



鹿教湯三才山リハビリテーションセンター

ほっとすまいる

ニュース

第17号 ◆ 平成21年 8月 1日



介護療養型老人保健施設「いずみの」

来春開設に向けて着々と

鹿教湯病院分院は、介護療養型医療施設として在宅での介護は難しい方たちを受け入れて、地域の高齢者慢性期医療を担ってまいりましたが、国の施策により平成23年度末をもって廃止となることや、配管を始め建物の老朽化が著しく現状の耐震基準にも合わない建物であり、一部の天井裏にアスベストを保温断熱剤として使用され（封じ込め対策済です。）この除去等が課題となっていました。

への分院移転新築を検討計画してまいりました。この間、信州うえだ農業協同組合の多大なるご配慮ご支援のもとに、JA信州うえだ西支所敷地の一部をお借りし、移転新築する運びとなり、地元住民のご理解と上田市医師会及び小県医師会のご理解をいただき、平成21年3月に工事着工に至った次第です。

「いずみの」の規模と機能は老健施設として入所定員120名、通所リハビリテーション定員40名の規模となります。機能としては在宅サービスの訪問看護ステーション・訪問リハビリテーション・居宅介護支援事業所を併設し、他では類のないJA福祉相談センターも同一建物内に入りJAと共同の福祉事業展開を図ります。

また、多目的ホールとポランティアルームを開放し、入所ご家族や地域住民の方々に交流の場を提供いたします。現在、伊沢分院長を中心に料金や運用を構築中であり、8月1日から正式な入所受付ができるように準備を進めております。

さらに、当分院の療養環境は廊下幅等が医療法の面積基準以下であり、加えて多床室中心の病室は、患者さんやご家族のプライバシーに関してもご迷惑をおかけしているところ です。

当分院を利用している患者さんは旧上田市左岸地区（川西地区）に住所を有する方が50%を超えておられる状況であることから、上田市川西地区

自然を表す「野」をかけたもの、総じて「豊かな長野の自然の中で、あふれるいのち」を表すものです。現在建築中の老健

6月30日現在で1階床のコンクリート打ちが終了した工事進捗状況であります。『利用者の尊厳を守り、安全に配慮しながら、生活機能の維持・



病院理念
鹿教湯病院
三才山病院

私たちは、保健、医療、リハビリテーションおよび福祉活動を通じて、高齢者・障害者が自分らしく生き生きと輝いてくらせるように、地域のみなさまとともに支援いたします。

私たちは、患者さんを中心とした「納得の医療」を行います。

シリーズ
薬に関する
豆知識

その②

高齢者のからだに薬について



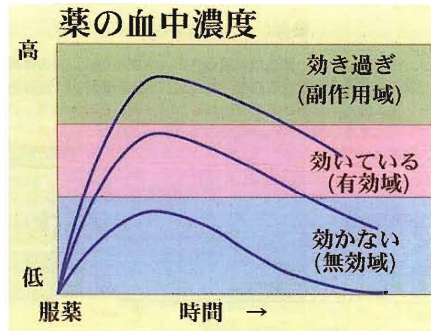
高齢になると、薬をのむことが多くなりますが、薬をのむときには、どんなことに注意すればよいでしょうか。

薬を安全に使うためには、正しい知識を持って、医師や薬剤師の説明どおりにきちんと使用することが大切です。

① 高齢になると病気がかりやすい
身体の働きは加齢とともに低下していくために、高齢者はいろいろな病気を持っていることが多く、何種類もの薬を服用する機会も増えます。

② 薬が効く仕組み
のみ薬を例にすると、薬は体内で吸収され、血液中の薬の濃度が上昇し、ある一定の濃度を超えると効果が現れます。そして時間がたつと主に肝臓で分解

(代謝)され、尿や便などと一緒に体外へ排出され、薬の効果が消えていきます。



薬がきちんと効果を発揮するためには、必要な量を決められた時間にのむことが大切です。

自分で勝手にのむ量や回数を増やしたりすると血液中の薬の濃度が増えすぎて危険な副作用を引き起こすことがありますし、逆にのむ量が少ないと薬が効か

ずに病気が悪化する恐れもあります。

③ 相互作用とは？

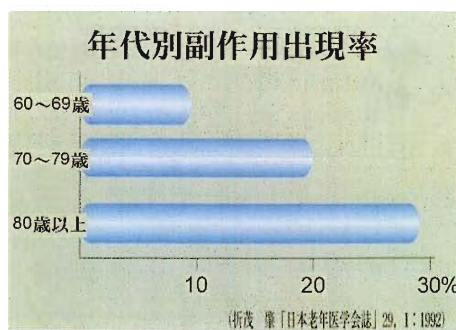
複数の薬を同時に使うと薬がお互いに影響し合っており、薬の効き目や変化することがあり、これを薬の「相互作用」といいますが、服用する薬の種類が増えるほど、相互作用は起こりやすくなります。

④ 高齢者に副作用が起きやすいのはなぜ？

薬を服用したときに、本来の目的以外の作用が現れることがあります。これを「副作用」といいます。

身体は加齢に伴い、肝臓や腎臓の働きが低下します。また高齢者では体の中の水分の割合が減り脂肪が多くなるため、脂肪

に溶けやすい薬が体の中に溜まりやすくなります。その結果、薬が強く効きすぎて副作用が現れることがあります。



高齢者の多くは複数の病気があり、多くの薬をのんでいるために薬と薬、あるいは薬と飲食物の相互作用が起こる可能性が高まります。加齢による視力や聴力の低下のために、薬の見間違えや、のみ方の聞き間違えも

考えられます。

⑤ 副作用を防ぐには

副作用には、眠気が出るというような軽い症状から生死に関わるものまで様々なレベルがありますし、誰にでも起こるわけではありません。個人差や体調の影響もあります。

副作用をむやみに心配して薬をのまないで、病気を悪化させ治療が長引く原因にもなりかねません。薬は正しく使えば、副作用が現れる確率も低くなります。

薬をのんでいて体の不調を感じたら、一人で不安を抱え込まずに、医師・薬剤師に相談しましょう！

三才山病院

薬剤部 羽毛田

まこと

レクリエーションで身も心もリフレッシュ！

三才山病院 患者レクリエーション「馬頭琴演奏会」「温泉街散策バスツアー」

三才山病院では、患者さんの余暇時間の充実を図るため、毎年訓練と交流を兼ねてレクリエーション活動を企画しております。

が開催されました。

「馬頭琴演奏会」5月22日開催

当院体育館においてモンゴルの馬頭琴奏者イワノ ヴィン・アマルトウヴシンさんの演奏会

たアマルトウヴシンさんは、モンゴルの民族衣装で登場し、モンゴルの民謡10曲と日本の童謡2曲演奏し、途中、馬頭琴の説明とモンゴルの生活そして日本と長野県の影響について語り、「長野県は緑が多く、とても涼しい」と、気に入った様子で語られました。

成8年に初来日以来これまで北海道から奄美大島まで全国各地で演奏会を開催し、今回長野県の公演の一つとして当院を訪問されました。

マルトウヴシンさんと会場が一体になる場面もあり、モンゴルに思いをはせながら、馬頭琴という遠い異国で生まれた楽器の美しい音色に癒される貴重なひと時でした。

「バスツアー」7月12日開催
バスツアーの第1弾として、鹿教湯温泉街を散策しました。当日は、汗ばむ陽気の中、患者さんと職員やボランティアと一緒にスタンプラリーをしながら自然に囲まれた温泉街周辺の史跡や寺を散策し、交流を深めました。

アーでしたが、患者さんからは「緑が多くて気持ちよかったです」「楽しかったのでまた参加したい」との感想が聞かれ、中には、次のバスツアーを今から楽しみにされている方もおりました。このバスツアーは、年2回実施する予定ですが、患者さんにとって身も心もリフレッシュできたのではないかと思います。



また、日本の童謡「赤とんぼ」「ふるさと」の演奏では会場に集まった患者さんが演奏に合わせて唄い、ア



散策が終わると、水ようかんや温泉まんじゅう、綿アメを味わいながら、散策の思い出話に花が咲き最後に参加者と記念撮影をして夏のバスツアーを締めくくりました。約3時間半にわたるバスツ

今後このようなレクリエーションを通じて季節の行事や自然に親しむ場を多く提供できるよう企画していきたいと思います。



シリーズ
鹿教湯三才山リハセンター職場紹介

しよくば
職場ハイ見
はいけん

訪問看護ステーション
やまなみ
上田市生田 3382

訪問看護ステーション「やまなみ」は、平成6年8月に開所しました。当時長野県で11番目、小地域では初めての訪問看護ステーションでした。開所した当時は2・5人だった看護師も現在は5人と倍になり「元氣・ハツラツ」に日々訪問させていただいています。訪問地区は旧丸子町、旧武石村、長和町です。

開設当初、事務所は鹿教湯病院内にありましたが、平成18年4月1日よりJA信州うえだ依田支店内に移転し、JA信州うえだ依田福祉相談センター、ヘルパーステーションの皆様と一緒に厳しくとも楽しく、仕事に精を出しています。

やまなみでは開設した当初から、利用者様と地元の保育園と



の交流会やお饅頭作り、昼食会など『和』を大切にしたお楽しみ会を開催しています。

「地域で生き生きと輝いて生活できるよう支援、活動をする」を目標に掲げ笑顔を絶やさずスタッフが一致団結し、愛情をこめたサービスを提供できるよう日々努力しています。

近くにお越しの際は是非お寄り下さい。

スタッフ紹介(写真右から)
清水(看護師)
桜井(看護師)
桜井所長(看護師)
丸山(看護師)
堀(看護師)唯一の男性です

労働組合より
AED寄贈

このたび、鹿教湯三才山リハセンター労働組合よりAED(自動体外式除細動器)が2台寄贈されました。代表の竹花執行委員長から、「組合員・地域住民の負託に応えるべく、ともに地域医療を進めている鹿教湯三才山リハビリテーションセンターに労働組合として微力ながらも支援いたしました、今回AEDを寄贈させていただきました」とお話がありました。

前田センター長から「大変高価な器械を寄贈していただきありがとうございます」とお言葉をいただきました。施設内にAEDが増えることは有意義であり、有効に活用させていただきます」と返答がありました。頂いたAEDは鹿教湯病院・三才山病院に1台ずつ設置予定です。



おしらせ

● 鹿教湯病院 呼吸教室を開催します(全8回)

呼吸器疾患をお持ちの患者さんとその家族の方、また、関心のある方はどなたでもどうぞ。当院受診以外の方も歓迎いたします。一緒に呼吸器疾患について学びましょう。

第5回 呼吸教室

- 日 時 平成21年9月7日(火) 午後1時30分～午後2時30分 ■場 所 鹿教湯病院1階 南会議室
 - テーマ1 運動量の調整について 講 師 理学療法士
 - テーマ2 具合が悪くなった時の対処 講 師 看護師
- ※第6回は10月6日(火) 第7回は11月10日(火) 第8回は12月8日(火)の予定です

参加は無料、予約等は不要です。直接会場にお越し下さい。
お問い合わせ：☎0268-44-2111(代) 呼吸教室担当 勝山、山本

鹿教湯病院 ◆ 〒386-0396 長野県上田市鹿教湯温泉 1308 ☎ 0268-44-2111 FAX 0268-44-2117
三才山病院 ◆ 〒386-0393 長野県上田市鹿教湯温泉 1777 ☎ 0268-44-2321 FAX 0268-45-3709
豊殿診療所 ◆ 〒386-0004 長野県上田市殿城 250-4 ☎ 0268-29-1220 FAX 0268-29-1229