

また がわ

Vol.63
2019 夏号



医療介護フェスタ2019

小規模多機能型居宅介護 和が家

部署紹介 施設管理

健康教室 おしっこのお悩み

医療法人紀典会

医療介護 フェスタ 2019

医療と
福祉で

つなげよう
地域の和

日時

10/27 (日)
10:00～15:00

会場

北川病院
エスペランスわけ
和気郡和気町和気277・265

体験ブース

各種検査

血圧・血糖・肺年齢・
骨密度・インボディ測定
認知症チェック



看護師体験 抜歯体験

自分だけのノート作り

革細工・エコバッグ作り

お口の機能チェック

脳トレゲーム 認知症予防体操

カフェ・軽食

フットケア

お餅つき

バザー

.etc



イベントステージ (北川病院1階ホール)

10:00～11:00

和気中学校吹奏楽部

11:30～12:00

琴・尺八

13:00～13:30

のんべらず(バンド演奏)

14:30～15:00

清麻呂太鼓

(エスペランスわけ 1 階)

11:00～11:30

キッズダンス



※内容が変わる場合があります。

主催：医療法人紀典会

お問い合わせ 0869-93-1141

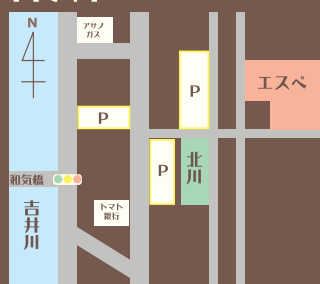
協賛：社会福祉法人 広虫荘 株式会社エム・エス経営企画 パン工房メープルハイム

株式会社クリシェ 東洋羽毛工業株式会社 株式会社桃谷順天館 株式会社舟木義肢

株式会社井本アイコウ商事 備前人権擁護委員協議会

後援：和気町

MAP



介護老人保健施設

エスペランスだより

小規模多機能型居宅介護 和が家

小規模多機能は『通い』を中心に『宿泊』『訪問』を組み合わせることによって一人ひとりの暮らしを支え、24時間365日自宅で継続して生活するために必要な支援を行い、緊急時にも柔軟に対応出来るサービスです。和気町に居住している方と要介護認定を受けられている方（要支援1～要介護5）で、小規模多機能に登録（定員29人）して頂くことで利用できます。

和気町にある小規模多機能型居宅介護は『和が家』だけです。和が家では個々の御利用者様の希望される毎日に寄り添い、「ここを利用して良かった」と思ってもらえるように努めています。

○通いサービス 定員15名

時間にとらわれない利用ができ、本人・家族の都合に合わせて、朝早くからの利用や夕食までの長時間の利用も可能です。逆に入浴だけという短時間の利用もできます。通常のデイサービスでは実施が難しい、事業所からの買い物や外食、散歩など個人の生き甲斐のお手伝いもできます。和が家では学童クラブと場所を共有しており、子供達との交流も行っています。



○宿泊サービス 定員 7名

普段使い慣れた場所でいつものスタッフが対応するため、環境の変化が少なく安心してご利用頂けます。『通い』からそのまま急遽『宿泊』を利用し、翌日帰るということもできます。



○訪問サービス

普段事業所で接している職員がご自宅へ伺うので顔馴染みの関係が活かせ、身体介護・生活支援の他、安否確認やお薬を届けて服薬を確認する等の5分程度の訪問も可能です。

利用の流れ



① 利用申込

家族から直接、ケアマネジャー・地域包括支援センターからの紹介など様々。事業所の見学を促しています。

② 面談・契約

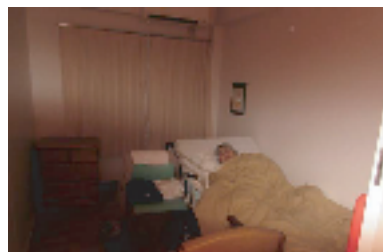
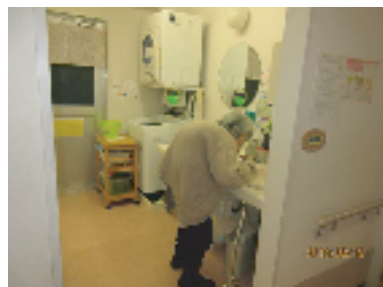
和が家のケアマネジャーが自宅へ訪問し本人、家族との面談・評価をし契約を結びます。料金説明や利用内容の確認を行います。

③ 居宅サービス計画書の作成と同意

ケアマネジャーがケアプランを作成し、サービス内容について説明を行います。

④ 利用開始

サービス計画書に基づいて利用が開始されます。



部署紹介

施設管理課

病院の施設整備を行う部署です。

建物の改修工事から日常の小規模修理の手配・調整、空調機器や電気設備の維持管理、清掃など協力企業との業務調整や管理など業務は多岐にわたります。

24時間365日休み無く、患者様に良質な医療を提供するために、施設設備の適切な管理・整備に日々努力しています。



業務内容

○設備機器の維持・保全管理

故障・機能不全となった機器の修理手配や定期保守契約(電気設備・エレベーター)、マネジメントを行っています。

《日常点検》

- ・水道メーター, LPガス等検針
- ・各設備巡回点検(空調設備・給湯器等)

《定期点検》

- ・エレベータ保守点検, 電気設備保守点検, 飲料水水質検査
・・・毎月実施
- ・貯水槽清掃作業, 特定建築物防火設備検査
・・・年1回実施

○建築・設備の保全計画作成

医療機器を除く建物・設備の経年劣化や、天災などによる損傷に対して適切な保全方法・時期を検討し、計画・実行しています。

○エネルギー・資源の効率運用

適切な温度管理による空調機器(エアコン)の効率運転、照明の消灯やLED電球への更新など、省エネ・省資源を意識した運用に取り組んでいます。

平成29年にZEB事業(高効率空調機更新、LED照明更新)を行っています。

○その他

病院だけでなく、老健エスペランスわけ・和が家・アネシスなどの法人全体の施設や、職員寮も維持管理を行っています。

第19回 元気であり続けるための健康教室

6月8日におしっこの悩みについての健康教室を開催しました。講師は岡山医療センター泌尿器科の土井先生で、寂しいことに、この日は当院での最後の勤務日でした。人気の先生なのでたいへん多くの方から参加申し込みがありました。

おしっこのお悩み



悩み多きおしっこトラブル

日々の生活の中で、おしっこについてこんな症状はありませんか。

- ・さっきまで何ともなかったのに、急におしっこに行きたくなって、間に合わないことがある。
- ・30分前にトイレに行ったのに、また行きたくなった。
- ・尿意のせいで夜中に何度も目が覚める。

これらの症状は年を取ったせいというだけではなく、過活動膀胱が原因かも知れません。過活動膀胱は、おしっこをためる膀胱が勝手に縮んだり、過敏な動きをするために、おしっこが十分に溜まらないうちに強い尿意が起こるものです。その原因としては、女性の場合は出産や加齢によって、子宮や尿道、膀胱を支えている骨盤底筋が弱くなって起こる事が多いです。男性の場合は高齢男性の多くがかかる前立腺肥大症により、おしっこが出にくい状態が続くことで、膀胱が過敏に働くようになります。その他にも男女とも脳卒中の後遺症で、神経に障害が出た場合に起こることもあります。

前立腺肥大症の場合、上記の症状の他に、

- ・おしっこの後、まだ残っている感じがする。ちょろっと出てきてしまう。
- ・おしっこをしても途中で途切れてしまう。
- ・おしっこの勢いが弱い。お腹に力を入れないと出ない。

といった症状が見られます。思い当たる男性の方は前立腺肥大症が疑われます。

解決のためにできること

トラブル解決のためには、まず病院を受診して、適切なアドバイスと治療を受けることが大切です。受診の際は、おしっこについての質問票への記入や問診があり、尿検査や超音波検査、必要に応じて血液検査も行います。問診や検査の結果をみて診断が出れば薬が処方されます。

過活動膀胱に対しては、膀胱がゆるむ力を強くしておしっこをためやすくする薬や、膀胱が異常に収縮するのを抑え、トイレの回数を減らす薬などが処方され、薬で効果がない場合は電気刺激法が行われることもあります。

前立腺肥大症に対しては、前立腺の過剰な収縮を抑えておしっこの流れをよくする薬が処方され、状態によっては手術が行われることもあります。これまでは尿道から内視鏡を挿入して、ミカンの実をスプーンでほじくように前立腺を切除する手術が主流でしたが、近年はミカンの実を皮からべろんとくりぬくような形で前立腺を切除する手術が出来るようになりました。これまで以上に確実に前立腺肥大症を取り除け、手術による出血が少ないため、入院期間が短くて済みます。

また、自分で出来るトレーニングもあるので、病院での治療と合わせて実践してみましょう。

○膀胱訓練

トイレに行きたくなっても我慢する訓練。尿意が来たら5分ほど我慢してみて、尿意が続くようならトイレに、尿意が消えたらトイレには行かずそのまま。5分から少しずつ時間を延ばしていき、おしっこをしっかりためられるようになります。我慢しすぎず、無理そうならトイレには行くようにしましょう。

○骨盤底筋訓練

尿道、肛門、膣を締める動作、つまりはお尻の穴をきゅっと締めたりゆるめたりする動作を5分ほど繰り返す、慣れたら時間を延ばしていきます。この訓練で尿道を締める力を鍛えることができます。寝ながら、椅子に座りながら、誰かと話しながらなど、日常生活のいろんなタイミングで簡単にできるので、気軽に始めることができます。

◆ 次回健康教室のお知らせ



第20回元気であり続けるための健康教室

テーマ「さらば？しつこい痛み ～腰痛・肩こり・膝痛を中心に～」

講師：医療法人紀典会 北川病院
リハビリ室室長 岡田 健次郎

日時：令和1年9月28日（土）14:00～15:00

場所：和気郡和気町和気277
北川病院2階 会議室・ペインクリニック

電話番号：0869-93-1141 担当：阪口 森末

参加申込：定員70名 空きがあれば当日参加可能
1階受付かお電話でお申し込みください。

◆ 永年勤続表彰式を行いました

今年も5月に当法人職員の永年勤続表彰式を行いました。今年はいいにくのお天気で、記念撮影は室内で行うことになってしまいましたが、10年目の表彰者が非常に多く、長く勤めてくれている職員の多さがよく分かりました。



◆ 法人内研究発表会

毎年恒例の法人内研究発表会を開催し、多くの研究成果が発表されました。今年の最優秀賞は、当法人の介護系施設間での職員の交換留学についてでした。施設毎の特色や業務の違いを、いつもと違う職場で働く事で理解し、より連携を深めることができたとのことで、よい研究成果が得られていました。



あの人… どの人？ こんな人！



歯科医師
小山 絵理

4月から歯科で勤務させていただいております小山絵理と申します。最近色々なところででかける機会があり、今度の休日に初めてのサップヨガに挑戦します。水上でサップと呼ばれるボードの上でヨガを行うのですが、アーサナ（ポーズ）を保持すること以前に、波の上で大人しく浮かんでいられるのかわかりませんが精一杯楽しんできたいと思います。



4階看護師
中野 由季子

北川病院にお世話になり始めて2年が経ちます。仕事も少しずつ覚えて、日々の生活も安定してきたところで、以前よりやってみたいと思っていた津軽三味線に挑戦してみることにしました。昨年11月より習い始め、現在は津軽じょんがら節に悪戦苦闘中です。きっかけは和楽器バンドという音楽バンドでしたが、民謡を習ううちに「和」って良いなと実感しています。こう見えても私は大和撫子。

がんばれ日本！🇯🇵



看護助手
日笠 恵子

私の今の楽しみは高校の時の友達とランチに行くことです。みんな仕事をしているので、たまにしか会えないけど会った時は、その時だけみんな高校生の頃に帰っています（笑）

今もう一つ楽しみができて娘と息子が大阪と福岡で就職して一人暮らしを始めたのでそれぞれに遊びに行っておいしい物を食べに行こうと思っています。

編集 後記

年を取ると時間があっという間に過ぎるといいますが、体感時間の長さというのは日々のときめきが多いかどうかで決まると某人気番組で言われていました。考えてみると、子供の頃はまわりのあらゆるものに刺激を受けて、一日が長かったのですが、今は日々同じ事の繰り返しでときめきが少ない気がします。「ボーッと生きてんじゃねーよ！」と叱られるのも大事なことです。

外来診察予定表

令和1年8月現在

	月		火		水		木		金		土	
	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後
内科①	宮本			落合		井川	服部			大山	宮本	
内科②	吉田		宮本	尾関	吉田	宮本		吉田	吉田	宮本		
内科③	大和		吉田俊	大和				大和	大和		北川貴	鳩 寄
総合診療科		和又	和又		和又		和又		和又			和又
外科	北川	矢野	北川	西崎	津村	津村	北川	西江	北川	北川	北川	重安
皮膚・肛門	北川		北川				北川		北川	北川	北川	
麻酔	北川		落合	落合			北川		北川	北川	北川	
歯科	上原	上原	上原	上原	上原 小山	上原 小山			上原 水口	上原 水口	上原	上原
泌尿器					津島						交代制	

午後の診察は手術等のため、変更することがあります

事前にお電話でお問い合わせいただくか、ホームページの休診カレンダーをご確認ください。

月曜午前・木曜午後の内科②（吉田）は予約制（糖尿病外来）です

水曜・金曜午前の内科②（吉田）は予約制（一般外来）です

火曜日午後落合先生は不定休のため院内掲示をご覧ください。受付時間は16時までです。

水曜午前和又先生は検査のため開始時間が遅くなることがあります。

内科・外科・総合診療科（月～土）

泌尿器科（水・土曜午前）

【受付時間】

午前の診察 7:00～12:00 開始 9:00～

午後の診察 7:00～17:00 開始 14:00～

※土曜は受付時間16:00まで

歯科（予約制 月～土、木曜休診）

【受付時間】

午前の診察 9:00～12:00 開始 9:00～

午後の診察 14:00～18:00 開始 14:00～

※土曜は受付時間16:30、診療時間17:00まで



ホームページの「病院からのお知らせ」ページで、職員によるブログを掲載しています。こちらもぜひチェックしてみてください！

当院ホームページのURL: <http://www.kitagawa-hp.jp>

E-mailアドレス: info@kitagawa-hp.jp

発行所 医療法人紀典会 北川病院 広報委員会

〒709-0497 岡山県和気郡和気町和気277

電話 0869-93-1141 Fax 0869-93-1200



スマートフォンからでも、ホームページにアクセスできます。左のQRコードを読み込んでください。