

パウロレター

Vol.
71

＜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 27 年 4 月 10 日

〒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。



老人病棟に春が来た

—理事長さんは泣き虫—

会長／中山修子



『明日のことまで思い煩うな。明日のことは、明日自ら思い煩わん。』

この聖句に支えられ、患者さんとの一日一日を大切に過ごしてきた中山会長が、平成8年10月、これまでの思いや感じてきた事を綴った一冊の本『老人病棟に春が来た』を出版しました。

このコーナーでは、その中からシリーズでエッセイをご紹介します。

老人病棟の恋

九時の消灯後に、地下でA男さんとB子さんが逢い引きしているとか、トイレの奥でC男さんとD子さんが……だとか、どうもいい仲のようだとか、たまにそんな噂話が耳に入ってくることもある。

この世のなかに、男と女がいる限り、いくつになっても恋は生まれるものだ。それが自然の摂理というものだ。

いいではないか。そんなときめきがあったって……。消灯後の地下での逢い引きは困るけれど、生涯、男と女である限り、手を触れたり、体を合わせたりしたい欲望があって当然だと思う。

お年寄りの人を愛する能力や、恋する熱い思いは、若い男女に決して負けてもいないし、劣っているわけでもないのだ。

世間の常識にとらわれて、老年の恋愛をタブー視することは間違っていると思う。いけないこと、恥ずかしいこと、不潔なことなどと決めつけてしまう権利など私たちにはない。

生涯、男と女で、異性を意識して生きていくことが若さにもつながるし、呆けることへの防止にも、生きる意欲にもつながると思うのだ。

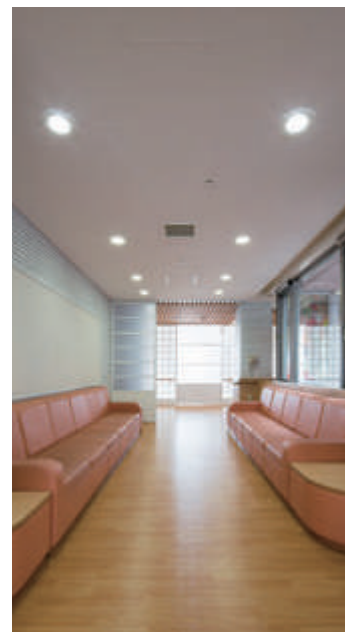
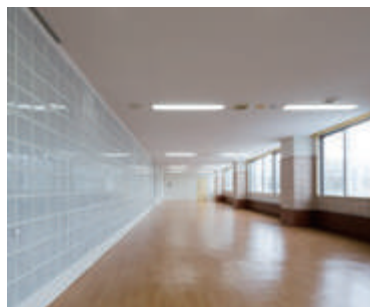
老人病棟に生まれる恋を、そっと大切に育ててあげたいと思うけれど、さて、どうやって見守ってあげたらいいのだろうか？ はたと腕を組んで「考える人」になってしまった。

愛のコミュニケーションは、きっと“良薬”になるだろうし、健康を回復させる最高の治療薬につながるのだってあると思うのだけれど……。



リハビリテーション病棟が 新しくなりました。

当院リハビリテーション科の施設が増改築工事に伴い一新しました。新たな環境で、療法士（セラピスト）を中心に、医師、看護師、医療相談員、介護福祉士など多職種と協力し、これからますます患者さん、利用者さんそしてご家族の皆さんに満足していただける医療サービスを提供してまいります。



新事務部長就任のご挨拶

みなさん、こんにちわ。

このたび4月1日付けで事務部長に就任いたしました中安です。

事務部長という大役をお受けするに当たりましては、理事長を始め諸先輩の皆様から背中を押され、緊張で身の引き締まる思いです。

創立34年目を迎えようとしております新札幌パウロ病院は、医療と介護の連携を強化することが求められる新しい時代に対応できるよう、今、一つひとつの取り組みを進めている途中にあります。

今後も、いつもご支援をいただいております地域の皆様と共に歩んでまいります。

つきましては、はなはだ微力ではございますが、この職務に専心努力してまいりたいと存じますので、なにとぞ前任者同様ご指導ご支援を賜りますようお願い申し上げます。



医療法人中山会 新札幌パウロ病院
事務部長 中安 敏文

新札幌パウロ病院の 回復期リハビリテーション病棟をご紹介します。

回復期リハビリテーション病棟とは

平成12年4月に設立された制度で、入院されてきた患者さんがご自宅へ退院できるよう、支援していくための病棟です。

「回復期」とは、脳血管障害や大腿骨頸部骨折の手術などの急性期の治療を受け、ある程度病状が安定し始めた、発症から1～2ヶ月後の状態を言います。この「回復期」と言われる時期に集中的なリハビリ訓練を行うことが効果的とされております。

回復期リハビリテーション病棟は、現在日本で最も重点的にリハビリを受けることのできる病棟です。



当院の回復期リハビリテーション病棟での取り組み

1. 当院の回復期リハビリテーション病棟に入院されている患者さんに対して、土日祝日を含め、365日リハビリを実施しております。
2. リハビリは、その患者さんの病気やケガの状態にあわせて対応しておりますが、1日約2時間程度、多い方で3時間のリハビリを実施しております（1回1時間のリハビリを2～3回）。また、その方にあった個別的なリハビリプログラムを提案、実施しております。
3. 患者さんに関わる職員全員が患者さんの病状やリハビリの進行具合などを理解しておくために定期的に医師、看護師、医療相談員、リハビリなど様々な職種が集まり、情報交換（カンファレンス）を行います。情報交換の中で、その方の日常生活（食事、着替え、入浴、排泄方法など）について検討しています。
4. 自立した生活を取り戻していただくために、リハビリ時間以外にも病棟看護師のもと、病棟での歩行訓練などを実施しています。
5. 安全安心に自宅生活が行えるよう、退院前にご自宅に伺い、動作の確認や必要に応じて手すりの設置など、福祉用具の使用についても提案しています。
6. 必要に応じてご家族に対し、動作の介助方法などを提案、指導を行っています。



平成 27 年度

パウロにっこりクラブ開催スケジュール

新札幌パウロ病院は、昭和 57 年開院以来、地域の皆様に支えられてまいりました。
平成 19 年より地域の皆様に『何かお役にたてることが出来れば』との思いから、皆様との
“ふれあい”を大切にする活動を進めるため、パウロにっこりクラブを設置しました。
今年も多くの地域の皆様との交流をはかります。

第4回 にっこりクラブ公開講座

テーマ

「血圧とコレステロール」 今、できること。



生活習慣病である高血圧、脂質異常症（高脂血症）の「予防」、「検査結果の見方」、「対策」についてお話する、情報満載の講座です。

講師／小野 玄 医師

日 時：平成 27 年 4 月 21 日（火）14 時～15 時

場 所：新札幌パウロ病院 1 階 礼拝堂

参加費：無料（ご参加の皆さんには、無料血圧測定を行っております。）



※次回にっこりクラブは、平成 27 年 7 月 テーマ「熱中症対策と予防」を予定しています。

皆様のご参加、お待ちしております。
お問合せ／新札幌パウロ病院（担当：事務部 中安）
TEL：011-897-4111

なかやす



いいはな



1 病棟師長 石若千明

先日、管理職研修がありました。”部下の「やる気」を引き出すために”と題した研修を受け、ある男性介護職員のことを思い出しました。

その職員は約6年前、当院に採用され1病棟で働くことになりました。当時、病棟ではすでに2名の男性介護職員が働いていました。二人は年齢順からいって、長男、次男と女性スタッフに言われ、可愛がられていました。期待通りこの二人はよく働いていました。

3番目に入ってきたS介護職員は当然、先ほどの二人と比較されました。体型から力がありそうに見えるのですが、患者さんを抱きかかえると「ほら、もっと力を入れて!」と、先輩女性スタッフから指摘され続けていました。

男性で、まして初めてこの仕事に携わり、周囲から厳しい言葉を受けたことも多くあったと思いますが、そのうち少しずつ仕事にもなれ、穏やかな性格で周囲と争うこともなく、私の目にはのんびり働いているように見えました。

その後、私は6病棟に移動になり5年振りに1病棟に戻ってきて、S介護職員の働きを見た時、大変驚きました。それは、気配りができ、動きも想像以上に良くなっていたからです。

スタッフに声をかけられると面倒がらず、嫌な顔もせず気持よく引き受けてくれるため、何かと「Sさん」、「Sさん!」とお呼びがかかります。

9月頃、病棟レクがイマイチうまく回っていないことがあり、S介護職員にジョークを交え、「レクの元締めをしてほしい。」と願い出たところ「いいですよ。元締めは何をすればいいですか?」と気持よく引き受けてくれました。彼はレクの進行を率先し、季節ごとにホールの飾り付けをあれこれ考え、患者さんはじめご家族はそれをとても楽しみにして、一緒に装飾を手伝っていただくこともあり、スタッフも今度は何が始まるのかと興味津々。

「年末の入浴日変更のお知らせ」を掲示するにあたっては、私も早くしなくてはと気にかけていたところ、早々に対応してくれました。しかし、残念なことに、端々が切れた用紙で貼っていたので、「あのね、あのお知らせの用紙だけど…」と切り出したところ「やっぱダメですよ、すぐに直します。これじゃ80点はもらえませんか。」と、つぶやいたので「いやいや、80点はあげられる!」と力を込めてエールを送りました。早速パソコンに向かい作り直しているS介護職員を見ながら私は「時間はかかったけれど、素晴らしいスタッフに成長したな。」と、心があたたかくなりました。

本人の頑張り、と、周囲の人間関係の賜物だったと感じています。

通所リハビリテーション

ふる里が

平成27年5月1日

スタート!!

リハビリに特化した

短時間デイ

サービス開始!

生活に密着した目標を、と一緒に相談しながら
設定し、必要な訓練を行うことを目的とします。

例えば...

「一人でバスに乗り、買い物に行きたい。」
「自分のことはできるだけ自分でやりたい。」
「食事を自分で作りたい。」
「昔やっていた楽器をまた弾けるようになりたい。」
...など



短時間デイ活動の流れ

午前	午後	
9:00	12:50	送 迎
↓	↓	
10:00	13:50	到 着 血圧測定・水分補給
↓	↓	
10:10	14:00	疾患別体操・ストレッチ・トレーニング
↓	↓	
11:00	14:50	休憩・水分補給 マッサージ機・足浴
↓	↓	
11:10	15:00	生活機能訓練・リハビリ
↓	↓	
12:10	16:00	送 迎

見学・体験利用

!募集中!



医療法人中山会 新札幌パウロ病院

通所リハビリテーション

ふる里

〒004-0002 札幌市厚別区厚別東2条6丁目4番1号



(011) 897-7373

FAX (011) 897-4112

※既存のふる里 (10:00~16:00) も通常通り営業しております。

<http://byo-in.com/tsusho/>

食べることは楽しみのひとつ。しかし、年を重ねるごとに、食欲が落ちたり、食べる量が減ったり、食べやすいものに偏ったりと、食生活に問題が起きてきます。健康寿命を延ばし、口から楽しく食べる！ことを目的に高齢者の食の特長やそれぞれのタイプに合わせたレシピや工夫を紹介します。

朝食に卵で簡単メニュー！



1食あたり
エネルギー
150kcal
タンパク質
12.5g

ほっかい
北海蒸し

- 【材料】（2人分）
- 鮭（荒ほぐし）..... 40 g
 - むき枝豆..... 20 g
 - クリームコーン..... 50 g
 - 卵（Mサイズ）..... 2個
 - みりん..... 小さじ1
 - 醤油..... 1/2
 - 酒..... 1/2
 - だし汁..... 大さじ2杯

【作り方】
全ての材料をよく混ぜ、器に流し入れ、中火で10～15分蒸す。

※電子レンジの場合、穴を数カ所開けたラップをかけ、500Wで1分～2分が目安です。
破裂に注意してください。

POINT
飲み込みづらい方には、片栗粉で作ったあんをかけると食べやすくなります。

第1回 低栄養

低栄養（PEM）とは、エネルギーとタンパク質の欠乏から、健康な身体の維持や活動をするために必要な栄養素が不足する状態をいいます。

タンパク質が不足すると筋肉が衰えるなど、身体全体の機能が低下します。

（※低栄養の主な要因は表1）

高齢者は、あっさりとした物、肉よりも魚を選ぶ傾向や、朝食には御飯と味噌汁だけでおかずは食べないという方も多いようです。

食事の偏りは、栄養バランスを悪くし気付かないうちに低栄養に陥っている場合もあります。一度、自身の食生活を振り返ってみましょう。

高齢者の低栄養の要因

- ・嗅覚・味覚障害
- ・食欲低下
- ・咀嚼・嚥下障害
- ・消化の問題（下痢・便秘）
- ・不適切な食形態の問題 など

（表1：日本人の食事摂取基準）

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	8:50	新札幌	9:00
新さっぽろ駅	10:20	パウロ病院着	10:30
9番出口発	◎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



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。