

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. 78

2017.MAY

♡ ささえあい

かさねあい♡

【健康だより】
家庭血圧測定で「仮面高血圧」を発見
～血圧を測るメリットは大きい～

ごあいさつ(院長 池田大輔)／新任医師の紹介

平成29年度入社式／新入職員オリエンテーション

血液浄化センター通信

新入職の紹介／新入歓迎会

ナーシングホームひだまり

鹿屋訪問看護ステーション(サテライト白水)

大隅地区リハビリテーション講演会／
ホテルの飛び交う季節となりました／
「化粧のちから」で幸せになる
カバーメイクセミナーのお知らせ

5月 外来診療表



この春、当院では医師、看護師、臨床検査技師、診療放射線技師、リハビリ療法士、事務職員など21名の新入職者を迎えることができました。総勢600名のスタッフとなり、医療法人青仁会のますますの発展に寄与してくれるものと、大いに期待しています。また、去る4月1日にはグループ合同の入社式を挙行了いたしました。新入職者の皆さんは緊張の面持ちで、新社会人としてあるいは新たな職場にかける意気込みに満ち溢れた様子であり、若く澁澁とした英気をもらいました。これからは様々な壁にぶつかることもあるでしょう。しかし、臆することなく、優れた医療人材として成長できるよう研鑽してほしいと思います。

さて、医療・介護の世界では、これまでも繰り返し制度や報酬の改定が行われてきましたが、来る平成30年4月には、6年ぶりとなる診療報酬・介護報酬の同時改定のみならず、第7次医療計画・第7期介護保険事業(支援)計画・第3期医療費適正化計画が同時にスタートします。今後の医療・介護に関する国の施策の大きな節目であり、2025年(平成37年)に向けた大変革期に突入します。大隅半島では高齢化がますます進行すると予測される中、地域医療を死守するためには医師のみならず、看護師や介護職員、その他のコ・メディカルによる多職種連携が求められます。これまでも当院のさまざまな取り組みをホームページや広報誌「あいことば」で情報発信してまいりましたが、今後はさらに地域の医療機関等との連携を密にし、これまで以上に多くの患者さんを円滑にお引き受けできるような体制を整備し、皆様方の期待に応えてまいりたいと考えています。本年度もよろしくお願いいたします。

新任医師の紹介



有島 善也
(ありしま よしや)

〈専門〉 整形外科
〈学歴〉 鹿児島大学卒
〈ひとこと〉

整形外科は、外傷などの急性疾患から腰痛・膝痛などの慢性疾患まで幅広く診療いたします。なんでも気軽におたずね下さい。よろしくお願いいたします。



久保 拓也
(くぼ たくや)

〈専門〉 腎臓内科
〈学歴〉 鹿児島大学卒
〈ひとこと〉

平成29年度より腎臓内科常勤医として赴任した久保拓也と申します。以前は鹿児島大学病院で勤務していました。鹿屋市の医療に少しでも貢献できるように努力していきたいと思っております。どうぞよろしくお願いいたします。

平成29年度 入社式

4月1日、池田グループの青仁会及び恵仁会合同入社式が新館多目的ホールにて行われました。

理事長、常務理事挨拶の後、青仁会、新卒採用15名、中途採用2名の新入職員に辞令が交付されました。

新入職員代表挨拶として、臨床工学技士の山下 貴大さん(ME課所属)が、「今日ここに集まった私達は、青仁会の一員として貢献できるよう様々な事に若さとチャレンジ精神で進んでいきたいという気持ちです。青仁会の為に良い人材となれるよう精一杯頑張っていきますので、温かく、また時には厳しいご指導の程、宜しく願い申し上げます。」と、誓いの言葉を述べました。

《今年度青仁会、新入職員は下記のとおりです》

- | | |
|--------------------|-------------------|
| ● 医師・・・・・・・・・・ 3名 | ● 診療放射線技師・・・・ 2名 |
| ● 臨床工学技士・・・・ 1名 | ● 臨床検査技師・・・・ 2名 |
| ● 理学療法士・・・・・・ 2名 | ● 作業療法士・・・・・・ 1名 |
| ● 看護師・・・・・・・・・・ 7名 | ● 事務・・・・・・・・・・ 2名 |



新入職員オリエンテーション

今年度は、入社式に続き、オリエンテーションも社会福祉法人恵仁会との合同開催となり、当法人採用の新卒15名と中途採用2名、恵仁会採用の新卒5名が参加しました。グループ内での交流の場となり、情報を共有する良い機会となりました。

1日目は法人の概要やコミュニケーションについてなど、2日目からは、「仕事を楽しむコツを見つけよう」などの内容で行いました。この日は、鹿屋警察署の交通課よりご担当をお招きし、交通規則についての研修も行いました。

最終日の10日は、マイクロバスにて恵仁会の各事業所の見学を行い、オリエンテーション終了となりました。参加者は引率職員から熱心に話を聞く様子でした。



新入職の紹介



臨床工学技士
山下 貴大



臨床検査技師
谷山 怜太郎



臨床検査技師
草ノ瀬 善博



理学療法士
勘木 翔



理学療法士
安達 翔太



作業療法士
米重 樹



診療放射線技師
的場 龍也



診療放射線技師
杉之尾 美里



看護師
鶴田 龍司



看護師
石田 昭彦



看護師
内田 利恵子



看護師
木原 菜那



看護師
東 紗央里



看護師
平原 有華



看護師
前野 幸恵



看護師
牟田 愛加奈

新入職の紹介



看護師
脇元 夏子



介護福祉士
本君田 誠



介護職
芹田 路代



事務
榎屋 里穂



事務
伊地知 さおり



事務
鎌田 宜久子



新入職員の一旬

新入職 桜のように 咲き誇れ

1階東病棟看護師 石田 昭彦さん

新入職 目標定めて まっくら

2階西病棟看護師 内田 利恵子さん

新入職 明日も初心を 忘れない

2階西病棟看護師 鶴田 龍司さん

新入職 まず是一年 がむしやりに

1階東病棟看護師 東 紗央里さん

新入職 希望に溢れ こつこつと

1階西病棟看護師 平原 有華さん

新入職 笑顔絶やさず 日々成長

1階西病棟看護師 木原 菜那さん



介護老人保健施設 ナーシングホームひだまり

～ 看護部 新入職職員 ～

3月10日より、老健ひだまりで勤務することになりました。
以前は、病院での勤務をしていました。老健勤務は、初めてで
分からない事も多いですが、一生懸命頑張りますので宜しくお願い致します。



看護師：安藤ゆかり

～ 看護部 取り組み ～

医師・介護職他スタッフと共に、ターミナルケア・在宅復帰までの利用者様・御家族との関わりの中で、その方らしい生活が送れるようにケアすることを心がけ、ひだまり生活の中でご家族より「ひだまりに入所できて良かった」「家でも出来ることが増えた」と、思ってもらえるようなチームケアに取り組んでいきます。

看護師：永吉さゆり



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
50名	53名	42名	45名	51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)

●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。

ひだまり訪問リハビリ

住み慣れた在宅での生活が安心・安全にその人らしく継続できるように支援して参ります。
こんなことが楽にできるようになりたい、こんな生活がしたいなどの希望があれば下記連絡先
までご連絡ください。

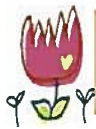
※お問い合わせ先 訪問リハビリ 林(作業療法士)



ホームページアドレス★<http://ikedahp.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。

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



入浴特集

毎日のお風呂、ご家族だけでは負担が大きく訪問看護でもお手伝いをしています。皆さん、いろいろな工夫をして入浴介助しています。今回はその一部をご紹介します。



ベビーバスでの入浴

ベビーバスが小さくなりプールに変えました



プールでの入浴

ヘルパーさんと一緒に入れています

いろいろな医療器具をつけていても、毎日お風呂に入れます。ダイニングテーブルの上に入れており、腰にかかる負担が少なく楽です。



訪問入浴

シャボン玉をしながら入りました



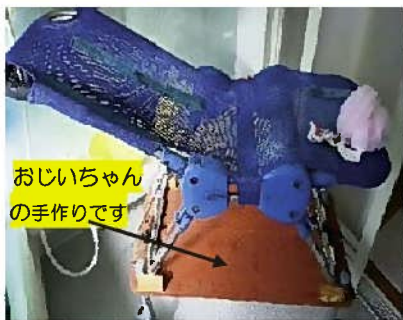
リフト



シャワーチェアでの入浴



診察台を脱衣所に設置



おじいちゃんの手作りです

シャワーチェアは日常生活用具で申請をし、自己負担8千円ほどで購入できます。シャワーチェアにキャスターがついた台をつけると移動、洗身がとても楽です。台も購入できますが全額自己負担で10万円(>_<)・・・家族が手作りされたところもあります。



更衣も移動も楽になりました

おうちのお風呂に入ることが難しい場合など、訪問入浴も利用できます。シャワーチェアやリフト、脱衣するための簡易ベットなどを使用すれば負担が少なく入浴介助できます。こどもの身体の成長に合わせて入浴方法を変えていく必要があります。



マットの上で体を洗っています両手が使え、楽です



気持ちいい♪お風呂だいすき



衣装ケースでの入浴



サテライト白水
鹿屋訪問看護ステーション

TEL 0994-45-6801

家庭血圧測定で「仮面高血圧」を発見

～血圧を測るメリットは大きい～



高血圧の多くは、自覚症状がなく、知らないうちに症状が進行していきます。そのことから「サイレント・キラー(沈黙の殺し屋)」と呼ばれています。その中でも「**仮面高血圧**」が注目されています。

仮面高血圧とは？…診察室や健診で測ると正常なのに、家庭で測ると高血圧となる。正常血圧という仮面をつけた隠れた高血圧という意味です。

※これとは逆に診察室や健診でのみ高血圧となるものを「**白衣高血圧**」といいます。

「家庭血圧」測定で隠れた高血圧がわかる

	診察室血圧	家庭血圧
高血圧の診断基準	140/90 mm Hg	135/85 mm Hg

家庭血圧がこの基準を超えても、週に1回程度なら心配ないですが、**週に4回以上、この基準を超える場合は**医師に相談する必要があります。また、日によって血圧が激しく変動したり、朝晩の差が大きい場合も医師に伝えた方がよいでしょう。

血圧は常に変動しています。家庭で血圧を測ればそれを実感でき、思いがけない時間帯の高血圧を発見できます。高血圧の人はもちろん、そのリスクが高い人でも、更に全く自覚のない30代くらいの若い方でも毎日自分で血圧を測るメリットは大きいと言えます。



家庭血圧測定を行う時間帯は？

起床して1時間以内

(トイレの後、朝食の前、服薬の前)



起床後
1時間以内

就寝直前



家庭血圧測定において大切なことは？

大切なことは、同じ状態、同じ方法で測り、測定を続けることです。週数回でも継続することが大切です。そして測定した値は**必ず記録して**、診察時に主治医に見せると、より適切な治療が受けられるようになります。



血圧の正しい測り方

血圧を正確に測る
ときのポイント！！

1、いすに背筋を伸ばして座る

前かがみの姿勢では正確な血圧を測ることができません。

2、カフを心臓と同じ高さにする

血圧は「心臓と同じ高さにある上腕で測定した値」が基準です。そのため、必ず座ってカフを心臓と同じ高さにして測定しましょう。

3、腕に力を入れない

出かける直前などのあわただしい時間をさけ、またトイレも済ませて、腕に力を入れないようリラックスした状態で測定しましょう。

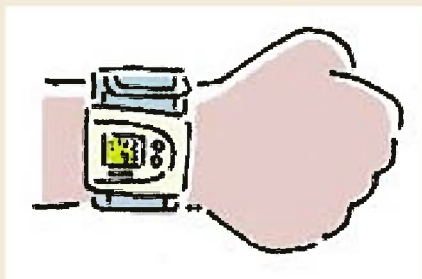
血圧の正しい測り方



家庭で使用するのはどのような血圧計がよいのでしょうか？

家庭血圧計の種類

手首で測るタイプや指にはめて測るタイプの血圧計は測り方によって誤差が大きいと言われています。



家庭血圧計には、上腕にカフ（腕帯）を巻いて測るタイプ（上腕型）、手首で測るタイプ（手首型）、指にはめて測るタイプ（指型）の3種類があり、さまざまな会社から発売されています。上腕にカフを巻いて測るタイプは、医師が使っている血圧計と同様にあまり誤差がありません。これから購入される場合には、上腕型を選ぶことをおすすめします。既に手首型や指型を持っている場合には、取扱説明書を読み、正しい方法で測定しましょう。



こんにちは！保健師です。

今回は家庭での血圧測定についてでした。日本では、おおよそ1世帯に1台の割合で家庭血圧計が普及しています。この機会にぜひ家庭での血圧測定をはじめませんか？

地域医療支援センター：徳田、瀬戸口、小牧



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。



ほんとは怖い水虫の話



「みずむし」と聞いて連想することはどのようなことでしょうか？
 「かゆい」「じくじく」「足の趾(ゆび)と趾(ゆび)の間にできる」
 「夏にできる」「中年男性にできる」
 まさか**水虫で命の危機に陥る**ことがあるとはみなさんは
 想像できないでしょう。

さて今日はこれからの季節、気をつけたい「水虫」
 のお話をしましょう。

「水虫あれこれ」



足の趾と趾の間、皮膚が白くふやけてジクジクし、赤くただれ、かゆみが生じます。水虫に一番多いタイプ。
趾間型



足の裏に、赤い水疱ができます。激しいかゆみがあります。水泡が目立たず、薄い皮がむけるだけの人もいます。**小水疱型**



足の裏全体やかかとの角質層が厚く、硬くなりひびが割れる。はがれた角質が床に落ち、そこから感染することがあります。**角質増殖型**



爪が厚く白濁し、爪の質がもろくなり。他の爪に感染、治りにくいなどやっかいな水虫です。足の水虫をきちんと治療しなかったために、足の爪に白癬菌がうつったとみられます。
爪白癬

命の危機がせまる



こうならないように。
 あれ？と思ったら、放置せずに
医師にご相談下さい。



⇒次回は予防編

血液浄化センター フットケアチーム

大隅地区リハビリテーション講演会

4月13日(木)、ホテルさつき苑に於いて『大隅地区リハビリテーション講演会』が行われ、鶴川俊洋医師(当院リハビリテーションセンター センター長)が「心大血管・がん患者リハビリの今後の着眼点」について講演を行いました。

講演会には、医師・リハビリ療法士・栄養士など様々な職種の方々が約100名程参加され、発表後に質疑応答も活発に行われました。



ホタルが飛び交う季節となりました

幻想的なホタルをご覧になりませんか!!

【見ごろ】 5月10日～5月20日頃まで

【場 所】 ホタルの里(鹿屋市下祓川町)
池田病院奥デイサービス敷地内

【時 間】 19:00～21:00まで

【駐車場】 病院外来駐車場をご利用ください。

【連絡先】 かのや「ホタルと水と緑を守る会」
会長 小牧 正男

☎0994(42)3875



「化粧のちから」で幸せになるカバーメイクセミナー

【日 時】 平成29年5月26日(金)

【時 間】 13時～15時

【場 所】 池田病院 多目的ホール3階

【講 師】 苅部裕己氏(株式会社 資生堂)

【対 象】 抗がん剤、ホルモン剤、放射線治療を治療前・
治療中・治療後の方、及び家族、希望者

【募集人数】 10名(要予約)



■問い合わせ先

池田病院地域医療支援センター

0994-43-3434(保健師:徳田)

Serendipity～セレンディピティ～

080-3953-9253(担当:くにごう)

池田病院 外来診療表

5月 

診療科目	月	火	水	木	金	土
一般内科	担当医	担当医	白濱 浩司	中嶋 秀人詞	池田 大輔	白濱 浩司
腎臓内科	吉留 悦男	吉留 悦男	池田 徹	池田 徹	吉留 悦男	
透析内科	古城 卓真 久保 拓也	屋 万栄 古城 卓真 久保 拓也	屋 万栄 古城 卓真 久保 拓也	古城 卓真 久保 拓也	屋 万栄 古城 卓真 春田 隆秀	屋 万栄 久保 拓也 春田 隆秀
腎炎専門外来				屋 万栄		野崎 剛 (27日のみ)
血液内科	大納 伸人 中嶋 秀人詞	大納 伸人	大納 伸人 中嶋 秀人詞	大納 伸人		中嶋 秀人詞
神経内科	安藤 匡宏			岩田 真一		池田 賢一 (13日・20日)
消化器内科 (肝臓内科)	井戸 章雄 (8日・22日) 堀之内 史郎	有馬 卓志 堀之内 史郎 今中 大	平峯 靖也 堀之内 史郎	今中 大 堀之内 史郎	森内 昭博 佐々木 文郷 堀之内 史郎	柴藤 俊彦 (13日・27日) 今中 大 (6日・20日・27日)
呼吸器内科		上野 史朗	寒川 卓哉	初 博晃	上野 史朗	寒川 卓哉 (6日・27日)
呼吸器外科				横枕 直哉 (18日のみ)		
糖尿病内科		菊池 晃	上久保定一郎 (24日のみ)		西牟田 浩	
循環器内科	東福 勝徳	池田 大輔	東福 勝徳	池田 大輔	東福 勝徳	池田 大輔
脳神経外科 脳・血管内科		富士川 浩祥	富士川 浩祥			
脊椎・脊髄外科					山畑 仁志 (19日のみ)	
リハビリテーション科	鶴川 俊洋	鶴川 俊洋		鶴川 俊洋	鶴川 俊洋	川津 学 (6日・20日)
整形外科	有島 善也	有島 善也		有島 善也 川井田 秀文	有島 善也 川上 広高 (12日・26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
乳腺外科	船迫 和		船迫 和	船迫 和	船迫 和	船迫 和
外 科	白濱 浩司	白濱 浩司			白濱 浩司	
歯 科	奥家 信宏	奥家 信宏	奥家 信宏		奥家 信宏	奥家 信宏
血液内科			中嶋 秀人詞			
循環器内科	東福 勝徳			池田 大輔		
呼吸器外科		中村 好宏 (9日・23日)				
整形外科				梶 博則 (11日・25日)	瀬戸口 啓夫 (12日・26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	船迫 和		船迫 和	船迫 和	船迫 和	船迫 和
歯 科	奥家 信宏	奥家 信宏	奥家 信宏		奥家 信宏	奥家 信宏

【受付時間】 午前…8:30～11:00 午後…休診(午後診療は、予約以外は休診となります。)

※急患の場合この限りではありません。

※一般内科以外は必ずご予約の上、ご来院ください。

※かかりつけ医のある方は、必ず紹介状をご持参ください。(紹介状をご持参の場合もご予約が必要となります。)

予約・変更・お問い合わせ

外来診療予約・変更

TEL:0994-45-5278
FAX:0994-45-5259

放射線科

TEL:0994-45-5163
FAX:0994-45-5271

健康診断・人間ドック

TEL:0994-40-8782
乳がん検診も承ります。

歯 科

TEL:0994-43-6468

池田病院 医療法人青仁会 池田病院

〒893-0024 鹿児島県鹿屋市下祇川町1830番地 <http://www.ikedahp.com/>

[0994]-43-3434

[0994]-40-1117