



社会医療法人 栄光会

医療介護施設

かめやま

広 報 誌
(介 護 版)

EIKOH HOSPITAL

栄光病院

Vol. 02

2012 December

手と目と



「クリスマス」
リハビリの一環として
老健グロリアの
利用者さま数名で
作成されました

■Contents■

- 特集～かめやま本館・施設特集～
- 部署紹介
- ご存じですか？介護保険のお話し
- お家でできる簡単エクササイズ
- 売店メール便り
- 一度やってみたかった
- 亀山クリニックドクター紹介
- お問い合わせ先一覧
- 編集後記

「手と目と」

この言葉には、
「手」と「目」で「見る」
（手＋目＝看）という
私たちの思いが込められています



本館 3F

介護付有料老人ホーム

かめやま

終の棲家として…

当施設は入居定員は 35 名で、居室はすべて個室です。
 スタッフは看・介護職員、ケアマネージャー、生活相談員とその他
 リハビリスタッフなど様々で、各職種が協力して、入居者さま 一人ひとりの
 個性に合った生活をサポートさせていただいております。
 また医療面においても、医学的な管理が必要な方など、主治医を
 中心に、栄光病院、訪問看護等と施設看護職員が連携を取りながら、
 異常の早期発見、対応に努めており、安心して生活いただけます。



▲レクリエーション室



▲デイルーム



▲浴室



11/11(日) 家族会を開催しました



恒例の家族会。
 今年から入居者さま・ご家族さまと一緒に、
 手作りデザートを楽しむイベントを
 試みております。

前回はパンケーキ、
 今回はチョコレートフォンデュを
 みなさんで作りました。
 来設されたご家族さまが率先して調理をされ、
 ご家族さま同士の会話も弾み、
 和やかなお茶会となりました。
 チョコレートフォンデュは、
 みなさん初めて賞味される方が多く、
 とても美味しいと好評でした。



▲チョコレートフォンデュ



料金の説明等 詳しくは

電話 092-935-2146
 (担当：生活相談員 石橋)

介護老人保健施設

グロリア

本館 2F

『施設概要』

1. 定員／入所 30 名（ショートステイ含む）
2. 居室／ 30 室 全室ユニット型個室
3つのユニットごとに食堂・デイルームを完備
3. ご入居いただける方／
 - ①介護保険「要介護」1～5 の認定をお持ちの方
 - ②病状が安定し、入院治療の必要のない方
 - ③在宅へ戻るためリハビリ等による訓練が必要な方



テーマ『秋』



回想法
(リハビリの一環)です



毎日レクリエーションを
行っています



リハビリを
頑張っておられます



表紙写真のちぎり絵を
作成しています



島原の山中で
GET !



センスはいかがでしょう？



ミーティング風景です

介護老人保健施設グロリアについて
お問い合わせは下記までどうぞ

電話 092-935-2129
(担当：吉岡)

栄光会 訪問看護ステーション

訪問看護ステーションは、看護師9名、理学療法士1名、作業療法士2名、事務1名のスタッフがいます。訪問範囲は概ね30分内で移動できる地域で、現在は主に、糟屋郡内、福岡市（博多区、東区）、太宰府市、春日市、大野城市をまわっています。脳血管疾患、がん、難病などの方々の健康管理や体調不良時の対応、リハビリ、介護指導などを行ない、安心して在宅療養を送れるようお手伝いしています。今日は、訪問看護で心に残るエピソードをご紹介します。

血圧や体温測定、症状観察などのために毎週訪問する施設で生活されている90代の女性の療養者さまがいます。その日は体調が安定していたので、車椅子での散歩にお誘いしました。歌を口ずさみ、秋風を感じながら散歩をし

療養者さまの格言

「悪いことは聞き流し、良いことだけ聞いときなさい。」
「世の中100%自分の思い通りにはいかないもの。」

クヨクヨしないで頑張るなさい。」



ていました。その途中、突然、「クヨクヨしてたらいかんよ。クヨクヨしてたら早死にするやけん。クヨクヨしてもしょうがないよ、損やけんね。あはははは。」とその療養者さんが語ったのです。ちょうどその療養者さまの訪問の前に、業務で上手くいかない事があり、精神的に少し落ち込んでいたので、このタイミングでの言葉に驚き、二人で大笑いしました。

在宅療養者の方のお世話をしているよう、時々こうやって励まされている今日この頃です。

給食室

私たち給食室スタッフは
利用者さまが体調をくずすことのないように
食事面からサポートしております

「飲み込むことがうまくできず、食べられないものが多い」、「義歯が合わず、固い物が食べられない」、「手に障害があり、食事しづらい」、「何らかの疾患を持ち、食事制限がある」等利用者様ひとりひとりの食事についてのさまざまな悩みに可能な限り対応するように、心がけております。また、日々の食事の合い間に、いろいろなバイキングや実演会をおこなって、利用者様にもご好評いただいております。



そば打ち
実演会



おやつ
バイキング



敬老の日
お祝い膳



介護保険の認定を受ければご利用できるサービス

ご存じですか？
介護保険のお話しく
(1)

ヘルパーさんに家事等を
手伝ってほしい

自宅やデイケアで
リハビリを受けたい

デイサービスに行って
楽しく過ごしてほしい

家族が留守の間
一人は心配・・・
お泊まりできれば・・・

安心と活力ある生活を

介護等に関してのご相談は
栄光会ケアプランサービス

TEL 092-937-5021
(窓口 松嶋)



寝たきりであるが
お風呂に入れてあげたい

車イスやベッドなどを
借りたい

看護師さんに
自宅での健康管理を
お願いしたい

手すりを付けたり
段差をなくして
転ばないようにしたい

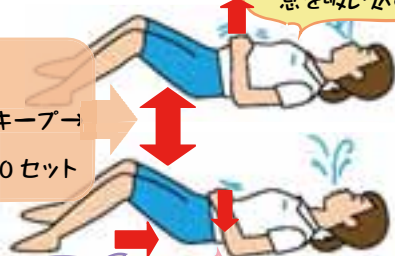
次回のトピック

「介護保険の申請から
認定が決定するまで」



【方法】

- ①→
②・③を10秒キープ→
①に戻る ×10セット



①お腹をふくらませながら
息を吸い込む

③ ②と同時にトイレを我慢
するようにお尻に力を入れる

② 息を吐きながら、お腹を
背中にくっつけるイメージで
お腹を引っ込める

www.loscrignodiossian.com/5-s140/ より引用

方法を図に示します。

この「コーナー」は、「お家でできる簡単エクササイズ」と題しまして、健康につながる運動をリハビリスタッフより紹介させて頂きます。

第1回のテーマは、『フローイング』についてです。現在、簡単に効率性の高いダイエットとして、巷でかなり話題になっていますのでお耳にしている方も多いと思いますが、この運動は、ダイエットだけでなく、腰痛予防や姿勢の矯正にも効果がありますので、今回紹介させて頂く事にしました。

お家でできる！簡単エクササイズ(1)
「フローイング」について

リハスタッフによる

この運動の利点は、意識すれば、日常生活のどの場面でも取り入れる事ができる点です。動きが目立たないので、他のダイエットと違い、いつでも「こっそり実践できる事」もいいですね。まずは、呼吸方法をしっかりと確認する為に、初めは仰向けに寝て、両膝を立てた姿勢で、お腹に手を当てながら行ってみましょう。慣れて来たら、時間を10秒→30秒と増やしていき、姿勢も「寝ている姿勢」→「立った姿勢」→「仕事や日常生活上の色々な場面」と意識する時間も長くしていきます。運動を続けて3日もすると、あまり意識しなくても、常に背筋が伸び、お腹が引っ込むように力が入るのが実感できると思います。ただし、食事直後や腰痛が強い時は、運動効果が低く、痛みの増強につながる可能性があるので控えます。

この運動は、大殿筋と腹横筋という筋肉を働かせます。大殿筋を働かせると腰付近の筋肉にも力が入ります。一方、腹横筋を働かせると、お腹全体の筋肉にも力が入ります。つまり、お腹と背中から同時に力を働かせる事で、姿勢が矯正され、腰痛を予防する事が期待できるのです。また、この運動は腹式呼吸を促す事になり、腹式呼吸で常にお腹と背中周りの筋肉全体を働かせる事で、ダイエット効果も期待できるんですね。

体重増加や慢性的な腰痛にお悩みの方、この「フローイング」を実践してはいかがでしょうか？

介護老人保健施設グロリア
リハビリスタッフ
吉永

行ってきました！

職員旅行



今年は例年より多めの7コースを準備しました。

日帰りコース

- ①ハウスステンボス
- ②アフリカンサファリ+湯布院
- ③唐戸市場+下関水族館

1泊2日コース

- ④熊本城+雲仙+ハウスステンボス
- ⑤サップロビル工場見学+九重夢大吊橋+うみたまこ+湯布院

2泊3日コース

- ⑥石垣島+西表島
- ⑦永平寺+白川郷+上高地+飛騨高山

総勢234名が各地のおいしい料理に舌鼓をうち、リフレッシュしました。来年は何処の料理を食し、やさしいお湯に浸れるのか楽しみです。

(亀友会 川原)



▲西表島



▲白川郷

売店メール便

かめやま売店 発祥！！
「かめやまうどん」

福岡の郷土料理「かめ煮」をのせた
あんのかかつたうどんです★
試行錯誤して出来あがった自信作です！



ぜひ、ご賞味下さい♪

PT 石元の 一度やってみなかつた



皆さん、こんにちはPT石元です。この「コーナ」は私が「1度やってみなかつた」とをやってみて皆さんにお勧めする「コーナ」です。第1回の「牧のうどん、超やわめん」編が不発に終わり、この第2回に連載の存続がかかっています。そんな第2回は「太宰府の梅ヶ枝餅」どころが1番おいしいの？」編です。私は太宰府市民になつてはや12年、「お正月は渋滞で外にでられませんよ」という『太宰府あるある』もさつと伝えるようになってきました。しかし、「梅ヶ枝餅はここが1番おいしい」といったものひとつの太宰府あるあるを言ったことがありません。そこで、今回は太宰府天満宮周辺のお店でどこがおいしいのかはつきりさせたいと思います。



早速、太宰府天満宮に向かい、今回の「コーナ」の成功と連載の継続を祈願しました。そして参道の梅ヶ枝餅を販売しているお店を一軒一軒まわり、22個の梅ヶ枝餅を購入しました。行列は、かきの家さん、きくちさん、寺田屋さんが長くできていました。さて、いよいよ実食です。1個また1個と食べ進みます。5個ぐらゐまでは余裕でしたが、それからは、私の完敗でした。食べても食べても甘いのです。ひたすら甘いので

亀山クリニック ドクター紹介



田川 進一 (たがわしんいち)

【専門】総合診療、リハビリ診療

骨董的ドクターのはずが、今回新ドクターとして紹介されることになりました。旧栄光病院のなつかしい患者さまのお顔を本当に久しぶりで拝見できて幸せです。ともに歩んで参りましょう。



寺井 敏 (てらいさとし)

【専門】脳血管障害、リハビリ診療

地域に根差した包括的なリハビリ診療、および、信頼できる診療体系の構築を行っていきたく考えています。



成富 修 (なりとみおさむ)

【専門】総合診療、消化器内科、総合健診

栄光病院総合診療部長の成富修です。私は「心ある医療」を求めて、平成24年1月1日に栄光病院に入職しました。

医療は本来病人がいて病人の求めがあって生まれたものであり、いつの時代も患者さんとの対話が重要であると考えています。また、患者さんは輝く命を持った唯一無二の人間ですので、個人の尊厳や人類愛を念頭に置き診療しています。縁あって、栄光病院と亀山クリニックで仕事をさせていただくことになり、神様に心から感謝申し上げますとともに、これからも宜しくお願い致します。



下田 聖子 (しもだせいこ)

【専門】総合診療、糖尿病、内分泌

専門は、糖尿病、内分泌(甲状腺、副腎など)です。宜しく御願い致します。



お問い合わせ先 一覧

●通所リハビリに関するお問い合わせは

グロリア通所リハビリテーション 092-935-1365

●訪問看護に関するお問い合わせは

栄光会訪問看護ステーション 092-935-1030

●介護相談及び介護保険申請に関するご相談は

栄光会ケアプランサービス 092-937-5021

●施設入所・入居に関するご相談は

介護老人保健施設 グロリア 092-935-2129

介護付有料老人ホーム かめやま 092-935-2146

医療・介護支援住宅 安息 092-936-7510

●受診その他、上記以外のお問い合わせは

医療介護施設かめやま 092-935-0148 (代表)

編集後記

冬といえば鍋!! 水炊き、寄せ鍋、すき焼き、キムチ鍋、

色々ありますが皆様は何がお好きでしょうか?

私は鍋よりも「鍋とビール」ですが、残念ながら健康の為にダイエット中につきビールを楽しむことができません。

(徐々に効果が出てきて、靴下が楽に履けるようになりました)

寒い日が続きますが、皆様も健康に気を付けてお過ごしください。(修)

インフルエンザワクチン接種のお知らせ

期 間：10月1日(月)～1月31日(木)

料 金：16歳以上～65歳未満 4,000円
65歳以上 1,000円

(糟屋郡・福岡市在住の方)

受付時間：月、木、金、土 9:00～12:00【午後休診】
火、水 9:00～12:00、13:30～16:00

※日・祝日、夜間はおこなっておりませんのでご注意ください。ご予約は不要です。



詳しくは下記へお問い合わせください
亀山クリニック 092-935-0148 (代)

※小児は、クリニック博多の森でおこなっています
栄光会クリニック博多の森 092(937)5521

曜日	月		火		水		木		金		土	
時間帯	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後
総合	成富 鶴田	田川	青戸 田川	成富 /呉屋	青戸 成富	大野	青戸/ 下田成富	成富 /寺井	青戸 成富	田川	青戸/ 下田当番医	当番医
健診センター	折田(泰)	—	成富	—	折田(泰)	—	安藤 /総合	—	折田(泰)	—	成富	—
外科	井上	斎藤	井上 /斎藤	—	井上 /斎藤	井上 /斎藤	井上	斎藤	斎藤	井上	井上 /斎藤	井上 /斎藤
循環器	折田(加)				木村		折田(泰)	折田(泰)			折田(泰)	
呼吸器				安藤					安藤		米嶋 /伊地知	
糖尿病・内分泌	下田		下田									
神経内科	呉屋		大野		呉屋		大野		鶴田			
回復期リハ								寺井				
ホスピス相談 ホスピス外来	下稲葉(康) 吉田・黒木		吉田 中尾		下稲葉(康) 下稲葉(康)		下稲葉(康) 吉田柴田		吉田 下稲葉(康)		下稲葉(康)	
整形外科							九大病院					九大病院
泌尿器科								九大病院			九大病院	
内視鏡	中里	中里	中里	中里	中里	中里	中里	中里	(中里)	(中里)	(中里)	(中里)
気管支鏡						安藤				安藤		

診療スケジュールは都合により変更となる場合があります。予めご了承ください。

○診療時間は、9:00~17:00(昼休み12:30~13:30)となっています。なお、午前中の受付は12:00までとなっておりますのでご注意ください。ただし、急患は24時間いつでも受け付けております。(17:00~20:30は当番医による診療となります。)

○専門外来・ホスピス相談は原則として予約制となっています。ご予約がないときは、お待ち頂くことがありますので、ご了承ください。

■ 亀山クリニック

火・水 9:00~12:30、13:30~17:00 / 月・木・土 9:00~12:30 【午後休診】 / 【日・祝日休診】 ※午前中の受付は12:00まで

曜日	月		火		水		木		金		土	
時間帯	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後
総合診療	真柴 田川	—	真柴 海老沢	真柴	寺井 下田	成富	折田(義) 真柴	—	真柴 田川	—	真柴 富永	—

■ 栄光会クリニック博多の森

月 8:30~12:30、16:00~17:00 (13:30~16:00休診) / 火水木金 8:30~12:30、16:00~18:00 (13:30~16:00休診)
土 8:30~12:30 / 【日祝日、土曜午後休診】 ※午前中の受付は12:00まで

曜日	月		火		水		木		金		土	
時間帯	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後
内科	波多江	波多江	波多江	波多江 →田川	矢野	村岡 →折田(泰)	波多江	波多江	波多江	波多江	波多江	—

Access Map



福岡空港から(稲城、五斗蔵交差点経由) 車で5分
博多駅から(空港通り、稲城、五斗蔵交差点経由) 車で17分
博多駅バスセンター 14 番乗場から
西鉄バス 32・33 番で約20分「南里」下車
天神中央郵便局斜め前 19B 番乗場から
西鉄バス 32 番で 約40分
34 番で 約45分「南里」下車
高速道路福岡インターから(二又瀬経由) 車で約15分
太宰府インターから(空港経由) 車で約30分

栄光病院グロリア介護基金のご案内

栄光会の医療・介護・福祉の事業展開のために皆さまお一人お一人のお力添えを心よりお願い申し上げます。栄光会事業の趣旨にご賛同賜り、ご支援頂けますならば、誠に幸甚に存じます。

【グロリア介護基金 お振込口座】

グロリア介護基金 代表 下稲葉康之
西日本シティ銀行 博多支店 普 No.1905699
福岡銀行 粕屋支店 普 No.549383
郵便振替 No.01780-9-148645 (代表者名等なし)
*一口 壹万円(法人・個人を問わず何口でも結構です)



社会医療法人 栄光会
医療介護施設

かめやま

〒811-2205 福岡県糟屋郡志免町別府 2-2-1

Tel.092(935)0148

Fax.092(937)6141

URL: <http://www.eikoh.or.jp>

E-mail: eikoh@eikoh.or.jp