

あっぱれ

■ p.7

あいセーフティネット ニュース

■ p.6

在宅介護のコツ

「できることを大切にしたい認知症ケアを」

■ p.5

医師に聞きたいからだの症状

「狭心症・心筋梗塞」

■ p.4

わたしらしく生きる

―在宅医療の現場を訪ねて―

「やっぱり、一日でも

長生きしてほしいから」

■ p.2

特集

「社会医療法人河北医療財団

あいセーフティネット」





社会医療法人 河北医療財団 あいセーフティネット



河北医療財団 理事長 河北 博文(中央)を囲んで、多摩事業部長 明石のぞみ(左)、天翁会開設者で理事長相談役の天本 宏(右)。

の」という形容詞が最初に書かれています。第一級品であるからこそ、時代を超えて社会を渡り価値を認められるものが古典として残ってきたものです。

子供を安心して産み育てることのできる社会、また同時に、高齢者ができるだけ自尊、自立して生活できる社会を実現していく大きな要素のつが医療ならびに介護です。医療・介護という分野が単独で夢のある社会の実現を目指すことは困難であるので、地域住民の参加はもちろんのこと、多様な異なった分野の人々となることが大切だと考えています。それが成熟社会における医・食・住です。

天翁会と河北医療財団とはこれまで共通した価値観の下、事業を推進してきました。信頼と安心の創造は、河北では安心と納得が創る信頼という標語です。愛・智恵・行動は、学び(心で感じ)・考え・行うと同様です。働きがいのある組織は情緒的で優しい医療を、また、病院つてかっこいいです。怒(おもいやり)としての「あいセーフティネット」を今後もさらに発展させ、あたたかくやさしく人にも地球にも



平成28年12月1日の合併式典の様子。多摩市長などからもメッセージを頂戴しました。

関わっていききたいと考えています。『Trained Common Sense (洗練された常識)』を持ち、受容と傾聴と共感を主体として、疾病管理から、健康を支援し、生活に寄り添い、地域づくりに積極的に参加していく所存であります。今後も歴史的背景と社会的側面を踏まえ、実態をつくり、それを表現するstorytellerであり続けたいと思います。

人間は考える葦である パスカル
磨けば輝く 打てば響く
雰囲気薫る 味わいのある心が温かい 品格・感性
知恵・見識・自然

矢 療法人財団 天翁会は、平成28年12月1日をもって、社会医療法人 河北医療財団(所在地 東京都杉並区阿佐谷北1丁目7番3号)と合併いたしました。今後、天翁会のサービスは、「社会医療法人 河北医療財団 多摩事業部」として継続し、より一層、地域の皆様に貢献できる「あいセーフティネット」を目指し、職員一同取り組んでまいります。

怒(おもいやり)と信頼

社会医療法人 河北医療財団
理事長 河北 博文

夢のない社会に子供は生まれない
木村尚三郎
阿佐ヶ谷出身でありわが国での西洋文化史研究第一人者であった木村尚三郎先生から言われた言葉である。

医療法人財団 天翁会と社会医療法人 河北医療財団は平成28年12月1日に合併しました。わが国の近未来社会の超高齢化を視野に入れた合併です。誕生する子供が少なくなり、高齢者が増加する成熟社会に移行するからこそ、社会に夢を届けなければならないと考

えています。世の中に怒(おもいやり)と信頼が満ちていることは時を超え、いずれの地域・国においても夢を持てる社会であるといえます。

武見太郎は、未来からの投影を唱え、現在の延長線上で物事を考えるのではなく、自らこうありたいと思う未来の姿を描き、それに向かって現在なにをすべきかという思考の方向を示しました。私が中学生であった時、広瀬先生という英語の教授から、classmateという言葉の意味を尋ねられたことがありました。「古典です」と答えると、「なぜ古典であるのか考えてみなさい」と言われました。実際に英語の辞書でclassmateという言葉の解説を読みると、第一級

「あいセーフティネット」として

社会医療法人 河北医療財団
多摩事業部 事業部長 明石のぞみ

河北医療財団多摩事業部として、あらたなスタートが始まります。河北医療財団の理念である「社会文化を背景とし地球環境と調和したよりよい医療への挑戦」は、多摩ニュータウンでの高齢化社会を背景とし活動してきた「あいセーフティネット」と共通します。さらに、未来に向け疾病・介護予防だけでなく私たちの活動そのものが、将来のため次世代のために、医療人として健康にもつながる地球環境に取り組もうというこ

とです。
これまで培ってきた急性期医療・慢性期医療介護の経験、専門的な技術や手法を共有し、多摩事業部において、最適なサービスの提供に努めてまいります。今後も成長を続け、地域医療を牽引し、社会貢献のできる「あいセーフティネット」であり続けたいと思います。
皆様のご理解ご支援を賜りますようお願い申し上げます。

河北医療財団と天翁会

医療法人財団 天翁会 開設者
社会医療法人 河北医療財団
理事長相談役 天本 宏

天翁会は今まで36年にわたり、多摩ニュータウンにおいて在宅医療・在宅ケアを推進し、地域を病棟として捉える「あいセーフティネット」の具現化を図ってきました。河北氏は杉並区において河北総合病院を中心とした「杉並地域医療システム」を提案・実践しており、互いに目指す医療への姿勢の一致もあり、長年にわたり様々な議論を重ねてきた仲間でもあります。河北氏には天翁会設立当初から理事に就任していただき、私もまた、河北医療財団の理事を務めさせていただき、問柄でした。

皆様のご支援の下、天本病院から始まった「あいセーフティネット」の事業所もこの36年で16カ所になり、職員も700名を超えるまでになりました。今後、更なるチェンジと発展のためには「組織力強化」が大きなテーマとなり、この度、志を同じくする河北医療財団と統合合併するに至りました。

今回のテーマ 「狭心症・心筋梗塞」

痛み、息苦しさや冷や汗などを伴うような場合は狭心症や心筋梗塞の可能性があります。また、肋間神経痛、帯状疱疹、逆流性食道炎、気胸などでも同様な痛みを感じることがあります。

一方、「ご高齢の方の場合は、まったく痛みを感じないこともあるので注意が必要です。胃の痛み、

痛みの種類と見分け方

心臓は左胸にあると思いがちですが、中心から左側にかけて存在します。胸の中心が激しく



冠状動脈
コレステロールが血管にたまり動脈硬化に



死してしまった状態が心筋梗塞です。

動脈硬化で細くなり、血流が不足すると狭心症を発症します。冠状動脈が閉塞し、心筋が壊

「急に胸が苦しくなって」とは限らない？

狭心症とは？ 心筋梗塞とは？

狭心症・心筋梗塞は虚血性心疾患と呼ばれ、日本人の三大死因の一つです。

心臓は、冠状動脈からの血流で心筋に酸素や栄養を供給しています。この大事な冠状動脈が動脈硬化で細くなり、血流が不足すると狭心症を発症します。冠状動脈が閉塞し、心筋が壊死してしまった状態が心筋梗塞です。

肩の痛み、歯の痛みとして感じることもあります。胃内視鏡検査の準備で心電図をとり、心筋梗塞が診断されることもあります。

なりやすい人は？

危険因子として、高血圧・脂質異常症・糖尿病・慢性腎臓病・肥満・喫煙・ストレスなどが挙げられます。生活習慣病が進行した最終段階の二つが心筋梗塞です。日々の暮らしを見直し、生活習慣病を予防することが重要です。

× 肥満・ストレス
運動不足・喫煙

○ バランスの良い
食事と運動



冬のお風呂は要注意！

急激な温度変化は、血圧の変動や血管の収縮を誘発し、心筋梗塞や脳卒中発症の原因にもなります。脱衣所を暖かくしたり、熱すぎる湯を避けることも大切です。また、夏は脱水が原因になることもあります。冬だけでなく、一年中注意してください。



学生時代は、ボート部(漕艇部)でした



あい介護老人保健施設 施設長 佐藤 清貴 医師 (さとう・きよたか) 内科医・循環器専門医 産業医・人間ドッグ専門医

「私自身の健康のモットーは、『医食同源』『腹八分目に医者要らず』『諦めは心の養生』です。偏りなく食べ、睡眠を十分にとり、くよくよせず、自然体で過ごし、ストレスをためないようにしています」

Interview



「最期まで、『かりん』でご夫婦の時間を大切に」
三浦 未来 あい小規模多機能施設かりん 主任/介護福祉士

「ご高齢になると、歯の状態や嚥下機能の低下により、ご家庭でのお食事が難しくなるケースは多いですね。禮子様は今はペースト食を召し上がっていますが、そろそろスプーンが難しくなられてきました。担当の訪問診療の先生や『かりん』の看護師とも相談し、今の状態で負担にならないお食事を用意しています。ご主人のご希望通り、少しでもお二人で一緒の時間を過ごすお手伝いができたらと思っています」

毎日、14時から始まる歌の時間に一緒に参加しています。楽しいからね



今野 芳郎 (いまの・よしお) 様 92歳
禮子 (れいこ) 様 86歳

多摩市在住。
禮子様は、『あい小規模多機能施設かりん』、『あいクリニック(訪問診療)』をご利用中。要介護認定5。

わたしらしく
生きる

—在宅医療の現場を訪ねて—

「やっぱり、一日でも長生きしてほしいから」

定年退職後、都心から多摩市聖ヶ丘の団地にお住まいを移され、第二の人生を楽しまれていた今野様ご夫妻。奥様の禮子様は、2年程前から『あい小規模多機能施設かりん』をご利用になられています。

芳郎様「それまで二人とも元気で、歯医者以外は病院に行くこともありませんでした。女房はずっと専業主婦で、家の事はなんでもできたから介護のサービスも自分たちには関係ないと思っていたんです。ヘルパーさんも考えたことはなかったし、関心もなかった。しかしさすがにこの歳になると、エレベーターのない団地は外出が大変になってきてね。女房もだんだん硬いものを食べるのが難しくなり、食事の面でも困り始めました。そんな時、離れて暮らす長男がインターネットで『かりん』を見つけてくれたんです」

最初は介護保険のこともよく知らず、あまり利用するつもりはなかったというご主人ですが、すぐに小規模多機能施設の便利さを実感されたそうです。

芳郎様「職員さんが5階まで送り迎えてくれるからすごく助かってね。週3回、

通うようになりました。その後、女房の心臓に影が見つかり大動脈弁狭窄症と診断され、年齢的に手術は難しいと言われて。今は家にいると心配だから、『かりん』に泊まらせてもらい、毎日顔を見に来ているんです。家から数分の場所にあるから、何かあってもすぐ飛んでこられるし、親切な職員さんがいっぱいいるから、本当に感謝感激。女房の調子が良い時は、職員さんが家に連れて帰ってくれて、昼間の数時間だけでも一緒に過ごしたりしています」

小規模多機能施設は、「通い」「泊まり」「訪問」の3つを柔軟に組み合わせることができる地域密着型のサービスです。介護職だけでなく、看護師もいるため、病気をもちの方にも寄り添ったケアを提供しています。

芳郎様「もう先が限られているけれどね、やっぱり女房には一日でも長生きしてほしいと思うんですよ。62年連れ添ってきたからね。ぼつくり逝けたらいいけれど、そうとも限らないでしょ。私もそのうちお世話になるのかな(笑)」



あいセーフティネット ニュース

10/15 土



10周年を迎えた『あいクリニック』のデイケアで開催された「オリブ祭り」

11/2 水



「あい老健デイケアフェスタ」では、利用者様が地域のペーグル屋さんや学生と一緒にカフェをオープン！60食が完売

地域に開かれたデイケアへ
『あい介護老人保健施設』と『あいクリニック』のデイケア（通所リハビリテーション）では、ご家族や地域の方との交流を深めるため、定期的にイベントなども開催しています。施設内の見学もできますので、ぜひお気軽にお問い合わせください。

聖蹟桜ヶ丘駅前に新しい事業所がオープン
平成29年2月1日（水）に、「あいセーフティネット」の新しい事業所が3カ所オープンします。『あいフィットネスサロンさくら』（デイサービス）、『あい小規模多機能施設おきな』（『あい訪問看護ステーションせいせきサテライト』。京王電鉄株式会社が開設するサービス付き高齢者向け住宅『スマイラス聖蹟桜ヶ丘』の1階です。詳細は次号にてご紹介いたします。お楽しみに。



11/17 木



オープニングには多摩市長をはじめ300名を超す関係者が集まり、盛大に開催されました

自衛消防操法大会に出場
多摩事業部では自主防災体制の充実を図るため、消防署が開催する「自衛消防操法大会」に毎年参加しています。今年も『天本病院』『あい介護老人保健施設』『あいわ在宅複合施設』『ゆいまわ聖ヶ丘』の4チームが参加し、消火技術を競い合いました。



高齢化が顕著な永山団地の一角にオープン

10/19 水



「天本病院」が4位と健闘しました！

高齢者を地域で見守る「永山モデル」スタート
当法人が多摩市より委託され運営する『多摩市中部地域包括支援センター』が、永山団地商店街の一角に移転しました。また同時に『多摩市中部高齢者見守り相談窓口』も新規開設。自治会やUR、ヤマト運輸とも連携し、『多摩市版地域包括ケアシステム』の構築に向けて、より地域に密着した「永山モデル」と呼ばれる新しい取り組みが始まりました。

第四回

幸せのための医療を求めて

社会医療法人 河北医療財団
多摩事業部 事業部長
明石のぞみ

私たちは長年、「あいセーフティネット」として、高齢者が住み慣れた地域で安心して暮らせることを実現するために、医療・介護サービスの質の向上に努めてきました。目指すところは限界がなく、これで満足とはなりません。地域包括ケアシステムの概念図である植木鉢の図では、私たちの事業は葉の部分にあたります。葉は医療・介護などの制度上のプロ集団のサービスですが、鉢（すまい・すまい方）のなかの土（介護予防・生活支援）に植えられています。この鉢と土は住民の自助・互助のこと。私たちの「あいセーフティネット」が大きく育つ条件は、苗の質だけでなくしっかりとした鉢と土が不可欠です。つまり、地域包括ケアシステムで大事なことは地域力なのです。今までの法人内外の多職種連携に加え、これからは地域の住民と積極的に連携を取り、「サービスの質の向上」から「地域の質の向上」に貢献しなければなりません。私たちは地域での役割を明確にし、私たちの知識や技術を還元する方法を自ら見出し、地域に発信していく時代になったのです。

「できることを大切にしたい認知症ケアを」

家族が認知症になったら、どんなことに気をつけて接すればよいのでしょうか？
認知症ケアを専門とする「あいセーフティネット」の職員からのメッセージをお届けします。



田中 「認知症の介護が始まると、元気があった頃と比べて、できなくなってしまうことは目についてしまうかもしれません。これもできない、あれもできないと心配するあまり、つい何でも手伝わってしまうことも。でもそれは、もしかするとご本人に残っている能力も取り上げているかもしれません」

河原 「認知症は確かに、徐々に進行していく病気ではありますが、一度の失敗で『もうできない』と決めつけられないですね。例えばお料理。硬い野菜が切れなくなっても、軟らかいものだったら切れるかもしれないし、切る手が難しくなっても、炒めることならできるといったこともあります」

田中 「そうですね。声のかけ方もそう。例えば『手洗いをしてからうがいをしましょうか』と言って伝わらなくても、『手を洗って』、それが終わってから『うがいで』と、段階別に分けて話すと伝わりやすくなります。『歯磨き』が分からなくなっても、こちらが歯ブラシを持ってやってみせると、ご自分でもできたり。シンプルに伝える、動作を交えてみる、などのちょっとした工夫があればできることは増えます」

河原 「私だって、あれしろ、これしろといつべんに言われたら、パニックになっちゃう（笑）。同じですよ」

田中 「できることはそのまま生かして、できないことを手助けするというスタンスが重要だと思います。その見極めには、認知症を正しく理解することが大



「認知症」について
学んでみませんか？

1月～3月の毎月第一金曜日に「認知症はじめて教室」を開催中！医師や看護師などが講師となり、初めに知っていただきたい基礎知識をお話します。お気軽にご参加ください。（予約不要・無料）
【場所】多摩市中部地域包括支援センター 多摩市中部高齢者見守り相談窓口内
【お問合せ】042-310-0376 天本病院地域認知症支援センター

切。知識は力になるので、知らないのもったいない。最寄りの地域包括支援センターなど、相談できる場をどんどん活用していただきたいですね。最近では認知症カフェも増えていますし、家族の会などもあるので、ぜひ気軽に利用してみてください」



認知症看護認定看護師 田中 香
天本病院 地域認知症支援センター



ケアマネジャー 介護福祉士 河原なつみ
あいグループホーム天の川 赤一長

認知症介護に携わり13年。大変なこともありますが、「いいところ」「できたこと」「よかったこと」を見ていくケアを心がけ、利用者様との関係性を大切にしています

『あいセーフティネット』とは

「ご高齢の方が住み慣れた地域で安心して暮らせることを実現する」ための、多摩ニュータウンを中心とした医療・介護・福祉の地域ネットワーク体制です。



天本病院

多摩市中沢2-5-1
☎ 042-310-0333

あい介護老人保健施設

多摩市中沢1-17-38
☎ 042-374-7111

あいクリニック中沢

多摩市中沢2-5-3 ゆいま～る中沢 A棟1F
☎ 042-311-2820

あい訪問看護ステーション中沢サテライト

多摩市中沢2-5-3 ゆいま～る中沢 A棟1F
☎ 042-371-6888

あい小規模多機能施設ほたる

多摩市中沢2-5-3 ゆいま～る中沢 B棟3F
☎ 042-357-1870

あいグループホーム天の川

多摩市中沢2-5-3 ゆいま～る中沢 B棟2F
☎ 042-311-0176

あいクリニック平尾

稲城市平尾1-43-15-1F
☎ 042-350-5062

あいケアプランセンターいなぎ

稲城市平尾1-43-15-1F
☎ 042-375-9598

あい訪問看護ステーション平尾

稲城市平尾1-43-15-1F
☎ 042-350-8615

あいクリニック

多摩市貝取1431-3
☎ 042-375-9581

ケアプランセンターあいクリニック

多摩市貝取1431-3
☎ 042-375-9598

あい訪問看護ステーション

多摩市貝取1431-3
☎ 042-371-6888

多摩市中部地域包括支援センター

多摩市永山4-2-5-105 (多摩市委託事業)
☎ 042-375-0017

多摩市中部高齢者見守り相談窓口

多摩市永山4-2-5-105 (多摩市委託事業)
☎ 042-357-8877

桜ヶ丘いきいき元気センター

多摩市桜ヶ丘2-1-1 (多摩市委託事業)
☎ 042-311-7300

2017年2月オープン!

あいフィットネスサロンさくら

多摩市関戸1-2-11 スマイラス聖蹟桜ヶ丘1F

あい小規模多機能施設おきな

多摩市関戸1-2-11 スマイラス聖蹟桜ヶ丘1F

あい訪問看護ステーションせいせきサテライト

多摩市関戸1-2-11 スマイラス聖蹟桜ヶ丘1F

多摩市聖ヶ丘エリア

あい小規模多機能施設かりん

多摩市聖ヶ丘2-20-6 ゆいま～る聖ヶ丘 B棟1F
☎ 042-357-4101

あいグループホームどんぐり

多摩市聖ヶ丘2-21-2 ゆいま～る聖ヶ丘 C棟1F
☎ 042-357-3801

あっぱれ 2017年新春号

発行日：2016年12月26日

発行：社会医療法人 河北医療財団 多摩事業部

〒206-0012 東京都多摩市貝取1431-3あい在宅複合施設3階

TEL 042-310-0323 FAX 042-310-0324

発行者：社会医療法人 河北医療財団 多摩事業部

事業部長 明石 のぞみ

あいセーフティネット

検索

<http://kawakita-tama-ai.jp>