

発行：東京民主医療機関連合会
北中ブロック城北地域診療圏協議会
編集：医療と健康のひろば編集委員会
〒174 8502 東京都板橋区小豆沢1 6 8
健康文化会内
電話03 5994 0271
ファックス同上(自動切替)

2005年5月 第73号

弱いものいじめの都政、
国政を変えられる都議
選にしていこう。

医療と健康の ひろば

介護保険制度

安心して受けられるように

耐えられません

これ以上の負担増

「介護保険制度の見直し」が国会で審議されています。見直しの中味は私たちの切実な思いとはかけ離れ、さらに負担を強いることなのです。具体的には

①要支援や要介護一の軽度の人たちを介護保険からはずしてヘルパーの利用を制限し「新予防給付」を創り、筋力トレーニングなどをさせるものです。軽度の人々のヘルパーの家事代行は、生活機能を低下させ、自立を妨げるとしています。要支援と要介護一の利用者は、全体の約五十パーセントを占め、改善が

「新予防給付」を創り、筋力トレーニングなどをさせるものです。軽度の人々のヘルパーの家事代行は、生活機能を低下させ、自立を妨げるとしています。要支援と要介護一の利用者は、全体の約五十パーセントを占め、改善が



元気にえがおで 志村さつき苑の通所リハビリテーションで
(直接記事とは関係ありません)

高島平ヘルパーサービスのおの小笠原みつ代さんはヘルパー(訪問介護)の仕事にかかわり七年になります。今年で七十人ほどの方の援助をさせていただいて来ました。昨年ですが、八十五歳の方で初め腕も拳からず、体のふらつきのある方でした。週一回、一時間は生活援助、一



改善でなく改善を
小笠原さん

時間は身体介護で入りました。その方は、四ヶ月で洗濯物を干すことや窓ガラスを拭く事、最後には杖を置き忘れる位すっかりと歩けるまでに回復

私たちヘルパーを 切り捨てないで

国は、家事援助が機能の低下を招くと言っていますが、とんでもありません。利用者さんは自分のできる事はやっています。私たちの仕事は、利用者さんと心を通わせてこそできるんです。初対面の方には、出身地や趣味などを聞いて



「ヘルパーさんがいて助かっている」と君島さん

君島はまささん(92歳)は板橋区の都営団地に一人です。だいたい週に一回訪問介護(ヘルパー)を利用して

できることは自分で やっていますよ

ですが、「掃除や買物などをやっています。自分でできることはやっています。食事は自分で作っています。前からヘルパーさんに来てもらっているけれど、助かっていますよ。」

厚生労働省の狙っている「新介護予防給付制度の話」に「キンリヨクトレーニング」が選り抜かれた。これにより、筋力を強くするためにいきなり運動をやらせると言われてもねえ。機械に向かっていることで効果があがるなんて思えないけれど、この年齢になると足腰は衰えるばかりよ。

多くの高齢の方たちは、厚生労働省の言うように訪問介護に依存しているわけでは決してありません。君島さんのように、できることは自分でやろうと必死に努力している人ばかりです。社会のために働いて生き抜いてきた人たちが安心して暮らせるようにするのが、政治の仕事ではないでしょうか。

第4回

あずさわ健康まつり

(小雨決行)

心も体もまるごと健康づくり

5月22日(日)午前10時から午後2時30分
会場 小豆沢病院駐車場・外来待合室

主な企画

ステージ

- ・講演と体操 「心と体がよるこぶ体操で介護予防」
講師 野口栄子さん(ナチュラル体操 主宰)
10時50分～
- ・「家族と健康の絵」表彰式
- ・寸劇「水戸黄門」出演は小豆沢病院劇団
午後1時～
- ・大福引大会 午後2時～

子供向け企画

- ・「子ども健康探偵団」スタンプラリー
 - ・ちびっこ看護師記念撮影
 - ・ミニ大工コーナー、モザイクタイルづくり
- 健康づくりの企画やバザー、模擬店もたくさんあるよ!

主催 あずさわ健康まつり実行委員会
電話03(3966)8411小豆沢病院



三年前に作られ 地道に活動

一般社会において、肥満が問題化している先進国でさえ、病

院に入院している患者さんの三十分〜五十パーセントは何らかの栄養不足に陥っているといわれています。日本も例外ではなく、何らかの対策を必要としてお

NSTとは

こんには 内科の大坂です。小豆沢病院に赴任し、はや一年が過ぎました。今回はNST (Nutrition Support Team: 栄養サポートチーム) という耳慣れない組織の紹介をさせていただきます。



小豆沢病院 内科医師

大坂 祥一

医療のはなし ②

NST(栄養サポートチーム)の活動と有効性について

りました。しかし、栄養療法の有効性が報告されるようになったのは、ごく最近のことであり大きな病院でもようやく導入が進められているような現状です。

小豆沢病院では、二年前より職種の壁を越えてNSTが組織され、地道な活動を続けてきました。月に一回、カンファレンスおよび回診を行っています。

NST(栄養サポートチーム)の活動と有効性について

各セクションより数名のスタッフが参加し、勉強会や検討会をおこないます。各病棟から低栄養としてピックアップされた患者様を対象にして、基準に基づいた形でディスカッションをおこないます。具体的には栄養の評価、現在の治療、今後の方針など話し合います。入院患者さんを見直し、実際に目で見て測定を行い、必要な治療などを話し合います。まだ完全にシステム化されているわけではないので、今後どんな運営が良いのかなど課題はいっぱいあります。

入院期間 短縮を目標に

栄養不足になると、傷などの回復が遅く、感染症や合併症を併発し、亡くなる可能性が高くなったり、筋肉が減少し、日常動作が不自由になったりすることがあげられます。これらが入院期間を延長させ、その結果として医療費の増大をまねきます。

我がNSTは、その栄養不足の改善はもとより、予防することも目標とし活動しています。入院期間が短縮され、患者さんにとってよい結果がもたらされるよう一層努力していきたいと思っ

新入職員紹介

小豆沢病院

医師 吉川 健



「自分の専門以外の分野のことはわからない」という医師にならないように幅広い分野に興味を持って勉強していきたいと思っています。

医師 阿藤知香子



旧姓は平山です。目指すは地域の人気者！地域の人たちの声に耳を傾け、健康に暮らせる地域づくりの役に立てればと思っています。

看護師 大野 真弓



いつも患者様を中心に考えて行動できる看護師になりたいと思います。

看護師 斉藤由貴美



私は、小豆沢病院の職員のやさしさに魅かれ、入職を決めました。私自身もやさしい看護師になりたいと思っています。

作業療法士 松崎 敦子



患者様の今後は他職種の方と共に考えられるよう、縦や横のつながりを大切にしていきたいです。

作業療法士 阿部 久恵



健康文化会の一員として、患者さんや職員の皆さんに信頼される作業療法士を目指します。

臨床工学士 館岡 芳昭



いつも元気に笑顔で頼られる臨床工学士を目指してがんばります。

臨床工学士 山田久美子



四月から透析室で働いています。仕事を早く覚えて、精一杯がんばっていきたくです。

志村さつき苑



利用者の立場に立つた支援をしていけるようなソーシャルワーカーになりたいと思っています。

介護福祉士 小島 尋



私は、常に利用者さんに気配り、目配りができ、信頼を得られる介護福祉士になりたいです。

介護福祉士 河村 亮



利用者さま第一の介護を行い、常に笑顔で接する介護福祉士を目指しています。

小豆沢歯科



自分が、病院にかかった時感じたことを忘れず、患者さんの立場に考えられる歯科医師になりたいです。まず目標は、いつも笑顔です。

練馬第一診療所



社会人として医療チームの一員としてがんばっていき、いつでも笑顔をやさしい看護師になりたいです。

坂下診療所



小学生の女の子を持つ新卒看護師です。社会人経験を生かしてコミュニケーション能力の高い看護師を目指します。

高島平診療所



社会保障制度について学びながら、地域医療に取り組んでいきたいと思っています。

事務 田畑 弥生

福祉用具 第14回

浴槽の取り替え

前号「高齢者自立支援住宅改修給付（設備改善給付）」について掲載しました。今号では、その項目の中で、もっとも多く利用されている「浴槽の取り替え」の一例を紹介します。

浴槽の跨ぎの高さが六十五センチほどあり、また浴槽の横幅が八十センチで横に風呂釜があるために、高齢になって足が上がりづらい、ひざが曲がりにくいなどの状態になると、入浴が困難になります（写真上）。写真下のような浴槽に交換すると、跨ぎの高さ

が五十五センチと十五センチ低くなり、釜が壁に入ったり、外に出したりすることになり、項目と併せて行うと、自己負担が少なくなり、浴槽の横幅が百二十センチと広くなり、浴槽の跨ぎを低く、広くすることで入浴や入浴介助が楽になります。

都営住宅でも、制度を使って工事をすることが可能で、ただし、浴室の広さや給排気の関係で設置できないところもあります。

板橋区の場合、助成金額が九

万円と少ないので、介護保険の段差の解消の項目と併せて行うと、ないものがあります。「すのこ」は福祉購入（上限十万円）の対象となります。「すのこ」の設置により、浴槽の跨ぎだけでなく、入り口の段差を解消することが出来ます。

最近では、「すのこ」の良いものが増え、滑りにくい、軽い、腐らないうものがあります。お気軽に相談ください。

あずさわ福祉本舗 山下 千佳
（福祉住環境コーディネーター・福祉用具専門相談員）



取り替え前



取り替え後

薬局

だより

志村薬局 薬剤師 小野 恵美

目薬をさした後、口の中が苦くなった経験はありませんか。これは薬液が目の表面やまぶたを潤して目頭に集まり、鼻やのどに流れ、口の中がにがくなるのです。点眼した後にまぶたをさすことによ

り、それがポンプの作用をして点眼液は、二秒後には大部分、目から消失してしまいます。緑内障治療薬のように作用の強い点眼液を使用している場合の点眼は、一般にハードレンズでは問題が少ないのですが、コンタクトレンズの副作用を防ぐことが出来ます。コンタクトレンズを使用している場合の点眼は、病変のある目に刺激を与えないために替えることが望ましいのですが、コンタクトレンズの使用はできず、点眼治療を行っている間は、病変のある目に刺激を与えないために替えることが望ましいのですが、コンタクトレンズの使用はできず、点眼治療を行っている間は、病変のある目に刺激を与えないために替えることが望ましいのですが、コンタクト

目薬の使い方（後編）

お使いの方は、点眼後、おはきを履き、ソフトレンズでは、薬物や保存剤がコンタクトレンズに吸着してしまい、角膜の障害を起こすことがあります。正しい治療は医師の指示に従いましょう。



図2●点眼補助具「らくらく点眼」



図3●小児への点眼方法



三味線と唄を楽しんで

4/9 光が丘公園のお花見

赤塚新町 青木はな子

下赤塚診療所・赤塚訪問看護ステーション 在宅患者さん

あまり時代劇を好ま 桜並木に入った途端に、頭をかすめたのが「遠くを、光が丘公園の山金さん」。見ごろ

をすつかり 通り越し降 吹雪。訪問 看護ステーションの皆 様、そして 診療所の方 々のお世話 でS席と思 われる木の 下に敷物を 用意して、 コーラス隊 の美しい歌

我が家がこちらへ引 越して二十三年、庭 続きの様な場所です。 日ごろ、小さなリ ビングで看護師さん、 ヘルパーさんとの短い 対話以外淋しく過こし ているわたしにとっ て、皆様から大きな元 気を頂きました。皆様 お互い体調に気をつ かけ、また元氣にお目 にかかれる日を楽しみに しています。参加者は 在宅療養中の方十名、 全体で三十名以上でし た。

志村さつき苑を見学 して

坂下診療所健康友の会 会長 木戸 正子



志村さつき苑 通所リハビリテーションの様子

第一回目は、三月三日で八名で見学させていただきました。感想は、行ってとてもよかったです。みなさん口をそろえて喜んでおりました。二回目は、三月二

生懸命にがんばって二階に上がると、お習字や絵手紙など、たくさん貼ってあり、上手に書いてありました。ふとみると、坂下の患者さんも三人そろって爪楊枝入れをニコニコしながら作っていました。

した。現在入所している方は九十名だそうです。職員の皆さんの仕事は大変だと思いが、私たちがいずれお世話になる時が来ると思うと、一人でも困った人がおりましたら、さつき苑に紹介するようがんばります。

ひろばクイズ

ひろば71号の解答は、「国際婦人デー」でした。次の方々に図書券をお送りします。板橋区 有馬孝子さん 板橋区 小山久男さん 北区 大嶋富貴子さん

診療体制表(2005年5月)

小豆沢病院

救急指定病院 受付時間 午前8:30~12:00(診療開始9:00) 午後1:00~4:00(診療開始1:30) 夜間4:30~7:00(診療開始5:00)

受付時間

休診、変更の場合があります。電話又は受付でご確認下さい。

板橋区小豆沢 1 6 8

Table with columns for Department (診療科目), Day (月, 火, 水, 木, 金, 土), and Doctor Name. Includes sections for Internal Medicine (内科), Pediatrics (小児科), Surgery (外科), etc.

練馬第一診療所

練馬区平和台 4 20 16 03 3933 8957

受付時間 午前8:30~12:30 午後2:30~5:00 夜間5:00~7:00

診療科目 内科 小児科 訪問診療

Table for Rikkyo Daiichi Clinic showing doctor schedules by day and time slot.

練馬第二診療所

練馬区練馬 1 6 16 03 3991 4670

受付時間 午前8:45~11:45 午後2:00~4:45 夜間5:00~6:45

診療科目 内科 整形外科 訪問診療

Table for Rikkyo Daijisho showing doctor schedules by day and time slot.

ユニオン企画

03 3558 1079(本部)

Table for Union Kenpaku listing various pharmacies and their operating hours.

小豆沢病院 本蓮沼診療所(訪問診療)

板橋区小豆沢 1 7 7 03 3960 4837

Table for Honrenuma Clinic showing doctor schedules by day and time slot.

小豆沢病院訪問看護ステーション

List of home nursing stations with addresses and phone numbers.

患者さんと家族のみなさんへ

Health culture festival information regarding gifts and support for patients and families.

坂下診療所

板橋区坂下 1 12 20 03 - 3966 - 3349

受付時間 午前9:00~12:00 午後2:30~5:00 夜間5:00~7:00

Table for Sakata Clinic showing doctor schedules by day and time slot.

下赤塚診療所

板橋区赤塚 2 10 16(パツビル)4F 03 - 3979 - 6361

受付時間 午前8:45~12:00 午後1:45~5:00 夜間4:45~7:00

Table for Shimokojima Clinic showing doctor schedules by day and time slot.

高島平診療所

板橋区高島平 8 1 1 03 - 3932 - 3394 FAX3932 - 3399

受付時間 午前8:45~12:00 午後1:45~4:30 夜間4:45~7:30

Table for Takahashiheira Clinic showing doctor schedules by day and time slot.

桐ヶ丘団地診療所

北区赤羽台 3 17 03 - 3907 - 2029

受付時間 午前9:00~12:00 午後2:00~4:30 夜間6:00~7:30

Table for Kirikage Clinic showing doctor schedules by day and time slot.

小豆沢歯科

板橋区小豆沢 1 9 14 03 - 3968 - 4320

受付時間 午前9:00~12:00 午後1:30~4:00 夜間4:30~7:00

Table for Mamezaki Dental showing doctor schedules by day and time slot.

歯科の訪問診療を行っています。水曜午後は第2・4のみです。都合により医師体制が変わる場合があります。

ひるばひる クイズ section with a crossword puzzle grid and clues.