

結

ゆい

令和5年

秋
版

CONTENTS

2 インフルエンザ(季節性)対策

3 もしもの時のために ACP について話しあおう

4 介護サービスを利用するには

5 ヘルパーの調理について紹介します

6 栄養科通信

7 INFORMATION / 求人募集

理念

医療法人禄寿会は、地域の共有財産です。私たちは常に最善の医療・福祉サービスの提供を心がけ地域の皆様との信頼関係を育み、地域と共に歩む医療機関をめざします。

インフルエンザ(季節性) 対策

医事課

インフルエンザとは？

インフルエンザとは、ウイルスによって発症する呼吸器感染症のことです。一般の風邪と比較して症状が重いことが多く、乳幼児や高齢者、体力の落ちている方は重症化する可能性があります。

どんな症状？

インフルエンザは風邪との見分けが付きにくいこともあります。のどの痛みだけでなく、風邪よりも高熱がでやすく、関節痛や筋肉痛などの症状を伴う場合もあります。また風邪の症状はゆっくりでることが多いのですが、インフルエンザは急な発熱等、急激に症状がでてきます。症状のでかたも局所的ではなく、全身に倦怠感があることも特徴といわれます。

潜伏期間は1～4日、平均2日ほどで、1週間程度で治ることが一般的です。しかし乳幼児、高齢者、基礎疾患を持つ方は、肺炎の悪化や、元の基礎疾患が悪化することもあります。

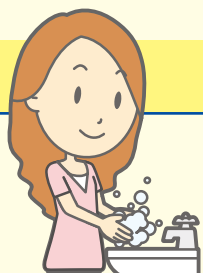
今季は例年よりはやく流行しています。はやめのワクチン接種を心がける等の対策をお勧めいたします。

※当院のワクチン接種については、本誌7ページ目をご参照ください。



対策

日頃から
手洗い消毒・うがいをする事が大事です。



もしもの時のために ACPについて 話しあおう

病院訪問診療



ACPとは

Advance Care Planningの略（直訳で「前進した介護のプラン」）で、将来の変化に備え、将来の医療及びケアについて、患者さんを主体に、そのご家族や近しい人、医療・介護従事者たちと繰り返し話し合い、患者様の意思決定を支援するプロセスです。

なぜ必要なのか

患者様が望む治療方針について、いつ本人に意思確認ができなくなるのかを予測することは難しいです。ですが、患者様の望むケアを提供するためには、患者様の意思をあらかじめ確認する必要があります。そのため事前に、患者様が意思を伝えられるうちにその意思を共有しておくことが重要なのです。

何を話し合うのか

家族構成や今の暮らし・健康状態についてなどの「患者様の今の状況」、これまでの暮らしについて大切にしてきたこと、今気になっていること、これからどのように生きたいのかといった「患者様が大切にしたいこと」、最期の時間をどのように、どこで、誰と過ごしたいのか、もし意思疎通ができなくなった場合代わりに意思決定をしてくれる人など「これからの希望」などを話し合い、決めていくことが大事です。

まとめ

患者様の望む生活を最後まで送ることが患者様にとっての最大の幸福と言えるでしょう。そのためには患者様の意思を確認し、実現のために繰り返し話し合い、共有することが重要です。

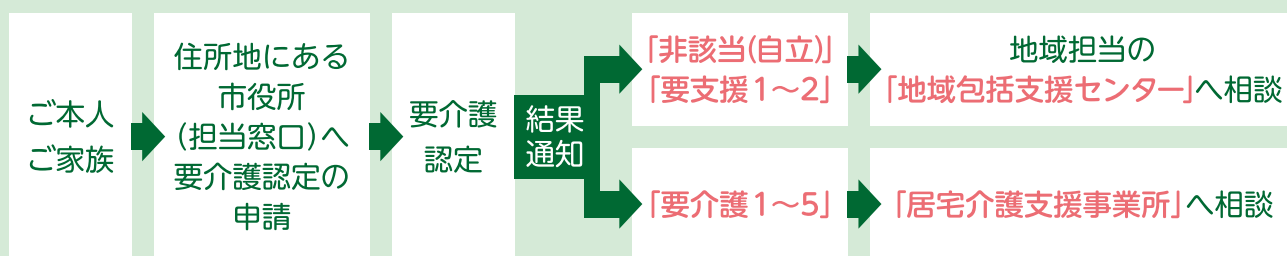
介護サービスを利用するには

介護サービスを利用するには「要介護認定」を受ける必要があります。「要介護認定」とは、どのくらい介護サービスが必要かなどを判断するためのものです。「要介護1～5」と認定され、自宅（住宅型有料老人ホーム含む）を中心としたサービスを希望する方は『居宅介護支援事業者』に、施設への入所を希望する方は『介護保険施設』に連絡します。また、「非該当（自立）」もしくは「要支援1・2」と認定された方は、地域担当の『地域包括支援センター』に連絡します。

要介護認定の申請 対象者

- 65歳以上の方（第1号被保険者）で、介護・支援が必要な方
- 40～64歳の方（第2号被保険者）で、介護保険の対象となる病気が原因で介護・支援が必要な方

要介護認定の申請と相談窓口

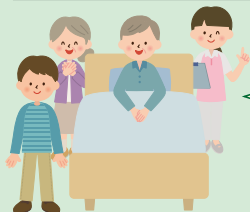


ご利用者・ご家族からの声



自宅で転ぶことが増え閉じこもりがちになっていました。
今は、通所リハビリ（デイケア）に通い、リハビリやレク活動などをしながら
楽しく過ごしています。歩行器を使う事で歩きやすくなっています。

家族だけで同居の母（認知症）の介護をし、負担を感じ離職を考えていました。
通所介護（デイサービス）や短期入所（ショートステイ）などを利用することで、
仕事と介護の両立ができ助かっています。



肺がん末期の診断を受けた父から「自宅で最期を迎えたい」と
相談があり困っていました。訪問診療や訪問看護、訪問介護（ヘルパー）、
福祉用具などを利用しながら父の希望を叶えることができました。

介護のことでお困りのことがございましたらお気軽にご相談ください

【お問い合わせ】小祿居宅介護支援事業所 ☎(098)858-7881

ヘルパーステーション小禄

今回は、ヘルパーの調理について紹介します。



訪問先によっては、キッチンの調理スペースが狭く、一口コンロだけだったり電子レンジが有ったり無かったりと様々。調理メニューにもよりますが、決められた時間内で冷蔵庫内にある食材を使用して完成させなければいけません。

先日、ヘルパーの訪問を見に行くと、冷蔵庫内のジャガイモを使用してポテトサラダ、野菜炒め、味噌汁の調理を1時間程で完成。その訪問先では、二口コンロに電子レンジがあるお宅。ジャガイモを洗い、皮を剥いたら角切り切りにし、皿に少量の水を入れて電子レンジで加熱している間に味噌汁用の鍋で出汁をとり、具に火を通していました。隣のコンロでフライパンを弱火で温めながら野菜炒め用の野菜刻みを進めるなどなど。ジャガイモは柔らかくなったらスプーンやお玉で潰し、少量のマヨネーズ、麺つゆや酢で味をみて最後に塩。並行して野菜炒めと味噌汁の調理。本人の好みに合わせて味噌カスを取り除くなど。手際の良さに驚きました。

味付けは、利用者の好みに合わせて調理されていました。多くの利用者宅で調理の支援を続けることで味付けのアレンジも様々。訪問先の利用者から味付けの仕方を教えてもらうことも多いそうです。

ヘルパーの仕事に興味がある方が居ましたら、是非問い合わせてみて下さいね。

ご高齢の方だけではなく、障がいを持った方のサポートにも対応しております。
お気軽に問い合わせください！

【お問い合わせ】 ヘルパーステーション小禄 ☎(098)857-6205

台風や物価高の影響で生鮮野菜が食事に取
り入れられないと聞くことが増えてきた気
がします。そこで3つのポイントに注目して
代わりになるような食品を調べてみました。

- ①安価で価格が安定
- ②長期保存できる
- ③手軽に使いやすい



冷凍食品

- アスパラガス
- ブロッコリー
- きざみオクラ など
- カットほうれん草
- ベジタブルミックス



ささみとおくらの梅肉和え 材料 1人分

ささみ ……50 g 梅干し ……5 g (A)濃口しょうゆ …少々
オクラ ……50 g (A)みりん …少々 (A)サラダ油 ……少々

作り方

- ① ささみは耐熱容器に入れて軽くラップをし、火が通るまでレンジで加熱する。粗熱をとり、手で食べやすい大きさに割く。
- ② ボウルに(A)を入れて混ぜ、オクラと①を加えて混ぜ、器に盛って完成。



乾物食品

- ひじき
- 干し人参
- 切り干し大根
- 干しいたけ など



ひじき入り卵焼き 材料 2人分

卵 ……2個 サラダ油 ……適量 (A)みりん …小さじ2
ひじき(戻した状態) …20 g (A)しょうゆ …小さじ1/3 (A)塩 ……少々

作り方

- ① 卵を溶き、ひじき、(A)を加え混ぜる。
- ② サラダ油をひいたフライパンに流し入れ、時々大きく混ぜながら焼き、最後は一方の隅に寄せながらひとつにまとめ、取り出して切り分ける。



缶詰食品

- ホールトマト
- スイートコーン など



ポークビーンズ 材料 1人分

豚小間肉 ……80 g トマト缶 ……100 g (A)コンソメ …1/2個 (A)砂糖 ……4g
たまねぎ ……40 g 蒸し大豆 ……100 g (A)塩・こしょう …少々 パセリ ……少々
油 ……1 g 伊藤園1日分の野菜 …70 g (A)ウスターソース …3 g

作り方

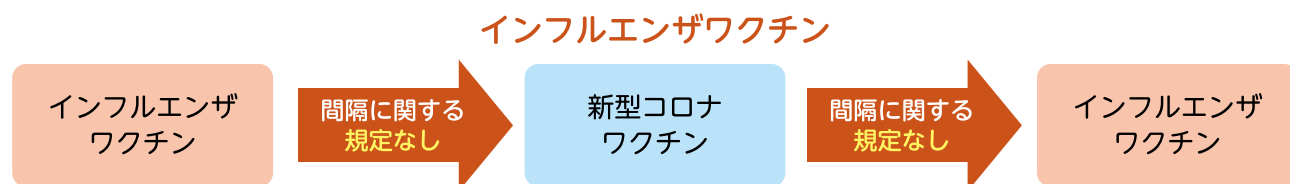
- ① 豚肉:食べやすい大きさに切る。たまねぎ:スライスする。
- ② 熱した鍋に油をひき、①を炒め、火が通ったら、蒸し大豆・トマト缶・1日分の野菜を入れる。
- ③ 沸騰したら(A)を入れて煮込み、皿に盛りつけ、パセリを散らす。



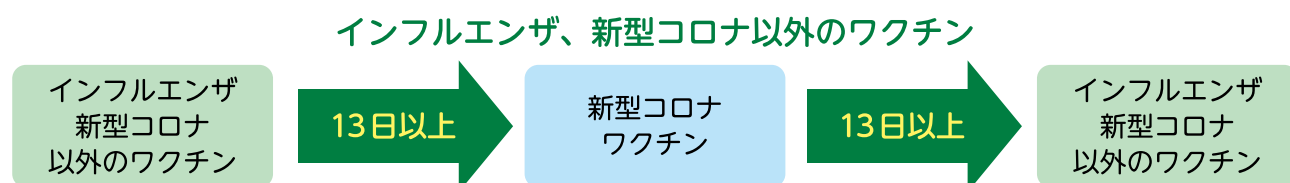
10月1日より インフルエンザワクチンの接種が開始されます

1人：3,850 円 (税込) ※ワクチンがなくなり次第
同日 2人目以降 (1人あたり)：3,300 円 (税込) 終了となります。

新型コロナワクチンと他のワクチンとの間隔



厚生労働省は、新型コロナワクチンとインフルエンザワクチンの同時接種が可能としています、
当院では“患者様の安心・安全”を提供するため別会場での接種とさせていただきます。
ご理解いただきますようお願いします。



【お問い合わせ】法人本部 ☎(098)857-1789(代)



求人募集 ～あなたのその「力」が必要です～

【お問い合わせ】法人本部人事課 ☎098-857-1789(代)



<医療部門> 病棟看護師 (夜勤有).....正職員
訪問看護師・訪問診療看護師.....正職員
病棟看護補助員 (夜勤無).....正職員 (介護福祉士)・契約職員 <未経験者歓迎>
薬剤師.....正職員
臨床検査技師.....正職員
医療事務員.....正職員・契約職員
医師事務作業補助員.....契約職員
MSW (訪問診療).....正職員

<介護部門> 薬剤師.....パート
介護福祉士.....正職員・契約職員
主任介護支援専門員.....正職員
介護支援専門員.....正職員
サービス提供責任者.....正職員
訪問介護員 (ヘルパー).....パート <未経験者歓迎>

外来診療案内

令和5年10月1日～

■診療受付時間……【午前】 8:00～11:30まで（眼科は8:00～11:00まで）

【午後】 13:30～16:30まで

■休診日……………土曜日 午後・日曜日・祝日・旧盆（ウークイ）・年末年始（12月30日～1月3日）

■診療科目……………内科・呼吸器内科・消化器内科・循環器内科・腎臓内科・眼科（要予約）
整形外科・放射線科・リハビリテーション科・各種予防接種

内 科

		月	火	水	木	金	土
午前	第1診察室	高江洲 良一 循環器	(高血圧外来) 高江洲 良一 循環器	野原 健 腎臓	高嶺 光 糖尿病	高江洲 良一 循環器	高江洲 良一 循環器
	第2診察室	西山 直哉 感染症(琉大)	金城 武士 呼吸器(琉大)	國吉 徹 消化器	岡本 卓磨 呼吸器(琉大)	野原 健 腎臓	儀間 朝次
	第3診察室	東新川 実和 消化器	高橋 隆 糖尿病	與那嶺 志穂 消化器	東新川 実和 消化器	國吉 徹 消化器	國吉 徹 消化器
午後	第1診察室	野原 健 腎臓	儀間 朝次	儀間 朝次	高江洲 良一 循環器	井手口 周平 呼吸器(琉大)	—
	第2診察室	國吉 徹 消化器	與那嶺 志穂 消化器	東新川 実和 消化器	山里 将慎 呼吸器(琉大)	(糖尿病外来) 高橋 隆	—
	第3診察室	—	—	—	—	東新川 実和 消化器	—

ドック健診

	月	火	水	木	金	土
午前のみ 8:30～10:00	國吉 純郎	國吉 純郎	國吉 純郎	國吉 純郎	與那嶺 志穂	國吉 純郎

眼 科

	月	火	水	木	金	土
午 前	—	(一般外来) 琉大医師	(一般外来) 琉大医師	—	—	—
第2診察室	(硝子体外来) 中村 秀夫	(硝子体外来) 中村 秀夫	(硝子体外来) 中村 秀夫	(硝子体外来) 中村 秀夫	(硝子体外来) 中村 秀夫	(硝子体外来) 中村 秀夫

※眼科外来は予約制となっております

整形外科

	月	火	水	木	金	土
午 前	—	—	—	—	—	琉大医師
午 後	—	—	椎名 行夫	—	—	—

※整形外科外来は予約制となっております

リハビリ

	月	火	水	木	金	土
午 前	○	○	○	○	○	○
午 後	○	○	○	○	○	—

令和5年 秋 版

結ゆい

■発行元／医療法人 禄寿会 広報委員会
■編集協力・印刷／アシクリエティフ



医療法人
禄寿会

〒901-0152 沖縄県那覇市字小禄 547 番地の 1
TEL (098) 857-1789 / FAX (098) 857-6554

【関連施設】

- 小禄病院
- 介護老人保健施設 禄寿園
- デイサービス小禄

- 小禄居宅介護支援事業所
- ヘルパーステーション小禄
- 小禄訪問看護ステーション
- 那覇市地域包括支援センター小禄