

ご自由にお持ち帰りください。

通信

eisei

つうしんえいせい

98

2024年7月発行



Contents

- 入職式&新入職員研修
- こども食堂
- スマイル永生
- 健康情報 オーラルフレイル
- 優マーク制度認定 みなみ野病院
- 永生会のご近所さん ご紹介します
- 永生会 キラリ人

入職式 & 新入職員研修



2024年度の入職式は永生会、明生会、高生会合同で八王子市にあります、東京たま未来メッセで行われました。新卒者、中途入職者合わせて155名の方に入職していただきました。今年は海外からの入職者も16名迎えました。

4月2日からは新入職研修が5日間。法人内外の各講師の座学に加え、「認知症を通じた街づくり」の講座では、DAYS BLG!はちおうじのメンバーである、認知症当事者の方と実際に触れ合う機会を設けました。認知症であっても特別扱いせず、しかし尊厳を持って接してほしいという当事者の声を直接聞くことができました。



入職式・新入職員研修の様子はこちら！



グループワーク

またグループワークでは施設、職種の枠を超えた7グループに分かれ、それぞれの目標を話し合いながら完成させました。このグループでは半年後に経過報告、1年後に振り返りのグループワークを予定しています。新入職員のみなさんが1年後どのような成長をしているか今から楽しみです。みなさんあたたかく見守ってください。



こども食堂を開催しました！

3月9日に、みなみ野病院の隣接地であるキッチンうえるびにて、永生会として2回目のこども食堂を開催しました。普段は外食が難しい医療的ケア児の3家族13人をお招きし、家族全員に同じ料理を提供しました。地元の農家から新鮮な野菜も提供いただき、大変ありがたく使わせていただきました。今回も管理栄養士のスタッフが丁寧に調理した料理は、参加者から「おいしい！」と喜ばれました。



メニュー

- ・栄養満点グラタン
- ・ふわふわとろけるパン粥
- ・チョコレートムース



マリオの登場に
大喜び！

安藤理事長も
かけつけてくれました！

おいしい！



永生会は、今後も地域やスタッフの思い出づくりになるようなイベントができるようチャレンジしていきます。



介護サービス

スマイル永生のご紹介

介護サービススマイル永生は、永生クリニック2階にある通所リハビリです。身体機能や日常生活に合わせて、3時間コースと1時間コースを選択できます。クリニックが併設されているため、体調悪化の際にも対応が可能です。要介護クラスだけでなく、介護予防クラスもありますので、お気軽にご相談ください。



▲ 集団でのトレーニング



認知症専門プログラム

介護サービススマイル永生では、認知機能低下を予防するため作業療法士、理学療法士が主体となって少人数での作業活動をしています。作品は永生クリニック2階の廊下に掲示しています。是非ご覧ください。また、認知機能と関連性が強いとされる運動療法も、お一人おひとりにオーダーメイドのプログラムを提供しております。

おふたりの作品です。



こいのぼりも私たちの作品です



失語症に対するリハビリテーション

失語症の方のための集団リハビリや個別リハビリにも対応しています。また、その他の高次脳機能障害や嚥下機能が低下している方にも、個別に対応ができます。



栄養指導・口腔ケア

管理栄養士や言語聴覚士による、飲み込みの指導や栄養指導などもおこなっています。運動器疾患、脳卒中などの神経疾患、パーキンソン病などの神経難病の方にも対応しております。



ご存知ですか？オーラルフレイル

近年、フレイル（虚弱）やサルコペニア（筋肉の減少）という言葉は少しずつ耳にするようになりましたが、**オーラルフレイル**という言葉をご存知でしょうか。

オーラルフレイルとは口腔機能の軽微な（ささいな）低下や食の偏りなどの身体の衰えの一つです。最近、むせたり、食べこぼしが増えた、食欲がないというようなことはありませんか？他にもかたいものが食べにくい、滑舌が悪くなったなどの自覚症状があればオーラルフレイルの初期症状かもしれません。口腔機能の低下は心身機能の低下につながります。ぜひご自分の状態をチェックしてみましょう！

セルフチェック

質問事項	はい	いいえ
半年前と比べて、かたい物が食べにくくなった	2	
お茶や汁物でむせることがある	2	
義歯（いれ歯）を入れている	2	
口の渇きが気になる	1	
半年前と比べて、外出が少なくなった	1	
さきイカ・たくあんくらいのかたさの食べ物をかむことができる		1
1日2回以上、歯を磨く		1
1年に1回以上歯医者に行く		1

出典：東京大学高齢社会総合研究機構 田中友規 飯島勝夫

合計の点数が・・・

0点～2点
オーラルフレイルの
危険性は低い

3点
オーラルフレイルの
危険性あり

4点以上
オーラルフレイルの
危険性が高い

オーラルフレイル対策をしよう！

オーラルフレイルをそのまま放置すると身体的フレイルの発症リスクが2.4倍、サルコペニアが2.1倍、要介護認定が2.4倍、総死亡リスクが2.1倍という研究報告もあります。

※歯科診療所におけるオーラルフレイル対応マニュアル2019年版（公社）日本歯科医師会



● 今すぐできる！お口の体操 ●

1 口すぼめ深呼吸

① 鼻から息を吸います。
② ろうそくを吹き消すように、口をすぼめて息を吐きます。
回数目安：5回

3 頬ふくらまし・すぼめ

① 口を閉じたまま頬をふくらませます。
② 頬をすぼめます。
回数目安：5回

5 だ液腺マッサージ

位置の確認
① 耳下腺 ② 顎下腺 ③ 舌下腺

① 耳下腺への刺激
親指以外の4本の指を頬にあて、ぐるぐるまわします。
回数目安：10回

② 顎下腺への刺激
③ 舌下腺への刺激

2 うーいー体操

① 「うー」と唇をとがらせず。
② 「いー」と口を横に開きます。
回数目安：5回

4 舌のトータル体操

① 口を大きく開け舌を突き出します。
② 舌を左右に動かします。
③ 舌を上下に動かします。
回数目安：5回

② 顎下腺への刺激
耳の下からあごの先まで5か所を目安に押します。
回数目安：10回

③ 舌下腺への刺激
あごの真下から舌を押します。
回数目安：10回

出典：八王子けんこう体操パンフレット

みなみ野病院が 優良防火対象物認定表示制度 (通称：優マーク制度) に 認定されました!



優良防火対象物認定表示制度 (通称：優マーク制度) とは、消防署長が防火上優良と認めた建物に、火災に強い安全・安心な建物であることを示すマーク (優マーク) を表示することができる制度です。

この度みなみ野病院では、八王子市内の医療機関としては2施設目となる優マーク制度に認定されました。

これは、最低限の安全対策や法令基準の他、認定基準を

満たしているか消防署が審査し、クリアした安全・安心な建物だけが認められる制度です。みなみ野病院は、これからも安心してみなさまにご利用いただけるよう努めてまいります。



永生会のご近所さん をご紹介します!

ベーカリーショップ ファリーヌ

永生病院から徒歩5分、高専通り沿いのパン屋さん、「ベーカリーショップ ファリーヌ」さんでは、おいしさを追求するだけでなく、腎臓病の方のための腎臓病用低たんぱく減塩パンや、低カロリーケーキなど療養食パンの開発にも力をいれています。

またハム・ベーコン・ローストビーフなどは手間暇をかけた自家製です。さらに、素材にこだわり、添加物を極力抑えた商品を提供しています。店主のこだわりが詰まったパンをぜひご賞味ください。



FILE.1



ベーカリーショップ ファリーヌ

八王子市市田町 586-5
TEL: 042-666-2906
京王線：めじろ台駅 徒歩約9分
通販もやってます!

ファリーヌ



永生会

キラリ人

今回のキラリ人はみなみ野病院 緩和ケア認定看護師の渡邊麻紀子さんです。みなみ野病院は八王子市内で唯一の緩和ケア病棟を有する病院です。今回は緩和ケア認定看護師でもある渡邊さんにお話を伺いました。

Q 緩和ケア認定看護師を目指した理由を教えてください。

看護学生時代に映画『病院で死ぬということ』を見て、生と死について考えるようになりました。永生病院に入職後、療養病棟で高齢者の終末期看護を経験し、終末期の大変さや重要性を学びました。避けられない死に対する看護やケアを体系的に学び直したいと思い、緩和ケア認定看護師の学校に通い、資格を取得しました。

Q 緩和ケア看護について教えてください。

緩和ケア病棟は八王子市ではみなみ野病院しかありません。緩和ケア病棟は特殊な病棟かもしれませんが、病棟でおこなわれる看護は特別ではありません。緩和ケア看護は緩和ケア病棟でなくてもどこでもできます。

しかし、当院の緩和ケア病棟では、緩和ケア認定看護師だけでなく、緩和医療専門医や緩和薬物療法認定薬剤師、その他、理学療法士、作業療法士、管理栄養士、介護職など多職種で関わっています。また、看護師でもあり僧侶でもあるスピリチュアルケア師が非常勤として患者さんのお話を聞いてくれています。患者さんの症状コントロールだけでなくご家族のケアも必要な病棟だからこそ、少しでもここに来てよかったと思ってもらえるように緩和ケア病棟ならではの取組みを増やしていくことが私たちにできることかなと思っています。



みなみ野病院
緩和ケア認定看護師

渡邊 麻紀子さん



Q これからの目標はありますか。

2019年の開設後しばらくして、COVID-19の影響もあり、ドッグセラピーやアロマセラピーなどボランティアの受け入れができなくなりました。最近やっと面会制限が緩和され、今後はさらに院内外の方たちとの交流の可能性があると思うので、患者さんの様々な希望に応えられるように、一つひとつ活動を実現していきたいです。また、急性期から在宅まで法人内外で連携し、意思決定支援システムの八王子モデルのようなものができたらいいと考えています。

緩和ケアとは・・・

緩和ケアとは、生命を脅かす病に関連する問題に直面している患者とその家族のQOL(生活の質)を、痛みやその他の身体的・心理社会的・スピリチュアルな問題を早期に見出し的確に評価を行い対応することで、苦痛を予防し和らげることを通して向上させるアプローチ。

WHO(世界保健機関)の緩和ケアの定義 2002年

医療・介護を通じた街づくり・人づくり・思い出づくり



永生病院	〒193-0942	東京都八王子市栲田町583-15	☎ 042 (661) 4108
南多摩病院	〒193-0832	東京都八王子市散田町3-10-1	☎ 042 (663) 0111
みなみ野病院	〒192-0916	東京都八王子市みなみ野5-30-3	☎ 042 (632) 8118
永生クリニック	〒193-0942	東京都八王子市栲田町588-17	☎ 042 (661) 7780
クリニック0 (ゼロ)	〒193-0943	東京都八王子市寺田町490	☎ 042 (666) 1556
クリニックグリーングラス	〒193-0835	東京都八王子市千人町4-12-3	☎ 042 (673) 5558
グリーングラス南大沢クリニック	〒192-0372	東京都八王子市下柚木2-26-11	☎ 042 (682) 3580
メディカルリゾート柏の葉 健診クリニック	〒277-0871	千葉県柏市若柴178番地4 柏の葉キャンパス148街区2 KOIL 4階401号室	☎ 04 (7138) 6661

認知症グループホーム

寿限無	〒193-0942	東京都八王子市栲田町590-4	☎ 042 (662) 6500
南風	〒192-0372	東京都八王子市下柚木2-26-11	☎ 042 (689) 5702

介護老人保健施設

イマジン	〒193-0942	東京都八王子市栲田町583-15	☎ 042 (662) 7000
マイウェイ四谷	〒160-0015	東京都新宿区大京町1-3	☎ 03 (3355) 0428
オネスティ南町田	〒194-0004	東京都町田市鶴間7-3-3	☎ 042 (788) 0373

訪問看護ステーション

とんぼ	〒192-0914	東京都八王子市片倉町440-2	☎ 042 (632) 6351
めだか	〒192-0916	東京都八王子市みなみ野5-30-25	☎ 042 (683) 1522
ひばり	〒193-0835	東京都八王子市千人町2-13-8-1F	☎ 042 (649) 6917
いるか	〒192-0364	東京都八王子市南大沢1-18-11-A103	☎ 042 (659) 2213
口笛	〒194-0004	東京都町田市鶴間7-3-3	☎ 042 (706) 8810

居宅介護支援事業所

居宅介護支援事業所 片倉	〒192-0914	東京都八王子市片倉町440-2	☎ 042 (632) 6335
ケアプランセンター ぴあの	〒194-0004	東京都町田市鶴間7-3-3	☎ 042 (706) 8808

八王子市高齢者あんしん相談センター

高齢者あんしん相談センター 由井	〒192-0914	東京都八王子市片倉町119-4由井事務所内	☎ 042 (632) 6331
高齢者あんしん相談センター 館	〒193-0944	東京都八王子市館町156 館事務所内	☎ 042 (673) 6425
高齢者あんしん相談センター 追分	〒192-0056	東京都八王子市追分町7-17	☎ 042 (686) 1713

訪問介護

在宅総合支援サービス (有) 十字会ケアステーション	〒193-0833	東京都八王子市めじろ台1-9-1	☎ 0120-537-080
-------------------------------	-----------	------------------	----------------

シャトルバス運行中!!



永生会ではシャトルバスを運行しております。ぜひ、ご利用ください。

