



# あさひヶ丘

医療法人積仁会 旭ヶ丘病院広報誌

2016年  
**春**号  
Vol.8

〒350-1211 埼玉県日高市大字森戸新田99-1 TEL 042-989-1121 FAX 042-989-6621

「表紙写真は旭ヶ丘病院の庭にある、桜の樹

介護療養型老人保健施設

あさひヶ丘

訪問看護サービス

あさひヶ丘訪問看護ステーション

指定居宅介護支援事業所

あさひヶ丘ケアプランセンター

## 2016年春号・目次

介護療養型老人保健施設のご案内	2・3P
無料送迎巡回バスのご案内	4・5P
<b>あさひヶ丘ニュース</b>	
[節分行事・看護の日・職員かわせみマラソン参加]	6P
<b>知って得するシリーズ</b>	
[食の便り、お薬Q&A、訪問看護ステーション]	7P
健康管理部からのお知らせ「企業健診について」	8P
リハビリテーション科コラム「移乗動作のポイント」	8P
「相談しよう・そうしよう」	8P



ホームページでは、  
広報誌あさひヶ丘のバックナンバーを  
スマホからでもご覧いただけます。  
<http://sekijinkai.or.jp/>

# 介護療養型老人保健施設あさひヶ丘 (施設ご案内) 【入所定員100名】

介護療養型老人保健施設 あさひヶ丘 施設長 高津 光洋

本年1月初めから介護療養型老人保健施設「あさひヶ丘」の施設長としてお世話になっております。

まだ東と西しかわかりませんが、できるだけ早く慣れますので、よろしくご指導の程お願いいたします。

私にとって介護療養型がどのような老人保健施設(老健)かわかりませんでした。しかし、老健であることには変わりなく、そのアイデンティティを保ちつつ、利用者の満足度を高めていきたいと思っております。

老健の特徴はいろいろ挙げられておりますが、基本は「多職種平等」、「多職種協働」でのサービスと思っております。

これら2点は、残念ながら、「言うは易く、行うは難し」です。それぞれの職種が各人の夢に向かって責任を持ちながら共に歩むことのできる環境を整えることが私の主な仕事と思っております。私の夢は\*テラー・メイド介護です。今後、少しずつ具体的に提案していきたいと思っておりますので、ご協力をお願いいたします。

注 \*テラー・メイド介護：個々人の個性に合わせた介護を行うこと。



利用者様と職員



利用者様が世話をしている花



趣味に興じる利用者様と施設長



書道クラブが発足いたしました

## 老健職員の業務



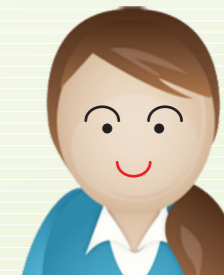
### 支援相談員

わたしたちが施設の窓口です。施設について知りたい、入所の相談をしたい、という方はご連絡ください。施設の役割・特徴・生活の様子・制度の事・料金についてなど、なんなりとご質問ください。普段は2階の事務所にいますが、お電話での相談もお受けいたします。入所相談からご利用まで、一連の流れを担当します。入所後担当のケアマネージャーに引き継ぎます。



### ケアマネージャー

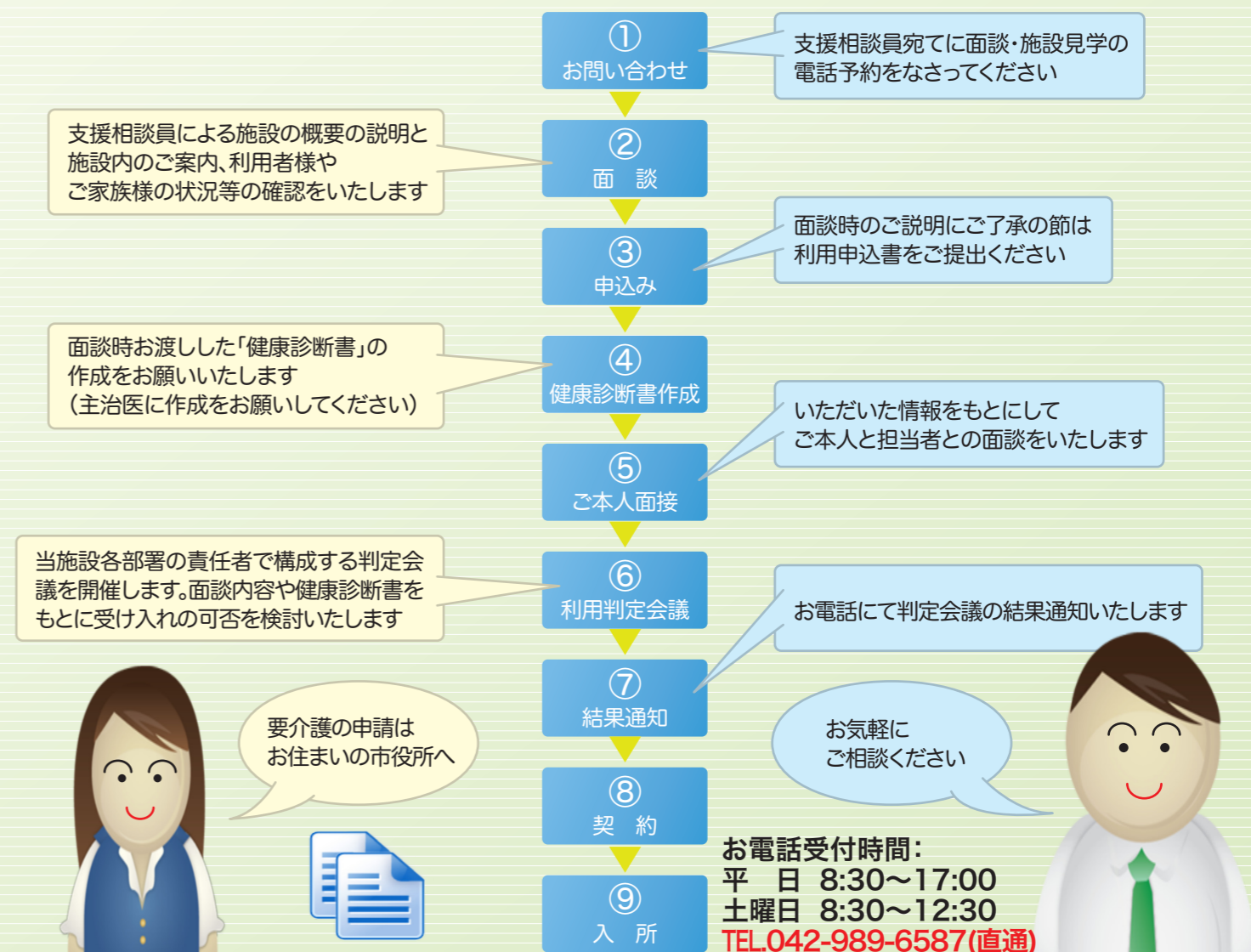
これまでの生活や、ご本人・ご家族の希望を踏まえてケアプランを作成します。施設での利用者さんへの支援はこのプランを基に展開されます。施設で生活する中で一番身近な相談相手でありたいと思っております。家に帰る時もお手伝いします。家での生活を支援して下さる方々との引き継ぎもいたします。



### 事務

利用料の計算などの事務全般、窓口でのお支払いの対応などをいたします。事務所の窓口の一番近い席におります。何かありましたらお声かけください。

## ご利用までの流れ



# 無料巡回送迎バスのご案内

※巡回バスのルートを4月1日より変更いたしました。  
 ※巡回バスの坂戸駅コースは運行を終了いたしました。



当院では、下記のルートで休日を除く毎日、無料巡回送迎バスを運行しております。患者さん、家族の方、お見舞いの方はどうぞお気軽にご利用ください。

- バスをご利用の方は、ルート上にバスが近づきましたら手をあげていただければ停車いたします。
- 病院の発着場所は「正面玄関」です。
- 停留所以外での乗り降りはできませんのでご了承ください。
- 各停留所では、駐車車両の状況により、少し離れた安全な場所へバスの停車位置が変更されることもあります。
- 時間通りの運行をめざしていますが、交通渋滞等の道路事情により時間が前後することがあります。予めご了承ください。

⊗ 高萩北中学校



停留所番号	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	1	停留所番号
月～土	8:00	8:07	8:10	8:15	8:17	8:25	8:26	8:29	8:32	8:33	8:35	8:36	8:38	8:44	8:45	8:46	8:50	
	10:50	10:43	10:40	10:35	10:33	10:25	10:24	10:21	10:18	10:17	10:15	10:14	10:12	10:06	10:05	10:04	10:00	月～土
月～土	11:00	11:07	11:10	11:15	11:17	11:25	11:26	11:29	11:32	11:33	11:35	11:36	11:38	11:44	11:45	11:46	11:50	
	12:50	12:43	12:40	12:35	12:33	12:25	12:24	12:21	12:18	12:17	12:15	12:14	12:12	12:06	12:05	12:04	12:00	土のみ
月～金	12:00										送りのみ						12:00	月～金
月～金	13:00	13:07	13:10	13:15	13:17	13:25	13:26	13:29	13:32	13:33	13:35	13:36	13:38	13:44	13:45	13:46	13:50	
土のみ	13:00										送りのみ						13:00	土のみ
	15:50	15:43	15:40	15:35	15:33	15:25	15:24	15:21	15:18	15:17	15:15	15:14	15:12	15:06	15:05	15:04	15:00	月～金
月～金	16:00	16:07	16:10	16:15	16:17	16:25	16:26	16:29	16:32	16:33	16:35	16:36	16:38	16:44	16:45	16:46	16:50	
月～金最終	17:15										送りのみ						17:15	月～金最終

## 高麗川駅廻り時刻表

## 武蔵高萩駅廻り時刻表

# 節分の日

2月3日病棟でレクリエーション行事を実施いたしました。  
 鬼になりきったスタッフは「鬼は外、福は」の患者様のかけ声で退散して行きました。皆さんの笑顔が沢山みれたところで無病息災を祈願して豆まき終了となりました。  
 暦の上では春になりましたが、まだまだ寒さがします。お身体を大切にお過ごしください。



# 食の便り 春が旬のたけのこ

材料(4人分)

・米	2合	
・水	適量	
・ゆでたけのこ	1個(200g)	
・油揚げ	1/2枚(20g)	
A	薄口醤油	大さじ1
	顆粒だし	小さじ山盛り2(8g)
	塩	少々
・木の芽	好みで適量	

冬が去り、暖かい日差しが降り注ぐようになると土の中からひょっこり顔を出す筍(たけのこ)。たけのこは食物繊維が多いだけでなく体の水分バランスを整えるカリウムなども多いため、栄養豊富でヘルシーな最高の食材です。

- (1)米は洗って30分以上浸し、ザルに上げて水気をきる。
- (2)たけのこは穂先を薄切りにし、根元は1cm角に切る。油揚げは5mm角に切る。
- (3)炊飯器に(1)の米を入れ、2合の目盛りまで水を注ぎ、Aを加え、(2)のたけのこ・油揚げをのせて普通に炊く(時間外)。
- (4)炊き上がったたら、軽く混ぜ、器に盛り、好みで木の芽をのせる。



筍(たけのこ)と言う字の由来って?  
 たけのこは読んで字のごとく竹冠に旬と書いて「たけのこ」と読ませます。その由来は、たけのこは成長が速く、約10日間(一旬)で、竹に成長するので、そこから来たと言われてます。

# 看護の日イベント

5月12日「看護の日」にちなんだイベントを下記日程で開催いたします。皆様のお越しを、お待ちしております。



今年は塩分測定も行います。  
 普段ご家庭で作っているお味噌汁の塩分量、気になりますか?  
 測りたい液体なら何でもOKです。(煮物のつゆ、スープ等)  
 器に入れてご持参ください。  
 是非お気軽に、ご参加ください♪



日時: 5月28日(土)10:00~14:00  
 会場: 東館5階会議室 東館1階入り口前  
 催し: バザー、看護体験 心臓マッサージ、AED講習会  
 血管年齢・骨年齢測定など

# 「薬のQ&A」シリーズ⑧

## Q8 基本的な点眼薬の使い方について?

- A1** 点眼薬は1回につき1滴(50μl)で十分です。点眼回数については種類によって異なるので、医師の指示に従いましょう。点眼薬の大半は、1本5ml(約100滴)が標準です。
- A2** 点眼薬をさした後は、目頭の近くにある涙点より鼻の方へと流れていく為、目頭を指で押さえるようにすることで目の滞留時間を延ばすことができます。
- A3** 2種類以上の目薬を同時に点眼する場合は、それぞれの薬が薄まってしまったり、目薬の成分同士が反応し合うので効き目に影響が出ないよう、少なくとも5分間以上は間隔をあげましょう。
- A4** 眼軟膏を併用する場合は、点眼をしてから眼軟膏をつけるようにしましょう。

# こんにちは、訪問看護です

このコーナーでは、私達訪問看護師から全ての患者さんご家族の方へ様々なメッセージを送ります。今回は在宅看取りについてお話しします。

## ～在宅での看取りをお考えのご家族の方へ～

日々のお世話や看病は、穏やかなことばかりではないと思います。ご本人を大切に思う気持ちとは逆に様々な不安と葛藤し、疲れて気持ちが沈むこともあるのではないかと思います。すべての思いを無駄にせず、どんな状況でも慌てず、落ち着いてお世話ができる心の準備ができるように、わたしたちはお手伝いさせていただきます。

## \*お看取りをされた方の体験談\*

24時間体制で、何かあるとすぐに来てくれるという安心感が一番ありました。だから、大変だとは思いませんでした。先生も来てくれますが、看護師さんの力が一番の安心感です。何をどうすればいいか教えてくれるので、一人でも大丈夫と思えました。私が安心して居ることで、主人も安心して過ごせました。(ご主人を看取られた奥様より)



\*健康問題や介護でお困りの方はお気軽にお問い合わせください!  
 TEL(042)989-7180

# 第40回 高麗郡建都1300年記念事業 記念大会 HIDAKA KAWASEMI MARATHON

## 日高かわせみマラソン大会

平成28年3月13日(日) 高麗神社 雨天決行



3月13日(日)第40回日高かわせみマラソン大会が開催され、病院から4名の職員が参加しました。3km・5km・10kmの部にエントリーし全員完走を果たしました。女子5kmの部にエントリーした職員は、3位入賞という好成績をあげるなど、仕事とは違った達成感と充実感を得られた一日でした。来年も多くの職員と参加し、爽やかな汗をかきたいと思えます。



「チームあさひ」のメンバー集合



当院では労働安全衛生法の健康診断も実施しております。集団でお受けになる場合や、個人の予定に合わせた少人数での受診も可能です。有機溶剤健診や電離放射線健診、じん肺健診などの特殊健康診断にも対応しております。人数によっては検診車で会社にお伺いさせていただくことも可能ですので、お気軽にお問い合わせください。



ご予約・お問い合わせ先  
西館1階 健康管理部  
042-989-0650(直通)

## リハビリテーション科コラム

### 「移乗動作の介助ポイント」

移乗動作とは、乗り移る動作のことです。この動作は基本的に「立ち上がり」「立位保持」「方向転換」「着座」の4つの動作から成り立っています。今回は、移乗動作における基本的なポイントを紹介します。

#### ① 車いすにつかまる



①立ち上がる姿勢になっているか？ ⇒重心の移動 座った状態ではお尻に重心があるため、脚は手前に引き、身体は前かがみになり、お尻から脚へ重心を移動させる。

#### ② おじぎするように立ち上がる



②タイミングを合わせる ⇒声掛けにて、お互いに立ち上がるタイミングを合わせることで、力任せにならない負担の軽い介助ができる。

#### ③ 立った姿勢を保つ

#### ④ 体を回転させる



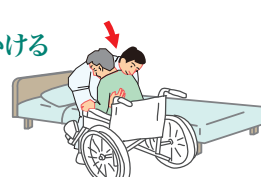
#### ③立位を保つ

⇒脚の支持力がしっかりしている場合は、自分でも頑張っていたいただき立位を保つ。

#### ④方向転換

⇒最もバランスを崩し易いため転倒には十分注意しましょう。

#### ⑤ ゆっくりと腰かける



#### ⑤着座

⇒身体を前かがみにして、膝を曲げゆっくりと行う(重心は膝)。重心が後方に位置すると勢いのある動作となり、危険です。

移乗動作には様々なタイプがあります。このため、各利用者にあった介助方法を見つけることが望めます。自分の腰も守りながらよりよい介助を続けましょう。

## 「相談しよう・そうしよう」



他の病院から転院を考えたい・治療費の心配がある・訪問診療を利用したい・介護保険制度や身体障害者制度について聞きたい等、患者様やご家族の入院・治療・療養に関するあらゆる疑問・相談に専任の医療ソーシャルワーカーがお応えしております。

お問い合わせ：地域医療連携室・医療福祉相談室  
042-989-8624(直通)

救急指定・労災指定

医療法人積仁会

# 旭ヶ丘病院

<http://www.sekijinkai.or.jp/>

〒350-1211 埼玉県日高市大字森戸新田99-1  
TEL 042-989-1121 FAX 042-989-6621

外来診療受付時間

平日8:00~11:30・13:30~16:30 土曜8:00~11:30  
午前の診療は9時から 午後の診療は14時からとなります。  
土曜日午後及び日曜日・祝日は休診