



理念 誠実であたたかい 保健・医療・福祉サービスを提供し 地域の安心と発展に貢献する



肺炎球菌予防接種について



院長
齋田和孝

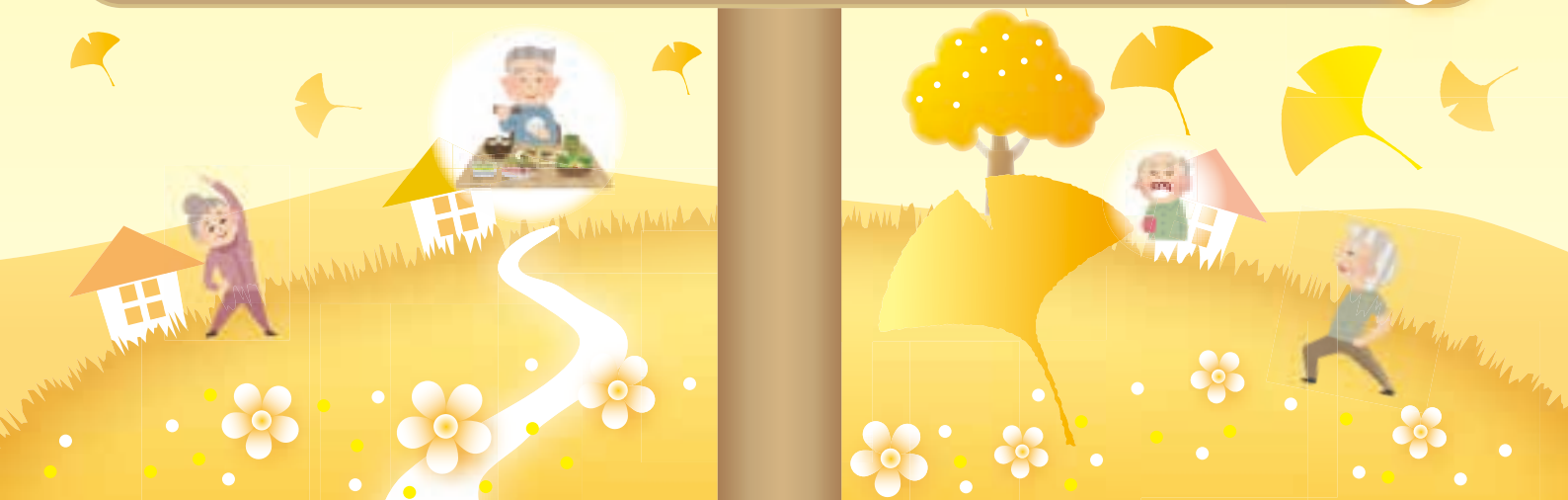
肺炎は日本人の死因の第5位(2017年)ですが、65歳以上では第4位、80歳以上では第3位と高齢になるにつれて多くなります。これは加齢に伴って免疫力が弱くなるからですが、生活習慣病などの基礎疾患によるリスク増加も大きく影響しています。このため、普段から意識して積極的な予防対策に取り組むことが必要です。とくに冬場は、風邪をひく患者さんやインフルエンザにかかる患者さんが増えるので、さらに肺炎のリスクは高くなります。

65歳以上の肺炎の原因微生物で最も多いのは肺炎球菌でおよそ1/3を占めています。そのため、肺炎球菌ワクチンの接種は高齢者の肺炎の感染予防としても、重症化予防としてもとても大きな効果が期待されます。平成26年度から始まった定期接種制度に引き続き、今年度から5年計画で継続運用されることとなり、宇土市でも開始



されました。院内にもポスターを掲示しています。詳しくは窓口でお問い合わせください。また、助成の対象となる定期接種は生涯に一人1回ですが、ワクチンの効果は約5年といわれています。自費診療になりますが、前回接種から5年を経過した方も予防接種をしておくことをお勧めします。

いうまでもありませんが、日ごろからしっかり食べて体力をつけておくこと、生活習慣病の管理を怠らないこと、手洗いを徹底すること、などの一般的な予防対策にも意識して取り組んでいきましょう。肺炎でつらい思いをする患者さんが一人でも少なくなることを願っています。



診療担当医表

令和元年10月1日現在

	月	火	水	木	金	土
8:30 午前診察 医師	金森 正周 (10時から診療開始) 濱田 勢治 齋田 和孝	金森 正周 齋田 和孝 木脇 祐聡	糖尿病外来(予約制) 金森 正周 齋田 和孝 木脇 祐聡	金森 正周 齋田 和孝 (9時から診療開始) 木脇 祐聡	金森 正周 木脇 祐聡	(第1週) 金森 正周 木脇 祐聡 (第2~5週) 濱田 勢治 齋田 和孝 木脇 祐聡
	検査	胃内視鏡検査 超音波検査	胃内視鏡検査 超音波検査	超音波検査	胃内視鏡検査 超音波検査	大腸内視鏡検査 胃内視鏡検査 超音波検査
12:00						
14:30 午後診察 医師	濱田 勢治 (訪問診療後) 齋田 和孝	濱田 勢治 (病棟回診後) 齋田 和孝 (病棟回診後) 木脇 祐聡	濱田 勢治 齋田 和孝 (訪問診療後) 木脇 祐聡	齋田 和孝 (訪問診療後) 木脇 祐聡	循環器外来(予約制) 小森田 貴司 濱田 勢治 (訪問診療後) 木脇 祐聡	~12:30
	検査		大腸内視鏡検査 (第3週)	大腸内視鏡検査 (第2・4週)		
17:45						

金森正周 : 外科・胃腸科・内科・リハビリ科・東洋医学科

濱田勢治 : 外科・胃腸科・内科・リハビリ科

齋田和孝 : 外科・胃腸科・内科・リハビリ科

木脇祐聡 : 内科・腎臓内科・糖尿病科



※ただし、都合により急きよ変更する場合がございます。ご了承ください。

※内視鏡検査・超音波検査は予約が必要です。

感染する前にしっかりと予防を!

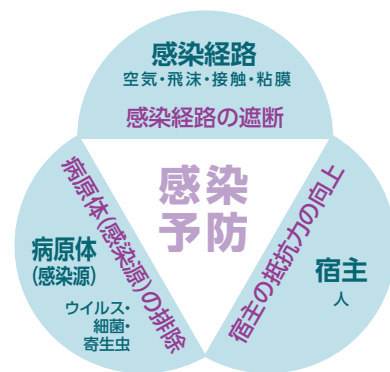


◎感染成立の3要因と感染対策

感染症は ①**病原体(感染源)**、②**感染経路**、③**宿主**の3つの要因が揃うことで感染します。

感染対策においては、これらの要因のうち1つでも取り除くことが重要です。

特に、「**感染経路の遮断**」は感染拡大防止のためにも重要な対策となります。



◎感染を予防するため、手洗いや咳エチケットが大事です。

《手洗い》

手を洗う際は、洗い残しが多い箇所に注意して洗いましょう。

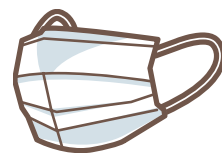
手洗いが不十分になりやすい箇所

- 指先
- 手首
- 手のひら



《咳エチケット》

「咳エチケット」とは、インフルエンザ等の感染症を他人に感染させないように、咳やくしゃみをする際に、マスクやティッシュ・ハンカチを使って、口や鼻をおさえることです。



インフルエンザ対策

[予防]

- ・インフルエンザ予防接種を受ける
- ・マスクを着用し、咳エチケットを守る
- ・休養をしっかりと取り、バランスの良い食事とこまめな水分補給を行う

疑うべき症状と判断のポイント

- 急な発熱・悪寒
- 全身症状(頭痛、腹痛、筋肉痛、全身倦怠感等)
- 鼻汁、咽頭痛、咳等の呼吸器症状
- 腹痛、嘔吐、下痢等の消化器症状を伴う場合もある

※上記の症状がみられる際は、早めに医師の診察を受けましょう。

ノロウイルス対策

[予防]

- ・食事前後にしっかりと手洗いを行う
- ・よく手に触れる場所(手すり、ドアノブ、テーブル等)は清拭を心がける

◎感染疑いのある場合の対応 [嘔吐物、排泄物の処理]

- ①: 処理者はマスク、ガウン、手袋を着用する。
- ②: 嘔吐物を濡れたペーパータオル等で覆う。
- ③: ペーパータオル等で、外側から内側に向けて面を覆うように静かに拭き取る。
- ④: 最後に、次亜塩素酸ナトリウム液で確実に拭き取る。
- ⑤: ②③④をビニール袋に入れて、しっかりと密封する。
- ⑥: マスク、ガウン、手袋を外し、液体石けんと流水による手洗いを行う。
- ⑦: 次亜塩素酸ナトリウム液を使用した後は窓を開けて、換気をする。

疑うべき症状と判断のポイント

- 噴射するような激しい嘔吐
- 吐き気、嘔吐、下痢、発熱
- 下痢のなかでも「水様便」

雑巾や古着、新聞紙などでも可

次亜塩素酸ナトリウム液は家庭用塩素系漂白剤(ハイター等)でも作れます。使用方法によって薄める濃度が異なります。

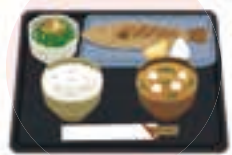
●50倍に薄める

- 嘔吐物・排泄物が付着した床など、
- 汚れた衣類の漬け置き(汚物を取り除き、液に30分つけ込む。難しい際は、熱湯につけ込む。)

◎250倍に薄める

- ◎トイレの便座やドアノブ、手すり、床など
- ◎食器などの漬け置き

訪問栄養 食事指導のご案内



ご自宅まで
お伺いします



ご自宅にお伺いし、
食事や栄養の面から、
お一人お一人に合わせたアドバイスや
サポートをさせていただきます。



食事・栄養のことで 困っていませんか？

- 食欲が無く食事量が減ってきている。
- 最近、やせてきた。
- 食べるときや、飲むときにムセる。
- 噛みにくくなった。食べやすい食事の作り方が知りたい。
- 退院後の食事をどうしたらいいのかよく分からない。
- 減塩食の美味しい作り方が知りたい。
- 糖尿病や腎臓病の食事療法が難しくコントロールが悪い。



放っておくと、介護や
入院が必要な状態に
なるかもしれません

対象となる方

- ①通院が難しい方
- ②医療保険、介護保険(要支援、要介護)を使用している方
- ③治療のために、特別な食事管理を必要とする方や、低栄養状態にある方、噛むことや飲み込むことが難しい方

お申込みについて

申し込みには、かかりつけ医師の指示書が必要です。
医師または、担当ケアマネジャーにご相談下さい。

お問い合わせ先

金森医院 ☎ (0964)22-0017

担当：管理栄養士 平岡

※介護保険が適用されます。
ケアプランの対象となる限度額の「枠外」になります。

管理栄養士
おすすめ
レシピ



夏に食べきれず
残ったそうめんを
使って！

きのこたっぷり そうめんチャンプルー



材料：(2人分) 1人分 318 kcal、
たんぱく質11.9g、脂質10.0g、炭水化物48.1g、食塩2.1g

材料

そうめん ……………2束	☆塩 ……………小さじ1/4
ごま油(そうめん用) 大さじ1/2	☆薄口醤油 ……小さじ1
魚肉ソーセージ ……………1本	☆中華だし(顆粒) 小さじ1/2
生しいたけ ……………4枚	☆こしょう ……………少々
まいたけ ……………1袋	
えのきだけ ……………1袋	
ニラ ……………1/4束	
ごま油 ……………大さじ1/2	



作り方

- ①魚肉ソーセージは縦半分になり、斜めにうす切りにする。
- ②ニラは3cm幅のざく切り。きのこ類は食べやすい大きさに切る。
- ③鍋にお湯を沸かし、そうめんを表記時間通りに茹で、水気を切る。ごま油(そうめん用)で合えておく。
- ④フライパンにごま油を入れて熱し、魚肉ソーセージときのこ類を入れ炒める。火が通ったら茹でたそうめんを加えてほぐしながら炒め、☆の調味料とニラも加え炒め合わせる。

法人全体研修

金森会では、毎年4回、「職員皆でスキルアップ!」を目標に、職種に関係なく全ての職員を対象とした全体研修会を開催しています。

テーマは、接遇、リスクマネジメント、認知症、感染予防等で、座学をメインで開催するケース、ロールプレイング形式で開催するケース等々あります。同じ内容で2回開催し、参加できない方には、研修会の模様を撮影したDVDも見ることができるようになっています。

毎年全て同じテーマで開催するのではなく、その年によりテーマも変えながら行っています。近年は、病院や介護施設職員による暴力事件などもニュースに取り上げられる事も増えてきました。今後も法人の現状に合わせたテーマ・時代に合わせたテーマも取り入れながら、「職員皆でスキルアップ!」を目指して継続していききたいと思います。

この他にも、少人数の講座ですが、新人職員向けの「基礎研修(年間12講座)」、入職5年以上の職員対象の「中堅主任者研修(年間8講座)」を行い、職員の皆さんのスキルアップの場を設けています。



職員紹介



デイサービスすみよし
所長 大川 智

2006年春、あさひコート入所にドラフト2位指名で入職して13年目を迎えています。(因みにその年の1位指名は隣に載ってる吉村主任です)入職当時、十数%だった体脂肪率はみるみる膨れ上がり、今は20%代を滞りなくキープ。体重も10kg以上増え、自他ともに認めるわがままBODYに成長致しました。趣味は中学から始めたソフトテニスで、健康維持の為に現在も勤しんでおりますが、練習後のビールの美味さも手伝い、焼け石に水状態となっております。仕事面では入所から通所リハを経て、現在はデイサービスすみよしに席を置いています。女性が多いと言われる医療・福祉業界ですが、まさか周りのスタッフがすべて年上のお姉さま方になろうとは入職時には夢にも思いませんでした。お陰様で毎日楽しく仕事に励むことが出来ています。社会人1年目から金森会一筋の私ですが、それが強みの反面、弱みにもなっていると思う今日この頃。人見知りではありますが、様々な人との交流の場を持つことで、その弱点を克服でき、体ばかりでなく人間的にも厚みを持ちたいと思っています。レッツ・飲みニケーション!で頑張りたいと思います。

あさひコート 相談室
主任 吉村 春香

金森会に入職して13年になりました。高校・大学と何の運動もせず、社会人になったらますます運動する機会もないだろうと思っていたのですが、入職1年目から先輩方に誘っていただき、毎年春と秋に開催されている老人保健施設対抗のソフトボール大会に参加しています。もともと、中学生の頃にソフトボール部に所属していたので、久しぶりに体を動かす良い機会でした。その後も開催の度に参加することができ、いろいろな職員とも交流ができて参加してよかったと思っています。思えば就職面接のときに、ソフトボール部だった話をした事で入職できたのかもしれない…



(笑) その他年一回開催のミニバレー大会に参加したり、案外運動が好きだったんだと自分でも驚いています。今は趣味に出来るような運動はないかと考え中です。

看護リハビリセンターころより

令和元年11月17日(日)に行われる宇土市産業祭に出展いたします。

お時間があられる方はぜひお立ち寄りください。



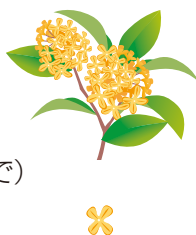
昨年の出展の様子です。

献血のご協力、ありがとうございました。

8月27日(火)に献血があり、19名の方にご協力いただきました。ありがとうございました。次回の予定は2月ごろです。

2019年行事予定

- 10月**
 - インフルエンザ予防接種開始(1日～)
 - 当番医(20日)
 - あさひコート秋祭り
 - デイサービスえがお家族会
- 11月**
 - 糖尿病教室(2日)
 - デイサービスすみよし家族会
- 12月**
 - 宇土市特定検診終了(28日まで)
 - 当番医(8日)



インフルエンザ 予防接種のお知らせ

接種開始予定：10月1日(火)

金森医院の接種対象者：小学1年生以上

費用：一般の方……………4,600円

宇土市の小学生、中学生、
65歳以上の方……………2,200円

※助成は、1回目の接種に限られます。

詳しくは金森医院受付(0964-22-0017)へ
お問い合わせ下さい。



かなもりヘルスケアグループ

在宅療養支援診療所
通所リハビリテーション **金森医院**
宇土市本町6丁目5番地 TEL 0964-22-0017

介護老人保健施設
ランチ本町
通所リハビリテーション **あさひコート**
宇土市旭町106番地 TEL 0964-23-5211

居宅介護支援事業所
看護リハビリセンター
24時間ケアステーション **うと地域総合ケアセンター**
宇土市本町6丁目7番地 TEL 0964-23-5266

住宅型有料老人ホーム
デイサービスうと本町
小規模多機能ホーム
ヘルパーステーション **ケアコートうと本町**
宇土市新小路町2番地 TEL 0964-24-5888

介護予防センター まちなかりハビリ
宇土市北段原町69番地3 TEL 0964-27-5151

デイサービス はなぞの
宇土市花園町1054番地1 TEL 0964-24-1225

認知症対応型通所介護
デイサービス えがお
宇土市栄町26番地3 TEL 0964-26-1820

デイサービス すみよし
宇土市網津町68番地1 TEL 0964-26-1588

