



新潟医療生活協

12月号

2020 VOL.528

https://niigata.iryu-coop.com

基本理念「人間を大切にすることがすべての根元である」

組合員の現勢 (2020年10月31日現在)

- 組合員数 …… 44,712名
- 出資金総額 …… 23億3,395万円

新潟医療生活協同組合 〒950-0862 新潟市東区竹尾4-13-3 ☎025(273)2151

発行責任者 鈴木克夫 毎月1日発行(月間)定価20円 機関紙「新潟医療生活協」の購読料は出資金に含まれるものとする。

木戸病院をご利用の皆様へ

木戸病院「障がい者用駐車場」 利用方法の変更についてお知らせ

2020年11月1日より、「発熱外来」の設置にともない木戸病院の「障がい者用駐車場」の利用方法を下記のとおり制限させていただきます。

〔利用対象者〕 発熱外来受診患者

障がい者用駐車スペースには限りがあります。利用対象者以外の方は、より必要な方が利用できるよう一般の駐車場をご利用くださいますようお願い致します。なお、夜間・休日につきましても同様の利用方法となります。



ご迷惑をお掛け致しますが、ご理解ご協力の程よろしくお願い申し上げます。

新潟医療生活協同組合 木戸病院

発熱の場合、まずは お電話をお願いします

木戸病院では、発熱者の密集による院内感染の拡大防止対策として発熱トリージを行っています。発熱のある方と無い方が同じ待合室で重ならず診察を受けられるように、動線を分けています。

木戸病院では、インフルエンザ流行期〜大流行期の前に、院内において発熱患者さまの密集を防止し、院内感染防止対策として、11月より発熱トリージ(選別)して診察をする運用を開始いたしました。院内における新型コロナウイルスの感染症の院内感染防止のため、ご来院のすべての皆さまに正面玄関での検温を行っています。

発熱トリージと 正面玄関での検温

院内における新型コロナウイルスの感染リスクを避けるため、発熱のある外来受診患者さまとない

患者さまの発熱の有無を考慮し、診察場を分け、発熱待合室や発熱者専用の診察室を使用しています。発熱のある外来受診患者さまは、発熱待合室での待機が必要です。

車で来院された発熱の ある外来患者さまについて

車で来院された発熱のある患者さまには、問診や診察までの間、車内で待機をお願いしています。

〔発熱者専用の診察室での診察〕

問診よりインフルエンザや新型コロナウイルス感染症の疑いがあると医師が判断した場合、発熱者



発熱外来の受診者用駐車場には三角コーンがごございます

専用の診察室での診察となります。車内で待機をして頂き、順次発熱専用の診察室へ入室を行います。診察終了後は、院内に入ることもなく、診察室より帰宅が可能です。

37.5度以上の発熱を伴った体調不良で受診される方は、まずは電話での問い合わせ、正面玄関での申告をお願いします。ご協力よろしくお願い致します。

木戸病院 予約センター ☎025(273)2175

芦沼

「コロナ禍における生活様式」 感染者数が増え続け収束の見えないコロナ禍の中、インフルエンザ感染にも注意が必要な時期。発熱患者、コロナとインフルエンザ感染同時陽性の報道。真冬に向かっどうなるのか▼H氏の勧めで読んだ書籍のウィルス学者、夏場は湿度が高くウィルスを含んだ飛沫の粒子が大きく肺に行かずに鼻先で留まっているため重傷者が少なかったが、冬は屋内の暖房により空気が乾燥するため粒子が小さくなり容易に肺の奥まで吸い込まれ重症化しやすいという。またこの春時点の超過死亡者数増加は、隠れたコロナ感染者が多くなったとの意見もあるが、コロナの恐れ過ぎもたらした介護の必要高齢者と介護の分析があつたのでないかと分析する▼コロナ感染症は今後収束しても、集団免疫の獲得がなければ数年は感染流行の可能性がある。コロナが怖い、人間らしい生活を送れない、息もできない…それでは何とかしなければ。「人間を大切にすること」が、すべての根元であるとの基、密を避けつつ心から親密といえる新潟医療生活協の生活様式を皆で考えよう。

(A.Y)

「正しい学び、正しく恐れることが大切」

―木戸病院 重点病棟での取り組み―

木戸病院では、3月から新型コロナウイルス感染（以下、新型コロナ）の入院受け入れを開始しました。病院では、新型コロナに對しどのように向き合っているのか。今回は、その最前線にいる重点病棟勤務の看護師長・主任にインタビューしました。

Q 重点病棟の看護スタッフとして、新型コロナに對してどのような事に注意をしていますか？

とにかく「自分が感染しない、そして感染源とならない」。そのことを第一にスタッフ全員が注意しています。重点病棟の運用を始める前に何度も学習会を行い、「新型コロナに對する正しい知識」を学びました。正しく学び、きちんと予防を行い「正しく恐れる必要がある」という事を心がけ業務にあたっています。

また、一人ひとりがいろいろな気持ちを抱えながらも、重点病棟への配置換えを断る職員は一人もいませんでした。みんな使命感を持って、この病棟で働いてもらっている事にいつも感謝しています。

私たち看護師は、治療に向かう時に予防衣を着て接することになりますが、それは患者さまへ圧迫感を与えてしまい、心の面で負担やストレスになっていくのだと感じました。その後、新型コロナの患者さまに對する接し方などの学習を行い、「心のケア」にも注意するようになりました。

スタッフも新型コロナと関わるのは怖いと思いますが、感染したご本人が

一番不安を抱えています。その「心」もケアしていく事が、なにより大切だと感じています。

Q 地域の組合員、患者さまに向けてのメッセージはありますか？

大切なのは「正しい知識をもつこと、そして感染対策をして日常の生活を送ること」だと思います。地域のみなさんが安心して病院を利用して頂けるよう、感染予防対策をしっかり行い、安全な医療を提供していきます。



新型コロナウイルス対策に係る 職員のプロ意識

―看護職員のアンケートから見えたこと―

看護部長 武田 千秋

木戸病院では、4月から新潟県内の感染者増加時に対応するため、病棟単位で準備をする事が決まりました。

すぐに始めたのは、看護職員の配置を決めることです。そのため看護職員へ持病と妊娠の有無に関するアンケート調査を行いました。アンケートには、その他多くの意見が寄せられました。一番多かったのは「同居の家族へ感染させるのでは」という不安、次に「自身が感染した時の保障や運用について」、ほかには「家族が仕事に行けなくなるのでは」などがありました。

アンケートの結果を受け、新型コロナウイルスの感染から身を守る知識と技術を獲得すること、心理面の支援、帰宅できない場合の住居の準備を始めました。実際に病棟の運用が開始され、これまでに5人の職員が用意した住居を利用し自宅へは帰りませんでした。

重点病棟の職員に對しては、毎月アンケートを実施し、困っていることなど意見をもらうようになっています。最初の2か月は、今後の配置換えにより職場が変わることへの不安、入院患者が0人の時期もあり患者さま

へのケアを提供する機会がないことで職務上の満足感が低下したことや、いつ感染者の入院連絡が来るのかと思うと緊張感が途切れないなどの心理面の訴えが多くありました。職員の心のケアは準備段階から対策を検討して行っていました。重点病棟の体制を始めてからは、これまでの経過を新たな配置職員へ説明する、カウンセラーからの研修会を行う、感染から身を守るための教育や訓練を繰り返し自信につなげる、活動しやすいユニフォームを取り入れる、希望者に住居を準備する、等々を行ってきました。

現在、5か月がたとうとしていますが、家族や自身が感染することへの不安、先の見えない非日常の体制にもストレスを抱えています。しかし、「日常的な訓練や学習で不安が軽減した」、「子どもの学校生活に影響が出ない心配だったが大丈夫」、「訓練は配置前に実施したほうが効果的」などこれまでとは違う意見も出てきています。師長・主任は、新しく配置された職員へ「患者さまと職員自身の身を守る」「患者さまに寄り添う看護を継続する」ということを最優先にしてもらい病棟を運営してい

ます。同時に「感染者となって入院される患者さまは、私たちが以上の不安や辛さを抱えている。その方にも寄り添い看護を提供するのが看護師」とスタッフへ語り、スタッフもこれに心掛けています。

重点病棟以外の職場でも、配置換えの職員への指導や増加した業務量に對ししながら患者さまへの継続した看護の提供に努めています。また、外来職員は、新型コロナウィルスが国内発生以降最前線で患者対応を継続して行っています。看護部長として、どんな状況下でも患者さまへの看護の提供を最優先に業務に取り組む看護職員全員に感謝しています。

病院には、医師をはじめとする多くの医療職や事務職員が働いています。看護師だけではなく、職員全員がコロナ禍以前と同様に医療を提供するために日々努力しています。このコロナ禍、新潟医療生活協同組合が地域の皆さまに支えられていると改めて実感しています。マスクの購入が厳しい時期に地域の方々の手作りマスクをいただきました。診察にいらっしゃった多くの患者さまに提供をさせていただきました。また、「こんな時期だから生協を守るために頑張る」などのありがたい言葉もいただきました。改めて、私だけなく、職員の感謝の気持ちを

をお伝えしたいと思います。

そのいびき、大丈夫ですか？



耳鼻咽喉科
石岡 孝二郎

いびき

いびきは、睡眠中のどから発生するやかましい呼吸音です。非常に一般的な症状で、老若男女問わず多くの人がいびきをかきまします。1歳〜8歳の小児で約1割、成人男性は約5割、成人女性の約3割で習慣的ないびきがみられます。いびきの大きさは様々で、寝息に毛が生えた程度のかわいいものから、隣室にまで響き渡る地鳴りのようなまであります。自らの大きないびきで目を覚ます人もいます。

いびきの問題点

いびきという症状は、睡眠中に発生するため通常自覚症状がありません。そのため、本人よりも寝室を共にする家族に指摘され初めて気づくことが多いです。一方の家族は、毎晩睡眠を妨害され悩まされる事になります。この認識のズレは、家族間不和の原因となることもありまます。本人は自覚していませんので、受診や検査を受ける際の障害となることがあります。

良くないいびき

いびきには、放っておいて良いものと良くないものがあります。風邪や花粉症など一時的な鼻づまり、激しい運動や重労働での疲労、深酒など思い当たる節があり、無呼吸を伴わないいびきは、騒音の問題を除けば通常治療の必要はありません。しかし日常的にいびきをかく人で、大いびきをかいたと思ったら呼吸がしばらく止まり、しばらくすると大いびきが再開するタイプのいびきは良くないいびきです。睡眠時無呼吸症の可能性があります。



睡眠時無呼吸症

睡眠時に10秒以上呼吸が停止するのは普通ではありません。ご家族の睡眠中の呼吸停止時間を計ってみてください。10秒以上であれば、睡眠時無呼吸症の可能性がります。精密検査で10秒以上の無呼吸が1時間あたり5回を超えるると、成人は睡眠時無呼吸症と診断されます。小児では1回を超えただけで睡眠時無呼吸症となります。また小児では呼吸停止が10秒に満たなくても2回連続の呼吸停止がみられるとやはり睡眠時無呼吸症と診断されます。

睡眠時無呼吸症は、昼間の眠気を引き起こし、交通事故や職場炎の原因になります。また放置すると、糖尿病、動脈硬化を引き起こし、高血圧、心疾患、脳卒中の原因となります。小児では、成長・発達不全、落ち着きのなさ、注意力の欠如、学業成績不良などの原因となることがあります。

本戸病院は以前より睡眠時無呼吸症の診断、治療に力を入れていきます。年間150件の睡眠検査を実施しています。本戸病院は小児でも睡眠検査が実施できる新潟県でも数少ない病院です。いびきが気になるようでしたら耳鼻咽喉科にご相談下さい。

ほほえみだより

介護老人保健施設
ほほえみの里きど

ハロウィンおやつバイキング!

ほほえみの里きどでは、10月29日に「ハロウィンおやつバイキング」を実施しました。ハロウィンのカボチャにちなんで、カボチャを蒸して手作りした「特製かぼちゃプリン」を用意したり、和菓子・洋菓子・クッキーにチョコレートと、様々な種類のおやつを準備したりして利用者さまにお好きなものを選んでいただき、おやつタイムを楽しみました。

衣装や帽子を身に着けての記念撮影も行い、笑顔いっぱいのおやつバイキングとなりました。ほほえみの里きどでは、生活のほとんどを施設内で過ごす利用者の方へ少しでも季節を感じて頂けるよう、今後も工夫を凝らしたレクリエーションを行っていきます。



101歳の利用者さまもとってもステキな笑顔!



結いの郷

～通所型基準緩和サービス 開設に向けて再始動～

「結いの郷」は、曾野木地域の組合員の「おたがいさまのまちづくりの拠点」として2017年4月に開設されました。普段は「お茶の間」として組合員の交流の場として利用されておりますが、新たに通所型基準緩和サービスの1月開設に向けて準備を進めております。

通所型基準緩和サービスとは、新潟市から委託を受け、要支援の方を中心に自立した生活を営むことができるよう、利用者の生活機能の維持又は向上を目指し、心と身体づくりを応援・サポートします。

開設に向けて、昨年に引き続き今年も9月から11月まで計3回の健康づくり運動の体験会を開催しました。毎回20名ほどの方が参加され「体を動かすと気持ちいいね」など嬉しい声をいただきました。



結いの郷外観



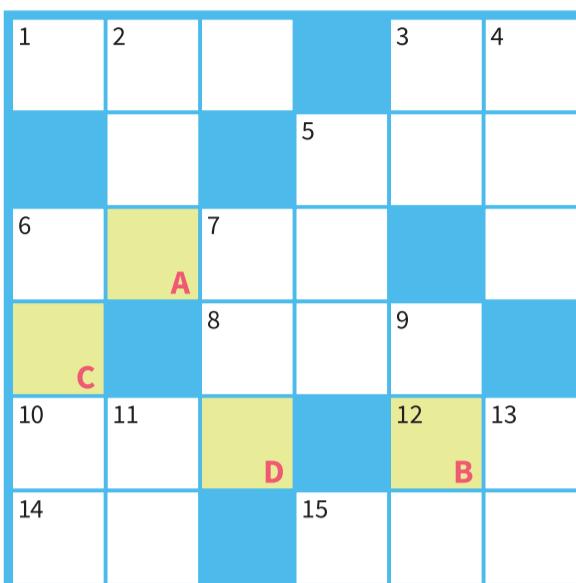
体験会

「結いの郷」に来ると、動ける・笑える・会話ができる。そして何よりも楽しめる。そんな場を目指してまいります。

寒い冬こそ、お家で脳トレ!

12月 クロスワードパズル

11月号の答え **タイイク**



提供元:クロスワード.jp

締め切りは12月30日(水)です。

答え

先月から応募方法がリニューアルしました!大好評のクロスワードパズルです。タテ、ヨコのカギをヒントに解きます。黄色のマスをAからDの文字を並べ替えてできる言葉が答えです。

タテのカギ

- ものが書けるように紙をとじた物。書き留めること。覚え書き。
- めぐり合わせ。ラッキー。
- 望みがかなうように神仏に祈り願うこと。初詣にする人が多い。
- 黄色い実をつける、すごくすっぱい果実。
- 物の上下・左右・表裏・前後などの位置が逆になっていること。
- 元気のあること。敵をおそれさせる力や勢い。
- 臓器・骨髄移植の提供者。
- 金属製の容器。
- 旬は寒い時期から初夏。比較的まとまって取れるが、小骨が多いので利用されない場合が多い。

ヨコのカギ

- 絵をかくとき、色を付けるためにぬる材料。体などが浮かぶこと。体などを浮かす物。
- 粘土に砂・石灰などを混ぜて練り、直方体などに成型してから窯で焼き上げたもの。
- 旬は秋～冬。スーパーにはほぼある野菜。主に煮物で料理されるのが一般的。
- 魚介・肉・野菜などの新鮮さの度合い。
- 場所などの区切り。物事の別れる部分。
- 波が荒くて、または潮流が速くて航海の困難な海域。
- 千の十倍。百の百倍。
- 同一の布地で作った上下そろいの洋服。

クロスワード応募方法

アンケートを切り取って、官製はがきのウラ面に貼り付けてご応募ください。正解された方の中から抽選で5名の方になじも特製エコバッグをお送りします。



応募先

〒950-0891 新潟市東区上木戸5-2-1 新潟医療生活協 地域活動部

クロスワード10月号 当選者発表

多くの皆さまからのご応募、誠にありがとうございました。当選者は下記の5名様です。

(ペンネーム) ヤルゾー様

(ペンネーム) 白ちゃん様

吉沢 府佐子様

村山 勢津子様

熊谷 利子様

ご当選、おめでとうございます!当選者には景品を発送させていただきます。意外と(?) たっぷり入るバッグです。ぜひご愛用くださいな!

キリトリ線

2020機関紙528号 クロスワード解答欄

Q1 面白かった記事を2つお教えてください

Q2 面白くなかった記事を1つお教えてください

Q3 紙面の「文字の大きさや読みやすさ」について

- 読みやすい 普通 読みにくい(理由)

Q4 今後、取り上げてほしいテーマは?

Q5 あなたが日ごろ取り組んでいる健康法について教えてください

例:ウォーキング、早寝早起き等

氏名	ペンネームをご希望の方	年齢
住所 〒	()	()
電話番号	()	()

山ノ下総支部/宝町班 笠原紀子

予防の基本は手洗いから

新型コロナウイルス感染症の影響で3月からお休みしていましたが、体温測定・手指消毒、手が触れる場所の消毒など感染対策を徹底し約半年ぶりに開催しました。今回は、厚生労働省の手洗いポスターを参考に感染予防の手洗いについて学びました。手洗いの効果を確かめるために蛍光塗料の入ったパウダーを手に付けて、手洗いの前後にブラックライトを当てました。パウダーが残っていると反応して光り、洗い残しが目に見えるのですが、爪先



指や手荒れ後に洗い残しが出やすいです

や手のひらに洗い残しが多く驚きました。隅々まで丁寧に洗う必要があると改めて実感しました。久しぶりに班会をしてみて、みなさんと楽しくお話しや手洗いができて嬉しかったです。感染対策に配慮し、今後も休まずに班会を開いていきます。

介護サービス担い手養成研修

※申し込み多数の場合、先着順とさせていただきます。

受講対象者

- 介護現場で働きたいと思っている方
- 介護に興味関心がある方
- ボランティアをしたいと考えている方等、どなたでも受講できます

研修日程

2020年12月12日(土) 12月13日(日)の2日間 午前9:00~午後4:30 ※初日は、9時から15分間オリエンテーション

募集期間

2020年11月20日(金) ~2020年12月7日(月)

研修会場

なじも4号館3F コープケアカレッジ実技研修室

料金

3,000円 【内訳:受講料500円(修了証紙代金など)+テキスト代2,500円】

<お問合せ>

カリキュラムはこちら▼

研修実施事業所: 新潟医療生活協同組合 コープケアカレッジ事務局 TEL 025-271-6161



本日はお日柄も良く...ポストイン日和です!



組合員さん中心の折込作業。この手作業を経て、皆さまのお宅にチラシが届けられるのです☆



強化月間スタート! 気合を入れて、エイ・エイ・オー!!

◆木戸病院の健診センターで特定健診を受けたYさん。脳梗塞の後遺症で軽い四肢マヒがあります。「リハビリをして体の動きを良くしたい!」そんな思いをスタッフにつづがきました。スタッフから、なじも介護福祉部に話をつないでいただき、通所リハビリテーションなじもも利用することになり思いが叶いました。

◆なじも産直市場にパンを出品してくださいというウエンディさんからの紹介で新たな組合員さん「旬菜」さんが参加出品。おいしいお惣菜に地域の方々も笑顔です。

◆出会いとつながりで明日を変えることができます。うれしい強化月間の出来事です。



皆さまのこの笑顔のために、新潟医療生活協はこれからもがんばります!



「一人でも多くの方が読んでくれますように...」思いを込めて、一軒一軒のお家へお届け。



「今日配るエリアはこの辺ね。」地図を見ながら、みんなで投函する地区を確認します。

2020年度 生協組織強化月間

150名以上が新たに組合員さんになりました!

つながりで健康づくり、しあわせづくりを一緒に!!

減塩でおいしい



すこしおレシピ

少しの塩分ですこやかな生活

里芋とウインナーのジャーマンポテト風

●1人分:167kcal ●塩分0.8g

材料(4人分)

- 里芋...300g(皮つき1ヶ100gを4ヶ)
- 玉ねぎ...1/2個
- ハーフウインナー...50g
- ニンニク...2片
- キャノーラ油又はサラダ油...大さじ2
- 粉チーズ...小さじ1

- ① マスタード(粒)...大さじ1と小さじ1
- ② 醤油...小さじ1 (マスタードと醤油は混ぜる)

付け合わせ

カラーミニトマト パセリ

作り方

- ① 里芋はよく洗って泥を落として皮をむき、一口大に切り、耐熱ボウルに入れて、600Wの電子レンジで4分程加熱する。(または、下ゆでする)(器が熱くなるのでご注意ください)
- ② 玉ねぎは、皮をむいて5mm幅の細切りにする。
- ③ ウインナーは、一口大に切る。
- ④ ニンニクはみじん切りにする。
- ⑤ 中火に熱したフライパンに油をひき、④を入れる。香りが出たら①を入れ焼き色が付くまで炒める。
- ⑥ 玉ねぎ、ウインナーを入れて、弱火で火が通るまで炒める。
- ⑦ 里芋に火が通っていることを確認し、①を加えて、全体になじませる。仕上げに粉チーズを加えて混ぜる。
- ⑧ 器に盛り付けて、付け合わせを添えて完成。



管理栄養士より



里芋のねっとりとした食感と粒マスタードの酸味がマッチしています。粒マスタードは、隠れた減塩アイテムです。粉チーズでコクがアップ!里芋は、じゃがいもよりもエネルギーが低く、カリウムが多い特徴があります。お子様には、粒マスタードを顆粒コンソメ小さじ1に変えてアレンジを。(塩分は若干高くなります) クリスマスの副菜にどうぞー!

里芋.....エネルギー 58kcal.....カリウム 640mg
じゃがいも.....エネルギー 76kcal.....カリウム 410mg
食品100g当たり

「学童クラブなじよも」の取り組み

コロナがどうした!? 僕らの力は、無限大!!



★ マスクのお礼に… ★

5月、木戸保健委員の皆様から学童クラブなじよもの子どもたちに、150枚の手作りマスクをいただきました(機関紙6月号の一面に掲載)。子どもたちが喜びそうな布を選んで、1つひとつ丁寧に作ってくださったそうです。

8月、手作りマスクのお礼に、子どもたちが作った“ビーズストラップ”を贈りました。



支援員の 想い

「贈り・贈られ、つながる世代♪」支えあって過ごしていることを子どもたちに伝えていきたい。



★なじよもハロウィン★

毎年、仮装した子どもたちが介護事業所を回り、お菓子をもらうビッグイベント“なじよもハロウィン”。今年は、鈴木理事長・出口常務にご協力をいただき、ジャンケンハロウィンで楽しみました。

ジャンケンに勝ったら元気に「TRICK OR TREAT♪(お菓子をくれなきゃいたずらしちゃうゾ)」

子どもたちの可愛い姿と元気な声がなじよもに活気を運んでくれました。



支援員の 想い

直接の交流ができない中でも、つながるきっかけはある。「見守ってもらっていること・元気をあたえていること」を子どもたちに伝えていきたいと思います。

★なじよもガーデンの 入居者様に「アマビエ」を… ★

疫病退散の妖怪「アマビエ」のお守りを、自分のおじいちゃんおばあちゃん、サービス付き高齢者向け住宅“なじよもガーデン”に住んでいるおじいちゃんおばあちゃんに作ってプレゼントしました。

お守りが届いたなじよもガーデンの入居者様から、「足や腰の痛みが飛んで行ったよ」「今まで会えなかった親戚の赤ちゃんに会えたよ」「お守りと一緒に、元気ももらったよ」というお礼の手紙やお言葉を頂きました。



支援員の 想い

いろんな人を元気にしている。「みんなの力って、すごいんだよ!」と、実感してほしい。

となりの家から醤油を借りることができますか?昔であればそんな事が当然のようにできていたかと思えます。

今話題の「鬼滅の刃」でも主人公の炭治郎(13歳)が、夜遅くに山に入り家路につこうとした際に、炭治郎家の山の麓にいる顔見知りの三郎爺さんが炭治郎の身を案じて強引に家に泊めさせるというシーンがあります。

ここまでするのは難しいと思いますが、「間違っただけの行動を起こそうとしている場合」に声をかけることができる優しさや包容力が現代には必要であると感じています。

皆さんがお住まいの地域にも若い世代から高齢の世代まで様々な方がお住まいになられていると思います。数年先の未来では私を含め皆さんが三郎爺さんになれれば1番なのですが、まずは地域の方とあいさつ+ひと言を心がけて古き良き日本のご近所づきあいを取り戻せたらと思います。

「おたがいさまの地域」が広がっている事を期待して…。

〈お問い合わせ先〉 社会福祉法人 亀田郷芦沼会 ☎025(271)1016
ホームページ <http://ashinuma.com/>

社会福祉法人亀田郷芦沼会は、新潟医療生活協同組合と一緒に地域の声を形にして設立された法人です。このページでは、想いや取り組み、事業所紹介などを通じて、皆さまに芦沼会をより知っていただけたらと思っております。

みらいレター vol.2

あしぬま荘施設長 女川大輔



「食」を支える 摂食嚥下機能

せつしよくえんげきのう

「食」、すなわち食事とは、生きるために必要な栄養分をとるために、毎日の習慣として物を食べることをいいます。食べることを全般を「摂食(せっしょく)」といい、ゴクンと飲み込むことを「嚥下(えんげ)」と

いいます。食べる能力、つまり食物を認識し、口に運び、味わいながら咀嚼(くわむ)として飲み込みやすい塊を形成し、のどの奥へと送り込み、ゴクンと飲み込み、胃に送り込むという一連の動作のことを「摂食嚥下機能」と呼びます。生活を支える食事、それを可能にするためには、摂食嚥下機能をいつまでも維持しておく必要があります。

加齢とともに筋肉量は減少し、筋力は低下してしまいます。摂食嚥下においても関連する「のど」の筋力の低下が認められ、摂食嚥下機能の低下をしやすい状態になってしまいます。そこへ病気の発症や不活発、安静臥床、低栄養などの要因が加わることで、容易に摂食嚥下障害にまで陥ってしまい、脱水、低栄養、窒息、誤嚥性肺炎などの症状が起こり、命の危機にさらされてしまうこと

もあるため、いかに摂食嚥下機能を低下させずにいるかが重要となります。

摂食嚥下障害や誤嚥性肺炎の予防には、口腔機能を維持・向上させることも重要となります。口腔機能が低下すると、硬いものが噛めなくなり、食べ物が制限されると食欲・免疫力が低下します。食欲が低下すると体力がなくなり、活動量が減ります。免疫力・体力が低下すると、病気になるやすくなったり、家に閉じこもりがちになり、寝たきりの状態、認知症の発症の引き金となってしまいます。いつまでも、おいしいものを口から安全に食べ続けるためには、健康な口腔機能を保ち続ける必要があります。口頃からの口腔ケア(歯みがき)に加え、定期的な歯科受診も必要です。入れ歯の作成・調整も「健口」作りには必要です。



次号では、摂食嚥下機能を低下させる原因についてお話しします。

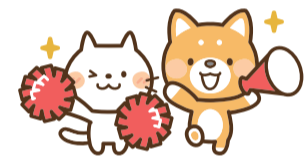
木戸病院健診センターからのお知らせ

2020年12月～2021年3月までの4か月間限定!

2020年度 冬季

オプション検査半額キャンペーン

下記オプション検査を通常価格の半額でお受けいただけます



骨密度検査 通常価格 2,200円 キャンペーン価格 1,100円	動脈硬化度検査 通常価格 2,200円 キャンペーン価格 1,100円	ピロリ菌検査 通常価格 2,200円 キャンペーン価格 1,100円	前立腺腫瘍マーカー 通常価格 2,200円 キャンペーン価格 1,100円	喀痰検査 通常価格 2,200円 キャンペーン価格 1,100円
甲状腺エコー 通常価格 1,100円 キャンペーン価格 550円	胸部レントゲン 通常価格 1,650円 キャンペーン価格 825円	ヘモグロビンA1C 通常価格 485円 キャンペーン価格 243円	推定1日食塩摂取量検査 通常価格 440円 キャンペーン価格 220円	

※甲状腺エコー検査は、腹部超音波検査を受ける方のみ追加可能となります。
 ※次の方は半額キャンペーン対象外となります(オプションのみご利用/採用時健診/がん検診)

さらに嬉しい♡お知らせ!
 キャンペーン期間中、健診を受けた方全員に木戸病院1階売店の焼きたてパンもしくはお飲み物をひとつプレゼント!!

お問合せ先 木戸病院健診センター ☎025 (270) 1831

※価格は全て組合員価格であり、税込価格です

年末年始の休診・休業のお知らせ

木戸病院	
○木戸病院(外来)、健診センター	12/30(水)午後～1/3(日)
○きどっこ	12/30(水)～1/3(日)
○Yショップスマイルマム	12/31(木)12:00～1/3(日)
○レストランアズール	12/30(水)～1/3(日)
○美容室ハートランド	12/30(水)午後～1/3(日)
なじよも	
○なじよも 木戸クリニック	12/30(水)午後～1/3(日)
訪問看護・介護	12/31(木)～1/3(日)
ぴあの	12/31(木)～1/3(日)
百の花なじよも	12/31(木)～1/3(日)
デイサービス	12/31(木)～1/3(日)
通所リハビリ	12/30(水)午後～1/3(日)
学童クラブ	12/31(木)～1/3(日)
大浴場	1/1(金)～1/3(日)
産直市場	1/1(金)～1/3(日)
石山診療所	
○石山診療所	12/30(水)午後～1/3(日)
ほほえみの里きど	
○ほほえみの里きど(通所リハビリ)	1/1(金)～1/2(土)

理事会報告

11月5日下記議題にて第5回理事会が開催されました

【承認事項】

- ① 9月分組織状況報告の承認の件
 - ・関連委員会からの報告
- ② 9月分事業所報告の承認の件
 - ・医師確保対策の進捗状況について
- ③ 9月分経理状況報告の承認の件(第2四半期経理状況を含む)

【議決事項】

- ① 規程・規則改定の件
 - ・新潟医療生活協同組合組織規則・公印規程・就業規則
 - ・介護関連施設就業規則・給与規程・介護関連給与規程
- ② 自由料金の設定の件(COOPなじよもガーデン関連)

【報告事項】

- ① コンサルタントについて
- ② 理事会議事録(第3回)修正内容確認の件
- ③ 第4回理事会議事録確認の件
- ④ 専門委員会報告の件
- ⑤ 結いの郷の進捗状況
- ⑥ その他
 - ・拡大報告/地域活動NEWS

診療案内

※赤字表記部分が前月と変更となっております。

木戸病院

外来予約

ご家庭などの
固定電話からは

☎0120-432-472

携帯電話・
公衆電話からは

☎025(273)2175

☎025(273)2151代

休診日：日曜・祝祭日、第1・3・5土曜日

診療科	受付時間	月	火	水	木	金	第2土	第4土
内科	新患 8:00~11:00	濱 ひとみ	岸 由美子	市川 紘将	安藤 麻理	土田 陽平	三井田 孝	内科医師
		滝澤 祥子	河辺 昌哲	阿部 孝洋	摺木 陽久	岸 由美子	内科医師	内科医師
	AM 専門 (予約制)	成田 淳一	藤崎 真也	高村 麻子	横山 恒	樋口 宗史	内科医師	塙 晴雄
池主 裕子		山崎美穂子			五十嵐 登	増子 正義		
PM (予約制)	五十嵐登(循)	矢田省吾(腎/糖)	土田陽平(腎)	大学医師	大学医師(循)		丸山公男(水俣)	
	佐藤秀一(消)	横山 恒(消)	山口利夫(循)	河辺昌哲(呼)	摺木陽久(消)	津田晶子(糖/内)	津田晶子(糖/内)	
	大学医師	安藤麻理(糖/内)	津田晶子(糖/内)	山口利夫(循)	山崎美穂子(腎)	荻原智子(糖/内)	荻原智子(糖/内)	
	津田晶子(糖/内)	荻原智子(糖/内)	荻原智子(糖/内)	津田晶子(糖/内)	阿部孝洋(糖/内)	重沢立郎(水俣)	重沢立郎(水俣)	
			斎藤 恒(水俣)	濱ひとみ(腎/糖)	池主裕子(循)	矢田 省吾		
				大学医師(循)				
		長谷川隆志(呼)	矢田省吾(腎/糖)	成田淳一(呼)		津田晶子(糖/内)		
		荻原智子(糖/内)	滝澤祥子(糖/内)	大学医師(循)		大学医師(循)		
		土田陽平(腎)	濱ひとみ(腎/糖)					
			大学医師(循)					

※糖：糖尿病、内：内分泌、腎：腎臓、呼：呼吸器、循：循環器、消：消化器

神経内科	AM9:00~11:00(予約制)	高橋 俊昭	小野寺 理	伊藤 岳	高橋 俊昭	北原真紀子		
産婦人科	AM 産科 8:00~11:00 婦人科	工藤 久志	工藤 久志	工藤 久志	工藤久志(予約制)	工藤 久志	工藤 久志	工藤 久志
	PM(予約制)	菊池真理子	菊池真理子	菊池真理子	大学医師	菊池真理子		
小児科	AM8:00~11:00	樋浦 誠	福地 雄太	樋浦 誠	福地 雄太	樋浦 誠	福地 雄太	福地 雄太
	PM2:30~4:30	村山ゆり恵	村山ゆり恵	村山ゆり恵	村山ゆり恵	村山ゆり恵	樋浦 誠(生活習慣病-診察AM10:30~)	
外科	AM8:00~11:00	阿部 要一	山田 明(AM9:00~11:00)	阿部要一(1・3・5週)	阿部 要一	山田 明(AM9:00~11:00)	山田 明	阿部 要一
		渡邊 智子	花井 彰	山田 明(2・4週)	祐川 健太	花井 彰	祐川 健太	祐川 健太
整形外科	AM8:00~11:00(予約制)	所澤 徹	所澤 徹	所澤 徹	高橋 直樹	所澤 徹	高橋 直樹	所澤 徹
皮膚科	AM8:00~11:00	河井 一浩	河井 一浩	河井 一浩	河井 一浩	河井 一浩	河井 一浩	河井 一浩
		武居いづみ	武居いづみ	武居いづみ	武居いづみ	武居いづみ	武居いづみ	武居いづみ
耳鼻咽喉科	AM8:00~11:00	石岡孝二郎	石岡孝二郎	石岡孝二郎	石岡孝二郎	石岡孝二郎	大学医師	大学医師
	PM(予約制)	大学医師						
泌尿器科	AM8:00~11:00	北村 康男	北村 康男	北村 康男	大学医師	北村 康男	大学医師	大学医師
眼科	AM8:00~11:00(予約制)		長谷部 日	松田 英伸	長谷部 日	松田 英伸	大学医師	大学医師
						(第2金曜日は10時まで)		
歯科 口腔外科	AM 8:30~11:00	星名由紀子	星名由紀子	星名由紀子	星名由紀子	星名由紀子	星名由紀子	藤田 孝子
		藤田 孝子	藤田 孝子	鈴木 博	藤田 孝子	鈴木 博		
	PM 1:00~4:00	鈴木 博	鈴木 博		鈴木 博			
		星名由紀子	星名由紀子	星名由紀子	星名由紀子	星名由紀子		
	藤田 孝子	藤田 孝子	藤田 孝子	鈴木 博	藤田 孝子			
	鈴木 博	鈴木 博	鈴木 博		鈴木 博			

第2、第4土曜日の受付時間はAM8:00~10:30(歯科を除く)/
歯科の受付時間はAM8:30~10:30

木戸クリニック

☎025(274)7960

休診日：日曜・祝祭日、第1・3・5土曜日

診療科	受付時間	月	火	水	木	金	第2土	第4土
内科	AM 8:30~11:30	須永 隆夫	須永 隆夫	須永 隆夫	須永 隆夫	須永 隆夫		須永 隆夫
	PM 1:30~4:30	村山 直也	村山 直也	村山 直也	村山 直也	村山 直也	村山 直也	村山 直也
		金子 香	金子 香	八木 寛朝		八木 寛朝	八木 寛朝	
		須永 隆夫	須永 隆夫			須永 隆夫		
		村山 直也	村山 直也	村山 直也		村山 直也		
		八木 寛朝		八木 寛朝(予約のみ)		八木 寛朝(1・3・5週)		
		岸 由美子						

※ 村山医師は随時 禁煙診療を受けております。また12月21日午後は休診となります。

石山診療所

☎025(276)5111

休診日：日曜・祝祭日、土曜日

診療科	受付時間	月	火	水	木	金
内科	AM8:30~11:30	飯田 久貴	飯田 久貴	飯田 久貴	飯田 久貴	飯田 久貴
	PM2:00~4:40	飯田 久貴	飯田 久貴	金子 香	飯田 久貴	飯田 久貴
皮膚科	AM8:30~11:30			金子 香		
		佐藤 信輔	佐藤 信輔		佐藤 信輔	

※診療案内は変更される場合がございます。
詳細はお問い合わせ下さい。

木戸病院 健診センター

☎025(270)1831

電話予約受付時間：月~金曜日 AM11:00~PM4:00、第2・第4土曜日 AM11:00~PM12:00
休診日：日曜・祝祭日、第1・3・5土曜日

人間ドック・特定健診 …… 各種健診承ります ……

(福)亀田郷
芦沼会

風の笛クリニック

☎025(271)7755

休診日：日曜・祝祭日、木曜日、土曜日(午後)

診療科	受付時間	月	火	水	木	金	土
内科・麻酔科	AM8:45~12:30(診察は9:00~)	穂苅 環	穂苅 環	穂苅 環	休診	穂苅 環	穂苅 環
	PM3:15~5:30(診察は3:30~)	穂苅 環	穂苅 環	穂苅 環		穂苅 環	穂苅 環

最新の情報各事業所にお問い合わせください。

緊急手術や病棟・救急車などの緊急対応、又、医師の急な出張等により担当医の変更や休診をすることがございますのでご了承ください。