

ふれあい

fureai

Hospital public information magazine



TAKEDA
general hospital

VOL.180

2023

9・10

月号



生理検査室のコーナーでエコー検査を体験する親子

TAKEDA general hospital

竹田綜合病院

<http://www.takeda.or.jp>

contents

会津地域における心臓血管治療への
アクセス向上を目指した取り組み

ひかりろう か
光老化を防ごう
— 正しい紫外線対策 —

白い被せ物は保険で
どこまでできるのか

竹田オープンホスピタル
會津ねこ守りの会

はじめに

会津地域は5,400km²(千葉
県・愛知県と同等程度)の広大な
面積を有し、各市町村に600人
〜11万人が居住しています。しか
し、その中で病院施設は会津若松

市・喜多方市に集中しており、さ
らに高度な心臓・血管手術が受け
られる病院は会津若松市内の2病
院に限られています。
心臓血管手術は適切なタイミン

会津地域における 心臓血管治療へのアクセス向上を 目指した取り組み

竹田綜合病院 心臓血管外科

竹田綜合病院心臓血管外科では、2021年11月より心臓血管外科医と心臓血管超音波技師がチームとなり、会津地域の各病院・診療所へ出張診療を行っています。

心疾患に罹患しても気付かないままであったり、症状があり気になっていても交通事情の不便さなどから受診できず病状が悪化してしまう方を少しでも減らしたいと考え、このような方々が受診できる機会を増やすアクセス向上の取り組みを始めました。

グで行えば劇的な症状改善や寿命の延長も期待できます。しかし病気の特定や手術適応の判断は一般的な聴診やレントゲンなどでは限界があり、心臓超音波検査やCT検査などの精査が必要となります。また手術の適応や定期的な検査の可否には心臓血管外科医の専門的な判断を要します。

心臓・血管病は診断が遅れると手術リスクが著しく上がってしまったり突然死することもあり、

心臓血管外科の取り組み

そこで当心臓血管外科では、このような方へ受診できる機会の増加を目指し2021年11月より心臓血管外科医と心臓血管超音波技師がチームとなって会津地域の各病院・診療所へ月1回程度の出張診療を始めました。

開始当初は喜多方市から始まり、現在は只見町・会津若松市(宮町)・猪苗代町の計4か所の医療機関で診療を行っておりです。この診療を開始してから2023年5月までに469件の心臓超音波検査を行い、多数の患者さんをご紹介頂き13人の方が手術を受けられました。

また最近では心臓リハビリテー

いかに専門的な検査・診療に辿り着きやすくするかが重要となります。

面積が広く山間も多い会津地域では心臓・血管病の専門診療が可能な病院が不足・偏在していることもあり病気に気付かないままであったり、症状があり気になっていても交通事情の不便さから受診に至れないケースも多いのが現状です。



診察を行う岡野医師

ション指導士もチームの一員として派遣し、心臓・血管病を念頭に置いたりハビリの普及にも尽力しています。

医療アクセス向上のモデル

地域における医療資源の不足や山間部・過疎地域での医療アクセスの不便さは会津地域に限った話ではなく、似たような地理的特性を持つ全国各所においても同様の問題を抱えていると考えられます。

当科で行なっているような専門的技術を持つスタッフがチームで出張して高度医療を提供する試みは珍しく、高齢化・過疎化が進む地域における一つのモデルになり得ると考えています。しかし冬季の山間部診療や医療資源の制限など課題もあり、今後は地域の医療

システムの効率化・デジタル化などによりさらなる解決策を模索する必要があります。



心臓超音波検査を行う当院の臨床検査技師

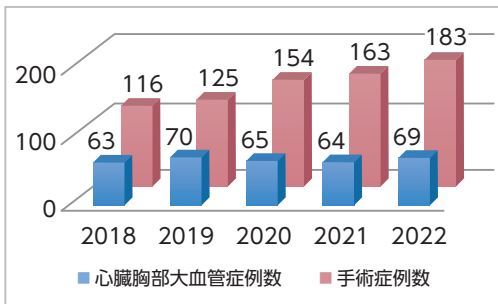
当科の手術件数

当科では病院受診機会の減少したコロナ禍であっても手術数が増加傾向で、年間手術数は2018年の116件から2022年には183件に増加しました。

心臓血管手術は以前と比べ安全性が向上し、一般的な心臓手術後では術後退院まで1〜2週間程度、大動脈力テール手術であれば術後2泊3日退院も可能となっています。

ただし手術の適応や方法は体調

●心臓血管外科手術実績
手術症例 年次推移



や社会的状況によっても異なるため心臓血管外科医との相談が必要となります。また術後も地域行政や医療機関・各種施設との連携が

おわりに

この取り組みは現在、佐原病院

(喜多方市)、穴澤病院(会津若松市)、朝日診療所(只見町)、小川医院(猪苗代町)の4か所で行われていますが、さらに心臓超音波検査が元々行われている会津医療センター(会津若松市)、南会津病院(南会津町)でも当科外

必要となるため、可能であれば居住地に近い場所での治療が望ましいと考えられます。

来を開設しております。

当心臓血管外科では今後この取り組みをさらに発展させ、会津地域全体の健康向上に努めたいと考えております。

医療法人佐原病院 理事長 佐原圭先生からのコメント



竹田病院心臓血管外科岡野龍威先生始め、ハートチーム、心臓血管外科、循環器内科の先生方、スタッフの皆様の会津地域の循環器疾患治療を充実させ循環器疾患で悩める患者様を一人でも救いたいという熱い想いを受け2021年11月から始まった佐原病院の循環器外来は一年半以上継続して診療頂き、多数の患者様が当院また竹田病院で治療、手術治療等を受けていらつしやいます。一人でも多くの患者様が救われることは我々の大きな喜びであります。会津地域の皆様、患者様の健康をお守りする強い気持ちから生まれたこの素晴らしい地域医療連携がこれからさらにこの会津から広がることを心から願っております。

リレー | 看 | 護 | 部 | 日 | 記 |



ICU
集中ケア認定看護師
さ さ き じゅん こ
佐々木 純子

ICUは、生命の危機に直面している患者さんを救命するために、迅速かつ集中して治療を受ける病棟です。近年、以前の生活の場に戻るように救命だけではなく、退院を見据えて看護することにも重きを置いています。

以前、一般病棟に勤務していた時、ICUを退室した患者さんが病気自体は治ってきているのに、長い療養生活のため筋力が低下してしまったり、せん妄^もという状態のため活動性が低下し、長期入院になることもありました。これらは集中治療後症候群^{ちゆうしゆちゆうりやくごしゆうぐん}といって、ICU入室中あるいは退室後に生じる身体・認知機能・精神の障害が引き起こしていると考えられています。「集中治療後症候群を予防し、ICUに入院した時から

患者さんの生活を考えた関わりがしたい」と思ったことが、認定看護師を目指したきっかけです。日々看護する中で、患者さんやご家族との対話を大切にするように心がけ、入院前の生活リズムや好きなことをできるだけ入院生活に取り入れることで、集中治療後症候群の予防をするようにしています。また、医師やリハビリスタッフ、栄養士などとカンファレンス

予期せぬ急変を防ぎ、

患者さんの退院を見据えて

看護実践していきたい

を行いながら、その患者さんにあった質の高いケアを提供出来るようにしています。

昨年から集中ケア認定看護師の活動として、医療安全委員会のRRS（院内迅速対応システム）活動である「急変する患者さんの前兆を認識し、病態の急変や院内心停止を減らす」取り組みを行っ



RRS活動で一般病棟スタッフへアドバイスする佐々木さん(左)

ています。急変する患者さんは急変する8時間以内に意識や呼吸に異常が現れることが分かっています。そのため一般病棟をラウンドし、異常の早期発見や治療・看護ケアに対するアドバイスをを行っています。今後も予期せぬ急変を防ぎ、患者さんの退院を見据えて看護実践していきたいです。

上司か
と
ひと



ICU課長
八鍬 容子
やぶくわ ようこ

ICUには、集中ケア認定看護師が2名います。その中の1人が佐々木さんです。昨年、集中ケア認定看護師の資格を取得し、患者さんの状態を予測しながら看護を実践しています。院内の医療安全委員会に所属し、RRS活動の啓発活動も行っています。この活動は、月に病棟ラウンドを行い、一般病棟で急変を未然に防ぐための異常の早期発見の気づきやRRS起動の推奨を行っています。患者さんが安心して入院生活が送れるよう働きかけています。佐々木さんには、豊富な知識と経験がありますので、ICU看護師の質が向上することも期待しています。

はじめに

みなさんは「光老化」をご存じでしょうか。光老化とは、紫外線を長年浴び続けることでシワ・シミ・たるみといった肌の老化が引き起こされることです。米国皮膚科学会では肌の老化の約80%が、紫外線による光老化だと報告されています。加齢による生理的老化は細かいシワを生じますが、光老化は深く目立つシワをつくりま

UVケアの基本

す。光老化を防ぐには、紫外線ケア（以下UVケアとする）が重要です。紫外線は1年を通して降り注いでいるため、性別や年齢を問わず子どもの頃から積極的に行うべきとされています。光老化した肌は、見た目だけではなく皮膚がんの原因になるなど生涯にわたる影響があります。そこで今回は、UVケアの基礎知識から対策までをご紹介します。

光老化を防ごう

正しい紫外線対策

守るためのスキンケアのことで。紫外線は、コラーゲンなどの肌のハリに影響を及ぼし、たるみやシワを引き起こします。さらに、メラニン色素を過剰に生成させることで、シミの原因にもなります。

UVケアの基本は、日焼け止めを塗ること、日傘や帽子・サングラスを着用することです。日焼

け止めは、日差しが強い日だけ塗るのがいいわけではなく、紫外線は曇りや雨の日でも降り注いでいるため、UVケアは毎日欠かさないことが大切です。日焼け止めを選ぶときは、SPFとPAの値に注目しましょう。SPFとは、肌の表面に炎症を引き起こす紫外線であるB波（UVB）の影響をどれだけ引き延ばせるかを表しま

す。UVBの影響が肌に現れるまでにかかる時間は15〜20分です。そのため、SPFの数値に15〜20をかけることで、肌に影響が現れるまでの時間をどれだけ引き延ばせるかがわかります。例えば、SPF30の場合は、SPF30×15〜20分＝450〜600分です。PAは、肌の深部に届きコラーゲンなどに影響を及ぼす紫外線であ

●総合医療センター8南病棟
皮膚排泄ケア特定認定看護師

たかはし かずや
高橋 和也

るA波（UVA）に対する効果を示します。PAの「+」の数が多いほど、UVAを防ぐ能力が高くなります。

日やけ止めの選び方

日焼け止めには、SPFやPAの値だけではなく、ジェルタイプや乳液タイプ・ウォータープルーフタイプなど、様々な種類があり

ます。日常の買い物や炎天下でのスポーツなど、シーン別に日焼け止めを選びましょう。

日常の散歩や買い物ではSPF10〜30、PA++、屋外での軽いスポーツやレジャーにはSPF10〜30、PA+++、炎天下でのマリンスポーツやレジャーには、SPF30〜50、PA++++のものをお勧めです。さらっとした付け心地を求めるのならジェルタイプ、肌に水分と油分を与えたい場合は乳液タイプ、海やプールに行くのなら、水に濡れても落ちにくいウォータープルーフを積極的に選びましょう。

まとめ

UVケアは1日でも早く始めることが大切です。朝の時間にちよつとひと手間を加えて、UVケアを毎日の習慣にしてみるのはいかがでしょうか。正しいUVケアで、自分や大切なご家族の肌の健康を守りましょう。

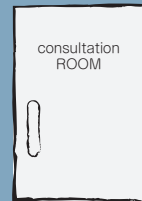


歯科 医長

大竹 博之

おおたけ ひろゆき

きょうは
歯科
です



こんにちは
診察室です。

白い被せ物^{かぶもの}は保険で
どこまでできるのか

こちらからこんにちは診察室
です。のバックナンバーをご覧
いただけます。



はじめに

むし歯が進行して穴があいた状態や外傷などで歯の形態が失われたときに、歯は自然に元に戻ることはありません。そのような場合は金属や樹脂を用いて形を修復し、歯のかみ合わせや見た目を回復します。残っている歯に部分的に詰める場合と完全に被せてしまう場合があります。

今回は後者の図1のような被せ物(冠^{かん})についてです。

かつては保険診療でできる白い歯の被せ物は主に前歯のみで、奥歯は金属でした。現在は奥歯の一部も白い被せ物で修復可能になっています。希望される患者さんも

多いので、保険適応部位について簡単に説明します。
なお抜いて歯が失われた状態では保険適応が複雑となり、紙面の都合上説明しきれないので割愛します。



図1 金属冠とCAD/CAM冠

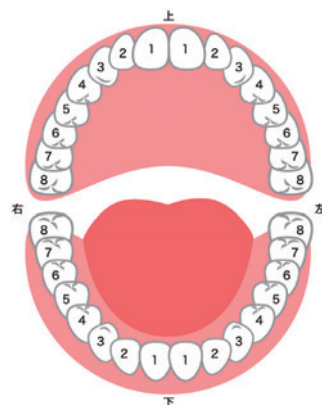


図2 歯番

最初に歯の位置の表し方を示します。図2のように、歯科診療ではそれぞれの歯に番号をつけています。ヒトの歯は28本(親不知^{おやしらす}がある場合は最大32本)あり、上下左右それぞれに中央から奥に向かつて1〜8の数字が割り振られています。それぞれ1…中切歯^{ちゅうせつし}、2…側切歯^{そくせつし}、3…犬歯^{けんし}(糸切り

被せ物の種類

以前から1〜3番は金属の被せ物の見える部分を歯の色の樹脂で覆った白い被せ物(硬質レジン前装冠:図3)で治せます。1〜5番には硬質レジンジャケット冠(HJC:図4左)という歯の色の樹脂で作る被せ物があります。どちらも歯型を採って作った石膏

歯)、4…第1小臼歯^{しょうきゅうし}、5…第2小臼歯、6…第1大臼歯、7…第2大臼歯、8…第3大臼歯(親不知^{おやしらす}、智歯^{ちし})といった名称があります。以降、歯の番号(歯番)で示すので、図2を見ながら確認してください。

「白い被せ物」についてご説明します。

模型を用いて歯科技工士が作ります。



図3 左上1番の硬質レジン前装冠

CAD/CAM冠（キャドキャム冠、図1右、図4右）とは、「コンピュータによる補綴装置の設計（computer-aided design=CAD）と加工装置（computer-aided manufacturing=CAM）」により製作されたクラウン。鋳造操作や前装材料の築盛によらないため、物理的特性の優れた、均一かつ高品質な補綴装置を製作できる。チタン、コバルトクロム、陶材、コンポジットレジン、シルコニアなど多様な材料が用いられる。（歯科補綴学専門用語集より）となっています。ざっくり言えば「コンピュータで設計し、

機械が材料の塊を削って作った歯の被せ物」です。

そして保険診療では平成26年度の診療報酬改定により、均質性及び表面性状を向上させたハイブリッド型コンポジットレジンブロックから削り出された4、5番の白い被せ物であるCAD/CAM冠が保険導入されました。順次適応が拡大されて、現在は1〜6番をCAD/CAM冠で修復することが可能となっています。ただし、6番については条件があります。「上下左右の7番が4本全て存在すること。左右の上下7番がしっかり噛んでいること。かみ合わせの時の力が強くかからないこと」です。



図4 HJCとCAD/CAM冠

先述したようにHJC（図4左）は歯科技工士によって作られます。対してCAD/CAM冠（図4右）はコンピュータで設計して、既存のレジンブロックから専用の機械が削り出して作ります。材質が均一ということの後者の方が耐久性はあるようですが、見た目に制限があります。CAD/CAM冠は数種類の色の違うブロックがあり、周囲の歯に馴染むものを選択することになります。対してHJCは歯科技工士が、ある程度は見た目に対応できるという有利な面があります。

参考に図4に実際の例を示します。同一人物ではありませんが、どちらも平均的な色だったので比較してもあまり違いがないように見えます。どちらを選択するかはかみ合わせや残っている歯の状態、患者さんの希望を考慮することになります。

おわりに

被せ物の種類、材料によって必要となる厚みが異なります。例えばCAD/CAM冠のかむ面の厚み

は1.5ミリ以上となっています。つまりかみ合う歯との間に1.5ミリの隙間が必要となります。すり減って短くなってしまっている歯などは隙間が確保できないので、より小さな厚さで治せる金属を選択することになります。歯ぎしりやくいしばりといった習慣のある方もCAD/CAM冠は避けるべきと考えます。

何はともあれ条件はありますが、「白い被せ物は保険でどこまでできるのか」の答えは1〜6番で可能ということになります。

ただし保険の適応部位であっても、必ずしも白い歯の被せ物ができるかというとそうではありません。かみ合わせや口の中の状態などを十分考慮し、患者さんが丈夫さを重視するのか、見た目を重視するのかなどの希望をなるべく叶えるように選択しているのが現状です。そのような場合は自費の被せ物を含め、ご相談させていただきたいと思います。

あつた介護

人との繋がり の 大切さ

【認知症基本法】

認知症は、加齢とともに発症リスクが高まるため、高齢社会と認知症は切っても切れない関係です。高齢化がますます進むと予測されている現在、認知症対策は大きな課題の一つになっています。

最近、国会において「認知症基本法」が可決成立されたのを、ご存じでしょうか。認知症基本法の目的は「認知症の人を含めた国民一

人一人がその個性と能力を十分に発揮し、相互に人格と個性を尊重しつつ支え合いながら共生する活力ある社会（＝共生社会）の実現を推進すること」です。（厚生労働省／社会保障審議会資料より）

さて、共生する活力ある社会とはいったい、どんな社会なのでしょう。

【共生する活力ある社会】

介護サービスを使いながら一人暮らしをしているAさんは、ほぼ毎日近所のスーパーに買物に行きます。スーパーへは迷わず行き購入できるのですが、帰り道が分からなくなることがあります。Aさんの杖には名前と緊急連絡先を記載した連絡カードが付けてあり、道に迷った時には優しく対応してくれそうな人を見つけて、「ここに電話して、迎えを呼んでください」とお願いするのです。連絡を受けた介護事業所が出勤してご自宅に送る時であれば、近所の方々が帰りの遅いAさんを心配して探したり、一緒に買物に行ったりもしてくれそうです。近所の方々は、「Aさんは良い人だから、助けてあげたいんだ」と当たり前のよう話してくださいます。

Bさんはゴミ分別とゴミ出しが難しくなってきました。ゴミ分別は前日のうちに介護事業所で手伝い、ゴミ出しは近所の友人が声を掛けて一緒に出しに行ってくれています。Bさんの友人は、「今まで何十年も、ずっとお互い助け合ってきたのよ。私に出来るお手伝いがあるなら、やってあげたいんです」と話してくださいました。

Cさんは最近、夕方遅くに買物に出かける事が増えてきました。近所にある保育園の先生たちは、昔からCさんが子どもたちに優しく接してくれてきたことや、Cさんの毎日のルーティンを目にしていたので、普段とは様子の違うCさんを見て心配していました。介護事業所に情報をくれた先生たちは「何か出来ることがあればいつでも声を掛けてください」と仰ってくださいました。



日課の買物をする利用者さん

【人との繋がり大切さ】

私たちは年を重ねる過程でケガや病気を患い、当たり前の日常生活を送る事が難しくなることがあります。そんな時に、家族・友人・知人・近所の方々に支えられ「人は一人では生きていけないんだな」と感じ、人との繋がりにありがたさを抱いた経験は、誰にでもあるのではないのでしょうか。

認知症を患った場合も同じです。当たり前の日常を暮らし続けていくためには、介護サービスが入るだけでなく、長年暮らす中で培われた方々との繋がりがとても大切です。地域の皆さんと私たちが共にその方の応援団となり、共に支え合う。これが共生社会であると、日々の在宅支援を通して実感しています。



女子会のような担当者会議



訪問リハビリテーションLifeスタッフ

はじめに

訪問リハビリテーション「Life」（以下「Life」）では、「入院中にできなかったことが思うようにできない」そんな時、一緒に課題を整理し、具体的な生活の目標を確認しながら在宅生活がスムーズに送れるよう支援しております。環境の変化に戸惑うことが多い退院直後に、ご自宅へ帰って生活動作の練習や指導、環境調整、ご家族への指導を行えるところが強みです。また生活機能が低下し、外出が億劫になってきた方に対し、機能訓練や生活動作の評価・練習だけでなく、お話を伺いながら一緒にできる活動を提供したり、外出や通所

【訪問リハビリテーションLifeとは】

介護保険を利用して、退院直後や在宅生活で機能低下してきた方に対し、竹田総合病院医師の指示のもと、リハビリテーション専門職である理学療法士や作業療法士が自宅に訪問してリハビリテーションを提供します。

サービスへつなげる支援も行っております。

リハビリテーション専門職である理学療法士、作業療法士がおり、各々の専門性を活かしながら利用者さんの生き生きとした生活を支援したいと考えております。

リハビリテーションの内容は

健康チェックや機能訓練、生活機能や活動・参加に対する直接的な介入を行います。要望として多く聞かれるのが、トイレや入浴動作の指導と環境調整です。その他、玄関の出入り動作方法の確認と指導、車椅子や歩行補助具の選定なども行います。また、日常生活

すすめ院内探検隊！ VOL.100

訪問リハビリテーション Life

活が安定してくると「料理がしたい」「農作業がしたい」などの新たな課題や目標が出てきます。実際場面での動作確認や福祉用具の紹介、自主トレーニングの指導なども行います。

Lifeの卒業について

「Life」では、利用者さん・ご家族、介護支援専門員と共により具体的に目標や期間の設定を行い、

おわりに

ご本人のペースに合わせて、段階的に目標が達成できるよう支援しております。「Life」卒業後も継続的な外出や運動の機会が必要な方には、通所サービスをご提案しております。「Life」を卒業しても、新たな困り事が出てきたときには、「Life」の再利用が可能です。

退院後の生活に不安がある方や生活機能低下を起こす恐れのある方などに対して、適切なタイミングにリハビリテーションを行うことが重要です。詳細につきましては、お気軽にお問い合わせください。

訪問リハビリテーションLife
☎0242（29）0011



ご自宅で入浴動作練習を行うスタッフ



竹田看護専門学校 専任教員
たかの まちこ
高野 真智子

「学生の力」

今年度、竹田看護専門学校では、8月に4年ぶりとなる来校スタイルでのオープンキャンパスを開催いたしました。新型コロナウイルスの影響を受け、行動制限を受けながら学校生活を送ってきた学生にとって、来校スタイルのオープンキャンパスは大きなイベントになります。

実行委員を中心に様々なアイデアを出し合いながら準備を重ね、当日を迎えました。どんなに準備やリハーサルを重ねてもトラブルは付き物です。予想外なことが起きたとき、どうしたらよいかと人は不安な気持ちになります。しかし学生たちは、「私たちに任せてください」と声をかけてくれました。そして、参加者へやさしく丁寧に対応してくれる姿がありました。

た。参加してくれた高校生は、予想外の出来事にとっても心細かったと思います。しかし、学生の対応により表情が明るくなり、オープンキャンパスを楽しんでくれたようでした。

これから看護師として成長していく学生は、今以上に柔軟性や対応力が求められると思います。今回の出来事を通して、予想外の出来事やトラブルに対して、人への思いやりある対応が柔軟にできる学生の力になると実感しました。今後ますます成長していく姿が楽しみです。



オープンキャンパスで活躍した学生スタッフ

「人生の特別な一瞬」

著/長田 弘 発行/晶文社

総合医療センター9階南病棟 課長

いがらし ふみえ
五十嵐 文枝



日々の仕事に追われ、余裕もなく時間だけが過ぎていくような感覚になっていた時に出会った一冊です。著者の長田さんは福島市の出身で、詩人で児童文学作家です。旅先での風景や季節を感じさせる情景が、そのときの心の状態により特別なものとなって刻み込まれている。それぞれの詩文の一つひとつが、静かに語りかけてくるようです。共感を呼ぶ心の風景を語ってくれるものも多く、見たことのない場所にまるで自分が立っているような気分になります。また、著者と感覚の違いを感じる部分もありました。一人ひとり、皆それぞれの特別があり、そんな特別を教えてもらっているようです。あとがきに、「人生の特別な一瞬」というのは、本当は、「ごくありふれた、なにげない、あるときの、ある一瞬の光景にすぎないだろう。そのときはすこしも気づかない。けれども、あるとき、ふっと、あのときがそうだったのだということに気づいて、思わずふりむく」。

人生の特別な一瞬はどこにでもあり、まわりを見たら自分を支えてくれるものが見つかると思います。私も、こんな風に自分の特別な一瞬をとらえておくことができましたらと、時おり読み返しています。中でも「夕日を見にゆく」が好きです。皆さんはどの言葉に共感できますか、自分の特別な一瞬を見つけてください。





いろいろな
話題をあつめて
ズームアップ!

第9回 竹田健康財団 福祉用具展



最新の機器を体験する参加者

6月15日、竹田ホールにおいて第9回竹田健康財団福祉用具展が開催されました。福祉用具を製造・販売する12のメーカーが出品した、車いすや介護用ベッド、自助具などの福祉用具がホール内に所狭しと展示されました。

来場された地域の介護やリハビリ関係者は、最新の福祉用具を実際に手に取り体験したり、メーカーの担当者や当院の職員に使用方法を熱心に質問している姿が見られるなど、多数の方々にご来場いただきました。

山鹿フェスティバル・ 竹田オーブンホスピタル

【今月の表紙】

7月29日、午前に山鹿クリニックにおいて山鹿フェスティバル、午後には創立95周年記念竹田オーブンホスピタルが開催されました。午前開催の山鹿フェスティバルは「みんなで愉しむ健康づくり」と題し、各種測定や測定結果に関する相談、渡部良一郎院長のミニ講演会などに多くの地域の方々にご来場いただきました。

午後開催の竹田オーブンホスピタルは、竹田ホールをはじめ総合医療センター1階・4階フロアを使用し、看護部、放射線科、臨床検査科など様々な部署・職種の体験ができるとあって、医療・介護に興味・関心がある小学生・高校生が多数来場し、各ブース熱気に溢れていました。

会津地域リハビリテーション 実務者研修会

竹田ホールにおいて、会津地域リハビリテーション実務者研修会が行われました。当院は2002年に福島県より会津地域の地域リハビリテーション広域支援センターの指定を受け、会津地域の様々な施設に從事されている職員の技術向上のため研修会を開催し



内視鏡手術の体験をする参加者



歯に関する悩みに答える歯科医師

がん相談支援センター

がんに関する悩みや不安、疑問に対応しております。

■相談時間…診療日の午前9時～午後5時

■受付場所…がん相談支援センター（総合医療センター1階 地域医療連携課内）

☎0242(29)9832



介助方法を指導するスタッフ(右端)

ております。
今回は様々な施設から参加された30名の方々が「基本動作の介助方法ーリハビリテーションの視点からー」をテーマに、当院のリハビリテーション部の職員から「寝返り」「移乗動作」などの介助法について実技を交えて講義を受け、各介助方法の理解を深めました。

つくってみらんしょ

秋さばと秋茄子油淋ソースかけ

1人当たりのエネルギー … 約 315kcal / 所要時間 … 約 30 分



調理担当者 渡部 友和

※写真は1名分

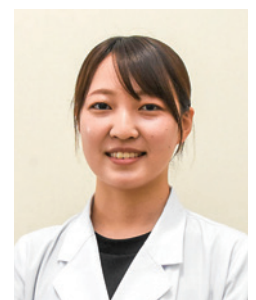


《材料(4人分)》

- 生さば切り身 …… 4 切れ
 - (A) ● 醤油 …… 小さじ 1
 - 酒 …… 小さじ 2
 - 片栗粉 …… 大さじ 3
 - 茄子 …… 4 本
 - ごま油 …… 大さじ 3
 - 万能ねぎ(お好みで)
 - 白ごま(お好みで)
- 【油淋ソース】
- 長ねぎ …… 100g
 - おろし生姜 …… 小さじ 1
 - 醤油 …… 大さじ 2
 - 酢 …… 大さじ 3
 - 砂糖 …… 大さじ 1
 - だし汁(水でも可) …… 大さじ 3

● 作り方

- ① さばの切り身にAで下味をつける。(30分程度)
- ② 茄子は縦3等分に切り、耐熱皿に並べてラップをし、電子レンジ500Wで2分ほど加熱する。長ねぎはみじん切りにする。
- ③ ①に片栗粉をまぶし、熱したフライパンにごま油を入れ、皮目から揚げ焼きにして器に盛り付ける。
- ④ さばを焼いたフライパンで長ねぎを色よく炒めたところにBを入れ、軽く沸騰したら火を止める。
- ⑤ 器に盛り付けたさばと茄子に④の油淋ソースをかけ、仕上げにお好みで万能ねぎ、白ごまをのせて完成です。



管理栄養士
はんざわ あおい
半沢 碧唯

ポイント

今回は当院でも提供されている油淋ソースをアレンジしてみました。さば以外にも定番の鶏肉や、野菜を食べる際のドレッシング変わりとでもおすすめです

「さば」の豆知識

晩秋から2月頃にかけて旬なのが「真さば」です。秋に獲れるものは「秋さば」、冬は「寒さば」と呼ばれています。今が旬の「秋さば」には脂がたくさんのものであるのが特徴です。

さばは、あじや秋刀魚と同じ青魚の仲間です。青魚には良質なたんぱく質、ビタミンDの他、生活習慣病予防に効果的なEPA・DHAがたっぷり含まれています。善玉コレステロールを増加させ、悪玉コレステロールや中性脂肪を減らし、脳を活性化し記憶力を向上させる働きがあるため、老化防止や認知症予防に繋がります。さばはこのEPA・DHA含有量がトップクラスです。定期的に青魚を取り入れ生活習慣病の予防をしていきましょう。

今回は、青魚の良質な脂を効率良く摂取できる調理法で作った、秋さばと秋茄子の美味しいレシピをご紹介します。

●耳鼻咽喉科

かべや耳鼻咽喉科



院長
かべ や まさ ゆき
壁谷 雅之

当院は、耳鼻咽喉科一般診療に加え、甲状腺エコー検査や細胞診、副鼻腔CT検査、自宅で行う睡眠検査、睡眠時無呼吸の方に行う酸素治療（CPAP）、鼻粘膜焼灼術（アレルギー性鼻炎の方）なども行っています。

待合室にはキッズコーナー、待ち時間が長い時のために、本（コミック）や観賞用の水槽を設置しています。お気軽にご来院ください。



【診療時間】

【午前】9時～12時 【午後】2時～6時

【休診日】

日曜日・祝日・木・土曜日午後

【住 所】

〒965-0817 会津若松市千石町9-20
TEL 0242 (24) 4133

【診療日】

	月	火	水	木	金	土	日
午前	●	●	●	●	●	●	—
午後	●	●	●	—	●	13:00まで	—

〈会津若松市〉

あなたのまちのお医者さん

地域連携の
医療機関の
ご紹介

にいでら診療所

●内科 ●外科 ●循環器科 ●小児科



院長
てら だ こう いち
寺田 功一

内科、小児科、循環器科の一般診療を行っています。外科は応急処置のみ実施します。漢方薬による治療もおこなっています。少人数ですが優しいスタッフと共に地域の皆さんの診療を行っております。専門の循環器系の病気は可能な範囲で自院で診療、その他の疾患は経過によって、より専門の医院や病院へ紹介いたします。



【診療時間】

【午前】9時～12時 【午後】4時～6時

【休診日】

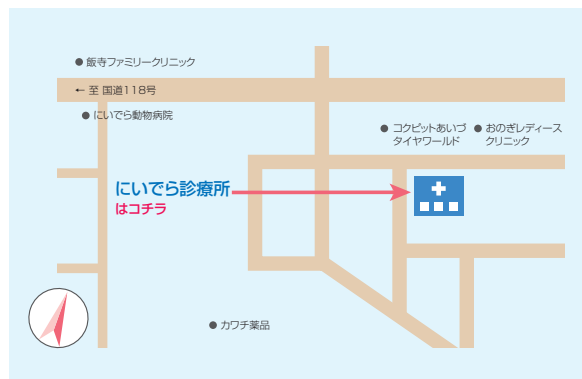
日曜日・祝日・木曜日午前・土曜日午後
第2・3土曜日（変更あり）

【住 所】

〒965-0846 会津若松市門田町大字飯寺字村東616-27
TEL 0242 (38) 3676

【診療日】

	月	火	水	木	金	土	日
午前	●	●	●	—	●	●	—
午後	●	●	●	●	●	—	—



ぐるっと会津



ふるさと探訪

VOL.164

『會津ねこ守りの会』

— 家猫も野良猫も

幸せにしたい —

地域の捨て猫や飼い主の様々な事情により飼えなくなった猫など、今までは各々個人で相談を受け、その対応のため保護し育てるなどの活動をされていた方々がタッグを組み、会津美里町の空き家を整備し、会津地域初のシェルターを開設したメンバーの一人、金子さんにお話を伺いました。



シェルターで猫たちの世話をしている金子さん

— 設立の理由をお聞かせください。

設立に関わった方はこの会を始める前まで、個人で保護活動をしてきた方々です。勝手に人の庭に入ってくるなど、地域に住み着いている野良猫

を何とかして

ほしいといった相談が多く、既に自宅で飼っていた方もいました。自宅で保護するのは猫の環

境にも悪く、また、体力的・経済

的負担も多いため、これ以上受け入れることができない限界まできていましたので、今年の2月、4名の仲間で会津初の猫を保護するシェルターを設立しました。

— 活動についてお聞かせください。

会津地域において猫を取り巻く状況は、他に比べ劣悪な状況にあります。それは、飼い猫に子が生まれると簡単にその辺に捨ててしまふ方が多く、その繰返しで野良猫が増えてるのが現状です。このような不幸な猫を増やさないた

め、私たちは家猫・野良猫を問わず避妊・去勢を進めていかなければならないと考えています。

通常だと猫の避妊・去勢手術には結構な額の費用が掛かりますので、私たちの活動に賛同していただける獣医さんを探し、月1回ですが格安で手術をしていただけようになりました。こうしたこともあり、格安で手術ができるので野良猫の捕獲をお手伝いしますといった内容をSNSで発信していきます。また、飼い主の高齢化による施設入所のため、飼い主不在になる猫を預かり里親探しなどの活

動も行っています。

— 夢をお聞かせください。

私の個人的な夢ですが、高齢猫と高齢者のマッチングサービスをしたいと考えています。理由は今まで私が介護の現場で仕事をしていて感じたことですが、高齢者が自分より弱者の面倒をみる、守るといった行動が認知症の進行を遅らせる効果があるのではないかと考えられます。この経験からとがありました。この経験からシェルターで保護している高齢猫と高齢者をマッチングしてペットとして飼ってもらうサービスです。これは、猫を譲渡ではなく一時預かりという形なので、高齢者の状況次第でいつでも返せる体制にしています。また、猫に関する買物や通院など、何かあればいつでも訪問する体制にするつもりです。この活動を事業化し収益に繋がれば、スタッフを雇用しシェルターの猫たちの環境を更に良くできるのではないかと考えています。



會津ねこ守りの会

金子美穂さん

情報

あ・ら・か・る・と

知っておトクな
院内情報！

ピンクリボンサントリーのご案内

竹田健診センターでは、日本乳がんピンクリボン運動（NPO法人J-POSE）に賛同し、毎年10月第3日曜日に乳がん検診を実施しております。詳細は下記のとおりです。

- ▼日時：10月15日（日）
- ▼場所：竹田健診センター（山鹿クリニック6階）
- ▼検診内容：マンモグラフィー検査及び超音波検査
- ▼料金：5,000円（税込）

竹田地域医療フォーラム開催のお知らせ

11月3日（金）文化の日、會津風雅堂において「もしもあなたががんになったら」治療法と各種支援の実際」をメインテーマに第21回竹田地域医療フォーラムを開催いたします。

がんに罹患したら、どのような治療を行い、どのような生活をおくるのか、不安に感じている方々が多いのではないかと思います。そこで第Ⅰ部では、これらをテーマに（公財）日本対がん協会の会長 垣添忠生先生の基調講演、当院でがん治療に関わる医師や両立支援コーディネーター、相談員らも交え、当院でのがん治療や患者支援の実際についてシンポジウムを行います。第Ⅱ部の特別講演では、タレントの向井亜紀さんをお迎えし「がん向き合う」自分の身体と時間を大切に」と題しお

▼募集人数：先着34名（年齢40歳以上の女性）※事前のお申込みが必要となります。

▼お申込み：竹田健診センター
0120（274）233
9月1日（金）から予約開始

11月3日（金）文化の日、會津

風雅堂において「もしもあなたががんになったら」治療法と各種支援の実際」をメインテーマに第21回竹田地域医療フォーラムを開催いたします。

がんに罹患したら、どのような治療を行い、どのような生活をおくるのか、不安に感じている方々が多いのではないかと思います。そこで第Ⅰ部では、これらをテーマに（公財）日本対がん協会の会長 垣添忠生先生の基調講演、当院でがん治療に関わる医師や両立支援コーディネーター、相談員らも交え、当院でのがん治療や患者支援の実際についてシンポジウムを行います。第Ⅱ部の特別講演では、タレントの向井亜紀さんをお迎えし「がん向き合う」自分の身体と時間を大切に」と題しお

話させていただきます。ぜひ、この機会にがんについて一緒に考えてはいかがでしょうか。

▼日時：令和5年11月3日（文化の日）13時

▼会場：會津風雅堂（入場無料）

▼内容：第Ⅰ部『シンポジウム』
13時10分～14時55分

◎竹田混声合唱団（虹の旋律）のミニコンサート：15時5分～15時25分

第Ⅱ部『特別講演』15時30分～16時30分

【演題】「がん向き合う」自分の身体と時間を大切に」

【講師】タレント 向井亜紀さん

◎同時開催：まちの保健室／10時30分～13時（血管年齢測定他）

會津風雅堂2Fロビーにて

●問／竹田綜合病院 総務課
0242（27）5511



タレント 向井 亜紀 さん

『患者相談窓口』のご案内

- 医療に対するご相談 ☎0242-29-9832（地域医療連携課）
 - ご意見・ご要望 ☎0242-29-6698（管理課）
 - どこに相談したら良いかわからないこと... ☎0242-29-9700（竹田まると相談窓口）
- ※なお、各フロアに投書用ポスト（リリボックス）が設置されております。ご意見などあればこちらまでどうぞ。

編集後記

今年の暑い夏、今までより本当に暑いのか？調べると日本では100年の間に1.30℃、世界全体では0.74℃上昇していました。100年単位でなくとも、ここ10年個人的に夏の暑さはかなり上昇したと体感しています。具体的には夜エアコンなしでは眠ることができなくなりました。こうした地球温暖化の原因である二酸化炭素やメタンなどの「温室効果ガス」を削減するため、省エネや廃棄物の抑制など身近にできることから始めようとあらためて考えさせられた夏になりました。 Y.E

ふれai 9・10月号 VOL.180

《2023年9月6日発行》

■制作：一般財団法人 竹田健康財団
■発行者：竹田 秀
■編集：広報誌編集委員会

記載内容につきましてご意見・ご質問・ご感想等ございましたら、下記までご連絡下さい。

竹田綜合病院 ふれai事務局

〒965-8585 福島県会津若松市山鹿町 3-27
TEL 0242-23-4644 FAX 0242-29-9798

[illegible]

看護小規模多機能型居宅介護事業所かをり
利用者の方の作品

