

地域に根ざす医療

医療法人愛生会 くまもと温石病院の広報誌



おんじゃく

2022 夏・秋号

●花名のサルスベリ（猿滑）は、樹皮がツルツルしていて、猿でも滑りそうなところに由来します。実際には滑ることなく、簡単に登ってしまいます。また、百日紅（ヒャクジツコウ）とも呼ばれ、サルスベリが夏の盛りに長い間咲き続けることにちなみます。花言葉の「雄弁」は、枝先に群がり咲くサルスベリの華やかな咲きぶりに由来するといわれます。

photo ueda

私たちの理念

お互いの人生観を尊重し、人生をより豊かにします

私たちの運営方針

利用者第一主義の医療と福祉サービスを提供する事で、国と地域社会に貢献します



新型コロナウイルス感染症 第7波

◇基本的な予防法の徹底、感染に備えた準備を

第7波では、新型コロナウイルスがオミクロン株の「BA.5 系統」に急速に置き換わっています。BA.5 系統は免疫逃避（感染やワクチンによって獲得した免疫がはたらきにくくなること）の性質が強まっているとされ、ワクチンを接種した人やこれまでに新型コロナに感染した経験がある人も感染する可能性があるようです。一方で、感染拡大が始まってから2年半の経験で予防方法や感染したときの対処法についても学んできました。屋内でのマスク着用や手洗いなど、基本的な予防法をあらためて徹底してください。患者数が急増すると、発熱外来などにかかりにくい状況も懸念されます。そんなときに慌てずに済むよう、以下のような準備をしておきましょう。

◇備えがあれば心細さ軽減も

感染により症状が出ると、しばらくの間は発熱や咽頭痛などで大変な状況になると思います。普段なら心強い医療機関も、今はかなり追い詰められています。自宅療養に向けて前述のように薬、検査キット、食料・飲料などを備えていただくと心細さが減るかと思います。本当に必要な人が必要な医療を受けられる状況を維持するためには、多くの皆さんの協力が必要です。

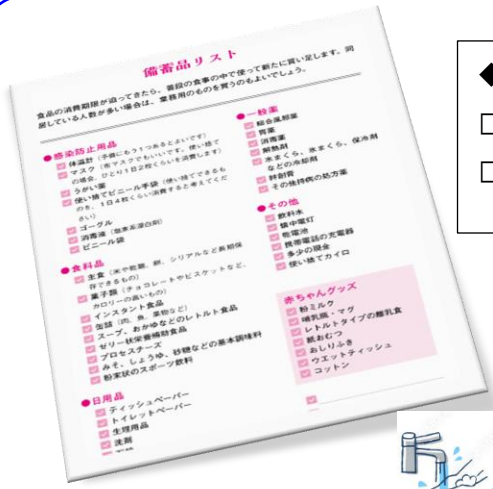
自宅待機で必要になる備蓄品は家族構成で変わる。

●ウィルス蔓延で外出できない状況が続いたときには、家の中にどれくらい食材や医薬品があるかが大切です。備蓄の量や種類は家族によって異なります。今まで状況が急に変化し、ネットショッピングで翌日届かない場合や、価格が急騰して入手しづらくなる事もあるかもしれません。「もしも」に備えて用意するものをリストにしておく心安心です。

◇食料・飲料の備蓄

現在、医療の現場は災害並みの状態です。健康であればこの災害はまったく感じないでしょうが、一度発熱して医療機関に受診をしようとすると、驚くほどひどい状態であることに気付くかと思います。特に夜間や休日など時間外は開いている医療機関が少ないため、発熱や体調不良で苦しんでいる患者さんが数少ない医療機関に殺到しています。この状況から考えると65歳未満で重症化リスクのない方は自宅で療養となる可能性が高いでしょう。自宅で過ごすにあたって問題になるのが、薬と食料・飲料です。下熱剤を買っておきましょう。食料・飲料については、感染した患者さんの自宅療養のために配達してくれる自治体も複数あります。ただ、感染者数が増えれば登録や配達がスムーズにできない可能性があり、その場合には届くまでに数日かかることも考えられます。家族の1人が発症すると、濃厚接触者としてほかの家族の外出が制限される可能性もあります。そのような事態にも耐えられるよう、ご家族全員の7日分の災害用食料備蓄を今一度ご検討ください（今は物資がしばらく届かないところもあるようです）。





- ◆備品
- 紙の皿、コップ、割箸
 - 保冷剤



- ◆感染防止用品
- 体温計（予備にもう一つ）
 - マスク
 - 使い捨てビニール手袋
 - 消毒液
 - ビニール袋
 - アルコール除菌シート



- ◆食料品
- 主食（米、乾物、餅、シリアルなど）
 - お菓子（チョコレートやビスケットなどカロリーが高いもの）何より隔離生活でのストレス解消品になる
 - インスタント食品・レトルト食品（スープ、おかゆなど）
 - 缶詰（肉、魚、フルーツ）
 - ゼリー状栄養補助食品
 - スポーツ飲料（発熱時の水分補給）・ペットボトルの水・お茶



家族が新型コロナに感染した時に注意したいこと

1

部屋を分ける
または2m以上離れる
仕切りカーテンの設置

2

窓を開けて換気
定期的に換気
共用スペースや他の部屋も

3

マスクを着用
隙間なくフィットさせ、
外す時は表面に触れない

4

**こまめに手洗い、
手で触れる部分を消毒**
石けんで洗い、アルコール
消毒、共用部分も消毒

5

**汚れたリネン・洋服
を洗濯**
手袋やマスクを着用して
洗濯し、完全に乾かす

6

**ゴミは密閉して
捨てる**
鼻をかんだティッシュは
ビニール袋へ

出典：厚生労働省 画像制作：Yahoo! JAPAN（厚生労働省の資料を元に作成）

- 自宅療養の場合、感染者とそうでない人の、共有部分の住み分けが非常に難しいと思います。個室隔離が可能でも、トイレ、お風呂、などは専用とはいきません、お風呂は最後に入ってもらえれば何とかありますが、トイレは時間通りとはいきません、感染された方が使用された場合、感染者本人が触れた部分を除菌シートなどで拭いて出られ、非感染者も使用される時同様の作業が必要です。また食事は、紙の食器を使いその都度ビニール袋に入れ固く結んでゴミ袋に入れて置くといいでしょう。当然、家の中でも、個室以外ではマスクを着用し、手指消毒もこまめに行いましょう。
なかなか大変ですが、10日間頑張りましょう。



4回目のワクチン接種始まる！

4回目接種の対象者と接種券について

接種間隔 : 3回目接種から5か月以上

使用ワクチン : ファイザー、モデルナ

対象者 : 60歳以上、
18歳以上の医療、高齢者施設従事者
基礎疾患のある方
重症化リスクの高い方



接種券 : 順次送付

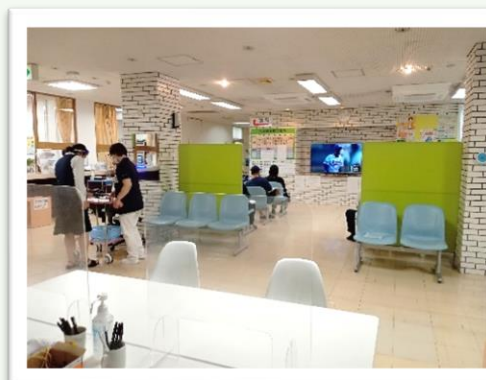
自治体に申請が必要になる場合も



接種券配布方法は自治体により異なります
お住いの自治体の情報を確認ください



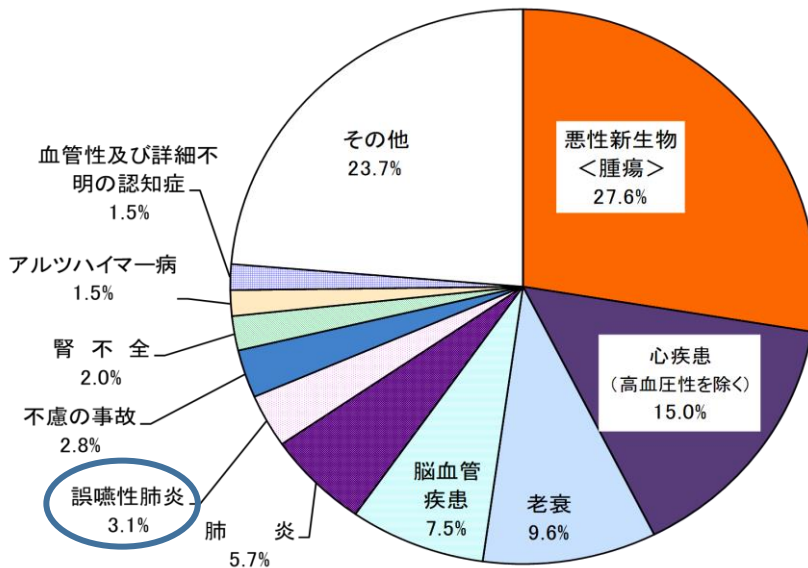
町民接種の様子





【誤嚥性肺炎について】

誤嚥性肺炎は原因として主に、①食物・水分の誤嚥、②唾液の誤嚥、③胃液の誤嚥が考えられます。食物や水分の誤嚥に関しては想像しやすいと思います。その他に唾液（特に寝ている間）、逆流性食道炎等で胃液を誤嚥することで誤嚥性肺炎を起こしてしまうこともあります。また、右図のように、誤嚥性肺炎は日本人の死因の中で6番目に多い原因であり、誤嚥性肺炎は繰り返すことで重症化していくため、決して侮れない疾患です。



主な死因の構成割合(令和2年(2020)) 厚生労働省HP参照

【日常生活での誤嚥性肺炎の予防】

日常生活の中でも、誤嚥性肺炎の予防は可能です。一部をご紹介します。

① 食事や水分の調整を行う

食事時の食物や水分による誤嚥が疑われる場合、食物や水分を飲み込みやすいものへ調整することで予防できることがあります。具体的には、食べ物を柔らかくする・ミキサーへかける・ゼリーやプリン状のものを中心に食べてもらう・水分や食物にトロミを付ける等方法があります。インターネットやドラッグストア等で、トロミ剤や飲み込みに配慮した食事(UDF:ユニバーサルデザインフード)を購入することが可能です。当院でもトロミ剤や高カロリーゼリー(栄養補助食品)の購入が可能です

② 食事の姿勢の調整を行う

食事時の姿勢によっても、誤嚥の予防方法はあります。食事時椅子に座る際、体を真っ直ぐすることはもちろん、足を床にしっかりと付けることも大切です。また、誤嚥リスクが高まる場合は、角度を付ける(30~60度)・介助するなど方法として挙げられます。

食事形態の調整



とろみ剤の使用



姿勢調整



食事介助

③ 口腔ケアを行う

唾液誤嚥をしやすい状況で、口腔内の衛生状態が不潔な状態のままであると、誤嚥性肺炎発症のリスクが高くなります。定期的な口腔ケアは重要であり、一人では不十分な場合、介助することも場合によっては必要となります。



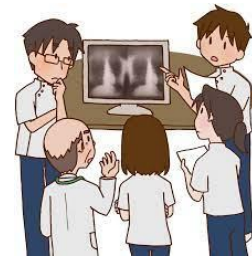
定期的な歯磨き



【誤嚥のリスクを調べる方法】

当院では、食物や水分の誤嚥リスクを判断する検査の中で最も正確に調べる方法である

嚥下造影検査（VF検査）を行っております。造影検査によって、普段は見る事が出来ない喉の中を食物や飲み物がどのように通過しているかを確認することができます。**結果次第で必要に応じて言語聴覚士よりアドバイスも行います。**気になる方は、お気軽にご相談ください。



くるみ保育室 飾り

Summer! サマー! 夏だあ～

毎回楽しい作品。今回は「心の旅 海へ」 ノスタルジーを感じるのは私だけ?

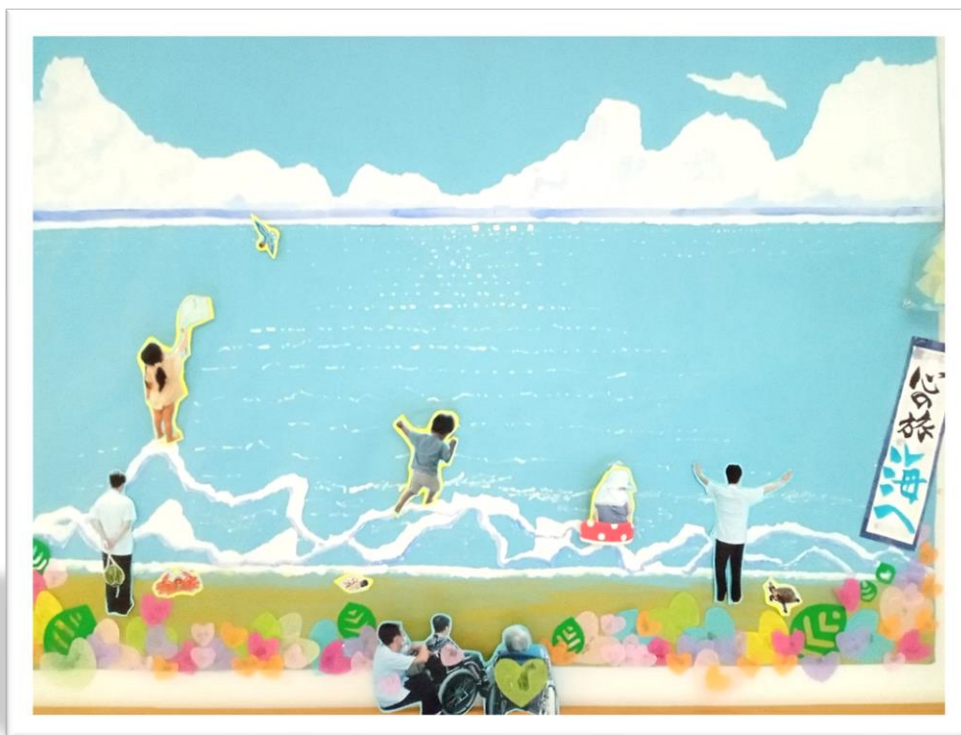


Photo ueda



在宅総合ケアセンター

—いつまでも住み慣れたところで—

◆在宅総合ケアセンターでは、病気や障害をもち介護が必要となっても、ご本人の意思やご家族の思いを尊重しながら、できる限りこれまでの生活や繋がりを継続し、生きがいをもってご自宅で生活できるよう、訪問や通所サービス、住まいなどの様々なサービスの提供を行っています。

多職種が連携をとり、リハビリや看護・介護、更にはご自宅での看取りまで、トータルなサポートを目指していきます。ご本人に合った方法を一緒にお探しします。悩む前にまずはお気軽にご相談ください。

● 通所リハビリテーション デイケア

● 通所介護 デイサービス

● 訪問看護ステーション「きらり」 訪問看護・訪問リハビリテーション

● ヘルパーステーション「おんじゃく」 訪問介護

● 居宅介護支援事業所（ケア・マネージャー）

お問い合わせ

〒861-4407 熊本県下益城郡美里町中小路 904

(代)電話 0964-46-3001 FAX 0964-46-3151

コロナ過でも感染対策を十分に行い、

真心こめたサービスを行っております。

サービス付き高齢者向け住宅

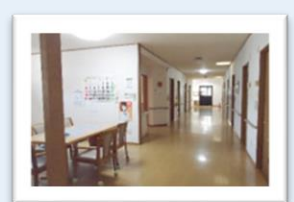
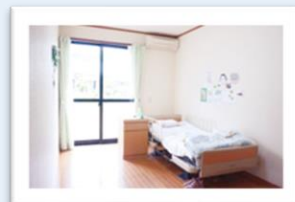
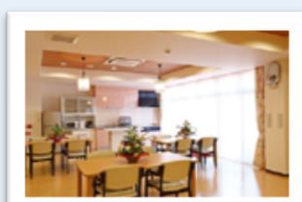
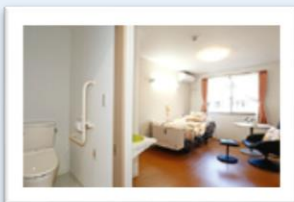
有料老人ホーム

木香館

コミュニティハウス おんじゃく

☎0964-46-3001

☎0964-48-7005



発熱外来 受け付けています

●コロナ禍の中、感染者数が拡大し、当院、発熱外来でも、連日、有症状者の抗原検査・PCR検査（外注）を行っております。電話での予約になっております。午前8：30～受け付けております。まずお電話ください！
0964-46-3000(代) まで



◀ 診療科目 ▶ 内科 ・ 呼吸器内科 ・ 消化器内科 ・ 循環器内科 ・ 脳神経内科
整形外科・リハビリテーション科

受付時間 午前 8：30～ 12：00 午後 13：30～ 16：30
診療時間 午前 9：00～ 12：30 午後 13：30～ 17：00

外来診療担当表

診療科/曜日	月	火	水	木	金	土
内科 (午前)	村井		藤本	村井		
	平島	藤本	大園	大園	平島	村井
(午後)	平島	平島	大園	大園	藤本	
整形外科 (午前)		藤本昭				
発熱外来 (午後)	大園	藤本	村井	平島		

村井：循環器内科、外科、フットケア外来、睡眠の質外来

松永：病气療養中の為、一時休職中。

藤本：呼吸器内科、老年病内科

大園：消化器内科（上部消化管内視鏡、腹部エコー）

平島：一般内科（免疫アレルギー、認知機能障害）

藤本昭：整形外科

下益城郡医師会 東部地区 2022年 日曜当番医 9/18, 10/23, 11/27,

熊本県下益城郡美里町中小路 835

医療法人 愛生会 くまもと温石病院

TEL 0964-46-3000(代)

FAX 0964-46-2464

ホームページもご覧ください。



発行者 くまもと温石病院 広報委員会

編集後記

残暑厳しいなか、暦の上ではもう秋です。夏号やっと完成しました。表紙は長く咲くサルズベリ「百日紅」。雄弁に語れない私は、コロナ疲れなのかな？先がなかなか見えない中ですが！しっかり感染対策をして共存できるまで「ガンバ」です。 うえだ