友愛会だより

Yuuaikaidayori

VOL.46 October 2019
医療法人社団 友愛会
社会福祉法人 友愛会：広報誌

New Topics

私たち、食事の専門家！

◉看護部通信　◉在宅介護部通信　◉山県グリーンポート通信
◉山県グリーンビレッジ通信　◉長良グリーンビレッジ通信

友愛会
https://yuuaikai-gifu.or.jp/

岩砂病院・岩砂マタニティ 受付時間のご案内

休診日：日祝日、12月31日～1月3日、8月15日

内　科

	月	火	水	木	金	土	受付時間
午前診	○	○	○	○	○	●	9：00～11：30
午後診	◎	—	◎	◎	—	—	14：00～16：00
夕　診	●	●	●	●	●	—	16：00～18：00

予約ダイヤル 058-231-2631

○内科診察（事前予約も可能）　●内科診察（予約不可）　◎完全予約制
（予約受付時間／13：00～17：00）
※詳細は受付へお問い合わせください。

小児科

	月	火	水	木	金	土	受付時間
午前診	—	●	◎	—	●	◎	9：00～11：30
午後診	○	●	○/●	○	○/●	○	14：00～16：00
夕　診	—	○	—	—	—	—	15：00～18：00

お問い合わせダイヤル 058-231-2631

○小児科診察　●予防接種　◎ぶあぶ外来
（予約受付時間／9：00～12：00）
※詳細は受付へお問い合わせください。

婦人科

	月	火	水	木	金	土	受付時間
午前診	◎	◎/△	◎/○	◎/○	◎	○	9：00～11：30
午後診	○	○/△	△	△	△	○	13：00～14：30（月～金） 14：00～15：30（土）
夕　診	○	—	○	—	○	—	16：00～18：00

婦人科予約専用ダイヤル 058-232-1777

◎女性医師（学会・出張等で変更になる場合があります。）
△検診等（一般の診察はおこないません。）
（予約受付時間／9:00～17:00）※詳細は婦人科受付へお問い合わせください。

産　科

	月	火	水	木	金	土	診察時間
午前診	○	○	○	○	○	○	9:00～12:00 受付時間9:00～11:30
午後診	○	○	—	—	—	○	13:00～16:00（月火）受付時間13:00～15:30 14:00～17:00（土）受付時間14:00～16:30
夕　診	—	○	—	○	○ 16:00～	—	17:00～19:30 受付時間17:00～19:00

予約専用ダイヤル 0120-038183（おさんはいわさ）

（予約受付時間／9:00～17:00）※詳細は産科受付へお問い合わせください。
産科専用玄関が病院西側にあります。
内科等他科の患者さんと接触がないよう配置されております。

編集後記

今号は管理栄養士による栄養食事指導を特集しました。栄養科のみなさんありがとうございました。
暑かった夏も終わり、いよいよ食欲の秋となりました。美味しい食べ物がたくさん収穫されますが、食べ過ぎて太らないように気をつけましょうね。
（T）

友愛会　検索

新任医師のごあいさつ

産婦人科　東堀 香奈子

この度4月より産婦人科で勤務させていただくことになりました東堀香奈子と申します。

出身は三重県で、名古屋大学医学部を卒業後、愛知県の安城更生病院で初期研修を行い、一般産婦人科医として約6年間勤務してまいりました。

今までも多くの妊婦さんと関わらせていただきましたが、この病院でも妊婦さんの出産や赤ちゃんのことなど様々な不安に寄り添い、支える力になっていけるよう精一杯頑張っていきたいと思います。慣れないことも多く、至らぬ点も多々あると思いますが岐阜の周産期医療に貢献できるよう努力してまいりますのでよろしくお願いいたします。

栄養科は栄養指導を通して患者さんの治療をサポートしています。

～皆さん一人一人の〝食〟を大切に～

栄養食事指導って何？

❶ **誰が行うの？**…医師の指示を受けた管理栄養士
❷ **誰に行うの？**…医師が食事療養を必要と認めた患者さん（ご家族も対象）
❸ **どんな内容？**…疾患の症状を改善または悪化防止をする食事の指導

具体的に…

- 当院の管理栄養士が担当します。
- 対象となる患者さんは、血液検査値に異常のある方（血糖値、中性脂肪、コレステロール、尿酸値など）、高血圧の方、高度な肥満の方（BMI30以上）、痩せている方（食欲不振、急激な体重減少など含む）、心臓病・腎臓病・肝臓病の方などです。
- 患者さんの普段の食生活の中で症状が悪化する原因となる食習慣の分析を行います。
- 症状改善のための正しい栄養知識の提供と患者さんが実践可能な食事療養の提案をします。

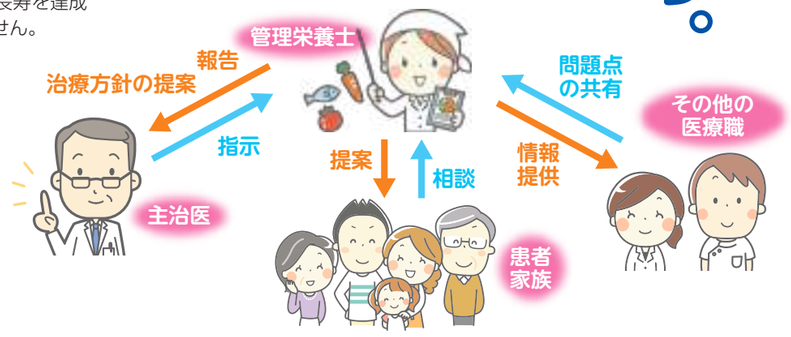
食事療法の必要性

生活習慣病（糖尿病・脂質異常症など）は遺伝的な要因と生活環境などの要因が重なって発症します。生活環境を見直さなければ薬が増えていったり、重症化して重大な合併症を引き起こしかねません。正しい食事療法を実践することによってそのリスクを減らすことができます。

糖尿病専門医師の声

みなさんは日頃から食べるという行為に対してどれだけ注意を向けているでしょうか？とかく食事に関して我々は「簡単に」、「好きなものを」、「満足が得られるまで」という傾向になりがちです。そこで「食べたものが身体にどのような影響を与えるのか」という視点で食事を見直して頂きたいと思います。当院の栄養指導は患者さんと一緒に考え生活全体を考慮した上で解決策を提案することを目指します。生活習慣病の治療において、基本となる食事管理ができていなければ、せっかくの薬の効果が損なわれてしまいます。ですから、ぜひ安心して当院の栄養指導を受けて頂きたいと思います。そして、少しでも食行動に変化をもたらし、検査結果の改善と最終的にはみなさんに健康長寿を達成して頂くことを願ってやみません。

栄養指導を通した管理栄養士の活動
（チーム医療での役割）



具体的な栄養食事指導の流れ

【初回】

1. **経緯の確認**
   診療上問題となる検査値などの確認をします。
2. **食生活の聞き取り**
   エネルギー摂取量や食習慣の把握を行います。
3. **問題点の抽出**
   病気に悪影響を与えている事項をチェックしていきます。
4. **目標設定**
   無理のない目標を相談しながら決定していきます。
5. **食事計画の提案**
   問題点の優先順位を考慮しながら
   継続して取り組める食事計画を提案します。
6. **食事療法の開始**
   患者さん自身で取り組んでいただきます。

【2回目以降～】

1. **取り組みの確認**
   計画通りできているかチェックします。
2. **検査値の確認**
   食事療法が効果的かどうか判定します。
3. **食事計画の見直しと提案**
   必要に応じ新たな取り組みの提案を行います。
4. **食事療法の継続**
   引き続き患者さん自身で取り組んでいただきます。

栄養科から

栄養指導と聞くと「制限される」、「言われることは分かっている」と思う方は多いでしょう。しかし、病気やライフスタイルは患者さん一人一人違います。当院の管理栄養士は根拠ある栄養学をもとに、一人一人に合わせた療養計画を提案し結果を追求しております。気になることがあればお気軽にお声かけ下さい。

患者さんの声

71才 男性
Nさん（糖尿病）

大いに参考になりました。栄養指導を受けてから毎食の写真を撮るようになり、血糖記録ノートと食事写真を照らし合わせ振り返るようになりました。血糖管理のために野菜を毎食食べるなど工夫をするようになりました。栄養に興味を持ち、本を購入し自己学習もするようになりました。

看護部 通信

初めてでも大丈夫 管理栄養士と一緒に、離乳食をつくりましょう

いわさっこ前期離乳食教室

生後5～6か月ごろから離乳食がスタートします。「何をあげたらいいの？」「いつ頃から始めたらいいの？」「どうやってつくるの？」お母さんのお悩みにお答えして、管理栄養士が離乳食の進め方についてお話ししています。実際に離乳食をつくる調理実習も行い、調理実習の後はみんなでおやつを食べながら一緒にお話ししましょう。

参加された方の感想

- 体験を通して、離乳食のイメージをかなりつかむことができました。質問に答えてくださる時間も設けていただき、心強かったです。
- 初めての子供で分からないことばかりで、こういった企画があるのはとてもありがたいですし、交流できて楽しかったです。
- 上の子が5歳で離乳食の記憶があいまいだったので参加させていただきました。作った物を自分で実際に食べる時間や調理する時間がしっかりあったので、前の時のことを思い出すことができました。再確認できて良かったです。
- 離乳食、初めて試食しましたが〝原点に戻ったなぁ〟といった感じでした。子供にはできるだけ食材の味を知ってほしいので、時間のゆるす限りは手作りで作ってあげたいと思います。

参加された方の多くから、役に立った、楽しめたと感想を頂きました。

前期離乳食教室

- ■対　象：生後４～６か月のお子さんとお母さん
- ■場　所：当院２階　エンジェルホール
- ■時　間：13:00～15:00

生後9か月ごろのお子さんとお母さんを対象とした、後期離乳食教室も開催しています。

開催日確認、申し込みについては当院HPよりお願いします。

在宅介護部 通信

岩砂介護保険支援センター長良

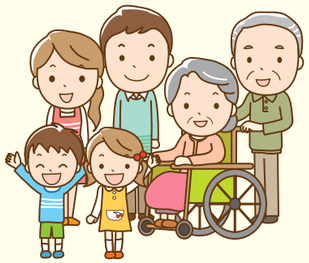
岩砂介護保険支援センター長良は、平成12年の介護保険制度開始とともに開所し19年が経過します。現在は11名のケアマネジャーが在籍しており、利用者さんが自宅で自立した生活を送れるよう、関係機関等と連携を図りながら、それぞれの利用者さんに合った「ケアプラン（居宅サービス計画書）」を作成しています。

岩砂介護保険支援センター長良の特徴

- スタッフの人数が多く大規模な事業所
- 主任ケアマネジャー2名在籍
- 看護師、社会福祉士、介護福祉士等、多様な基礎資格をもったケアマネジャーが在籍し、実習生の受け入れ、毎週のミーティングによる事例検討等、様々な研修、勉強会等への参加により、専門性を活かした総合的支援を行います
- スタッフの半数がケアマネジャー経験年数5年以上
- スタッフ間で情報共有し利用者さんの多様なニーズにお応えします。また、必要に応じて2名のケアマネジャーで担当します

介護で困ったことや不安なことをお聞きし、住み慣れた地域での生活が継続できるようサポートします。介護・医療・福祉との連携を図り、その人らしく生きいきと安心して地域で暮らせるケアプランをご提案します。

下記の方が対象者となります。お気軽にお声掛けください。



介護保険サービスを利用できる人

■65歳以上の方

要介護認定により、介護や支援が必要と認定された場合

■40歳から64歳までの医療保険に加入している方

老化に伴う病気（特定疾病）が原因で、介護が必要になった場合

■特定疾病（16項目）

①がん末期　②関節リウマチ　③筋萎縮性側索硬化症（ALS）
④脊髄小脳変性症　⑤脊柱管狭窄症　⑥脳血管疾患
⑦骨折を伴う骨粗鬆症　⑧初老期における認知症　⑨早老症
⑩慢性閉塞性肺疾患　⑪後縦靭帯骨化症　⑫多系統委縮症
⑬進行性核上性麻痺、大脳皮質基底核変性症及びパーキンソン病
⑭糖尿病性神経障害、糖尿病性腎症及び糖尿病性網膜症　⑮閉塞性動脈硬化症
⑯両側の膝関節又は股関節に著しい変形を伴う変形性関節症

介護老人保健施設

山県グリーンポート 通信

カフェポート

5月20日、山県グリーンポートでカフェポートを開催しました。

カフェポートとは、情報交換や交流目的で地域のケアマネジャーさんを山県グリーンポートへ招待するイベントです。

今回もたくさんの方にお集まりいただき、情報交換や、支援相談員、管理栄養士の自己紹介、当施設での取り組みの紹介などをしました。

当施設に入所している利用者さんが、再び自宅などへ帰り（在宅復帰）、末永く暮らしていくために私たちに何が出来るのだろうか（在宅支援）を、ケアマネジャーさんたちと、一緒に語る有意義な時間となりました。

山県グリーンポートの使命として、利用者さんが住みなれた町で長く暮らしていくための支援を実行していきたいです。

New Face

川出　有希菜（管理栄養士）

この4月より皆様に支えていただきながら頑張っています。今後もお食事中のラウンドや栄養に関するレクリエーション、利用者さんとのお昼の放送を通して関わりを深めていきたいと思っています。

國枝　裕（社会福祉士）

私は大学生時代、大道芸サークルを立ち上げ「笑顔をお届けする」事を目標に活動してきました。支援相談員として、利用者さんを中心に笑顔の輪が広がる支援が出来るように努めて参ります。

伴田　千恵（社会福祉士）

4月より岩砂病院から異動になりました。職場の皆さんや、地域のケアマネジャーさんを始めとする皆様に指導頂きながら、相談員として身近な存在になれるよう頑張ります！よろしくお願いします！！

社会福祉法人 友愛会　特別養護老人ホーム

山県グリーンビレッジ 通信

七夕交流会とバイキング料理

今回は地元の伊自良中学校生徒90名が施設を訪問され交流会を開催しました。

「※※高校に合格しますように」「イケメンの彼ができますように」「県大会優勝出来ますように」「温かい家庭が築けますように」中学生の短冊を見ていると楽しい気分になりますね。利用者さんと生徒さんとの交流は、毎回ほほえましく楽しい時間になっています。

7月の季節イベント料理はバイキング方式にしました。メニューは「鮎の塩焼き・焼肉ウインナー・助六寿司・里芋煮付け・ごま豆腐・七夕そうめん・デザートいろいろ」です。炭火で焼いた鮎は風味があって一段と美味しくなりました。

8月はビアガーデン、9月は夏祭りを予定しております。食事は入居者の皆さんがもっとも楽しみにされている時間のひとつであり、四季折々の伝統的な郷土料理をはじめ、視覚と味覚に富んだ料理を日々研鑽し求めていきたいと考えています。

社会福祉法人 友愛会　ショートステイ

長良グリーンビレッジ 通信

取り組み紹介

当施設の日課には、リハビリ体操の時間があります。ただ体操をするだけでは単調になりがちなので、カラフルな道具を取り入れたりレクリエーション的な要素を取り入れたりして工夫をしています。食事をムセなく食べられるよう嚥下体操もしています。

「自宅の2階にある仏壇にお参りしたい。」「歩き続けて自宅で住み続けたい。」そんな利用者さんの希望に沿って、理学療法士による個別リハビリも行っています。

今年、当施設は「引き出す介護」に取り組みます。利用者さんひとりひとりと向き合い、言葉や想いに耳を傾け、「意欲を引き出す。」「できる動きを引き出す。」「笑顔を引き出す。」ことを大切にしています。

心が動けば自然と体が動きます。また、体を動かすことで心が軽やかになります。体操中の利用者のみなさん、とても素敵な笑顔です。365日、休むことなく続けていきます。