

Paulo Letter

パウロレター

広報誌

ご自由にお持ちください

<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1月10日 (Vol.86)

〒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

新年号

「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



新年あけましておめでとうございます。

本年も皆様、お健やかに過ごしていただけますよう心よりお祈り申し上げます。
医療法人中山会を今後ともよろしく願いいたします。

医療法人中山会

回復期リハビリテーション病棟



入院された患者さんが1日も早くご自宅へ退院できるように支援していくことを使命とした、リハビリテーションの専門病棟です。
様々な専門技術・知識を持った医療スタッフがチームを組み、患者さん、ご家族と一緒にADL(日常生活動作)向上、家庭復帰に向けて取り組んでいます。

特殊疾患病棟



神経難病や重度の意識障害などで、長期に入院治療が必要な患者さんに、安心して療養いただける専門病棟です。リハビリスタッフが行う集団レクリエーションを通じて離床の機会を提供し、療養生活にご満足いただけるようサポートしています。

指定居宅介護支援事業所



利用者さんお一人おひとりのお気持ちを大切にされたケアプランを作成し、生き生きとした喜びのある生活を送れるよう支援いたします。

☎ 011-897-5400

通所リハビリテーション ふる里



利用者さんお一人おひとりのお気持ちを大切にされたケアプランを作成し、生き生きとした喜びのある生活を送れるよう支援いたします。

☎ 011-897-7373



江別介護相談センター

江別市野幌町36番地12
エチュード野幌1階

☎ 011-391-4111



デイサービスセンター ぱうろ温泉

多様な自己選択型プログラム。パワーリハビリの機能も完備。リハビリ後は天然温泉でゆっくりと疲れを癒すことができます。☎ 011-899-1126

認知症対応型 グループホーム

認知症の高齢者の方々が小規模で家庭的雰囲気のもとに共同生活するところです。当グループホームでは入居者の方々に可能な範囲内で家事や趣味活動を行っていただき、充実した生活をお送りいただけるような環境づくりをいたします。



グループホーム春桜

札幌市厚別区厚別東3条6丁目1-5

☎ 011-897-0733



グループホーム夏桜

札幌市厚別区青葉町16丁目2番26号

☎ 011-892-4111



グループホーム冬桜

江別市大麻東町31番5号

☎ 011-386-3000

食事でできる風邪予防



栄養科

風邪とは…?

「風邪」は病名ではなく、主にウイルスによって鼻やのどなど上気道と言われる場所が炎症を起こす急性の炎症性感染症の総称です。主な症状は、咳、のどの痛み、鼻水、鼻づまり、頭痛などです。寒さだけで風邪にかかることはありません。季節の変わり目で寒暖の差が大きいと風邪をひきやすかったり、疲れやストレス、睡眠不足や栄養不足などにより症状が長引いたりします。また冬の乾燥によって粘膜が渇いてしまうため、免疫力が落ちやすいとも言われています。



風邪をひかないための予防対策を心がけよう！

ウイルス対策には手洗い・うがいが効果的です。睡眠不足は疲れやストレスを溜めやすく、抵抗力を下げてしまいますので気を付けましょう。適度な運動を取り入れることもおすすめです。体を温めたり、体力アップで風邪がひきにくくなります。外から帰ったら「手洗い・うがい」は欠かせないようにしましょう。

ビタミンをしっかり摂ろう！

ビタミンAやビタミンCは風邪をひいてしまった後も摂るようにしましょう。風邪の治りを早めてくれます。さらにプラスでビタミンB群を取り入れるようにしましょう。中でもビタミンB1は疲労回復効果が期待できます。



消化の良いものを選びよう！

風邪をひいている時は、消化機能が低下しています。揚げものや刺激物など胃腸に負担をかける食事は避け、うどんやおかゆなど消化の良い食事を心がけましょう。もしも風邪をひいてしまったら？もしも風邪をひいてしまったら、安静にし、栄養補給・水分補給に注意しましょう。高熱のときは発汗により、脱水症状になりやすくなります。水分補給を忘れずに行いましょう。ミネラル分をふくむスポーツドリンクなどを上手に利用しましょう。

風邪予防レシピ 「かぼちゃのそぼろ煮」(2人分)

【材料】

かぼちゃ	100g
ひき肉	30g
油	小さじ1/2
砂糖	小さじ1
醤油	大さじ1/2
片栗粉	小さじ1(水で溶いておく)

【作り方】

- ①かぼちゃは一口大に切っておく。
※固い時は電子レンジにかけておくと切りやすい。
- ②鍋に油を熱し、ひき肉をいれて炒める。
- ③ひき肉の火が通ったら、かぼちゃと砂糖、しょうゆと水を適量入れて煮る。
- ④かぼちゃが柔らかくなったら水で溶いた片栗粉を入れてとろみをつける。



かぼちゃはビタミンが豊富な野菜です。かぼちゃを食べて風邪予防しましょう。



大忘年会



平成 29 年 12 月 16 日

ホテルエミシアにて医療法人中山会の忘年会が盛大に行われました。

今年は 300 名以上の職員が参加し、余興や抽選会のほか、当院が掲げる「ホスピタリティ向上計画」の一環として笑顔がステキな職員を決定する「スマイル大賞」の授賞式など、とても盛り上がった忘年会となりました。





作品展

11月2日から礼拝堂にて、「新札幌パウロ病院作品展」が開催されました。
今年も患者さん、利用者さん、職員の多くの作品が展示され、来院されたみなさんに楽しんでいただきました。



ロビーで行われた開会式のテープカット



クリスマス会

今年のクリスマス会は、プロのマジシャンによるマジックショーが行われました。
参加型のマジックショーで、患者さん利用者さんと大いに盛り上がりました。



今後のイベント

※写真は過去のイベントの様子です。



教えて、介護。

デイケアサービスとデイサービス その違いとは？

当法人では、デイケアサービス(通所リハビリテーション)とデイサービス(通所介護)両方の介護サービス事業を行なっておりますが、このデイケアサービスとデイサービスそれぞれの特徴についてご説明させていただきます。

？ デイケアサービス(以下「デイケア」)とデイサービスの違いは？

デイケアとデイサービスは、介護保険制度の居宅サービスとして位置づけされており、サービス内容は共通する部分も数多くありますが、大きな違いは以下のとおりです。

デイケア(通所リハビリテーション)

老人保健施設や病院などの施設に通い、理学療法や作業療法などの専門的なリハビリを行い、心身機能の維持、回復が主となり、デイサービス(通所介護)は、外出・社会的な交流、家族負担の軽減などが主となります。

デイケアサービス

専門的リハビリを提供する施設であるため、リハビリの専門職(理学療法士、作業療法士、言語聴覚士)が配置されています。一方デイサービスの方は、看護師の配置が義務付けられていますが、リハビリの専門職の配置は施設基準上に謳われていません。

？ 新札幌パウロ病院でサービス提供しているデイケアとデイサービスのそれぞれの特徴や違いについて教えてください。

デイケア

通所リハビリテーション ふる里



理学療法士、作業療法士を配置し、個別リハビリテーションを重要視したサービス提供を行っております。また、来所ごとに看護師による健康チェックが行われ、食事サービス、入浴サービスなどを受けながら充実した1日を過ごしていただけます。

デイサービス

デイサービスセンター ばうろ温泉



多様なプログラムを提案し、1日のメニューそのものを利用者様が選択できるシステムとなっています。また、パワーリハビリの機器も完備しており、リハビリで汗をかいた後は、天然温泉でゆっくりと疲れを癒していただけます。

どうぞ、お気軽にお問い合わせください。

☎ 011-899-1126 (施設長/渡辺)

通所サービス 新札幌パウロ病院

検索



「厚別区医療連携ネットワーク(通称:厚医ネット)第4回会議を開催。」

厚別区の病々、病福連携の円滑化、各医療機関等の役割の明確化、透明性の向上、連携体制の構築を目的とし JCHO 札幌北辰病院、札幌徳洲会病院を基幹病院に平成 28 年 10 月より厚別区の医療機関・介護老人保健施設・厚別区地域包括支援センター・介護支援専門員連絡協議会厚別支部が一同に会する会議(年度 3 回)を開催しています。

去る 10 月 13 日(金)札幌徳洲会病院 8 階講堂にて第 4 回目の会議を行いました。今回は 14 医療機関 3 介護老人保健施設 3 居宅介護支援事業所 の参加があり、札幌ひばりが丘病院、新札幌聖陵ホスピタル、羊ヶ丘病院、桜台明日佳病院、厚別耳鼻咽喉科病院、介護老人保健施設あつべつ、介護老人保健施設コスモス(発表順に掲載)より施設概要、医療・介護連携上の現状や課題の発表がありました。

今回で参加している全ての医療機関、介護老人保健施設の発表が終了し、次回の会議からは医療連携上の課題、疾患ごとの医療体制の構築、医療機関同士の連携強化等より具体的な課題に対しディスカッションを行っていく予定にしています。一步一步わずかではあります、地域住民の方に還元できる地域包括ケアシステムを構築している最中です。



「さくらクラブにて体操教室を開催しました。」

厚別西・東地区健康づくりサポートプロジェクトの一環として「さくらクラブ(代表:千葉会長代理)」で体操教室を開催しました。このプロジェクトは厚別区介護予防センターからの依頼により、厚別区に所在する医療機関・介護老人保健施設・ディサービス・薬局等が協力し、持ち回りで地域住民の方々向けに体操教室・講話を開催している活動です。

11 月 13 日(月)桜台会館に参加者、ボランティアの方々も含め 20 名の参加がありました。今回は通所リハビリテーションふるりの志水理学療法士、渡辺相談員が講師を担い、松本地域医療部課長がサポートしました。

椅子に座ったままのストレッチから始まり、徐々に負荷をかけていき、椅子背もたれに手をかけながら片足を上げるバランス取る動作等を行ってもらいました。皆さん気持ちよく身体を動かすことが出来た様子で笑顔が絶えない有意義な時間となりました。

体操が終了した後はコーヒータイトムと座談会があり、参加者、ボランティアの方々もこのサロンをととても楽しんでいる様子でした。

「小野幌はつつ体操クラブにて体操教室を開催しました。」

厚別西・東地区健康づくりサポートプロジェクトの一環として「小野幌はつつ体操クラブ(代表:佐藤会長)」に参加し、体操教室を開催しました。このプロジェクトは厚別区介護予防センター厚別西東からの依頼により、厚別西・東地区に所在する医療機関・老健施設・ディサービス等が協力し、持ち回りで地域住民の方々向けに体操教室や講話等を行っている活動です。

去る 11 月 22 日(水)小野幌会館に 19 名の地域住民の方と東区から地域の方々自主化された体操を見学する方 12 名が参加され、スペースがかなり狭くなる程の大盛況となりました。新札幌パウロ病院「通所リハビリテーションふるり」より照井介護福祉士が楽しい話しながら転倒予防体操を実施し、畠中理学療法士、松本地域医療部課長がサポート役を務めました。

皆さんしっかりと身体を動かすことが出来、我々も驚く程の運動量であり、室内も暖房が必要無いほど熱気ムンムンでした。体操後には本日用いた内容のプリントを提供しています。



パウロにつこりクラブ

講座内容

食べる 楽しみ いつまでも “のど(喉)活”しませんか?

講師：リハビリテーション科・言語聴覚士／永嶋 宏二郎

「嚥んで飲み込む」カラダの仕組み

- ・口腔、咽頭の身体機能構造
- ・咀嚼から消化までの仕組み
- ・歯、舌の役割

こんな症状ありませんか？高齢者に多い「誤嚥性肺炎」

- ・日常の症状から見る誤嚥性肺炎の危険
- ・自分の嚥下状態を確認 ～自己チェック～

自宅でできる嚥下リハビリをご紹介します

- ・自分でできるセルフトレーニング
- ・嚥下しないためのひと工夫

と き：平成30年1月31日(水)

14:00～15:00

と ころ：新札幌パウロ病院

1階 礼拝堂

無料血圧測定実施

初めての方には血圧手帳を進呈。

参加費無料

お気軽にご来場ください。

公開講座のご案内

無料送迎バスのご案内

▼新札幌パウロ病院行き ◎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	9:00
北辰病院前アーケード	10:20	パウロ病院着	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	11:30	地下鉄	11:50
パウロ病院発	15:00	新さっぽろ駅着	15:20
(病院裏駐車場)	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。