

市民講座



2024年 5/11

健康なお口で、元気な毎日! ~歯科医師に聞く、オーラルフレイル予防~(仮)

最近話題の「オーラルフレイル」を米野木歯科の田村先生から学びましょう!どんな状態のこと?どうして大切な?という疑問にお答えしながら、おうちで簡単にできる予防についても楽しくお話しします。

【時間】14:00~15:30 【場所】愛知国際病院ホスピス研修室 【定員】30名(要予約) 【参加費】無料

※定員に達した場合は締切とさせていただきます

お申込先 ☎0561-73-7721(病院代表) ✉f.moroishi@aisen-kai.jp(担当:諸石)

【受付期間】 ~5/8(水)

日進市のシーズンニュース

季節のイベント

蛍の保護活動



2024年から地元住民らが続けてきた保護活動により、日進市役所近くの「ホテルの里」は多くの方が訪れる名所に。

- 見頃は毎年5月中旬~6月上旬
- 詳細は「日進」で検索!

野方三ツ池公園



噴水と小川のある公園は子どもたちに人気の水遊びスポット。噴水に向かう通路を季節ごとにハンギングバスケットが彩ります。

- 公園の周囲にはあじさいも
- 芝生やベンチもある憩いの公園

エリアインフォメーション

岩崎地区

表紙ではイラストに!

観光

岩崎城址公園



天守閣から日進市街を一望!

大河ドラマ「どうする家康」でますます注目の岩崎城。歴史好きにチャレンジしてほしい「岩崎城検定」を実施しているほか、年間を通して「甲冑着用体験」「ミニ剣道道場」などの体験型イベント、「おひなさま展」「菊花大会」など季節ごとの催しも充実。



岩崎川(岩崎橋周辺)

川沿いにはサイクリングロードも

「岩崎城春まつり」の開催時には出店などでにぎわう岩崎橋エリア。春には約120本のソメイヨシノが咲き誇り、川のすぐ近くまで降りられる場所も。木陰が多く、夏はザリガニや子ガメなどが日向ぼっこをする姿を見ながらのお散歩もおすすめ。

グルメ

中華料理 四川 China 八兵衛

【住所】日進市岩崎町大塚42-3 エターナルビル1F

【TEL】0561-72-5757

【営業時間】11:30~15:00、17:30~21:00(土日祝は17:00~)

【定休日】月曜・第3火曜

- 八兵衛ランチ 1,850円~
- 麻婆豆腐(単品)1,280円~

毎月第2日曜日は人気のエクレア(1個216円)が50円引き!



- フルーツいっぱいタルト(20センチ)3,672円
- 本日のカットケーキ 442円~

スイーツ

Rocher(ロッジェ)

【住所】日進市岩崎町岩根97-6

【TEL】0561-57-7429

【営業時間】11:00~19:00

【定休日】水・木曜



ホームページ

賛助会員募集のお知らせ

アメニティーの充実(施設環境、造園、園芸)、ホスピスでの諸行事、広報啓蒙活動、家族会の開催、ボランティアの活動、教育活動のために是非ご協力をお願いいたします。(ご入会いただいた方には年に4回広報誌をお送りいたします)下記の口座に会費をお振り込みください。

【①郵便局窓口利用】郵便振替口座 00890-5-3757 【②ATMおよびインターネット振込利用】ゆうちょ銀行(9900) 店番089 当座0003757

【①②口座名義】愛知国際病院ホスピス賛助会 【一口】1,000円(おいくらでも結構ですが、できましたら、5口以上でお願いいたします)



【医療法人財団 愛泉会】

- 愛知国際病院 ■老人保健施設 愛泉館 ■指定居宅介護支援事業所 愛泉館 ■日進市東部地域包括支援センター ■訪問看護ステーション えまい ■住宅型有料老人ホーム カナン 【関連施設】アジア保健研修所(AHI)

〒470-0111 愛知県日進市米野木町南山987-31 Tel.0561-73-7721(代) Fax.0561-73-7728 http://aisen-kai.jp/

医療法人財団 愛泉会 広報誌「みなみやま112号」 発行日:2024年4月1日 発行人:井手宏 編集発行:法人だより委員会 編集長:近藤正嗣

※無断で複写、複製、転載することを禁じます。



お問い合わせ

【受付時間】月~土曜 8:30~17:30

医療について

地域連携室

☎0561-73-9179

介護について

日進市東部地域包括支援センター

☎0561-74-1300

みなみやま

特集

考えてみよう、少し先のこと

1~4 ずっと元気なつもりでも変化はある日、突然に。

5 なんでも相談室

- 気になるホスピスの入院費 ●生活できないほど腰痛が悪化

6 インフォメーション

裏表紙 ちょっと出かけませんか?

- 市民講座・季節のイベント・観光・グルメ



ずっと元気なつもりでも 変化はある日、突然に。

日本人の健康寿命は男性72.68歳、女性75.38歳*。

その年齢を超えても、元気に楽しく暮らしていた
高齢夫婦に訪れた変化とは？

※2019年データ(厚生労働省)



1カ月前、転んで右肩を骨折した
智恵さん



ある晴れた日、智恵さんは玄関先でつまづいて転倒、右肩を骨折してしまいました。治療とリハビリのため、愛知国際病院に急ぎ約3週間入院。何とか乗り切りましたが、夫の哲郎さんは慣れない家事に疲れてしまいました。

退院した智恵さんは、愛知国際病院の整形外科に通院し、週2回のペースで外来リハビリを続けています。少しずつ肩も動かせるようになり、以前の日常生活に戻つつあるものの、足腰の衰えから「老い」が進んでいることを痛感します。夫と一緒にウォーキングを始めましたが、ふたり暮らしを続けることに少し不安を感じています。

日常生活が戻ってホッとする家族ですが、先への不安はつきません…



妻・智恵さん(78歳)の
気持ち

夫をひとりにするのが心配

これまで大きなケガをしたことがなく、転倒して骨折したことはとてもショックでした。まだ肩が痛むので、リハビリを頑張っ
て続けていくつもりです。夫は最近、物忘れがひどくなっているようで、しょっちゅう探し物などをしてしています。もしまた私が入院するようなことがあったら、夫を家でひとりにするのがとても心配です。



夫・哲郎さん(76歳)の
気持ち

まだまだふたりで頑張りたい

妻が入院中、これほど家のことが大変とは思いませんでした。ただ、遠方に暮らす子どもたちには心配をかけたくなかったので連絡しませんでした。ヘルパーさんのような方がいれば助かりますが、そんなツテもなく、いつ体調を崩すか分からないので、いざというときに頼れる人が身近にいると心強いのですが。



長男長女の気持ち
兄・真一(51歳)、妹・裕子(49歳)

もっと自分たちを頼ってほしい

母の入院は、退院後に知りました。自分たちで頑張りたいのは分かりますが、もっと頼ってほしい。母は父が電気ポットの空焚きをすることが増えて認知症を疑っているようです。今後はママに実家に足を運ぼうと思いますが、介護のこととか、いざというときの対策をしなればと、兄妹で話をしています。

あなたは大丈夫？

少し先のために、備えておきたい大切なこと

病気やケガとは無縁の暮らしで、病院に行くのは年1回の住民健診くらいだと、突然の入院で気力までガクッと落ちてしまう方が少なくありません。子どもが遠方に暮らしていれば、心配をかけまいと無理して抱えこみがちです。また、ずっと元気に暮らしていたのでご本人もご家族も、介護保険や社会的資源の知識がほとんどなく、本来なら得られるサポートも逃してしまうことになります。少し先のための備えを始めてみませんか。

光なえ

1 「かかりつけ医」をつくる



今は健康でも、小さなきっかけで大きく体調を崩すこともあります。そんなとき頼れるのが近所の「かかりつけ医」。気になる症状があれば早めに受診してみましょう。

の取り組みはP3をご覧ください

かかりつけ医がいるメリット

- 病気の早期発見・治療・予防ができる
- 既往歴が分かるカルテ情報で適切な治療が受けられる
- 家族ぐるみで診てもらえる
- 検査や薬の重複を避けられ、医療費が節約できる

光なえ

2 高齢者「よろず窓口」に いろいろ相談



中学校区ごとに設置された地域包括支援センターは、地域の「よろず相談窓口」。介護保険の有無に関わらず、高齢者に関する困り事の相談に乗ってくれます。

の取り組みはP3をご覧ください

こんな相談も

- 骨折して家事がうまくできず困っている
- 親が家に引きこもりがちで何かしたい
- 隣の家のポストに新聞がたまっていて心配
- 玄関の段差にしょっちゅう転んでしまう

光なえ

3 運動や社会参加を習慣にする



家に引きこもると体力も衰えがちです。市や医療福祉機関が主催する運動教室や講座は身近にあるので、積極的に参加して認知症予防や体力維持に努めましょう。

の取り組みはP4をご覧ください

光なえ

4 自宅生活を続けるため、 入院という選択



病気を治すための入院ではなく、「リハビリ目的の入院」があるをご存知ですか。介護保険がなくても利用でき、入院中に自宅の浴室やトイレに手すりをつけ、転倒防止対策をするのもおすすめです。

の取り組みはP4をご覧ください

詳しくは次のページへ ▶ NEXT

みなさんの「少し先」を支えるために

医療 在宅 活動 入院

医療法人財団 愛泉会 **がつなく、4つの生活サポート**

外来・入院・地域包括支援センターと連携することで、

みなさんの「少し先」をさまざまな方法でサポートできるのが愛泉会の強みです。

1 何でも相談できる「かかりつけ病院」です

多職種で予防的アプローチもしています

「認知症が心配」という場合、当院ではまず、総合診療科への受診をおすすめします。他の病気が隠れていたり、栄養状態を良くするだけで症状が改善したりする場合もありますし、必要であれば神経内科の認知症診断へつなぎます。

また、「病院の敷地内すべてが外来」という思いで、駐車場から歩いてくる様子、待合室での様子などにもスタッフが目配りし、患者さんを見守ります。患者さんが気軽にスタッフに相談できるよう「相談係」が外来を巡回する活動も行っています。

診察室で診断や治療をするだけが病院の役割ではありません。患者さんの状況を察知し、最適な医療福祉サービスにスピーディにつながりことも「かかりつけ病院」の重要な役目と考えています。

つなく
想い

相談係は「笑顔・ゆっくり・ランダムに」をモットーに、待合室や駐車場など院内を歩き回りながら、困り事のある方が話しかけやすいように心がけています。私たちを見かけたら、いつでもお声がけください。

2 地域包括支援センターと密に連携しています

愛知国際病院に併設、フットワーク軽く対応できます

高齢者をサポートする地域包括支援センターは、基本的に中学校区ごとに設置され、何かあれば30分以内で駆けつけられる、地域の高齢者にとって最も身近な相談窓口といえます。日進市には3つの地域包括支援センターがあり、その1つ、日進市東部地域包括支援センターは愛知国際病院に隣接する愛泉館の一角にあります。スタッフ同士は普段から顔を合わせているので、何かあればフットワーク軽く対応できます。

例えば、転倒して急に入院した場合、退院後の準備をする余裕がありません。ご家族も対応が難しい場合、地域包括支援センターが介護保険の代行申請を行います。一般的に申請に認可が下りるまで1カ月はかかりますが、暫定的な処理をスピーディに進め、先に手すりなどを設置できるのも強みです。

つなく
想い

地域包括支援センターは、緊急入院などによる身の回りのことなど、急な相談事が多いので、まずはご本人やご家族相手の不安な気持ちを受け止めます。そして、少しでも早く、対応できるようスピーディに動くようにしています。



「相談係」のサポート内容

- 「いつもと様子が違う」と思ったらお声がけ ※認知症の発見につながるケースもあります
- フレイルキャンペーンの紹介
- 健康不安へのアドバイス など



こんなサポートも!

- 介護保険申請の手続き
- 介護予防教室のご案内
- 認知症や消費者被害のご相談

3 運動プログラムや社会参加の機会を提供します

「ずっと自宅で暮らし続けたい」その想いを支えます

高齢者を対象とした運動やリハビリという、介護保険を使った「デイサービス」や「デイケア」をイメージしがちですが「そこまでの必要はまだない」という方も多くいます。そこでおすすめなのは、医療保険を使ったフレイル予防プログラム(筋力向上プログラム)や、公共団体などが行っている短期集中の運動プログラム。元気な高齢者が対象のプログラムなので、参加するだけでも良い刺激になり、生活のハリにもつながります。

愛泉会では、地域に出かけ、健康をテーマにした定期的な出前講座や市民講座を開催するなど、ずっと元気に自宅で暮らし続けられるよう、病気やケガの予防的な活動にも力を注いでいます。

つなく
想い

「自己流の運動では心配」「なかなか運動を継続できない」など一言で運動といっても取り組み方は人によって異なります。愛泉会では理学療法士などのリハビリセラピストなどがさまざまな形で運動プログラムを提供して、地域のみなさまが自宅で暮らし続けられる体力づくりを応援します。

もう1回
がんばりましょう!



健康について
一緒に考えましょう



4 リハビリを目的とした入院も可能です

入院中は機能回復に集中できます

入院生活を終えて自宅に戻れたとしても、機能回復が進まずに家事がほとんどできない状況だったら、家族に負担をかけ、お互い疲れてしまうかもしれません。

愛知国際病院では、最大60日までリハビリを目的とした入院を受け入れています。入院中は、個別のリハビリプログラムで機能回復を促すだけでなく、管理栄養士や言語聴覚士が栄養状態やのみこみの様子をチェックし、食事も含めた規則正しい生活をサポートします。さらに、糖尿病など生活習慣病があれば並行して治療も進めます。その間、ご家族は介護保険を申請して自宅に手すりを設置するなど、退院後の生活環境を整えることもできます。

つなく
想い

入院中、患者さんと一番長い時間を過ごすのが病棟看護師です。ですからご本人の「早く自宅に帰りたい」「でも以前のように暮らせるか不安」といった気持ち、ご家族のご要望を受け止めながら、退院支援担当者と一緒に退院後の生活を考えます。

外に出て
歩きましょう



きちんと
のみこめていますよ!

ご本人のお気持ちを
もう一度聞いてみますね



みなさまの愛泉会です

歳を取るにつれ、お一人やお二人で過ごされることが難しくなることがあるでしょう。特に70代以上の世代では他人や家族に迷惑をかけないで生きたいという方が多いように思います。私たち愛泉会(愛泉館や愛知国際病院)は、さまざまな役割を通してみなさまが安心して過ごすことができるように支援しています。この地域でみなさまに支えられていることに感謝しながら共に歩み、「愛泉会があっただけ良かった」と思っただけのように働いていきます。困った時には遠慮なく何でもご相談ください。きっと良いアイデアに出会えると思います。

愛知国際病院 院長 太田 信吉



気になるホスピスの入院費



ホスピスに入院すると、ふつうの病院よりすごく高いと聞いたのですが。

ホスピス入院費は医療保険が適用されて、極めて高額になることはありませんのでご安心ください。限度額適用認定証・福祉給付金資格者証なども適用になりますよ。

特別な費用はかかりませんか。

入院費の内訳は「医療費+食費+部屋代+日用品費など」です。部屋代などはホームページの「入院のしおり」で確認いただくか、下記までお問い合わせください。

介護保険を申請していないのですが、ホスピスに入ることはできますか。

ホスピスは施設ではなく「病院」なので介護保険は不要です。入浴やトイレ介助などの身の周りの援助を行ってご自宅のようにお過ごしいただくことを大切にしています。

愛知国際病院 地域連携室

☎0561-73-9179 (月曜～土曜 8:30～17:30)

生活できないほど腰痛が悪化



父は腰痛が悪化し、痛み止めを処方してもらいながら自宅で過ごしていますが、ベッドから起き上がれないほど痛みが強く、食事できずに困っています。

痛みを和らげながらリハビリもできる病院に入院する選択肢もありますよ。地域包括支援センターも一緒にお探します。

父がこれほど動けないのは初めてで、介護が必要になると思うのですが。

医師の意見を聞きながら、必要と判断されたら入院中に介護保険の申請をしてみましょう。認定がおりれば、ご自宅に手すりを付けることもできます。

退院までに付けてもらえたら安心ですね。

手すり以外にも、例えばリハビリを継続するためのデイサービスやデイケアを申し込むなど、自宅に戻って生活するための方法を一緒に考えていきましょう。

日進市東部地域包括支援センター

☎0561-74-1300 (月曜～土曜 8:30～17:30)

私たちが在宅診療部の看護師は、患者さんのご自宅や施設を医師と訪問し、医療ケアを提供しています。

入院はイヤ。自宅で医療を受けたい

点滴はしない。なにもしてもらわなくていい

トイレに行けなくなったら、ホスピスに入院したい

できるだけ家にいたいけれど、必要時には入院したい

訪問診療を利用される患者さんは、年齢、病気、自宅環境だけでなく、想いもさまざまです。ご本人やご家族がその人らしく生活することを目標に、訪問看護やケアマネジャー、調剤薬局、病棟などと連携を取りながら、適切な医療が受けられるようにサポートします。病院に通うのがしんどいな、病気を抱えて生活していくのが不安だなと思ったら、「訪問診療」について考えてみてくださいね。

看護師 終末期ケア専門士 松木 由紀子

お問い合わせ 在宅診療部 ☎0561-73-3191 (月曜～土曜 8:30～17:30)

こんにちは、在宅診療部です！

【第1回】
訪問診療ってどんなもの？

Information

インフォメーション

正面玄関がバス停

くるりんぱす



くるりんぱすの時刻表 (パンフレット)はこちら



「愛知国際病院」バス停 時刻表

【平日】昼間便

市役所発 (米野木駅行き)

8:56, 11:07, 13:19, 15:30

米野木駅発 (市役所行き)

9:55, 12:10, 14:20, 16:36

【土休日】昼夕便

市役所発 (米野木駅行き)

8:30, 10:45, 13:07, 15:38

米野木駅発 (市役所行き)

9:32, 11:50, 14:18, 16:44



午後には便利な予約制！

通院の移動支援、リニューアル！

4月から日進市「くるりんぱす」の病院正面玄関への乗り入れが始まりました！受付窓口では定期券も販売いたします。また、病院の送迎バスをより多くの方にご利用いただけるように、午後便は予約制を導入！行きも帰りも安心してご乗車いただけます。

愛知国際病院ユニフォームが新しくなりました！

看護師やリハビリスタッフのユニフォームが2月に一新しました！コンセプトは「一体感」。動きやすく快適な素材を採用し、これまで以上に多職種が一体となって、患者さんやご家族にチームケアをお届けしていきます！



訪問看護ステーション えまい

看護師

診療部

外国人スタッフが仲間入り！

フィリピンのダバオにある学校で介護技術や日本語を学び、特定技能1号の資格を取得。3月から愛泉館スタッフとして働き始めました。



アンゲさん



ティンさん

愛泉館で働くことができ嬉しいです。まだ日本語が上手ではないけど、一生懸命がんばります！

料理を作ることが好きです。日本語や介護の方法などをたくさん学びたいです。

金沢で派遣ボランティアとして活動

全国介護老人保健施設災害支援プロジェクトに参加し、金沢市「いしかわ総合スポーツセンター」(1.5次避難所)で派遣ボランティアとして活動。要支援や要介護のみなさんの避難先での生活援助を行いました。



表紙のイラスト

作品づくりを振り返って

これまでは趣味としてイラストを描いてきましたが、今回初めて多くの人の目に触れてカタチに残るイラストを描く機会をいただいて、ワクワクとドキドキの気持ちでいっぱい！4枚の表紙イラスト制作を通して自分のスキルを磨きながら、遊び心のある世界観で日進市の魅力や四季の美しさを表現して、見た人の記憶に残るような作品に仕上げたいです。

名古屋学芸大学 メディア造形学部 2年 吉田 真菜さん



編集こぼれ話 表紙イラストやボランティア活動の受け入れで学生さんと一緒にすることも多いのですが、将来に向かっていろいろなことを吸収する姿勢から多くの刺激をもらっています。でも「あそび」の部分も大切に育て、心に余白をつくってね、と老婆心ながら伝えることも。壁にぶつかっても、折れてしまわないようにと願って。(諸石)

あなたと共に、パートナーシップ宣言

わたしたちは、患者さん・ご利用者さんやご家族の診療・介護への参加を推進しています。

