



きらめき＊ほっと＊通信

令和4年3月発行 Vol.16 発行責任者：所長 中村 洋

当センターは、湯田温泉の独自の泉源を保有し、温泉プールでのリハビリ、足湯サービス、各施設での入浴に活用しています。
本紙は、熱意を持ったきらめきスタッフが、温泉のように“ほっと”する和やかな話題をお届けします。



みたことない景色(下関市豊浦町 一の俣桜公園)

済生会山口地域ケアセンター 理念

- 一、済生会精神を守ります
- 二、地域に根ざした保健・医療・福祉に取り組みます
- 三、思いやりを持って
患者さん、利用者さんに接します

済生会山口地域ケアセンターは、

医療を有する日本最大の社会福祉法人「済生会」の1施設として、地域の保健・医療・福祉・介護の包括的なサービスを提供しています。

済生会精神のもと、高齢者や障害者、ホームレスや刑務所出所者等の生活困窮者への支援を充実させるため、地域との連携をつねに心がけ、地域のニーズに応える活動をしていきます。



社会福祉法人 済生会 山口県支部
済生会山口地域ケアセンター

〒753-0061 山口県山口市朝倉町4番55号(湯田温泉病院内)
TEL:083-924-6689(代表) FAX:083-924-2126
<https://saiseikai-care-y.jp/>
(センターに関する最新情報は、ホームページをご覧ください)



山口地域ケアセンター
ホームページ



私たちはこんな仕事をしています！

#4 介護職員が医療に関わるチームの一員として医療的なケアを担う

介護職員は在宅や福祉施設などで日常生活のケアをしています。基本的には医療行為を行うことはできませんが、制度の改正(*1)により一定の条件の下、「医師の指示書」に基づき、看護職員との連携で実施が認められているのが、「たんの吸引」や「経管栄養」です。この行為は、からだに直接管の挿入や栄養物の注入を行うため、**安全・確実**に行うことが重要です。



(*1) 社会福祉士および介護福祉士法の改正により、2012年から研修で知識と技術を習得した介護者での実施が可能となっている

どんな場合・状態で必要とされるのか

① たんの吸引が必要な方

呼吸器系疾患、筋疾患、神経変性疾患、脳機能障害などで、痰を吐き出すことが困難になり、気道に痰が絡むなどの状態により、正常な呼吸がづらい方。

② 経管栄養が必要な方

飲み込みのはたらきが低下している、口から食事ができない、消化器官の病気や障害等で栄養が十分にとれない状態の方。

施設での取り組み紹介

特別養護老人ホームおとどいの里では、24時間介護職員による喀痰吸引等の医療的ケアができる体制を取っています。済生会湯田温泉病院の7・8階に併設されているので、医療面でも安心です。



「〇〇さん、今から吸引しますね!」



谷小路 直樹さん
(業務経験8年)

医療行為なので不安がありましたが、看護職員とも相談しながら実践し、ケアの前後の表情や異変は注意深くみています。口腔内のケアをていねいにすることで肺炎などの感染予防にも留意しています。日々、入居者さんのプラスになることは実践していきたいです。

嬉しかったエピソード

ある入居者さんと写真と一緒に写りました。その写真をご家族がご覧になられて、「いい顔をしているので、その写真をとても大切にしています」と言ってもらえて嬉しかったです。



榎崎 淳さん
(業務経験14年)

命に関わる行為だからこそ、表情の変化やむせ込み、顔色など観察しながらケアをしています。また、看護職員とも連携してお一人お一人のマニュアルを作成し共有しています。リーダーとしてスタッフ全員が技術の向上を目指し、安全に確実に実施しています。

好きなことば「絆」

コロナ禍で面会が長い間出来ず、不安な気持ちで過ごされています。家族になることはできないけれど、身近に寄り添える存在でありたいです。入居者さん・家族の方とコミュニケーションを通じた絆づくりや入居者さん同士が共通の話題で楽しい時間ができるよう工夫しています。



ドクターに聞く 健康知識 Q & A



谷川 泰彦 (たにがわ やすひこ)

済生会湯田温泉病院
整形外科
外来日：水(午後)・金(午前)

年齢のせいと見過ごしていませんか？ 気づきにくい 「脊椎圧迫骨折」と「骨粗鬆症」

Q 「若い頃に比べ身長が縮んだ」「背中が曲がってきた」「腰痛が続く」年齢のせいでしょうか？

A 原因のひとつに、背骨の骨折(脊椎圧迫骨折)が考えられます。荷物を持ち上げたり、尻もちをつくなど普段の生活のなかでも起こることがあります。脊椎圧迫骨折は、自分の体重に背骨が耐え切れなくなり、転倒や怪我もしていないのに背骨がつぶれる状態です。次第に立つことや歩くことが困難となります。骨折を疑う症状が見られたら、早めに整形外科医に受診しましょう。



Q 原因は何なのでしょう？

A 骨の密度が減少し脆くなる「骨粗鬆症」が原因となることがあります。

*特定の病気や、服用している薬が原因となって発症することもあります。

Q 骨粗鬆症はどんな治療方法がありますか？

A ビスホスホネート系の薬剤(内服・注射)で骨密度の低下を抑え、骨折を防ぎ進行を抑えることができます。内服時にはいくつか留意点があります。必ず医師・薬剤師の指示に従って正しく服用してください。

Q 骨粗鬆症を予防するためのポイント

A 骨折は、介護が必要な状態になることもあり、生活の質が低下してしまいます。また骨密度は女性の場合、20歳前後でピークに達します。加齢とともに低下し、特に女性が閉経期を迎え女性ホルモンの分泌が減少すると骨密度も低下します。

若い頃から、バランスの良い食事や適度な運動、過度の喫煙や飲酒などを避けることで骨密度の減少を抑えることができます。年齢を重ねた方は、激しい運動よりもウォーキングや、転倒予防のため座ってできる体操などがお勧めです。

補足説明

* 骨粗鬆症の原因となる病気
関節リウマチ、糖尿病 など

* 薬の副作用による骨粗鬆症
ステロイド薬

* 骨が弱くなると骨折しやすい部位

大腿骨近位部骨折：足の付け根の骨折
椎体骨折：胸から腰あたりの背骨の骨折
橈骨(とうこつ)遠位端骨折：手首の骨折

理学療法士がすすめる！『ながら』体操 No.2

運動不足なのに運動する時間がない方に、普段の生活の中で出来る体操を一部ご紹介します。

『テレビを見ながらもも上げ』

方法

- ① 椅子に浅く座り、両足を軽く開く。
- ② おへそを少し前にした綺麗な姿勢で座る。
- ③ 左右のももを3秒かけて上げ、その姿勢のまま1秒保つ。
- ④ 3秒かけて元に戻す。これを交互にそれぞれ10回ずつ行う。



理学療法士 小野 絵梨香 豊嶋 優季



済生会湯田温泉病院 外来医師担当表

Table with columns for medical department (内科, 外科, etc.), day of the week (月, 火, etc.), and doctor names.

各科担当表

Table with columns for position (病院長, 名誉院長, etc.), doctor name (中村 洋, etc.), and specialty (放射線科, etc.).

受付時間

午前 8:30~12:00 月~金
午後 13:00~16:30 水・木のみ

休診日

土日、祝祭日、盆休、年末年始、創立記念日(10月1日)
※ただし、急患の場合はこの限りではありません。

済生会山口地域ケアセンター サービスのご案内

あさくらデイサービスセンターは2021年10月末日をもちまして業務を休止とさせていただきます。長い間、ありがとうございました。



周辺案内図

地域の医療・介護・福祉のトータルケアを提供します

交通のご案内

車でお越しの方

国道9号線神田町交差点(目印はニトリさん)を北へ約750m

公共交通機関をご利用の方

- JR山口線 / 湯田温泉駅よりタクシーで5分
防長バス / 総合庁舎前バス停下車徒歩5分
山口市コミュニティバス / 吉敷・湯田ルート

- 湯田温泉病院 TEL 083-932-3311
特別養護老人ホームおとどいの里 TEL 083-922-0707
在宅複合型施設やすらぎ TEL 083-924-6614
グループホームあさくら TEL 083-933-0030
養護老人ホーム福寿園 TEL 083-922-2184
特別養護老人ホーム福寿園 TEL 083-934-6301

- 障害者支援施設なでしこ園 TEL 083-934-5200
山口市中央地域包括支援センター TEL 083-934-3338
やまぐち障害者生活支援センター TEL 083-924-7035
特別養護老人ホームにほ苑 TEL 083-929-5110
居宅介護サービス複合施設にほ苑 TEL 083-929-5080

湯田温泉病院では、社会福祉法にもとづき、無料低額診療事業(診療費の減免)を行っています。

お問い合わせ:地域医療介護連携室(湯田温泉病院内) TEL:083-932-3311