



健友会たより

VOL.22



特集

- ・ 院長コラム
- ・ 春の健康管理
- ・ 在宅医療のすすめ
- ・ 各部門の職場紹介



院長コラム

本間病院 院長
すが わら たもつ
菅原 保



「楽しく食べる、楽しく動ける」

コロナ禍が一段落する中で、これまで進んでいた高齢化がさらに切実な問題となってきたています。酒田市の令和5年の救急車の出動件数は6,428件、搬送人数は5,974人（1日平均16.36人）で前年と比べ676人増加し、高齢者（65歳以上）が4,541人で全搬送人数の76.0%を占めています。

入院している患者さんでは85歳以上の方の占める割合が高くなっています。高齢になると誤嚥性肺炎や脱水症などの病気が治っても「食べられない、動けない」ため低栄養となって退院できず衰弱していく方が増えています。そのため、本間病院では「食べる、動けるプロジェクト」を立ち上げて、入院後の早い時期から食事、リハビリを強化するための取り組みを

開始しました。好きな食べ物、普段食べていたものを栄養士が聞き取って献立に反映させる、リハビリの先生が嚥下機能を評価して食べやすい食形態を早い時期から試みることも行われています。

そもそも「食べる、動ける」は私たちが健康に生活していくために大切です。さらに、「楽しく食べる、楽しく動ける」ことは、私たち、みなさんの今、これからの生活を豊かにします。さあ、「楽しく食べる、楽しく動ける」を始めましょう。



春の

健康管理について



健康支援科 保健師 水元 麻美

春になると身体がだるい、やる気が出ないなどの体調の変化を感じる方もいると思います。

これらは自律神経の乱れが影響しています。季節の変わり目は、一日の寒暖差や気圧の変動で身体が適応するために沢山のエネルギーを消費し、疲れやだるさを感じやすくなります。また新生活が始まるこの時期は、生活リズムが変化してストレスや身体の不調を感じやすい時期です。自律神経を整えることで、春の体調不良の予防に繋がります。

自律神経を整えるためには、①食事はバランス良く摂りましょう。食事を摂ると、食べ物を消化するために副交感神経が活発に働き、身体はリラックスします。特に朝食は、体温を上げ自律神経を整えるのに重要です。三食バランスの良い食事を摂るようにしましょう。②こまめに身体を動かしましょう。運動をすると、セロトニンが分泌され、自律神経を整えます。ウォーキングなどの有

酸素運動の他、ストレッチ、階段を利用する等、日常生活の中で身体を動かすようにしましょう。③入浴はシャワーだけでなく、湯船につかりましょう。38〜40℃のお湯に15分程度、入浴するとリラックス効果があります。④睡眠はしっかりと取りましょう。睡眠不足は自律神経の乱れにも繋がります。光をあびると交感神経が刺激されるので、就寝前のテレビやスマホの使用は控えましょう。また就寝前に、目元や首元を40℃位の蒸したタオルやアイマスク等で温めると、睡眠の質を上げることが出来ます。⑤衣類で体温調整をしましょう。寒暖差に身体を適応させるために、衣類による温度調整が必要です。上着等を上手く利用して、こまめに体温調整を行いましょう。

自律神経を整えて、元気に春を過ごせるようにしましょう。



在宅医療のすすめ



在宅事業部長
ほんま さとる
本間 理

●在宅医療が注目されてきている理由

酒田市では高齢化に伴い、高齢者の救急車での受診がとも増えています。入院治療、施設での療養を必要とする方も多く、一人で通院できる方が減ってきています。免許証の返納もあり、最近では医療機関への送迎が治療を続ける上で重要な問題となってきています。そのため、オンライン診療や訪問診察（往診）による在宅医療が注目されています。

●住み慣れた場所で在宅医療を

外来・入院といった診療所や病院に来

て医療を受けるのではなく、自宅などの生活の場で、診察や治療、必要な処置を受けることができます。医師や看護師に自宅等にきてもらい、治療を継続することができず。通院できなくとも、住み慣れた場所で生活し、療養することができ

●本間病院の在宅医療は

どうなっているのですか

現在、在宅へ訪問診察（往診）している患者さんは約100名です。毎月、新しく訪問診察が始まる方が5名ほどいらっしゃるようです。ほぼすべての医師が訪問診察を行っており、月1回医師、看護師が自宅に伺います。また、看護師だけで身の回りのお世話やリハビリを行う訪問看護も併行して行っています。

●これからの本間病院は

昨年9月に『在宅医療を強化する』という方針を打ち出してきました。今年度から新たに在宅事業部を立ち上げて、訪問診察や訪問看護を増やしていくこと、高齢者施設との協力や連携もすすめていきます。

4月からは、山形県第8次医療計画の『在宅医療において積極的役割を担う医療機関』として、北庄内地域の担当となりました。これは、地域、施設で高齢者の入退院支援、日常療養支援、急変時対応、看取りを行う拠点となるものです。

●みなさんがこれからすること

私たち医療・介護サービスを提供する側からの取り組みは重要ですが、みなさん方は、これからの生活、医療や介護の利用についてご家族や周りの人とよく話し合っておくことが大切です。また、通院や送迎の問題を地域で話し合っていくこと、動けなくなってきたらどのように医療、介護を受けるか、受けたいかを考えておく必要があります。主役はみなさんです。自分の生き方は自分で決めることが大切です。ぜひよくお話しします。



各部門の職場紹介

看護部・感染対策室

感染対策室は、「法人で働く職員」「入院患者・入所者」「来院されるご家族」の方々を感染から守るのが仕事です。その為に、法人全体の問題点を探り安全策を講じるなど院内感染対策活動を実践しています。活動の一部として各部署の感染対策ラウンドを実施しています。職員と各部署の感染対策の実施状況を確認し指導を行います。また、感染マニュアルの作成や見直し等もしています。

まだまだ、課題は山積みですが、出来ることからコツコツと実践していきます。宜しくお願い致します。



介護事業部・通所リハビリテーション



こんにちは、本間病院通所リハビリテーション（デイケア）です。私たちは要介護1～要介護5までの方を対象に、通いながら専門職のリハビリを受けられる他、入浴や食事などの日常生活の介助、健康管理などサービスの提供を行っています。職員はリハビリ技士、介護士、看護師がおり、多職種で利用者様それぞれの「できるようになりたい」を支援しています。また、レクリエーションや季節ごとの行事を行い、利用者様と共に楽しめるよう取り組んでいます。

各部門の職場紹介

診療技術部・栄養科

本間病院栄養科は、管理栄養士7名、調理師13名、調理補助1名が在籍し日々の業務を行っています。主治医から頂いた食事指示の下、患者様の早期回復に役立つよう、患者様それぞれに合った栄養管理、食事提供を心掛けております。日々の食事が入院中の患者様の楽しみの一つとなるよう今後も職員一同頑張っていきます。



事務部・情報管理室

当課は職員3名で、主な業務は法人内のパソコンを始めとした電子機器及び医療・介護等のシステム管理や故障時の対応、医療・介護実績の統計業務を行っています。直近では、電子カルテ導入から9年目を迎え、同時期に導入した機器の更新対応、法改正を始めとする様々なシステム更新への対応を行っています。



INFORMATION

職員募集のお知らせ

【既卒(随時募集)】

看護師、准看護師、介護職、診療放射線技師、車両運転手など

【新卒(2025年4月採用)】

看護師、介護職、診療放射線技師、臨床工学技士など

※新卒の募集要項は4月中にホームページで公開いたします

(ハローワークやキャリアタスUCのサイトからもご覧いただけます)。

【再就職支度金制度について】

既卒の方が直接応募またはハローワークからの紹介で採用となった場合、入職日に再就職支度金を支給します。

対象職種:看護師、准看護師、介護職

【お問い合わせ】

電話：0234-22-2918
(総務課 人事担当)

ホームページは右の
QRコードから
アクセスできます。



求人の詳細は担当者までお問い合わせいただくか、ハローワークの求人をご確認ください。

随時職場見学も受け付けておりますので、お気軽にご相談ください。



診察時間のご案内

本間病院 ☎0234-22-2556
酒田市中町 3-5-23

2024年4月1日より 枠が
変更となりました。
ご留意願います。

受付時間		月	火	水	木	金	土			
午前	内科	一般・予約 9:00~12:00	菅原 保 (一般・内科)	菅原 保 (一般・内科)	青柳 拓郎 (循環器・内科予約のみ)	菅原 保 (一般・内科)	菅原 保 (一般・内科)	第1週 菅原 保 (内科)		
		一般・予約 9:00~12:00	中村 忠弘 (代謝・内科)	青柳 拓郎 (循環器・内科)	吉田 元樹 (呼吸器・内科)	吉田 元樹 (呼吸器・内科)	中村 忠弘 (代謝・内科) 9:30~12:00		第2週 松本 祐治 (外科)	
		一般・予約 9:00~12:00	—	—	—	小熊 正樹 (循環器・内科)	—			
		一般・予約 9:00~12:00	青柳 拓郎 (循環器・内科)	中村 忠弘 (代謝・内科)	—	—	吉田 元樹 (呼吸器・内科)			第3週 中村 忠弘 (内科)
		一般 9:00~12:00	—	—	第1・3週 菅原 保 (一般・内科) 第2・4・5週 中村 忠弘 (代謝・内科)	—	—			第4週 金沢大学 (外科)
	外科	一般・予約 9:00~12:00	本間 修	鈴木 晃	本間 修	鈴木 晃	本間 修	第5週 担当医		
		一般・予約 9:00~12:00	松本 祐治 9:30~12:00	松本 祐治	本間 理	松本 祐治	本間 理			
		泌尿器科	—	—	土門 斉	—	—			
	午後	内科	一般	吉田 元樹 (呼吸器・内科) 14:00~16:00	中村 忠弘 (代謝・内科) 14:30~16:00	伊東 郁子 (一般・内科) 14:00~17:30	吉田 元樹 (呼吸器・内科) 14:00~16:00		伊東 郁子 (一般・内科) 14:30~17:30	
			一般・予約	吉田 元樹 (呼吸器・内科) 16:00~17:30	中村 忠弘 (代謝・内科) 16:00~17:30	菅原 保 16:00~18:00	吉田 元樹 (呼吸器・内科) 16:00~17:30		—	
予約			菅原 保 17:00~18:00	—	—	—	青柳 拓郎 (循環器・内科) 16:00~18:00			
外科		一般・予約 14:00~16:00	—	松本 祐治	—	松本 祐治	—			
泌尿器科		一般・予約	—	—	—	土門 斉 14:00~17:30	—			
健診2次		予約 16:00~17:00	—	本間 理	—	本間 理	—			

※一般・予約外の方の受付は午前11:30、午後17:30までとさせていただきます。(予約の方はこの限りではありません)

※ペースメーカー外来(青柳先生)は、第2・3週水曜日13:30~15:00です。

※月曜日午前の整形外科外来については休診とさせていただきます。

高見台クリニック ☎0234-31-7871
酒田市高見台 1-13-14

受付時間		月	火	水	木	金	土
午後	内科・外科 一般 14:00~16:00	鈴木 晃	本間 修		本間 修	本間 修	

※医師が変更になる場合があります。

編集後記

健友会たよりでは、毎年春号で職場紹介を掲載しています。患者・利用者の皆さんと直接関わる職場から、バックヤードで普段は接することのない職場まで、いろいろな職場をご紹介します。なお、原稿は職場の代表者が自分で書いています。「健友会ってこんな組織です」とお伝えできるよう、編集事務局も一緒に頑張っていきます。

昨年はあまりの猛暑で、菜園の枝豆が全滅してしまいました…。今年は少しでも涼しくなることを願います。

編集プロジェクト事務局

健友会たより

2024年4月20日発行

医療法人 健友会 本間病院

〒998-0044 山形県酒田市中町3丁目5-23

TEL:0234-22-2556 FAX:0234-22-2560

E-mail:info@kenyukai-sakata.jp

URL:https://www.kenyukai-sakata.jp

本間病院

検索

