

さら ネット

ご自由にお持ちください



特集

札幌西円山病院 介護医療院 「にしまるポッケ」開設

TopiOs

手稲溪仁会病院、
北海道胆振東部地震発生時の対応

栄養士の
レシピリレー

豆乳担々うどん

特集

札幌西円山病院 介護医療院
「にしまるポッケ」開設 2

Topics

手稲溪仁会病院、
北海道胆振東部地震発生時の対応 6

溪辞苑
頭のストレッチ 5
「映画鑑賞」
手稲溪仁会病院 リハビリテーション部 部長 青山 誠

ザ・プロフェッショナル
「老人看護専門看護師」 9
札幌西円山病院 看護部 副看護部長 三浦 直子

ナットク! 知っとく!
「住民主体の介護予防活動に向けた支援
～地域で元気に暮らしていけるためのお手伝い～」 10
札幌市手稲区 介護予防センターまえだ センター長
コミュニティソーシャルワーカー 吉田 美千代

医学ひとくち講座
「膵臓がんの早期治療 一前進する診療技術」 11
手稲溪仁会病院 消化器病センター センター長 湯沼 朗生

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」 13

SALAかんたん体操
「からだの『冷え』を解消しよう!!」 14
溪仁会円山クリニック 保健事業部 健康運動指導士 齊藤 洋介

見たい! 知りたい! サラビット
「利用者さん美術館」 15

私の健康法
「はまなす訪問看護ステーション 理学療法士 寺島 周平」 16

ボランティアさん募集
「皆さんに楽しんでもらえることによって自分も浄化されるような気持ちです」 17
菊水こまちの郷 ボランティアスタッフ 佐伯 久美子さん

栄養士のレシピリレー
「豆乳担々うどん」 17
定山溪病院 管理栄養士 菅野 はるか

溪仁会人
「課題解決に向かって皆が知恵を出し合うことができる場所づくりが私の役目です」 18
札幌西円山病院 看護部 部長 浪岡 まさみ

手稲溪仁会病院 提携医療機関のご紹介 19
手稲前田腎泌尿器科 院長 小山 敏樹 医師

溪仁会グループの社会的使命・事業理念 20

施設一覧 21

2018

秋号



サラネット イメージキャラクター
サラビット

北海道胆振東部地震の犠牲者、 被災者の皆さまへ

北海道胆振東部地震によって犠牲になられた
皆さま、被災された皆さまに心からお悔やみ、
お見舞いを申し上げます。一刻も早い被災地の
復旧・復興をお祈りいたします。

「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。

特集

札幌西円山病院 介護医療院 「にしまるポッケ」開設

2018年7月1日、札幌西円山病院に札幌西円山病院 介護医療院、愛称「にしまるポッケ」を開設しました。介護医療院は2018年度に誕生した、新たな介護保険施設です。「にしまるポッケ」は介護医療院としては札幌市内第1号、全道でも2番目という施設。概要について主要スタッフ3名に聞きました。

●「にしまるポッケ」はあたたかい家

—介護医療院とはどんな施設か、教えていただけますか

河井: 医療機関としての機能と居宅介護の機能を併せ持つ、介護保険によって提供された新しい施設です。病院には医療療養病床がありますが、医療区分(P5「溪辞苑①」参照)2、3以上の方でないと基本的に入院はできません。介護医療院は、医療療養病床の対象にはならなくても在宅での療養が難しい方を対象とし、居宅介護の場を提供する場所です。

—老人保健施設(老健)との違いについて教えてください

中山: 老健は病院と在宅をつなぐ中間施設で、在宅復帰のための準備を行う役割があります。基本的に介護医療院は、長期間の療養ができる施設であり、生活する場所として入所可能な在宅扱いの施設になります。

河井: 札幌西円山病院では2名以上の医師が常駐していますが、介護医療院の場合も医師が常駐します。夜間には看護師もいますから、特別養護老人ホーム(以下、特養)よりも医療的なバックアップが手厚くなっています。

—愛称「にしまるポッケ」の名前の由来はなんですか

國生: 正式名称は「札幌西円山病院 介護医療院」ですが、手稲家庭医療クリニック「かりんぱ」にならい愛称をつけました。「ポッケ」はアイヌ語で「あたたかい」という意味です。利用者さんにとってあたたかい家になればいいな、という願いを込めて「にしまるポッケ」としました。

●病院の中にあってもご自宅のような生活を

—サービス内容について教えてください

國生: 介護医療院では、利用者さんの生活支援をしながらリハビリに関わっていきます。具体的には、病院で寝たきりになっていた患者さんにも、介護医療院ではできるだけ起きていただき、体操やレクリエーションなどによって離床時間を長くする働きかけをしています。また病院の中ではありますが、できるだけ自宅の雰囲気に近づけるために、室内装飾などで住みやすい環境をつくっています。今後は町内会の人たちと一緒に四季折々のイベントなどを行えたらと思っています。

—医師の役割はどのようになっているのでしょうか

河井: 基本的には札幌西円山病院の障害者一般病棟と変わりません。標準的な治療を行い、病状が悪化して集中的な治療が必要な場合は、障害者一般病棟に転棟、または他の専門病院に移っていただく形になります。当直医は札幌西円山病院の医師になりますので、夜間に病状が悪化した場合も、他の病棟と同じように医療を提供できます。

施設長
かわい ゆたか
河井 裕



—^{みと}看取りも大きなテーマと聞きました

河井:介護医療院では看取りの対応も行っていますので、入所時にどのような最期を迎えたいか、利用者さん本人がどうお考えか、ご家族はどのようなご希望を持っているか、必ず聞き取りをします。穏やかな最期を迎えさせてほしいというご希望が圧倒的に多くなっています。

—施設を利用できる方はどのような方でしょうか?

中山:医療区分2と3の方たちは病院の医療療養病床の対象になりますので、それ以外の、何らかの医療処置が必要であったり在宅で療養している寝たきりもしくは寝たきりに近い方で、入院の必要がない方です。たとえば肺炎の治療で緊急入院される方がよくいらっしゃいますが、退院後に痰の吸引回数が増えて処置が必要になった場合でも、特養では処置を受けられない方が多いのです。そういう方が、介護医療院で療養していただくという需要はあると考えています。また、レスパイト(P5「溪辞苑②」参照)を目的として短期間の入所も今後考えていければと思っています。これからは、介護医療院を中心に地



ケアマネジャー
なかやま れな
中山 礼奈



● 個室

個室では自宅の家具を配置することが可能

域、病院、介護施設との連携が促進されていくと考えています。

●魅力的な施設であることを証明していきたい

—「にしまるポッケ」の滑り出しはいかがでしょうか?

中山:私は受け入れを担当していますが、「どういう方が入れますか」「このような医療処置が必要な方は入れますか」などの問い合わせが来ています。本来、介護保険サービスは、利用者さん、もしくはご家族との契約となっておりますので、きちんと大事なことを説明しなければなりません。地域の病院やケアマネジャー(P5「溪辞苑③」参照)さんからその方の情報をいただいた上で、提供できるサービスや人員体制、入所費用などの大切な点を説明させていただき、それからの契約となっております。

國生:介護を主に提供する施設において、看護師として何をすべきかと考えていましたが、医療的ケアが必要な利用者さんも多くいらっしゃいました。重症の処置はありませんが、そういった点で既存の介護施設との違いは感じています。それでも「介護医療院は生活支援と介護の場である」という部分については忘れることなく取り組みたいと思っています。戸惑うところもありましたが、少しずつ生活支援とはどのようなものか、体験的に理解できるようになってきました。

中山:介護職員、看護師、リハビリスタッフの間に垣根がなく、スタッフとの距離が近いと感じます。ご家族も積極的に関わりたいと考えている方が多く、実際にケアに参加していただくこともあります。



● 3人床



看護師長
こくしょう まき
國生 真希

—最後に読者の皆さんへのメッセージを

國生:病院の一部ですのでハード面は病院と変わりませんが、家庭的であたたかい空間を利用者さんとともにつくっていきたくと思います。レクリエーションなどは地域の方々にも参加いただき、病院も巻き込んだ形で行えたらと考えています。

中山:ケアマネジャーの役割として、新しくできた介護医療院がどのような施設かを伝えなければならないと思っています。また介護医療院の入所者さんには病院のようにきっちり決められた一日の時間割がなく、比較的時間を自由にできますので、個別性を重視した取り組みも考えていきたいです。まずは、見学を積極的に受け入れていきたいと思っています。

河井:医療提供に裏打ちされた居宅介護が介護医療院の理念です。まだまだ手探りであることは確かですが、介護とともに医療も大事にしなければならぬと強く思っています。障害者一般病棟で長期療養をされている方で、医療ニーズが下がっても退院先がないという場合に、介護医療院は退院先として格好の場所になります。居宅介護と比較しても介護医療院は非常に魅力的であると、今後証明していきたいと思っています。



● 談話室

施設概要

■運営主体
医療法人 溪仁会 札幌西円山病院

■入居定員
60名(3人床19部屋・個室3部屋)

■職員数(2018年7月1日現在)

医師	2名
看護師	13名
介護福祉士	13名
介護職員	2名
管理栄養士	1名
理学療法士	1名
作業療法士	1名
言語聴覚士	1名
ケアマネジャー	1名

■開設日
2018年7月1日

■所在地
〒064-8557
札幌市中央区円山西町4丁目7-25



お問い合わせ先

札幌西円山病院 介護医療院
TEL 011-642-4121

札幌西円山病院地域連携推進室
TEL 011-644-1380
FAX 011-642-4347



手稲溪仁会病院、北海道胆振東部地震発生時の対応

9月6日(木)午前3時7分、北海道で最大震度7を観測した北海道胆振東部地震が発生しました。札幌市内でも東区の栄町地区では震度6弱、手稲区でも震度5強の激しい揺れに見舞われました。

災害拠点病院の指定を受けている手稲溪仁会病院は、地震発生直後から多くの職員が病院に駆けつけ、午前3時50分に「災害対策本部」を立ち上げました。災害拠点病院とは、災害対策基本法に基づき都道府県知事が指定する病院で、災害発生時に災害医療を担うとともに地域の医療機関を支援する機能を有する病院です。役割としては重症・重篤な傷病者の受け入れおよび広域医療搬送の支援、局地災害時の医療救護班の派遣などが挙げられます。

同病院では停電後、直ちに自家発電モードに切り替え、災害対策本部の指揮のもと午前5時12分に一般外来診療や緊急性の低い予定手術・予定検査の中止を決定して、緊急性の高いニーズに応える災害時医療体制を発令しました。他施設から120名の透析患者さんや出産間近の8名の妊婦さんの受け入れ、在宅で酸素吸入を必要とする患者さんや在宅で人工呼吸器を使用している患者さんへの対応、他病院に入院中の人工呼吸器患者さんの受け入れなど、緊急性の高い支援要請に対応しました。また同病院のDMAT(災害派遣医療チーム)は地域の救急医療体制では対応できない程の大規模災害などの現場に急行して活動するために、北海道の要請を受け11名の隊員が2隊に分かれて出動。他病院に入院している人工呼吸器の必要な患者さんについて、停電中の病院から自家発電が作動している別の病院への搬送を行いました。

同病院では同日の夕方に電力が復旧したため、7日からは通常診療を再開しました。電力復旧後も、物流に影響が残る中で入院患者さんへの通常給食提供に向けた食材調整や、地震の影響により延期した手術を円滑に進められるよう力を尽くしました。

9月8日~15日には、JMAT(日本医師会により組織される災害医療チーム)として、同病院から16名の隊員が被災地の厚真町とむかわ町に出動。現地の医療体制が回復するまでの間、医療活動を行いました。

成田吉明院長は「異常気象が当たり前となりつつある日本列島で、自然災害は必ず起こると考えなければなりません。今回得られた貴重な体験をしっかりと検証し、災害拠点病院としての能力をさらに高めていきたいと思っています」と話しています。



地震当日に来院した患者さんへのご案内



DMAT出動の準備



ロビーに臨時で配置した外来対応窓口

溪辞苑

第五回

難しい医療・福祉・介護の言葉を、わかりやすく解説します。

①医療区分

【いりょうくぶん】

患者さん一人ひとりの医療必要度を判断する指標

医療区分とは、日本の医療保険制度において、患者さんの疾患や必要とする医療的ケアの内容によって作成された指標のことです。医療区分3は24時間常に点滴を行う必要がある場合など、常に見守りを要する医療必要度が最も高い状態とし、医療区分2は主に肺炎や尿路感染症・疾患のための脱水や発熱・嘔吐をくりかえす状態などを指し、それらの項目にあてはまらない場合を医療区分1としています。長期にわたって療養を必要とする患者さんが入院する「医療療養病床」では、原則として医療区分2または3と判断された方を受け入れるよう定められています。

②レスパイトサービス

【respite service】

介護する側の負担を減らすサービス

レスパイト【respite】は「一時休止」「ひと休み」「息抜き」を意味する単語ですが、高齢者や障がい者などの介護を一時的に代替し、介護をしている方に休息を提供することをレスパイトサービスといいます。施設で一日すごしてもらうデイサービスや宿泊型のショートステイが代表的なサービスです。当初は冠婚葬祭などの場合に限られていましたが、介護者の負担軽減の重要性が認識され、医療保険でもレスパイト入院が認められるなど、利用できるサービスが広がっています。

③ケアマネジャー

【care manager】

介護保険制度にもとづき介護サービス計画(ケアプラン)を作成する専門職

介護を日常的に必要とする方が各種の介護保険サービスを受けることができるように、介護サービス計画(ケアプラン)を作成する専門職で、「介護支援専門員」とも呼ばれます。対象となる利用者が自立した日常生活を送るために、どのような支援が必要となるのかを見極めたうえで、訪問介護やデイサービスなど、その方にふさわしい介護サービスの提供計画を作成します。また、介護サービスを提供する事業者や福祉施設、行政機関との連絡や調整なども行います。

認知症予防として注目されている脳トレーニング(脳トレ)。日常のちょっとした工夫でできるトレーニング法をお伝えします。

映像と音声と一緒に物語が進行する映画は、視覚情報を処理する後頭葉や聴覚を担う側頭葉など、脳のいろいろな部分を同時に鍛えることができます。さらにストーリーを理解することで感覚刺激だけでなく情動面も刺激されます。最近の映画館の音響は立体的で、3D映画や座席が震動したり、水や風で臨場感を高める4D映画も登場し、とても刺激に富んだ場所になっています。10分でも脳トレーニングを続けることは大変ですが、120分ほど映画を観ることはさほど苦になりません。自宅でDVDなどを鑑賞するだけでなく、時には映画館に足を運ばれてはいかがでしょうか。



(監修:手稲溪仁会病院 リハビリテーション部 部長 青山誠)

映画鑑賞



札幌溪仁会リハビリテーション病院で「溪リハお元気セミナー」を開始

札幌溪仁会リハビリテーション病院では、地域住民の健康維持をサポートするための講座「溪リハお元気セミナー」を開始しました。第1回は7月8日(日)「転ばぬ先の準備と体操」、第2回は9月2日(日)「いつまでもおいしくごはんを食べる」をテーマに専門職によるお話や運動を紹介。次回は2019年1月20日(日)に「認知症～ならない予防となった後」と題して認定看護師と作業療法士のセミナーを予定しています。



お問い合わせ先
札幌溪仁会リハビリテーション病院
教育研修室 TEL 011-640-7012

溪仁会グループの各施設にて夏祭りを開催

溪仁会グループの各施設では、毎年夏祭りを開催しています。

7月22日(日)コミュニティホーム美唄では、歌謡ショーや、職員による華やかなダンスとよさこいなどを見ながら、利用者さん、ご家族とともに楽しい時間を過ごしていただきました。

8月4日(土)カームヒル西円山では、お祭りらしく味噌おでん、フランクフルト、焼き鳥、焼きとうきび、焼きそば、大学芋などの食事を用意。利用者さんによるカラオケ大会では、YMCAの振り付けで会場が一体となり大盛り上がりでした。

8月18日(土)月寒あさがおの郷では、お神輿や獅子舞の披露がありました。獅子舞に利用者さんの頭を噛んでもらいご利益をいただき大盛況。最後に夢拳～SUZAKU～のよさこいを見てお祭り気分を味わいました。



コミュニティホーム美唄



カームヒル西円山



月寒あさがおの郷

カームヒル西円山が「札幌きらく会ゲーム親睦大会」に参加し、優勝

8月22日(水)にコミュニティドーム「つどーむ」にて「札幌きらく会ゲーム親睦大会」が開催されました。本大会は1987年から札幌市内の養護・軽費老人ホーム間の交流を深めることを目的に開催されており、今回は26施設、261名が参加しました。カームヒル西円山から8名の入居者さんと職員1名が参加し「輪投げ」「ストラックアウト」「職員対抗イス取りゲーム」の合計得点でBブロック第1位を獲得。入居者さんたちからは「まさか優勝できるなんて」と驚きと喜びの声があがりました。



手稲溪仁会病院と札幌溪仁会リハビリテーション病院で「院内ツアー」を開催

手稲溪仁会病院と札幌溪仁会リハビリテーション病院では、地域にお住まいの皆さんに院内設備や病院機能を見学していただき、同病院への理解を深めてもらうことを目的に院内ツアーを開催しました。

手稲溪仁会病院では、第3回院内ツアーを「親子で病院を見学しよう!」と題して8月18日(土)に開催。当日は12組(29名)のお子さんと保護者の方にご参加いただき、手術室やリハビリテーション室、CT室、薬剤室、ME機器管理センターを見学。最後にドク



手稲溪仁会病院



ターハリーを間近で見ただくと、参加者から感嘆の声があがりました。参加した子どもたちからは「薬剤師さんの仕事を見て、すごく興味がわきました」などの感想がありました。



札幌溪仁会リハビリテーション病院

札幌溪仁会リハビリテーション病院でも、今年から院内ツアーをスタート。第1回は8月12日(日)、第2回は9月2日(日)に行い、合わせて16名の方々にご参加いただきました。口腔機能検査室やリハビリテーション室を回り、ドライブシミュレーター、歩行アシスト装置など、最新のリハビリテーション機器を体験していただいた参加者からは「外から見るだけでは分からなかった機能を知ることができて良かった」などの感想が寄せられました。

「レモンカフェコミ白」で園児と一緒に環境活動を実施

コミュニティホーム白石では、毎月行われている認知症カフェ「レモンカフェコミ白」を8月8日(水)に開催しました。今回は、世代間交流の一環として、幌東保育園の園児24名とDCMホームマック株式会社の協力の元、「カミネッコン」を作成。カミネッコンとは、再生紙段ボールを使用した紙枠型の植樹ポットのことで、これを組み立て、中に土と苗を入れる作業を実施。できあがったカミネッコンは保育園で育ててもらい、10月6日(土)に道民の森で社会福祉法人溪仁会の職員が植樹を行いました。



●●● 溪仁会グループ イベント開催スケジュール ●●●

患者さんや利用者さん・ご家族の方も参加していただける溪仁会グループ各施設のイベントをご紹介します。

10月30日(火)	定山溪病院 難病研修会	会場:南市民センター 区民ホール	
11月3日(土・祝)	医療法人稲生会 開設5周年パーティー		
12月19日(水)	コミュニティホーム八雲 忘年会		
12月24日(月・振休)	コミュニティホーム美唄 クリスマス会		

※日程は変更となる場合がございます。

ザ・プロフェッショナル The Professional

医療の高度化・専門化に対応するため、医療機関では、多くの専門職が活躍しています。国の認定資格から施設独自の役職まで種類はさまざまですが、いずれも豊かな経験と高い専門知識に支えられたプロフェッショナル。命をあずかる医療現場でプロとしての誇りを胸に業務に携わる専門職をご紹介します。



札幌西円山病院
看護部 副看護部長
三浦 直子

老人看護専門看護師
専門看護師は、水準の高い看護を効率よく行うための技術と知識を深め、卓越した看護を実践できると認められた看護師で、13の専門看護分野があり、日本看護協会が認定している。専門看護師になるためには、看護師として5年以上の実践経験を持ち、看護系の大学院で修士課程を修了して必要な単位を取得した後に、専門看護師認定審査に合格することが求められている。

老人看護専門看護師

再発がん患者さんと向き合ってきた経験が私の原点です

老人看護専門看護師の主な業務は、ご高齢の方が入院・入所する施設で、認知症や嚥下障害をはじめとする複雑な健康問題を持つご高齢の方のQOL(生活の質)を高めるために水準の高い看護を提供することです。

私は1988年に新卒で手稲溪仁会病院に入職しました。消化器外科や血液内科病棟を担当し、多くのがん患者さんと出会ってきました。血液内科では再発の宣告を受けた患者さんと数多く出会い「人生とは何か、と考えさせられることも多くありました。この方たちのために何かできないだろうか、と考える中で、再発患者さんの心の葛藤との向き合い方を論文にまとめて2005年に日本がん看護学会で発表しました。この経験が専門看護師を目指すきっかけになっています。

2007年に札幌西円山病院に異動しましたが、ご高齢の方も余命が限られているという点では再発がん患者さんと変わらないことに気づきました。そこで、終末期のがん患者さんと向き合ってきた経験を高齢者の終末期ケアに活かそうと、2012年に緩和ケア認定看護師の認定を取得しました。特定分野の専門的

な知識と技術を用いた実践を看護現場で展開する認定看護師に対し、変化する看護のニーズに対応できるよう更なる専門性と活動の広がり求め専門看護師の道を目指す方も少なくありません。緩和ケア認定看護師の場合、がん看護の専門分野に進む方が多くを占めますが、私の場合、終末期はがんだけではないという強い思いがあり、老人看護専門看護師を目指しました。

専門看護師には実践・相談・調整・倫理調整・教育・研究の六つの役割があります。副看護部長の職にも就いており、臨床実践が少なくなりましたが、地域の医療機関をも含めた多職種との調整、そして高齢者看護への教育やケア方法の標準化、臨床倫理の支援体制の整備が主な役割であると認識しています。また、日本看護倫理学会の臨床倫理ガイドライン検討委員会のメンバーでもあり、ガイドライン普及に向け全国を回り活動しています。

これから多死社会を迎えます。患者さんが最期までその人らしく穏やかに安心して過ごせるような看護を提供し、多くの方に信頼される病院を目指していきたいと思っています。

ナットク! 知っとく!

札幌市手稲区
介護予防センターまえだ
センター長
コミュニティソーシャルワーカー
吉田 美千代



住民主体の介護予防活動に向けた支援 ～地域で元気に暮らしていただけるためのお手伝い～

コミュニティソーシャルワーカー | 地域(コミュニティ)で、援助を要する方の相談支援や地域の福祉活動を支援するスタッフです。

団塊の世代がすべて75歳以上となる2025年を見据え、札幌市ではどのような取り組みが行われているかご存知でしょうか?高齢者が要介護状態に至るのを予防(介護予防)するためには、社会性の維持と健康管理が必要であることから、札幌市が目指す高齢者支援体制の1つとして、『地域の福祉活動と連携し、介護予防教室の開催や地域住民による主体的な介護予防活動を支援する』ことが挙げられています。

介護予防センターでは、地域住民やリハビリテーション専門職など関係機関の協力も得ながらモデル事業としてさまざまな取り組みを行っています(東区、厚別区、西区、北区、豊平区、手稲区)。

■ 介護予防センターとは

- 1 閉じこもりや認知症予防、転倒予防や疾病予防、うつ予防、口腔機能の維持、低栄養予防などのテーマで介護予防教室を地域の会館などで開催。
- 2 相談窓口として適切なサービスや機関、制度等をご紹介します。
- 3 福祉のまち推進センター・町内会・老人クラブやサロン・民生委員児童委員協議会などと連携し、地域の福祉活動団体・機関への介護予防に関する出前講話を行う。
- 4 ボランティアの育成支援

■ 「介護予防センターまえだ」での主な活動



地域の会館にてお好み焼きを作ってお食事交流会



体力測定会



地域の会館にて歯科衛生士による口腔ケア講話



自主運動サークル

実際に通いの場をきっかけとして、新たな出会いがあり、仲間が増えたり、ボランティア活動に参加したり、自主運動サークルを立ち上げたりと、元気に活動されている方が手稲区でも多くいらっしゃいます。この試みが多くの地域に広がっていくことで『住み慣れた地域で元気に暮らして』行けるのではと思います。住民主体の活動を、皆さんの地域にも一緒に広げていきませんか?

札幌市手稲区介護
予防センターまえだ
電話 011-685-3141
担当/吉田、神内

興味をお持ちの方は、お近くの介護予防センターへお問い合わせください。

医学ひとくち講座

膵臓がんの早期治療 —前進する診療技術—

2017年のがん統計予測では、膵臓がんで亡くなる方は34,100人、がん全体では4位となっています。診療技術の進歩によってがんによる死亡率は下がっていますが、膵臓がんだけは増えています。発見が難しく、不治の病と恐れられる膵臓がんの最新の治療について手稲溪仁会病院の瀧沼朗生 消化器病センター長に聞きました。

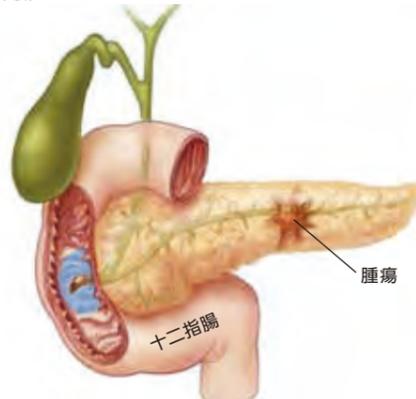
膵臓がんとはどのようながんでしょうか

膵臓は長さ15cm、幅5cmほどの大きさで、腹部のもっとも背中側にある臓器です(図1)。消化酵素をつくり十二指腸に流す働きと、血糖値を調整するインシュリンをつくる働きがあります。

膵臓がんは増えており、現在日本人の死因の第4位です。診療技術の発達により膵臓がんの発見率が高まっていること、胃がんによる死亡率の低下で相対的に増えていることが要因に挙げられます。

膵臓がんの原因は残念ながら分かっていません。糖尿病や肥満、さらにご家族が膵臓がんになったことのある方は通常よりも発症率が高いと言われていいます。膵臓は膵液をつくる器官で、内部には太い主膵管と枝分かれしたたくさんの分枝があります。膵管の流れが悪く、膵液がたまっただう胞という袋ができると、がんが発生しやすくなると言われています。

【図1】膵臓



膵臓がんの症状にはどのようなものがあるのでしょうか

膵臓がんは症状の出にくいがんです。膵臓の十二指腸に近いところにがんができると、近くを通っている胆管という胆汁が流れる管を圧迫し、黄疸が出たり、肝臓の機能を低下させたりしますが、膵臓の尾側にできると黄疸はほとんど出ません。お腹や背中への痛み、体重の減少、食欲不振といった一般的な消化器系の不調と変わらない症状となります。

膵臓は胃の奥にありますから、内視鏡や胃カメラ、超音波検査で見つけることは困難です。がんの大きさが1cm以下であれば、5年生存率は比較的高いのですが、この大きさの膵臓がんをCT(コンピュータ断層撮影)で見つけることは難しいのが現状です。

こうしたことから、膵臓がんは発見されるとすでに進行していることが多いのです。膵臓の周りには血管やリンパ管が多いため転移が起こりやすく、膵臓がん全体の5年生存率は10%にも達していません。

膵臓がんの治療について教えてください

膵臓がんの治療としては手術と抗がん剤治療があります。手術については、がんのできた場所によってできる場合とできない場合があります。腸に栄養を送る血管や、肝臓に栄養を送る門脈という重要な血管がそばにあり、そこにがんが広がっていると、小さながんであっても手術はできません。

かつて膵臓がんの効果のある抗がん剤はないと

手稲溪仁会病院 消化器病センター センター長 瀧沼朗生

言われていましたが、2000年頃にジェムザールという薬が登場し、臨床試験で効果が確かめられました。ここ10年ぐらいの間に膵臓がんの化学療法は進歩を遂げていますが、それでも今まで6~7%だった5年生存率が8~9%に上がった程度です。放射線療法も効果が期待されますが、まだ科学的な裏付けが取れていないのが現状です。

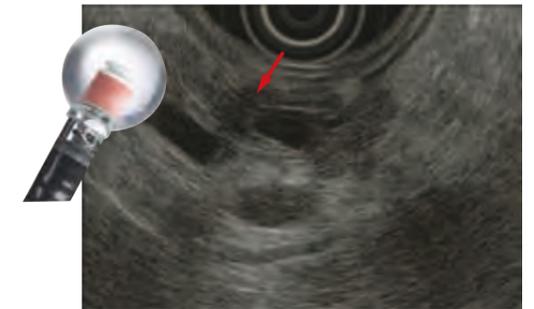
膵臓がんの早期発見にはどのような方法があるのでしょうか

2010年頃から、膵臓に近い胃や十二指腸から超音波を当てる超音波内視鏡(図2)という機器が用いられ、成果を挙げています。近年では、超音波内視鏡から細い針を出して膵臓の組織を取り出し、良性か悪性かを直接調べるEUS-FNA(超音波内視鏡下穿刺吸引法)という検査も行われ、1cm以下のがんも見つけることができるようになってきました。さらに最近、膵管から膵液を採取して細胞を調べる膵液細胞診の登場により、がんが固まりになる前のごく初期段階の膵臓がんを見つけることができるようになってきました。ステージ0といわれる段階で、発見できると5年生存率は80%にもなります。今後、有効な検査法になるでしょう。

課題は、これらの検査をどの患者さんに適用するかという判断です。超音波内視鏡検査や膵液細胞診は時間もかかり、誰にでもできる検査ではありません

せん。膵臓にのう胞がある、家族に膵臓がんの方がいて最近お腹の調子が悪い、といった状況証拠を積み上げて判断を行うこととなります。

【図2】超音波内視鏡と検査画像(矢印の部分が膵臓がん)



手稲溪仁会病院の膵臓がん治療にはどんな特色があるのでしょうか

超音波内視鏡、EUS-FNA、膵液細胞診といった新しい技術を積極的に取り入れて早期発見を目指しています。1997年から消化器病センターを開設し、内科、外科、放射線科、腫瘍内科が連携して、患者さんにとって何が一番良い治療なのかを話し合いながら、検査から治療までトータルに行える態勢を整えています。

膵臓がんは恐ろしい病気であることに間違いはありませんが、診療技術も進歩しています。少しでも心配な方は、専門的な医療機関で受診して、検査を受けていただくことが重要だと思います。

瀧沼朗生(かたぬま あきお)

所属 / 手稲溪仁会病院 消化器病センター

プロフィール

・札幌医科大学附属病院
・市立室蘭総合病院
・東京医科大学病院
・手稲溪仁会病院

■日本消化器病学会専門医/指導医/評議員
■日本消化器内視鏡学会専門医/指導医/評議員
■日本内科学会認定医
■日本胆道学会認定指導医/評議員

■日本膵臓学会認定指導医/評議員
■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



まるくり

インフォメーション



人間ドック・健康診断施設

生活習慣改善をサポートする外来

浜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。特に健康診断で、血中脂質・血圧・糖尿病・尿酸についてB2判定(再検査)とされた方は、生活習慣の改善が必要です。

※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。



生活習慣改善が必要 生活習慣病外来



浜仁会円山クリニック
副院長
埴 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



浜仁会円山クリニック
診療科 科長
大芦 研輔

受診期間：3カ月間(全5回)

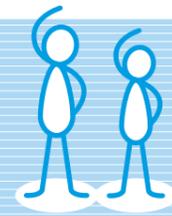
たばこへの依存を無理なく断ち切るサポートをします。

- 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 お問合せ先

人間ドック・健康診断施設

医療法人 浜仁会
浜仁会円山クリニック ☎(011)641-1600 (保健事業部直通) 〒064-0820 札幌市中央区大通西26丁目3番16号
健康診断日：火曜日～土曜日(日曜日・月曜日休診)
E-mail clinic@kejinkai.or.jp ホームページ http://www.kejinkai.com/maruyama/



かんたん体操



浜仁会円山クリニック
保健事業部 健康運動指導士
齊藤 洋介 (本文・モデル)

からだの「冷え」を解消しよう!!

冷えの原因の1つとして“からだを動かさない”ことがあげられます。からだを温める熱は、からだを動かし、筋肉が使われてこそ発生します。今回は「冷え」でお悩みの多いパーツにねらいを定めて、かんたんにできる体操をお伝えします。

● 指と手首の体操

① クルクル体操



手を組んで、クルクル回す。
逆回しもトライしよう!!

② ブルブル体操



手首から指先まで、ブルブルゆらす。

③ グーパー体操



手を「グ〜」と力強くにぎって、「パー!!」と全力で広げる。

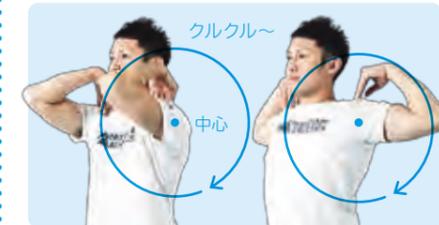
● 首・肩の体操

① 肩の上げ下げ体操



両肩を高く上げ、一気に脱力し下げる。

② 肩回し体操



肩を中心に、肘で大きな円をえがくよう回す。
逆回しもトライしよう!!

③ 首回し体操



首を優しくゆっくり回す。

● あしの体操

① ブルブルパタパタ体操



ももをブルブルゆらす。



膝の裏で床をパタパタたたく。(両足を交互に行う)

② 足首の体操



足首を伸ばしたり、引いたりを繰り返す。

③ グーパー体操



指先を力強く丸め込み、
全力で広げる。



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。
医療・保健・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。

見たい!
知りたい!
サラビット

利用者さん美術館

溪仁会のデイサービスセンターなどでは、利用者さんによる創作活動が盛んに行われているよ。出来映えのすばらしい作品も多くて、どれも見せたいくらい！今回は多数の中から7点の作品を紹介するよ。“利用者さん美術館”へようこそ！

あおばデイサービスセンター（札幌市厚別区 青葉ハーティケアセンター内）

どの作品にも
温もりがあるね



カエルの雨宿り
利用者さん(82歳)と職員の間制作作品
(折り紙の傘とカエルのあみぐるみ)



パンダのお散歩
利用者さんと職員の間制作作品
(ちぎり絵)



ベンジャミンバニーの
おはなし
利用者さん(73歳)の作品
(色鉛筆画)

コミュニティホーム八雲 (八雲町)



折り紙手芸
利用者さん(75歳)の作品

細かな手わざ
に感心するね

円山溪仁会デイサービス (札幌市中央区 円山ハーティケアセンター内)



七夕
利用者さんの作品(貼り絵)

部屋が楽しくなる
タペストリーだね

お花の美しさが
引き立っているね

るすつ銀河の杜 デイサービスセンター (留寿都村 るすつ銀河の杜内)

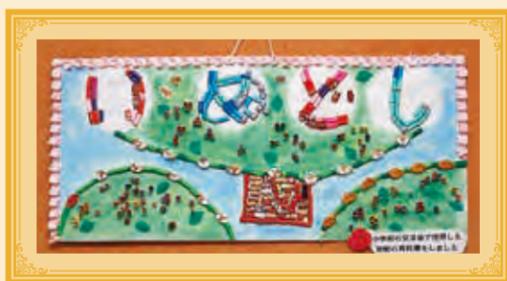


ユリとバラと
花びんの紙細工
利用者さん2名
(80代・90代)の
共同制作作品

コミュニティホーム白石 (札幌市白石区)

みんなでリサイクル
いぬの壁飾り
利用者さんとボランティアさんの
共同制作作品(貼り絵)

小学校の交流会で使用した
折り紙を再利用したんだって



私の健康法

はまなす訪問看護ステーション
理学療法士
寺島 周平



健康法はさまざまありますが、私は今年から取り組んでいるダイエットについて書かせていただきます。お恥ずかしながら日々の不摂生がたたり85kgまで体重が増え、ダイエットを決意したのは4カ月前です。まず、始めたことは有酸素運動でした。効率良く脂肪を燃焼させるにはまず「下半身を鍛えることから」。重たい身体で無理に走ったりすると膝を痛める原因になりやすい為、自宅にあるエアロバイクを30分漕ぐ所からダイエットは始めました。また、並行してスクワットも取り入れました。スクワットの姿勢は下半身のさまざまな筋肉を働かせ

ないと保持できません。こうしてより多くの筋肉をつけていくことで基礎代謝を上げて消費カロリーを増やすことが狙いでした。下半身の筋



肉をつけることで自然と歩いている間にもカロリーをより多く消費できる身体作りが大切だと思います。食事に関して、夕食は糖質を少なくする代わりに筋肉の栄養となるタンパク源が豊富な食材を「なるべく早い時間に食べる」ことを心がけました。遅い時間に食べてすぐ寝る…では摂取したカロリーは身体に蓄積されていくだけです。夕食後、30分~1時間ゆっくりとした後に運動を取り入れています。ただ…この生活を続けるには息抜きも必要と思い、休日の昼食に限っては好きなものを食べるようにしています。今のところ、4カ月前85kgあった体重は73kgまで落ちました。リバウンドをしない為にも、「太りにくい身体」を作りながら目標体重に向けて頑張りたいと思います。

ボランティアさん募集

皆さんに楽しんでもらえることによって
自分も浄化されるような気持ちです

菊水こまちの郷
ボランティアスタッフ
佐伯 久美子さん



佐伯さんは菊水こまちの郷で毎月「椅子ヨガ」を指導するボランティアを行っています。椅子ヨガは、座ったままでも無理なく体を動かすことができるため、高齢者や腰痛が不自由な方でも楽しめるヨガです。佐伯さんは所属するヨガスタジオでの社会貢献活動の一環として、もう一人のインストラクターの方と交代で指導を行っています。

「ヨガにはもっとハードな動きもありますが、利用者さんたちができる範囲で、負担なく楽しんでもらえるように取り組んでいます」と佐伯さんは言います。椅子ヨガの参加をきっかけに「利用者さんが明るい表情になった」「血行がよくなった」という反応もあるそうで、ボランティアを続ける上でのやりがいになっているとのこと。「ヨガの世界には『誰かに良い行いをすると結果的に自分に返ってくる』という考え方があります。皆さんに楽しんでもらえることで、自分も浄化されるような気持ちです」。

ボランティア活動については「興味がある方はぜひ現場を見学してみてください。相手の懐に飛び込む気持ちで、チャレンジすることが大事だと思います」と佐伯さん。この日も利用者さんたちに明るく語りかけながら、椅子ヨガの指導をされていました。



● ボランティア活動に興味のある方、参加ご希望の方、ぜひご連絡ください。

菊水こまちの郷
札幌市白石区菊水上町4条3丁目
94番地64
電話 011-811-8110
担当/吉澤

栄養士のレシピリレー

豆乳担々うどん



担担麺といえば辛いというイメージですが、豆乳が入ることで、マイルドな味に仕上がります。また、豆乳に含まれる大豆たんぱく質は、食べ物で摂取した余分な脂質と結びついて、そのまま身体の外に排出する働きがあり、血中の悪玉コレステロールを低下させる効果があります。今回は消化に良いうどんを使用し、コレステロール低下の効果がある豆乳が含まれた「豆乳担々うどん」をご紹介します。

作り方

- 1 うどんはたっぷりのお湯で表示時間通りにゆでる。
- 2 鍋に水、だし汁を入れて火にかける。
- 3 温まってきたら、豆乳を加えて沸騰させないように更に温める。
- 4 すりおろしたしょうが、すりごま、しょうゆを入れる。
- 5 玉ねぎ、しいたけ、ニンニクをみじん切りにする。長ネギは白髪ネギにする。
- 6 フライパンにごま油とニンニクを入れて熱し、香りがでてきたら豚ひき肉を入れる。
- 7 豚ひき肉に火が通ったら、玉ねぎ、しいたけを入れる。
- 8 最後に[A]の調味料を混ぜ合わせて、火からおろす。
- 9 器にスープとうどんを入れ、⑧で炒めた具をのせる。仕上げに白髪ネギを盛りつけて完成。

材料 (1人前)

うどん	1玉 (230g)
豚ひき肉	40g
玉ねぎ	1/2個 (50g)
しいたけ	1個
ニンニク	1/2片
長ネギ(白い部分)	1/4本 (20g)
ごま油	5g
[A]豆板醤	小さじ1と1/2
みりん	小さじ1
しょうゆ	小さじ1
水	180cc
だし汁	50cc
豆乳	100cc
しょうが	2g
すりごま	大さじ1/2
しょうゆ	小さじ1/2
エネルギー	617kcal
たんぱく質	25.5g
カルシウム	180mg
鉄	4mg
塩分	3.6g

1人分の栄養価

■栄養士プロフィール

定山溪病院 管理栄養士
菅野 はるか
酪農学園大学 農食環境学群 管理栄養士コース卒業
大学では、管理栄養士を目指して勉強してきました。2016年の11月から病院栄養士になりましたが、一人ひとりに寄り添った栄養管理の難しさを日々感じています。まだまだ勉強の毎日ですが、患者さんのために日々精進していきます。

。。。ワンポイントアドバイス。。。

豆乳を入れる際は沸騰させてしまうと分離して味も食感も変化します。マイルドな食感を大切にするためにも、豆乳は沸騰させないように気をつけて温めましょう。

札幌西円山病院

札幌西円山病院
看護部 部長

浪岡 まさみ (なみおか まさみ)



課題解決に向かって皆が知恵を出し合うことができる場所づくりが私の役目です

私は看護師として新卒で入職してから、2017年11月まで手稲溪仁会病院に勤務していました。同病院の看護部 副部長から札幌西円山病院の看護部 副部長として異動となり、2018年の4月1日に看護部長に就任しました。

1989年に手稲溪仁会病院へ入職したとき同病院は開院2年目で、「これからどんな病院になっていくのだろう」という期待とともに多くのことを学びました。新人時代から、チーム医療や学び続ける姿勢、患者さん第一の看護の重要性を指導されてき

ました。いずれも現在の医療で大切にされていることばかりです。当時は新しい病院ということもあつたためか、あまり実績もありません。いまに師長のお話をいただき「師長って何をしたらいいの」という戸惑いの中、当時の副看護部長に看護管理者研修フェーストレベルに参加する機会をいただき、看護管理に特化した研修があることを知りました。その研修では組織管理に関する知識を幅広く学ぶことができても新鮮でしたし、受講することで本当の助けられたと思います。いくつかの部署を異動し、看護管理者としてさまざまな経験をさせてい

ただきながら、少しずつ看護管理者としての自分の方向性が明確になり、2015年に認定看護管理者の資格を取得することができました。

副部長として3年ほどたったところで、「違う病院での管理をすることはあなたにとって成長の機会になるのではないか」と札幌西円山病院への異動のお話があり、

挑戦してみたいと考え受けることにしました。所が変われば方法も変わり、急性期と慢性期ではいろいろなことが異なりますが、看護の本質は変わらないことを実感しています。いま私は看護部長となりましたが、私自身が先頭に立って指導するというよりは、い



■施設概要
診療科目/内科・神経内科・リハビリテーション科・循環器内科・歯科
病 床 数/603床・介護医療院60床
住 所/〒064-8557
札幌市中央区円山西町4丁目7-25
問い合わせ/TEL: 011-642-4121



手稲溪仁会病院 提携医療機関のご紹介

手稲溪仁会病院 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)

手稲前田腎泌尿器科

◆先生のご経歴を教えてください

生まれは道南の今金町です。医師を目指したのは、小さな頃にお世話になった先生への憧れがあったからかもしれません。北海道大学医学部に進み、泌尿器科を選んだのは、診断から手術まで、一人の医師が一人の患者さんを最後まで診ることのできる診療科だからです。小児科と最後まで迷いましたが、北海道大学医学部の泌尿器科が、全国でも数少ない小児泌尿器科の権威だったことが決め手になりました。

手稲溪仁会病院に移ったのは1999年です。手稲溪仁会病院の泌尿器科というと、手術支援ロボット「ダヴィンチ」に代表される最先端のがん専門病院という印象がありますが、小児泌尿器科が原点である私は、がん以外の疾患も広く診てきました。

◆そして2018年6月に開院ですね

手稲溪仁会病院に18年余り勤め、そろそろ地域の皆さんに恩返しをしたいという気持ちが高まっていました。そうしたところに、手稲溪仁会病院のすぐ近くにメディカルモールの建設のお話があり、当クリニックを開院しました。病院建設の経験豊富な設計士さんにデザインをお願いした建物であり、待合室が広くてきれいであることに加え、ベッド搬送に対応した廊下やエレベーター、広い駐車場など内外の環境の良さが自慢です。

◆クリニックの特色を教えてください

今春まで在籍していた手稲溪仁会病院とは、患者さんの診療においても円滑な連携ができています。当院では、大きな検査や手術はできませんが、手稲溪仁会病院の高度な医療機器を活用することができます。手稲溪仁会病院で検査を受けてすぐ当院にお戻りいただくことも可能です。腎臓と泌尿器にかかわる病気は広く診ますが、近くに小学校があるためか、予想していたよりもお子さんの来院が多いです。子どもを診ることは自分の目指してきた道ですから、うれしい驚きです。

当院は手稲地区に根ざした、地域密着型のクリニックです。「こんなことを聞いていいのかな？」などと思うようなことでも遠慮なく質問してください。



こやま としき
院長 小山 敏樹 医師

■北海道大学 医学部 卒業

北海道大学病院／市立釧路病院／
函館協会病院／滝川市立病院／
稚内市立病院／網走厚生病院／
国立西札幌病院／伊達赤十字病院／
市立札幌病院／手稲溪仁会病院
2018年 手稲前田腎泌尿器科 開院



待合ロビー
スタイリッシュでゆとりある待合ロビー



エコー検査室
落ち着いたたたずまいのエコー検査室



尿流量測定室
一般のトイレそのものの尿流量測定室。
泌尿器科の最も基本的な検査も違和感なく行えます



診療科目: 泌尿器科

診療時間: [月・火・木・金] 9:00~12:00
13:30~17:00

[水・土] 9:00~12:00

休診日: 日曜・祝日

所在地: 札幌市手稲区前田2条13丁目3-18
メデモテイネ 2F

電話: 011-215-6700

H P: <http://teine-jinhinyouki.jp>

溪仁会グループの社会的使命

「ずーっと。」

人と社会を支える



私たち溪仁会グループは、

社会的責任(CSR)経営を推進します。

高い志と卓越した医療・保健・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。

溪仁会グループの事業理念

◆ 安心感と満足の提供

Offering a Sense of Security and Satisfaction

◆ 信頼の確立

Building the Foundations of Trust

◆ プロフェッショナル・マインドの追求

Attaining a Professional Mind

◆ 変革の精神

Developing the Spirit of Change

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 手稲溪仁会病院 札幌市手稲区前田1条12丁目1-40 ☎ 011-681-8111	手稲溪仁会クリニック 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 札幌溪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	慢性期医療 定山溪病院 札幌市南区定山溪温泉西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 溪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)
日常生活に常時介護が必要で、自宅では介護が困難なお年寄りが入所し、食事・入浴・排せつなどの日常生活の介護や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	岩内ふれ愛の郷 岩内郡岩内町字野東69-4 ☎ 0135-62-3131
---	--

介護老人福祉施設(特別養護老人ホーム)
10名が1つの生活単位(ユニット)として暮らし、顔なじみのスタッフが日常生活のお手伝いをします。

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	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	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
---	---	--

地域密着型介護老人福祉施設
定員29名以下の小規模な介護老人福祉施設で、介護・看護・機能訓練等のサービスを提供するとともに地域や家庭との結びつきを重視した施設です。

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
---	--

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。

社会復帰生活支援

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 宮城県気仙沼市廻館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 札幌市白石区本郷通3丁目南1-35 ☎ 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 札幌市白石区本郷通9丁目南3-6 ☎ 011-860-1611	気仙沼市大島 地域包括支援センター 宮城県気仙沼市廻館55-2 ☎ 0226-25-8570

介護予防センター・介護予防サロン
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溪 札幌市南区定山溪温泉西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	介護予防サロン りはる 岩内郡岩内町字万代19-7 ☎ 0135-62-4165

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	円山溪仁会デイサービス 札幌市中央区北1条西19丁目1-2 ☎ 011-632-5500	手稲溪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
西円山敬樹園デイサービスセンター 札幌市中央区円山西町4丁目3-20 ☎ 011-640-5522	デイサービスセンター白石の郷 札幌市白石区本郷通3丁目南1-16 ☎ 011-864-3100	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 宮城県気仙沼市廻館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 **認知症対応型通所介護(デイサービス)**

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	手稲溪仁会デイサービス織彩 札幌市手稲区前田2条10丁目1-7 ☎ 011-685-3328	共用型デイサービス菊水こまちの郷 札幌市白石区菊水上町4条3丁目94-64 ☎ 011-811-8110
---	--	--	--

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。

溪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	定山溪病院在宅ケアセンター 札幌市南区定山溪温泉西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	居宅介護支援事業所 西円山敬樹園 札幌市中央区円山西町4丁目3-20 ☎ 011-644-7650	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 宮城県気仙沼市廻館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 札幌市中央区北1条西19丁目1-2 ☎ 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

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36-13 ☎ 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。

在宅支援生活支援

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3-21 ☎ 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 宮城県気仙沼市廻館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白石 札幌市白石区菊水8条2丁目2-6 ☎ 011-817-7270	ソーシャルヘルパーサービス中央 札幌市中央区北8条西18丁目1-7 ☎ 011-633-1771	ソーシャルヘルパーサービス西 札幌市西区発寒8条10丁目4-20 ☎ 011-669-3530

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	喜茂別町立クリニック 虻田郡喜茂別町字喜茂別13-3 ☎ 0136-33-2225
---	---

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つぽろ ☎ 011-685-2799	訪問看護ステーションくまさんの手 ☎ 011-685-2791	居宅介護事業所くまさんの手 ☎ 011-685-2791	短期入所事業所どんぐりの森 ☎ 011-685-2791
---------------------------------	------------------------------------	---------------------------------	---------------------------------

札幌市手稲区前田1条12丁目357-22(住所共通)

溪仁会グループ **医療法人 溪仁会 法人本部** 〒006-0811 札幌市手稲区前田1条12丁目2-30 溪仁会ビル3F ☎ 011-699-7500(代表)
社会福祉法人 溪仁会 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()

共感からはじまる 地域デザイン!

未来へつなぐ福祉フェスタ

2018/10/16 [TUE] 参加無料

会場: 北翔大学北方圏学術情報センター「ポルト」

認知症になっても
幸せな暮らしは
継続できる!

入居率ほぼ100%のサービス付き高齢者住宅「銀木犀」を運営する下河原氏が開発したVR認知症体験会。相手の立場になって物事を見つめること(アングルシフト)によってさまざまな偏見を溶かしたい、という取り組みが全国各地の自治体・教育機関でも話題となっています。超高齢社会を幸せに暮らすヒントをこの機会にぜひ!



株式会社シルバーウッド 代表取締役

下河原忠道氏

●講演会 15:45~17:15

「アングルシフトで未来に希望を！」

13:00 開場(13:30オープニング)

- 14:00 ●VR認知症体験
- 盲導犬歩行体験
- 介護ロボット体験
- 福祉・介護機器の展示 各種相談コーナー

15:00 シニアファッションショー(~15:30)

15:45 講演会

17:15 エンディングセレモニー

介護ロボット体験

介護ロボット「HAL®介護支援用(腰タイプ)」及び「HAL®自立支援用(下肢タイプ)」を実際に使ってみよう!
※「HAL」はCYBERDYNE株式会社の登録商標



VR認知症体験

「バーチャルリアリティ(VR)」を使って、「認知症を体験してみよう！」
※事前申し込みは終了いたしました。



盲導犬歩行体験

盲導犬と一緒に歩いてみよう!



無料カフェコーナーもあります



先着
300
名様

北翔大学北方圏学術情報センター「ポルト」

〒064-0801 札幌市中央区南1条西22丁目1-1



駐車場がないため公共交通機関でお越しください!

地下鉄東西線西18丁目駅1番出口徒歩7分

中高生対象

就労体験



2018年
10月20日(土)

開催場所 介護老人福祉施設 西円山敬樹園
札幌市中央区円山西町4丁目3-20
開催時間 9:30~12:30
内容 施設見学・昼食体験
ご利用者とのレクリエーション
(ボランティアドッグ・喫茶店等)



※ご希望の際は事前にお問い合わせください

お問い合わせ先



TEL (011)631-1021

FAX (011)614-9268

E-mail keijuen@keijinkai.or.jp

主催:社会福祉法人 深仁会

後援:北海道/札幌市/北海道教育委員会/札幌市教育委員会/社会福祉法人 北海道社会福祉協議会/社会福祉法人 札幌市社会福祉協議会/認可地縁団体 円山西町町内会

協力:北翔大学・北翔大学短期大学部/株式会社 マルベリー/社会福祉法人 光の森学園 霧雨の邑/公益財団法人 北海道盲導犬協会