

2021年
夏号



地域と育生会をつなぐ情報誌 IKUSEIKAIHO

育生会報

題字:久野成人

新型コロナウイルスのワクチン接種が始まりました



5月24日より、入院患者様及び65歳以上の方を対象とした新型コロナウイルスのワクチン接種が始まりました。7月1日時点で、65歳以上の高齢者1,791名の方に対して、医療従事者と合算しますと2,381名の方に対して接種を行って参りました。6月27日からは、64歳以下の接種券をお持ちの方を対象に専用ページにてワクチン接種の予約を受け付けています。しかし、今後は国からのワクチン供給が不安定の為、ワクチン接種を制限する可能性があります。適時、当院のホームページをご確認の上お申し込み下さい。「65歳以上で、1回目の接種の申込が出来ていない方」は当院の窓口までお越しください。ワクチン接種に関するご不明点は、「京都市新型コロナワクチン接種コールセンター：☎075-950-0808」にお問い合わせください。

副反応とは、どのようなものですか？

- ・接種部位の痛み ・頭痛 ・筋肉痛 ・悪寒 ・関節痛 ・下痢
- ・発熱 ・接種部位の腫れ ・吐き気 ・嘔吐

等が副反応の症状として報告されています。また、1回目のワクチン接種で免疫がつくことで、2回目の接種後の方が、免疫反応が起こりやすくなり、発熱や倦怠感といった副反応の症状も出やすくなります。

その他、ワクチンに関する詳しい内容については、

厚生労働省の『[コロナワクチンナビ](#)』や『[新型コロナワクチンQ&A](#)』をご覧ください。

教えて！
新型コロナウイルス
ワクチン
Q&A



医療法人社団 育生会

理念

「和」を原点として、心のかよう高度な医療と介護を誇りと真心で実践し、地域から信頼される病院であること。

基本方針

- ・高度医療の充実
- ・安全な医療の確立
- ・救急医療の対応
- ・地域包括ケアへの対応
- ・高齢化社会への対応
- ・納得診療の実践
- ・環境に配慮した医療と介護の提供
- ・新興感染症への対応

患者様の権利

医療法人社団 育生会は、患者様の権利を尊重し、適切で安全な医療と介護の提供に努めてまいります。

- ・患者様の人格を尊重します。
- ・患者様が自らの意思で検査や治療方針を決定する権利を尊重します。
- ・患者様が適切な情報を知り得る権利を尊重します。
- ・患者様が適切に医療や介護を平等に受ける権利を尊重します。
- ・患者様が治療方法やセカンドオピニオンを選択する権利を尊重します
- ・患者様のプライバシーが守られる権利を尊重します。

機能訓練型デイサービス

『ロコモーション』って、どんなところ??

機能訓練型デイサービス『ロコモーション』とは、医療法人社団 育生会が運営する機能訓練型の半日型デイサービスです。1日3時間程度、ストレッチングや筋力増強のための運動療法【レッドコード】や使われなくなった筋肉を再び活動させる【パワーリハビリ】を中心に実施します。リハビリを行う事で、日々の暮らしをより良く過ごして頂けることを目的としたデイサービスです。

※当施設は、要支援・要介護と認定された方を対象とした施設です。見学・ご利用については、担当のケアマネジャーさん又は当施設までお問い合わせ下さい。 ☎075-746-5870

8時30分：送迎開始



9時00分：ロコモーションに到着、健康チェック



9時10分：体操



9時20分：レッドコード、パワーリハビリ、脳トレに分かれてトレーニング



10時20分：休憩



10時30分：レッドコード、パワーリハビリ、脳トレに分かれてトレーニング



11時30分：休憩



11時40分：体操



12時00分：送迎開始



ご利用者様のお声を聞いてみました!

- ・足腰が丈夫になってきた気がします!
- ・色々な人と会話できるのも楽しいです!

トレーニングに使用した器具はすべて消毒しています。新型コロナウイルスが気になる方もご安心下さい!



薬局NEWS

～高尿酸血症と治療薬のアロプリノール～





血液中の尿酸値が高くなっている状態を高尿酸血症といいます。尿酸値が高い状態が続くと狭心症などの要因になる可能性があり、またメタボリックシンドロームとの関連も報告されています。尿酸が過剰に体内にたまると、結晶化して痛風の原因になります。結晶化した尿酸が関節に溜まって炎症を起こすと、関節の腫れや痛みが強くなる痛風発作が起こります。体内で尿酸が産生されるのを抑えて尿酸値を低下させる薬の一つに「アロプリノール」があります。古くからあるお薬で、多くの方に服用されている薬剤ですが、お薬である以上は副作用も存在します。副作用の初期症状は、発疹や呼吸困難、筋肉痛など様々ですが、特にこれらの症状があらわれた際は、すぐに医師に相談するようにして下さい。 京都久野病院 薬局


リハビリ体操 ～フレイル予防×嚥下体操②～

『フレイル』という言葉をご存知ですか?? 『フレイル』とは、高齢になって心身の活力（筋力、認知能力、社会とのつながりなど）が低下した状態のことを言います。新型コロナウイルス感染拡大の影響で自粛生活が続き、社会参加など他者との交流が減ったり、口の機能が衰えたりすることから始まります。そこで今注目されているのが、**嚥下体操**です。手足と同じように、お口にもリハビリ体操が必要です。お口の健康が全身の健康につながります!!

【準備運動】必ず、椅子など背もたれがある、安定したところに座って行いましょう。


深呼吸
 ゆっくり息を吸って出来るだけ長く吐くようにしましょう。


肩を前後に回す
 それぞれ10回ずつゆっくりと回しましょう。


顔のマッサージ
 ほっぺたや口のまわりを優しく、手で動かしましょう。

嚥下体操② 【声を出しましょう】

毎日のお食事の前にチャレンジしてみましょー!!

ば・ば・ば・ば・ば
た・た・た・た・た
か・か・か・か・か
ら・ら・ら・ら・ら

ぱたから・ぱたから・ぱたから
ぴちきり・ぴちきり・ぴちきり
ぷつくる・ぷつくる・ぷつくる
ぺてけれ・ぺてけれ・ぺてけれ
ぼとこる・ぼとこる・ぼとこる

ぱんだのたからもの
ぱんだのたからもの
ぱんだのたからもの

ひとつずつ、ゆっくりと声を出すようにします



京都久野病院 リハビリテーション課

管理栄養士コラム ～7月の旬の食材『冬瓜』～

冬瓜にはビタミンCとカリウムという栄養が豊富に含まれています。



なぜ「冬瓜」なのに夏が旬?
A.長期保存が可能で、冬まで保存できることから冬瓜と呼ばれるようになったそうです。



ビタミンC

- ・免疫力を高め感染症を予防する作用
- ・抗酸化作用・皮膚と粘膜の健康を保つ作用

カリウム

カリウムは体内の余分なナトリウムを尿とともに排泄してくれるのでむくみ防止や高血圧の予防に役立ちます。

また暑い時期に大量に汗をかくと、低カリウム状態になり食欲不振や、疲れやすいなど、いわゆる夏バテの症状が現れます。

冬瓜に含まれるカリウムと豊富な水分は、体調を整え夏バテの改善にも効果があります。

冬瓜のそぼろ煮

- ・冬瓜 100g
- ・ささ身ミンチ 20g
- ・砂糖 1g
- ・みりん 1g
- ・片栗粉 1g

院内で提供しているメニューです。

京都久野病院 栄養課



育生会が伏見区深草で開設している介護サービス事業所「ふかくさ」(訪問看護ステーション・介護サービスセンター・デイサービスセンター・グループホーム)では、毎月季節の行事を行っています。今年の母の日は、職員やご家族様からのプレゼントをご利用者様にお渡ししました。窓越しでの面会が続きご家族様とも直接お会いできない日々ですが、プレゼントを手に皆様喜ばれていました。



～笑門からのお知らせ～



訪問介護事業所『笑門』では、ヘルパーが直接ご自宅にお伺いして援助を行います。

身体介護 → 食事介助、入浴・排泄の介助、外出介助、整容介助など

生活援助 → 掃除や洗濯、買い物の代行、食事の準備や調理など

詳しくは、担当のケアマネジャーさん又は当事業所にお問合せ下さい。☎ 075-744-0732

職員募集

京都久野病院

京都久野病院介護医療院

- 看護師 ● 看護助手・介護職員
- 介護支援専門員

機能訓練型デイサービス ロコモーション

- 看護師 常勤・非常勤
- 介護職 常勤・非常勤

訪問介護事業所 笑門

- 登録ヘルパー 常勤・非常勤
- サービス提供責任者 常勤

ふかくさ 介護サービスセンター/ デイサービスセンター/ グループホーム

- 介護職 常勤・非常勤
(運転のできる方歓迎)

関連法人: 社会福祉法人

京都市育和会 レット・イット・ビー

- 介護職 常勤・非常勤

お問合せは、☎075-541-3213
法人事務センター 採用担当まで

医療法人社団 育生会

京都久野病院・京都久野病院介護医療院
〒605-0981 京都市東山区本町22丁目500番地
TEL 075-541-3136 FAX 075-561-8401
URL <http://kuno-hospital.or.jp>

京都久野病院
(財)日本医療機能評価機構認定病院
救急指定病院
診療科目: 内科、外科、整形外科、脳神経外科、乳腺外科、肛門外科、消化器内科、神経内科、循環器内科、血液内科、糖尿病内科、リウマチ科、放射線科、リハビリテーション科

京都久野病院 介護支援センター
〒605-0981 京都市東山区本町20丁目440-2 2階
TEL 075-551-3527 FAX 075-551-3521

機能訓練型デイサービス ロコモーション
〒605-0981 京都市東山区本町20丁目440-2 1階
TEL 075-746-5870 FAX 075-746-5816

訪問介護事業所 笑門
〒605-0981 京都市東山区本町21丁目462-4
TEL 075-744-0732 FAX 075-744-0762

ふかくさ
〒612-0092 京都市伏見区深草西浦町8丁目15番地
訪問看護ステーション ふかくさ
TEL 075-645-5450 FAX 075-645-5455
介護サービスセンター ふかくさ
TEL 075-646-2666 FAX 075-646-2667
デイサービスセンター ふかくさ
TEL 075-646-5523 FAX 075-646-2667
グループホーム ふかくさ
〒612-0092 京都市伏見区深草西浦町8丁目19番地
TEL 075-646-2187 FAX 075-646-2188

社会福祉法人 京都市育和会

高齢者福祉施設
レット・イット・ビー
〒605-0981
京都市東山区本町20丁目441番1
TEL 075-525-0086
FAX 075-525-0090
URL <http://kyotoikuwakai.jp>

