

ほっと@yabuki

特集：新入職員紹介
「平成26年度新入職員 一言あぴーる」・・・3,4

2014年
8月号
Vol.1

Seiei Group



Vol.1 Topics

広報委員長あいさつ・・・・・・・・・・1
Dr伊東のミノルハナシ・・・・・・・・・・1
V.A Study・・・・・・・・・・2
相談室ちょっとコラム・・・・・・・・・・2
特集：新入職員紹介・・・・・・・・・・3,4

期待の新人へYELL・・・・・・・・・・4
健康マルツと！えいよう通信・・・・・・・・5
Active Life！・・・・・・・・・・6
おしえて！こんしえるじゅ・・・・・・・・7
キラリPERSON・・・・・・・・・・7

広報委員長あいさつ



矢吹病院 腎臓内科
伊東 稔 医師

これまで@yabukiをご愛読頂きまして誠に有難うございました。この1年の間に矢吹病院開院80周年、新病院への移転など清永会では大きなイベントが続きました。このたびの病院移転を機に、@yabukiはより充実した機関誌としてリニューアルすることになりました。その名も“ほっと@yabuki”これで“ほっとやぶき”と呼びます。医療情報だけでなく地域の情報や職員紹介、患者さんの作品紹介も行っていく予定です。読者の皆さんも一緒に作り上げていける紙面を目指しています。どうかこれからも新しく生まれ変わった“ほっと@yabuki”をよろしくお願い致します。

矢吹病院広報委員長 伊東 稔

Dr伊東の ミノル ハナシ ~「体に良い食品ってなんだろう？」~

体に良い食べ物、みなさんにはどんなものか思い浮かびますか？新聞やテレビでは、「〴〵に効くサプリ」とか、「〴〵を食べて健康になりましょう」といった広告をよく見かけます。実際にサプリや健康食品を試した方の体験談を読むと、自分も試してみようかな？と思ってしまういますよね。しかし、医療者の立場から見ていると「本当かよ？？」と思うようなものもいっぱいあります。

例えば、山形では「そば」が有名です。お蕎麦屋さんに行くときそばに含まれるルチンという成分が非常に体に良いというパンフレットが置いてあります。ルチンの抗炎症効果や血流改善効果、変形性関節症への有効性など、多くの効果が報告されているのは事実です。

しかし・・・そばを沢山食べている山形県人は病気になるのでしょうか？そんなことはありません。そばを食べない人達と同様に病気になるります。そばだけを食べていたとしたらどうでしょう。炭水化物中心の食事になるので血糖や中性脂肪が上がります。易くなるばかりか、ビタミンも不足がちになります。ではパンフレットはウソなのでしょう？いいえ、決してウソではありません。コマーシャルで謳うような食品の効果は事実です。しかし、その効果のために病気になるらない、病気が早く治る、長生きする、ということとは全く別の問題なのです。

これさえ飲めば
大丈夫??



これさえ食べれば
病気知らず?



人気のある健康食品を食べていたとしても、その効果を帳消しにするような生活習慣をしていたら意味がありません。食品は万能ではないのです。また、食品の健康への効果には個人差があり、体験談を書いた人によく効いたからといって自分に効くとは限りません。これらのことをよく理解した上で健康食品を試すと思います。

体によい食品も大事ですが、運動や禁煙などの生活習慣が食品の効果を凌駕することは十分に考えられます。一つの効果にこだわらずにバランスの良い生活を目指しましょう。そういう私も実は運動不足に悩んでいるのですが……。



なにことも
バランスですね!



バスキュラーアクセスってなに？

透析のためのシャントや人工血管、カテーテル等を総称してバスキュラーアクセスと

→ 呼んでいます。よい透析のためにはよいバスキュラーアクセスが必要不可欠です。

アクセスセンターってどんなところ？

バスキュラーアクセスを総合的に治療するために病院3階に開設されました。新規作成

→ はもちろん、狭窄や閉塞といったトラブルに対するあらゆる治療を行っています。お困りの際には何時でもご連絡ください。

患者さんが気を付けることは？

現在、多くの患者さんがバスキュラーアクセスとしてシャントを使用していますが、シャント

→ は使用しているうちに狭窄が進行し、突然閉塞することもあります。閉塞する前に異常を早期発見し、治療するのが長期使用のために重要となります。透析スタッフも日々気を付けていますが、患者さん自身も自分のシャントに関心を持つことでより異常を発見しやすくなります。以下のポイントを踏まえてセルフチェックを怠らないようにしましょう！

①毎日シャントに触り、状態を把握しよう！

- ・血管の張りの変化→(固くなった、柔らかくなった 等)
- ・スリル(血管のふるえ)の変化→(強くなった、なくなった 等)
- ・赤くなった、触ると痛みがある など

②脱水に注意！！

- ・脱水になると血圧低下・血液の濃縮が起こりシャントが閉塞しやすくなる。
- ・汗をかいたら水分補給！
→特に夏は要注意！

バスキュラーアクセス

V.A
study

Vol.1



矢吹病院
アクセスセンター長
ゴシカ マサタカ
小鹿 雅隆

「透析していて入れる施設ってありますか？」

相談室に寄せられる相談ごとでいつも上位を占めているのがこの質問です。超高齢化社会の昨今、現在介護している方やされている方にとってはもちろん、今は健康でも後々のご自身のことを考えると避けては通れない疑問なのかもしれません。



そこで今回は、高齢者施設と介護保険制度についてお話したいと思います。現在、高齢者施設は機能分化が進み、利用する人にとっては「わかりにくい」ものになっています。私はよく、①介護保険指定施設、②特定施設、③住居型施設の3つに分けてお話しています。

①介護保険指定施設とは・・・？

- ・「特別養護老人ホーム」「介護老人保健施設」等の施設を指します。
- ・施設の利用料はすべて介護保険制度で定められています。
- ・比較的安価で利用できます。

②特定施設とは・・・？

- ・「介護付き」「ケア付き」と標榜している有料老人ホーム等を指します。
- ・施設の利用料は施設ごとに定められ、介護の部分は介護保険制度で定められています。
- ・入院後の生活全般において介護が受けられるので、比較的介護度が高くても対応できる安心感があります。

③住居型施設とは・・・？

- ・高齢者向けの住宅のみを提供する施設です。
- ・介護が必要な場合は在宅同様にケアプランを作成し、地域の在宅介護サービスが利用できます。
- ・自立度が高い方であれば、プライバシーが守られ、自由度が高いので、自分の望む生活に近い生活が営めることがメリットである反面、介護度が高い方にとってはサービス面で不安もあるようです。

さて、では透析と施設の関係についてはどうなのか？それはまた次回お話します。

サクラサク季節。今年は中途採用も含め15名が清永会の一員となりました。

平成26年度新入職員を、一言メッセージを添えてご紹介します。



マツダ ケイイチ
氏名：松田 桂一
職種：臨床工学技士
所属：矢吹病院

「賑やかな先輩方に囲まれて、忙しい中でも充実した毎日を送っています。笑顔を忘れずポジティブに頑張ります。」



タカハシ ユカ
氏名：高橋 裕香
職種：理学療法士
所属：矢吹病院

「優しい先輩方と一緒に働かせて頂いてます(^^)心身共に癒せるように頑張ります!!」



アイタ コズエ
氏名：會田 梢
職種：看護師
所属：矢吹病院

「笑顔を心がけて仕事をしています。病棟にお越しの際は声をかけてくださいね☆」



マエダ エリ
氏名：前田 瑛莉
職種：看護師
所属：矢吹病院

「頼りになるセンパイにかこまれ、頑張って仕事をしていきたいと思います。宜しくお願いします。」

特集 平成26年度 新入職員紹介 「一言あぴーる」



ゴトウ カズヤ
氏名：後藤 和也
職種：作業療法士
所属：矢吹病院

「患者さんや先輩スタッフから刺激を受けながら、毎日楽しく業務に励んでいます!」



アサノ ミキ
氏名：芦野 美紀
職種：事務
所属：矢吹病院

「真面目にコツコツ一生懸命!明るく元気に頑張ります(^^)宜しくお願いします。」



トモン トモカ
氏名：土門 知佳
職種：社会福祉士
所属：矢吹病院

「毎日笑顔でがんばります(^^)気軽に声をかけていただけると嬉しいです♪」



タカハシ マコ
氏名：高橋 真貴
職種：看護師
所属：矢吹病院

「癒し系のものの探しが趣味です。私自身、癒し人となれるよう努力していきたいと思っています。」



サイト ユウイチ
氏名：齊藤 悠介
職種：事務
所属：本町矢吹CL

「山形に住んで7年目です。山形のおすすめの場所があればぜひ教えてください♪」



イヅワ ミサキ
氏名：伊澤 美幸
職種：看護師
所属：矢吹病院

「病棟で一番小さい看護師ですの
ですぐわかると思います。(笑)
見かけた時には声をかけてくださ
いね♡」



ハラダ ミユキ
氏名：原田 美由紀
職種：看護師
所属：矢吹病院

「料理とドライブが趣味です!美味しいも
のが大好き♡今年は軽井沢まで行きたい
です!!仕事頑張りますのでよろしくお
願い致します!」



サクライ カズユキ
氏名：櫻井 一幸
職種：事務
所属：本町矢吹C L

「からあげとラーメンと温
泉をこよなく愛する39才
がんばります!(^^)!!」



ヤマグチ イチロウ
氏名：山口 一郎
職種：医師(院長)
所属：天童温泉矢吹C L

「保健所を定年退職してこちらに
まいりました。趣味はモンテの試
合と山響のコンサートです。」



セノ イズミ
氏名：清野 和泉
職種：臨床工学技士
所属：天童温泉矢吹C L

「今まであまり風邪を引いたことがな
く、体力には自信があります!これか
ら健康で元気ハツラツに頑張ってい
きます!! よろしくをお願いします。」



ハギヤ ミドリ
氏名：萩谷 美登里
職種：事務
所属：矢吹病院

「松坂大輔似の女性職員がい
たらそれが私です!よろしく
お願いします。」

期待の新人へYELL! ~未来を担う君たちへ~

新入の皆さん清永会へよく入職して下さいました。心より歓迎致します。

みなさんはこれまで様々な経験をして豊かな人間性を育んで来られました。楽しいこ
と、嬉しいことばかりでなく苦しいこと、悲しいことも多々あったと思います。この職
場では、その個性を大切にして研鑽に励み、能力を発揮して頂きたいと願います。新人
のエネルギーは、各方面にパワーを与え組織を活性化します。患者さんは新しいスタッ
フとの触れ合いを喜び、先輩たちは後輩の指導を行うことで成長します。みなさんの新
しい力が刺激となり法人全体が発展することは間違いありません。

一人ひとりが伸びて行くには環境整備が必要です。日常業務の習得、新しい知識や技
術の吸収、他者とのコミュニケーションなどが上手く出来るよう、法人では物心両面の
体制を整え、先輩方は広く優しい心で丁寧なサポートを考えております。新人の方々は
縁あって同じ職場となった大切な仲間です。お互いが心を通わせ、日々身心ともに健康
で成長されますよう祈念しております。



医療法人社団清永会
ヤキ 拓効
矢吹 清隆 理事長

健康
マルッと！

えいよう通信

新病院の開院とともに病院内に「カフェ・マルマーレ」がオープンしました。マルマーレでは、誰でも食べるだけで健康なからだになれる食事を目指して提供しています。その秘訣とは・・・？



①栄養のバランスが良い！



Aランチは1汁3菜で、1日の必要量に合わせてエネルギー650～750kcalで提供しています。Bランチはテーマに合わせた週替わりの献立で、**ボリュームが**あって塩分控えめがコンセプトです。

栄養士監修の
健康ランチ！
平日11時～15時
の間に提供
しています♪

②塩分控えめ！

日本人の塩分摂取目標量は男性9.0g未満、女性7.5g未満です。

Aランチは**塩分3g未満**の献立です。

食べて、味が薄いと感じたあなたは塩分を摂りすぎているかも・・・？



③野菜たっぷり！

1日の野菜の摂取目標量は350g以上です。

マルマーレでは、**1食平均200g以上**の野菜を使っています。



管理栄養士
サイ ユウ
酒井 友哉

Pick Up ☪ Marmare Menu!

Aランチ
鶏肉塩麴とグリル野菜



スイーツ
抹茶ロール



Bランチ
ささみのピザ焼き



→肌荒れを防ぐ！
ビタミンB6メニュー



Cafe
Marmare

季節の紅茶や飲み物
スイーツもあります！

クロワッサンは
職員にも大人気♪

管理栄養士
サウ ユホ
佐藤 友穂

焼き立てのパンを販売して
います！
ほかほかの美味しいパンを
是非食べてみてください★

※パン・スイーツ・飲料販売時間
平日10:00～17:00

Active Life! ~心と体を健康に~

当院リハビリテーション室は、3階東側にあります。とても眺めがよく、奥羽山脈を一望でき、四季の変化を感じながらリハビリを行っています。スタッフは、理学療法士3名、作業療法士2名の合計5名が在籍しており、日々和気あいあいと業務に励んでいます。

1 透析とリハビリの関係

透析患者さんは、疲れやすさから筋力の低下が起きやすく、そこから活動性の低下、日常生活が困難になるなどの悪循環に陥りやすくなります。

2 こんな時はリハ室へ！

- ★運動を始めてみたい！
- ★関節や筋肉が痛む・・・
- ★体が動かしにくい・・・
- ★家族の介護に困っている・・・
- ★福祉用具を使ってみたい・・・



などのご相談にお応えしていきたいと考えています。

3 自宅で出来る運動も！

エルゴメーターや重錘バンド、セラバンドを用いた運動や、透析中、自宅でできる運動を行っていただくことで、皆様の身体機能の維持、向上を図れるよう身体作りの支援などもしていけたらと考えています。興味のある方は是非スタッフへお声掛けください。

4 健康生活を支援します！

リハビリに対してのご相談やご要望は、是非お気軽にリハビリテーション室スタッフにお声掛けください。皆様がより健康的に日常生活を送ることができるようお手伝い致します。当院のリハビリスタッフは、患者さんとの会話や交流を重視しており、心のリハビリテーションにも重点を置いています。

スタッフ一同、笑顔でお待ちしております！



↑ 明るく開放的なリハビリテーション室。
リラックス出来る空間にこだわりました！



↑ 窓からの景色。晴れた日には、蔵王連峰がきれいに見えます。

次号からは、**自宅でできる簡単な体操**を紹介していきます♪
お楽しみに！



作業療法士
ゴトウ カズヤ
後藤 和也

教えて！
こんしえるじゅ！

初めまして！総合案内 医療コンシェルジュ 工藤久美と山崎正子です。移転に伴い新しく配属となりました。

突然ですが、皆さんは初めて病院に行く際、不安なことはありませんか？

車椅子の手伝い
をしてくれる人
はいるの？

車椅子への移乗致
します！

入院の荷物が沢
山あって持てな
い！退院の時も
どうしよう・・・

沢山のお荷物
お持ち致します！

受付は
どこにあるの？

受付、手続き方法
ご案内致します！

初診は問診票を書
くの？手が痛むか
ら大変で。代筆頼
めないかな？

代筆・受付
代行致します！

医療ソーシャルワ
ーカーに相談があ
るんだけど、誰に
頼めばいいの？

透析室・外来など
も含め、各部署へ取
次致します！

当院の正面玄関では
平日8:00~17:00までの間、
2人の医療コンシェルジュ
が笑顔でお迎え致します！

医療コンシェルジュ
外久 久美
工藤 久美

医療コンシェルジュ
ヤマザキ マコ
山崎 正子

お困りの際はこち
らからもお声掛け
させていただきます！
ご遠慮なくお話し
ください！

Seiei group Seiei group Seiei group Seiei group Seiei group Seiei group Seiei group Seiei group

キラリ★Person

毎号キラリと輝く清永会職員をご紹介します♪今回紹介するのは矢吹病院でコンシェルジュとして働く山崎正子さん。病院の「顔」として患者さんと触れ合う彼女の「笑顔」のヒミツとは・・・？



Q どんなお仕事をしているの？

患者さんがスムーズに診療を受けられるようお手伝いしています。例えば診療科目・院内の設備・カフェ等に関する素朴な疑問にお答えする他、患者さんの車椅子の介助や重い荷物の補助もしています。

Q 好きな食べ物は？

果物全般です！特に好きなのは柿ですね。フルーツは美容と健康にも良いので、外食のバイキングに行っても果物ばかり皿にとってしまいます（笑）

Q 好きな言葉は？

「自分らしく」ですね。他人と比べるのではなく、ありのままの自分で物事を受け入れ成長していくことは、とっても大事なことだと思うんです。

Q 矢吹病院のここがスゴイ！

アットホームで患者さんとの距離が近いところでしょうか。良い意味で敷居が低くて、気軽に行ける病院です。検診や人間ドッグ等をスムーズに受けられる体制も素晴らしいと思います。あと、減塩メニューが食べられるカフェマルマーレも魅力的です！！

ヤマザキ マコ
山崎 正子
(医療コンシェルジュ1年目)



Q 休日の過ごし方は？

のんびりバスタイムが定番です。ローズ系の香りの入浴剤やアロマが最近のマイブームで、心身共にリラックスできます♪趣味でハーブを育てていて、お茶やお料理にも大活躍です♪

Q 地域みなさんへのメッセージをどうぞ！

矢吹病院には健康的で美味しいランチやデザートが食べられるカフェ・マルマーレや、様々なジャンルの本を取り揃えた情報コーナー等、受診以外でも気軽に立ち寄れるスペースがあります♪コンシェルジュが様々な質問にお答えしますので、なんでもご相談下さい！矢吹病院は地域の皆さんの健康生活を応援しています！

アロマの香りでHappy!



★編集・発行：清永会 広報委員会
★発行部数：1000部
★発行日：8月15日（季刊）
★次号発行日：11月

★印刷所：株式会社大風印刷
★お問い合わせ：023-682-8566(法人企画情報部)
★清永会HP：http://www.seieig.or.jp/
★清永会Facebook：facebook.com/yabukihosp