

マルホンの

HOTでスマイル

よりよいHOTライフのための広報誌

-第35号-

富岡市で医療法人民善会の運営をしております理事長の清水哲也と申します。私も80歳を迎え現役の医師として地域医療に命を奉げるつもりです。在宅医療では夜間の急患、看取り対応を365日24時間対応で診療をさせて頂いております。

細谷クリニックは昭和25年医療法人民善会開設以来、地域医療に取り組み親しみ愛される医療機関として長年開業させていただいております。2000年介護保険がスタートした時点では療養型の細谷病院として運営し、平成22年の療養型廃止の動きの中で、介護療養型老人保健施設48床と有床19床の細谷クリニックとしてスタートし在宅医療、介護を中心とする施設運営を展開してまいりました。平成26年には機能強化型在宅支援診療所として1年365日24時間対応で在宅医療を支え、自宅にいらっしゃる方から特養、有料老人ホーム等の施設を展開し、地域医療を支えています。



医療法人民善会
理事長
清水哲也先生

地域包括ケアを目指して

ム等々な生活状況に応じ予防医学から終末期看取りに至るまで、南牧村から高崎に至るまで約1000人の方々の診療に携わっております。在宅の患者さんの中には急性肺炎になる方や慢性呼吸不全、癌の方々も多くあります。電話一本で、いつでもすぐに対応してくれるマルホンさんの在宅酸素で、入院せずに在宅で治療ができる小型軽量でとても助かります。また急性肺炎時などの対応も素早く24時間対応で一命をとりとめることができます。

また、国の進める地域包括ケアの実現に向け、子供から高齢者までいつまでも元気に暮らせるよう健診延伸、運動のスポーツジム、酸素カプセル、自費での在宅支援サービスベンチャー、市町村の総合事業、介護保険サービスの提供、子ども食堂、フードバンク、子供学習支援等を総合的NPO介護情報館で展開しています。



6月に開業する細谷透析クリニック様



6月に開業する
老人保健施設様

出来ます。在宅復帰強化型を心とした地域医療をはじめ新しい町創りを提案してまいります。見学校・相談、「ご利用」の用命がありまし

かんを迎える富岡を中指す介護老人施設・特定施設吉井など続々とオーブンをはじめ新しい町創りを提案してまいります。見学校・相談、「ご利用」の用命がありまし

かんを迎える富岡を中指す介護老人施設・特定施設吉井など続々とオーブンをはじめ新しい町創りを提案してまいります。見学校・相談、「ご利用」の用命がありまし



いきいき

HOTさん

飯田 彦一さん(86歳 HOT歴1年)



一生懸命リハビリ中

今回は佐野市にある特別養護老人ホーム丹頂に入所されてい
る飯田彦一さんにインタビュー
をさせていただきました。

丹頂に入所後、亀田医院様に
てHOTが導入となりました。

入所前から息苦しさがあり、導
入するにあたって最初の印象は
「この機械を使うことで今の息
苦しさが少しでも落ち着くので
あれば使いたい。」と話してく
れました。

現在はHOTを導入したこと
で以前程の息苦しさは無くな
り、週に一度のリハビリや時代
劇、食事、今年に入つてからは
オリンピックや野球を楽しみに
しているそうで、スポーツの話
では大変盛り上がりました。リ
ハビリ以外にも施設内を色々な
工夫をしながら周り、多くの職
員さんや入所者様と楽しく話さ
れている様子も何度も見まし
た。今では多くの友達の方々と

などに興味があつたそうです。酸素濃縮装置に関するても目新しい機械なのですごく興味があつたとお話してくれました。25歳の若さで現場代理人となつた頃にはタバコを1日30本以上吸う生活が続いていたそうです。若い頃は健康診断でも問題はありませんでしたが、70歳近くまで同じペースでタバコを吸つていたせいか、動く際に息切れを感じることが増えて肺気腫に診断されました。



会話を楽しみながらのお食事
(この日はちょっと緊張していらっしゃいました)

話す事が楽しみの一つでもあるとお話をしてくれました。

そんな飯田さんからは「今では安心して機械も使える様になつたので、これからも上手く付き合っていきたい。」とのお言葉をいただきました。配送、点検時には笑顔で迎えてくださり、ありがとうございます。今後も安心して療養していただけるように努力をしていきた

いと思ひます。

担当者が 探した地域情報

北毛エリア担当
加納亮一



馬出し跡の標柱



城跡からの眺望

昭和村の患者様宅をお伺いした際、「長井坂城跡」の看板を見かけたので行ってみました。名前の通り「長い坂」を登りきると関越道長井坂トンネル真上に到着。現在、城跡は畠となつておりますが、「馬出し跡」・「三の丸跡」など標柱があります。

調べてみると、永禄3（二五六〇）年に長尾景虎（上杉謙信）の沼田城攻めで、関東出陣の際に着陣したのが始まりとされ、再びに渡る関東出陣の重要な拠点となつていったようです。その後は、天正の初めに北条氏の持城となり、城番は近隣の地侍集団が勤めました。また、城内には沼田街道が通つていた！？ようでは沼田城と前橋城を繋ぐ中継地

をたどりながら、そこから北へ進むと、ついでに沼田城跡を見渡す景色はなくなります。わずかに30歳の間で、上杉・真田・北条の3つの城が奪い合いつた北の戦線に思ひ入りました。

長井坂城跡

昭和村の患者様宅をお伺いした際、「長井坂城跡」の看板を見かけたので行ってみました。

名前の通り「長い坂」を登りきると関越道長井坂トンネル真上に到着。現在、城跡は畠となつておりますが、「馬出し跡」・「三の丸跡」など標柱があります。

点としても役割を担つっていた事。しかし、真田氏が沼田城を略取すると、北条氏取れましめたが、天正18（二五九〇）年正月の豊臣秀吉の攻防が繰り返されましたが、天正18（二五九〇）年正月の豊臣秀吉の攻防が繰り返されました。その後は、天正の初めに北条氏の持城となり、城番は近隣の地侍集団が勤めました。また、城内には沼田街道が通つていた！？ようでは沼田城と前橋城を繋ぐ中継地

暖かくなり汗をかきやすい季節になつてきました。今回は酸素吸入しながらの入浴の注意点についてご紹介します。

入浴は、酸素の必要量を増加させ体力を消耗させます。入浴時は浴室内に蒸気が立ちこめないようになります。水圧による呼吸への負担を避けるため、お湯の量はみぞおちの高さ程度までにし、肩を浸さないようにします。肩までつかると息苦しくなる人は、お腹まで入るか、シャワーにしましよう。お湯の温度はややぬるめにして、長湯は避けるようにしましょう。

楽な入浴のしかた

暖かくなり汗をかきやすい季節になつてきました。今回は酸素吸入しながらの入浴の注意点についてご紹介します。

入浴は、酸素の必要量を増加させ体力を消耗させます。入浴時は浴室内に蒸気が立ちこめないようになります。水圧による呼吸への負担を避けるため、お湯の量はみぞおちの高さ程度までにし、肩を浸さないようにします。肩までつかると息苦しくなる人は、お腹まで入るか、シャワーにしましよう。お湯の温度はややぬるめにして、長湯は避けるようにしましょう。

体の洗い方、髪の洗い方

いすを置いて、座つて体を洗いましょう。ゴシゴシ洗う動作は息を止めがちになつたりズムが速くなり、呼吸が乱れ息苦しくなつてしまします。口すばめ呼吸をおこない、息を吐きながら体を洗いましょう。

髪を洗うときは、腕をあげなければならぬこと、ゴシゴシと同時に動作の繰り返しになることがあります。口すばめ呼吸をおこない、息を吐きながら髪を洗いましょう。※動作に呼吸を合わせるのではなく、呼吸に動作を合わせましょう。吐きながら動作をし、いつたん休みを入れて呼吸を整えましょう。

身体を洗うときはゆっくり大きな動作で、呼吸に合わせて

首を少し傾けると腕を挙げずに洗髪できます

HOTの安全情報

湯船の入り方

呼吸を整えてから湯船に入ります。息を止めがちになつたりズムが速くなり、呼吸が乱れ息苦しくなつてしまします。口すばめ呼吸をおこない、息を吐きながら体を洗いましょう。

ご希望の方に「HOT日誌」を
差し上げています。



「太陽日酸(株)カレンダー」より
許可を得て転載しています

肺の病気にはいろいろな種類があります。病気の経過も異なり、薬の効果もさまざまです。病気と上手につきあっていくには、今後の経過を理解した上で、現状を把握することが大切になります。咳や痰、息切れなどの症状が普段はどの程度なのか、日誌に記録するなどして確認しておきましょう。そうすることでき、病状の変化がいち早く把握できます。体温、体重、服薬、血压、脈拍、酸素飽和度なども記録しておくと参考になります。

◆病気の経過を把握しよう

肺の病気にはいろいろな種類があります。病気の経過も異なり、薬の効果もさまざまです。病気と上手につきあっていくには、今後の経過を理解した上で、現状を把握することが大切になります。咳や痰、息切れなどの症状が普段はどの程度なのか、日誌に記録するなどして確認しておきましょう。そうすることでき、病状の変化がいち早く把握できます。体温、体重、服薬、血压、脈拍、酸素飽和度なども記録しておくと参考になります。

監修..松井弘穂先生
(国立病院機構東京病院 呼吸器内科)

コラム

肺の病気と 上手に つきあいましょう

北毛地区のエリアマネージャーをしております、須田治彦です。北毛エリアは5月から一部担当が代わりました。新担当は渋川北群馬担当の清水学、渋川吾妻担当の坂本拓実、利根沼田担当の加納亮一・小林瞭、そして私の5人体制で医療機関様、在宅療養者さまに満足していただけるよう素早い対応を心がけ日々頑張っています。どうぞよろしくお願ひ致します。

温泉も大好きで毎週行っています

私も生活では8月生まれということもあり、夏が大好きです。キャンプやツーリングなど楽しみがいっぱいあります。何歳になつても楽しいと思いません。今後ともよろしくお願ひ致します。

まだ はるひこ
須田 治彦



血液型 : B型
好きな食べ物: ラーメン
嫌いな食べ物: なし

HOT

社員紹介

編集後記

暖かくなり眠気とたたかう毎日です。シャキッとしたいです。(いしづき)

今回の取材で見た城跡からの景色、雨上がりで雲の隙間から射す光に心が洗われました。(亮)

気温も上がりだし、今年もまた庭の雑草との戦いが始まりました。雑草は嫌いですが、踏まれてもへこたれない雑草魂は見習いたいものです(げん)

花粉から開放されたいと毎日思っています。
(はしもと)

ひ孫孫
名前混乱 全部言う

聞き取れず
隣にならって 空笑い

危ないと
孫に注意し 転ぶ祖母

おでかけは
歯科外科内科 耳鼻眼科

バラに似て
妻も花散り トゲ残し

シルバー川柳

『シルバー川柳』全国有料老人ホーム協会 ポプラ社編集部より抜粋

——バックナンバーございます。ご希望の方は担当者までお申し付けください。——