

Paula Letter

パウロレター

広報誌

ご自由にお持ちください

秋号

<発行> 医療法人中山会 新札幌パウロ病院

<編集> 広報委員会

<発行日> 平成30年10月10日 (Vol.89)

〒004-0002 札幌市厚別区厚別東2条6丁目4-1

TEL(011)897-4111・FAX(011)897-4114

www.byo-in.com / メール paulo@byo-in.com

「患者さんの目線で」優しい医療を

<基本方針>

- ・患者さんを自分の肉親と思う精神で接します。
- ・良質かつ適切なサービスの提供に努めます。
- ・愛され信頼される病院を目指します。



医療法人中山会 新札幌パウロ病院

平成30年10月1日より、 障害者施設等一般病棟を開設しました。

障害者施設等一般病棟とは

パーキンソン病や筋萎縮性側索硬化症などの神経難病の患者様、寝たきりで意識障害（^{*}JCS30 以上）のある患者様の治療・看護・リハビリを行う病棟です。

^{*}JCS …… 意識障害の深度（意識レベル）

どんな方が入院の対象となりますか？

- ◎ 重度の肢体不自由者・脊髄損傷の重度障害者 ***脳卒中の後遺症及び認知症の患者様を除く**
- ◎ 重度の意識障害者
- ◎ 神経難病患者

・パーキンソン病 ・パーキンソン病関連疾患（進行性核上性麻痺・大脳皮質基底核変性症）
・多系統萎縮症（綿糸体黒質変性症・オリブ橋小脳萎縮症・シャイドレガー症候群）
・筋ジストロフィー ・多発性硬化症 ・重症筋無力症 ・スモン ・筋萎縮性側索硬化症
・脊髄小脳変性症 ・ハンチントン病 ・プリオン病 ・亜急性硬化症全脳炎 ・ライソゾーム病
・副腎白質ジストロフィー ・脊髄性筋萎縮症 ・球脊髄性筋萎縮症 ・もやもや病
・慢性炎症性脱髄性多発神経炎

- ◎ その他、急性期の治療が必要な方

障害者手帳は必要ですか？

特に必要はありません。

***肢体不自由 1・2 級をお持ちの方は、脳卒中・認知症による障害でなければ対象となります。**

入院するには？

入院前の心配ごとや疑問など、当院の『地域医療連携室』にご相談下さい。

＜お問い合わせ＞ ☎ 011-897-4111（代表）





食べ物の適切な「温度管理」で「菌」を防ぎましょう。

院内感染委員会／薬剤科長 後藤 勝博

今回の地震では、多くの方が停電、断水等を経験されたことと思います。

テレビでは、多くの方が「胆振東部地震の情報」を見たことでしょう。

番組の下方に（テロップ）、「地震情報」はもちろん、「停電」、「断水」、「交通」等、多くの情報などが流されていました。その中に次のような「札幌食中毒情報」がありました。

札幌食中毒情報：「長時間の停電で、保存状態の不備から品質の低下した食品が発生しやすい状況です。冷蔵庫にしまっていた食品は、安全性に問題がある場合には、消費期限内でも破棄してください。調理にあたっては十分に加熱してください。避難所で出された食事はすぐに食べましょう。」

細菌が増えるには「栄養」、「温度」、「水分」の3要素が必要です。

今回、温度について考えてみましょう。

冷蔵庫（室）の温度は5℃以下、又は冷凍庫（室）は（マイナス）15℃以下です。

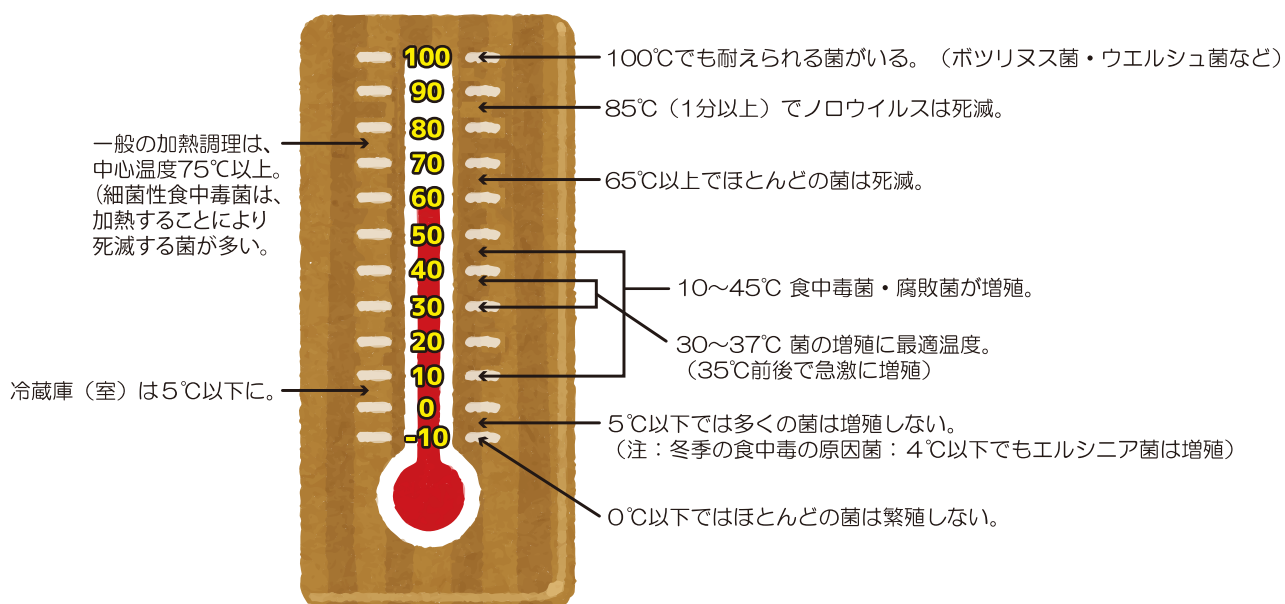
多くの菌は10℃以下で発育が抑えられます。食中毒の菌が増殖する温度は10℃～45℃ぐらいです。

特に細菌の好む温度は30℃～37℃と言われます。（停電時は冷蔵庫の温度が上昇します）

災害時や断水時では「ため水」が使用され、条件によっては細菌が増えやすく綺麗に洗うことが難しい洗浄や消毒が不十分な調理では、食中毒菌が残っていたら「あっという間」に増殖します。

食物の「温度管理」そして「手指衛生」は普段から心がけましょう。

菌と温度の関係





パウロ 夏祭り

7月、晴れ渡る青空と燦々と輝く太陽のもと、パウロ夏祭りが開催されました。今年も50名以上の職員による「よさこい演舞」のほか、「風雪太鼓」をゲストに迎え、患者さん、利用者さんに太鼓パフォーマンスを披露。息の合った迫力の太鼓パフォーマンスが、さらに祭りを盛り上げました。



花火大会

当院中庭で恒例の花火大会が行われました。
 今年は残念ながら雨天での開催となりましたが、職員が雨のなか、中庭で打ち上げる花火を患者さんたちは院内から見学。
 皆さんに喜んでいただけたようでした。
 来年は、沢山の「てるてる坊主」をぶら下げたいと思います。



収穫祭

今年は晴天に恵まれ、初秋を感じる気候の中『収穫祭』が行われました。
 各病棟患者さんとグループホーム春桜の入居者さんが参加。
 収穫されたじゃがいもの重量で順位が決まります。
 今年の1位は、7病棟“17.2kg”でした。
 収穫のあとは、栄養科がほくほくの“蒸かしいも”を用意。
 秋の味覚を堪能していただきました。



今後のイベント

作品展

11月



クリスマス会

12月



当院では札幌市のモデル事業として行われている『厚別西・東地区健康づくりプロジェクト』に参加協力をしています。

この事業は、地域住民が主体となり、介護予防を目的として、町内会館や地区会館で健康体操や茶話会、認知症予防の脳トレや講和など、健康づくりの取り組みをしているものです。

今年度上半期（4月～9月）は、5月29日（火）森林公園はつらつ健康クラブ（代表：鈴木博子氏）、8月8日（水）小野幌はつらつサロン（代表：佐藤昌次郎氏）、9月20日（木）元気クラブ（代表：鳥田氏・小川氏・原田氏）を訪問し、転倒予防の体操、自宅でできるストレッチ、音楽に合わせて鳴子を鳴らすリズム体操などを指導させて頂きました。

中でも「元気クラブ」は今年5月に発足したばかりの新しいサークルです。ホームック厚別東店2階のカルチャースペースにて、月2回、第1・第3木曜日の14時～15時の間で開催されています。

通所リハビリふる里の志水健吾理学療法士と三浦友里介護予防運動指導士の2名で訪問しました。

当日の参加者は17名、男女比は3：7と女性が多めですが、他のクラブは1：9、2：8の比率で女性が多い為、比較的男性参加者が多いクラブです。

指導内容は、タオルを使った体操とストレッチを行った後、高齢になると多い下半身の浮腫みに関して、予防と浮腫んだ際の解消に関してお話をさせて頂きました。その後、自宅でひとりでできる自主トレーニングメニューについて、図解付きのプリントをお配りし、説明しながら実施しました。

体操のあと、日常生活で困っていることや、運動をする際の注意点などの質問にお答えし、その中で、介護保険やデイケア（通所リハビリ）に関する説明もさせて頂きました。

参加された皆様は真剣に興味を持って聞いて下さり、「楽しかった」「ためになった」との感想を頂きました。

9月26日（水）には、サポートプロジェクト会議（札幌市厚別区介護予防センター主催）があり、下半期の活動サポートの検討と参加団体の皆様のアンケート調査結果の説明がありました。

参加者の年齢層や身体の悩み（疾患）、指導してほしいこと、知りたいこと等、様々なご意見がありましたので、今後のサポートメニューの参考にさせていただきます。



参加者大募集!

みんなで脳と体を楽しく鍛えませんか?

生き生き脳活教室

身近な地域の会館に集まり、脳や体を鍛えましょう!
みんなで楽しく、簡単な筋力アップや脳トレになる運動習慣、認知症予防のための食生活の講話、脳を鍛えるレクリエーションなどを交流しながら学びませんか?

3ヶ月間で『介護予防指導士』『理学療法士』『作業療法士』『薬剤師』『栄養士』等の専門職から、脳が元気になり、健康づくりにつながる知識が学べます!

是非お気軽にお申し込みください!



開催日 (毎週金曜日 ※11/21のみ水曜日)

10月	11月	12月
12日	9日	7日
19日	16日	14日
26日	21日(水)	
	30日	

時 間: 13:30~15:30

会 場: 小野幌会館 1階ホール
(厚別区厚別東4条4丁目9番3号)

参加費: 100円 (資料代)

持ち物: 上靴、タオル、飲み物、参加費
※動きやすい服装でお越しください。

参加条件: 概ね60歳以上の方

申込方法: 下記まで、事前に電話もしくは、
FAXにて「氏名・住所・電話番号・年齢」をお知らせ下さい。

申込先: 札幌市厚別区介護予防センター^{あつべつさいどう}厚別西東

☎004-0069 厚別区厚別町山本750番地6

☎011・896・5019 / fax011・896・5021

※ 介護予防センターは、「札幌市の委託事業」です。

皆様のお住まいの地域でも、こうした健康づくり活動がさまざま行われています。
町内会や介護予防センターへお問い合わせいただくと、近くの活動クラブをご紹介いただけますので、ぜひ参加してみたいかがでしょうか。

皆様のお住まいの地域で行われている健康づくり教室やサークル活動が、『いったいどこでやっているの?』『どうやって参加するの?』と、お思いになりませんか?

介護予防センターでは「厚別西・東地区 はつらつ健康づくりマップ」を作成しています。
本格的な寒い季節になる前に、ぜひ近くのサークルに参加してみたいかがでしょうか。
当院にもマップがございますので、ご希望の方はお声をかけて下さい。



パウ口につこりクラブ

講座内容

「見逃さないで！ お口のトラブル」

講師：歯科衛生士 中川 愛

お口の些細なトラブルを見逃すと、
＜食欲不振 → 低栄養 → 要支援 → 要介護＞
と、段階的に体の機能低下が起こります。
お口から発生するトラブルの仕組み、回避、解決方法など、
盛りだくさんの内容でお送りします。
また、近年注目の「オーラルフレイル」の概念もご紹介します！

と き：平成30年10月24日(水)
14:00～15:00

ところ：新札幌パウ口病院 1 階 礼拝堂

参加費無料

お気軽にご来場ください。

無料血圧測定実施

初めての方には血圧手帳を進呈。

公開講座のご案内

無料送迎バスのご案内

▼新札幌パウ口病院行き ○13:15 発の便は、土・日・祝日は運休

地下鉄新さっぽろ駅	8:50	新札幌パウ口病院着	9:00
北辰病院前アーケード	10:20		10:30
発	○13:15		13:25

▼地下鉄新さっぽろ駅行き もみじ台経由、新札幌の交番前下車

新札幌パウ口病院発 (病院裏駐車場)	11:30	地下鉄新さっぽろ駅着	11:50
	15:00		15:20
	19:30		19:50

乗り場が変わりました



交通事情などにより、到着時間が変動する場合がございます。
ご利用の際は、あらかじめご了承ください。