健康生活インフォマガジン
池田病院だより

あいことば

Vol.48
2014.NOV

♥ささえあい　かさねあい♥

ごあいさつ

血液浄化センター通信

災害時の備え 今から始めよう！
避難生活を少しでも元気に過ごすために／あなたの元気がみんなの元気!!

ナーシングホームひだまり

禁煙外来はじめました

地域リハビリテーション研修会のご案内

外来診療表

平成26年度 看護職員
再就業支援研修会のご案内

お知らせ
平成26年度 第2回地域リハビリ研修会
第1回 大隅臨床工学会 ／ 腹膜透析勉強会 ／ 職員旅行

病床機能報告制度と地域医療構想について

何とも難解な標題ですが、来る2025年を想定した地域の医療提供体制を、地域住民にわかりやすく説明するための仕組みが始まりました。2025年には全ての団塊世代の方々が75歳以上となり、これまで以上に医療機能の分化と連携を適切に推進するために、「地域医療構想(ビジョン)」を策定することになりました。そのために、まずは自地域の現状をきちんと把握・分析することが前提となるということで、病床機能報告制度が創設されることになったのです。それぞれの病院がいま現在どのような機能を有しており、将来にわたってどのような役割を果たそうとしているのかについて、毎年７月現在と６年後の姿をその年の10月に鹿児島県(知事)へ報告し、それを受けた県(知事)はその地域にとって必要な医療機能は何かを精査して、地域医療構想(ビジョン)『地域の医療提供体制の将来のあるべき姿』を医療計画において策定するとされています。各病院は病棟毎に、高度急性期、急性期、回復期、慢性期の４つの区分から、地域での自院の機能、役割を明確化し「自主的に選択」して報告する際に、自院の医療資源(設備、人員配置、医療機器の有無、稼働状況…)や様々な医療内容を併せて報告することとなります。自院のことばかりではなく、わかっているようでなかなか知る機会の少なかった他の病院などの機能と将来について、個々の病院ごとだけではなく、『地域規模で思考する』大きなきっかけとなるのではないかと思います。その先には介護まで含めた『地域ケア構想』があることは言うまでもありません。『個』から『地域』への社会構造の大変革となるでしょう。

事務部長　**寺前　学**

新任医師紹介

はじめまして、今中（いまなか） 大（だい）です。平成26年10月１日より消化器内科の常勤医として勤務しております。

消化器内科といわれても、どんな臓器のどんな病気を診ているのか分かりにくいと思います。消化器内科は、肝臓・胆嚢・膵臓・胃・小腸・大腸といった腎臓以外の腹部臓器を専門としています。

このように、腹部には多くの臓器が含まれることから、腹部症状を訴えられる患者様は多くみられ、消化器内科医はその診察、検査、治療を担当します。

しかし、大隅地区には消化器内科の常勤医が少なく、消化器疾患をお持ちの患者様には治療に際してなど、何かと不都合をお掛けしているものと思われます。

今後は、鹿児島大学病院はじめ、各病院からの消化器内科・肝臓内科の非常勤医としっかりとした連携を取りながら、大隅地区に居ながらにして、他の地域と遜色のない消化器内科的治療を提供していくことができるよう、頑張っていきたいと考えておりますので、よろしくお願いします。

おなかのことでお困りの際には、ご遠慮なくご相談下さい。

消化器内科医　**今中　大**

血液浄化センター通信 No.8　　2014・11

血液浄化センターより、透析治療に関する様々な情報をお届け致します。

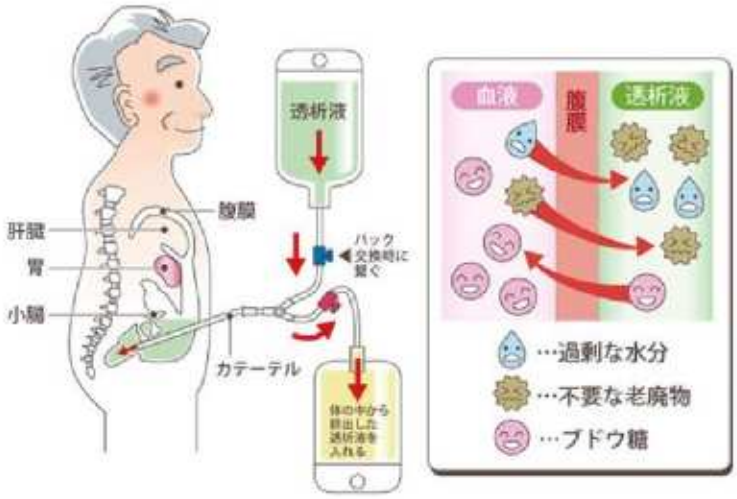
腹膜透析って知っていますか？

腹膜透析とは、体の中の腹膜を利用して透析を行う方法です。

腹膜透析は、毎日透析を行うので腎臓の働きに近い安定した透析療法になります。また、患者さん自身が実施できるので、在宅治療として普及しています。

腹膜透析のしくみ

おなかの中に透析液を一定時間いれておくと、腹膜を介して血液中の余分な水分や老廃物がおなかの中の透析液側に移動します。その老廃物や水分を含んだ透析液を身体の外に出すことで血液をきれいにします。



腹膜透析の特徴

- 自宅や職場などで本人や介護者が透析液の交換を行います。通院は月に１～２回です。
- 寝ている間に機械を使って自動的に行う方法(APD)と、日中に手動で３～４回行う方法(CAPD)があります。
- 毎日行う治療法で血液や血圧等の急激な変化がないので、透析導入後も残っている腎機能をより長く保つことができるといわれています。(個人差はあります)
- 腹部にカテーテルという細いチューブを埋め込む手術をします。

APD

APDの生活例

CAPD

CAPDの生活例

＊腹膜透析についてもっと詳しく知りたい方は、主治医、もしくは透析スタッフにお尋ね下さい。

災害時の備え 今から始めよう！

今年もいろいろな災害をニュースで見たり聞いたりする機会が多かったように感じます。災害は平穏な暮らしを一瞬のうちに奪い去る怖いものです。
水・電気・ガス・物流がストップした生活を想像して下さい。
夏・・・暑さをうちわだけで耐えられるでしょうか？
冬・・・寒さをどうやってしのげばいいのでしょうか？

具体的に想像することこそが防災の第一歩です。
ふだんから考えているからこそ、災害時にも実践できるのです。

まずは冷蔵庫を開けてみましょう
災害時、電気は止まります

常備している食品を確認しましょう
？水、缶詰、乾物、お菓子、インスタント食品ほかには何がありますか？

ガス台の前に立ってみましょう
災害時、ガスはつきません

流しの前に立ってみましょう
災害時、水は出ません

さあ、どうやってあなたは自分と大切な人を守っていきますか？

想像するだけで怖くなりますよね。では、ふだん私たちは、どんなことを考えて、何を準備しておけばいいのでしょうか。

【家財が飛んでくる】
・家具の転倒防止グッズで固定しておく。・ガラスには飛散防止フィルムを貼っておく。
・ガラス片が飛び散った場合、掃除にはほうきやチリトリ、ガムテープが便利

【電気が止まった】
・懐中電灯やランタンを用意しておく。・携帯ラジオや予備の電池を用意しておく。

【物流ストップ】
・食料と生活用品の常備をしておく。

【水が出ない】
・飲料水や生活用水の常備をしておく。・トイレの水は流せない。簡易トイレを用意しておく。
・お風呂には入れないので、女性はナプキンやライナーがあると良い。

【ガスが止まった】
・カセットコンロと予備のボンベを用意しておく。・アウトドア用のコンロも有効

【いつものんでいる薬の確保が難しい】
・非常持ち出しバッグの中に3日分くらい入れておき、処方される度に新しいものと入れ替える。
・お薬手帳などを持ち、自分が服用している薬が分かるようにする。

★わざわざ高価な非常食をそろえなくても、ふだん使っているものを利用すれば無理なく準備できます。

おすすめ **ローリングストック法** ふだん食べている食品を少し多めに確保して、賞味期限の近いものから消費し、同時に新しいものを補充していく方法です。

常温保存できる野菜(ジャガイモ・玉ねぎ・人参)
常温保存できる野菜は貴重です。常にきらさないようにしましょう。

乾燥野菜は保存食になる(大根・人参・ゴボウ・ねぎ　など)
野菜を切って天日に干すだけで保存食が作れます。

家庭菜園も役に立つ
庭やプランターで野菜を育てていれば、いざという時の心強い栄養源になります。

避難生活を少しでも元気に過ごすために

自宅で避難生活を送ることができれば少しでも安心なのですが、もし避難所で大勢の方と共同生活を送らなければならなくなったら・・・

避難所では同じ空間に多くの人が集まって生活しているため、食中毒などへの注意が必要です。また、風邪やインフルエンザなどの感染も広がりやすくなっています。感染予防には手洗いが基本。少しでもできることから心がけましょう。

病気の感染を予防するには

①手洗い
- 流水が使えるときは、こまめに流水と石けんで手を洗いましょう。
- 断水しているときは、手指用アルコール剤（特にトイレ後、食前）を使いましょう。

②うがい
- 流水またはペットボトルや給水車の水が使えるときはこまめにうがいをしましょう。

②マスクの着用
- マスクが足りない場合は、風邪の症状が出ている人にマスクをしてもらうことを優先しましょう。

あなたの元気がみんなの元気!!

ついつい、お子さんやお孫さんに配慮して、食事を遠慮してしまうかもしれません。でも、あなたが元気でいることが、ご家族やまわりの方の元気につながります。

1.水分をしっかりとりましょう

水分が不足すると、疲れやすい、頭痛、便秘、食欲の低下、体温の低下などが起きやすくなります。血流を良くする、血圧や血糖をコントロールするためには、水分をしっかりとることが大切です。

2.しっかり食べましょう

食べ物が限られていることや慣れない環境などのために食欲が低下しがちです。体温や身体の筋肉を維持するためにも、出された食事はしっかり食べましょう。

3.身体を動かしましょう

避難所生活では、身体を動かす量が減りがちです。食べる事だけでなく、身体を動かすことも考えましょう。

こんにちは！保健師です。

10月の指導介入患者数は20名でした。指導内容で多いものは糖尿病・インスリン導入、透析導入指導・メンタルフォローです。

災害はいつやってくるかわかりません。自分が被災しても大丈夫なように、最低限の備えと日頃からの体力づくりをオススメします。

地域医療支援センター：徳田、救仁郷

介護老人保健施設　ナーシングホームひだまり

入所介護部門

入所介護部門では、生活の中でのリハビリを中心に、在宅復帰に向けた取り組みを行っています。主な内容は、食事の後片付け、食器洗い、洗濯物を畳むことなど在宅へ戻ってから必要となる作業を、当番表を活用しながら各フロアにて行っています。取り組み開始当初は、「私は何もできないから」と言われていた利用者様も、現在では、「今日は私の当番だったがね」と食事が終わると自ら流し台へ移動され、食器を洗って下さるようになりました。また、一つの作業ができるようになると「なんかすることはないね。しがないこちゃすいよ。」と職員へ声をかけてくださるようにもなりました。また、余暇活動として女性利用者様を中心に婦人会を立ち上げ、毎月作品づくりや調理、園芸など、利用者様がやりたいことを中心に行っています。ひだまりの入所は3階から5階まで3フロアあります。当初は3階フロアを中心に6名ほどで開始しましたが、現在では、他フロアからの参加も増え20名程で行っています。婦人会での作品は各フロアへ展示し、「こんなこともできるんですね。」と御家族より喜びの声も頂き、利用者様の自信へつながっています。今後も、利用者様中心のケアの提供を行い、在宅復帰に向けて取り組んでいきたいと思います。

ひだまり通所リハビリ曜日別平均利用人数

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
53名	61名	50名	53名	60名	54名

※どの曜日も受け入れ可能です。新規にご利用を希望される方は下記連絡先まで直接ご連絡いただきますようお願い致します。

＊お問い合わせ先　通所リハビリ　繁昌（支援相談員）・長谷川（理学療法士）

●介護老人保健施設とは、介護が必要な方の家庭復帰・在宅支援をめざし、生活サービスを行います。

利用対象者：介護保険の被保険者が対象となります。要支援1・2／要介護1～5の方（入所サービスは要支援を除きます）。手続き方法は、当施設か担当ケアマネージャーにご連絡ください。見学をご希望の方はいつでも2階の受付またはお電話にてお申し付け下さい。

ブログアドレス★http://blog.goo.ne.jp/hidamarinohohon
ホームページアドレス★http://ikeda-hp.com
★ホームページからのお見舞メールもぜひご利用下さい。
←携帯はこちらから。ブログ「ひだまりのほほん日記」

介護老人保健施設
ナーシングホーム ひだまり
ショートステイ／通所リハビリ／訪問リハビリ
代表(0994)41-1200／通所(0994)41-1725

禁煙外来 はじめました

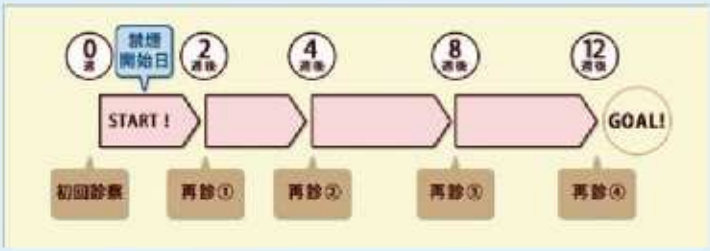
「禁煙したいけど、なかなかきっかけが…」
「禁煙に挑戦したことはあるんだけど、３日で断念…」
「あともう少し値上がりしたらやめようかなぁ…」
などなど、禁煙したいのに止められない方、

みなさんの意志が弱いわけではありません。
多くはタバコの煙に含まれるニコチンのせいと言われています。

ニコチン依存症はりっぱな病気です。
お医者さんと一緒に禁煙をはじめてみませんか。

【対象者】
保険診療にて、直ちに禁煙することを希望される方。（ただし、過去１年以内、すでに保険診療にて禁煙指導を受けている方には保険は適用されません）
３か月に計５回の外来受診に来ていただける方。（右図参照）

【診察時間】
毎週金曜日　11時から13時
（完全予約制）



【受診方法】
事前にお電話もしくは窓口にて受診の予約をして頂きます。
当日は外来窓口にて受付をして頂きますと、係の者が案内をいたします。

地域リハビリテーション研修会のご案内

拝啓　時下ますますのご清栄のこととお慶び申し上げます。
当センターの活動につきましては、平素は格別のご配慮を賜り厚くお礼申し上げます。池田病院では県より地域リハビリ広域支援センター指定を受け、肝属地域のリハビリ啓発に努めて参りました。この度その一環として標記の通り、第３回地域リハビリ研修会を開催することと致しました。
つきましては、関係者へのご案内と多数の皆様のご参加をお待ち申し上げております。　敬具

日　時　平成26年11月14日（金）　14:00～16:00
場　所　池田病院　多目的ホール　　鹿屋市下祓川町1830
定　数　50名　　**参加費**　無料
対　象　医療・介護施設等従事者（看護・介護・リハビリ・相談員等）

テーマ　**口腔ケアの実際**

○口腔ケアの必要性
【歯や口の疾患を予防、口腔機能の維持】

○口腔ケアの具体的な方法
【実技】・歯ブラシ・スポンジブラシの使い方・保湿剤の使い方・義歯の取り扱い

講師　渕田　亜沙子　先生　医療法人青仁会池田病院　歯科医師

主　催　肝属地域リハビリテーション広域支援センター
【医療法人青仁会　池田病院】

お問合せ
電話　0994-40-8758
担当：森田・壱崎

IKD 池田病院　外来診療表　11月

	診療科目	月	火	水	木	金	土
午前	一般内科	佐久間 真友子	久木田 稔正	今中　大	中嶋 秀人詞	佐久間 真友子 池田　大輔	
	腎臓内科	吉留　悦男	吉留　悦男	池田　徹	池田　徹	吉留　悦男	西本 紀一郎 (22日のみ)
	透析内科	屋　万栄 阿部　正治	村岡　良朗	屋　万栄 村岡　良朗	屋　万栄 村岡　良朗	屋　万栄 村岡　良朗 春田　隆秀	春田　隆秀 村岡　良朗
	CKD専門外来		屋　万栄	野﨑　剛			
	血液内科	大納　伸人 久木田 稔正	大納　伸人	大納　伸人 久木田 稔正	大納　伸人	久木田 稔正	中嶋 秀人詞
	神経内科	樋口 雄二郎	白石　匡史		岩田　真一	平松　有	
	消化器内科 (肝臓内科)	井戸　章雄 (17日のみ)	有馬　卓志	平峯　靖也	今中　大	森内　昭博	柴藤　俊彦 (8日・22日) 有馬　卓志
		堀之内 史郎 沼田　政嗣	堀之内 史郎	佐久間 真友子 堀之内 史郎	堀之内 史郎	堀之内 史郎 佐々木 文郷	今中　大
	呼吸器内科	上野　史朗	上野　史朗	寒川　卓哉	俣木　浩子	上野　史朗	寒川　卓哉 (1日・15日)
	呼吸器外科				渡辺　有為 (6日・20日)		
	糖尿病内科		上久保 定一郎 (25日のみ)			西牟田　浩	
	循環器内科	東福　勝徳	池田　大輔 伊集院　駿	東福　勝徳	池田　大輔 東福　勝徳 (13日・27日)	東福　勝徳 友松　範博	池田　大輔
	リハビリテーション科						川津　学 (1日・15日)
	整形外科	川井田 秀文	川井田 秀文		川井田 秀文	川井田 秀文	《手術日》
	放射線科 (画像診断)	宮川　勝也	宮川　勝也		宮川　勝也	宮川　勝也	宮川　勝也
	歯科	奥家　信宏 渕田 亜沙子	奥家　信宏 渕田 亜沙子	奥家　信宏 渕田 亜沙子		奥家　信宏 渕田 亜沙子	奥家　信宏
午後(予約のみ)	循環器科				池田　大輔	東福　勝徳	
	整形外科			増田 裕介 (12日・26日) 中村 俊介 (5日・19日)		冨永　博之 (14日・28日)	
	放射線科 (画像診断)	宮川　勝也	宮川　勝也		宮川　勝也	宮川　勝也	
	乳腺外科	舩迫　和		舩迫　和	舩迫　和	舩迫　和	舩迫　和
	歯科	奥家　信宏 渕田 亜沙子	奥家　信宏 渕田 亜沙子	奥家　信宏 渕田 亜沙子		奥家　信宏 渕田 亜沙子	奥家　信宏

【初診受付】　午前…8:30 ～ 11:00　　午後…休診
【再診受付】　午前…8:30 ～ 11:00　　午後…休診

※午後の診療は、予約以外は休診となります。但し、急患はこの限りではありません。
※予約に関するお電話は午後2時～5時の間でお願い致します。

＊手術、学会等により、診療時間の変更、担当医師の不在等があります。
＊一般内科以外は予約を受け付けております。事前にご連絡ください。
＊整形外科…受診希望の方は、ご予約をお願いします。(急患はこの限りではありません。)
＊健康診断…各種健診を承ります。お電話にてご予約できます。(TEL0994-40-8782　医事課)
＊放射線科…ご予約・紹介は専用直通電話とFAXへお願い致します。(TEL0994-45-5163　FAX0994-45-5271)
＊乳腺外科…お電話にてご予約できます。(TEL0994-40-8782　医事課)
＊歯　　科…ご予約は専用直通電話へお願い致します。(TEL0994-43-6468)

※かかりつけ医のある方は、当院に初診で来院される際、必ず紹介状をご持参ください。

IKD 医療法人青仁会 池田病院
〒893-0024　鹿児島県姶良市下祓川町1830番地　http://www.ikeda-hp.com/
☎ [0994]-43-3434
FAX [0994]-40-1117

平成26年度 看護職員 再就業支援研修会のご案内

もう一度、看護師として働いてみたい!!
持っている資格を活かしたい!!でも、ブランクがあって不安…
そんな潜在看護師の皆さん、この機会に最近の医療や看護の状況を知り、
現場の感覚や技術を学び直してみませんか?!

対象者 保健師、看護師、准看護師の免許をお持ちで、
現在未就業の方。　※ブランクの長さは問いません。

期間日時 平成26年11月17日(月)～12月3日(水)までの8日間(土・日・祝は休み)
11月17日・18日・19日・25日・26日　12月1日・2日・3日 **10:00～15:00**

場　所 ●医療法人青仁会内
(病院、介護老人保健施設ひだまり、鹿屋訪問看護ステーション)
●社会福祉法人恵仁会　鹿屋長寿園、グループホーム

研修内容 医療・看護の動向、救急看護、フィジカルアセスメント、
医療機器の取り扱い、看護技術の習得(採血・吸引等)、
各病棟 施設での実習 他

受講料 **無料**

申込方法 ●郵送・ＦＡＸ　「再就業支援研修申込書」が池田病院(１Ｆ受付・４Ｆ総務課)
及びハローワークの窓口に置いてありますので、
下記宛に郵送又はＦＡＸしてください。
●メール　ホームページの「再就業支援研修申込書」(EXCEL版)を
ダウンロード入力し、下記メールアドレスに添付して送信して下さい。

申込期限 **11月12日(水)**

【お申し込み・お問い合わせ】 医療法人 青仁会 池田病院 総務課
〒893-0024　鹿児島県鹿屋市下祓川町1830番地
TEL.0994-43-3434 / FAX.0994-40-1117
メールアドレス:ikeda-hp@ikeda-hp.com / URL:http://ikeda-hp.com

通巻第48号 2014年11月1日発行 発行者／医療法人恵仁会 広報委員会
〒893-0024 鹿児島県鹿屋市下祓川町1830番地 ※ご希望の方に無料配布いたします

平成26年度 第2回 地域リハビリ研修会

10月４日、当院多目的ホールにおいて、平成26年度第２回地域リハビリ研修会が行われました。

「腎臓リハビリテーション」
～透析を受けながら、運動そして体調維持～

◆腎臓リハビリテーションの重要性

講師：武居 光雄 先生（諏訪の杜病院長）
日本透析医学会認定透析専門医、日本リハビリテーション医学会専門医・指導責任者・代議員、日本腎臓リハビリテーション学会理事

◆腎臓リハビリテーションの実際

講師：岩根 美紀 先生（諏訪の杜病院 副院長）
日本腎臓リハビリテーション学会代議員・看護師

講師：田村 岳志 先生
（諏訪の杜病院 リハビリ副部長）
日本腎臓リハビリテーション学会代議員・理学療法士

講師：綿貫 聖 先生
（諏訪の杜病院 臨床工学技士）

当日は県内各地からの御参加、本当にありがとうございました。

第一回大隅臨床工学会

８月30日、当院新館多目的ホールにて、第一回大隅臨床工学会が開催されました。当日は大隅地区の臨床工学技士が多数参加しました。終了後、情報交換が行われ、活発な意見の中、交流を深めました。

【演題】「透析中の運動で心も体もリフレッシュ」
演者：上谷耕平 作業療法士
（池田病院 血液浄化センター 腎臓リハビリテーション専任）

「血管撮影室での臨床工学技士の役割」
演者：白石勇人 臨床工学技士
（池田病院 血液浄化センター ME課）

発表者

腹膜透析勉強会

８月31日、新館多目的ホールにて腹膜透析(PD)の勉強会が行われました。腹膜透析とは体の腹膜を利用して透析を行う方法で、自分自身で実施出来る為、在宅治療として普及しています。当日は看護師を始めとして、医師や薬剤師、栄養士など様々な職種が集まり、腹膜透析(PD)についての知識や技術を学習していました。

職員旅行

人吉温泉　1泊2日 10/4～10/5

宮崎ゴルフ　1泊2日 10/3～10/4