

飯伊民医連 だより

7月

2021
No.237
隔月刊



障がいがあっても
普通に暮らしたい

地域を巻き込んだ「支える力」

脳出血の後遺症で足に障害を負い、外出手段を失ってしまった高田健次さん。そんな高田さんのために、健和会病院回復期リハビリテーション科の治療チームは、電動車椅子と電車を使った外出訓練を計画しました。無人駅やバリアフリー化が十分でない地方特有の環境で行う外出訓練はリハビリ職員の間、鉄道会社職員や福祉用具業者の協力のもと実現しました。電動車椅子での乗車方法について鉄道会社職員と情報共有した他、福祉用具業者指導のもと車椅子の操作方法を繰り返し練習しました。訓練を終えた高田さんからは「外に出ることができて嬉しかった。次は電車を使って友人に会いに行きたい」と前向きな発言が聞かれました。

この訓練を中心となつて計画した酒井素子(作業療法士)は「高田さんにとっての楽しみや生き甲斐は何か、を考えながらリハビリに取り組みました。『障害があるからできない』ではなく『障害があってもできる』と思える手段と一緒に考え、実現できるような関わりを心掛けていきたい」と話します。

都心部と比較して障害者が社会に出る機会が少ない地方。しかしリハビリ職員だけでなく地域全体が協力していくことで、障害者の可能性を更に広げることができるのかもしれない。

健和会病院 回復期リハビリテーション科

理学療法士 戸崎 精

吾川 弘之

(あがわ ひろゆき)【医師】



島根県松江市出身。消化器内視鏡学会 専門医 当院では毎週火・水・木曜日に胃カメラ・大腸カメラ・健診を担当しています。内視鏡診断と手技の進歩を求めて当院に着任いたしました。2004年に経鼻内視鏡を始め、今日まで継続しております。鎮静剤を使用せず、安全で楽しいスクリーニング検査を目指しております。

鷺山 久之

(わしやま ひさゆき)【医師】



高森町出身。今年度より、飯田中央診療所を中心に、かやの木診療所、健和会病院の内科外来、健診、特養はやしの杜で診療にあたっています。上村診療所の勤務を終え、22年ぶりに健和会病院へ着任しました。飯田中央診療所、かやの木診療所、特養はやしの杜など幅広くお手伝いさせていただきます。どうぞ宜しくお願いいたします。

乳がんの罹罹患率 (人口10万人あたり)



高い確率で完全に治すことができるといわれています。2cm以下の大きさで転移がない場合の10年生存率は約90%です。血縁者に乳がんがある場合や乳房にしこりを感じた場合は積極的に乳房検査を行いましょう。健和会病院では乳癌外来を行っています。外来担当にお尋ねください。

乳房検診

受けていますか？ 早期発見が大切です

国立がんセンターのがん統計によると、乳がん患者は年々増加傾向にあり(※)女性のがん罹患率1位です。年齢別にみると40〜60歳代での罹患割合が高いのが特徴です。乳がんは早期に見つけて治療すれば、

超音波(エコー)検査

超音波検査では、乳房に超音波(人には聞こえない高い音)を当て、はねかえってきた音の時間や強さを画像に置き換えることができます。病変の有無、しこりの大きさや特徴、わきの下のリンパ節など調べます。検査時間は15分程度です。

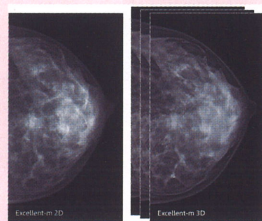


確認しながら穿刺することができます。欠点としては、しこりを作らない癌はわかりにくい、良性病変もみつきやすい、施行者の技量に依存するなどです。医師による触診、マンモグラフィ、超音波検査を組み合わせて行うことで、それぞれの長所を生かした信頼性の高い検査結果を得ることができます。

臨床検査科 平沢 栄津子

3Dマンモグラフィ

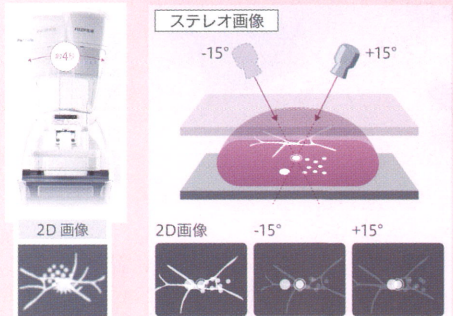
乳がんの早期発見とよりよい乳房検診を目指して



当院では、2020年10月にマンモグラフィ装置を「富士フィルムメディカル株式会社 AMULET Innovativy」に更新しました。これによって撮影できるようになったトモシンセシス機能と紹介します。

発見が難しかった病変の観察を容易にし、早期発見につながります。圧迫時間が少し長くなりますが、3D+2D撮影を一度でできるので圧迫回数が変わらず、また最新技術により被曝線量も今までとほぼ変わりません。健診オブションにも追加されたので、早期発見のためにも是非検査していただきたいと思っております。

健和会病院 放射線科 斉藤 美香



はいわゆる3Dマンモグラフィのことです。2Dマンモグラフィでは乳房を画像1枚で表現しているため乳腺が重なった画像となりますが、3Dマンモグラフィでは、複数の位置から撮影した画像を再構成し、多くの断面で乳房内を観察することができます。これにより、

川路おむすび保育園です！

川路おむすび保育園がスタートして2カ月が過ぎました。6月からは1名増え、10人のこども達が朝7時30分から登園。元気な笑い声や泣き声が川路の丘に響いています。



天気の良い日は散歩に出かけます。学友林、小学校の裏庭、ハートヒルの周り等がおむすび保育園のフィールドです。先日は、学友林をずんずん登っていき、三遠南信道の高架橋までたどり着き、下を走る車に手を振ってきました。この2カ月の間に、こども達の歩く力、おもしろいことを見つける目力はぐんと強くなりました。

忘れてはいけないのは、か

わじデイサービスのおじいちゃん、おばあちゃんとの温かい触れ合いがこども達の心の栄養になっているということ。こども達のことを大切に思ってくれる人たちの中で、たくさん遊びモリモリ食べてぐっすり眠る日々を過ごしているのです。ぜひ遊びに来てくださいね。



川路おむすび保育園 園長 樽沢 和子

地域密着型通所介護に生まれ変わりました。



「2020年11月末日をもちましてかやの木診療所通所リハビリテーションを閉所します」

医師体制の困難により、こんな通知をお知らせすることは本当に辛い悲しい出来事でした。かやの木診療所のデイケアを信じて利用していただく利用者、診療所を作るために尽力し、現在も支えてくださっている方々に申し訳ない思いでした。

そして地域密着型通所介護と生まれ変わって、ちょうど半年が過ぎました。20年以上リハビリを提供する施設として、地域



かやの木診療所 水上 剛教

で果たしてきた役割は簡単に消えることはありません。現在も利用者さんの笑顔や、訓練に対する真剣な眼差しに変わりはありません。「リハビリ」から「機能訓練」へと形は変わりましたが、サービスの質や量は変えず「かやの木らしさ」を大切にして全職員が日々奮闘しています。

この地域が求めるリハビリニーズを担っていきけること、そしてこれからもかやの木診療所を信じてくださる方々のために、選んでいただける施設を目指して常に進化し続けていきたいと考えています。

「諦めない心」に よりよい手を差し伸べて

備して下さり、着替えやすいように工夫したものです。介助が必要な秀行さんをリハビリスタッフが手伝い、結婚式に送り出しました。秀行さんの笑顔と、奥様の「幸せです。」との声を聞き、障害を持ちながらも幸せな結婚式を挙げる取り組みにスタッフとして参加する喜びを感じました。ここまで来るにはご本人の努力、ご家族の諦めない心があったからだと思います。私たち医療スタッフも「諦めない心」でこれからも日々の医療活動を行っていきたいと思います。



ハイタッチ！



Congratulations

健和会病院 リハビリテーションセンター事務局 北原 しのぶ

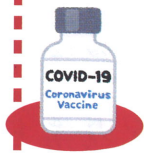
坂内秀行さん(41)と妻の織子さんの結婚式が、2021年4月25日に、ビーラクスまつかわで行われました。坂内さんは、2011年にクモ膜下出血を発症し四肢麻痺、重度嚥下障害となりましたがリハビリにより回復してきた方です。

当日は主治医の福村直毅医師を始め、看護師、理学療法士、作業療法士、言語聴覚士、事務の合計7人がサポートチームとして参加し結婚式を支えました。秀行さん用のタキシードは特注のスタイ型シャツで、気管切開後のカニューレ(呼吸のために気管に挿入する管)が隠れるように会場のかたが準



新型コロナウイルスワクチン接種について

―行政との懇談―



健和会と飯田民医労は5月6日、新型コロナウイルスワクチン接種について飯田市保健課と懇談を行いました。飯田市からは保健課長と担当職員が出席し、健和会からは牧内専務、福澤事務長、木下看護部長、小田、飯田民医労からは伊壺執行委員長が出席し、コロナワクチン接種に奮闘する医療現場の現状を訴えました。

3月中旬から開始された医療従事者のワクチン接種では自法人職員の接種はもちろんのこと、消防隊員や地域の医療従事者への接種は休日を問わず体制を確保し行ってきたこと。75歳以上の市民へクーポンが配布された翌日から、接種予約の対応に追われ、正常な医療の提供へ影響を及ぼしかねないことなどを事務長、看護部長が訴えました。また、飯田市と医療機関の情報共有の重要性を訴え、更なる情報交換、連携強化を求め



ました。

飯田市からは、「飯田市の集団接種会場の予約も埋まっている。電話での問い合わせも多く、対応に苦慮している」「国から一定の期間内で高齢者の接種を終えてほしいと求められている、スケジュール通り進めることを目標としている」との返答があり、スケジュールありきではなく医療機関の状況を把握しながら進めてほしいと訴えました。

健和会 事務局次長 小田 俊政

特養はやしの杜で

不在者投票

が実現!



2014年4月に地域密着型特養として開設し、当時「不在者投票所として投票できないか」と村の選挙管理委員会に問い合わせたところ、「50人未満の定員の施設は投票所として申請できない」との回答でした。入居者の投票権を

4月から、健和会病院、林の杜、ゆいの里で写真展「福島いま」を開催しています。写真展は第1章から4章までを1か月ごと各法人に回る予定で、原発事故から10年たった福島の現状と、被災当時の実情を写真展示しています。コロナ禍の中、病院内や施設内に地域の方が入れない状況になっていますが、せめて職員だけでも見てもらおうと、飯田民医連社保平和委員が中心となって取り組みました。



地域密着型特別養護老人ホームはやしの杜 施設長 松下 渡

確保するため、選挙のたびに期日前投票所に、リフト車等を使ってピストン輸送をしながら入居者に投票をしてもらっていました。数年経過し、今度は県の選挙管理委員会に問い合わせたところ、担当者より「50人未

満でも可能」との回答でした。筆者が担当者になったことを契機に、村担当者に県の回答を踏まえ相談し、「申請するようなら、村から県へ申請を出します」との運びとなり、「不在者投票施設指定申請」を行い、県の選挙管理委員会による施設訪問調査の末、施設の指定を受けることができました。

2021年4月には参議院長野県選出議員補欠選挙にて第一回目の不在者投票が実現しました。

写真展「福島いま」



あの日から10年。写真を見ると、10年の月日の中で私たちの記憶から薄らいできてしまった原発の怖さ、故郷を捨てなければならなかった方々の無念さがよみがえります。反原発・平和への活動が例年のようにできない今、私たちにできる応援の一つは福島いまを知り、「忘れない」・「心を寄せ続ける」ことだと思います。

社会福祉法人ゆいの里
ハートヒル川路 井原 涼子

毎月第2金曜日に 「お薬電話相談会」 を開催中！

「お薬に関する疑問や不安など」
について、薬剤師がお答えします！

- * 薬の飲み合わせについて
- * サプリメントについて
- * 残薬について

何でもお気軽にお問い合わせ、ご相談ください。

- お問い合わせ先

かなえひまわり薬局：(0265) 56-8177

- お問い合わせ日時

毎月第2金曜日 9:00~17:00

かなえひまわり薬局 薬局長 吉川 美香



平素より健和会病院の医療、介護活動にご理解ご協力いただきましてありがとうございます。私は入職して30余年各部署を経験する中で、健

和会病院が地域の方々に支えられ、地域の方々と共に現在の健和会病院が存在すると痛感しております。「いつでも安心してかかれ

患者様、地域の方はもちろん、職員にとっても、「人にやさしい」病院を目指し、尽力していきたいと思えます。



2021年2月から
事務長になりました
福澤 敏恵と
申します。

る病院がほしい」との地域の方々の想いから開設し48年の歴史ある健和会病院での事務長という職に誇りと重責に身の引き締まる思いです。安全安心な医療の提供はもちろん、地域の方々が、困った時には健和会病院に相談すればと頼りにされるそんな病院でありたいと考えています。

健和会病院

かなえひまわり薬局 で働きませんか



薬剤師募集！

21年度期中・22年度4月採用

■お問い合わせは

健和会病院 23-3116

担当・技術部長 伊坪

職場紹介 47

2CDユニットは林の杜の5つあるユニットの一つです。老健全体のご利用者100名中20名を職員10名で担当しています。職場内はもちろん他職種とも連携して、利用者ご本人がより良い生活が送れるように取り組んでいます。今心痛めることは、コロナ禍により様々なことが1年以上制限され、ご家族と自由に会えない状況が続いていることです。リモート面会も行っています。が、状態によっては難しく一部にとどまっています。日常の介護場面においても、ご利用者のストレスを感じるときも、ご利用者のストレスを解消するため、何かできることはないかと職員でアイデアを出し合い、季節の行事をしたり、作品づくりをしたりしています。



老健はやしの杜 2CDユニット

寄り添うことの喜び

2CDユニットリーダー 介護福祉士 吉川 裕子

者のストレスを感じるときも、ご利用者のストレスを解消するため、何かできることはないかと職員でアイデアを出し合い、季節の行事をしたり、作品づくりをしたりしています。

4月に開催した雛祭りでは、職員の手作り衣装でご利用者にお

手軽に簡単らくらく レシピ 30



佐々木 朱美
健和会病院
健康管理課管理栄養士
飯田下伊那地域
糖尿病療養指導士

今年度のドック・健診の予定はお済みでしょうか？昨年は、新型コロナウイルス感染が拡大する中、受診を控える方が増えるのではないかと考えていましたが、「旅行に行く代わりにドックを受けに来ました」「コロナも心配だけど、年に1回ドック受けてと安心だから」と当院ドックを受診して下さる方も多く、一年が終わってみると、一昨年よりドック受診者は増加していました。コロナ渦ではあったものの、自身の健康に対する意識が高まっていると感じました。前号で紹介のあった経鼻内視鏡も苦痛が少ないと大変好評です。今年度も当院健康管理課スタッフ一同、皆様の健康管理のお力になればと思っております。

カラフルピーマンと 豚肉の甘酢ケチャップ炒め

エネルギー量(1人分) 240kcal/たんぱく質 18g/塩分 1.4g

材料 3-4人分

- 豚こま切れ肉 240g
- 塩コショウ 少々
- 酒 大さじ1
- 片栗粉 大さじ1

- パプリカ(赤)、(黄) 各中 1/2 個
- ピーマン 2 個
- エリンギ 2 本
- たまねぎ 中 1/2 個
- うずらの卵(水煮) 6 個
- 油 大さじ 1
- ★ 砂糖、酢、しょうゆ、ケチャップ 各大さじ 1.5 杯

作り方



①パプリカ、ピーマンは2cm角、エリンギは1本を8等分、玉ねぎはくし形に切る。

- ②豚こま切れ肉をキッチンばさみで小さく切り(1cm角くらい、包丁で切ってもok)、塩コショウ、酒を加えて揉みこむ。
- ③②を12個に分けて団子状にまとめ、片栗粉をまぶす
- ④フライパンに油を入れ、③の豚肉を焼く。
- ⑤豚肉に火が通ったら、フライパンから出し、残っている油で①の野菜を炒める。
- ⑥野菜に火が通ったら、うずらの卵、豚肉、合わせておいた★を加える。
- ⑦一煮立ちさせ、とろみがついたら完成。

開局 20 周年 ありがとうございます

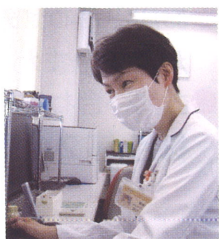
2021年5月1日で開局20周年を迎えました。みなさんからの「薬のことは任せたいよ」「頼りにしているよ」という声に励まされ歩んできました。2001年前後は全国的に医薬分業が進み、飯田下伊那地域でも医療機関から発行された院外処方箋を調剤薬局が受ける仕組みができる頃でした。当時は薬を調剤して患者さんに早く帰っていただけでなく精一杯。そんな日常業務に追われながらも「患者さんに調剤薬局に来てもらうメリットは何か」「私た



ちはどんな薬局を目指したらいいのか」考えてきました。この20年で調剤薬局をめぐる状況は大きく変化しました。「対物から対人(薬から人へ)」地域の医療や介護に関わる様々な方々と連携して患者さんを支える仕組みができてきました。これまで以上にかかりつけ薬局の機能を発揮して、みなさんの身近な存在、地域の健康づくりの拠り所として取り組んでいきます。これからも変わらずご愛顧のほどよろしくお願いいたします。

かなえ ひまわり薬局

2021年5月1日



かなえひまわり薬局
薬局長
吉川 美香

健和会院内安全大会 最優秀賞

保育安全点検表

消毒・換気・故障や破損の有無などを細かくチェックできる項目を入れる

日	保育担当	保育安全点検表					1			2			3			
		消毒	換気	点検	清掃	その他	換気	消毒	点検	清掃	その他	換気	消毒	点検	清掃	その他
1																
2																
3																
4																
5																

大切なことを当たり前に
院内安全大会をきっかけに見えてきたこと

私たちの職場では、院内安全大会の取り組みを行うにあたり、まずは「5S」という言葉を調べることから始めました。「5S」が整理・整頓・清掃・清潔・躰の5項目実践だということが分かり、現場で日常行っていることを当てはめてみました。その結果、私たちが保育環境づくりをするうえで日頃から気をつけていることが、そのままこの「5S」の実践に当てはまることになりました。いつも現場で取り組んでいることが、医療安全の面からとても大切なことだと気づきました。また、それを普段から実践できている自分たちの行動に自信を持ちました。

コロナウイルスの感染防止対策として換気・消毒などの重要性を理解し、それらをチェックできる項目を付け加えた新たな保育安全点検表を作り、毎日チェックすることでその日の行動を振り返り、保育室の環境を清潔に保つ意識付けができるようになりました。

飯田市育児保育施設おひさまはるる
齊藤 有美子



通常総会を開催 「自分らしい生活」をサポート



NPO法人ひだまりは5月27日、通常総会を開催し2021年度の活動計画と予算を確定しました。

2020年度はグループホームや在宅老所の交流行事が制限・中止になるなど、新型コロナウイルスの影響を大きく受けましたが、法人全体で感染対策の徹底や全職員に対する抗原検査を実施しながら安全・安心のサービスを提供してきました。

2021年度も引き続き感

染予防に努めながら利用者さんの「自分らしい生活」を維持できるように取り組んでいきたいと考えています。ひだまりならではの「お年寄りとの交流」が特徴の子育て支援事業は飯田市から要請があり、週3日から週5日実施に拡大します。子育て中の親御さんが気軽に立ち寄り、不安や悩みが相談でき、心地よく過ごすことができるような支援を目指します。

理事長 米澤 はるみ

伊那谷健康友の会 7月8月の予定

※新型コロナウイルス感染拡大の状況により、延期または中止をさせていただく場合があります。

バランスボール、筋力アップ教室にお出かけください!

- 鼎支部 鼎文化センター
毎週水曜日 10:00～11:00
- 山本支部 東平防災センター
7月22日(木) 休み
8月26日(木) 10:00～11:00
- 高森支部 高森公民館
7月17日(土) 10:00～11:00
8月21日(土) 10:00～11:00
- かやの木筋力アップ体操 かやの木診療所
7月14日(水) 17:30～18:30
8月11日(水) 17:30～18:30

※どの会場もどなたでも参加できます。

伊那谷健康友の会 新会長に伊東正子さんが就任!

5月24日行われた友の会幹事会で第31回伊那谷健康友の会総会議案と会長の交代が確認されました。3年間会長を務めて頂いた折山安弘さんが退任され、新たに伊東正子さんが会長に選出されました。

<伊東正子さんより一言>

100歳になる母の介護をしています。コロナ禍だからこそ知恵を出し合い、今まで以上にみんなで楽しく健康づくりを行っていきましょう!



健和会病院 外科 赤澤 智之



庭木を見る 楽しみ

飯田に家を建てて、もうすぐ8年になります。家には小さな庭がありますが、「いつかは自分できれいな庭を造ろう」と思いつつもすでに8年。草取りをするのが精一杯で、とてもきれいな庭なんて造れる気がしなかったため、市内の庭師さんをお願いして

どの山野草、スナゴケ、ハイゴケなどの苔も植えていただきました。見ていただけでほっとするような景観です。毎朝、通勤前に庭を見ながら水撒きをしたり草をとったりするのが習慣になりました。今後季節の移り変わりとともに、庭がどのように変わっていくかとても楽しみです。夏場に枯らさないようにしなければ、木々達がうまく根付いてくれるといいなと思っています。

普段より自宅から職場まで時々歩いて通勤しているので、通り道の街路樹や庭木に自然と目が向くようになりました。歩いて30分ほどの道のりですが、「これはなんと、樹木の図鑑を片手に道草をしながら帰っています。コロナ禍の影響で、家族で遠出をしたり、職場仲間とご飯を食べに行ったりが思うようにできなくなりました。今、私のささやかな楽しみです。

読者の声 & パズル

*パズル 郵便はがきに住所、氏名、解答を書いてお送りください。
 正解者には記念品(図書券)をお届けします。(締め切りは7月末日必着 正解者多数の場合は抽選)
 *本誌のご感想、ご意見をお書き添えください。本誌に掲載させていただく場合もあります。
 匿名希望者はペンネームをお書きください。
 [宛先] 〒395-0801 飯田市鼎中平 1905-5 飯伊民医連

読者の声

表紙の写真を拝見し

多くの若人の笑顔に触れ、このコロナ渦で明日への活力と展望をいただきました。新しく一歩を踏み出した皆さんのご活躍を祈ります。そして、理事長のポーズに乾杯！

(みのちや)

接種の方法を教えてください！

新型コロナウイルスの今後の一般の人たちの接種の方法を(予約の仕方など)わかったら時点で詳しく教えていただきたいです。

(市瀬卓也)

熊谷嘉隆先生の記事

ドイツでは、前に「未知なる感染症の蔓延に対して急性期病床を増やすことを実施してきたため、現在のコロナ感染に対してフランスの患者まで引き受けることができました」とあり感動しました。

そうありがたいものです、日本でも。(片桐みどり)

てみようと思いました。(田畑睦美)

優しいそうな皆さんで安心

医療機器が高度になっても、それを動かしてくれる人たちがいないと何もできません。どんな人が操作しているかとても気になります。優しいそうな皆さんの写真で安心しました。

(きみちや)

にらと豆腐の卵とじ

ちょうどにらが勢よく育つ時期になりましたので、レシピを見て作っ

検査

鼻からカメラを入れて予約が楽ならばやってみたい。

(熊谷好博)

メダカ

近くのコンビニのお兄さんが、メダカを飼っています。丸い葉っぱの草が入ってたりします。今度お店によったら、メダカをよーく見てみます。

(がーちや)



デイ作品

民意連だよりをじっくり見て

今年、私事で退職しました。民意連だより、じっくり見たのは久々でした。こんなにいい内容(失礼)だったんだと改めて感じました。私もこの中の一人だったんだと嬉しく思いパズル解いてます。(せつちや)

クロスワードパズル

飯伊民医連

パズル

1	2			3
		D		B
			4	
5		A	C	
				7
8				

A	B	C	D
---	---	---	---

解答

ヨコのカギ

- 1 王の一族。または、その家筋。
- 4 英語で「いいえ」「いやです」などの意味を持つ言葉。
- 5 目上・年上の人からもらった使い古しの衣服や品物。
- 8 その土地に住んでいる人たち。

タテのカギ

- 2 世間の評判。面白がって伝える不確かな話。
- 3 英語でカギのこと。
- 4 でんぱん質の物を煮て作った、ねばりけのあるもの。物をはるのに使う。
- 5 王様の男の子。
- 6 テレビなどにうつる映像。絵にかいた肖像。
- 7 交通・輸送機関の運行・輸送。手紙。たより。

■5月号の解答「ツブヤキ」
 ■5月号の当選者「たくさん」の方に応募いただきました。正解者の中から抽選で次の方々に図書券をお送りしました。
 嶋崎下恵子/ただびよん/三村綾美/原千代子/ロバちゃん