

ご自由にお持ち帰りください。



eisei

つうしんえいせい

91



Contents

- 脊椎専門のドクター入職 永生病院
- 自衛消防訓練審査会に出場しました
- 認知症家族会 高齢者あんしん相談センター追分
- スマホ相談会 高齢者あんしん相談センター片倉
- 夏バテ防止レシピ！ ●分所移転のお知らせ 栄養ケアステーション
- うちわづくり イマジン ●ショートステイ 認知症グループホーム南風
- キラリ人 永生会 在宅総合ケアセンター 山本徹さん

永生病院に脊椎専門のドクターが入職しました

整形外科の中でも脊椎疾患を担当しております中橋昌弘です。

脊椎疾患とは首（頸椎）から背中（胸椎）、腰（腰椎）の異常によって生じる病気です。

その中には脊柱管狭窄という神経の圧迫により様々な症状が出現する疾患があります。

頸椎で神経の圧迫が起こると、手足の痺れや細かな動作が困難となる^{こうち}巧緻運動障害、歩行困難と言った症状が出現し、胸椎や腰椎では足の痺れや痛み、筋力低下などの症状が出ます。治療は症状により様々ですが、痺れや痛みを緩和するような投薬、各種ブロック注射などがあります。

これらの治療でも症状が緩和しない場合や筋力低下などを生じている場合には手術治療を検討します。手術方法としては神経を圧迫している骨を削り除圧を行う椎弓切除術や不安定な骨（椎体）を固定する椎体間固定術、脊柱管を広げる椎弓形成術などがあります。最近では体への負担を減らす低侵襲手術が取り入れられております。上記のような症状でお悩みの方は、当院では症状に応じた検査、治療を行っておりますので一度受診いただければと思います。



中橋 昌弘

- ・医学博士
- ・日本整形外科学会認定 整形外科専門医
- ・日本整形外科学会認定 脊椎脊髄病医
- ・日本脊椎脊髄病学会認定 専門医
- ・日本脊椎脊髄病学会認定 脊椎脊髄外科指導医



整形外科の常勤医師



関節担当
整形外科医長
鈴木貴士

整形外科部長
スポーツドクター
久保村達也

脊椎担当
中橋昌弘

関節担当
小島啓



整形外科顧問
今村安秀

整形外科の外来は永生クリニックまで
受診は予約制です。

TEL : 042-661-7780

受付時間	月	火	水	木	金	土
午前 8:30 ~ 11:30	久保村	大野	星野	脊椎 嶋村(第2・4週)	宮方	側彎脊椎診 町田(第1・3週)
	小島	中橋	高橋	今村	今村	第1週 岩間 山崎 第2週 白石 第3週 遠藤
	鈴木	松崎	鈴木	榮	児浦	久保村(第1週休診)
				山口		中橋
午後 13:00 ~ 15:30		大野		脊椎 嶋村(第2・4週)		側彎脊椎診 町田(第1・3週)
	小島	脊椎診 中橋	高橋	及川		第1週 岩間 第2週 白石 第3週 遠藤
	膝・股関節診 鈴木	松崎	スポーツ関節診 久保村	膝・股関節診 小島	児浦	
				山口		

自衛消防訓練審査会に出場しました



7月19日 創価大学ビクトリーグラウンドにて3年ぶりとなる第53回自衛消防訓練審査会が開催されました。この審査会は火災の発生から消防隊到着までの間に自衛消防隊が行うべき、消火、通報、避難誘導の一連の消防活動について、その活動技術を競いあうものです。

永生会からは、2号消火栓(男子・混合隊)の部に南多摩病院から2隊、永生病院から1隊、2号消火栓(女子隊)の部に永生病院から1隊、計4隊のチームが出場しました。

それぞれ、従業員時間後などに練習を重ね、当日に挑みました。



南多摩病院A隊が優勝、永生病院男子隊が準優勝、永生病院女子隊も準優勝と、素晴らしい結果を残すことができました。



火災による被害を最小限に抑えるために、日頃から訓練を重ね、「自分たちの職場は自分たちで守る」ために、万が一火災が発生した場合でも慌てずに対応するために必要な訓練です。

永生会では今後も様々な取り組みをおこなってまいります。



認知症家族会 高齢者あんしん相談センター追分

高齢者あんしん相談センター追分では、認知症家族会を八王子市中央図書館で定期的を開催しています。認知症の家族の方へ情報をお伝えしたり、お互いの悩みを聞いたり、お話しする会です。5月の家族会では、実際に前頭側頭型認知症と診断された竹内裕さんにお越しいただき、自身の体験を語っていただきました。

竹内さんはまだバリバリの営業マンだった59歳のころ、認知症と診断されました。仕事が続けられなくなった経緯や、実際に自分で感じたこと、引きこもってしまい、うつ病のようになってしまった時期や、それを乗り越え、日本全国を認知症当事者として講演するようになったことなどをざっくばらんにお話ししてくださいました。

参加されたみなさんは興味深く耳を傾け、竹内さんが実際に工夫していることや、引きこもりを乗り越えたきっかけなどを質問し、「大変勉強になった」などの声が聞かれました。



高齢者あんしん相談センター追分での家族会やその他ご相談については、こちらへお問い合わせください。

高齢者あんしん相談センター追分 TEL: 042-686-1713

高齢者あんしん相談センター追分の担当地域はこちら

追分町、千人町1丁目から4丁目、日吉町、元本郷1丁目から4丁目

ご自身の地域の高齢者あんしん相談センターは八王子市のWEBサイトをご確認ください。

スマホ相談会 高齢者あんしん相談センター片倉

スマホを使いこなせない高齢者のために、高齢者あんしん相談センター片倉×はちまるサポート由井×東京工科大学と共同で「スマホ相談会」の企画、開催をいたしました。

基本相談のほかに、LINEの使い方や、地図の使い方、写真機能を使いこなしたい、などの希望を学生のみなさんが個別にうかがい、使い方を学んでいただきました。

参加者からは「市のアプリが登録できました！」「個別でわかりやすく気軽に聞きました」「定期的開催してほしい」等の声がありました。また、学生のみなさんからは「伝え方が勉強になった」「高齢者の学びたいという意欲を実感した」との声が聞かれました。

あんしん相談センター片倉としてはサクセスフルエイジングを目指し、高齢者の地域課題に積極的に取り組んでいきたいと考えております。



高齢者あんしん相談センターでは地域の相談窓口として介護や福祉サービスなどのご相談を受けています。こんなこと聞いてもいいのかな…? というようなことでもお気軽にご連絡ください。

高齢者あんしん相談センター片倉 TEL: 042-632-6331

高齢者あんしん相談センター片倉の担当地域はこちら

小比企町、片倉町、西片倉町1丁目から3丁目、宇津貫町、みなみ野1丁目から6丁目、兵衛1丁目から3丁目、七国1丁目から6丁目、打越町(片倉台地区 1481番地、1491番地、1499番地、1577番地、1589番地)

ご自身の地域の高齢者あんしん相談センターは八王子市のWEBサイトをご確認ください。

夏バテ防止レシピ！



豚肉の冷しゃぶ ごま油香る塩レモンだれ



豚肉のビタミンB1、レモンのクエン酸、ごま油は疲労回復に最適です。また、にんにく、レモンの酸味は食欲増進につながります。このたれは万能なのでいろんな夏野菜に使えます！ぜひご自身でもアレンジを！

材料(1人前)

豚肉ロース	100g	レモン汁	大1
酒(茹でる用)	大2	鶏ガラスープの素	小さじ1
レタス	1枚	おろしにんにく	小さじ1/4
きゅうり	1/2本	塩	小さじ1/4
トマト	1/4個	こしょう	少々
		ごま油	大1

たれ

作り方

- ①レタスは1cm幅、きゅうりは縦半分にして斜め薄切り、トマトは一口大に切る
レタスときゅうりは合わせ、トマトとともに器に盛り付け、冷蔵庫で冷やしておく
- ②鍋に湯を沸かし、酒を加える
- ③豚肉を1枚ずつ茹で、色が変わったならざるにあげてそのまま冷ます
- ④レモン汁、鶏ガラスープの素、おろしにんにく、塩、こしょう、ごま油をよく混ぜ合わせる
- ⑤冷やしておいた野菜に肉を盛りつけ、④をかけて完成！

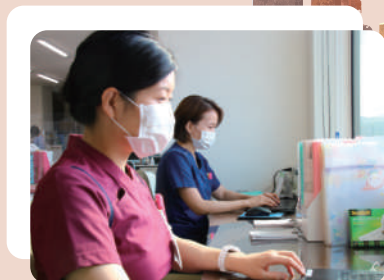


永生病院認定栄養ケア・ステーションが分所移転しました。

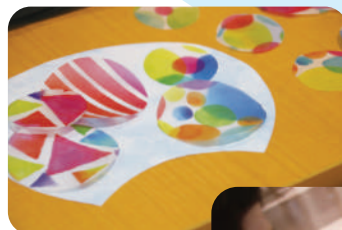


認定栄養ケア・ステーションは7月1日から、みなみ野病院隣地の訪問看護ステーションめだかと同じ事務所に分所移転しました。所長の岡部は永生病院、大澤と大槻はめだか事務所に勤務しています。訪問栄養食事指導のほか、市の地域リハビリテーション活動支援事業「食ナビ訪問」も開始し、地域の高齢者の食や栄養の支援に日々取り組んでいます！めだか事務所の2階には素敵なキッチンがありますので、こちらを活用して地域の料理教室や市民講座なども今後やっていきたいと思っています。

所長 岡部貴代



うちわづくり 老健イマジン



7月、老健イマジンのデイケアでは利用者みなさんとうちわをつくりました。

職員と一緒にうちわづくりをした利用者の方は「これ持って帰っていいの？うれしいわ」とにこにこ。とても楽しそうに過ごしていらっしゃいました。

イマジンのデイケアをご利用になりたい方、また入所をご検討の方は担当のケアマネジャーか、相談員にご相談ください。

イマジン TEL: 042-662-7000

イマジンではリハビリだけでなく、さまざまなことに取り組んでいます。コロナ禍でできなくなったことも多いですが、少しでもイマジンに通うことで楽しく過ごしていただけるよう工夫しています。

9月から

みなみかぜ 認知症グループホーム南風で 緊急ショートステイがはじまります。



今年3月開設した認知症グループホーム南風では9月より緊急ショートステイをはじめます。

リビングの一角に個室を設け、ショートステイ用のスペースをつくり、対応いたします。

詳細は認知症グループホーム南風までお問合せください。

認知症グループホーム南風
TEL: 042-689-5702

八王子市下柚木2-26-11



永生会

キラリ人

今回の永生会キラリ人は在宅総合ケアセンターと広報連携・地域支援事業部を兼任する山本徹さんです。山本さんはST(言語聴覚士)として活躍していますが、他にも様々な活動をされています。

Q はじめは社会福祉士からキャリアをスタートしたと伺いましたが、言語聴覚士になろうと思ったきっかけはありますか。

はじめは障害者授産施設(今でいう就労支援施設)で働いていました。そのころに知的障害を持っている方々がコミュニケーションだったり、意思疎通や意思決定などの支援が入ることでもっと本人たちの思うような暮らし方や過ごし方ができるんじゃないかと思っていました。さまざまな支援の中でも、特にコミュニケーションの支援を専門にしようと思った時に言語聴覚士という職種に出会いました。言語聴覚士を目指したころから意思疎通支援や意思決定支援という大きな軸は二十数年、私の中で今も変わっていません。

Q 言語聴覚士のお仕事って幅広いですね。

そうですね。在宅での支援というのは、病院でおこなうような嚥下に対する訓練や発声などの訓練だけではなく在宅では次のステージに移っているので、本人だけではなく家族も含めてこれからどうしたいのか、を支援していくことがメインになってくると思います。最近は「こういう風にやってください」「こうすると良いですよ」のような助言などはあまりしていなくて、今何に困っていて、本人がどうしたいか、を聞く。病気や障害などによって、コミュニケーションや意思決定などが難しくなってきた方々が、人に話すことで自分の考えが整理できたり、家族が答えを持っているので、そこはプロとして、本人の考えや希望を引き出せるようにしています。自分の力でなんとかできるようにしていく。できるようにするためにはどうしたら良いか。そんなことをちゃんと引き出す。これが意思決定支援ですね。



中途入職者研修



医療法人社団永生会 在宅総合ケアセンター 副センター長
法人本部 広報連携・地域支援事業部 連携・委託事業推進室

山本 徹さん

Q 他にもどのような活動をしていますか。

館が丘団地の地域食堂「たてキッチン“さくら”」の「さくら保健室」にも参加しています。他の職種と一緒に言語聴覚士として、食べることやコミュニケーションの相談にのっています。あとは八王子市の事業として食ナビなども栄養ケア・ステーションと一緒に関わっていますね。

八王子市障害者福祉課の事業で失語症サロンをつくり、失語症がある人の活動の場と失語症者向け意思疎通支援で養成研修を受けた一般市民の方たちが活躍できるようにする場を作ったりもしています。

Q 本当に幅広いですね。今後の目標はありますか。

意思決定支援っていう切り口で、今やっている様々なことを文章化して、アウトプットできたらいいですね。



食ナビ 打ちあわせ

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	東京都八王子市櫛田町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	東京都八王子市櫛田町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

認知症グループホーム

寿限無	〒193-0942	東京都八王子市櫛田町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	東京都八王子市櫛田町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

ケアプランセンター えいせい	〒193-0942	東京都八王子市櫛田町583-15	☎ 042 (662) 7020
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 片倉	〒192-0914	東京都八王子市片倉町440-2	☎ 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
※令和4年5月16日に寺田から名称変更及び移転予定。電話番号に変更はありません。			
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	☎ 0120-537-0800
-------------------------------	-----------	------------------	-----------------

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。

