まるくり インフォメーション

生活習慣改善をサポートする外来

渓仁会円山クリニックでは、生活習慣を改善したい方のために、生活習慣病外来と禁煙外来を開設しています。また、健診結果報告書の中に「要経過観察（C）」の判定があった方へ、再検査の受診勧奨をご案内しております。現段階では、病気であるのかわからない状態なので、まだ再検査を受診されていない方は、確認のためにもう一度検査をお受けになることをおすすめいたします。

※項目によって当クリニックで再検査不可の場合もあります。

看護科 主任 新井（あらい） 夕佳（ゆか）

生活習慣改善が必要

生活習慣病外来

渓仁会円山クリニック
副院長
塙（はなわ） なぎさ

受診期間：およそ3カ月間（月1回）

医師の指示に基づいた生活習慣改善のアドバイスを行っております。
個人に合わせた食事や運動の目標を設定し、取り組みの評価を行いながらサポートします。

禁煙したい

禁煙外来

渓仁会円山クリニック
診療科 科長
大芦（おおあし） 研輔（けんすけ）

受診期間：3カ月間（全5回）

たばこへの依存を無理なく断ち切るサポートをします。

■たばこが切れるとイライラ感が現れる場合
⇒ 禁煙を楽にするお薬を使った治療を相談

■長年の習慣でたばこを離せない場合
⇒ 断ち切るための具体的なコツをアドバイス

お申し込み
お問い合わせ先

人間ドック・健康診断施設
医療法人 渓仁会
渓仁会円山クリニック
〒064-0820 札幌市中央区大通西26丁目3-16
健診実施日：火曜日～土曜日（日曜日・月曜日休診）

TEL (011)641-1600（保健事業部直通）
E-mail clinic@keijinkai.or.jp
HP https://www.keijinkai.com/maruyama/

VEGETABLE OIL INK 環境に優しい植物油インキを使用しています。

サラネット

サラネット 2022 冬号
発行者／医療法人渓仁会 法人本部

「サラネット」へのご意見やご感想などをお寄せください。

https://www.keijinkai.com
〒006-0811 札幌市手稲区前田1条12丁目2番30号 渓仁会ビル3F 医療法人渓仁会「サラネット読者」係
TEL(011)699-7500 FAX(011)699-7501

渓仁会グループ

渓仁会グループの“いま”をお届けする、保健・医療・介護・福祉のフリーペーパー

サラネット

2022 冬

特集

科学的介護と自立支援

社会福祉法人 渓仁会の取り組み

「ずーっと。」人と社会を支える 渓仁会グループ

サラネット

2022 冬

特 集

03 科学的介護と自立支援
社会福祉法人 渓仁会の取り組み

02 新年のご挨拶
渓仁会グループ最高責任者 医療法人渓仁会 理事長 田中 繁道

05 渓辞苑
これがわたしの愛用品
定山渓病院 院長 中西 克彦

06 くらしのPOINT[作業療法士編]
「体に負担のかからない雪かきの方法」
コミュニティホーム白石 リハビリテーション部 作業療法士 渡瀬 剛右

07 見たい!知りたい!サラビット
「脊椎手術の安全性を高める画像システム『O-arm™』」

08 キラビト
「お互いの意見を尊重し合い、チーム一丸となって医療を支援」
札幌西円山病院 診療技術部 薬剤部 主任補佐 松本 みなみ

09 元気のもと
あおばデイサービスセンター 介護職員
冨岡 久美子、田中 奈緒、天野 弥生、渡部 奈緒子

おすすめスポット
グループホーム西円山の丘 介護職員 漆谷 芳洋

10 SALAかんたん体操
「頭の体操」
渓仁会円山クリニック 運動指導科 健康運動指導士 鈴木 雄人

11 医学ひとくち講座
「親知らずの抜歯について」
手稲渓仁会病院 歯科口腔外科 副部長 沖田 美千子
歯科衛生士 宮本 晴香

13 栄養士さんのひとSALA
「あったか♪鮭の粕汁」
コミュニティホーム八雲 栄養管理課
副主任 管理栄養士 佐藤 今日子

14 教えて!○○さん
「認知症対応型通所介護について」
手稲渓仁会デイサービス織彩 管理者
生活相談員 齋藤 信美

15 渓仁会人
「スタッフが働きやすい環境を整えながら、
より手厚いサービスの提供を目指したい」
コミュニティホーム八雲 施設長 俣野 順

16 TopiKs
渓仁会グループ ラジオ放送のお知らせ

19 手稲渓仁会病院 提携医療機関のご紹介
八軒内科ファミリークリニック 院長 大坪 優介 医師

20 渓仁会グループの社会的使命・事業理念

21 施設一覧

23 まるくりインフォメーション
「生活習慣改善をサポートする外来」
渓仁会円山クリニック

サラネット
読者アンケートが、
WEBサイトからも回答
できるようになりました

たくさんのご意見・
ご感想をお待ちしています
ので、ぜひご回答を
お願いいたします

ララビット

サラビット

【サラネット】

「サラ」はイタリア語で『ホール』の意味。
皆さんと一緒に健康や福祉、医療について
語る集いのホールになればと考えます。

こちらからも
アンケートサイトへ
アクセスできます

MESSAGE

あけまして おめでとうございます。

新年のご挨拶を申し上げます。

渓仁会グループ最高責任者
医療法人渓仁会 理事長
田中 繁道

2019年12月に中国武漢から発した新型コロナウイルス感染症はパンデミックとなり、グローバルには未だ収束が見えない状況です。しかし、本邦においては昨年9月頃から新規感染者数は減少し、厳しい行動規制は緩和され新年を迎えることができました。

この2年間で新型コロナウイルス感染症、特にデルタ株に関連した多くの知見が蓄積されました。中でも数種類のワクチンで発症および重症化予防効果が証明され、加えて数種類の治療薬が実診療に使用され、一部薬剤の適応範囲も拡大されたことは大きなインパクトです。しかし、ここにきて新しい変異株（オミクロン株）による感染が報道され、世界的に拡大傾向にあるのが気がかりな点です。まだ不明な点が多いのも事実ですが、3回目のワクチン接種を進め、標準予防策である手指衛生、マスク着用や換気を励行し、不要不急な三密（密閉、密集、密接）を避けることにより、新型コロナウイルス感染症と共生しながら新たな日常を展開できる可能性がひらけているようにも思います。

昨年5月に渓仁会グループの病院と介護施設において新型コロナウイルス感染症の集団感染が発生しましたが、職員一丸となって対応した結果、早期に鎮静化することができ、それ以降は通常の体制で診療や介護を行っています。皆さまには多大なご迷惑と心配をお掛けし、また多くの方からのご協力を賜りましたことについて、心からお詫びを申し上げると同時に御礼を申し上げます。

さて、渓仁会グループはCSR（社会的責任）経営を推進し、「『ずーっと。』人と社会を支える」を社会的使命として、社会や時代のニーズに対応しながら、提供するサービスの質の改善活動を継続してきました。新型コロナウイルス感染症患者さんの受け入れやワクチン接種を積極的に実践してきたのもCSR活動の一環です。

今年度は当グループの第4期中期5ヶ年経営ビジョンを策定しました。各施設の利用者さん・患者さんおよびステークホルダーの皆さまをグループ全体の顧客として捉え、「保健・医療・介護・福祉の複合事業体」としての強みを生かして、グループ内の連携・意思疎通の強化を図り、皆さまにご満足いただけるシームレスなサービスを提供することを掲げました。それと共に、今まで以上に広く地域の医療機関、施設、コミュニティの皆さまと協働し、地域共生社会を築いていくことを謳い上げました。

今年も、私たちのブランド「ずーっと。」人と社会を支える 渓仁会グループを胸に刻み込み、変革の精神を持ちながら、プロフェッショナル・マインドを追求しつつ、安心感と満足を提供し、皆さまからなお一層の信頼を得られますよう、職員一同、一体感をもって前進します。どうぞよろしくお願い申し上げます。

皆さまにとりまして、明るい良い年でありますことを心から祈念申し上げ、新年のご挨拶とさせていただきます。

※2021年12月16日現在

特 集

科学的介護と自立支援

社会福祉法人 渓仁会の取り組み

2000（平成12）年にスタートした介護保険制度は、高齢者の〝自立〟を支援することを理念としています。そのためには、専門知識・技術を持った多職種のスタッフが、客観的な情報に基づいて介護にあたる必要があるという観点から、科学的な根拠を示すシステムとして「LIFE（科学的介護情報システム）」というデータベースの運用が動き出しました。
介護現場のデータ収集を進め、活用することで厚生労働省が実現を目指す「科学的介護」について、介護老人福祉施設 月寒あさがおの郷の大浦孝之 課長に聞きました。

多職種連携で活かす、科学的介護のメリット

科学的根拠となる施設利用者の情報を集積

「介護（支援）等が必要な人の尊厳を保持し、能力に応じ自立した日常生活を営むことができるよう支援すること」。これは、介護保険制度が掲げる理念です。介護というと、〝お世話する＝手を差し伸べること〟というイメージが強いかもしれませんが、過剰な介護は本人ができること、今後できるようになる可能性のある身体機能を奪ってしまうことにもなりかねません。

自立支援の観点からは「こういった状態の方には、このようなアプローチが効果的である」といった明確で標準化された裏付けに基づいた介護を行い、その方らしい生活を支えることが求められます。

医療分野では以前から、患者さんの症例に関する〝科学的データ＝根拠に基づいた診療〟が行われています。一方、介護の分野では、根拠となる十分な科学的データが蓄積されておらず、自立支援の効果が裏付けられた介護が実践されにくいことが課題となっていました。そこで、介護保険サービス利用者の基本的情報、実施したケア内容、現在の状態（ADL（P5「渓辞苑①」参照）、栄養状態、褥瘡の有無等）について厚生労働省が定期的に情報を集積する仕組みが2021年4月から動き出しました。それが「LIFE（科学的介護情報システム）」です。利用者さんの氏名は必ず秘匿※されます。

月寒あさがおの郷
施設ケア部 課長
介護支援専門員
大浦 孝之

データの共有によりケアのレベルアップを図る

LIFEは、利用者さんの状態変化と介護内容を客観的に判断し、介護計画の見直しを図りながら自立支援の効果を高めていくことをねらいとしていますが、自立支援に関しては社会福祉法人 渓仁会の各施設でも以前から取り組んでいます。

たとえば、月寒あさがおの郷では、〝人が当たり前にしている生活〟ということをテーマに、尊厳にも関わる排泄形態の改善に取り組んできました。その結果、現在は利用者さんのほぼ全員がトイレで排泄できるようになっています。身体の動きに着目した介助方法について介護職員、リハ専門職、看護師が有効な技術・知識を共有し、同じ目線でケアに取り組むことで、それを実現できました。

LIFEでは、全国から集まるデータにより、どのような介助を行い、どういった効果が得られたかが示されていくため、比較しながら改善を加えることで、前述の施設独自の取り組みのレベルもさらに高めていけるのではないかと期待しています。また、私たちもデータを提供していくわけですが、そのデータを施設内で共有しユニット単位（P5「渓辞苑②」参照）での効果の比較などに活用することで、ケアのレベルアップにもつなげていけるのではないかと考えています。

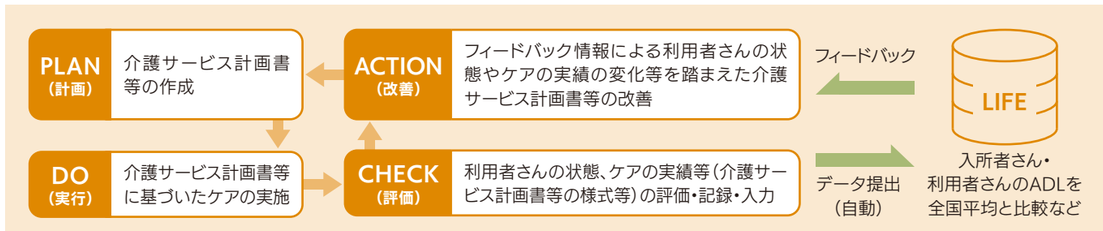
※秘密にして外部に公開しないこと。

多職種が同じベクトルで自立支援を担う体制づくり

LIFEに蓄積されるデータは分析が行われ、介護現場に定期的にフィードバックされます。今後は、ある利用者さんの状態が時系列で見るとどう変化しているか、全国平均と比較してどうか、といったデータが示される予定となっています。それを元に従前の介護サービス計画書等（P5「渓辞苑③」参照）を改善し、ケアを実践して、利用者さんの状態を評価します。さらに、その評価結果と新たなフィードバックデータを比較して再度介護サービス計画書を改善し、ケアを実践して…というPDCAサイクルを回すことで（下図）、より効果的な手法を見つけ出し、ケアの質の向上を図っていくことが狙いです。

たとえば、フィードバックされた平均的なデータと利用者さんの状態を比較すると、現在行っているリハビリテーションのADLの改善効果が低く、食事摂取量も少ないといった傾向が見られる場合、そのデータを基にした新たなリハビリの実施や、間食などで食事提供量を増加するといった介護サービス計画書の見直しが可能となります。それによりアウトカム（成果）としてのADL、栄養状態の改善などを継続的に評価できるようになります。

そこで重要になるのが、多職種の連携です。フィードバックデータに基づいた介護サービス計画書等の見直しを、介護職員だけでなく医師、看護師、ケアマネジャー、リハ専門職、管理栄養士、歯科衛生士などが一緒に行う必要があります。たとえば、口腔機能、栄養状態、リハビリなどの効果は密接に関係しているため、一つのチームとして関わることが求められます。各職種が同じベクトルで自立支援を担う体制を強化することにより、効果的な介護を実践し、利用者さんの幸福感、人生の満足感を含めた生活という視点を重視しながら、より良いケアを提供できるよう取り組んでいきます。



始まっています。「LIFE」の活用。

栄養ケアマネジメントから「LIFE」へ

コミュニティホーム八雲 栄養管理課 主任 管理栄養士 今野 裕美

低栄養状態の方に適切な栄養ケアを行う栄養ケアマネジメントが、昨春よりLIFEと連動した制度へと変わり、当施設でも情報の提供を始めています。

新しい制度となって間もなく、体調不良で入院後、食事の経口摂取は可能になったものの全介助状態で在宅生活が困難という方が入所されました。早速、相談員が聞き取った入院時の状態を施設の各職種が共有してカンファレンスを行い、①誤嚥性肺炎を防止すること ②安全に食事ができるようにすること ③疲労感があるため、負担なく必要栄養素を確保できること――を栄養ケア計画の目標として定めるとともに各職種の役割を確認しました。

食事は、全粥・ミキサー菜・水分の薄いとろみ食とし、栄養補助ゼリーを加えました。そして、ミールラウンド（写真）を行いながら、毎食前の痰の吸引、食前・食後の口腔ケア等を実施した結果、3カ月後には体力の向上も見られました。

LIFEには各職種が担当したデータを提供していますが、データの共有により、他分野のスタッフ同士の理解が深められるメリットもあると感じています。

各職種の役割

看護師	全身状態の観察、痰の吸引など
介護職員	食事姿勢保持の援助、食事介助、口腔ケアなど
言語聴覚士	摂食・嚥下評価、食形態の検討、口腔・嚥下機能訓練など
理学療法士	車いすの角度の設定、廃用症候群の予防など
ケアマネジャー	ケアプランの作成と見直し、ご家族への状況報告など

各職種が食事に立ち会い、
摂食状況などを観察する「ミールラウンド」

第16回

渓辞苑

難しい保健・医療・介護・福祉の言葉を、わかりやすく解説します。

①ADL【えーでぃーえる】
身体機能の状態を知るための指標

ADLとは、Activities of Daily Livingの頭文字を取った言葉で、「日常生活動作」を表します。普段、生活するなかでは、特に意識することなくさまざまな動作を行っていますが、年齢を経るにしたがって、その機能は低下していくのが一般的です。そこで、高齢者や障がい者の方が自立して日常生活を送るための身体能力の指標として用いられるのがADLです。代表的な動作としては起居動作、移乗・移動、食事、更衣、排泄、入浴、整容などがあります。介護保険制度においては、これらの動作について評価を行うための指標としてADLが用いられています。

②ユニット【ゆにっと】
グループに分けた介護の一単位

特別養護老人ホームなどでは、入居者を10名ほどのグループに分けて介護を行うタイプの施設があります。このグループのことを「ユニット」と称し、こうした介護の方法はユニットケアと呼ばれています。ユニットケアにおいては、居室は完全に個室となっており、プライバシーを確保したうえで、共用のスペース（リビング）が設けられ、そこでユニット内の他の利用者さんと触れ合ったり、一緒にレクリエーションを行ったりします。これは、それぞれの家で暮らしつつ外出して人と会い、活動するといった一般的な生活に近い形をとることにより、施設に入る前と変わらない感覚で生活を送れるような環境を整えることを目的としています。

③介護サービス計画書
【かいごさーびすけいかくしょ】
介護保険サービスを受けるための書類

介護サービス計画書とは、一般にケアプランと呼ばれるもので、介護保険サービスの利用者さんやご家族の状況・環境などを考慮しながら、支援の方針や解決すべき課題、介護サービスの目標・内容がまとめられたものです。介護保険サービスを利用するために必須の書類であり、要介護の方が対象となる「居宅サービス計画書」「施設サービス計画書」、要支援の方を対象とした「介護予防サービス計画書」の3種類があります。主にケアマネジャーが、利用者さんの健康状態・介護状態などを把握して作成し、介護保険サービスの提供が開始された後は、計画どおり実行されているかの確認が行われます。

これがわたしの愛用品【クラシックギター】

ジャンルにとらわれず、
渓仁会職員のこだわりの品にクローズUP！

ギターとの付き合いは古く、中1でクラシック、中2でエレキを手にしたが、高校以降は遠ざかっていた。それでもギター好きは変わらず、ジョン・レノンやエリック・クラプトンの使用モデルを求めたが、やはり観賞用となっていた。2021年4月のある朝、BSのクラシック音楽番組でパク・キュヒのギター演奏を偶然目にした。ギター1本での豊かな表現力に感動し、衝動的に楽器店へ飛び込んで手に入れたのが、この「小平ギター」。久しぶりに手にしたクラシックギターは非常に軽く、またアンプに繋がずともいい音が出て、「なんて楽なのだろう！」。コロナ禍で飲み会もなく、夕食後に爪弾くのが楽しみとなっている。無謀にもバッハ作曲の「シャコンヌ」を最終目標と決めたので、一生練習を続ける必要がありそうだ。

定山渓病院
院長
中西（なかにし） 克彦（かつひこ）

専門職が教える

くらしのPOINT〔作業療法士編〕

渓仁会グループで働く医療技術職や専門職のスタッフが、その豊富な経験と知識から、家庭で役立つ暮らしのポイントをお届けします。

体に負担のかからない雪かきの方法

コミュニティホーム白石
リハビリテーション部
作業療法士
渡瀬（わたせ） 剛右（ごうすけ）

雪かきはとても重労働です

冬場の雪かき作業はとても大変で、テニスやバドミントンに匹敵する運動量とも言われています。そこで今回は、体に負担のかからない雪かきの方法を皆さんにお教えします。

スコップを使った雪かきの場合

スコップで雪かきを行う場合は、柄の中心をつかむ手を固定して作業を続けると、肩への負担が大きくなります。そこで、柄をつかむ手を逆手、次は順手と時々変えた方が肩への負担が少なくなります。また、雪をすくう時は腰だけを屈めるのではなく、膝を曲げて重心を低くし、腰を曲げる角度を少なくすることで負担が軽減します。体をねじるような動きも腰や肩に負担がかかるので、「雪を投げる」ではなく「雪を置いてくる」イメージで作業を行いましょう。

スノーダンプを使った除雪の場合

スノーダンプを使う場合は、たくさん雪を積めるからといって無理をせずに、少ない量でこまめに除雪することを心がけてください。持ち手部分をお腹にくっつけて押し付けるような除雪は体を丸めることになり、腰への負担が重くなります。なるべく腕を伸ばし、姿勢を起こしながら作業することをおすすめします。

雪かき前に心がけることは？

雪かきは、早朝の冷え込む時間帯に作業することが多いと思います。寝起きの体は筋肉が固まっているので、まず全身のストレッチを行ってください。また、睡眠時は汗をかいて水分が不足しているので、コップ一杯のお水や白湯を飲んで体を整えてから作業に臨みましょう。外に出る際は、温かい格好はもちろんのこと、滑り止めの付いた手袋や靴底のしっかりしたブーツや長靴を履くようにしてください。手元や足元が滑りやすいと、事故を起こす原因となります。

皆さんへメッセージ

必ず守ってほしいことは、力まかせに作業を行わないことです。自分の力を過信せず、無理のない量をこまめに行うことが、負担のかからない雪かきのポイントです。どんなに急いでいる時も、怪我をしてしまった方が時間のロスにつながることを肝に銘じて、ゆっくり焦らず自分のペースで作業を行ってください。

見たい！知りたい！サラビット

普段は見えないサービスの仕組み。
知っているようで、意外と知らない実際。
保健・医療・介護・福祉の"見たい""知りたい"に
サラネットのマスコット「サラビット」が迫ります。

脊椎手術の安全性を高める画像システム「O-arm™」

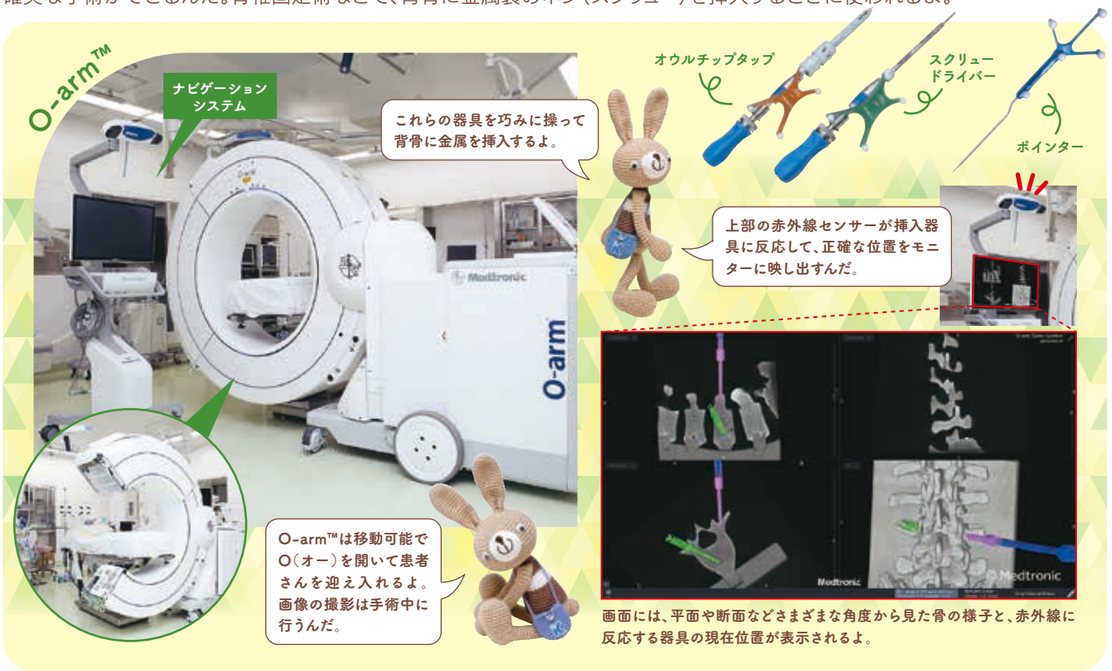
手稲渓仁会病院では、2021年4月から脊椎手術に移動型デジタル式汎用一体型X線遠視診断装置「O-arm™（オーアーム）」を導入したんだ。今回はO-arm™の機能や特徴、患者さんへのメリットについて、当センター長の飯田尚裕 先生に聞いてきたよ。

案内してくれたのはこの方

手稲渓仁会病院
整形外科部長
脊椎脊髄センター長
飯田（いいだ） 尚裕（たかひろ）先生

O-arm™ってどんな機械なの？

O-arm™は手術中に脊椎のX線画像や立体的なCT画像を撮影するシステムで、手術を受ける体勢のまま画像を撮ることができるよ。さらにナビゲーションシステムと組み合わせることで、リアルタイムに手術中の脊椎をモニタリングできるので、より安全で確実な手術ができるんだ。脊椎固定術などで、背骨に金属製のネジ（スクリュー）を挿入するときに使われるよ。



画面には、平面や断面などさまざまな角度から見た骨の様子と、赤外線に反応する器具の現在位置が表示されるよ。

患者さんの肉体的負担を軽減！

O-arm™の導入で低侵襲手術※ができるようになったよ。傷口が小さく済み、骨や筋肉へのダメージも少なくなり、患者さんの肉体的負担が減っているんだ。また手術中に何度もX線撮影をする必要がなく、患者さんや手術スタッフの被ばく量が低減されるメリットもあるよ。

サラビットのワンポイント用語解説

低侵襲手術（ていしんしゅうしゅじゅつ）
患者さんの体に対して侵襲（負担）が少ない、患者さんに優しい手術のこと。脊椎手術においては、身体を支える筋肉を傷つけないことで回復を早めたり、痛みや出血を抑えたりといったメリットがあるんだ。

キラビト

渓仁会グループの現場でキラリと輝く職員、それが「キラビト」です。
職場を支える個性豊かなバイタリティを持つ「キラビト」たちをご紹介します。

札幌西円山病院
診療技術部 薬剤部
主任補佐
松本（まつもと） みなみ

お互いの意見を尊重し合い、チーム一丸となって医療を支援。

病院薬剤師の仕事は薬を調剤するだけではなく、薬の最新情報を収集・発信することや、病棟で患者さんに服薬指導を行うなど多岐にわたります。この他に、病院内の様々なチーム活動にも所属しており、そのひとつに抗菌薬適正使用支援チームがあります。このチームは、医師、看護師、検査技師、薬剤師が集まり、互いの専門知識を共有しながら「抗菌薬」の適正使用支援をすることに特化したチームで、当病院では2017年10月に設置されました。

抗菌薬は使えば使うほど「耐性菌」と言われる従来の抗菌薬が効かない菌を生み出す可能性があります。現在は新しい抗菌薬の開発が進んでおらず、耐性菌が増えてしまうといざという時に使える薬がないといった事態が起こり得ます。それを防ぐためにも、抗菌薬は適正に処方する必要があります。とはいえ、患者さんは一人ひとり状況が異なり、治療や薬の投与には絶対的な正解もありません。それが難しくもあり興味深くもあります。

抗菌薬適正使用支援チームには職種や経験年数が違うメンバーがいます。お互いの専門分野で分からないことは素直に聞き、みんなで意見交換しながらより良い提案が出来るよう、チームの体制を整えています。

また、2年前から北海道科学大学 薬学部と共同で、抗菌薬使用に関するデータを集積し、根拠に基づいた提案をするよう心掛けています。活動の成果は病院内だけでなく、学会発表を通じて病院外へ発信しています。地道な活動ですが高齢者の抗菌薬治療の一助になれば嬉しいです。個人的な目標としては、今後も研鑽を重ね、抗菌化学療法認定薬剤師の資格取得を目指しています。

【薬剤師】
薬に関する幅広い業務を通じて人々の健康な生活を支える薬の専門家。薬局や病院、介護施設での調剤および服薬指導、情報提供などを代表的な業務とする。最近では病棟業務、抗菌薬適正使用支援など活躍の場が広がり、薬剤の専門知識をより医療現場へ還元できる体制が整えられている。

元気のもと

あおばデイサービスセンター 介護職員
写真右より
冨岡（とみおか） 久美子（くみこ）
田中（たなか） 奈緒（なお）
天野（あまの） 弥生（やよい）
渡部（わたなべ） 奈緒子（なおこ）

私たちは、「BTS大好き」職員です!!

皆さん、「BTS」を知っていますか?BTSは韓国の男性ヒップホップグループです。日本語では、防弾少年団、韓国語でバンタンソニョンダン(Bang Tan Sonyeondan)と発音するので、その頭文字をとって「BTS」と呼ばれています。

私たちは、あおばデイサービスの職員でもありながら、「ARMY（アーミー）」でもあります。「ARMY」とは、BTSのファンを指す愛称です。BTSとファンはいつも一緒にいる、という意味を込めて、グループ名に関連深いキーワードとして「ARMY(=軍隊)」と名付けられたのが由来です。

BTSと出会ったことでプライベートが豊かになっただけではなく、仕事にも相乗効果がありました。これまで以上に職員間のコミュニケーションが増え、職場内も活気づき、その熱は他職員にも派生していきました。BTSの歌やダンスで力をもらうのはもちろん、彼らの話をみんなですることが「元気のもと」になっています。

これからも、私たちの中でBTSは永遠に不滅です。コロナ禍が落ち着いた暁には、みんなで韓国にBTS巡りに行きたいです。皆さん、「BTS」の世界へようこそ!

BTSで「Dynamite!」
'Cause I-I-I'm in the stars tonight...

おすすめスポット

四季折々の楽しみがある
お気に入りの場所です。

グループホーム西円山の丘
介護職員
漆谷（うるしだに） 芳洋（よしひろ）

私の『おすすめスポット』は、帯広広尾自動車道 芽室帯広ICを降りてすぐにある、帯広地方卸売市場 食品関連総合センターの2階で、朝6時30分から営業している「市場食堂ふじ膳」です。帰省した時に妻が教えてくれて、家族とのランチでお邪魔しました。

日替市場定食や、朝定食が人気メニューで、私のおすすめは日替海鮮三色丼1500円(税込)。この値段、量&質じゃコスパ最強でした。日替わりなので、うにやホタテなど市場ならではの新鮮な食材を活かしたメニューが飽きずに味わえます。

また、同センターの1階では水産物・青果、菓子や缶詰、お肉などが販売されており、一般の方でも買い物ができます。帯広市に立ち寄った際は、ぜひ、足を運んでみてください!

帯広地方卸売市場
「市場食堂ふじ膳」

〒080-2492
帯広市西21条北1丁目5-1

SALA

かんたん体操

深仁会円山クリニック
運動指導科
健康運動指導士
鈴木（すずき） 雄人（ゆうと）
（本文・モデル）

頭の体操

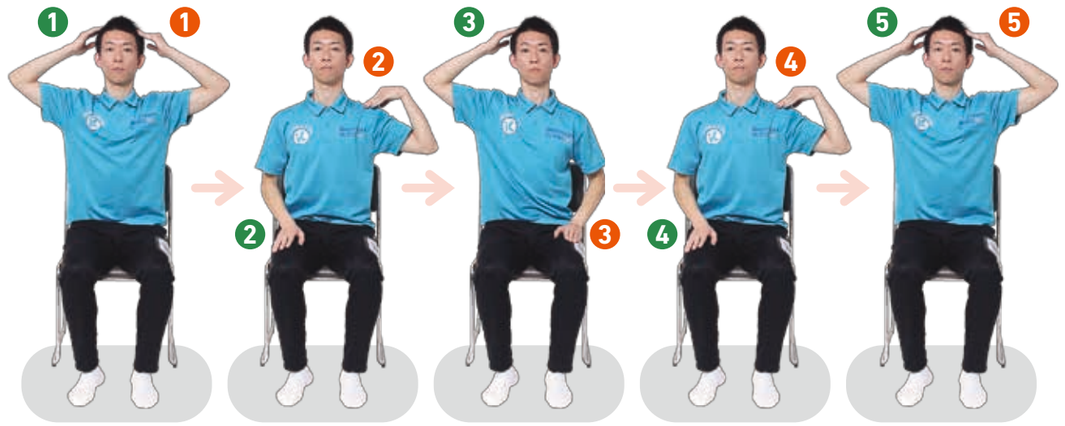
体を正確に動かすためには筋肉だけでなく、神経の働きも大切です。
体を使った頭の体操で、脳も鍛えておきましょう。

あべこべタッチ

★まずは片手ずつ動きを確認してみましょう

右手と左手を同時に動かしてタッチする

右手 ❶頭→❷太もも→❸頭→❹太もも→❺頭　※頭と太ももを交互に触る
左手 ❶頭→❷肩→❸太もも→❹肩→❺頭　※「❸太もも」まで行ったら来た道を戻る



とんとんスリスリ

★反対も行う

右手と左手を同時に動かす

右手 こぶしで太ももを繰り返したたく
左手 手のひらで太ももを繰り返しなでる

とんとんスリスリ：レベルアップ

とんとんスリスリを太ももに触れずに行う

医学ひとくち講座

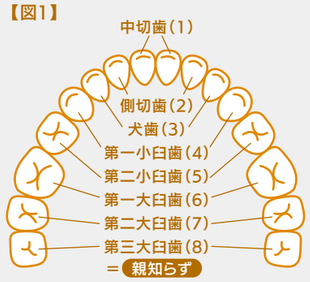
親知らずの抜歯について

親元を離れる年齢にできあがり、親が知らないうちに生えるため、その名前がついたとされる「親知らず」。多くの人が奥歯の一番奥に、この親知らずを持っているそうですが、これは必ず抜く必要があるのでしょうか。親知らずによるトラブルや、抜歯の判断などについて手稲渓仁会病院 歯科口腔外科 沖田美千子 副部長、同 歯科衛生士の宮本晴香氏に聞きました。

「親知らず」とはそもそも、どの歯を指すのでしょうか？

上下合わせて28本ある永久歯の外側に位置する歯です。前歯の中央から数えて8番目、永久歯の一番奥の第二大臼歯（だいきゅうし）の隣にある「第三大臼歯」のことを指します（図1）。

【図1】



親知らずは、ものごとの分別をわきまえるようになる18歳～20歳に生えることが多いため、知恵・知力の意味を持つ智という言葉を用いて「智歯（ちし）」とも呼ばれます。多くの人が親知らずを持っていますが、トラブルの原因になることも少なくありません。

親知らずがあることで、どのようなトラブルが起こり得るのですか？

普通の歯のようにまっすぐに生えて虫歯がなければ問題ありません。生え方に異常がある場合は、さまざまなリスクが想定されます。

比較的多いのが、歯が傾いたり横向きに生え、歯の一部が歯茎から出ているようなケースです。奥歯の奥にある歯なので磨きにくいため、炎症を起こしやすく、傾いた歯が第二大臼歯を押すことで隙間ができ、細菌や食べかすが入り込んで虫歯になることがあります。

また、親知らずは歯茎のなかに隠れていることがありますが、上下いずれかだけが生えると、咬み合う歯がないため歯茎を咬み、炎症を起こしたりします。さらに親知らずに第二大臼歯が押されて、歯並びが悪くなることがあります（図2）。

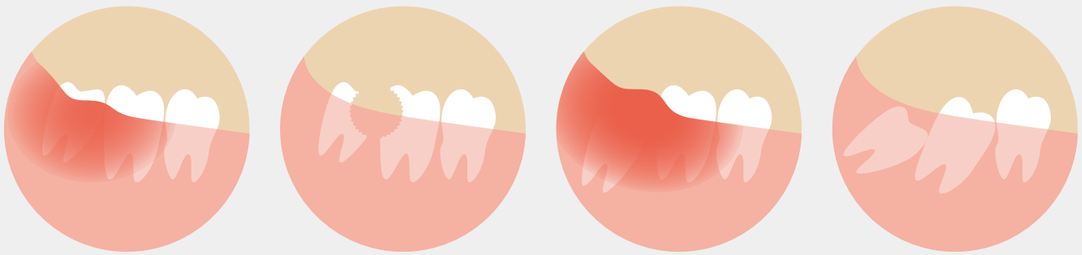
【図2】親知らずの代表的なトラブル

智歯周囲炎
親知らずの周囲の歯ぐきの炎症
第二大臼歯（智歯の前の歯）の隙間から細菌が侵入して炎症を起こす。

隣の歯が虫歯になる
親知らずは歯ブラシが届きにくく、プラーク（歯垢）の除去が困難で不潔になりやすいため、虫歯ができる。

奥歯の後ろの歯ぐきを咬むことによる炎症
上下のいずれか片方しか生えていない場合には、親知らずが生えても咬み合う歯がないため、奥歯の後ろの歯ぐきを咬んで、炎症を起こす。

歯列不正
生える力によっては歯並びが悪くなる
親知らずに押された歯が倒れて、歯並びが悪くなる。



親知らずは、必ず抜いた方が良いのでしょうか？

レントゲンで歯の向きや形、骨の状態、虫歯の有無などを診断するとともに、現在の状況から前述のようなリスクがあれば、抜歯することをお勧めしています。

ただし、下あごの親知らずの下には下唇の感覚の神経があり、あごの深いところに歯があると神経を損傷する可能性があります。また年齢を経ると骨が硬くなって抜歯に時間がかかることもあります。症状のない歯は総合的に判断して抜歯を行うかどうか決定していきます。

親知らずの抜歯は、虫歯などの抜歯とは違うのでしょうか？

親知らずは、真っ直ぐ生えていないものも多いため、歯茎を切開し、あごの骨をけずって歯を歯冠（頭の部分）と歯根（根）で分割し、抜歯します。普通の抜歯よりも腫れや出血が多くなり、完全に回復するまでには2～3週間かかるのが一般的です。

ちなみに、親知らずの抜歯では全身麻酔や、静脈内鎮静法により、複数本同時に抜いてしまうという方法も行われています。

痛みが出た場合は、すぐに抜歯してもらった方がよいのでしょうか？

痛みには虫歯によるものと炎症が原因の場合があります。虫歯の場合、普通の歯であればまず治療を行いますが、親知らずは歯根が変形していて治療が難しいことが多く、早期に抜歯が検討されます。

一方、炎症による痛みの場合は、麻酔が効きづらく、傷も治りにくい可能性があるため、抗菌薬などで炎症を抑えてから抜歯を行います。抜歯後は歯科医師・歯科衛生士の指導のもとケアを行い、治癒を目指すことになります。

定期的な歯科の受診をお勧めします。

トラブルを未然に防ぐためには、自分の親知らずがどのような状態かを知っておくことが重要になります。

お口の中の異常を早期に発見するため、できれば、かかりつけの歯科医院を持ち、定期的に受診して調べてもらったり、歯科衛生士に歯ブラシの使い方の指導などをしてもらうことをお勧めします。診察の結果、抜歯が必要となれば口腔外科の専門病院の紹介を受けていただくことで、スムーズに処置を受けることができます。（公社）日本口腔外科学会認定「口腔外科専門医」が在籍している病院でしたらよりベターです。

手稲渓仁会病院
歯科口腔外科 副部長
沖田（おきた） 美千子（みちこ）

プロフィール

・札幌医科大学附属病院

■（公社）日本口腔外科学会認定「口腔外科専門医」「口腔外科指導医」
■（公社）日本顎顔面インプラント学会認定専門医
■がん治療に携わる医師を対象とした緩和ケアに関する研修修了

手稲渓仁会病院
歯科口腔外科 歯科衛生士
宮本（みやもと） 晴香（はるか）

プロフィール

■（一社）日本口腔ケア学会認定 4級
■口腔ケアアンバサダー

栄養士さんの ひとSALA

免疫力UP!! あったか♪ 鮭の粕汁

酒粕は日本酒を作る際にできる絞り粕で、含まれている麹菌や酵母の成分には免疫力を高める作用があります。また、鮭の切身のオレンジ色はアスタキサンチンという名前の色素で、抗酸化作用があり免疫力を高める力があります。なお、鮭に含まれるビタミンDはカルシウムや骨の代謝を促進し、骨密度を高くし骨を強くする作用があります。今回は酒粕、鮭に加えて発酵食品のみそや身体を温める作用のある根菜を使った「鮭の粕汁」を紹介します。身体を芯から温めてくれるので、寒い冬にぴったりです。

1人分の栄養価

エネルギー	222kcal
たんぱく質	17.4g
脂質	6.5g
カルシウム	49mg
ビタミンD	11.5μg
食物繊維	4.5g
塩分	2.0g

材料（2人分）

鮭切身（甘塩）	1切（100g）	酒粕	50g
大根	80g	白みそ	36g（大さじ2杯）
人参	40g	だし汁（市販の顆粒だしを使用しても可）	500cc（100ccと400ccに分けておく）
ごぼう	20g	万能ねぎ（飾り用）	少々
長ねぎ	30g		

POINT!

- 塩分を控えている方は塩鮭を生鮭に変更することで塩分を2.0gから1.2gまで抑えることができます。
- 酒粕を抜き、じゃがいもを加えると石狩汁としてお楽しみいただけます。

作り方

1. 温めただし汁100ccに酒粕をちぎって入れ、30分浸してスプーンでつぶしておく。
2. 鮭は4等分に切る。
3. ごぼうはささがきにし、水にさらしておく。長ねぎは斜め切りにする。
4. 大根は5mmのいちょう切りに、人参は5mmの半月切りにする。
5. 鍋にだし汁400cc、ごぼう、大根、人参を入れて火にかける。
6. 野菜が柔らかく煮えたら鮭と長ねぎを加える
7. 火が通ったら弱火にしてアクを取り、酒粕と白みそを少しずつ溶き入れて軽く煮込む。
8. お椀に盛りつけ、小口切りにした万能ねぎを飾って、出来上がり。

※5分ほど煮込むことでアルコールを蒸発させることができますが、アルコールを控えている方やお子さんがいらっしゃるご家庭は注意しましょう。なお、酒粕の量はご家庭で調節してください。

Profile

コミュニティホーム八雲
栄養管理課 副主任
管理栄養士
佐藤（さとう） 今日子（きょうこ）

天使大学 看護栄養学部 栄養学科卒業
2006年より勤務
職場と上司の協力と理解があり、結婚と出産後も仕事を続け、おかげ様で勤続15年を迎えました。今後も他職種と連携を図り、食事・栄養を通して利用者さんに心身ともに元気に過ごしていただけるよう努めていきます。

教えて！ 齋藤さん

専門のスタッフが制度や手続きなどについて解説します。

手稲渓仁会
デイサービス織彩
管理者 生活相談員
齋藤（さいとう） 信美（のぶみ）

認知症対応型通所介護について

生活相談員 | 介護や支援が必要と認定された高齢者や障がい者、そのご家族を対象として、介護老人福祉施設等において入所から生活まで援助・調整を行います。

認知症対応型通所介護とは

認知症である要介護者の心身の特性を踏まえて、その方が有する能力に応じて自立した日常生活を営むことができるよう、必要な日常生活上のお世話および機能訓練を行うことにより、利用者さんの社会的孤立感の解消、および機能の維持、並びに利用者さんのご家族の身体的・精神的負担の軽減を目的とした在宅のサービスです。

サービス内容

認知症の症状により、記憶機能等の認知機能が低下し、日常生活に支障が生じている利用者さんに対して、入浴や排泄の介助、食事の提供等のサービスを行います。また、ご家族やケアマネジャーと生活等についての相談・助言・健康状態の確認を行い、利用者さんご本人だけでなく、ご家族も含めたケアを行います。

通常の通所介護（デイサービス）との違い

認知症対応型通所介護は定員が12名以下となっており、また人員配置基準では一般の通所介護よりも職員配置が多く定められているので、利用者さんは少人数で手厚いケアを受けることができます。認知症の方は大人数での活動や、知らない方との交流を苦手にする方も多いため、穏やかにゆっくりと時間を過ごすことができる環境と言えます。

手稲渓仁会デイサービス織彩の取り組みのひとつ

当事業所には『利用者さんがデイサービスに通うことを日常として受け入れてくれない』といった相談が最も多く、サービス提供も初めはスムーズにいかないことがほとんどです。その際はスタッフがご自宅への訪問を重ね、信頼関係を築いて利用者さんが安心して来所できる環境を作ることから始めます。また、慣れない場所に長時間滞在するのも利用者さんには負担になるため、利用時間も無理をせず短時間から慣れていただきます。利用者さんに『ここは安心な居場所だ』と感じていただいてから、時間や利用日を増やしていくことにより、安定したサービス利用に繋がるケースが多いです。

手稲渓仁会デイサービス織彩　TEL：011-685-3328

渓

渓仁会人

コミュニティホーム八雲　施設長

俣野順（またのじゅん）

スタッフが働きやすい環境を整えながら、より手厚いサービスの提供を目指したい。

コミュニティホーム八雲の施設長に就任したのは2021年6月です。まだ日は浅いのですが、利用者さんや入所者さんの多くは町内の方々で、同じく町内出身の職員とは顔見知りということもあり、人情に厚いというか、良い意味でのどかな雰囲気の施設というのが第一印象でした。

私は北海道大学で医学を修め、出身地である福岡県の病院での研修を修了後、札幌市に戻り、北海道大学病院 第二外科（現 消化器外科Ⅱ）を経て国立札幌病院（現 北海道がんセンター）心臓外科の立ち上げに携わりました。その後、手稲渓仁会病院に入職して小児専門の心臓外科医として執刀にあたり、定年を迎えています。

そのタイミングで、定山渓病院からの誘いを受けて約10年間勤務した後、このたび施設長として当施設に赴任してきたというのが今に至る経緯です。

以前に同じ渓仁会グループのコミュニティホーム白石に医師として応援に行っていた経験があるため、在宅への復帰を目指して身体・認知機能の回復訓練等を行う介護老人保健施設の概要は理解していました。管理者としての仕事はもちろん初めてですが、何よりもまず、看護師をはじめ介護職員、理学療法士、作業療法士、支援相談員、栄養士、ケアマネジャーなど各スタッフがスムーズに連携しながら、気持ちよく働ける環境づくりに取り組んでいきたいと考えています。スタッフがいきいきと活躍できなければ、質の高いサービスは提供できないからです。

施設長に就任後、一時的に中断していた看取りを始めるなど、より手厚いサービスの拡充を目指しているところです。同時に、在宅で健やかに過ごしていただくために、当施設への通所が有効であることを、さらに広く伝えていくことが大切だと考えています。自宅でじっとしていると、心身が機能低下する廃用症候群になる危険があります。当施設で仲間と話し、身体を動かしたり食事をしたり、必要に応じてリハビリを受けることのメリットをアピールしたいと思っています。

今は毎週、入所者さんのもとを訪ねる回診が楽しいですね。いろいろな考え方に触れられますし、お互いを理解し、会話が深まっていくことに面白みを感じています。コミュニケーションが難しかった方が、入所して暮らすうちに打ち解けていくケースも少なくありません。これは、親しみをもって接する職員のおかげだと感じますし、施設長として自慢したい部分です。

八雲町で暮らすのも初めてでしたが、噴火湾のマツカワ、ナメタカレイ、ソイなどが近くの鮮魚店で手に入るなど、魚好きの私にとっては、この町もとても魅力的ですね。

施設概要

種　別	介護老人保健施設
定　員	入所90名、通所55名
住　所	二海郡八雲町栄町13-1
問い合わせ	TEL：0137-65-2000

TopiKs

渓仁会グループの最新情報は
https://www.keijinkai.com

西円山ハーティケアの丘で地域とつながる「まるやまカァー助（すけ）の会」を結成

札幌西円山病院、西円山敬樹園、カームヒル西円山、グループホーム西円山の丘からなる「西円山ハーティケアの丘」では、有志の職員が一体となって地域活動を行う「まるやまカァー助の会」を2021年2月に発足し、計19名が活動しています。

これまでは「リハビリ健診」や「認知症カフェ」、「地域カフェ」など、それぞれの施設で地域活動を行っていましたが、長引くコロナ禍で活動自粛を余儀なくされたことをきっかけに、“医療×福祉”が一緒になって活動する西円山ハーティケアの丘の特長を活かしていきたいと取り組みをスタートしました。

会の名称はカラスの里でもある自然豊かな地域にちなみ、見て見ぬふりをせず地域のニーズにありのまま応えていきたいという想いをこめて名付けられました。同会では、「働く職員がもっと地域を知り、地域とともにあゆむ病院・施設づくり、そしてその先のまちづくりを考えていける活動」を目指しており、今回は結成からの主な取り組みを2つご紹介します。

取り組み 1

活動第一弾として、レクリエーションなどの活動でカームヒル西円山、西円山敬樹園、札幌西円山病院 介護医療院の入所者さんが英字の古新聞を折って作成した「新聞紙エコバッグ」を、まるやまカァー助の会の挨拶文を添えて、町内の商店や児童会館など12カ所へ配布しました。地域の方からご好評をいただいており、今後も地域と繋がるツールとして活用していきます。

取り組み 2

地域の子ども達と交流する一環として、11月18日（木）に円山西町児童会館で、イベント『1日センセー』を開催いたしました。第1回目の今回は札幌西円山病院 感染管理認定看護師の齋藤志麻さんにセンセーをお願いし、「手洗い」をテーマにウイルスから自分自身を守るための、正しい手洗い方法を子ども達に伝授しました。手洗いについて真剣に取り組んだ後は、子ども達と一緒にコマ回し等の遊びをして交流を図りました。

後日、児童会館の館長さんからは「子ども達が手洗いを熱心に行うようになった」との声をいただきました。『1日センセー』はシリーズとして、今後もテーマを変えながら継続していく予定です。

TopiKs

小規模多機能型居宅介護 白石の郷を開設

社会福祉法人渓仁会は、2021年10月1日（金）に「小規模多機能型居宅介護 白石の郷」をオープンしました。小規模多機能型居宅介護は、利用者さんが可能な限り自立した日常生活を送ることができるよう、事業所への「通い」を中心に、状況にあわせて「泊まり」や利用者さん宅への「訪問」の3つを組み合わせたサービスで、住み慣れた地域で長く生活できるよう支援を行います。

また同事業所は、コミュニティホーム白石に併設されているため、専門のセラピストがリハビリのプログラムを監修しており、それぞれの利用者さんにあわせたプログラムを提供します。同事業所の鳥本有希 所長は「在宅生活を楽しく安心して過ごしていただけるように、施設内にリハビリスペースを確保しています。利用者さんに合わせた日常生活動作の練習や、お買いものなどの困りごとを確認し、利用者さんが『自分でできること』を長く続けて行けるようにサポートしていきます」と話しています。

小規模多機能型居宅介護 白石の郷

住　　所：〒003-0024
札幌市白石区本郷通3丁目南1番16号
電　　話：011-864-3100
利用定員：登録29名（通い15名、泊まり5名）

札幌渓仁会リハビリテーション病院 院内に放送局を開設

札幌渓仁会リハビリテーション病院では、コロナ禍で面会や外出・外泊が制限されている中、少しでも入院患者さんの"心のプラス"になる取り組みとして、院内放送を利用した「まるべりぃ放送局」を立ち上げました。月ごとに「病院のなりたち」や、「口腔ケア」「感染対策」などのテーマで、ミニ知識が得られる内容を毎月2回、第2・第4火曜日の12時45分より放送しています。ジングルやBGMもまるべりぃ放送局のオリジナルです。なお過去の放送は病院ホームページより視聴可能です。

札幌渓仁会リハビリテーション病院ホームページ ▶

医療法人渓仁会の施設で病院祭を開催しました

札幌西円山病院と定山渓病院で病院祭を開催しました。感染対策のためご家族の皆さんの参加は見送られましたが、職員が工夫を凝らした病院祭の様子をご紹介します。

札幌西円山病院

2021年は9月13日（月）～17日（金）の1週間を「病院祭Week」と名付け、病棟ごとに開催をしました。期間中はお祭りの雰囲気を感じられるように病院全体を装飾し、ヨーヨー釣りや輪投げなどのゲームコーナーや、食事も記念のお祝いメニューが振る舞われました。また、100歳を迎える患者さんへの記念品贈呈などが行われました。

定山渓病院

2021年10月20日（水）に開催しました。病棟にいてもお祭りを楽しめるよう、定山渓温泉のPR隊長『かっぽん』が病院内を練り歩き、患者さんや職員と触れ合いました。また、院内テレビでは旅気分を味わってもらおうと「定山渓温泉めぐり」を放送。食事も焼き鳥や焼きそばなどを札幌市南区内のお店から取り寄せるなど、特別な1日になりました。

STVラジオで渓仁会グループが「医療・福祉ひとくち講座」放送開始

STVラジオ「工藤じゅんきの十人十色」番組内のコーナーで第2・第4木曜日12：18頃～（5分間）「医療・福祉ひとくち講座」を放送しています。幅広く医療と福祉についての情報を発信していますので右記よりお楽しみください。

札幌 1440kHz（FM90.4MHz）
函館 639kHz　旭川 1197kHz
釧路 882kHz 他
ラジオが聞ける無料アプリ「radiko」

●放送スケジュール

1月	13日	口は体の一部	定山渓病院 歯科診療部長 久米麻也子
	27日	口腔ケア	
2月	10日	地域とつながる取り組み ～まるやまカァー助の会～	札幌西円山病院 つながる地域サポート部 医療福祉相談課/在宅ケアセンター 加藤彩芳
	24日		
3月	10日	オーラルフレイル ～お口の機能衰えていませんか～	札幌渓仁会リハビリテーション病院 歯科衛生科 主任 小山田貴子
	24日	オーラルフレイル ～お口の機能のアップを目指す～	

※記載されている内容に関しましては変更する場合がございますのでご了承ください。

手稲渓仁会病院 提携医療機関のご紹介

手稲渓仁会病院 患者サポートセンター
●011-685-2904（医療連携担当直通）　●011-685-2976（医療相談担当直通）

八軒内科 ファミリークリニック

院長のこれまでの歩みをお聞かせください

幼少時代は両親の仕事の関係でインドネシアで過ごし、帰国後は札幌市で育ちました。中学生の頃に交通事故を目の当たりにしたことで「救える命をきちんと救える人になりたい」との思いを抱くようになり、医学の道を志しました。大学卒業後はリハビリテーションや救急医療について学びを重ね、手稲渓仁会病院救命救急センターでは多くの出会いを通して経験を積み、2021年10月に八軒内科ファミリークリニックを開院いたしました。

クリニックの特徴をお教えください

救急医療とリハビリテーションについての経験を生かし、「町のお医者さん」として幅広い医療提供を目指しています。正しい医療知識のもと、適切な診断・治療を行い、必要な場合は手稲渓仁会病院など専門の病院に紹介する連携システムを構築しています。また、訪問診療も積極的に行っています。持ち運びできるレントゲンやエコーなどの検査機器を取り揃えており、患者さんのご自宅でもさまざまな検査を行うことができます。外来診療に関しても、発熱や生活習慣病、リハビリテーションをはじめ、患者さんに寄り添った医療を提供できるように体制を整えていく予定です。

地域への思いや取り組みについてお聞かせください

当クリニックは「患者様ひとり一人のステージに合った医療を 適切に 積極的に 連続的に 提供します。」を理念に掲げています。ただ病気を看るだけでなく、患者さんと社会とのつながりも考慮したうえで、日常生活に戻るための環境づくりやバックアップも必要だと考えています。そのために医療、介護、リハビリテーションなどの各機関が連携し、地域においては私のような町医者が主体となって地域医療を支えることが大切だと思っています。

地域の方々へ、メッセージをお願いします

八軒という地域の医療を継続的に支えていくためには、幅広い疾患に正しく対応していかなければなりません。今後も、私自身が新しい知見を得るための勉強を重ねていくことに加えて、各専門家とも協力しながら地域全体の命や健康を守っていくことが目標です。調子が良くないと感じたら「まずは“八クリ”に行こう！」と思っていただけるクリニックを目指していきたいです。

院長 大坪（おおつぼ） 優介（ゆうすけ） 医師
旭川医科大学 卒業
恵み野病院（初期研修医）、札幌医科大学リハビリテーション医学講座 助教、札幌医科大学 救急医学講座 高度救命救急センター 助教、手稲渓仁会病院 救命救急センター 医長を経て、2021年10月に当クリニックを開院。

待合室
ナチュラルテイストで、明るく開放感のある待合室

ポータブル検査機器
レントゲン（左）やエコーなど、訪問診療の際に持ち運べる検査機器が充実

診察室と検査機器
明るく整然とした診察室は、血液検査やPCR検査にも対応

診療案内／内科、リハビリテーション科
診療時間／［月～金］9:00～12:00、14:00～18:00
（水・木の午後は往診）
［土曜日］10:00～14:00
休　診　日／日曜、祝日、年末年始
住　　所／札幌市西区八軒5条西1丁目 Collab八軒 2F
T　E　L／011-500-2498
H　　P／https://www.8ken-familyclinic.com

渓仁会グループの社会的使命

「ずーっと。」
人と社会を支える

私たち渓仁会グループは、
社会的責任（CSR）経営を推進します。
高い志と卓越した
保健・医療・介護・福祉サービスにより、
「一人ひとりの生涯にわたる安心」と
「地域社会の継続的な安心」を支えます。

渓仁会グループの事業理念

- 信頼の確立
- 安心感と満足の提供
- プロフェッショナル・マインドの追求
- 変革の精神

「ずーっと。」
人と社会を支える

渓仁会グループ

https://www.keijinkai.com

治療とケア

最新の医療技術と機器を備え総合医療を提供しています。救急指定医療機関として、24時間・365日あらゆる疾患・外傷の患者さんを受け入れています。

- (高度)急性期・専門医療 手稲渓仁会病院
  札幌市手稲区前田1条12丁目1-40
  ☎011-681-8111
- 手稲渓仁会クリニック
  札幌市手稲区前田1条12丁目2-15
  ☎011-685-3888
- 手稲家庭医療クリニック
  札幌市手稲区前田2条10丁目1-10
  ☎011-685-3920

リハビリと療養

看護・介護・リハビリテーションを中心とした医療サービスを提供しています。

- 回復期医療 札幌渓仁会リハビリテーション病院
  札幌市中央区北10条西17丁目36-13
  ☎011-640-7012
- 回復期・慢性期医療 札幌西円山病院
  札幌市中央区円山西町4丁目7-25
  ☎011-642-4121
- 地域包括・慢性期医療 定山渓病院
  札幌市南区定山渓温泉西3丁目71
  ☎011-598-3323

保　健

健康のチェックと病気の早期発見、健康管理、予防に関するサービスを提供しています。

- 人間ドック・健康診断施設 渓仁会円山クリニック
  札幌市中央区大通西26丁目3-16
  ☎011-611-7766

介　護

介護医療院

住まいと生活を医療が支える居宅系施設です。

- 札幌西円山病院 介護医療院
  札幌市中央区円山西町4丁目7-25
  ☎011-642-4121

介護老人福祉施設(特別養護老人ホーム)

原則65歳以上の方を対象に介護サービス計画に基づき、食事・入浴・排せつなどの日常生活の介護や機能訓練、健康管理が受けられます。

- 西円山敬樹園
  札幌市中央区円山西町4丁目3-20
  ☎011-631-1021
- 月寒あさがおの郷
  札幌市豊平区月寒西1条11丁目2-35
  ☎011-858-3333
- 岩内ふれ愛の郷
  岩内郡岩内町字野東69-4
  ☎0135-62-3131
- きもべつ喜らめきの郷
  虻田郡喜茂別町字伏見272-1
  ☎0136-33-2711

地域密着型介護老人福祉施設

- 手稲つむぎの杜
  札幌市手稲区前田2条10丁目1-7
  ☎011-685-3726
- 菊水こまちの郷
  札幌市白石区菊水上町4条3丁目94-64
  ☎011-811-8110
- るすつ銀河の杜
  虻田郡留寿都村字留寿都186-95
  ☎0136-46-2811

社会復帰生活支援

介護老人保健施設

病状の安定期にあり、入院治療をする必要のない方に医療・保健・福祉の幅広いサービスを提供する、介護保険適用の施設です。

- コミュニティホーム白石
  札幌市白石区本郷通3丁目南1-35
  ☎011-864-5321
- コミュニティホーム八雲
  二海郡八雲町栄町13-1
  ☎0137-65-2000
- コミュニティホーム美唄
  美唄市東5条南7丁目5-1
  ☎0126-66-2001
- コミュニティホーム岩内
  岩内郡岩内町字野東69-26
  ☎0135-62-3800

軽費老人ホーム(ケアハウス)

食事の提供、入浴の準備、緊急時の対応、健康管理及び相談助言を基本サービスとして自立の維持ができる施設です。

- カームヒル西円山
  札幌市中央区円山西町4丁目3-21
  ☎011-640-5500

認知症対応型共同生活介護(グループホーム)

認知症の方が、小規模な生活の場において食事の支度・掃除・洗濯などを共同で行い、家庭的な雰囲気の中で穏やかな生活を過ごせるよう支えます。

- グループホーム白石の郷
  札幌市白石区本郷通3丁目南1-16
  ☎011-864-5861
- グループホーム西円山の丘
  札幌市中央区円山西町4丁目3-21
  ☎011-640-2200

短期入所生活介護(ショートステイ)

事情により介護ができないときに短期間入所していただき、ご家族に代わって食事・入浴等日常生活のお世話をいたします。

- 西円山敬樹園ショートステイセンター
  札幌市中央区円山西町4丁目3-20
  ☎011-631-1021
- おおしまショートステイセンター
  宮城県気仙沼市廻舘55-2
  ☎0226-26-2272
- 月寒あさがおの郷ショートステイセンター
  札幌市豊平区月寒西1条11丁目2-35
  ☎011-858-3333
- 岩内ふれ愛の郷ショートステイセンター
  岩内郡岩内町字野東69-4
  ☎0135-62-3131
- ショートステイセンターつむぎ
  札幌市手稲区前田2条10丁目1-7
  ☎011-685-3726
- コミュニティホーム白石ショートステイセンター
  札幌市白石区本郷通3丁目南1-35
  ☎011-864-5321

介護予防在宅支援

地域包括支援センター

高齢者の誰もが、住み慣れた地域でその人らしい尊厳ある生活を継続できるよう支援しています。

- 札幌市白石区第1地域包括支援センター
  札幌市白石区本通4丁目北6-1 五光ビル3F
  ☎011-864-4614
- 岩内町地域包括支援センター
  岩内郡岩内町字野東69-26
  ☎0135-61-4567
- 札幌市白石区第3地域包括支援センター
  札幌市白石区本通17丁目南5-12 清友ビル1F
  ☎011-860-1611
- 気仙沼市大島地域包括支援センター
  宮城県気仙沼市廻舘55-2
  ☎0226-25-8570

介護予防センター

高齢になっても、住み慣れた地域で、その人らしい自立した生活が継続できるように介護予防事業を行っています。

- 札幌市中央区介護予防センター円山
  札幌市中央区円山西町4丁目3-20
  ☎011-633-6056
- 札幌市中央区介護予防センター曙・幌西
  札幌市中央区円山西町4丁目3-20
  ☎011-633-6055
- 札幌市白石区介護予防センター白石中央
  札幌市白石区本郷通3丁目南1-35
  ☎011-864-5535
- 札幌市南区介護予防センター定山渓
  札幌市南区定山渓温泉西3丁目71
  ☎011-598-3311
- 札幌市手稲区介護予防センターまえだ
  札幌市手稲区前田2条10丁目1-7
  ☎011-685-3141

生活支援通所介護

通所介護(デイサービス)

要支援1・2、要介護1～5と認定された40歳以上の方を対象に、食事や入浴、機能訓練や趣味活動などのサービスを提供します。

- あおばデイサービスセンター
  札幌市厚別区青葉町4丁目10-27
  ☎011-893-5000
- 円山渓仁会デイサービス
  札幌市中央区北1条西19丁目1-2
  ☎011-632-5500
- 手稲渓仁会デイサービスつむぎ
  札幌市手稲区前田2条10丁目1-7
  ☎011-685-2568
- デイサービスセンターすまいる
  美唄市東4条南5丁目1-4
  ☎0126-66-2525
- デイサービスセンターおおしま
  宮城県気仙沼市廻舘55-2
  ☎0226-26-2272
- 月寒あさがおの郷デイサービスセンター
  札幌市豊平区月寒西1条11丁目2-35
  ☎011-858-3333
- るすつ銀河の杜デイサービスセンター
  虻田郡留寿都村留寿都186-18
  ☎0136-46-2811

小規模多機能型居宅介護

- 小規模多機能型居宅介護菊水こまちの郷
  札幌市白石区菊水上町4条3丁目94-64
  ☎011-811-8110
- 小規模多機能型居宅介護あおば
  札幌市厚別区青葉町4丁目10-27
  ☎011-893-5000
- サテライト型小規模多機能ホームるぴなす
  札幌市白石区東札幌5条3丁目2-32-103
  ☎011-595-8461
- 小規模多機能型居宅介護つむぎ
  札幌市手稲区前田3条9丁目2-7
  ☎011-686-0300
- 小規模多機能型居宅介護 白石の郷
  札幌市白石区本郷通3丁目南1-16
  ☎011-864-3100

認知症対応型通所介護(デイサービス)

- 手稲渓仁会デイサービス織彩(しきさい)
  札幌市手稲区前田2条10丁目1-7
  ☎011-685-3328

指定居宅介護支援事業所

介護支援専門員(ケアマネジャー)が介護保険サービス利用の申請手続きや、ケアプランの作成など介護保険に関するさまざまな相談に応じています。

- 渓仁会在宅ケアセンターつむぎ
  札幌市手稲区前田2条10丁目1-7
  ☎011-685-2322
- 札幌西円山病院在宅ケアセンター
  札幌市中央区円山西町4丁目7-25
  ☎011-642-5000
- 定山渓病院在宅ケアセンター
  札幌市南区定山渓温泉西3丁目71
  ☎011-598-5500
- 居宅介護支援事業所コミュニティホーム白石
  札幌市白石区本郷通3丁目南1-35
  ☎011-864-2252
- 指定居宅介護支援事業所あおば
  札幌市厚別区青葉町4丁目10-27
  ☎011-893-8761
- 居宅介護支援事業所すまいる
  美唄市東4条南5丁目1-4
  ☎0126-66-2525
- 居宅介護支援事業所やくも
  二海郡八雲町栄町13-1
  ☎0137-65-2121
- おおしまハーティケアセンター
  宮城県気仙沼市廻舘55-2
  ☎0226-26-2272
- ケアプランセンターさつき
  岩内郡岩内町字野東69-26
  ☎0135-67-7801
- ケアプランセンターこころ まるやま
  札幌市中央区北1条西19丁目1-2
  ☎011-640-6622
- ケアプランセンターこころ ようてい
  虻田郡留寿都村留寿都186-18
  ☎0136-46-2811

札幌市障がい者相談支援事業所・札幌市障がい者住宅入居等支援事業所

障がいがあっても、住み慣れた地域で自立した生活ができるよう、さまざまな相談に応じています。

- 相談室こころ ていね
  札幌市手稲区前田2条10丁目1-7
  ☎011-685-2861
- 相談室あんど
  札幌市手稲区前田4条14丁目3-10
  ☎011-676-3612

在宅支援生活支援

訪問看護ステーション

看護師がご自宅に訪問し、主治医の指示に基づき、医療処置・医療機器を必要とされる方の看護を行っています。

- はまなす訪問看護ステーション
  札幌市手稲区前田2条10丁目1-10
  ☎011-684-0118
- 訪問看護ステーションあおば
  札幌市厚別区青葉町4丁目10-27
  ☎011-893-5500
- 訪問看護ステーション岩内
  岩内郡岩内町字野東69-26
  ☎0135-62-5030
- 訪問看護ステーションそうえん
  札幌市中央区北10条西17丁目1-4
  ☎011-688-6125

訪問介護(ホームヘルパーステーション)

ご家族で介護を必要とされる方が、快適な生活を過ごせるようご家庭に訪問し、日常生活をサポートします。

- 西円山敬樹園ホームヘルパーステーション
  札幌市中央区円山西町4丁目3-20
  ☎011-644-6110
- コミュニティホーム白石ホームヘルパーステーション
  札幌市白石区本郷通3丁目南1-35
  ☎011-864-2008
- ホームヘルパーステーションすまいる
  美唄市東4条南5丁目1-4
  ☎0126-66-2525
- ホームヘルパーステーションおおしま
  宮城県気仙沼市廻舘55-2
  ☎0226-26-2272
- コミュニティホーム八雲ホームヘルパーステーション
  二海郡八雲町栄町13-1
  ☎0137-65-2122
- ケアセンターこころ ようてい
  虻田郡喜茂別町字伏見272-1
  ☎0136-33-2112
- ソーシャルヘルパーサービス
  札幌市中央区北8条西18丁目1-7
  ☎011-633-1771

児童発達支援

通所(児童デイサービス)

0歳児から高校生までの、児童発達支援・放課後等デイサービス・居宅訪問型児童発達支援サービスを行います。

- 児童デイサービスぱぷりか
  札幌市厚別区青葉町4丁目10-27
  ☎011-893-5006

身体障がい者支援

医療法人稲生会

身体障がいを抱えた方の在宅療養を包括的に支援します。

- 生涯医療クリニックさっぽろ
  ☎011-685-2799
- 訪問看護ステーションくまさんの手
  ☎011-685-2791
- 居宅介護事業所Yiriba
  ☎011-685-2799
- 短期入所事業所どんぐりの森
  ☎011-685-2799

札幌市手稲区前田4条14丁目3-10(住所共通)

地域医療支援

公立診療所の指定管理者として地域の医療を支えます。

- 泊村立茅沼診療所
  古宇郡泊村大字茅沼村711-3
  ☎0135-75-3651

渓仁会グループ

- 医療法人渓仁会 法人本部 〒006-0811 札幌市手稲区前田1条12丁目2-30 渓仁会ビル3F ☎011-699-7500(代表)
- 社会福祉法人渓仁会 法人本部 〒064-0823 札幌市中央区北3条西28丁目2-1 サンビル5F ☎011-640-6767(代表)