当院では、医療・介護を行っている中で発生した、あるいは発生しそうなヒヤットとしたこと、ハットとしたことなどをインシデントレポートで報告し、同じような事例が起きないように対策をたてています。また、その対策が継続して実施できているか、対策の内容は妥当であったかどうかを3ヵ月後に評価し、見直す体制をとっています。これらの報告をもとにして、マニュアルの見直しやシステムの構築をはかり、医療事故の防止に努めています。また、月に1度、責任者が集まる委員会で情報を共有するために報告を行い、さらに全職員対象とした院内教育は年4回行っており、安全に対する意識を高めるよう努めています。

また、医療で使用する様々な機器や装置は、定期的な点検を行うとともに勉強会を実施し、常に安全な状態で使用できるように管理しています。

医療安全は医療の質に関わる重要な課題であるため、安全な医療を提供できるよう、今後も全職員で取り組んでいきたいと考えています。

医療安全管理委員会