

●祝100歳

介護医療院

永生病院介護医療院では今年度2名の入所者様が満100歳を迎えられ、内閣総理大臣より賞状と銀杯を頂きました。

お二人の100年の人生はどのような道だったのでしょうか。ご主人と出会い、子供さんの成長を見守り、楽しいことも大変なこともいっぱいあったと思います。

現在、コロナ禍で面会制限があり家族と直接会えない中、テレビ電話での面会や、手紙の交換をするなど、少しでも入所者様やご家族様が笑顔になれるよう取り組んでいます。これからもその人らしく、永生(ながいき)できますように。



●オンライン面会を実施しています

新型コロナウイルス感染症対策のため、患者さまに直接会うことが出来ないご家族さまが、病院のタブレットを利用してお話ししたり生活の様子を見ることが出来ます。

<オンライン面会の流れ>

- ①オンライン面会は予約制で、電話や来院時に予約をお願いします。
 - ②検温・手指消毒を実施、マスク・フェイスシールドを着用後、担当者のご案内します。
 - ③病棟の1階からタブレットを通して、患者様と楽しく会話したり、病室での様子を見て頂きます。
- ご家族さまにはご不便をお掛け致しますが、ご協力お願い致します。



●文化祭&ハロウィン

ひまわり託児所

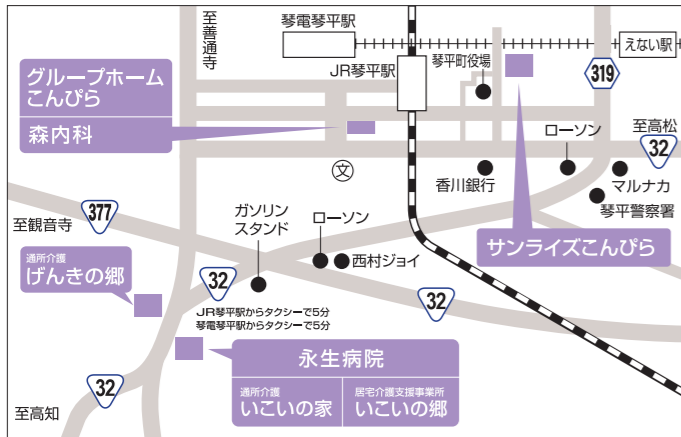


ハロウィンには可愛く仮装、文化祭にははらぺこあおむしを作りました。

【編集後記】

新年を迎え皆さまはどのような願いごとをされたでしょうか?昨年はコロナ禍の影響で忍耐の年となり、社会情勢に一喜一憂し心を痛めた一年でした。

今年は丑年!十二支の中で最も動きが緩慢で歩みが遅い丑年は、先を急がず一步一步着実に物事を進める事が大切な年と言われています。新たな生活様式を取り入れるなど、私たちを取り巻く環境の変化は目まぐるしいものがありますが、丑年由来の様に着実に一歩ずつ目標を持ちながら進んでいきたいと思えます。穏やかな年になりますように、今年もよろしくお願い致します。



医療法人 圭良会

- 永生病院 香川県仲多度郡まんのう町買田221-3 Tel 0877-73-3300
- いこいの郷 (居宅介護支援事業所) Tel 0877-73-3655
- いこいの家 (通所介護) Tel 0877-73-3718
- げんきの郷 (通所介護) 香川県仲多度郡まんのう町買田102-1 Tel 0877-58-8811
- 森内科 香川県仲多度郡琴平町1167 Tel 0877-73-4188
- グループホームこんびら (認知症対応型共同生活介護) Tel 0877-73-0811
- サンライズこんびら (小規模多機能型居宅介護) 香川県仲多度郡琴平町権井字池田451番地1 Tel 0877-58-8600



永生病院 130床(一般病棟 40床・介護医療院 90床)

永生病院広報誌「ゆるめき」第62号
発行元：医療法人 圭良会 永生病院
編集者：医療サービス改善委員会
住所：〒769-0311 仲多度郡まんのう町買田221-3
TEL:0877-73-3300
FAX:0877-73-3202
永生病院のホームページ <http://www.eisei-hp.or.jp/>
eメールでのお問い合わせは keiryokai@eisei-hp.or.jp
発行年月日:令和3年1月15日

永 生 病 院 だ よ り

季刊
2021
冬号 vol. 62

ゆるめき

【理事長のあいさつ】
新年に祈願

【うまげな話】
「野菜の機能性成分について」

【健康ひろば】
「新型コロナウイルス感染症のCT検査について」

【お知らせ】
げんきの郷 クラブ活動紹介
祝100歳
オンライン面会を実施しています
文化祭&ハロウィン

【編集後記】

■病院理念

信頼される医療・保健・福祉を提供し、地域の健康増進に貢献する

■基本方針

良質な医療を提供するため、心と技術を磨く努力を惜しみません
患者の権利、尊厳、安全を重視した医療を提供いたします
医療、福祉と連携を持ち、急性期医療から在宅医療まで、全員参加で取り組みます

■患者の権利章典

1. 医療を受ける権利
2. 自己決定権
3. 知る権利
4. プライバシーに関する権利
5. 学習する権利
6. 参加と協同



KEIRYOKAI

新年に祈願

2020年は予想もしなかった新型コロナウイルスが、世界中に感染症をおこし大変な年となりました。人々の生活や仕事のスタイルだけでなく、経済にまで影響を及ぼしました。日本中が楽しみにしていた東京オリンピックが開催できず、毎日感染発生者数のニュースを聞いて人々の気持ちは暗くなりました。

12月清水寺で発表される「今年の漢字」は「密」が選ばれました。その理由としては、新型コロナウイルスの感染拡大で「3密」ということばが使われ、多くの人が常に「密」を意識しながら行動するようになったことや、離れていてもオンラインなどで大切な人との関係が「密」接になったことなどがあげられています。確かにオンラインはいろいろなところで、活用されるようになり、殆どどの医学会がWEB開催となり、会場へ行かずとも必要な単位取得ができ、離れている会場で同時に開催される講演を聞くこともできました。その他専門職の資格維持のため、ZOOMにて必須のWEB研修を受けることができるなど、オンラインによる新たなスタイルが可能となりました。

また、感染予防対策で病院は面会制限をせざるを得なくなり、病院にいられたご家族と病室の患者さまとがタブレットを用いて、離れた場所からTV電話のように話ができるオンライン面会を開始しました。従来のようにいつでも会える環境ではありませんが、より密接なほのぼのとした家族愛が感じられる場面

が多々見受けられています。

今年の慢性期医療学会でシンポジウムにとりあげられたACP(アドバンス・ケア・プランニング)について、最近よく議論があります。ACPとは、自らが望む人生の最終段階における医療・ケアについて、前もって考え、医療・ケアチーム等と繰り返し話し合い、共有する取り組みをいいます。まだ馴染みのない概念ですが、今後、死亡者数が出生数を上回っていく状況下で議論がさらになされることと思われます。最近、ご自分の最期を覚悟されていたかのように在宅生活を希望され、退院後、会いたい人との会話を楽しみ、おいしい好物をとり、大切な人への手紙を書き、数日後急変され亡くなられた患者さまが2名いました。この過程で医療者側も参加すべきなのかと考えさせられたケースです。

今年2021年の干支は辛丑(かのとうし)で、「辛」は「草木が枯れ新しくなろうとしている状態」、「丑」は「種から芽が出ようとする状態」の意味があります。新たな年を迎え、新型コロナウイルスの終息を祈念しつつ、地道に努力を積み重ねて行こうと存じます。



理事長 森 伊津子



健康は毎日の食事から...

【第31回】～野菜の機能性成分について～

栄養素は、炭水化物・脂質・たんぱく質を合わせて3大栄養素、さらに微量栄養素と言われるビタミン・ミネラルを加えた物を合わせて5大栄養素と言います。また、5大栄養素以外にも、第6の栄養素として、食物繊維が挙げられます。さらに最近では、第7の栄養素として、ファイトケミカルが注目されています。そこで今回は、第7の栄養素の「ファイトケミカル」についてご紹介したいと思います！

ファイトケミカルとは...

野菜、果物、穀類などの植物性食品の色素、香り、アクなどの成分から発見された物質で、感染予防、抗酸化作用、免疫力向上、体内浄化などに有効です。

～ファイトケミカルには、多くの種類や働きがありますが、まず今回は「β-カロテン」についてご紹介します！～

β-カロテンの主な効果効能

抗酸化作用(がん予防)、動脈硬化予防、老化防止

β-カロテンを多く含む食品とは...

| | | |
|------|-----|----------|
| 人参 | 法蓮草 | 春菊 |
| かぼちゃ | 小松菜 | ニラ |
| トマト | 青しそ | ブロccoliー |



抗酸化作用でアンチエイジング効果ありの絶品料理!

にんじん&かぼ"ち"ゃのポタージュ 4人分

| | | |
|-----|--------------------|--------------------------|
| 材 料 | にんじん..... 1本(200g) | 水..... 300ml |
| | かぼちゃ.....(正味100g) | コンソメスープの素(顆粒).....小さじ1/3 |
| | オリーブオイル..... 大さじ1 | 牛乳..... 300ml |
| | 小麦粉..... 大さじ1/2 | 塩..... 小さじ1/2 |

- 作り方
- ①人参は、皮付きのまま、いちよう切りにする。南瓜は、種とわたを除き、同様に切る。
 - ②鍋にオリーブオイルと①を入れて弱めの中火にかける。3分程炒めて小麦粉をふり入れ粉っぽさがなくなるまで焦がさない様に炒める。
 - ③分量の水とスープの素を加え、煮たらあくと取り、弱火で10分ほど煮て火を止める。
 - ④③をミキサーやハンドブレンダーでかくはんし、鍋に戻し入れて牛乳を加えて温め、塩で味を整える。

β-カロテンは、油と一緒に調理すると吸収率が高まります!

栄養科

体の安心情報板 健康ひろば 第42回 テーマ 「新型コロナウイルス感染症のCT検査について」

新型コロナウイルス感染症の世界的感染拡大が続いています。本邦においても感染終息の兆しは見られず、一般的に呼吸器系のウイルス感染症は冬季に増加する傾向にあり、引き続き注意が必要です。

発熱や咳などの呼吸器症状がある場合にはCT検査が行われることがありますが、画像で新型コロナウイルス肺炎とそれ以外の肺炎の区別はつのでしょうか?

新型コロナウイルス肺炎のCT所見として以下のものが挙げられます。

頻度の高いCT所見

- ・両側性の胸膜直下の多葉性のすりガラス影(背側肺野または下葉優位)
- ・進行すると濃厚影などの割合が増加

頻度の低いCT所見

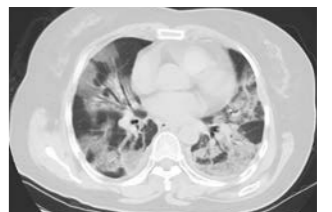
- ・空洞、胸水、リンパ節腫大



症例1 感染初期(無症状): 右肺にわずかなすりガラス影のみ



症例2 発症5日(発熱、咳): 濃厚影やすりガラス影が両肺に多発



しかし、これらの画像所見は新型コロナウイルス肺炎に特異的なものではなく、その他の感染症でもみられることがあります。CT検査をすれば肺炎をおこしているかどうかはわかりますが、画像だけでは病原体まではわからないことが多いです。

現在、ウイルス検査が唯一の確定診断の方法であり、たとえ画像所見が新型コロナウイルス感染症を示唆するものであっても、ウイルス検査による確認が必要となります。また、PCR陽性例でも、無症病例の約半数、有症病例の20%で、CT検査では異常がみられなかったという報告があり、肺炎所見がないからといって新型コロナウイルス感染症ではないともいえません。CT検査室での感染拡散のリスクもあります。従って、医師により新型コロナウイルス感染が疑われ、さらにCT検査が必要と判断された方のみが検査体制が整った病院でCT検査を受けることが望めます。

内科・放射線科医師 左村 和磨

● クラブ活動紹介

通所介護げんきの郷

「通所介護げんきの郷」は、日常生活の中での心身の機能低下を予防・改善することを目的とした介護サービスです。築130年のかやぶき屋根の家が隣にあり、懐かしく、どこかほっとする空間の中で心豊かに過ごしていただけます。そんな環境の中でのレクリエーションは、「クラブ活動」と呼んでいて、色々なクラブ活動の中から利用者様自身に選択して頂いています。

● 足湯クラブ

足湯の時間はリラックスでき、利用者様同士がコミュニケーションを図れる時間になっています。足を温めながら談笑されたり、クイズや音読をしたりとゆっくりとした時間を楽しみ、身体まで温まり気持ちが良いと好評です。

● げんき農園

利用者様と職員と一緒に野菜を育てています。野菜の種を蒔き、水やりをして育て、収穫をすることで季節を感じる事ができ、野菜作りの喜びを感じています。収穫した野菜でおやつを作り、皆で頂くのも楽しみのひとつです。今は、白菜・大根・ブロッコリーを育てています。

他にも、頭の体操・足踏みすごろく・気まぐれ制作・歩け歩けクラブ・簡単な工作・折り紙・手芸・ゲーム・スポーツ・書道・手作りプレゼント・塗り絵等もクラブ活動としてあります。現在、新型コロナウイルス感染症予防の為、カラオケ・メイクボランティア等はお休みしていますが、感染対策をしっかり行いながら楽しんでいただければ幸いです。

