

ひまわり

Vol. 78

【4月発行】
春号

- 1 新入職員紹介
- 3 海外視察団来たる!
- 4 整形外科手術が開設されています
- 5 ひまわり村 さくら祭り
- 7 血管がきえちゃう!? ゴースト血管
- 8 特養・安城のこだわり「やさしい扉」
家族会を開催しました
- 9 リハビリ栄養カンファレンス
腰痛予防講座
- 10 小林記念病院の食事紹介





愛生館 だより

愛生館は、小林記念病院や老人保健施設、老人ホーム、各種介護事業所を運営する法人グループの総称で、ここではグループ全体のトピックスを掲載しています。

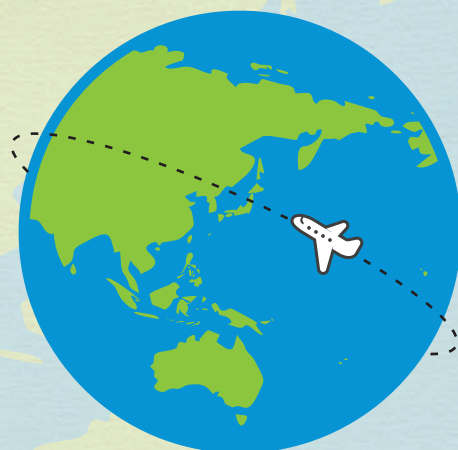


海外視察団 来たる！

3月11日にイギリスなど総勢22名の医療関係者が来訪されました。

どの国よりも早く高齢化をむかえる日本を縦断し、高齢者ケアを学ぶためです。小田院長より地域包括ケアシステム、藤井医師より緩和ケアを紹介しました。小林介護事業部門長による安城特養の最新設備の紹介には驚嘆の声があがりました。

施設見学後の名古屋に帰るバスの車内でも質疑応答で盛り上がりました。事前に視察団の知りたい情報を収集し提供したことで、大変に満足し感謝されました。





小林記念病院だより

急性期・回復期の患者さんを広く受け入れるケアミックス型の病院の情報です。



平成29年6月より

整形外科手術が開設されています



小林記念病院では、平成29年6月より整形外科手術が開設されています。半田病院のご厚意もあり、前年12月からの看護スタッフの手術室の見学や手術機器の説明、周術期のクリニカルパスなどの提供を受け、4月から医師の赴任と共に2ヶ月の準備期間を経てスタートしました。



小林記念病院で そのまま対応できます

それまでは愛生館関連の老健施設内での転倒などによる骨折は、近隣の急性期病院に手術を依頼していました。また当院の外来では慢性疾患を抱えた高齢の患者さんが多く、保存的治療では改善の見込みのない手術適応のある患者さんがたくさんいます。ばね指等の手の小手術から人工膝関節全置換術まで幅広く手術を行い、昨年11月に100症例を超えました。

設備・スタッフの面から、全身麻酔を必要とする脊椎手術や緊急手術が必要な高エネルギー外傷には対応できません。また高齢患者さんには内科疾患や高度の認知症等の合併症が多く、手術に際しては、術前検査や術前の日常生活動作（ADL）を参考に、慎重に無理のない対応をとっています。高齢患者さんの生活の質（QOL）が低下しないよう可能な範囲で貢献していきたいと考えていますので、ご支援の程よろしくお願いいたします。





第4回

さくら

満開で迎えた さくら祭り

4月に入り新年度を迎えました。新しい生活のスタートの季節でもありますね。

ひまわり村では矢作川沿いにある桜の開花を迎え、今年で4回目となる「さくら祭り」が4月7日に開催されました。

晴天かつ満開に近いさくら並木の中、多数の来場者の皆さまに楽しんでいただきました。さくら祭り来場者は、約 400 名、講演会参加者は、約 170 名でした。

第1部のイベントでは、毎年恒例のスタンプラリーや和太鼓コンサート・ウクレレコンサート等々と充実したイベントで盛り上がりました。模擬店ではお馴染みのカツサンドやみたらし団子に加えて、今年から「おしろこ」「わたがし」にも挑戦しました。

第2部では、飛騨千光寺住職の天下大圓先生を迎え「心のケア～スピリチュアルケア」をテーマとした講演会を開催しました。

今年も「さくら祭り」を通して、地域の皆様やスタッフと共に新年度を明るくスタートすることができました。何よりも利用者さんの喜ぶ顔にとっても癒されました。ボランティアで参加してくださった、たくさんのスタッフの皆様、お疲れさまでした。来年も盛り上げていきましょう。

今年も模擬店は大人気！

今年も大人気のみたらし団子、行列のできるカツサンド、豚汁・たこ焼きと大盛況でした。

近隣のみなさん、利用者さんご家族さん、日頃お世話になっているクラブ活動の先生やボランティアの方々も来場してくださいました。「来年もやってね」との嬉しい言葉かけもあり、いっぱい笑顔をしていただきました。



認知症カフェ

デイサービスで実施した「認知症カフェ」では、ブレンドマイスター「ホット cafe」の出張をお願いしました。本格コーヒー、紅茶、ジュースを提供し、大好評でした。

「創作教室」はハーバリウムを作りました。子どもから大人まで楽しく取り組まれていました。

他には「よろず相談コーナー」「平成 30 年度の認知症カフェ」の取り組み報告を行いました。



村とは…

愛生館が碧南市鷲塚地区で展開している高齢者福祉拠点です。ひまわり村には「老人保健施設ひまわり」「特別養護老人ホームひまわり」「小規模多機能ホームひまわり」「碧南市養護老人ホーム」があります。

ひまわり村

さくら祭り



介護職員初任者研修 第12期生 開講しました

ひまわり村さくら祭りの4月7日に開講式がとり行われました。今回は日曜・祝日コースです。10名の受講生を迎え、8月までの22日間 介護の基礎となる知識や技術を学びます。

次回の開講は9月～11月の平日（火）（木）コースです。随時受け付けております。お気軽にお問い合わせください。



☎ 0566-41-0886（曽我・深谷）

講演会

こころのケア

スピリチュアルケア

講師 大下 大圓 先生



今年で4回目となる講演会の準備をすすめながら、申し込み書に馴染みとなった方々のお名前を多くみつけ、うれしい気持ちになりました。当日は、私たちの思いが通じたのか晴天でさくら満開でした。

『こころのケア～スピリチュアルケア』というテーマで、飛騨高山から大下大圓先生をお迎えしての講演会は肉体を超えた魂についてのお話でした。涙あり、笑いあり、癒されながら、深いところに引き込まれるような学びの時間を地域の皆さんや働く仲間と一緒に過ごせたことをとても「幸せ」に思いました。

大圓先生は「幸せ」＝「Well-being」と説かれていました。健康な時、病気の時、障害があっても、たとえ死の床にあってもその魂がすこやかであることが大切であると…。

私たちの世界がどんな時も、自分らしくいられるよう、やさしい祈りに包まれますように…。



お問い合わせ

老人保健施設
ひまわり

☎ (0566) 41-0007

担当：坂田、竹ノ内



小林記念病院 健康管理センターだより

各種健康診断、人間ドック
など病気の予防を目的とし
た施設の情報です。

血管が消えちゃう…!?

ゴースト血管

ゴースト血管とは…

全身に張り巡らされ、命を支えている毛細血管に血液が届かなくなり、血管が消滅してしまう現象のこと。加齢や疾病などにより血管の老化が起き、動脈硬化を引き起こすことによって起こります。動脈硬化は動脈などの大きな血管だけのイメージがあると思いますが、実は毛細血管が健康であるかが大きなポイントとされています。60代でのゴースト化は、20代に比べて4割前後すすんでいるという報告もあります。

毛細血管の役割

血管の総延長約10万km(地球2周半)のうち、99%が毛細血管が占めています。動脈と静脈の間に位置し、全身の細胞に栄養や酸素を届けます。また不要となった老廃物や二酸化炭素を回収しています。



あなたは大丈夫!? 毛細血管の衰えのサイン

毛細血管が消滅してしまうゴースト血管。
「毛細血管がない＝細胞に栄養や酸素がない」ということです。
次の項目に当てはまる方は毛細血管が衰えているかも…

- ☐ 髪 …… パサついている、白髪やフケが多い、髪が薄い
- ☐ 舌 …… 舌の裏が暗褐色～紫色になっている
- ☐ 目 …… 充血がある、目の下に紫色のクマがある
- ☐ 耳たぶ …… シワがある。動脈硬化のサインとも言われる
- ☐ 爪 …… すぐに欠ける、薄い、表面に凸凹がある
- ☐ 姿勢 …… 猫背になる。冷えにより自ずと縮こまる

また、ゴースト血管はアルツハイマー型認知症、骨粗しょう症のリスクが高くなるとも言われています。

ゴースト血管を防ぐには?

毛細血管の減少を防ぐには、
規則正しい生活を送ることが一番です。



- ・ バランスの良い食事
- ・ 適度な運動
- ・ 質の高い睡眠
- ・ ストレスを溜めない
- ・ セルフマッサージ



これらは、血液の流れを良くするためと言えます。動脈硬化を引き起こさないようにする一方で、まずは自身の健康状態を知ることが大切です。

しっかり検査をしましょう!

当健康管理センターでも、人間ドックを始め、脳ドック、骨ドックなどを実施しております。

また動脈硬化の検査として、頸動脈エコー検査、血圧脈波検査、ロックスインデックス(脳梗塞・心筋梗塞発症リスク検査)も行っています。

碧南市健康診査開始

期間：6～11月

この機会に健康診断を受け、
生活習慣を見直しましょう。



お問い合わせ 健康管理センター ☎(0566)41-6548

(月・火・水・金・土)
※日・木・祝日は除く
午前9時～午後5時



特養・安城だより

安城市福釜町にある特別養護老人ホームひまわり・安城に関する情報です。

特養・安城のこだわり
木製の
やさしい
扉

特別養護老人ホームひまわり・安城では、利用者さんと働く従業員のことを考え、居室の扉に3つの“やさしい工夫”を施しています。

やさしさ
その1

軽くて開けやすい木の扉

一般的な施設の扉は鉄製で重く、車いすに乗りながら扉を開けると、ロックされずにぶつかる危険が潜んでいました。当施設では、軽い木製の扉を採用。力が弱い高齢者でもカンタンに開け閉めができ、リスクを最小限にすることができます。

やさしさ
その2

格子戸でみんなが安心

前室がある居室には格子戸を設けています。従業員は居室の中の様子が見えますが、格子戸なので視線を感じにくく、利用者さんにとってもリラックスできる空間が確保できます。お互いが安心できる環境となりました。

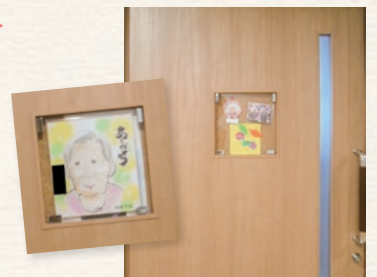
やさしさ
その3

「やさしいポケット」がついています

居室の扉にコルクボードの小窓を設け、利用者さんの家族との思い出の写真や、似顔絵などを中に飾っています。飾りとしてだけでなく、認知症の方が自分や家族の写真で、自身の部屋と認識しやすくなる効果もあります。



格子戸



在宅介護センターだより

各施設・事業所との連携で、ご利用者をご家族の安心を支えている在宅介護センターからの情報です。

小規模多機能ホームひまわり

家族会を開催しました！



平成30年度『家族会』を開催しました。

小規模多機能ホームを利用されている方のご家族に、利用者さんのホームでの様子や、在宅生活での「困りごと」について話し合いの場を設けました。ご家族とコミュニケーションを図る事により、情報の共有ができ、タイムリーな支援方法を模索する良い機会となりました。また一年間の活動風景のスライドショーを観て頂いたり、認知症クイズなどを行い、ご家族と一緒に楽しい時間を過ごすことができました。



お問い合わせ

デイサービスひまわり・安城

☎(0566) 92-0088

担当：小林

お問い合わせ

小規模多機能ホームひまわり

☎(0566) 41-0505

担当：鳥居

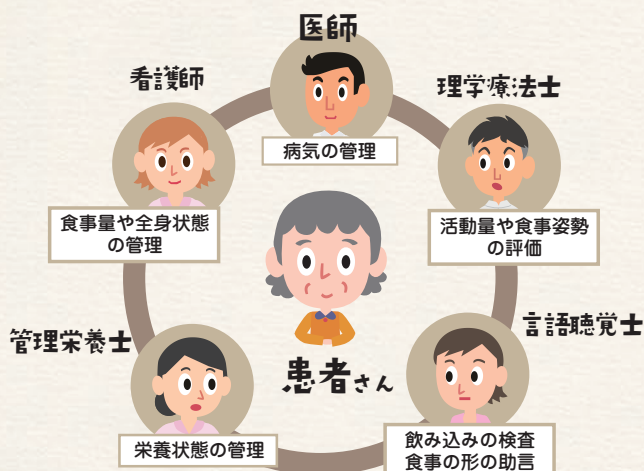
リハビリだより

ちょこっとためになる
リハビリテーションの情報をお届けしています。

当院でも行なっています

リハ栄養カンファ

リハ栄養カンファ（リハビリ栄養カンファレンス）は患者さんの栄養状態を良好に保ちリハビリ効果を高める事を目的とする多職種での話し合いです。栄養状態が悪いとリハビリが進まず、床ずれなどを合併することにも繋がります。リハ栄養カンファを通して、入院患者さん全てのリハビリ効果をより高められるように支援しています。



当院のリハ栄養カンファに関わる職種と役割

リハ栄養カンファでは
こんなことを
話し合っています。

- ✓ 栄養状態
- ✓ 必要エネルギー量
- ✓ 日々の活動量
- ✓ 体重の推移
- ✓ 筋肉量 など



腰痛予防講座が開催されました

2019年3月15日に腰痛予防講座が碧南市臨海体育館にて行われました。碧南市レクリエーション協会から当院リハビリテーション部の岡 裕光（理学療法士）さんに講演の依頼があり、当院スタッフの中島さんのサポートの元に行われました。年齢40代～80代の約120名の方々が参加されました。

講座の内容

- ①なぜ腰痛になるの？
- ②日常生活での腰痛予防のポイント
- ③腰痛解消の考え方
- ④姿勢のチェック
- ⑤腰痛予防に効果的なエクササイズとストレッチ

参加者の声

腰痛について正しく
知ることができた
学んだエクササイズを
続けていきたい
日常生活での注意点を
知ることができた など



丁度ストレッチ
腰痛を予防しよう
碧南で講座
碧南市レクリエーション
協会は15日、市臨海体育
館で腰痛予防講座を初めて
開いた。高齢者の健康増進
につなげようと、市内の五
十・六十代の男女百十人が
参加した。
小林記念病院（新川町）
の理学療法士、岡裕光さん
が講師を務めた。姿勢によ
って腰の負担が大きくなる
ことを図で示して比較、負
担が軽くなる作業姿勢につ
いても紹介した。ストレス
など多くの要因で腰痛になる
ことも多いと指摘した。



中日新聞朝刊 15面 三河版（使用許諾 NO.-22612）

参加された皆さんが真剣に学び、楽しく運動されました。

おかげさまで好評につき、5月29日（水）チャレンジデーの日に膝痛予防講座を行うことになりました。これからも、地域の方々の健康寿命が延びるための支援をさせていただきます！



栄養だより

小林記念病院で働く管理栄養士が「季節に合わせた健康促進のためのお食事」情報を掲載しています。

小林記念病院の

食事紹介



春爛漫の好季節となりました。
年度の始まりの時期ということで、今回は病院で提供している食事について紹介します。

当院では月に1回、調理師が病棟に出向き、季節に合わせた食事を患者さんの前で調理しています。

行事食の紹介

- 4月 花見
- 5月 八十八夜
- 6月 紫陽花
- 7月 七夕・土用の丑
- 8月 納涼
- 9月 敬老の日
- 10月 十三夜
- 11月 収穫祭
- 12月 冬至・大晦日
- 1月 お正月・七草
- 2月 節分
- 3月 ひな祭り



患者さんの飲み込む力に合わせて食事形態を変えています。

お品書き

- ・桃ちらし
- ・手まり麩のお吸い物
- ・赤魚の野菜あんかけ
- ・ブロッコリーの酢味噌かけ



米飯



お粥



ゼリー粥

食
べ
る
こ
と
は
、
生
き
る
こ
と
。

毎日口にする食べ物が私たちの体を作り、活動のエネルギー源となります。

食べることは楽しみでもあり、生きていくうえでとても重要な行為です。

そして食べることの前提条件に、食の安心・安全があります。

病院では写真のように、患者さんの状態に合わせて食事の形態を変更し提供しています。

今後も患者さんに安心して美味しいお食事を提供できるように努めていきます。

旬の食材を取り入れることはおいしさや季節感を味わうだけでなく、栄養価も高くなっています。

みなさんもぜひその時期にあった食材を取り入れて一年を元気に過ごしましょう。



ひまわり
瓦版



碧南市より感謝状を授与されました

医療法人愛生館から、音楽教育振興のため「碧南第九演奏会」のチケット 300 枚を碧南市へ寄付しました。

そのことを受け 2 月 22 日に碧南市より感謝状を頂きました。



しんかわ訪問看護ステーション



小林記念病院
健康管理センター
透析センター



はとぼっぱ保育所



小規模多機能ホームひまわり・福釜



ひよっこ保育所



特別養護老人ホームひまわり・安城



特別養護老人ホームひまわり



碧南市養護老人ホーム

- 小林記念病院
- 小林記念病院デイケアセンター
- 健康管理センター
- 透析センター
- はとぼっぱ保育所
- しんかわ訪問看護ステーション
- 老人保健施設ひまわり
- 小規模多機能ホームひまわり
- 小規模多機能ホームひまわり・福釜

- 碧南市養護老人ホーム
- 特別養護老人ホームひまわり
- デイサービスひまわり
- ケアプランセンターひまわり
- ヘルパーステーションひまわり
- 特別養護老人ホームひまわり・安城
- デイサービスひまわり・安城
- ケアプランセンターひまわり・安城
- ひよっこ保育所



小規模多機能ホームひまわり



老人保健施設ひまわり

〒447-8510 碧南市新川町 3-88

TEL (0566) 41-0004 FAX (0566) 42-5543

メールアドレス info@aiseikan.or.jp

ホームページ

愛生館

検索



愛生館

コバヤシヘルスケアシステム

編集・発行：愛生館コバヤシヘルスケアシステム 広報委員会

平成 31 年 4 月

掲載されている方には事前に掲載許可を頂いております。