



ときわ会の四季 夏号

(No.77)



特集

- 写真：猿賀神社の蓮 …… P 1
- 夏祭り中止のお知らせ
医療法人ときわ会 理事長 永山 亮造 …… P 2
- 筋力あっぶ教室に参加しませんか？
理学療法士 對馬 …… P 2
- 熱中症・食中毒を予防して楽しく夏を過ごしましょう
院長 永山 淳造 …… P 3
- 猿賀公園までドライブ ～明生園～ …… P 3
- 医療法人ときわ会 経営状況 …… P 3
- 予防医学で元気になるう³⁴ フレイルの予防 …… P 4



医療法人ときわ会の理念 ときわ（永遠）の愛

「ときわの愛」とは職員一人一人がそして法人全体が、利用者の求める心の安らぎと身体の健やかさを心から手伝えることです。

理念実践のための3S（信頼・職員・施設）

1 信頼の確立

- 1.1 各職員が利用者第一主義を徹底します。
- 1.2 自治体・関係施設・組織との連携を推進します。
- 1.3 地域住民の保健から緩和医療までの包括ケア体制の向上を目指します。

2 職員の資質の向上

- 2.1 職員各人が心身の健康管理を徹底します。
- 2.2 情報開示（説明・同意・応需・安全・守秘・非差別など）を推進します。
- 2.3 医療関連職員として職務遂行能力の向上を目指します。

3 施設設備の高度充実化

- 3.1 職員各人が経営基盤の安定化を徹底します。
- 3.2 法人施設相互の連携を推進します。
- 3.3 施設特性を発揮する設備の向上を目指します。

患者様の「権利」と「ご協力」のお願い

ときわ会病院は安全な医療と快適な療養生活をお送り頂くために、患者様に以下の権利をお約束します。またご病気の一日も早い回復のために以下のご協力もよろしくお願い申し上げます。

権利

- 1 病気や健康に対して十分な情報・説明・教育を受ける。
- 2 十分に説明された検査や治療方法を、自分で選び決める。
- 3 自分が納得する計画的チーム医療・看護・介護を公平に受ける。
- 4 自己の尊厳とプライバシーが守られる。
- 5 上記の権利を得られない場合は、病院などに苦情を申し立てる。

ご協力（義務）のお願い

- 1 病気を治すのは患者様ご自身の責任であり、ご自身の心と体の力です。病院の仕事は患者様自身が病気を治すことへのお手伝いであることをご理解ください。
- 2 一日でも早い心身のご回復を目指し、患者様ご自身も病院職員と共にチーム医療・看護・介護に参加する義務があることをご理解ください。

夏祭り中止のお知らせ

私ども医療法人ときわ会では、例年ご利用の皆様並びにそのご家族の方、近隣地域にお住まいの皆様を対象に毎年夏祭りを開催しておりましたが、今年度においても昨年度同様、新型コロナウイルスの影響により中止することとなりました。

楽しみにされていた方には誠に申し訳ありませんが、ご理解をお願いいたします。

また、感染対策により面会等でご不便、ご不自由をおかけいたしておりますことをお詫び申し上げますとともに、ご理解、ご協力いただいていることに感謝申し上げます。

医療法人ときわ会 理事長 永山 亮造

筋力あっぷ教室に参加しませんか？

ときわ会病院では藤崎町から委託を受け、町民を対象とした「筋力あっぷ教室」という体操教室をリハビリテーション室で開催しています。65歳以上の生活機能低下がみられる町民を対象に、運動機能が低下しないよう一人一人に3か月間の短期集中プログラムを作成し筋力アップトレーニングを行っています。前期6月～8月、後期12月～2月の年2クール開催しており、現在前期の教室を開催中です。

ここ3年のコロナ禍で感染を恐れた高齢者の閉じこもりが全国的に問題となっています。仲間と一緒に身体を動かし元気になりませんか？

「広報ふじさき」10月号で後期の募集がありますので、関心のある方は福祉課介護保険係または地域包括支援センターに申込・お問い合わせください。



身体を動かせば
元気になるし、仲間
もできます！



理学療法士 對馬

熱中症・食中毒を予防して楽しく夏を過ごしましょう

院長 永山 淳造

今年も暑い季節が始まりました。今年は例年より気温が上がるのが早く、暑さが長引くという予報もあるようです。コロナも少し落ち着き、ねぶたや花火大会などコロナ前には毎年楽しみにしていたイベントも戻ってきます。今回は津軽の夏を楽しく過ごすための注意点などを考えてみたいと思います。

夏と言えば連日ニュースなどで流れる「熱中症」です。昨年もこのページで書いたので覚えている方もいらっしゃるでしょうが、おさらいしておきましょう。熱中症の原因は高温・多湿の環境です。加えて人間は皆歳を重ねてくると暑さを感じにくくなる傾向があります。若い人が暑いと感じていても、長袖のシャツを2,3枚重ね着している高齢の患者様をよく見かけます。ご本人は暑いとは感じていないのですが、気温や湿度は年齢に関係なく体に影響を与えます。

- ・気温に応じた服装を心掛ける。 ・ためらわずにエアコンを使用する。
- ・暑い日中の外出を控える。 ・水分とミネラルの補給。これらに気を付けて熱中症を防ぎましょう。

また、夏場は細菌性の食中毒に注意が必要です。細菌性食中毒は細菌の種類によって食べてから症状が出るまでには数時間から数日と幅があります。症状は吐き気や、嘔吐、下痢、腹痛、発熱などがあります。ただ、多くの場合細菌が排出されるまでは対症療法と言って症状に対する治療を行うことが一般的であり、抗生物質による治療は行われません。ですから「予防が一番大切」という事になります。食中毒の予防には、

- 細菌を食べ物に「付けない」
⇒調理前に手を洗う。調理器具をきちんと洗う。
- 食べ物に付いた細菌を「増やさない」
⇒作ったらすぐ食べる。保存は適切な温度で。
- 食べ物や調理器具に着いた細菌を「やっつける」
⇒きちんと加熱する。

熱中症も食中毒も気を付ければ防ぐことができる病気です。きちんと予防して楽しい夏にしましょう。

猿賀公園までドライブ ~明生園~

6月7日(水)猿賀公園までドライブに行ってきました。明生園では約3年ぶりの外出行事となりました。



当日は雨天でしたが、到着後は強い雨には当たらずに公園内を散策することができました。参加者は池の鯉を見たり、写真撮影を行ったりと楽しまれていました。気分転換を図ることができ、笑顔で帰園となりました。

今年は9月まで毎月ドライブに行く予定です。

医療法人ときわ会 経営状況 令和5年3月31日現在

貸借対照表

項目	金額	項目	金額
(資産の部)		(負債の部)	
I 流動資産	735,746	I 流動負債	374,123
II 固定資産	931,454	II 固定負債	210,000
III 繰延資産	320		
		負債の部 合計	584,123
		(資本の部)	
		I 資本金	14,900
		II 利益剰余金	1,068,497
		資産の部 合計	1,083,397
資産の部 合計	1,667,520	資本・負債の部 合計	1,667,520

損益計算書

項目	金額
医業収益	2,641,217
医業外収益	94,709
経常収益	2,735,926
人件費(除退職金)	1,421,102
法定福利費	195,885
材料費	797,109
減価償却費	47,402
その他の費用	379,898
経常費用	2,841,396
経常利益	-105,470
法人税及び住民税	203
当期利益	-105,673

当法人では安心して各施設をご利用いただけるよう、毎年、経営状況を公開しています。

予防医学で元気になろう③④ フレイルの予防

今回は食事のリアルをちょっとお休みして、フレイルについて書きます。

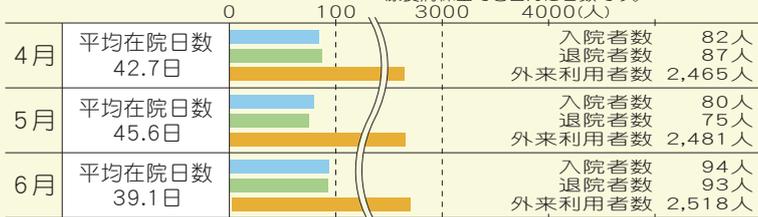
『フレイル（虚弱）とは、健康な状態と介護が必要な状態の中間にあたり、身体機能や認知機能の低下が見られる状態をいうが、これには加齢などによる筋力や筋肉量の減少や、変形性関節症などの慢性疾患による身体的要素だけでなく、認知症やうつなど精神的・心理的要素、独居や経済的困窮などの社会的要素も関わるため、フレイルの予防はこれらの3つの側面から考える必要がある。嚥下力を保つ‘あいうべ体操’などをして、膝を守る筋肉を鍛え、おひさまの下をよく歩き、沢山のひとと積極的に関わりながら、必要な治療を受け、良い人間関係を保ち、しっかりバランスの取れた食事をとることが望ましい』、... てことになるんですが、全員それができたらフレイルは現在のような社会問題になっていないわけで、人の集まるところが嫌いだったり、胸焼けがして食べられなかったり、家族と折り合いが悪かったり、膝が痛くて散歩ができなかったりするんですね。人間誰でも長生きすればいつか必ずフレイルになります。でも、生まれた瞬間から老化は始まっているのにある年齢から急に年をとることを否定的に言われたり思ったりするのはおかしいし、体は動かなくなっただけでたくさんの経験を重ねたことで心豊かになる人もたくさんいます。どうせいつかフレイルになるのなら、ゆっくりと、自分らしいなりかたがあるはずですよ。フレイル予防の第一歩として大切なのは、まずフレイルの存在を知ること、恐れないこと、食い止められる方法があること、食い止めるのは自分自身であること、です。今の自分に一番合っていることをみつけて始めましょう。どんな方でも、できることは必ずあります。やろう、と決めることが一番大切です。



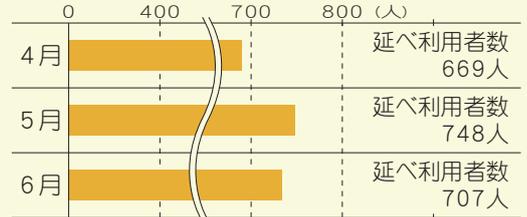
医療法人ときわ会病院 各施設の利用状況

ときわ会病院 利用者数

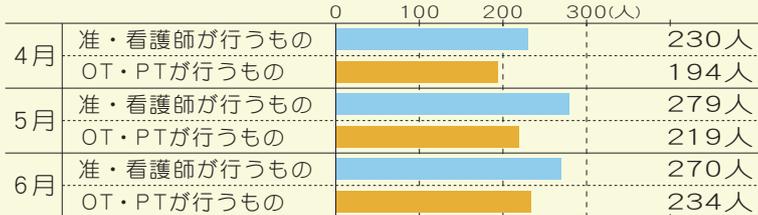
※平均在院日数は一般・回復期リハビリ病棟・療養病棟全てを含んだ日数です。



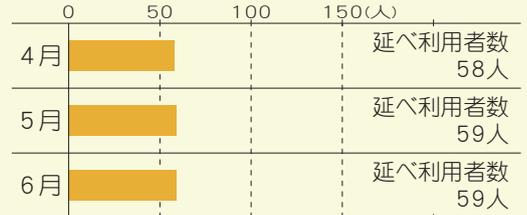
通所リハビリテーション 利用者数



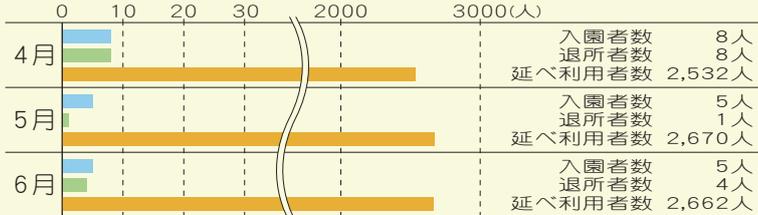
ときわ会訪問看護ステーション 延べ利用者数



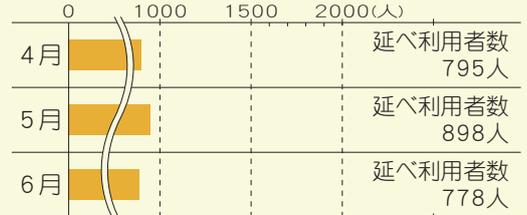
居宅介護支援事業所 利用者数



介護老人保健施設 明生園 利用者数



町立藤崎診療所 利用者数



編集後記



今年は弘前に来てから一番蒸し暑い梅雨のように感じます。先日、1年一緒に暮らしたカタツムリを岩木山に返してきました。耳もない、目も見えないというカタツムリですが、ちゃんと私の声を覚えていて、教科書には載っていないような心の交流がありました。放すとき泣いちゃうんじゃないかと心配しましたが、山へ行き、草木にこれでもか、と一生懸命首を伸ばしていくのを見て、もしかしてこやつはカタツムリじゃなくてキリンだったのか?!あるいは毎日筋トレしてたのか?!と驚いてしまい、泣いている暇はありませんでした。皆様が健やかな夏を過ごされますように。 峯岸 晶子