

滝ノ町自治会より、介護についての講演依頼がありました。自治会運営の方から「できるだけ多くの方に聞いていただきたい」と、たっただのご依頼で、勤務終了後の夜間ではありましたが19時30分から21時までの講演をお受けし、当法人職員が自治会館に出向きました。当日は、48名という多くの方が参加されました。千春会からは滝ノ町責任者、瀧本主任（看護師）とリハビリテーション科統括主任の佐藤療法士が滝ノ町自治会館で講演しました。



笑顔で語る瀧本主任

看護師でもある瀧本管理者からは、寝たきりにさせないための自宅での心がけなど、自身の体験も交えて講演。皆さん深くうなずき真剣に耳を傾けておられました。佐藤主任は、認知症早期発見のための兆候や予防などについて講演し、ユーモア交えての話に大きな笑いが起こる中、皆さん真剣に耳を傾けておられました。

会場一杯の参加者の方は、熱心に質問されるなど、関心の高さを実感しました。これからも、地元にも暮らしみなさんが健やかに過ごしていただけるよう、千春会が持てる「医療・看護・介護の知識」の提供で、ご協力できればと考えております。



講演中の佐藤療法士

京都府・長岡京市から
表敬訪問
100歳ご長寿
おめでとうございます

敬老の日になみ、100歳以上の長寿お祝いに、国・京都府・長岡京市から、賞状とお祝いの品が手渡されました。ご家族様や長岡京市小田市長代理の岩崎健康福祉部長、乙訓保健所中田次長、当法人職員からの祝福に、100歳のお二人はとてもうれしそうでした。



ご家族様、岩崎健康福祉部長、当法人理事長、乙訓保健所中田次長



ベスト8進出!!
京都府私立病院協会 主催
女子バレーボール大会
10月17日

千春会バレーボールチームが、ベスト8を決めました！監督筒井先生率いる看護師はじめとするメンバーが、練習を重ね挑みました。失敗しても互いに励まし、時には笑いさえあふれるチームワークの勝利でした。法人応援団による声援もあいまっての一致団結、チームワークの良さが千春会の強みです。

この喜びを力に11月7日の決勝大会で優勝を狙います！



試合を熱心に応援する千春会応援団



千春会バレーボールチームのメンバー

祝 おめでとう!



強烈なアタック

表紙には、秋の色彩をバックに笑顔あふれる新入職員たち。毎年、四季が巡る中、同じように見えて、全て確実に変化していくのが世の常です。時が流れても、千春会がなくてはならない存在であり続けられるよう、この輝く笑顔がさらに輝きを増し、地域の方々に「支える力」となることを願い…。(弘)

編集後記

患者さまの権利と義務

当院では、次に掲げる患者さまの権利を尊重します。

- 1 患者さまは誰でも、良質な医療と良質な看護を公平に受ける権利があります。
- 2 患者さまは、医療の内容について納得できるまで十分な説明を受ける権利があります（インフォームドコンセント）。
- 3 患者さまは、他の医療機関の医療者に意見を求める権利があります（セカンドオピニオン）。
- 4 患者さまは、医師から説明を受けた治療方法など自らの意思で自由に選択し決定する権利があります。
- 5 患者さまは、ご自分の診療録など診療情報の開示を求める権利があります。
- 6 患者さまは、個人の情報やプライバシーの保護を受ける権利があります。

また良質な医療と看護を公平に受けていただくために、患者さまに次の義務をお願いしております。

- 1 患者さまご自身の健康に関する情報を、できるだけ正確にご提供ください。
- 2 十分理解できるまで質問していただき、納得した上で治療をお受けください。
- 3 患者さまおよびご家族の方々は、他の患者さまの治療や職員による医療提供の支障にならないように協力する義務があります。



日本医療機能評価機構認定病院

千春会病院

〒617-0826 京都府長岡京市開田2丁目14-26
TEL. (075)954-2175 FAX. (075)955-4615



理念（3つの使命）

- 1 患者・利用者の自立を支援し、良質な医療・看護・介護を提供する。
- 2 仕事に誇りと責任を持ち、社会人としての向上を目指す。
- 3 事業の充実により、住民の健康増進と地域社会の発展に寄与する。

医療法人社団 千春会

「医療」「看護」「介護」の 包括ケア提供に向けて

介護部 部長
寺山 紀子



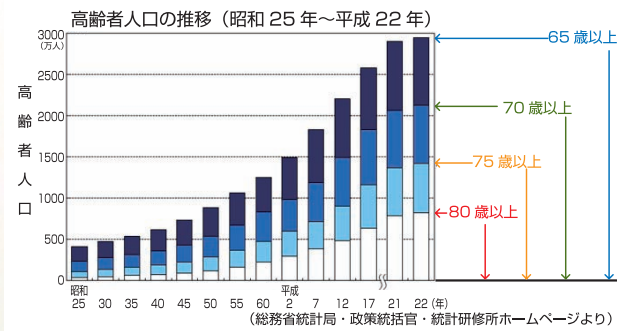
11月に入り、朝夕ぐっと冷え込んでまいりましたが、今年は異常気象の影響で猛暑が9月末まで続き、ご年配の方や入院治療の方々にとっては、待ち遠しい秋だったのではないのでしょうか。

さて、今年は、介護保険制度が施行されて10年、医療法人千春会が介護事業に携わってから11年を迎えます。千春会は、これまでほぼ1年ごとに施設を開設し、現在は11ヶ所の施設と支援事業所が稼働しています。安全かつ安心な施設であることはもちろん、利用者様お一人お一人に満足していただきたいという、スタッフの想いがあふれる施設を目指し、蓄えてきたノウハウを次の施設に活かしながら順次開設してまいりました。

介護の内容も、在宅で暮らすお年寄りの方の生活を補助的に支える事から始まりましたが、今では個々の「QOL(生活の質)」向上を目標に、多様なニーズに応じたサービスを提供しております。

さて、これからの我が国の高齢化を数字で見た場合、先日9月20日敬老の日に、国が出した高齢者人口統計によると、2015年頃から団塊の世代が65歳という高齢者の枠に突入し、その後、急激に増え続け、認知症高齢者250万人、高齢者人口は3500万人強まで増加するとも言われています。2025年に高齢者人口はピークを迎え、その後は高齢化が穏やかになりますが、都市部では高齢化が進む一方、地方

では高齢者を支える若者が不足し、高齢者を高齢者が支える状況がさらに深刻化するため、今後は、そのような方々の受け皿として、在宅生活支援サービスがいっそう重要となってきます。



従いまして、当法人が開設を予定している介護老人保健施設や中規模多機能施設をはじめ、在宅サービスの要となる訪問介護や通所介護、短期入所生活介護、在宅復帰支援(リハビリテーション)などについても、今後増加する認知症や医療ニーズへの対応も含め、支援体制をさらに強化していかねばなりません。

現在、介護部では、そのような動きに伴う人材の育成、研修システムの構築などを今後の課題として取り組んでおります。

これからも介護部は、お一人お一人のニーズに合わせた「良質な介護サービス」の提供を目指し、在宅生活を支援させていただくべく、日々努力・研鑽してまいります。

春風 ニュース

介護老人保健施設「春風」 全室個室 トイレ付

安全に迅速に… 進捗状況 ご報告

近隣の方々のご理解のもと、来春開設を目指し『春風(仮称)』の工事が、着々と進められています。

高くそびえる数本のクレーンを使って、機材が搬入され基礎固めが行われました。土砂を運ぶトラックが行きかい、急ピッチで進行しています。

また、並行して行程や現状確認のため、「春風総合定例会議」なども頻回に開催され、理事長はじめ、法人関係者、一粒社ヴォーリス建築事務所、清水建設各責任者との真剣な会議が行われています。

これからも、慌ただしい中であっても事故のないよう、作業の安全には十分配慮し、着実に工事を進めてまいります。



TOPIX

11月1日より「院内保育」開始！



開設が待たれていた院内保育所が、いよいよオープンします。

対象は待機児童の方で、年齢は0歳～就学前まで。

土曜・日曜に関わらず、8時～19時(原則:8時30分～17時30分まで)の間の保育となっています。また、勤務時間に合わせて柔軟に対応しますのでご相談下さい。

公立保育園などの入園が出来ず、待機されておられたお子さんの預かりが可能となり、これからは、小さなお子さんを持つ医師や看護師さんなども、スキルにブランクが生じることなく、職場復帰が可能となります。

アットホームな温かさと、わが子にすぐ接する事ができるのが院内保育の魅力です。

千春会では、「良質な医療・看護・介護の提供」と共に「良質な院内保育」をはじめ、これからも職場環境を整備していきます。



「高血圧」について(1)



消化器内科
嵯峨 一行 先生

「高血圧は、現在推定3000万人前後の人が罹患している」といわれ、日本で最も多い病気の一つと言えます。様々な診断基準がありますが、一般には腕で血圧を測定して、収縮期血圧(上の血圧と呼ばれる)が140mmHg / 拡張期血圧(下の血圧と呼ばれる)が90mmHg以上となれば、高血圧と診断されることが多いようです。朝の家庭血圧は、起床時、排尿後、朝食前に1、2分間の安静後、座って測る血圧を基本として考えます。

よく「血圧の薬は飲みだしたら一生飲まなければならないので飲みたくない。」と言われる方がいらっしゃいますが、それは本末転倒と言える考え方です。そもそも高血圧は自覚症状がないことが多く、なぜ治療しなければならないのでしょうか？

それは高血圧を長期にわたって未治療のまま放置すると、全身の血管が傷んだり動脈硬化をおこし、その結果、脳梗塞や脳出血、くも膜下出血、心筋梗塞をはじめとする心臓病、高血圧性腎障害、高血圧性網膜症など、重大な病気を発症してしまう危険性が、正常血圧の人と比較して、高くなってしまう(病気によっては何倍も)ことがわかっているからです。

例えば、もし脳出血を起こせば、それによって命を落としたり、あるいはそうでなくても半身不随など重篤な後遺症を残すことがあります。また高血圧性網膜症で、もし視力が低下すれば、日常生活において相当に不自由を強いられることとなるでしょう。これらの病気は一度発症してしまえば、完全に元通りの身体機能を回復することは難しく、その後の人生に大きな影響を与えることは容易に想像されると思います。

このような恐ろしい病気を発症する可能性をできる限り下げ、健康で長生きできるようにすることが、高血圧治療の真の目的なのです。

今回は、その高血圧の治療についてお話しさせていただきたいと思います。

いつまでも 活き活き 元気
皆さんの笑顔が見たいから・・・

日々のレクリエーション

デイサービス・ショートステイ 活動報告！

10月1日 7周年記念

デイサービス
滝ノ町

「温かい手作り料理と全員参加のイベント」を計画しました。おでんのお鍋まで登場した豪華料理やおやつをいただき「お腹いっぱい（笑）」と言いながらも、おかわりされる利用者さん。全員参加の勝ち抜きじゃんけんゲームやスタッフの縄跳び競争、利用者さん参加の腕相撲大会など、笑顔で盛り上がりました。



9月9日 ホットドッグパーティー

デイサービス
友岡

「いつもと違うおやつを」と、みなさんお待ちかねの手づくりホットドッグパーティーです。ロールパンにいろいろな具材を挟んで、好みのドッグを食べていただきます。「玉子がいい」「ツナにして」と楽しそうにご注文されると、スタッフがテーブルまで運びます。どれも「おいしい」と大好評でした。



9月15日 4周年と敬老パーティー

ショートステイ
上植野

「ご自宅みたいに楽しんでいただければ」と、ショートステイでは4周年記念と敬老の日を兼ねたパーティーを開催。スタッフ手作りの「くす玉」や「お祝いボード」には仕掛けがいっぱい。ひもを引っ張ると色鮮やかな紙テープがクルクル飛び出し、皆さんびっくり大喜び。アットホームな雰囲気の中、スタッフの傘まわしなど、大きな笑いと拍手で大賑わいでした。



9月22日 4周年記念パーティー

デイサービス
上植野

「好きなものを食べていただきたい」と、バイキング形式です。所狭しと並んだごちそうの数々は、スタッフの手作り。スタッフがあちこち飛び回り、ご希望の料理をお配りすると、普段は食の細い方もあっという間に完食です。ボランティアさんの演奏会では、懐かしい歌などが披露され、皆さん一緒に歌って楽しみました。



10月8日 おやつ作り

デイサービス
風車

みなさんが楽しみにされている、手作りおやつ。風車では利用者さんと一緒に作ります。餡をまぶしたり、お餅を丸めたり、会話しながらそれぞれの好きな作業をそれぞれのペースで進め、みごとなおはぎの完成です。自宅でいただく手作りおやつのように、みなさんゆったりくつろぎながら、楽しんでおられました。



検査のお話・5

ピロリ菌の検査



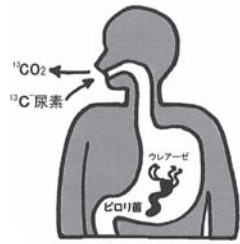
検査科主任
中川臨床検査技師

ヘリコバクター・ピロリ菌は胃粘膜から見つかった細菌で、胃潰瘍、十二指腸潰瘍、萎縮性胃炎、胃がんや特発性血小板減少性紫斑病など、さまざまな疾患との関連性が知られています。現在は衛生管理が進み、日本でも20歳の感染率は25%程度とされていますが、井戸水を飲む習慣のあった40歳以上の日本人では約70%と発展途上国並の高率となっています。胃がんの予防という観点でも「日本ヘリコバクター学会」がピロリ菌の除去を推奨するガイドラインを（2009改訂版）発表しました。今回はピロリ菌の感染・除菌を調べる検査を紹介します。

内視鏡検査不要なもの ①抗体検査（血液または尿中のIgG抗体）②尿素呼吸気試験（空腹時に検査薬を飲み、呼吸中の二酸化炭素を調べます）③便検査（便中の抗原を調べます）など。

内視鏡検査が必要なものに④ウレアーゼ試験（胃の組織を使いPHの変化を調べます）⑤鏡検法（胃組織を顕微鏡で見ます）⑥培養法（胃の切れ端を培養して菌を調べます）などがあります。

まずは検査で菌の存在を調べ、除菌することで、先述の疾患の治療や予防につながります。ピロリ菌の検査や治療に使う健康保険の範囲も見直されたので「最近、胃の調子が悪いなあ...」と感じたら、まずは先生にご相談ください。



※尿素呼吸気試験は呼吸中の二酸化炭素の量を測定します

地域密着

インタビュー「足立医院」紹介の巻 診療は「心」にも目を向けて・・・

今回は、26年前からJR長岡京駅前にて開院されている、足立正彦先生をお訪ねしました。にこやかに迎えていただき、昔の長岡京市のことなども交え、お話をいただきました。



足立医院
長岡京市神足1丁目8番7号
TEL(075)954-7979

●開院されるまでの経歴は？

足立先生 昭和47年京都大学医学部を卒業、大学院では消化器内科で肝臓を研究し、免疫で博士号を取得しました。その後、近畿大学に4年勤務し、昭和59年に実家所有のこの場所を開院しました。

●開院当時のことなどお聞かせ下さい

足立先生 まだ、JRの駅も小さく、小児科専門医院もなかったため、内科主体とはいえ、大勢の子どもを診察したものです。今でいう、総合診療内科のようなもので消化器内科だけでなく、いろいろな科に精通していなければならぬ状況でした。



●先生の診療方針をお聞かせください

足立先生 医者冥利につきるのには、やはり患者さんの笑顔ですね。それだけで医者になってい

るようなものです。悩みや病気が回復して、健康を取り戻されたときの笑顔が一番です。医師は、相手の内面、心の部分にまで目を向ける医療で完結すると考えています。

最近では心臓の問題から身体症状として不調を訴え、内科を訪れる方が増えています。専門ではないので深入りできませんが紙一重で、相手に溶け込む事が大切で、SOSを見逃さないようにするのも医療です。最近はその功で、目が届くようになってきて、メンタルな処置で回復されたこともあります。

●千春会病院との連携はいかがですか

足立先生 内視鏡検査をはじめ、外来・入院ともに大変お世話になってます。一年位前には、私が紹介して入院された患者さんの主治医として千春会病院の院内会議に出席したこともあり、訪問していただいております。とても助かっています。

救急疾患や普段診ている患者さんの急性増悪を迅速に受け入れていただけ、すぐに頼れる病院があることは、非常にありがたいと思っています。



足立先生とスタッフの皆さん

千春会病院さんは紹介した患者さんからの評判も、すごく良いですね。

●来春、大規模な介護老人保健施設を開設しますが、今後、千春会に期待されることは？

足立先生 昔から、退院後の行き先探しで、本当に苦労しましたので、施設の開設は大変有難いです。受け入れ施設を探すのに苦労されている、ご家族の悲惨な状況も見えてきますので、新たな施設に期待します。

今後はさらに病診連携が重要になってきます。願わくば、近くにもう一施設、特養などもお願いしたいですね。

親しみのある笑顔の先生。ご趣味は、学生時代からの囲碁と体力づくりのジム。囲碁は近隣の先生方とも楽しまれ、水泳は「カナヅチが泳げるようになりました（笑）」とのことでした。