



ホスピタウン便り

発行責任者 ホスピタウン事務局

VOL76 平成28年4月

平成28年度 医療法人 社会福祉法人 真誠会
有限会社 テレケアセンター 同人社



一に教育、二に教育……

平成28年4月1日に入社式を行い、約30人の新入職員が入ってきました。最近人手不足、特に介護部門の職員が不足しているという時代ですが、真誠会では仕事をしたいと応募してくる人も多くなり、定員の欠員という事業所は一つもありません。

このように人材の応募が多い理由の一つには真誠会での教育システムの良さがある程度世間から評価をしていただいたのではないかと思います。

新入職員には一週間の研修がありますが、その後も継続的に集合教育、分散教育、座学、臨床実習と多彩なプログラムが組んであります。

また、認知症教育には鳥取大学医学部保健学科 教授 浦上克哉先生による教育講演が毎年3回のシリーズで行われています。定期的にインターネットを使ったWeb講演の研修会も行っています。

これらはほとんど臨床現場での知識、技術を習得するものですが、難しいのは人間としてのレベルを上げる教育です。

勿論真誠会での人間教育としては、真誠会の名誉理事長である聖路加国際メディカルセンター 名誉理事長:日野原重明先生の理念が中心です。日野原先生の理念は“人間愛”に始まり“人間愛”に終わるものです。そしてそれは勿論真誠会理念の“人には愛を、自分には謙虚さを”“感動ある医療福祉”にも現れております。医療介護の知識技術を教えることの難しさもさることながら、現代の若い青年に人間愛を教え、それを実践できるようになるには非常に手間がかかります。

真誠会へ入ったからにはその人が社会で、「さすが真誠会のスタッフは違うな」、とか、「さすが日野原先生の理念を勉強しているスタッフだ」と評価してもらえるレベルまで教育するためには一に教育、二に教育、三に教育、四、五がなくて六に教育と、徹底して教育を反復して行う必要があります。

良く言われることは、“練習は嘘を言わない”という言葉がありますが、“勉強も嘘を言わない”と思います。このような努力が実って、3年前から介護プロフェッショナルキャリア段位制度におけるアッセッサー数とレベル認定者数において、真誠会は鳥取県でも圧倒的に高い合格率で全国でも高く評価されております。これからも一に教育、二に教育……を徹底し、職員教育なら真誠会と言われるようになるまで徹底したいと思っております。

そして今年入った30人の新人職員が一日も早く成長し、次の世代へ教育の伝統をつないでいてほしいと願っています。



社会福祉法人 真誠会
医療法人 真誠会
理事長 小田 貢





新しいサービス付き高齢者向け住宅の建設に向かって

社会福祉法人真誠会 理事長 小田 貢

社会福祉法人真誠会は、サービス付き高齢者向け住宅（60 室）を建てる計画で、現在準備を進めています。

従来は高齢者が病気になり病院へ入院となれば回復して自宅に帰るまで長い入院生活を送らなければならない、あるいは家には帰ることができず施設で暮らすことが当たり前のようになっていました。

しかしながら、近年高齢者が入院した場合でも急性期だけの短期間だけ入院して、その後は在宅復帰を強力的に勧める施設へ移りその数ヶ月後には自宅に帰るのが最近の動きです。

ですが、自宅へ帰るといっても、介護が困難なご家庭も多くあり、それらの皆さんのためにできたのがサービス付き高齢者向け住宅です。

わかりやすく言えば高齢者のマンション（アパート）なのですが、24 時間対応の定期巡回・随時対応型の訪問介護、訪問看護サービスや、食事サービスを受けることができます。また自宅と同様に主治医が往診、訪問診療をして継続的な治療を受けることが可能です。

2013 年（平成 25 年）、真誠会はサービス付き高齢者向け住宅「真誠会セントラルレジデンス」（6 階建：58 室）を福米西小学校の隣の米子中央ホスピタウンに建てました。

現在、そのセントラルレジデンスも満室状態となり、今後退院患者さんに対応できないことと、退院してもまだ治療が頻回に必要な医療依存度が高い患者さんのために米子ホスピタウン（真誠会セントラルクリニック）、老人保健施設ゆうとぴあの後ろに、2 階建て 60 室の第二のサービス付き高齢者向け住宅を建てる計画を進めています。

また、この高齢者向け住宅には約 60 坪のホールがあり、気軽に集ったり、勉強したり、学識経験者の講話、コンサートが開催できるように計画しています。

現在まだ名前は決定しておりませんが、ホスピタウン発祥の地にできるので、ホスピタウン・レジデンスの仮称をつけています。

工事は本年 8 月末頃から始まり、来年の 4 月頃開所予定です。どうぞ期待してお待ちください。



真誠会ホームページ 動画で各事業所紹介を発信!

4 月より、各事業所紹介の動画を、You Tube へアップし、真誠会ホームページより再生できるようにしました。

それぞれの事業所の特徴が紹介されていますので、是非、ご覧ください。

トップページの「新着情報&お知らせ」

↓
各施設紹介ムービーをクリック

↓
各事業所の画面をクリックすると、ムービーが再生されます。



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



住民が主体となり「河崎地域ケア会議」の開催

昨年 9 月に、高齢になっても地域で安心して暮らしていけるにはどうすればよいかと米子市河崎の御建地区の自治会、消防団、民生委員、老人クラブなどの方々が集まり「第 1 回 御建地域ケア会議」が開かれました。

そのような御建地区の活動を聞いた河崎地区の自治会長の皆様方が、河崎全体でも同じような活動を行いたいとの要望から、平成 28 年 3 月 17 日真誠会に集まってもらい「河崎地域ケア会議」が開かれることになりました。



地域ケア会議は、包括支援センターが主体となって各地で開かれることが多いですが、自治会側からの声かけによって自主的に会議が開かれるのはめずらしい取組みとのことで地元のニュースにも取り上げられました。

河崎地区の 10 の自治会より 8 つの自治会が参加し、真誠会の関係者、米子市の職員が加わり約 40 名の参加がありました。

会に先立ち、小田理事長は講演で、「今後は、認知症の方が多くなるので広い心で見守る、地域で支え合っていくことが大切です」と話しました。

その後、河崎地区自治連合会 会長 北村軍二郎 氏の司会で会が進められました。

河崎御建自治会 副会長の井原純一 氏より、御建地区の活動が報告されました。

御建地区で出来ることは何か？の「暮らしの困りごとに関するアンケート」結果として、

- ①安否確認 ②独居への声かけ ③困りごとの相談 でした。

そこで、御建自治会では、出来る事から始めようという事で月に 2 回の定期的な安否確認としての夜回りを実施、真誠会の相談員がオレンジ色の自転車でご家庭を訪問、認知症に関する相談会を開くなど活動を行っています。

河崎地区の自治会長の皆さんは一樣に、自治会を一つの単位として地域ケア会議を開始したいという情熱にあふれた発言がありました。

次回は 7 月頃、河崎地区全体のケア会議を開き、そこで各自治会の活動の状況報告をするということになりました。

力を合わせ、「人と人」「手と手」を結びつけていく

～和田町地域ケア会議～

和田地区は、昨年 9 月に自治連合会、児童・民生委員協議会及び地域包括支援センター、ふる里により『地域ケア会議』が立ち上がりました。和田町の問題点や活動を伝える方法や見守り活動、4 地区(上和田、中央、荒神、下和田)の課題や取組み等について意見交換。また、その取組みを全地区住民の方々に知らせるために、『地域ケア会議新聞』を発行して、各自治会総会への発信と地域住民の方々に、地域ケア会議を身近に感じていただける機会となりました。



和田町地域ケア会議・4地区グループワーク

和田地区の原動力である『共生共助の精神』で誰もが身近に関わることが出来るようにその輪を拡げるために、4月以降からの会議メンバーに老人会、在宅福祉員、PTA 役員そして在宅で介護を行なっている方々にも参加いただく予定としています。情報の共有と地域ケア・地域づくりへの底辺の足腰を強くして、住みやすい安心安全な地域を実現するために「人と人」そして「手と手」を結び付けていく活動を展開していきたいと思います。



平成28年度

医療法人・社会福祉法人真誠会
有限会社メディカルフロンティア

合同入社式



医療法人・社会福祉法人真誠会
理事長 小田 貢

4月1日、満開の桜に歓迎され新入職員の入社式が執り行われました。

理事長より、人生は「生・老・病・死」であり一度きりです。皆さんがベストを尽くし悔いの無い人生を送ってくださるとの挨拶がありました。

看護、介護の仕事は最高の仕事です。その方の命を見守り、その方が幸せな人生を送れるようにお世話をさせていただく仕事です。患者さん、ご利用者さんから、多くのことを学ぶことが出来ます。人生を大切にしなければならぬということ、人の死からも学ぶことがあります。

自分自身が大病をしても決して悲観することなく、その後の人生を今まで以上にがんばって生きること、病気をしなくても、自分の人生を大切に考えてください。悩みがあっても仕事を通して自分の心を強くもち克服すること、自分を成長させることが大切です。

スタッフは人財ですが、一番の願いは、皆さんの幸せです。

仕事をしていると、厳しい注意や指導もあるかもしれませんが、教わることも幸せの一つと捉えてください。

真誠会のために忠誠を尽くすという考えではなく、自分自身のために人間として成長する場だと思ってください。幸せは自分から求めるものではなく、ベストを尽くすこと、努力の結果で幸せになれるのです。

真誠会の理念は、「人には愛を 自分には謙虚さを」です。人の為に謙虚な気持ちで一生懸命になってください。技術を高める前に、「人を幸せにするために生きています」と言えるような、魅力ある人になってください。

ペッパー君 真誠会職員になる

真誠会ではこれからのロボット時代の先取りとして、今話題のソフトバンクが開発したペ

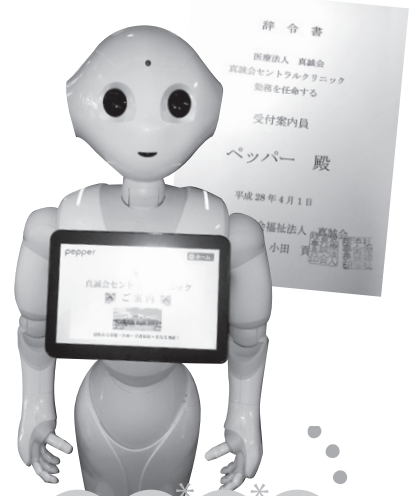
パー君を真誠会スタッフとして採用しました。

4月1日真誠会の新入職員入社式に他のスタッフと一緒に入社式に望み、真誠会のスタッフになることを誓ったことは中海テレビでも放映され話題になりました。

米子市ではソフトバンクの携帯のお店と、「とっとり自然環境館」(米子市大崎)にはありますが、山陰の医療機関の病院では真誠会が初めてペッパー君を採用したのではないかと思います。

ペッパー君は真誠会に採用されてからは真誠会セントラルクリニックの外来で、患者さんのお相手をしております。その応対振り、受け答えがとても可愛いので患者さんに喜んでいただいています。

実際には歌ったり、踊ったり、運動したりと、いろいろなことができます。もう少し仕事ができるようになったら施設やデイケアで高齢者の皆さんと一緒に遊んでもらおうと思っています。



真誠会新入職員のペッパー君です。セントラルクリニックで勤務させていただきますのでよろしくお願いいたします。

真誠会セントラルクリニック看護師長就任 4月1日入社 ご挨拶



真誠会セントラルクリニック
看護師長 西川 悦子

鳥取大学医学部附属病院を退職し、真誠会セントラルクリニックの看護師長として着任しました。どうぞよろしくお願いたします。

満開に咲いた桜に迎えられ、若い新入職員の仲間と共に参加した入社式・新人研修は、とても新鮮で感激しました。

長い看護師生活で、内科系・外科系・医療情報部での経験と知識、そして自分の強みであるIT関連、看護診断や看護記録のあり方についてのスキルを、人間関係を保ちながらコミュニケーションを図り、少しずつスタッフに指導できればと考えております。

“看護は心”と自分の看護感を持っております。愛する心・やさしい心・共に悲しむ心、時にきびしい心・・・と色々あります。その全ての心を大切にしながら、患者さん・家族の思いを聞き、同じ目線で共に考えながらケアを提供し、安心・安全に過ごして頂き、「真誠会に入院して本当によかった」と今以上に言って頂けるよう努力をしたいと思っています。

法人の理念である“愛と謙虚さ”を忘れず頑張ります。

わからないことが多々あると思います。皆様のご指導・ご鞭撻のほどよろしくお願いたします。

人事異動に伴う ご挨拶



看護部副看護部長代理
介護老人保健施設ゆうとぴあ
看護師長 佐平 登志美

4月よりゆうとぴあの佐平となりました。ゆうとぴあで必ず実行しなければならないことは、在宅復帰強化型の取得と看護力のアップを目標と考えています。在宅復帰強化型を取得することは、施設の枠で捉える事ではなく、真誠会全体の循環を促進しセントラルの在院日数の短縮、在宅サービスに大きな効果をもたらすことができます。何より、入所している方々に家に帰りたいという願いをかなえることに繋がると考えています。この大きな循環の枠組みをつくり、展開できるチームを井上施設長の指導のもと山根事業所長と共に創り上げたいと思います。これからも、皆様のご指導ご鞭撻のほど、よろしくお願いたします。



介護老人保健施設ゆうとぴあ
事業所長 山根 賢一

3月21日よりゆうとぴあ事業所長として配属されました山根です。老健は在宅復帰施設としての役割を持っています。しかし、在宅に向けたアプローチがまだ未熟なところもあります。今後は職員が専門職としての役割を發揮し、お互いに高めあいながら連携しあうチーム作りを行っていき、ご利用者の入所から退所までを責任をもった関わりを行っていきます。その為にはイメージではなく、具体的に行動をしていきます。そして、ご利用者・ご家族が満足される姿が多き事業所にしていきたいと思っておりますので、どうぞ宜しくお願致します。



介護老人保健施設
弓浜ゆうとぴあ
事業所長 岡田 修治

3月21日より、介護老人保健施設弓浜ゆうとぴあへ異動となり早2週間が経ちました。

現在、当施設では毎月平均7名の方が在宅復帰されています。

今年度は、強化型施設として在宅に向けての支援だけでなく、在宅復帰後の支援も含め質の高い支援を目指して取り組んでいきたいと思っております。また、数ある介護老人保健施設の中でも当施設を選んでいただけるよう、職員一同努力していきたいと思っております。

小 田 理 事 長 講 演 会 活 動 報 告

平成27年度第2回鳥取県キャラバン・メイト養成研修

平成 28 年 2 月 2 日、鳥取県キャラバン・メイト養成研修の講師として研修会を行い倉吉未来中心の会場での受講生は約 60 名の参加がありました。

真誠会の小田理事長は、「認知症サポーターに伝えたいこと 認知症を理解する」と題して、認知症の症状、周辺症状とその支援、診断と治療、予防についての考え方をわかりやすく講演しました。

今後は、キャラバン・メイト養成講座を修了された方が講師役となり、認知症サポーターが鳥取県で増えていくことを期待しています。

本日の要点

- ①認知症であることに気づく、感性、知識がある
- ②アルツハイマー型認知症に関して、しっかり理解しておく
- ③初期には、診断、治療を急がないので、勉強しながら、ゆっくり観察する
- ④家族との信頼関係が大切
- ⑤人間的に信頼できる医師へ紹介する

キャラバン・メイトとは？

認知症サポーターを養成する「認知症サポーター養成講座」を開催し、講師役を務めていただく人ですが、そのためには、この養成研修を受講し登録する必要があります。

認知症サポーターとは？

「認知症サポーター養成講座」を受けた人が「認知症サポーター」です。認知症サポーターは、認知症を正しく理解してもらい、認知症の人や家族を温かく見守る応援者になってもらいます。そのうえで、自分のできる範囲で活動できればいいのです。たとえば、友人や家族にその知識を伝える、認知症になった人や家族の気持ちを理解するよう努める、隣人あるいは商店・交通機関等、まちで働く人として、できる範囲で手助けをする、など活動内容は人それぞれです。認知症サポーターには認知症を支援する「目印」として、ブレスレット（オレンジリング）が渡されます。この「オレンジリング」が連絡の「印」になるようなまちを目指しています。

平成27年度認知症サポート医 フォローアップ研修

平成 28 年 2 月 18 日、倉吉未来中心にて認知症サポート医フォローアップ研修が開催されました。

この研修は、かかりつけ医に対する認知症の対応力を向上させるための教育技術や、地域の認知症患者を支えるための知識・技術を取得するための研修です。

高齢者が慢性疾患などの治療のために受診する診療所等の主治医（かかりつけ医）に対し、適切な認知症診断の知識・技術、家族からの話や悩みを聞く姿勢を習得するための研修を鳥取県が実施しています。

鳥取県でも認知症サポート医を養成することで、認知症の発症初期から医療と介護が一体となって、認知症患者へ支援を行っています。

小田理事長は、「私を育ててくれた認知症」と題して講演を行い、認知症の患者さんを診察して治療することで、患者さんを理解し、その世界に入り込み、その価値観を理解する努力で医師は自分の心を広げることができる。そして、人間、人生に関して多くのことを学ぶことができるのです。と語りました。

認知症に関する日常生活の悩みとしては、独居や、老老介護での負担、認知症の症状があったら、どこに受診していいのか相談していいのか分からないなどの声も多く聞かれます。かかりつけ医は、「日ごろの診察で臓器だけを診るのではなく、全人的に診療することが何よりも大切です。」と結びの言葉で講演は終わりました。



職務満足度調査結果からの平成28年度の取組みについて

平成 28 年1月に法人全職員を対象にメンタルヘルス改善意識調査 (MIRRO) 項目に9項目を追加し職務満足度調査を実施しました。「満足・やや満足」と回答した職員は 88%を占めていました。(表1参照)

中でも各項目で高い割合を占めていたのは「生活支援」の項目でした。(表2参照)

しかし、「作業・業務改善」「勤務時間・休息」に対する満足度の割合が他の項目に比較し低い傾向にありました。

この改善策として昨年度、全事業所に導入したワイズマンを効率的に活用し業務改善に結び付けたいと思います。また、昨年度の秋から取り組みを開始した介護老人保健施設と通所介護事業所との一体化運営や通所介護事業所におけるリハビリテーションを利用者が「活動」と「参加」できる目的的なリハビリテーションへ変更を行っています。この事業も業務改善へつながるよう定着、推進していきたいと思います。

3月初旬には平成 27 年度の事業所目標成果報告会を開催し各事業所の成果や次年度への課題をプレゼンテーションし共有しました。今年度は計画立案の時点からBSC研修生1期生(平成 25 年度のBSC研修生)をリーダーとした5~6事業所をグルーピングしグループダイナミックスの効果を期待した方法で取り組んでいきます。4月の下旬に各事業所の目標発表会を計画しています。法人の利用者・家族の方に満足していただけるサービスが提供できるように取り組んでいきます。



看護介護統括部長
俵 智恵美

表1 職務満足度調査結果 □満足 □やや満足 □不満

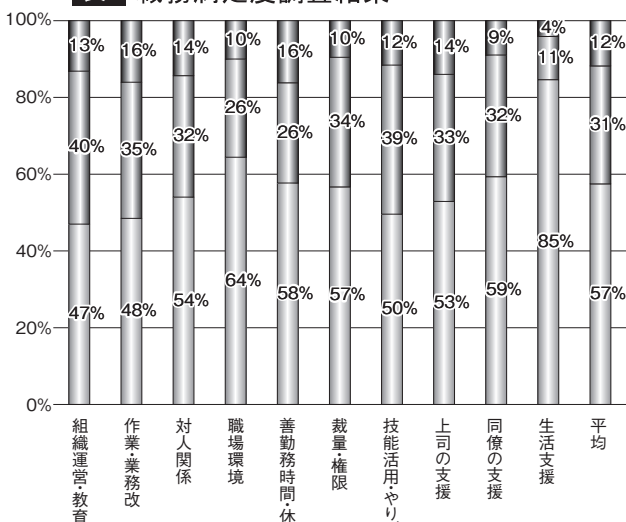
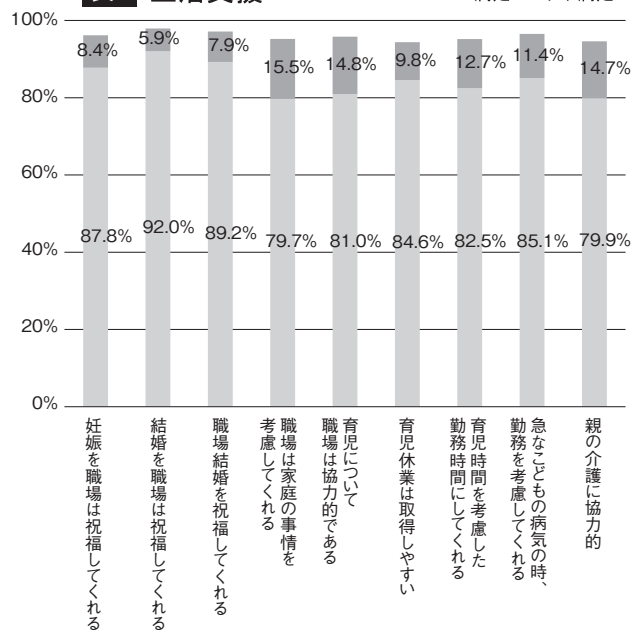


表2 生活支援



平成 27 年度 介護支援専門員 合格発表

真誠会は、合格率が16.1%で全国平均を上回りました。

5名の合格者の皆さん、おめでとうございます!!

介護老人保健施設うとぴあ	寺戸 仁幸
看護小規模多機能型居宅介護真誠会ふる里	花房 幸雄
介護予防センター真誠会	萩原 みどり
米子市弓浜地域包括支援センター	川橋 あゆみ
ケアハウスリバーサイド	米谷 正



介護支援専門員・相談員・弓浜包括支援センターの制服を、男女とも黒のスーツで統一し、リニューアルしました。気持ちも引き締めて、業務をがんばります!

合格 率

全 国	15.5%
鳥 取 県	12.1%
真誠会	16.1%

在宅医療連携拠点事業Cosmic Link

平成 27 年度 活動報告

地域住民が住み慣れた地域で生活することを支えるためには、医療・介護にまたがる様々な支援を提供する必要があります。地域の医師、歯科医師、薬剤師、看護職員、ケアマネジャーなどの医療・介護にかかわる多職種協働による在宅医療の支援体制を構築し、地域における包括的かつ継続的な在宅医療の提供を目指すことを目的とした事業です。

【効率的な医療提供のための多職種連携】

●平成 27 年度版「医療連携ガイド」の作成

関係機関のご協力のもと平成27年度版（第5版）「医療連携ガイド」を平成28年3月発行し、在宅医療連携拠点事業Cosmic Linkホームページに掲載しております。

【在宅医療に関する地域住民への普及啓発】

●地域包括ケアシステムについての講演

第11回弓浜助け合いネットワークの会「急がれる地域包括ケアシステム、地域ケア会議の構築」にて講演を行いました。

●地域ケア会議の立ち上げ

和田町、河崎御建地区で地域住民と協働し、地域ケア会議の立ち上げを行いました。



【在宅医療に従事する人材育成】

●実習生の受け入れ

医学部生、看護学生などチーム医療に関わる人材育成のための実習受け入れを継続しています。真誠会施設の臨地実習を受けた学生に実習終了後に満足度調査を行い、学生満足度は5段階評価で4.5でした。

【災害発生時に備えた対応策の検討】

●防災拠点としての体制整備

米子ホスピタウン（米子市河崎）、弓浜ホスピタウン（米子市大崎）を災害時の防災拠点としており、1週間分の水分、食品の備蓄を整備するとともに、地域と協働し防災訓練を実施しています。

●放射線防護対策設備稼働訓練の実施

原子力災害発生時における避難施設として施設設備の整備を行った弓浜ホスピタウンにて、平成27年11月30日（月）原子力災害発生を想定した訓練を実施しました。



【高齢者に適応する地域モデルの確立】

●認知症に関する企業アンケートの実施

米子市弓浜地域包括支援センターと共同で弓浜地域（彦名町、夜見町、富益町、崎津、和田町、大篠津町）の地域企業（銀行、郵便局、飲食店、コンビニエンスストア等）123店舗を対象に認知症に関する意識や現状について把握するためのアンケートを実施しました。

●オレンジカフェから地域ケア会議への展開

6拠点のオレンジカフェの展開をとおした地域包括ケアシステムの推進に努め、河崎オレンジカフェから地域ケア会議の開催につながりました。



平成 24 年度から平成 27 年度まで 4 年間、在宅医療連携拠点事業を展開してまいりました。各取り組みは今後も継続して行い、地域の皆様と「地域包括ケアシステム」の展開を進めていきたいと考えております。

真誠会健康クラブ10周年 地域の皆様の健康増進・介護予防を目指して

平成 18 年 4 月、いつまでも健康で、介護が必要にならない状態で生活を続ける事ができる健康増進の場と機会を作るために真誠会健康クラブは開設され、地域の皆様にご愛顧頂き、平成 28 年 4 月に 10 周年を迎えることができ、厚く御礼申し上げます。

当初より健康運動指導士（厚生労働省認定の運動指導資格者）が常駐し地域の皆様の健康増進に向け取り組んで参りました。現在では米子ホスピタウン(河崎)・弓浜ホスピタウン(大崎)・ローズガーデン(富士見町)・セントラルローズガーデン(西福原)の 4 拠点で運営をさせて頂いております。

健康クラブでは健康日本 21（厚生労働省が国民の健康の増進の推進に関する基本的な方向や国民の健康の増進の目標に関する事項等を定めたもの）に沿ったエクササイズガイドを使用し、「生活習慣病予防・改善」「メタボ健診(特定保健指導)」、「ロコモティブシンドローム」、「フレイル」「介護予防・認知症予防」など利用者様のニーズ、体調に合わせ効果が実証された専門性の高いプログラムを指導させて頂いております。

在籍する健康運動指導士はフィットネスクラブでの運動指導経験があり子供から高齢者までの幅広い年齢層の運動を指導・提案する事が出来ます。また鳥取県内では健康運動指導士が 6 名所属する法人はなく、複数の健康運動指導士が所属していることも真誠会健康クラブの強みだと考えます。運動指導のプロフェッショナルが常駐している強み、また介護事業所が併設している強みを生かし今後も地域の皆様の健康増進・介護予防に努めて参ります。

平成 28 年 4 月より米子市介護予防・日常生活支援総合事業が開始となります。それに向けて健康運動指導士が中心となり、一般介護予防事業、地域でのサロン活動支援が出来るように、日常生活支援総合事業職員研修会を開催しました。参加職員はリハビリ職(理学療法士、作業療法士)、介護福祉士、介護支援専門員と多職種の専門職が参加しました。今後、地域の皆様の健康づくりや介護予防活動を支援する体制を構築していきます。



健康運動指導士の指導で、リハビリ職員に「よな GOGO 体操」の実技テストをおこないました

平成28年4月1日から 介護予防・日常生活支援総合事業が始まります!

●**総合事業の種類** 総合事業には、要支援認定を受けた人や基本チェックリストにより生活機能の低下がみられた人(以下「事業対象者」)が利用できる「介護予防・生活支援サービス事業」と、65歳以上のすべての人が利用できる「一般介護予防事業」があります。

※変更 ⇨ 介護予防訪問介護と介護予防通所介護が総合事業に移行します。



現在、要支援認定の人は何が変わるの？

事業の枠組みが変わる以外は大きな変更はありません。訪問介護・通所介護が総合事業に移行し、現在サービスを利用している人は、認定の有効期間中は継続して同じサービスを利用できます。ただし、利用料金が月額定額から回数単価に変わります。



詳しくは、長寿社会課介護予防係または最寄りの地域包括支援センターにお問い合わせください。



辻田耳鼻咽喉科
院長 辻田 哲朗

5時間切ったぞー

3月に鳥取マラソンがあり、3回目の挑戦をしました。2年前の1回目は30kmであえなく沈没してしまいましたが、2回目の昨年はようやく念願の完走ができて、ゴール手前では思わず感極まって涙が出てしまいました。それから1年経って今回で3回目の挑戦です。年々体力が落ちてきていますが、実際にレースに出るとボクよりもはるかに年配の方が足取り軽く走っておられるのを見ると、まだまだできるんだと勇気が湧いてきます。今年も半年前から本格的に練習を始めました。マラソンを走ってしみじみと実感するのですが「練習は裏切らない。」です。しっかり練習さえしておけば絶対に結果が伴います。逆に練習をサボってしまうと、必ずしっぺ返しを受けます。今回も順調に練習を積んでいましたが、1月になってアキレス腱を痛めてしまい、2週間ほど走れませんでした。それが一抹の不安だったのですが、なんとかレースに臨めました。今回の目標はサブ5です。そのために前半を無理せず自重して後半30km過ぎから頑張ろうと青写真を描いていましたが、20kmあたりからふくらはぎがちょくちょくと痙攣ぎみになり、「やばいなあ。最後までもつかなあ。」とビクビクしながら走りました。このコースは35kmあたりに坂があって、ここが胸突き八丁です。案の定足が動いてくれなくなって、泣きそうになりました。それでもあと3kmまで来てなんとか5時間切れそうだったので、必死で走り目標のサブ5が達成できました。タイムは4時間54分34秒。去年より30分短縮です。走ってる時は「アーえらい。苦しい。もうやめたい。」とか思うのですが、ゴールしてしまうと、「ヤッター。次はどこを走ろう。」となってしまいます。大げさですが、マラソンを走るのは今の自分への挑戦です。来年も走るぞー。



いえはら歯科
院長 家原 猛

2016 春

今年も桜の季節がやって来た。入社式には満開の桜で、新しい仲間を迎えることができた。そして、4月1日、歯科医療もいろいろと保険制度の改定が実施された。改定の主な視点は、①かかりつけ歯科医機能の評価、②在宅歯科医療の推進、③チーム医療、医科歯科連携の推進、④生活の質に配慮した歯科医療の推進(加齢による口腔内の変化、歯の喪失リスク増加への対応)、⑤新しい歯科医療技術の保険導入、などである。中でも今回、画期的で大切な概念は、「健康を創り出す歯科医療」、歯と食(栄養)の崩壊を早期に見つけて修復する。というところに、治療の目標を設定したことである。虫歯で穴の開いた歯を治す、歯周病で失ったところに入れ歯を作る歯科医療から、食べるを支え、健康な体に導く歯科医療への明確な転換である。生活習慣病は、なってから治療を始めたのでは全くダメで、予防・保健・健康志向が前になくしてはならない。病気になる前にそのリスクを察知し、発症を防ぐ、或いは行動を改善することが大切です。健康日本21の重点6項目を思い出していただきたい。栄養・運動・休養・飲酒・喫煙・歯の健康。と、あるように、健康寿命、元気で長生きのためには大事なポイントなのですね。

もうひとつトピックとして、小児の虫歯と高齢者の虫歯は別物という話。小児の虫歯は、砂糖の多く入った食べ物を良く食べる子供の口に住み着きやすいミュータンス菌という特別な細菌(外因感染)によっておこる病気。ミュータンス菌の感染の窓は生後1歳半から2歳半。だからそれを防ぐためには、①仕上げ磨きと②砂糖制限が大事。高齢者の虫歯は、歯ぐき下がって根っこの部分にできる虫歯が多くて、ごはんやパンを食べてるとふつうの菌によってできる内因感染。(有機酸酸性菌によるαでんぷんの発酵が原因)この手の虫歯は人類が農耕を始め、土器を使い始めて以来のものらしい。

歯科医療・歯科医学も日進月歩です。でも、今年も桜の季節は日差しと共に春爛漫。

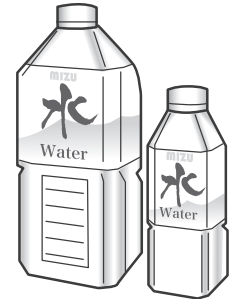
寒波による影響で断水！災害時に備えた対応策

今年の1月24日に10年に一度と言われる猛烈な寒波が襲来し、米子市内各所で水道の断水や水圧低下が発生したことを記憶されている方も多いと思います。

真誠会では、平成23年1月の豪雪による災害を踏まえて、1月23日に想定される被害対策の会議を実施し、グループ内各事業所へ準備を指示しました。幸いにも積雪が多くなく停電も発生しませんでした。各事業所で水道の水圧低下が発生しました。

水圧低下を受けて、入浴の中止および飲み水や食事用の水をペットボトルで対応する等の対策を実施いたしました。そのうえで、水圧低下が長期化することを想定し、米子ホスピタウンおよび弓浜ホスピタウンにおいて、米子市水道局による給水を受けました。これにより、利用者へのサービス低下を最低限に止めることができました。

真誠会では、今回の被害を教訓として災害への準備を継続して行う方針です。



ありがとう「セラピードッグ さくら」 いっまでも、忘れないよ!

医療福祉や障がい者の心の癒しとして動物の存在価値が評価され、アニマルセラピーとして一般にも良く知られています。

平成16年4月、桜が満開の頃、ラブラドルの「さくら」はセラピードッグとして富益しあわせデイサービスにやってきました。

ラブラドルはいくらおとなしい犬といっても、成長すると大きくなり力も強いので高齢者に対して事故を起こしてはいけなないので数ヶ月間ドックトレーナーのもとで訓練を受けました。

その訓練の後、さくらは施設で飼われることになりました。最初は、「黒くて大きな犬」にご利用者はビックリしておられましたが、中庭にいるさくらを見て、「撫でてみようかな」「うちにも犬がいるよ」と徐々にさくらの周りには人だかりが出来るようになりました。さくらはご利用者の周りを跳ね回りしっぽをたくさん振っていました。利用者にとっても、「抱いてかわいがりたい」「自分の愛情を与える対象が欲しい」という思いがさくらに伝わり、とても嬉しかったのでしょうか。

犬、ネコその他の動物は人間が提供できない愛情を人に提供し、従順にその人の子どもや孫のようにかわいがられることによって、病んだ人の心を癒し、励まし、心の交流をおこなっているのです。犬一匹でも人間が出来ないこと、薬だけでは治療することが困難な心の問題を解決する大きな手掛かりをくれます。

さくらも10歳を過ぎたあたりから、あごに白い毛が見えはじめました。「犬にも白髪が生えるのね」「さくらもおばあちゃんなんだね」とさくらを撫でながら語りかけられるご利用者もおられました。そして、皆様にたくさん可愛がって頂いたさくらも、平成28年1月、ドッグスクールの先生に見守られながら眠るように亡くなりました。施設に来る前に訓練を受けたドックトレーナーの先生のもとで亡く

なることができて本当に幸せだったと思います。

約12年間、ご利用者のみならず職員癒しとなり、心安らぐセラピードッグとして立派に使命を果たしてくれました。

さくらは、職員にとっても癒しの存在であり、共に働いた仲間!一緒に過ごした日々を私たちは忘れません。

私達職員も動物に負けない純真な心でご利用者の方々に接していきたいと思います。さくらが教えてくれたことです。

「ありがとう さくら」天国から見守っていてね。



桜を見る会に招待されました

医療法人・社会福祉法人真誠会 理事長 小田 貢

私達夫妻は、4月9日、東京・新宿御苑で開かれた安倍晋三首相主催の「桜を見る会」に招待されて出席してきました。当日は朝早くから受付が始まるので、新宿のパークハイアット東京に前泊しました。

会場は8時半受付開始となっていたのですが、数千人が招待されているとのことで早めに会場に行きました。受付はすごい混乱でしたが、新宿御苑の中に入ると広大な広場があり、心配した桜もまだ沢山咲いていましたし、桜の種類によってはまさに最盛期の見ごろでした。

入場して30分過ぎたころより、急に道が明けられ、「芸能人」と書かれたプラカードをもったスタッフの後ろをいろいろな芸能人が入って来ました。草刈正雄、神田うの、梅宮アンナ、DAIGO、トレンディエンジェル、はるな愛、人気アイドルグループ ももいろクローバーZも招待されていてとても華やかでした。聴衆はそれらの芸能人と一緒に写真を撮っていました。各界の著名人ら約数千人が出席した盛大な催しでした。

そうこうしているうちに安部首相が入場し、タレント、芸能人に囲まれてスピーチをし、30分ほどしてから退場となりました。だれも首相を写そうと必死でカメラを両手で掲げて写真を撮っており、首相の人気振りを表しておりました。また、ボディーガードの多さにも驚きました。

首相は御苑の桜の開花状況に自身の心境を重ね、「最後1分くらい残るソメイヨシノのように粘り腰で、まだ6分咲きの八重桜のように（これから）頑張っていきたい」と挨拶。沢山の国会議員とか、テレビでニュース解説に出てくる知識人とかが目を通るとさすがに首相招待の会であることが実感されました。

また自衛隊やアメリカ軍の将校達の制服姿はとても凛々しく国際色も豊かでした。

首相の退場と共にゆっくり御苑から出口に向かわれ、そのときに一陣の風が吹き桜の花吹雪が舞い上がりました。太陽の日に照らされてキラキラと乱舞する光景はまさに桜を見る会のフィナーレに相応しい感動的な景色でした。



観客に囲まれる春香クリスティーンさん

施設見学に おこしやす! おもてなしの心で対応 季節感あふれる行事の紹介

沼浜ホスピタウン
ケアハウスリバーサイド



ケアハウス・リバーサイドでは1年を通じてさまざまな行事ならびに、季節にちなんだお食事を提供し好評を得ております。

人の持つ感覚機能、すなわち五感（視覚・聴覚・味覚・触覚・嗅覚）を通じ季節を感じることを大切に、懐かしく振り返る、または新しい思い出として記憶されるとしたら幸いです。

何といても人気は「7月のそうめん流し」「9月の観月会」でしょう。夏は五色の風ガーデンに竹を組み清らかな水を流し清涼を、秋は2階テラスで、塗りのお椀でぜんざいを味わいながら月を愛で虫の声を聞く。至福のひとつときです。



施設見学で来られたお客様には、職員と一緒に入居者の方もお手伝いでおもてなしを行っています。薬剤師会の方が施設見学に来られ、おもてなしに大感激!