



# 岡山博愛会だより

岡山博愛会ホームページ  
<http://www.okayama-hakuaiikai.or.jp/>

2019年4月発行

春号



今回の表紙  
2019年度 新入職員 -フレッシュな仲間たち!-

2 新年度のご挨拶 理事長・院長

3 新任医師紹介・2019年度入職式

4 部署紹介 地域包括ケア病棟 3

5 部署紹介 入退院サポートセンター  
健診センターより 特定健診について

6 健康コーナー リハビリテーション科・栄養部

7 イベント紹介

- 岡山博愛会ふれ愛 忘年会
- 岡山博愛会 保育園新設

8 特別養護老人ホーム  
■ おかやま介護グランプリ  
2018 初出場!

- 岡山博愛会 保育園
- 聖劇～イエスの降誕～



# 理事長ご挨拶



## 新年度のご挨拶 理事長 更井 哲夫

1891年12月25日の創立より127年を経ました。長い歴史が与えられております。

創立者であるアメリカンボード宣教師アダムス先生は、Loving All を表す博愛会の名の下、貧しい旧花畑地区（現在 御幸町）で働きを始められました。何よりも一人ひとりが神様の愛に守られた大切なかけがえのない者であることを社会活動をもって示され、また教育者であったアダムスは、先進的な教育理念と愛と奉仕をもって45年の間働き続けました。

そのような思いを受け継いでおりますが、私たちの働きは全ての人は神様に愛されていることを実感いただくにはまだまだ不十分で、日々切磋琢磨しております。

新年度を迎え、博愛会は従来の働きをさらに強化してまいります。自宅での生活を支え守るためのリハビリ、訪問看護、デイサービスを特に強化いたしました。その結果、食事が可能になり、歩行ができるようになった方々のお喜びになる姿を多く見させていただけるようになりました。聖書の「喜ぶものとともに喜ぶ」ことの実現です。昨年12月には在宅総合支援センターアリスを開設し、現在では保育園を新築移転するために現在工事を進めている最中です。420名の職員とともに、更に広く、深く、一人ひとりを尊重し、博愛会の理念「自分のしてほしいように、人にしてさし上げる」働きを求めて参ります。



## 岡山博愛会病院 院長 中尾 一志



この数年の動きとして、医師、看護師、技師、リハビリスタッフなど、多くの有能なスペシャリストが岡山博愛会病院に集い、医療の質を高め、病院の大きな推進力となっております。平成29年11月には在宅医療を支える地域包括ケア病棟がオープンしました。「長く入院できる」病院から「安心して退院できる」病院を目指して職員が一丸になって取り組んでいます。

その他、内科中心の診療に加え、整形外科、皮膚科、脳神経外科、歯科の非常勤医師をお招きし、診療の幅が格段に広がってきました。すでに稼働している健診センターやこの4月からオープンする敷地内薬局は外来患者さまのみならず、地域の皆様にも喜んでいただけたと思います。身近で使い勝手の良い外来、安心して退院できる病院として地域で愛され、選ばれ、必要とされる病院であり続けたいと願っています。これからも岡山博愛会病院をどうぞ宜しくお願い申し上げます。

# 院長ご挨拶



# 新任 医師紹介

Mikihisa Hamazaki

はまざき みきひさ  
医師 浜崎 幹久



2019年4月1日付で着任いたしました。香川県出身です。体の半分はうどんできています。

信州大学を卒業し、長野県の病院で初期研修を終えました。しかし、体の残り半分は蕎麦ではありません。蕎麦は高いのでほとんど食べなかったのです。思い返せば勿体ない話です。

その後は関西を転々としていましたが、2人目の子どもが産まれたのをきっかけに、妻の実家がある岡山市に引っ越して参りました。年子の男の子です。騒々しい毎日です。イクメンと呼んでください。

大学時代は写真部に所属していました。就職してからカメラを持ち出す機会が減ってしまったので、機会を作って被写体探しに出かけたいと考えています。富士フィルムのカメラを使っています。先日は百間川沿いの桜並木を堪能しました。

皆様、どうぞよろしく願います。

## 2019年度 岡山博愛会 入職式



4月1日(月)に入職式を行いました。

医師、看護師、薬剤師、診療放射線技師、管理栄養士、PT、OT、ST、MSW、介護支援専門員、保育士など、新卒23名既卒合わせて40名の新入職員を迎えました。

理事長より辞令を交付され、新入職員は晴れやかな顔つきで式に臨みました。

1週間のオリエンテーションの締めは、恒例のお花見ランチで親睦を深めました。



今後は、研修の後各部署に配属されます。

新たな仲間を迎え入れ、細やかな指導・教育を行い、ともに法人を盛り上げていきたいと思っております！

## 部署 紹介

# 地域包括ケア病棟 3

Regional Comprehensive care ward



患者さまのより良い人生の支えに



## 地域包括ケア病棟 83床へ増床

今年1月より、3階東病棟が地域包括ケア病棟へ転換しました。それに伴って、地域包括ケア病棟は、83床になりました。

在宅や介護施設への復帰支援に向けた医療や支援を行う病棟です。肺炎などの急性期治療や夜間救急搬送を受け入れながら、在宅に向けた個々に応じたリハビリを行い、患者さまが安心して在宅復帰や施設へ入所できるよう多職種と連携し情報を共有し支援していきます。

療養型からの転換ですが、3階病棟スタッフ一同力を合わせて患者さまのより良い人生の支えとなっていけるよう取り組んでいきます。



～ 訪問診療・訪問リハビリテーションのご紹介～

当院では地域の方々に安心して生活していただけるよう、訪問サービスを実施しております。

●訪問診療 訪問診療とは、ご自宅に居ながら医療を受けることができる仕組みです。

●訪問リハビリテーション

訪問リハビリテーションとは、主治医が必要と判断した要介護者の自宅に、リハビリスタッフが訪問しリハビリテーションを提供します。



《 内 容 》

1. 病状の観察 バイタルチェック・病状の観察や助言・精神面の健康状態の確認と助言・介助者の健康状態の確認と助言、再発予防と予後予測。
2. 日常生活への指導・助言 日常生活への指導・身体機能の維持、改善・福祉用具、住宅改修の評価と相談・摂食嚥下機能やコミュニケーション機能の改善・生きがいの向上や趣味、社会参加促進のための助言。
3. 介護相談 療養生活、家族への介護指導、精神的な支援・福祉制度利用の助言、相談。訪問リハビリテーションは、医療保険・介護保険で利用することができます。対象は通院が困難な方です。ご利用に当たっては、主治医の指導のもとに実施されるため、主治医にご相談ください。

▶詳しくは、入退院サポートセンターまでお尋ねください。 **【入退院サポートセンター直通】**  
TEL. (086) 274-8009

健診センターより

特定健診について



□ 特定健診とは、**メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)**に的を絞った健診で健診後の指導もあります。

▶ 検査項目

- 基本計測：身長、体重、BMI、腹囲、血圧 ..... ▶内臓肥満高血圧の有無
- 脂 質：中性脂肪、HDLコレステロール、LDLコレステロール ..... ▶脂質異常症動脈硬化
- 肝 機 能：AST(GOT)、ALT(GPT)、 $\gamma$ -GTP ..... ▶肝障害
- 代 謝 系：空腹時血糖またはヘモグロビンA1c ..... ▶糖尿病
- 腎 機 能：尿蛋白、尿潜血 ..... ▶腎障害

□ 検診と健診のちがいは？ ※医師の判断や健診の種類によって、上記以外の項目も実施される場合があります。

検診は、一定の臓器や病気を対象に行います。 健診は、全身を総合的にチェックします。

□ メタボリックシンドロームとは？

過食、運動不足によって内臓脂肪が蓄積すると、「高血圧」「脂質異常」「糖尿病」などの生活習慣病を引き起こしやすくなると言われています。これらの生活習慣病や予備軍状態が重複したものを「メタボリックシンドローム」といい、心筋梗塞や脳梗塞といった動脈硬化による病気を起こしやすくなります。

□ メタボリックシンドロームの診断は？



腹囲  
男性85cm以上  
女性90cm以上

さらに  
右の2つ以上  
が当てはまる

高血糖  
空腹時血糖 $\geq 110$   
(mg/dl)

高脂血症  
中性脂肪 $\geq 150$   
または  
HDLコレステロール $< 40$ (mg/dl)

高血圧  
最高血圧 $\geq 130$   
または  
最低血圧 $\geq 85$ (mmHg)

Dr.とリハスタッフが  
が本気で考えた

リハビリテーション科より

## 糖尿病の運動療法



- ✔ 「食事療法」と「運動療法」は併用して行うことでより効果が上がります。  
\*運動を行うなら食後の時間が望ましいとされています。
- ✔ 運動は最低でも週に2～3回行うことが望ましいです。
- ✔ 日常生活の中で、動いている時間を延長することで、糖尿病の発症率が低減することが知られています。
- ✔ ウォーキングなどの運動を主として行い、できれば筋トレも行うと良いです。  
\*ウォーキングなどの運動は、鼻歌が歌えないぐらいのスピードで行うと効果的です。
- ✔ 運動の持続時間は1日10分でも効果があるとされています。  
\*また、準備運動を行うことが勧められています。

※運動や生活習慣の見直しをする場合は医師または病院までご相談ください。  
また、治療中の方は必ず医師と相談の上行ってください。

栄養部より



さわら

## 鯖の南蛮漬け



材 料 (2人分)

鯖 2切  
塩 1g  
こしょう 0.6g  
片栗粉 12g  
揚げ油 12g  
新玉ねぎ 50g  
セロリ 20g  
人参 10g

[南蛮ダレ]

砂糖 2g  
酢 20g  
しょうゆ 20g  
赤唐辛子 1g

栄 養 量 (1人分)

エネルギー 246kcal  
たんぱく質 17.3g  
脂質 13.9g  
食塩 2.1g



## 《作り方》

1. [南蛮ダレ]の材料を鍋に入れ、ひと煮立ちさせたら火を止め粗熱をとる。
2. 鯖に塩、こしょう、片栗粉をまぶし、180度に熱した揚げ油に入れて、カリッと揚げる。
3. バットに鯖を並べ、千切りにした野菜を上に乗せて①のタレを上からかける。タレを全体に絡めたら冷蔵庫で冷やす。
4. 器に盛り付け、三つ葉(分量外)などを飾って完成。

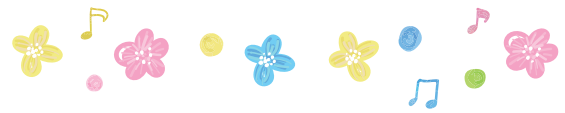


Let's cooking



# イベント紹介

Event



## 「岡山博愛会ふれ愛忘年会」



12月14日(金)に「岡山博愛会ふれ愛忘年会」を行いました。今回で2回目の開催ですが、当法人の忘年会は、院内で行うため気軽に参加できます。職員のお子様も参加することができるため、当日は多くの職員が集まり、普段触れ合うことのない方とも、職種の垣根を越え交流することができます。出し物の部では、各部署・施設ごとに様々なジャンルの催し物を披露し、大盛況でした。



## 「岡山博愛会保育園 新設中」

この度、長らく親しまれていた「岡山博愛会保育園」は、2020年4月に御幸町クリニック跡地に移転し、新設開園いたします。それに伴い定員が90名に増員いたします。以前よりも開放的になり、園庭も広く、子どもたちと今まで以上に色々な遊びができるようになります。





特別養護老人ホーム

アダムスホーム

## 『おかやま介護グランプリ2018』 初出場！



岡山県内の介護職員を対象に、優れた介護技術を競う「第4回岡山介護GP(グランプリ)」～見せよう魅力を！地域へ、次世代へ～1チーム3名で、排せつ・入浴・食事の3部門に各チームから1名ずつが出演し、その技術を披露するもので、アダムスホームから「岡山博愛会ラヴィングオールチーム」が初出場！当日発表される課題を読み解き、その方にふさわしい介護を実践・競技するもので、日ごろから丁寧な介護で研鑽を重ねているアダムスホームの介護士が感動の実践をみせてくれました。この大会出場を経てさらに介護技術が磨かれ、実践につながっていくものと思われまます。ご支援、応援ありがとうございました。

社会福祉法人

岡山博愛会保育園

## 『聖劇 ～イエスの降誕～』

年長児クラスの憧れの聖劇を12月に、デイサービスセンター・ハレルヤとアダムスホームのクリスマス会で演じました。

利用者、入所者の方に「かわいいね～」と声をかけてもらい、ふれあって、ちょっぴり恥ずかしそうな子どもたち・・・心温まるひと時を過ごしました。



社会福祉法人 岡山博愛会  
岡山博愛会病院

〒702-8005 岡山市中区江崎 456-2  
TEL(086)274-8101 FAX(086)274-8005  
入退院サポートセンター  
TEL(086)274-8009 FAX(086)274-8109  
岡山博愛会ホームページ  
<http://www.okayama-hakuaiikai.or.jp/>

### アクセス

バス ● 岡電バス：岡山ふれあいセンター行き・  
新岡山港行き・新岡山港入口行き  
「博愛会病院前」下車 岡山駅より約25分  
お車 ● 2号線倉田交差点から新岡山港方面へ約1.2km



企画・編集 岡山博愛会広報委員