

～ 医療法人わかば会のケア情報誌 ～

わかば倶楽部

謹賀新年



Vo.22
新年号

January
2013

編集・発行／医療法人わかば会
〒857-0016 佐世保市俵町 22-1
Tel 0956-22-6548 Fax 0956-24-7270
<http://www.wakabakai.or.jp>

患者様、利用者様を中心とした
地域医療、地域介護を目指して

医療法人わかば会 理事長 浜野 裕

新年のごあいさつ



新年あけましておめでとうございます。
2013年もいよいよスタートしました。皆様には、輝かしい新年をお迎えのこととお慶び申し上げます。
本年が皆さまにとりまして素晴らしい1年でありますよう、医療法人わかば会スタッフ一同心からお祈り申し上げます。



医療法人わかば会では、基本理念の「わかばごころ」を念頭に置き、日々の業務に携わっています。

「わ」の中心に患者様や利用者様がいて、それを取り囲む「環」が医療・介護スタッフであり、そのスタッフが「和」の心でもってなしを行い、「話」を通じてコミュニケーションをとりながら、中心にいる患者様・利用者様を支えるという意味合いです。

この基本理念を基に、医療と介護のシームレスな連携を常に考え、皆様のご期待に添えるように、今年も邁進してまいります。

わかば会の理念

wakaba-gokoro
わかばごころ



和をもって、一人ひとりの施設づくり



環になって、患者さまとの健康づくり



話によって、みんなで育む関係づくり



里山レシピのご紹介

～ 心も体あつたまる～

「薬膳がゆ」

1人前 124 Kcal



お正月明けの1月7日に、その年の無病息災を願っていただく「七草がゆ」は有名ですが、今回は、ちょっと変わった「薬膳がゆ」のレシピをご紹介します。

年末年始からの食べ過ぎや飲みすぎで弱った胃腸を、このおかゆを食べて休めてみてはいかがでしょうか。

材 料	数 量 (4人分)	Kcal
米	50 cc (38g)	135
もち米	30cc (23g)	107
サラダ油	小さじ 1	37
鶏ひき肉	50g	83
おろし生姜、醤油、酒	各小さじ 1	—
黒豆甘煮	30g	64
山芋	80g	52
干し椎茸	1 枚	6
クコの実	少々	—
ほうれん草	1/4 束	10

作り方

- ① 米・もち米は洗って水を切り、サラダ油をかける。
- ② 山芋は角切りにする。干し椎茸は、もどして薄くきる。ほうれん草は下ゆでしておく。
- ③ 鶏ひき肉におろし生姜、醤油、酒を加えて下味をつけ、大きめの鍋でそばろに炒めを作る。
- ④ ③の鍋に水 500cc 及び①を入れ、沸騰したら火を弱め 10 分炊く。
- ⑤ ④に山芋、椎茸、クコの実を入れ、塩コショウで味付けしてさらに 10 分炊く。
- ⑥ 最後に黒豆と下ゆでしたほうれん草を加え、火を止めて 10 分蒸らす。

医療法人わかば会

- 俵町浜野病院 (Tel 0956-22-6548)
【医療】内科・外科・循環器科・呼吸器科・消化器科・整形外科
肛門科・リハビリテーション科
病室 (一般病棟 26 床・療養病棟 38 床)
【介護】居宅介護支援事業所・ヘルパーステーション
デイケアセンター・グループホーム・訪問看護ステーション
- 有料老人ホームわかばテラス (Tel 0956-76-8780)
【介護】デイサービス風祭り・デイサービス里山療法クラブ
- サービス付高齢者向け住宅わかばレジデンス (Tel 0956-22-6544)
【介護】小規模多機能ホームわかばレジデンス

Wakaba Terrace

2012年12月、植え付けが終わった4本のモミの木に、LEDのイルミネーションランプを飾り付け、また、ガーデン全体をライトアップし、冷え込みが一段と厳しくなったわかばテラスのクリスマスの夜を、暖かく照らすようにいたしました。

彼女はこれからもずっとこのガーデンに、あの温かい笑顔で佇んでいらっしやることと思います。ご家族の皆さま本当にありがとうございました。

その折ご家族から、わかばテラスに対してご寄付のお申し出があり、どのようなかたちでお受けしたら良いか考えた結果、彼女は生前、お庭の散策や里山活動がお好きだったという事もあり、施設長の発案で、オルソープガーデンに彼女の生きたあかしとして4本のモミの木を植樹する事にいたしました。この「4本」という数字には故人にちなんだ特別な意味があります。

同8月、ご家族をお招きし、「故人を偲ぶ会」を催しました。その会には、生前深く関わりをもったスタッフや入居者の方も同席し、それぞれの思い出話を語り合いました。終始笑顔のご家族から、スタッフに向けて温かい感謝のお言葉を頂き、とても有意義で幸せな時間を過ごさせていただくことが出来ました。

2012年7月、有料老人ホームわかばテラスに入居されていた一人の女性がお亡くなりになりました。わかばテラス内では、ムードメーカー的な存在で、まわりの入居者やスタッフとも、とても仲が良く活動的な方でした。

オルソープガーデンに佇む 4本のモミの木



高齢者がインフルエンザにかかると肺炎になりやすい

肺炎が最多 合併症

インフルエンザの発症率は乳児期から学童期までに高いが、慢性疾患を有するこの多くなる高齢者では容易に肺炎を合併するため、死亡率は高齢者では高い。

合併症としては、高齢者では肺炎、小児ではインフルエンザ脳症があり、後遺症が残ったり、命にかかわる事がある。

肺炎には、原発性のインフルエンザウイルス肺炎、二次性細菌性肺炎、両者の混合性肺炎があります。

混合性肺炎が最も多く、原因となる主な菌は、肺炎球菌、黄色ブドウ球菌、インフルエンザ菌などです。

インフルエンザの症状

- ① 発熱(38℃以上)
- ② 悪寒
- ③ 全身倦怠感が強い
- ④ 筋肉痛・関節痛
- ⑤ 頭痛

風邪の症状

- ◎ 鼻水・鼻閉・くしゃみが顕著
- ◎ 咽頭痛 ◎ せき

風邪との比較でみるインフルエンザの症状

インフルエンザは風邪に比べて急速に発症し、初期から全身症状も強いのが特徴です。

予防方法

インフルエンザワクチン	ワクチン	なし
うがい、手洗い	その他	うがい、手洗い

抗生物質は効かない

風邪では上気道症状が全身症状に先行するが、インフルエンザでは全身症状に続いて上気道症状がみられる。また、風邪は散発性に発生するのに対し、インフルエンザでは流行性がみられる。

インフルエンザと風邪の違い

予防法として期待されること

【流行前】
◎インフルエンザワクチン接種(特に、高齢者や慢性疾患患者)は感染予防、重症化防止に有効。

【流行時期】
◎睡眠・休養 ◎バランスのよい食事
◎外出時のマスク着用 ◎帰宅時のうがい・手洗い
◎人混みや繁華街への外出を控える

【インフルエンザの治療】
◎発症したら、なるべく早く病院へ。48時間以内に抗ウイルス薬を使うと改善が早い。

Tawaramachi Hamano Hospital

新年のごあいさつ

謹んで新年のお慶びを申し上げます。



医療法人わかば会 理事長 浜野裕

医療法人わかば会は、昭和二五年に先代院長が浜野耳鼻咽喉科として佐世保市俵町の地に根をおろして以来、今年で六三年目となりました。

地域住民のための病院でありたいと、職員全員が患者様やご家族の信頼と安心にお応えすることを基本理念(わかばごころ)としています。そのため救急告示病院としての急性期医療から慢性期医療、生活習慣病の予防・管理・指導ならびに機能回復・健康増進のためのリハビリテーションまで、積極的に取り組んでいます。また東洋医学的アプローチも取り入れ、患者様のあらゆる健康相談に応じています。

さらに、退院後の在宅療養・介護支援まで一貫した診療体制を整え、患者様を中心に、ご家族、病院が連携を密にしながら健全な地域医療、地域介護を目指しております。

また、今日の医療・介護の中で大きな問題となっているのが、近年増加し続けている認知症です。認知症の治療は、この一年、多種の薬剤が使用できるようになり、効果的な薬物療法が受けられるようになりました。しかし、薬物療法だけでは十分なケアがご提供できないと考え、当院では非薬物療法を取り入れ、心身機能の向上を目指しています。

その中で、今一番力を入れているのが、自然の力を利用した「里山療法」です。里山療法とは、園芸療法と森林療法のメリットを融合した当院独自の取り組みです。例えば、土づくりから携わり、自分たちで植えて育て、収穫した無農薬野菜や果実、お米を食べることで、みんなが笑顔になり、心身機能に良好な様々な効果が得られる事がわかりました。食べることは生きることにつながります。植物(食物)を育てる事で脳や身体を使い、収穫する事で喜びと満足感が得られ、畑までの緩やかな里山の丘陵を歩く事で、運動機能の向上も図れます。こうした活動は認知症の予防にも繋がります。

里山療法 SATOYAMA RYOHOU

夏野菜の収穫

さつまい芋掘り

もち米の田植え

稲刈り

このような取り組みの中で、個々に「生きがい感」を見つけて頂き、その人に寄り添うケアを行っています。

わかば会の理念「わかばごころ」と「里山療法」で、今後とも、皆様方から必要とされ、信頼される組織づくりを目指してまいります。

そして、今年もどうぞ宜しくお願い致します。