

茅ヶ崎市南湖・ふれあいの百合(老健)

むせ込み対策のスペシャリスト 「言語聴覚士」が専門リハビリを実施

2018年春にオープンした「ふれあいの百合」は、茅ヶ崎市にあり、近隣からのアクセスが良好な介護老人保健施設です。ここでは、入所のほか、通所(日帰りの通い)での利用もできます。

今回は、リハビリの国家資格「言語聴覚士」を保有するふれあいの百合の専属スタッフにお話を聞きました。

「言語聴覚士」という療法士は、どのような分野のリハビリを担当しているのですか？

「ふれあいの百合の言語聴覚士」は、「例えば、お食事でも最近、むせ込むことが多くなった」「水分補給時に、喉

が、どのようなものですか？

「舌や喉の運動能力が低下し、飲み込みに必要な筋肉がうまく働かない場合を例にあげると、まずその方に対して問題点を分析し、明確な目標を定めます。その上で、

【嚥下体操】や【呼吸訓練】、【反復唾液嚥下訓練】、【直接真IIは、酸素飽和度を確認し

【嚥下訓練】などを積み重ねていきます。

実際に当施設でこのような訓練を2カ月間実施した結果、食事や水分補給時にという症例もあります(注・個人差があります)。

各訓練の内容を簡単に教えてもらえますか？

「はい、わかりました。【嚥下体操】は、食事の前に行なうもので、肩や首、口を動かして飲み込みをスムーズに進めていくための体操です。

【呼吸訓練】は、ストローやティッシュなどの身近なものを使用して、飲み込みやむせ込み対策の訓練を行ないま

【反復唾液嚥下訓練】は30秒に3回、唾を飲み込む訓練で、【直接嚥下訓練】は上写真IIは、酸素飽和度を確認し

ふれあいの百合 茅ヶ崎市南湖 1-6-14 ☎0467-84-6501 Vol.8

老健 通所リハ 高齢者施設 ちよっとのぞいてみました

リハビリの国家資格をもつ専門療法士が、各利用者さんの日常生活動作における課題を見つけ、改善のためのプログラムを立案しています。



ふれあいの百合では、通所リハビリテーションの利用者を募集しています。見学や個別相談なども、お気軽に担当(若山さん・藤林さん)宛てにご連絡ください。



誰もが戸惑う

血液の病気を徹底サポート

〇…「血液内科の診療を行なっている病院自体、少ない」とことだと思っています。隣接する湘南東部クリニックの開設していることは、地域

日の毎日、外来診療を開設し、藤原医師は火曜日午前と水曜日午前に担当。「血液内科の外来担当医は、全て血液治療

この「人」に聞く



藤原 裕介 医師 (ふじわら ゆうすけ)

湘南東部総合病院 【血液内科】

日本内科学会 認定内科医 日本血液学会 血液専門医

〇…大学では、高齢者における急性骨髄性白血病の遺伝子の研究を行ない、その後、大学病院や離島での医療に貢献してきたキャリアをもちます。血液のがん(白血病、悪性リンパ腫など)や良性の病(再生不良性貧血など)を扱う「血液内科」の道に進んだ理由を聞くと、「血液の病は、ある日突然、誰もがなり得るもので、生活習慣や(一部を除き)遺伝が直結する疾患とは一線を画します。患者さまが血液の病気に罹患した現実を受け入れるのに、

〇…日々の診療で大切にしていることは「医療のプロとして、その患者さまにとってベストな方法をいくつか提示して、お選びできるように心がけています。選択肢があることで安心感も生まれ、思っています。優しい語り口から、氾濫する情報に患者や家族が惑わされないように思いやる気持ちも伝わってきました。

ご自宅生活における注意点や日常生活の指導内容などを組み込んだプログラムも、大変好評をいただいております。また、地域によってはご自宅まで無料送迎も行なっております。

ふれあいの百合では、今回紹介いたしました内容をはじめとする個々に合った生活支援が提供できるように、スタッフも一緒に訓練に取り組むことで、ご利用者さまの生活意欲の向上などをサポートしております。

いることが、結果に結びついていると、現場の療法士として日々実感しています。

できるかなをみる訓練です」

「はい。何よりも、訓練を受けているご本人さまが、意識をしながら飲食する」という向上心をおもちになられて

「は、どのようなのですか？」

「舌や喉の運動能力が低下し、飲み込みに必要な筋肉がうまく働かない場合を例にあげると、まずその方に対して問題点を分析し、明確な目標を定めます。その上で、

【嚥下体操】や【呼吸訓練】、【反復唾液嚥下訓練】、【直接真IIは、酸素飽和度を確認し

介護付有料老人ホーム 湘南ふれあいの園



電車……JR東海道線「茅ヶ崎駅」北口から徒歩5分
車……国道1号の信号「茅ヶ崎駅前」交差点を曲がり、寒川方面(北方向)すぐ
有料道路……新湘南バイパスで「茅ヶ崎中央インター」から県道45号を南進して国道1号の交差点の手前左方向

元気な方から介護が必要な方まで 全ての方に快適な暮らしをお約束。

日常的な医療サポートが受けられる環境と、茅ヶ崎駅から徒歩5分の利便性を兼ね備えた有料老人ホームです。



階下に新しい茅ヶ崎中央病院が開院! ★透析室も完備!! 通院、健康診断、予防接種がとても便利に! グループ独自の医療連携で、ご利用者様の健康をサポート。



全室に「生活リズムセンサー」「カードキー」システムを採用。お身体にハンデのある方も安心です。

説明会のお申し込み 新ホームのお問合せ 湘南ふれあいの園 ☎0467-86-6534

類型:介護付有料老人ホーム/所在地:神奈川県茅ヶ崎市茅ヶ崎2-2-3/事業主体:(有)湘南ふれあいの園/開設:1986年12月1日/アクセス:JR東海道線茅ヶ崎駅徒歩5分/入居対象:65歳以上の自立または要支援・要介護の方

チーム医療

呼吸サポートチームが活躍

人工呼吸器からの
早期離脱に尽力

取材協力／湘南東部総合病院

湘南東部総合病院では、より質の高い医療を提供するために、「チーム医療」を実施しています。「呼吸サポートチーム」では、呼吸器を専門とする大貫恭正医師などがメンバーとして参加しています。

近年、「チーム医療」という言葉が、注目を集めています。

チーム医療とは、一人の患者に複数のメディカルスタッフ（治療やケアにあたり、それぞれの高い専門性を活かしながら、お互いに連携し、患者の状況に合ったより質の高い医療を提供すること）をいいます。

湘南東部総合病院の
呼吸サポートチーム

呼吸サポートチーム



回診時も連携を大切にしている

状態の改善を目指すことができます。

勉強会の実施や
専門的な分析

同院の呼吸サポートチームは、毎週火曜日にベッドサイドへの回診を行なうことのほかに、チーム主催の定期的な勉強会を通して、スタッフの教育にも力を入れています。

その一つに、「呼吸サポートチーム」があげられます。茅ヶ崎市西久保にある「湘南東部総合病院」には、呼吸サポートチームがあり、心不全やCOPD（慢性閉塞性肺疾患）など、自力での呼吸が難しい患者に、このチームが積極的に関わり、入院生活の

向上と、早期退院への支援に効果を上げています。同院の呼吸サポートチームのメンバーは、医師、薬剤師、看護師、臨床工学技士、理学療法士などから構成されています。チームの主な目的は、「人工呼吸器からの早期離脱」です。

勉強会では、人工呼吸器そのものを知ることだけでなく、リハビリによる呼吸状態の向上効果や、実際に人工呼吸器を装着して患者の気持ちに寄ってみる、といった実践的な内容が中心になっています。

またチームには、「慢性心不全看護認定看護師」が所属していることで、専門的な視点をもったスタッフが関わることで、より良い医療に尽力できる体制を構築していることは、大きな特徴です。多くの専門職が入院早期から関わっていくことで、人工



チームには、呼吸器専門の医師（石原大貴医師）や慢性心不全看護認定看護師（ヘット左六戸看護師）が所属



より良い医療のためにスタッフが協力し合う



同院の「呼吸サポートチーム」

改善率が向上

湘南東部総合病院のスタッフは、「この結果、人工呼吸器の装着期間、離脱率ともに前年度から改善しています（2020年3月現在。患者さまにとっては、入院期間の短縮・医療費の削減となり、当院にとっても、医療スタッフの技術向上や医療安全の推進につながる取り組みになります。呼吸器に関する疾患、治療に関して、当院では、呼吸サポートチームが、しっかりと患者さまやご家族さまを支援してまいります」と話します。

このように、呼吸サポートチームをはじめとする「チーム医療」の役割は、現場で重要なものになっています。

看護技術も体験可能

来春入学向けの説明会スタート

茅ヶ崎看護専門学校

「看護師になりたい！」という高校生や、「看護系に転職を考えている」という社会人を対象とした学校説明会が、茅ヶ崎看護専門学校で春から開催が始まります。

春の説明会では、看護学校の授業や生活のほか、学費や入試などを含めて解説。さらに看護技術が体験できる「体験実習」では、実際に授業を

今、注目のリハビリ専門職！
3種の「セラピスト」を養成

茅ヶ崎リハビリテーション専門学校

茅ヶ崎リハビリテーション専門学校は、3職種（理学療法士／作業療法士／言語聴覚士）のセラピストを養成しています。きめ細やかな授業と手厚いフォロー体制により、国家試験の高い合格率と就職率100%を誇る学校です。

・・・茅ヶ崎リハビリテーション専門学校・・・

春の学校説明会

4/25(土)・5/9(土)

作業療法学科 言語聴覚学科 10:00～12:00
理学療法学科 13:30～15:30

本校はリハビリ専門職の「セラピスト養成校」として高い実績をもちます。

- ▶きめ細かい授業とサポート
- ▶手厚いフォロー体制
- ▶国家試験で高い合格率
- ▶毎年、就職率は100%!!

これからの社会でますます必要とされる医療職にご興味のある方は、是非お越しください！教職員一同お待ちしております。

理学療法学科 / 作業療法学科 / 言語聴覚学科
茅ヶ崎リハビリテーション専門学校
神奈川県茅ヶ崎市南湖1-6-11
☎0467-88-6611
http://www.crc.ac.jp

来春入学のための / 茅ヶ崎看護専門学校

学校説明会

が始まります

春 4/25(土)
5/23(土)

両日とも 13:00～16:00

看護技術の体験実習では、実際に授業を担当している教員が手取り足取り丁寧に説明します。

ホームページからお申し込みが可能です。

茅ヶ崎看護専門学校
神奈川県茅ヶ崎市今宿390
☎0467-86-6011
http://www.chigakan.ac.jp

介護職員初任者研修

期間 6月4日(木)～10月1日(木) 計17日間 (週1回ペース)

スクーリング 茅ヶ崎リハビリテーション専門学校 別館3階「演習室」(JR茅ヶ崎駅から徒歩18分)

定員 20名 (5月28日(木)までの申込み先着順) 受講料 60,000円 (税・テキスト代込)

特典 就職時のキャッシュバック制度、受講料ペア割など

申込み 所定の申込書 (HPからダウンロード) にご記入の上、次のいずれかの方法でご送付ください。
または、HP入力フォームからお申し込みください。

FAX 0467-84-5966
メール fureai-kensyu@fureai-g.or.jp
郵送 〒253-0061 茅ヶ崎南湖1-6-11 茅ヶ崎リハビリテーション専門学校内 学校法人 湘南ふれあい学園「ふれあい医療福祉研修センター」宛

ふれあい医療福祉研修センター

神奈川県茅ヶ崎市南湖1-6-11 (茅ヶ崎リハビリテーション専門学校別館)
☎0467-84-0576

平塚市袖ヶ浜 病院に隣接した老健

湘南シルバーガーデン

医療法人社団 康心会
☎0463-23-7151

急募! 手当もしっかりした職場です

① 看護師
給与 正 月給222,000円～376,900円
[夜勤手当] 14,000円
[皆勤手当] 10,000円
パート 月給157,000円～291,200円
[夜勤手当] 4,000円～5,000円/回

② 介護士(入所)〈通所〉
給与 正 月給171,800円～303,200円
[夜勤手当(入所のみ)] 5,500円～7,000円/回
[皆勤手当] 10,000円
パート 時給1,300円～1,300円

① 正 8:30～17:30
② 正 8:30～17:30、7:00～16:00、10:30～19:30、17:00～9:00
応相談 (勤務日数も相談可)

医療法人社団 康心会
☎0463-23-7151

平塚市袖ヶ浜 南口徒歩15分! 手厚い補助(医療費など)も魅力

あなたの力を活かしませんか?

20代からキャリアまで

① 看護師 ※経験考慮
給与 正 月給220,000円～376,900円
[夜勤手当] 14,000円/回
パート 時給1,500円～1,800円
[夜勤手当] 24,000円～32,000円/回

② 看護補助 ※未経験でも大歓迎
給与 正 月給157,000円～291,200円
[夜勤手当] 4,000円～5,000円/回
パート 時給1,100円～
[夜勤給与] 17,000円/回

時間 正 ①② 勤務シフトによる 休日 正 ①② 年間124日(夏休含む) ①② 勤務日数は応相談

待遇 社会保険完備、交通費全額支給、制服貸与、医療費補助制度 正 昇給1回・賞与3回(前年実績4カ月分)/年、退職金制度

医療法人社団 健康会
ふれあい平塚ホスピタル
〒254-0813 神奈川県平塚市袖ヶ浜1-12
☎0463-22-4105 hrt-gad@fureai-g.or.jp

応募方法 お電話または左記メールでお申し込みください。提出書類などお伝えいたします。
(総務課 盛・廣田)

今月のイチオシ

求人

Recruit Information

夢、広がる。
仕事、見つかる。
私、頑張る。

正社員 パート 年齢不問
ユニフォーム支給 キャリアアップ

健康生活お役立ち新聞

湘南版

2020年4月

No. 52

発行所 (有)エフ.アンド.ユアライフ 〒253-0084 茅ヶ崎市円蔵370-20 電話(0467)58-5678



ふれあい平塚ホスピタル
循環器内科
兼坂 茂 副院長

(兼坂副院長)「心筋梗塞などによる急性心不全の場合、カテーテル治療により冠動脈をいかに早く再開通できるかが予後を決定するため、救急治療が必要です。」

一方で、慢性心不全であっ

心不全の原因疾患

高年齢者に多い心不全の治療について、ふれあい平塚ホスピタルで循環器専門医として地域医療を支えてきた兼坂茂副院長にお話をいただきました。

高年齢者に多い心不全の治療について、ふれあい平塚ホスピタルで循環器専門医として地域医療を支えてきた兼坂茂副院長にお話をいただきました。

高年齢者に多い心不全の治療について、ふれあい平塚ホスピタルで循環器専門医として地域医療を支えてきた兼坂茂副院長にお話をいただきました。

高年齢者に多い心不全の治療について、ふれあい平塚ホスピタルで循環器専門医として地域医療を支えてきた兼坂茂副院長にお話をいただきました。

高年齢者に多い心不全の治療について、ふれあい平塚ホスピタルで循環器専門医として地域医療を支えてきた兼坂茂副院長にお話をいただきました。

高年齢者に多い心不全の治療について、ふれあい平塚ホスピタルで循環器専門医として地域医療を支えてきた兼坂茂副院長にお話をいただきました。

高年齢者に多い心不全の治療について、ふれあい平塚ホスピタルで循環器専門医として地域医療を支えてきた兼坂茂副院長にお話をいただきました。

高年齢者に多い心不全の治療について、ふれあい平塚ホスピタルで循環器専門医として地域医療を支えてきた兼坂茂副院長にお話をいただきました。

高年齢者に多い心不全の治療について、ふれあい平塚ホスピタルで循環器専門医として地域医療を支えてきた兼坂茂副院長にお話をいただきました。

「高齢者の慢性心不全はかかりつけ医とともに治療を」

ふれあい平塚ホスピタル 兼坂 茂 副院長

でも、放置していれば、どんどん悪化してしまうため、かかりつけ医とともに治療に取り組む必要があります。慢性心不全の原因となる代表的な疾患としては、『心臓弁膜症』があげられます。心臓弁膜症には、弁の開きが悪くなって血流が妨げられる『弁狭窄』と、弁の閉じ方が不完全なために血流が逆流する『閉鎖不全』があり、弁の中でも大動脈弁と僧帽弁に多く起こります。これらは、

でも、放置していれば、どんどん悪化してしまうため、かかりつけ医とともに治療に取り組む必要があります。慢性心不全の原因となる代表的な疾患としては、『心臓弁膜症』があげられます。心臓弁膜症には、弁の開きが悪くなって血流が妨げられる『弁狭窄』と、弁の閉じ方が不完全なために血流が逆流する『閉鎖不全』があり、弁の中でも大動脈弁と僧帽弁に多く起こります。これらは、

でも、放置していれば、どんどん悪化してしまうため、かかりつけ医とともに治療に取り組む必要があります。慢性心不全の原因となる代表的な疾患としては、『心臓弁膜症』があげられます。心臓弁膜症には、弁の開きが悪くなって血流が妨げられる『弁狭窄』と、弁の閉じ方が不完全なために血流が逆流する『閉鎖不全』があり、弁の中でも大動脈弁と僧帽弁に多く起こります。これらは、

でも、放置していれば、どんどん悪化してしまうため、かかりつけ医とともに治療に取り組む必要があります。慢性心不全の原因となる代表的な疾患としては、『心臓弁膜症』があげられます。心臓弁膜症には、弁の開きが悪くなって血流が妨げられる『弁狭窄』と、弁の閉じ方が不完全なために血流が逆流する『閉鎖不全』があり、弁の中でも大動脈弁と僧帽弁に多く起こります。これらは、

でも、放置していれば、どんどん悪化してしまうため、かかりつけ医とともに治療に取り組む必要があります。慢性心不全の原因となる代表的な疾患としては、『心臓弁膜症』があげられます。心臓弁膜症には、弁の開きが悪くなって血流が妨げられる『弁狭窄』と、弁の閉じ方が不完全なために血流が逆流する『閉鎖不全』があり、弁の中でも大動脈弁と僧帽弁に多く起こります。これらは、

でも、放置していれば、どんどん悪化してしまうため、かかりつけ医とともに治療に取り組む必要があります。慢性心不全の原因となる代表的な疾患としては、『心臓弁膜症』があげられます。心臓弁膜症には、弁の開きが悪くなって血流が妨げられる『弁狭窄』と、弁の閉じ方が不完全なために血流が逆流する『閉鎖不全』があり、弁の中でも大動脈弁と僧帽弁に多く起こります。これらは、

でも、放置していれば、どんどん悪化してしまうため、かかりつけ医とともに治療に取り組む必要があります。慢性心不全の原因となる代表的な疾患としては、『心臓弁膜症』があげられます。心臓弁膜症には、弁の開きが悪くなって血流が妨げられる『弁狭窄』と、弁の閉じ方が不完全なために血流が逆流する『閉鎖不全』があり、弁の中でも大動脈弁と僧帽弁に多く起こります。これらは、

心不全の重症度(NYHA)分類

【重症度】	
I 度	心疾患はあるが身体活動に制限はない。日常的な身体活動では、著しい疲労、動悸、呼吸困難あるいは狭心痛を生じない。
II 度	軽度の身体活動の制限がある。安静時には無症状。日常的な身体活動で疲労、動悸、呼吸困難あるいは狭心痛を生じる。
III 度	高度な身体活動の制限がある。安静時には無症状。日常的な身体活動以下の労作で疲労、動悸、呼吸困難あるいは狭心痛を生じる。
IV 度	心疾患のためにいかなる身体活動も制限される。心不全症状や狭心痛が安静時にも存在する。わずかな労作でこれらの症状は増悪する。

普段、よく耳にする「心不全」とは、心臓に何らか

「心不全」病名でなく病態

全」という言葉。実は、病気の名前ではないことをご存知ですか？

心不全とは、心臓に何らかの異常があり、ポンプ機能が低下した病態をいいます。症状によってI～IV度に分類され、Ⅱ上表参照Ⅱ、進行すると疲労、動悸、呼吸困難、狭心痛などが生じます。

「収縮不全」と「拡張不全」

これらを発症している人を検査すると、胸部X線検査では「心拡大」が認められるほか、同様に、心電図検査では「不整脈」が、血液検査では「BNP」という検査項目で高い

生活習慣病の多くは、自覚症状がないため、気づかないうちに悪化しています。心不全の中でも特に高齢者に多いといわれている「拡張不全」も同じような特徴があります。

生活習慣病の多くは、自覚症状がないため、気づかないうちに悪化しています。心不全の中でも特に高齢者に多いといわれている「拡張不全」も同じような特徴があります。

生活習慣病の多くは、自覚症状がないため、気づかないうちに悪化しています。心不全の中でも特に高齢者に多いといわれている「拡張不全」も同じような特徴があります。

高齢者に潜在する「拡張不全」の心不全

値が認められます。

さらに心臓超音波検査(UCG)で心臓の収縮機能を調べることにより、収縮機能が低下した「収縮不全」と、収縮機能が保たれた「拡張不全」という2つのタイプに分けることができます。

収縮不全の場合、心室の収縮する力が落ち、心臓から全身へ血液が送り出せなくなり、心臓が膨らみにくくなっていることが原因で、全身から心臓へ血液が戻らなくなり、痛みなどが生じます。

2つのタイプを比較すると、収縮不全の方がより重症であるといえますが、拡張不全の場合、自覚症状が出にくいため、気づかないうちに悪化していることがあります。近年ではこの拡張不全の心不全が、高齢者に潜在していることがわかってきています。

一生のうちで、およそ8割の人が、「一度は腰痛を経験する」といわれています。痛み

の、男女における痛みの違いは、一度は腰痛を経験する」といわれています。痛み

の、男女における痛みの違いは、一度は腰痛を経験する」といわれています。痛み

の、男女における痛みの違いは、一度は腰痛を経験する」といわれています。痛み

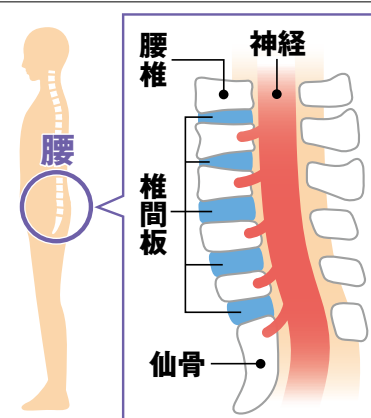
働き盛りが抱える「腰痛」は共通の悩み

一生のうちで、およそ8割の人が、「一度は腰痛を経験する」といわれています。痛み

の、男女における痛みの違いは、一度は腰痛を経験する」といわれています。痛み

の、男女における痛みの違いは、一度は腰痛を経験する」といわれています。痛み

の、男女における痛みの違いは、一度は腰痛を経験する」といわれています。痛み



腰周辺のイメージ

現実的な問題として、仕事に関わる腰痛は、早急な解決が求められ

現実的な問題として、仕事に関わる腰痛は、早急な解決が求められ

現実的な問題として、仕事に関わる腰痛は、早急な解決が求められ

毎日実行！腰痛予防の4大ポイント

茅ヶ崎新北陵病院 整形外科 豊原益隆 医師

腰痛予防には、正しいセルフケアが大切です。茅ヶ崎新北陵病院で整形外科を担当している豊原益隆医師に、日頃から自分で行える腰痛予防をご紹介します。

1、姿勢
(以下、豊原医師)「腰痛予防に有効なセルフケアで、大切なポイントを解説します。」

2、運動
2つ目に、【運動】です。運動によって、筋力強化と関節の柔軟性を保つことができ、体幹の強化・維持になり

3、寝具
3つ目は、【寝具】です。敷布団やマットレスは、程よい弾力性と硬さが必要で、古いものは、弾力性が失われているので、変形していることもあります。次の点を振り返ってみましょう。

4、肥満防止
最後は、【肥満防止】です。BMI値(体重(kg)÷(身長(m)×身長(m)))が「普通体重」の範囲のうち20～25では腰痛になる確率が2.9%に

最後は、【肥満防止】です。BMI値(体重(kg)÷(身長(m)×身長(m)))が「普通体重」の範囲のうち20～25では腰痛になる確率が2.9%に

豊原Dr.イチオシの腰痛予防

1 正しい姿勢の意識を

NG 脚組み

Good 高いヒール

2 運動習慣を身につけて

Good ウォーキング

Good 水泳

3 寝具の状態を確認

NG 古く変形

4 適正な体重の維持

Good バランスよい食事

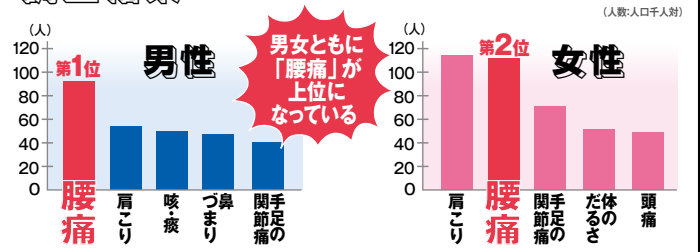
患者に「礼儀」を尽くした診療を大切にしている整形外科専門医

豊原益隆 医師
千葉大学大学院 医学博士

茅ヶ崎新北陵病院
☎0467(53)4111
茅ヶ崎市行谷583-1



調査結果 男女別 あなたが抱えている自覚症状は？



厚生労働省「国民生活基礎調査」(2016年)より作成