

# こんにちわ

2013  
2月  
3日

新潟県社会福祉協議会

Vol  
77



## 長岡西病院

長岡市三ツ郷屋町371番地1 ☎0258-27-8500  
http://www.sutokukai.or.jp/nagaokanishi-hp/

## 田宮病院

長岡市深沢町2300番地 ☎0258-46-3200  
http://www.sutokukai.or.jp/tamiya-hp/

### 施設紹介

## ひうの家・ケアハウスひう

高齢者総合福祉施設  
わらび園

小規模多機能型居宅介護  
ひうの家

ケアハウスひう

(経営者人キーム)

住居

小千谷市大字藤生1-1-1

△ひうの家は高齢者の方々が日常生活に何らかの介護が必要な状態になっても、住み慣れた家から通える地域の中で、必要に応じて、適切なサービス泊りのサービス訪問サービスを適宜利用できる、地域密着型のサービスを提供しています。

・登録者定員二十五人  
(通い十五人、泊り五人)

△ケアハウスひうは、県内では珍しい介護付きのケアハウスで、入居の時点で要介護1～要介護5の認定を受けた方々は、介護保険に基づいた介護サービスを提供しています。

入居資格

- ・入居時に要介護1～要介護5の認定を受けた方
- ・年齢が満六十才以上の方  
(夫婦の場合はどちらかが六十才以上)
- ・小千谷市内に住所がある方  
定員二十九人

ひうの家とケアハウスひうは隣接しており、お互いに協力して春の神や夏祭りなど地域の行事に参加し、施設の行事には地域の人達を招いて



いる他、二ヶ月に一回開く施設の運営委員会に地域の町内会長、民生委員、市職員に出席して頂き、施設の活動を報告してご意見を頂いたり、情報交換を行い、地域との交流を深めています。



### 医療法人 崇徳会

田宮病院 ☎46-3200	長岡西病院 ☎27-8500	地域総合サービスセンター ☎27-7331	田宮神経科内科診療所 ☎34-7502
訪問看護ステーションみつこうや ☎27-7310	在宅介護支援センターみつこうや ☎27-7320	訪問介護ステーションみつこうや ☎27-7330	うらら長岡 ☎92-4568
地域生活支援センター ☎92-5104	ほだかホーム(おすなろ荘) ☎28-5483	ワークセンターのっぺ ☎22-4888	法人事務局 ☎46-3205

医療法人 崇徳会 〒940-2183 新潟県長岡市深沢町2300番地 ☎0258-46-3205



長崎県病院 副院長 宮村 祥二

## CKD(慢性腎臓病)をご存じですか

CKD(慢性腎臓病)は十年前に米国の腎臓財団が提唱した疾患概念です。CKDの中で最重症に分類される末期腎不全のために透析治療を受ける患者さんが増加し続けていることやCKDが心不全、心筋梗塞、脳卒中などの心血管疾患の重要な危険因子であることが判り、CKDの対策の重要性が広く世界中に認識されました。我が国の調査では成人人口の約十三%もの患者さんがいると推定され、CKDを国民病と捉え五年前に日本腎臓学会が中心となり、出来るだけ多くの人々にC

KDという病気の事を知って貰うため「CKDキャンペーン」を繰り広げました。同時に「CKD診療ガイド」が作成され、現在も改訂を重ね、診療に役立っています。

## CKDDの診断は

CKDとは腎臓の障害(蛋白尿など)、もしくは腎機能低下が三ヶ月以上持続するものと定義されています。腎臓の障害を起こす病気には慢性腎炎、糖尿病、動脈硬化症など種々の病気があります。腎臓の病気が有るのかを簡単に発見する方法として検尿検査で蛋白尿や血

尿の有無を調べるのが大切です。腎機能低下は血液検査で血清クレアチニンを測定すると、推定の腎機能(eGFR)が計算できます。このeGFRが60以下を腎機能低下としています。CKDの重症度は原疾患、腎機能、尿蛋白量を含めたステージにより評価し、死亡、末期腎不全、心血管死亡発症のリスクが一目で分かるように図表化されています。

## CKDと心血管疾患との関連は

CKDの患者さんは末期腎不全で人工透析に導入される前に心血管疾患で死亡する患者さんが多いことが知られており、最も重要な危険因子です。また、CKDと心血管疾患を起こす危険因子の多くは共通しています。その共通の危険因子は高血圧症、脂質異常症、睡眠時無呼吸症候群などがあります。

## CKDとメタボリック症候群との関連は

過食と運動不足により内臓

に脂肪が蓄積した結果、高血圧、糖尿病や脂質代謝異常が起るとされるメタボリック症候群はCKDの発症と深く関係しています。高血圧や糖尿病を伴わない単なる肥満でも腎機能障害を起こすことが注目されています。

## CKDDの治療は

腎臓の障害を起こす病気は高血圧、糖尿病、脂質異常症、慢性腎炎などですが、その原因疾患を放置せずに治療を継続することが大切です。なかでも高血圧は進行悪化の一番大きな危険因子ですので血圧の管理が重要です。その他、生活習慣の改善(禁煙、減塩、肥満の改善)も大事です。

早期発見が大切ですので健康診断を受け、検尿異常、腎機能異常(血清クレアチニン高値)やメタボリック症候群の有無に注意し、異常があれば精密検査を受けるようにしましょう。

# STAFF ズームアップ the ずがお



## 利用者に健康と生きがいを

地域総合サービスセンター・ケアプランセンター・こころ  
管理者 相場峰子 ケアマネージャー

看護師として六年勤務していた小千谷総合病院を昭和五十七年に退職し、子育てと家事に専念していました。途中、夜勤の無い開業医に勤務しましたが、子育てが一段落したのを機会に、平成四年から長岡西病院に勤務。その後、越路クリニック、次にはすがた訪問看護ステーションに勤務し、この時にケアマネージャーの資格を取得しました。そして、平成十七年四月に在宅介護支援センターほんちようへ移動し、初めて専任のケアマネージャー業務につき、平成二十二年十二月に開設したケ

アプランセンターこころの管理者兼ケアマネージャーとして勤務しています。

ここでは開設以来一年余りの間、スタッフは相場さん一人だったので相談が重なりと調整が大変でした。しかし、信頼関係を大切にする相場さんは電話で相談を受けると決して断らず、まずは訪問していました。迅速な対応も信頼関係を作る第一歩です。居宅サービス計画は、介護認定情報と本人や家族が自宅でのように過ごしたいのか、お話を伺いながらできるだけ本人や家族の意向を大切にし、各サービスを提供する皆さんと協力をして健康で生きがいの持てる生活が送れるように願って作成しています。

相場さんは利用者を訪問し、最初に本人の状態を観た瞬間の印象や周りの状況が正しい判断を引き出してくれる要因につながっていると感じています。これは、病院勤務の後、訪問看護で、家庭での様々な患者さんの看護をしてきた経験が役立っているようです。

ここでは去年九月でスタッフが三人となって相場さんの孤軍奮闘が解消され、落ち着いて利用者に対処出来るよう

になりました。

ところで、相場さんは、子育ての頃は手芸でバッグを作ったり、プラウズやズボンなどを作っていました。その後、カルチャースクールでステンドグラスを作ったり、習字を習ったりしていたそうです。現在は、「家庭内活動」と称して、火、木、日の週三回、夫婦で夕方からスポーツクラブに通って二時間程、水泳で体力の維持に努めた後、入浴を楽しんでリラックスタイムです。

△ケアプランセンターこころは、介護認定を受けた人の介護度に応じて、本人やご家族の希望をお聞きした上、心身の状態や周りの環境などを観ながら一ヶ月単位の介護サービス計画を作成します。

その他、長岡市の委託を受けて、介護認定を受ける人の介護認定調査委託も受けています。

### ケアプランセンターこころ

住所 長岡市三ツ橋東2-3-11  
TEL 0258-2214112

# 今月の顔



長岡西病院  
医療福祉科課長  
笠柳 真央  
精神保健福祉士・社会福祉士

人とかかわる福祉の仕事を通して、国際こども福祉カレッジ・福祉心理学科で学びました。平成二十三年四月、医療法人崇徳会に入職し、長岡西病院医療福祉相談室に勤務しています。関もなく、入社三年目を迎えますが、まだまだ経験不足で、先輩に相談しながら毎日が勉強です。業務は患者さんやご家族に入院や退院の時の手続きや準備などを説明し、質問や疑問にお答えする他、病棟をまわり相談を受けます。

患者さんは私の両親と同じ年代かそれ以上の方達が殆どです。失礼の儀のように、そして分かり易く、何でも相談していただける様に心掛けています。しかし、相談によっては様々な事情によって意向に添えないことはありますが、最善の方法を取れるように努力しています。

休みの日は気の合った友達とドライブしながら美術館巡りや買い物を楽しみ、時には旅行を兼ねてロックのライブに出掛けリフレッシュしています。



## COFFEE BREAK

### はなしの肩籠

「肩籠に紹酒」とよく聞きますが、作り方はご存知ですか？  
 師を長く活きほぐし、日本酒と混ぜあわせて弱火にかけ、絶えずかき混ぜます。  
 とろろとしてきたら火から下ろし、黒砂糖か蜂蜜をお好みで混ぜて出まわし。  
 火が強いと師が固まってしまおうので注意を。  
 師一個に酒一カップが目安です。

師は脱質のたんぱく質が豊富で、半熟が一番消化のよい状態です。  
 日本酒の効果で体も温まりますが、お酒の弱い人は控えめに。  
 とうもろこしは加熱時間を長くするが、酒を減らして水で調節しましょう。  
 また日本酒を牛乳に替えて、ブランドンデーやラム酒を大さじ1〜3ほど加えると、西洋版師酒・エッグノッグ風になります。  
 日本では体が温まるため風邪にき

くといわれています。師白にはリゾチームという殺菌作用のある酵素が含まれているため何らかの殺菌作用は見込めるものとされています。  
 たまご酒って知っているけど、まだ飲んだことはない。飲んだことがあるけど、美味しくなかった。こういう方が多いです。師を固まらせずにとろりと仕上げれば、甘くておいしい師酒に仕上がります。試してみ



## 田宮病院でクリスマス



去る十二月二十一日、田宮病院でクリスマス企画行事が開催されました。サンタクロースに扮した田宮理事長と職員、長岡看護福祉専門学校の子生が、組んだ聖歌隊が院内全ての病棟を巡回しながら、クリスマスソングを歌い、共に聖夜の雰囲気を楽しみました。聖歌隊が持つ暖燗の灯りが幻想的な雰囲気を作り出し、はじめはビツクリしていた患者様も和やかに楽しんで下さいました。

## 長岡西病院にイルミネーション



長岡西病院では開院二十周年を迎えられたことへの感謝の言葉を添えて、正門玄関前にイルミネーションを実施。同院サービスマンとチームKによる手作り！夜になると病院前の風景が一変し、青色や黄色の光が冬の夜を彩り、通行が多くの人々の目を魅きませてくれました。

## ●長岡西病院

〒940-2081 長岡市三ツ郷屋町371-1  
☎27-8500(代)

内 科	1 診 午 前	月	火	水	木	金	土
		赤井	—	赤井	—	赤井	赤井
3 診 午 前	福屋	福屋	石黒	福屋	福屋	福屋	福屋
	高本	高本	藤藤	高本	高本	藤藤	—
4 診 午 前	高本	高本	—	戸枝	福屋	—	—
	田村	三木	田村	田村	田村	三木	—
神経内科	午 前	—	—	—	—	—	—
	午 後	高濱	長沼	—	田村	—	—
もの忘れ外来	午 後	高濱	—	高濱(予約)	—	—	—
	午 前	長部	長部	中山	高田	長部	日本大学
整形外科	午 前	—	長部	中山	高田	長部	—
	午 後	—	長部	中山	高田	長部	—
一般外科 (皮膚科・乳腺科・消化器科)	午 前	岡村	—	岡村	—	岡村	—
	午 後	—	—	—	—	—	—
精神科 心療内科	1 診 午 前	田原	堀村	堀村	堀村	田原	堀村
	2 診 午 前	—	—	—	藤田	茂野	—
皮膚科	午 前	後藤	後藤	後藤	—	福田	後藤
	午 後	—	—	—	—	—	—
リハビリ科	午 前	—	—	山下	—	—	大澤
	午 後	—	—	—	—	—	—
ペインクリニック	午 前	—	昭和大学	—	昭和大学	—	昭和大学
	午 後	—	—	—	—	—	—
眼科	午 前	—	—	—	—	—	新潟大学
	午 後	—	新潟大学	—	—	—	—
泌尿器科	午 前	—	—	—	—	—	西山
	午 後	—	—	—	—	武田	—
産科	午前・午後	西村	西村	西村	—	西村	西村
	—	—	—	—	—	—	—
ピハーク入院相談	—	月～金	完全予約制	—	—	—	—

●午前の受付時間/ 8:00～11:30(診察 9:00～) ●歯科受付時間/ 8:30～11:45(診察 8:45～)  
●午後の受付時間/ 13:00～16:00(診察 13:30～) 13:45～16:45(診察 13:45～)

内科	・再発予約制(予約なしの診察も可能です) ・午後診察14:00～
神経内科	・診察 再発予約制(予約なしの診察も可能です) ・月・火午後受付15:30まで (もの忘れ診療)月～金曜午後、火・水午後は電話予約を実施。
もの忘れ外来	・完全予約制 電話予約受付13:00～15:00
整形外科	・午後の診察は午前の診察終了時間より午前により開始時間が異なることがあります。 ・通常午後受付15:00まで
一般外科(乳腺・ヘルニア・肛門科)	・診察 再発予約制(予約なしの診察も可能です) ・急患検査 乳腺外来は月・金曜予約制
婦人科	・診察 再発予約制(予約なしの診察も可能です) ・水曜受付11:00まで
精神科 心療内科	・予約制 初診は完全予約制 ・電話予約受付14:00～15:00(南地区0256-27-8710)
ペインクリニック	・完全予約制 電話予約受付14:00～16:00
眼科	・火曜受付16:00～(通常は13:30～)
泌尿器科	・診察日曜がわかることがあります。問、患むむください。
産科	・診察 再発予約制(予約なしの診察も可能です)
ピハーク入院相談	・問、患むむ。予約は地域医療連携室

●検査予約受付時間 10:00～12:00(月～土)、14:00～16:00(月～金)

## ●地域総合サービスセンター

訪問看護ステーションみつごうや ☎27-7310

訪問介護ステーションみつごうや ☎27-7330

在宅介護支援センターみつごうや ☎27-7320

〒940-2111 長岡市三ツ郷屋町287-1



## ●田宮病院

〒940-2183 長岡市深沢町2300  
☎46-3200(代)

精 神 科	午 前	月	火	水	木	金	土
		—	津藤	田宮	津藤	—	—
神経科	午 前	青木	鈴木	瀬野川	青木	瀬野川	的場
	午 後	寺崎	山家	山家	寺崎	鈴木	—
総合診療科	午 前	鈴木	—	東島 青木	瀬野川 山家	寺崎 青木	—
	午 後	加辺	—	—	加辺	—	—
皮膚科	午 前	—	—	—	—	—	—
	午 後	—	—	—	—	—	—
調 人 科	午 前	—	—	須藤	—	—	—
	午 後	—	—	—	—	—	—
耳鼻咽喉科	午 前	—	加納(第2-4)	—	—	—	—
	午 後	—	—	—	八田(第2-4)	—	—
眼科	午 前	—	—	—	—	—	—
	午 後	—	—	—	—	—	—
泌尿器科	午 前	—	—	—	—	高橋	—
	午 後	—	—	—	—	—	—
産科	午前・午後	—	—	新潟大学	新潟大学	新潟大学	—

●午前の受付時間/ 8:30～11:30  
●午後の受付時間/ 婦人科 14:30～16:30、耳鼻咽喉科・眼科・泌尿器科 13:00～14:30、  
産科 13:00～16:00

※精神科、産科は予約制となります。田宮病院外来へお問い合わせ下さい。

## ●田宮神経科内科診療所

〒940-0061 長岡市城内町3-2-1  
☎34-7502(代)

精 神 科	午 前	月	火	水	木	金	土
		東島	瀬野川	—	—	—	—
午 後	—	—	—	田宮	—	—	

●午前の受付時間/ 8:30～11:30 ●午後の受付時間/ 12:30～16:30(木曜)

## 長岡医療と福祉の里 マイクロバス運行時刻表

○日曜、祝祭日運休  
●土曜、日曜、祝祭日運休

田宮病院前	長岡西病院	健康の駅ながおか	長岡駅前	健康の駅ながおか	長岡西病院	田宮病院前
9:10	9:28	9:35	9:42	9:48	10:03	10:20
○10:30	○10:48	○10:55	○11:02	○11:08	○11:23	○11:40
12:30	12:48	12:55	13:02	13:08	13:23	13:40
※13:50	※14:08	※14:15	※14:22	※14:28	※14:43	※15:00
15:10	15:28	15:35	15:42	15:48	16:03	16:20

