



# 心

高幡会だより

こころ 42 2015.1



私達は、地域において必要とされる 病院・施設・事業所を目指します。



日本医療評価機構認定病院 大西病院 <http://www.oonishi-hp.or.jp/>

## 新年のご挨拶



明けましておめでとうございます。

昨年は、4月にサービス付き高齢者向け住宅「ひなた」を開設しました。38室の高齢者専用の住宅です。デイサービスを併設いたしております。病院のすぐ近くであるため、高齢者には安心な生活環境となっております。

11月には社会福祉法人高幡福祉会が、特別養護老人ホーム「大井川」とグループホーム「梅の木」を開設し、12月にはショートステイ「大井川」、デイサービス「大井川」が開設されました。高幡会が目指してきた医療・介護・福祉の一体化が整備されたと考えます。

医療・福祉・介護・予防・生活支援が一体的に提供されることを高幡会グループは目指しています。その実現のためには、地域行政・地域の医療機関・福祉施設・介護事業所と連携し、そして何よりも地域住民の協力の下に、地域特性に応じて作り上げていくこととされています。

今後とも医療法人高幡会は医療・介護に邁進してまいりますので、宜しくお願いいたします。

医療法人高幡会 院長・施設長 小倉英郎

# 大西病院 他病院との大規模災害時入院患者等の 受入れに関する協定を結ぶ



大西病院は、平成 26 年 12 月 25 日、南海トラフ地震など、大規模災害の発生時に、高岡郡中土佐町久礼のなかとさ病院の入院患者・医療従事者を受け入れるために、なかとさ病院・くぼかわ病院の 3 病院間で連携協定を結んだ。

久礼は津波による浸水被害が想定されるため、3 病院間の協力体制が円滑にできるよう、県須崎福祉保健所が中心となり協定締結の運びとなった。調印は四万十町役場で行われた。

今後、当法人は平時においても、相互の職員交流や救護避難訓練を行う事を考えております。

## 上段左から

中土佐町健康福祉課長、須崎福祉保健所医官、須崎福祉保健所所長、四万十町健康福祉課長

## 下段左から

大西病院理事長、なかとさ病院理事長、くぼかわ病院理事長

## 第 18 回 全体研修会



10 月 17 日、全体研修会が実施されました。高幡福祉会（四万十町大井川）の職員も参加し、第 1 回目の二法人合同研修会となりました。二つの法人合わせて 200 余名が参加しました。

高幡福祉会は、新たに特別養護老人ホームとグループホームが 11 月に開設したばかりです。中には勤務にブランクのある方や介護にはじめてたずさわる方などいるため、基本的姿勢に重点を置いて、現場ですぐに役立つ内容や考え方などに各テーマを据えました。

## ひなた便り

12月24日 デイサービスひなたにてクリスマス会が行われました。  
突然、ひげを忘れたサンタさんが登場！  
よく見れば、職員とわかって笑顔がこぼれます。



こっそり中身を覗いている  
方も・・・。  
最後には皆で童心に戻り、  
クリスマスの歌をにぎやかに  
大合唱しました♪



# クリスマスイルミネーション



病院1階ロビーで、サンタとトナカイがお出迎え！！



今年は、玄関前のイルミネーションも華やかになりました。

# ICT（感染制御チーム）合同カンファレンス開催

12月17日、高知大学医学部附属病院、くぼかわ病院のICTメンバー（医師・薬剤師・看護師・検査技師）が来院し当院にて合同カンファレンスが行われました。  
打ち合わせ後、院内のラウンドを行いました。



新たためて第三者の視点で院内を見ていただいたことで、普段自分達では気づかないところのアドバイスや貴重な意見をいただく事ができました。また、「これは参考になります。いいですね」など、普段の取り組みを評価していただきました。  
第三者の視点でみていただき有意義なラウンドになりました。  
これからの感染管理に反映させていきます。

# 骨密度測定器がより簡単になりました！

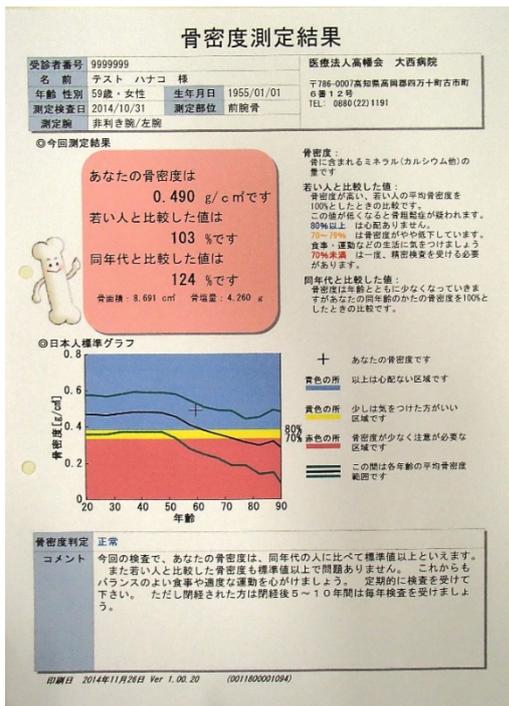
骨密度測定器が新しくなりました。従来の踵に超音波を当てて測定するものから手首にわずかな放射線を当てて測定する方法になり、靴下やストッキングを脱いだり踵にジェルを塗ったりする必要がなくなりました。

エネルギーの違う 2 種類の放射線を当てる事により正確に骨密度を計測する事ができます。測定時間は約 **15 秒** で患者様にご負担をかけません。



手首をこのように機械にいれて軽く添えていただくだけです。

結果はいつでも解りやすい形でプリントされます。



健康な骨  
密度が高く丈夫



骨粗しょう症の骨  
内部がスカスカでもろい



骨粗鬆症は圧倒的に女性に多い病気です。50歳前後から骨量が急激に減少し、60歳代では2人に1人、70歳以上になると10人に7人が骨粗鬆症であるといわれています。

気になる方はぜひ一度、ご相談下さい。

平成26年12月24日(水)  
あけぼの通所リハビリテーション  
おやつ作り



今回はクリスマスツリー  
ということで・・・  
リースのような  
ケーキを作りました☆



美味しそうなケーキが出来ました☆  
今年のおやつ作りも皆さんで楽しく行う事が出来ました♪  
ありがとうございました！  
来年のおやつ作りもお楽しみに☆



# ★ 1月の行事食 ★ お正月



## 1月1日 (木)

～お品書き～

\*巻き寿司\*

\*煮しめ\*

\*節和え\*

\*メロン\*

\*すまし汁\*

\*ようかん\*



## 1月2日 (金)

～お品書き～

\*米飯\*

\*鯛の塩焼き\*

\*高野巻き\*

\*酢の物\*

\*けんちん汁\*

\*バームクーヘン\*



## 1月3日 (土)

～お品書き～

\*米飯\*

\*エビフライ\*

\*煮浸し\*

\*和え物\*

\*スープ\*

\*本来の面目坊\*



# 肺炎球菌ワクチン接種のお知らせ

当院では肺炎球菌ワクチンの接種を行っております。  
65歳以上の方は、肺炎球菌ワクチンの接種を受けましょう！  
65歳以上の方に発症した市中肺炎の原因菌の中で、  
最も多いのは、「肺炎球菌」で約30%を占めます。

**肺炎球菌ワクチン接種で、肺炎球菌が原因の肺炎にかかりにくくなります。**  
**また、かかっても軽く済むことが多いと言われています。**

- ① 肺炎は日本人の死亡原因の第4番目です
- ② 肺炎で亡くなる方の95%以上が65歳以上です
- ③ 肺炎の最も多い原因菌は肺炎球菌です
- ④ インフルエンザの季節の肺炎は、半数以上が肺炎球菌によるものです
- ⑤ 1回の接種で、5年ほど効果は続きます

平成26（2014）年の10月より肺炎球菌ワクチンが定期接種（B類）になりました。

年齢区分により補助対象となります

補助ありの方	→ 2,000円
区分外	→ 7,500円

## 区分

65歳の方が対象となりますが、平成30（2018）年度までの経過措置として、70歳、75歳、80歳なども定期接種の対象となります。

その他の年齢層の方は任意接種で接種が受けられます。  
くわしくは大西病院受付までご相談ください。



## 転倒防止に向けて（第3回）

転倒予防のためには、転倒しにくい体づくりが重要となります。  
 体づくりには栄養、薬、運動などが関連してきますが、今回は転倒予防のための筋力トレーニングや  
 バランストレーニングを7つご紹介します。自宅などで簡単にできますのでぜひ行ってください。  
 ※⑤～⑦の運動は椅子などに軽くつかまって行いましょう。



①太ももを上げる  
交互に5秒保持を  
20回



②膝を伸ばす  
交互に5秒保持を  
20回



③足首を上を反らす  
両足いっしょに5秒  
保持を10回



④枕などを膝で  
はさみ、しめつける。  
5秒保持を10回



⑤つま先立ち  
5秒保持を10回



⑥足を横にひらく  
交互に5秒保持を  
20回



⑦片足立ち  
交互に1分保持を  
2回

### トレーニング時の注意点

- 1.無理をせず、自分に合った時間と回数で行う
- 2.息を止めずに行う
- 3.痛みが出たり、体調が悪くなったりしたら運動を中止し専門医に相談する

これからも健康で生き生きとご自宅で生活していけるよう転倒予防に努めて下さい。

最後に転倒しやすい場所を  
チェックするための合い言葉  
をご紹介します。

日頃から注意するよう心掛  
けましょう。

合い言葉は「ぬかづけ」

**ぬ** ぬれているところは、  
すべりやすい



**か** かいだん、段差がある  
ところは、転びやすい



**づけ** 片づけてない部屋は、  
つまづきやすい



# 「AED」は寒さに弱い！

AED メーカーが発表している AED の保管補償温度はおおむね 0～50 度です。しかし北海道、東北をはじめとする寒冷地では冬季には外気温が 0 度以下になります。そういった地域では、**下記のような原因によって AED が正常に作動しないという可能性があります。**

- (1) 低温時バッテリーの出力低下による動作不安定
- (2) 水分の多い電極パッドのジェルが凍結し肌に密着しなくなる可能性がある
- (3) セルフチェック時、使用温度を下回る為、エラーが出て動作不良となる可能性がある
- (4) 寒さによる液晶モニターの動作不良

## 事例

2011 年 2 月、関西のある町の消防に「自宅で男性が苦しんでいる」という通報が入り、救急隊員が現場に駆けつけた。

心臓発作を起こして倒れた男性に対し、隊員は医療用の AED を使って蘇生を試みたが何度試しても作動しなかった。

この日の最低気温は氷点下 4℃。

AED の電子部品が寒さで不具合を起こしたとみられている。



## 対策

寒冷地、あるいは寒くなる可能性のある地域では、屋外に保管しておくことは避ける。また屋内であっても極端に寒くないような場所に保管する。

※AEDを氷点下の屋外に持ち出しても直ちに使用できなくなることはない。(時間と温度の兼ね合い) 必要があればただちに屋外に持ち出して使用する。





## 忘年会

12月5日、忘年会がありました。今回から高幡福社会も加わり例年にも増して大賑わいとなりました。  
恒例の大抽選会や催しものなど盛りだくさんの内容であったという間の時間でした。



部署対抗の出し物の1等賞は、高幡福社会の皆様でした。



皆様からの「投稿」をお待ちしております。  
病院へのご意見・ご質問、広報誌へのご感想  
ご意見などをお寄せください。

〒786-0007  
高知県高岡郡四万十町古市町6番12号  
TEL.0880-22-1191 / FAX 0880-22-1250  
✉ [e-mail : info@oonishi-hp.or.jp](mailto:info@oonishi-hp.or.jp)