

ここに注目！「こここの健康クリニック 可部」

4月16日木 開院

心療内科・精神科

日々ストレスを抱えて暮らしている方は、とてもたくさんいることでしょう。前向きな時も後ろ向きな時も、ストレスはそつと私達に寄り添つてくるものです。心身一体とはいいますが、心の用いようで心に変調を覚えた時、早めに専門医に相談することは、良い解決法です。まずはあなたの状況をお話ください。しっかりとお聞きし、最善の心療をさせていただきます。

院長3つのこだわり！

- しっかりとお話をお聞きします。
- リラックスできる雰囲気を大切にします。
アジャンティストの憩いの空間を作りました。
- 一人一人に合った心療を行います。



アルコール依存症や薬物依存の方を多く治療し、ギヤンブル依存も含めて、現在では自分の専門分野の一つかとして歩み始めました。歩み始めた私達、今後ともご指導の程宜しくお願い致します。

株式会社メディカルケア
代表取締役 時庵 友子

【診療科目】心療内科・精神科

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前8:30~12:30	○	○	○	○	○	○
午後3:00~ 6:00	○	○	○	/	○	/

■休診日／木・土曜午後、日曜、祝日
予約制 しっかりと時間をとさせていただきますので、まずはお気軽にお電話をおかけください。

TEL 082-819-3553

こころの健康クリニック 可部

まず、「あなたの心」となってお話をお聞きします。

TEL 082-819-3553

〒731-0221 広島市安佐北区可部4-6-2



このたび、中岡内内科入院病棟が、「ホスピス・ナーシングホーム「にじ」」として、生まれ変わりました。地域の皆様に親しまれていた「にじ」は、これまでの影が顕著に現れました。医療現場においてもその影響が大きかったです。地域の皆様に親しまれましたことを心よりお礼申し上げます。

平成十五年七月の開設以来、地域の方々に少しでも安心して、暮らしやすい環境になつています。そうした環境のなか、在宅での訪問看護のニーズは急激に拡大してきています。そのため、不安を抱えたままの退院を余儀なくされることがあります。私たちも、医療必要度の高い患者様と、そのご家族の方に少しでも安心して、暮らしやすい生活の場を提供させていただきたいとの思いをこめて、「ホスピス・ナーシングホーム「にじ」」を運営していきます。

「終末期及び、医療必要度の高い方の賃貸住宅」という新たな発想の居住スペースにおいて、訪問看護、訪問診療(往診)、訪問介護のサービスを受けることが特徴です。

株式会社メディカルケア

株式会社メディカルケアは、訪問看護「優」とヘルバーステーション「優」の2事業所を擁し、時代のニーズに対応し、実践力のともなった質の高い看護と介護の提供を目指します。

ホスピス・ナーシングホーム「にじ」でのサービス提供を中心に、微力ながら地域の在宅ケアに貢献していくと考えています。

剛く 美しく
その道にかけて、他にひけを取らない者
優美で穎やかな趣のある姿勢

上記を、念頭におき業務遂行に邁進します。歩み始めた私達、今後ともご指導の程宜しくお願い致します。

株式会社メディカルケア
代表取締役 時庵 友子

■入居対象者 終末期、及び要介護者(要介護度4以上)で、医療必要度が高く在宅サービスを必要とされている方。

■提供サービス 日常生活における様々な相談に応じ、下記の提携協力機関による在宅サービスを、提供させて頂きます。

- ① 株式会社 SKYコーポレーション 入居の相談や、当施設の管理運営を行います。
- ② 中岡内科 24時間体制で、訪問診療(往診)を行い、必要な医療提供を行います。
- ③ にのみや居宅介護支援事業所 利用者(入居者)様の、状態に応じ、日常生活支援や看護等の在宅サービスのプランを作成し、他の提携協力機関とともにサービスの提供に関わっていきます。
- ④ 訪問看護「優」 24時間体制で訪問看護を行い、必要な日常生活の援助や訪問診療の補助、ホスピスケアなどを提供します。同施設内にスタッフルーム(待機所)を設けており、速やかに訪問できる体制を整えています。
- ⑤ ヘルバーステーション「優」 24時間体制で、訪問介護を行い、必要な日常生活の援助を提供します。同施設内に、スタッフルーム(待機所)を設けており、速やかに訪問できる体制を整えています。
- ⑥ まごころサポート 食事の提供や洗濯代行など、入居者の日常生活をサポートします。

ホスピス・ナーシングホーム「にじ」は、医療、介護はもちろん、食事や日常生活のご相談まで、提携機関の協力を得てトータルにサポートします。入居者の皆様には、安心して在宅療養生活を送っていただけるよう微笑みの絶えない温かいホスピス・ナーシングホーム「にじ」を創りあげていきます。

ここに注目！ ホスピス・ナーシングホーム「にじ」

このたび、中岡内内科入院病棟が、「ホスピス・ナーシングホーム「にじ」」として、生まれ変わりました。地域の皆様に親しまれていた「にじ」は、これまでの影が顕著に現れました。医療現場においてもその影響が大きかったです。地域の皆様に親しまれましたことを心よりお礼申し上げます。

平成十五年七月の開設以来、

地域の皆様に親しまれていた

「にじ」

として、生まれ変

りました。

地域の皆様に親しまれましたことを心よりお礼申し上げます。



ここに注目！「デイサービスセンターなごみの郷 可部」



「デイサービスセンターなごみの郷 可部」は、平成21年2月1日に事業認可を受け、「社会福祉法人 正仁会」の3ヶ所目の事業拠点として産声を挙げました。開設までに数ヶ月

建物の特色として、ワンフロアの中に食堂と機能回復訓練室があり、共に南側に面していて日当たりも良く、季節によっては、電灯を点さなくても充分明るい環境です。食堂には調理室が隣接しています。お昼が近くなるとご利用者とその日の献立などについて会話をしながら私たちが調理を行います。おいしそうな料理の匂いが漂って食欲増進は請け合いでいます。

また、トイレは全てウォシュレットを完備しており、ご利用者が座り易いように座面をやや低くするなどの工夫をしています。お風呂は、それぞれの身体の状況に応じた入浴ができるような設備を備えています。

落合や亀山の「なごみの郷」のスタッフと連携を図りながら、バラエティーに富んだ、また、季節に合わせた外出行事やおやつ作りなど様々な企画を予定して参ります。

ご利用者の個々のニーズに合ったサービスを提供していくことが「デイサービスセンターなごみの郷 可部」の役割であると考えています。これまでその他のデイサービスで培ったノウハウを基礎に、「安心と

安らぎを提供します」をスローガンとして、職員全員で力を合わせて、ここ可部の地域の要介護高齢者とそのご家族が安心して利用していただけるよう

な場所作りを目指します。

見学は随時受け付けております。体験利用も無料行っておりますのでお気軽にご連絡下さい。職員一同心よりお待ちいたしております。

デイサービスセンター
なごみの郷 可部
廣木 佑介

中岡内科

訪問診療(往診)を充実し、在宅医療をサポート。

TEL 082-819-3701

〒731-0223 広島市安佐北区可部南2-14-14

グループホームデイサービス なごみの郷 亀山

ここ豊かに生活できる空間造りを目指して。

TEL 082-819-3725

〒731-0231 広島市安佐北区亀山3-4-12

デイサービスセンター なごみの郷 可部

ゆったり、のんびり利用できるデイサービス。地域への貢献を目指します。

TEL 082-810-0500

〒731-0221 広島市安佐北区可部南4-6-2

訪問看護「優」 ヘルバーステーション「優」

時代のニーズに対応し実践力のともなった質の高い看護と介護の提供を目指します。

TEL 082-819-0088

〒731-0223 広島市安佐北区可部南2-8-4-101



脱水症について part2

毎日、暑い日が続いています。日差しもさらに強くなり、まさに「夏本番」ですね。昨年の「まごころスマイル 夏号(5号)」でも紹介しましたが、この時期一番怖い「脱水症」について、読者の皆様に再度確認してもらいたい、その症状と対処方法についてご説明したいと思います。

体にとって大切な水について

人間の体は、その約60%が水によって構成されています。これらは通常、血液や細胞の間などに蓄えられています。体の各部で酸素や栄養を運ぶ媒体となり、老廃物を体外に排出し、体温やさまざまな体の機能を調整します。しかし、水分が不足して「脱水」になると、これらの役割がうまく果たせなります。

脱水って？

脱水とは「体液が減少した状態」です。水分だけが失われることではなく、同時に塩分なども失っています。汗をたくさんかいた時や発熱・下痢・嘔吐などを起こしたとき、水分や塩分が失われ脱水状態になると、のどがわいたり、おしっこが出なくなったりします。また、頭痛・めまい・倦怠感などの脱水症状を起こし、重症な場合は意識を失い、命に関わる場合さえあります。熱中症などが話題になる夏以外の季節にも起こるので注意が必要です。

脱水にならない方法

まず食事を三食きちんと摂ることです。また、日頃からしっかりと必要な水分を補給すれば、脱水は防ぐことができます。チェック項目にあてはまる症状があれば、いつでもすぐ飲めるように、手近に飲み物を置いて、「摂取量」を観察することも大切です。十分な水分摂取は、認知症によ

る異常行動を防ぐことができるとの報告もあります。少しずつでもよいので、水分をしっかり摂るようにしましょう。

脱水のチェックをしましょう

ここでチェック項目を挙げます。

- ①ここ三日間、食事の量が減った。
- ②37°C以上の発熱が1日以上続く。
- ③いつもより多く汗をかいっている。
- ④暑い場所に長時間いた。
- ⑤下痢や嘔吐がここ数日で三回以上あった。
- ⑥いつもより尿の回数や量が少ない。
- ⑦便秘気味である。
- ⑧唇や舌、脇の下がかわく。
- ⑨いつもより肌の張りがない、または冷たい。
- ⑩いつもより意識がはっきりしない。

脱水症は自分の知らないうちに静かに進行してきます。早めの対処が重要です。チェック項目にあてはまる症状があれば、熱中症などが話題になる夏以外の季節にも起こるので注意が必要です。

可部訪問看護ステーションなづな
看護主任 大本 智代子

好評企画 まちがい探し



*左上の絵には右上と比べて5ヶ所まちがいがあります。解答方法ははがきに住所・名前・年齢・電話番号・まちがいの数をA=○ヶ所、B=○ヶ所、C=○ヶ所、D=○ヶ所、と書いてください。正解者の中から抽選で3名の方に記念品を送らせていただきます。なお当選者の発表は発送をもってかえさせていただきます。

(宛先) 〒731-0231 広島市安佐北区亀山3-24-17

「にのみや住宅介護支援事業所内 まごころスマイル編集部 まちがい探し係」まで。

(締切) 平成21年9月30日消印有効

砂浜でスイカ割りをするにのにのちゃん
「ほらっ！ そこでっ！」スイカは割れたでしょうか？
①の絵には②と比べて5ヶ所違います。
探してください！



もう1人の家族。
それが、にのみやの
ホームヘルパーです。



体に合った車いすの選び方

車いすの役割は移動手段のみだと思われがちですが、椅子の代わりとして車いすに長時間座る高齢者も多く、椅子としての機能や操作のしやすさが求められています。高齢者にとって車いすが生活の場をつくる重要な道具であるものの、社会問題となって久しい身体拘束は、車いすでの発生が一番多い状況です。

私は、リハビリの対象となる高齢者が寝たきりである場合、まず座る練習からアプローチをはじめる事があります。座位保持が可能になると離床環境が整えられ、摂食・嚥下、食事の自立等に繋がります。さらに、十分な座位の安定性が確保され快適な車いす生活が営めると、作業活動へと展開できます。体に合った車いすを使用する事は、自立支援、二次障害の予防、介助者の負担軽減を図る有効な一つの手段であると思われます。

今回、車いすが体に合っているか判断するため、メジャーのみで行える簡単な方法を紹介します。
今一度、確認してみましょう。

身体寸法と車いすの寸法

① 座面シートの幅

座位臀幅

(臀部における左右の最も外側に突出した部位間の距離)

+0 ~ 30mm

座面シートが広すぎると、幅が狭い通路は通りにくくなります。また、骨盤の位置が定まらず姿勢が崩れやすいという弊害があるため、できるだけ狭くした方が良いとされています。



〈身体寸法測定点〉

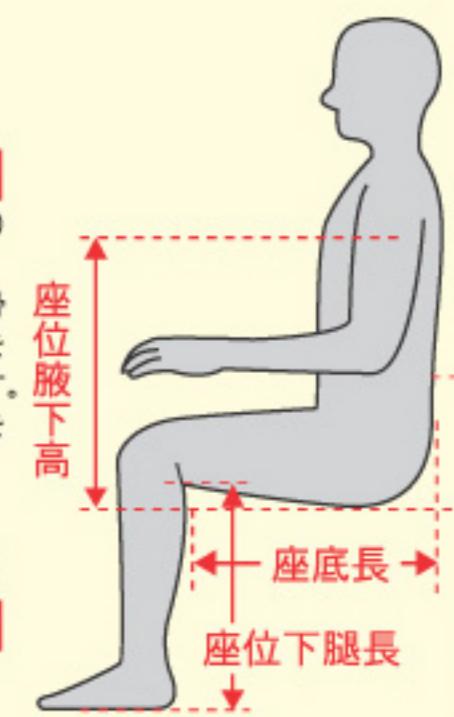
② 背もたれの高さ

座位腋下高

(座面シートから腋下までの距離)

-70mm程度

背もたれが高すぎるとき甲骨の可動性が制限され、車いすを上肢で駆動する能力が低下します。低すぎると姿勢の崩れや疲労を招きます。



③ 肘掛の高さ

座位肘頭高

(座面シートから肘までの距離)

+10 ~ 20mm

肘掛は上肢の重さを支え、座位の安定性を高めます。肘掛けの高さが不適切な場合は、円背や滑り座りを招きます。

④ 座面シートの高さ

座位下腿長

(膝下から足底までの距離)

+30 ~ 100mm

座面シートの高さは、生活環境である机・便器・敷居の高さも考慮して決めます。また、車椅子を上肢で駆動する場合はやや高め、下肢で駆動する場合はやや低めが適しています。



〈身体寸法測定点〉

⑤ 座面シートの奥行き

座底長

(背部から膝下までの距離)

-50 ~ 70mm

座面シートの奥行きが長すぎると滑り座りを招き、車いすから転落してしまう場合もあります。逆に短すぎると座面シートの支持面積が小さくなり、圧の集中を招きやすくなります。

星占い

(平成21年 7月 1日～ 9月 30日)

(出典 makki-mitta cm より)

ティーサンセンター みた

健康体操や
レクリエーションなど
充実した毎日を。

TEL 082-810-6600

〒739-1521 広島市安佐北区白木町三田栗原7005-1

にのみやヘルパー ステーション

もう1人の家族。
それが、にのみやの
ホームヘルパーです。

TEL 082-819-3561

〒731-0221 広島市安佐北区可部5-20-15-302

星占い

(平成21年 7月 1日～ 9月 30日)

(出典 makki-mitta cm より)

Ⅰ あひじ座 3/21～4/19

よい運気が後押
してくれる時期。
迷わずトライし
てみて。

3/21～4/19

おうし座
4/20～5/20

実力が発揮でき
る時。はっきり
意思表示するこ
とで好感度アッ
プ。

4/20～5/20

Ⅱ ふたご座 5/21～6/21

自分自身を見失
ってしまいやす
い時。恋愛面で
は相手の都合を
考えて。

5/21～6/21

かに座
6/22～7/22

楽しい事が多く
て忙しなりそう
ですが、遊び
すぎると秋にな
ってツケが…。

6/22～7/22

Ⅲ しし座 7/23～8/22

運気は好調。何
事も前向きに行
動することでチ
ヤンスがつかめ
そう。

7/23～8/22

おとめ座
8/23～9/22

理想を高く持ち、
前進する時です。
恋愛面では復活
愛のチャンスあり
。

Ⅳ うお座 9/23～10/22

欠点ばかり気に
なり自身喪失に。
マイベースを守
ることが大切。

9/23～10/22

みずがめ座
11/20～2/18

努力したことの
成果があらわれ
る時期。恋愛面
でもうれしいこ
とがあるかも。

11/20～2/18