

# 鷹揚郷新聞

令和2年 第22号元旦特集

2020年1月発行



2019年12月30日撮影の岩木山



## 新年を迎えてのご挨拶

公益財団法人 鷹揚郷腎研究所  
理事長 鈴木 唯司

皆様、新年あけましてお目出度うございます。皆様が元気に過ごされますよう、心より願っております。

今年度も患者さんは元より、ご家族の方々、さらに職員の皆さんにとっても居心地の良い病院にすべく改善を尽くしてゆきたいと思っております。もしご意見がございましたら、担当者にご助言下されば幸いです。

ところで、当病院設立時より、初代理事長舟生富寿先生は患者さんにとってリハビリテーションの重要性を唱えておられ、早期に弘前病院そして青森病院にリハビリテーション部門を設立されました。以来優秀なスタッフも増え、設備も整ってきました。現在では腎臓リハビリテーションという診療概念も確立されました。**「腎疾患や透析医療に基づく身体的・精神的影響を軽減させ、症状を調整し、生命予後を改善し、心理社会的ならびに職業的な状況を改善することを目的として、運動療法などを行う長期にわたる包括的プログラム」**(腎臓リハビリテーションガイドラインより抜粋)です。

特にサルコペニア・フレイルと言われる筋力や身体的機能低下(嚥下・歩行等)の予防改善に有効です。

是非、病気だから、年だからと諦めず、リハビリテーションを試してみてください。

患者友の会より新年のご挨拶を申し上げます。



皆様のご健勝とご多幸をお祈りいたします  
本年もどうぞよろしくお願ひ申し上げます

令和2年(2020)は  
オリンピック・パラリンピックがございました。  
合併症等にならぬよう、とりわけ食生活にご注意され、皆様一緒にオリンピックを楽しみましょう。  
※女性部では、毎年恒例の「観劇会」を計画しております。詳細は近日発表致しますので、どうぞお楽しみに♪  
期日は2月16日(日)でございます。

弘前地区 腎友会 会長  
県腎協 女性部 部長  
鷹揚郷弘前病院患者友の会会長

対馬考一  
菊池ユキ子  
蒔苗和雄

## ワンポイントアドバイス ～介護支援事務所より

「安心カード」ってご存知ですか？

自宅で一人暮らしをしていると、救急搬送で突然の入院になったらどうしよう・・・と不安になることがあると思います。救急隊や受け入れをする病院も同じ思いを抱えています。

救急搬送する場合、かかりつけの医療機関はあるのか？持病は？駆けつけてくれる人はいるか？など確認が必要ながたくさんあります。でもご本人が答えられない時はどうしましょう！？

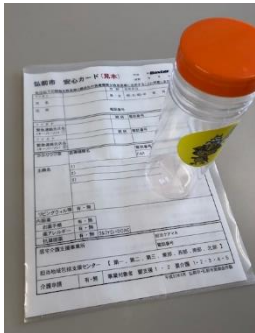
そんな場面で活躍してくれるのが「安心カード」です。これはすでに関東や関西の自治体で始まっているものですが、弘前市でも昨年の秋から運用を始めました。現在はまだ65歳以上の一人暮らしの希望者を対象としていますが、いずれは高齢者世帯や障害をお持ちの方にも配布を拡大することが検討されています。

「安心カード」に記入する内容は、本人の住所・氏名・生年月日などの他に①緊急連絡先となっている人の氏名・電話番号②かかりつけの医療機関名③病名④服薬内容⑤介護認定を受けているか？ケアマネジャーはいるか？などです。これをたか丸くんシールが付いた筒(写真)に入れて、冷蔵庫の中のドアポケットに立てて保管します。

(なぜ冷蔵庫保管？冷蔵庫はどの家にもあるし、ドアポケットに立てておくと誰でも見つけやすいから。)

この「安心カード」は救急搬送時に手続きが楽になるものです。でも、なくても搬送してくれますのでご心配なく。

配布場所は弘前市役所介護福祉課、お住いの地域包括支援センター、または当院医療福祉部(ただし数量限定)となっております。ご希望の方は、ご連絡ください。



## リレー寄稿

みなさん、明けましておめでとうございます。

第1透析室看護師の三浦まなみです。今年はオリンピックがありますね。今からとても楽しみです。

私は今年の四月で、勤めて4年目に入ります。地元鶴田から車を運転して通っています。そこで、鶴田町について、紹介したいと思います。



オススメの場所をご存知の方も多いと思いますが、「鶴の舞橋」です。平成6年に架けられた、津軽富士見湖にかかる全長300m、日本一長い木の橋。別名長生きの橋と呼ばれています。舞橋から見る岩木山はとてもきれいです。また、橋を渡り、進むと丹頂鶴自然公園があり、飼育された鶴をみることができます。鶴に関するクイズもありますので、春になったら、遊びに来て、挑戦してみてくださいね。

次にオススメは道の駅「あるじゃ」です。鶴田の特産「スチューベン」を使った食品を売っています。スチューベンソフトや大福は美味しいので、ぜひ食べてみてください。その他にも、どんぶりに入ったソフトクリームや、びっくりするほど大きいシュークリームやパンなど、売っています。一人で食べても、分けて食べても楽しめます。



以上、ほんの一部しか紹介できませんでしたが、少しでも鶴田に興味を持っていただけたら、嬉しいです。

是非遊びに来て下さい。

次は同期で2病棟看護師の、戸澤悟さんにリレーをつなげたいと思います。



お正月リース(研究部 蔦谷さん製作)

## クイズ

出展: 雑学しかじか

「ノンカロリー」の表示について  
ノンカロリーとは100ml(グラム)あたり何キロカロリーのことでしょう。

答えはページの左下に

- ・0カロリー
- ・5キロカロリー未満
- ・20キロカロリー未満



## 2019年度 自衛消防総合訓練について 2019/12/20

昨年末に行われました訓練の様子です。今回は火元は第一透析室機械室という想定でした。病院では1年に2回消防訓練の実施が義務付けられています。万が一火災が起こった場合は、迅速な対応が求められます。患者さんの安全、避難方法、防火設備についての知識、消火器の使い方の習得など、職員一丸となって、毎回真剣に取り組んでいます。



火元



トリアージカードを渡す



護送



担送と独歩



人数報告



消火器の使い方

【編集後記】皆様はどんな新年をお迎えでしたか。

一年の計は元旦にあり。月並みですが、今年こそは！という願いを込めて、何か計画を立てるのも気分一新できそうです。2020年が「きラット」輝く年になりますよう。



°ふじりそせふ辰狸こーいりろくへ、`4皆等の上りーいりろくキ5  
聖半ーいりろくキ5 とき鳥の◎とレロ